**Памятка для учащихся**

Самопомощь в кризисных ситуациях

**ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ**

Чтобы справиться с собой — действуйте умом.

Чтобы справиться с другими – слушайте сердце.

Если кто-то вас предал – это его вина.

Если он предал вас дважды – это ваша вина.

Великие умы обсуждают идеи. Средние умы обсуждают события. Маленькие умы обсуждают людей.

Кто потерял деньги – потерял много.

Кто потерял друга – потерял еще больше.

Кто потерял веру – потерял ВСЕ.

Учитесь на ошибках других. Все равно вам не хватит жизни, чтобы совершить все эти ошибки самому.

|  |
| --- |
| Если хочешь чтобы тебя понимали – учись объяснять. Не думай, что все мыслят так же как ты, умеют читать мысли или угадывать настроение. Не требуй понимания - помоги им понять тебя, научи. Никто не умеет читать мысли. Никто не обязан знать, что ты имеешь в виду. |

День вчерашний – уже история. Завтрашний – тайна. А сегодняшний день – дар, примите его.