

## **Рекомендации психолога выпускникам**

Первое, что хочется порекомендовать молодым людям, собирающимся в вольное «плавание», в самостоятельную жизнь, - это то, что все плохое, случающееся с нами в жизни, обязательно проходит. Потом мы с удивлением вспоминаем о том, какими глупыми были, как переживали, не спали ночами напролет. Но если уж случилось так, что у вас проблемы, и они долго не проходят, вы можете воспользоваться советами психолога. Предупредить проблему намного легче, чем ее исправлять. Поэтому не бойтесь обращаться к психологам за помощью.

### **Что же можно сделать**

1. Не оставайтесь со своими проблемами наедине. Ищите общения со взрослыми, но только со своими знакомыми. Не стоит искать проповедника на стороне.

2. Найдите себе новое хобби. Это тоже поможет вам пережить трудности.

### ***Важная рекомендация психолога для подростков***

Помните, все, что с нами происходит в жизни, делаем мы сами. Мы ответственны за свою жизнь. Это не другие нам вредят. Это нам самим необходимо что-то менять в своей жизни. И от того, что вы предпримите в той или иной ситуации, будет зависеть то время, через которое черную полосу сменит белая. Жизнь прекрасна. Совершайте только добрые поступки!