

Психологические рекомендации обучающимся 5-8 классов

Дорогие ребята! Вы находитесь в самом интересном возрасте – периоде первых жизненных открытий. Очень хочется, чтобы эти открытия были верными, грамотными и удачными. Для этого предлагаю вам ознакомиться с Правилами успеха.

Первое. Старайся во всех удачах и неудачах подумать и проанализировать, кто имеет в этом ключевое значение. Это поможет тебя в будущем совершать меньше ошибок и принимать больше правильных решений.

Второе. Помни! НЕТ безвыходных положений. Никогда не опускайте руки.

Пока мы живем, мы способны улучшить свою жизнь.

Третье. Когда тебе плохо, помоги тому, кому еще хуже. Не стесняйся обращаться за помощью к родителям, учителям, психологу.

Четвертое. Относись к другим людям так, как хотелось бы чтобы другие люди относились к тебе.

Пятое. Не обстоятельства должны управлять человеком, а человек обстоятельствами.

Шестое. Верь в Его Величество Случай и знай: случай приходит только к тем, кто всё делает для того, чтобы этот случай пришел. Знай: если, прожив день, ты не сделал ни одного доброго дела или за день не узнал ничего нового — день прожит напрасно. Так работает закон Вселенной.

Седьмое. Самое ценное в нашей жизни — здоровье. О нем нужно заботиться.

Спать столько, сколько требует организм. Больше двигаться, рационально питаться, объявлять войну всем вредным привычкам.

Восьмое. Помни! О прошедшем жалеть бесполезно, но всегда можно получить опыт из любых, даже самых проигрышных ситуаций.

Девятое. Анализируйте каждый прожитый день. Анализ помогает нам сделать «завтра лучше, чем вчера».

Десятое. Лучшее лекарство от грусти, от стресса, от неудач — вера в лучшее.

Старайся быть оптимистом и заряжай им других!