

Если плохо - не молчи!!!

Ты испытываешь невыносимую психологическую боль?

Тебе кажется, что никто тебя не понимает?

Ты разочарован в удовлетворении психологических потребностей - потребности в безопасности, возможности достичь чего-то, овладеть чем-то, необходимости дружбы или принадлежности к чему-то или к какой-то группе?

Ты чувствуешь беспомощность, безнадежность?

Тебе кажется, что никто из окружающих не может тебе помочь в решении твоей проблемы?

Ты видишь вещи в черно-белом свете - либо все хорошо, либо все плохо?

Ты замечаешь противоречивость (амбивалентность) в отношениях и мышлении, можешь, например, одновременно любить и ненавидеть родителей, сестер и братьев?

Твой поиск решения проблем не дает результата, заводит в тупик?

Помни! ВЫХОД всегда есть!

Смело обращай за помощью к педагогам - психологам гимназии – Татьяне Сергеевне и Нине Леонтьевне! Тебе всегда помогут найти верное решение и выход из сложной ситуации! И знай, ты не одинок в своих проблемах - 85% подростков испытывают подобные трудности и успешно их преодолевают.

Экстренную психологическую помощь специалистов в Гомельской области можно получить круглосуточно по телефону доверия учреждения "Гомельская областная клиническая психиатрическая больница" 8 (0232) 31 51 61 (круглосуточно, бесплатно, анонимно), центр, дружественный подросткам «Подросток» 31-08-87, 31-08-86 (с 8.30-16.30)

БУДЬ В КУРСЕ!

**Как в этом мире дышится легко,
Скажите мне, кто жизнью не доволен,
Скажите, кто вздыхает глубоко,
Я каждого счастливым сделать волен.
Пусть он придет! Я должен рассказать,
Я должен рассказать опять и снова,
Как сладко жить...**

Н. Гумилев