

«Самое ценное благо - жизнь»

«Учимся решать проблемы»

Самое главное - это жизнь, и вы должны её защищать, очищать, укреплять, потому что благодаря любви - жить, вы можете получить здоровье, красоту, силу, ум, это является истинным богатством.

Ты должен об этом знать.

Проблемы - это житейские задачи, которые требуют решения.

Надо учиться решать проблемы:

1. поговорить с мудрым человеком, которому ты доверяешь, спросить, а как бы он повёл себя и поступил в подобной ситуации;
2. нельзя днём и ночью думать только о плохом; умей отвлечься от проблемы, отдохни - может быть на свежую голову придёт решение данной житейской проблемы;
3. помни - безвыходных ситуаций не бывает; дай своей голове возможность всё обдумать; эмоции - «враг №1» в решении проблем.

Если у тебя ссора с друзьями или близкими людьми - они тебя не понимают:

1. для начала ответь на вопрос «А что я сделал, чтобы меня поняли?»;
2. если хочешь получить понимание, объясни свои взгляды, докажи, что тебе это необходимо (доказывай без агрессии);
3. подтверждать, что ты взрослый нужно делом, а не ростом и командным голосом; показателем взросления человека является уровень его самообслуживания.
4. **УВАЖАЙ СЕБЯ, УВАЖАЙ ДРУГИХ,**
БУДЬ В ОТВЕТЕ ЗА ВСЕ СВОИ ПОСТУПКИ
5. Помни - иногда молчание - лучший ответ.



