

ЕСЛИ НЕУДАЧА В ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ

Неразделенная любовь, разрыв отношений приносят значительные страдания и надолго выбивают из колеи безоблачной жизни. Все мысли и разговоры крутятся вокруг объекта воздыхания, на фоне случившейся трагедии все происходящее вокруг кажется серым, унылым и неинтересным, обычные дела выполняются с большим трудом.

Но при желании, ты можешь попробовать что-то изменить в своей жизни. Для начала, расскажи о своих страданиях близкой подруге или другу.

> Не стоит торопиться и делать вывод о том, что «все плохо», вспомни, ведь и раньше в твоей жизни происходили такие события и обстоятельства, о которых ты теперь вспоминаешь спокойно и совершенно равнодушно.

> Возьми лист бумаги и попробуй перечислить все, что хорошего можно вынести из этой неудачи: появился полезного жизненного опыта (в следующий раз сделаешь что-то по-другому) и, помни, что конец чего-то старого, это всегда начало чего-то нового.

> Организуй свое свободное время так, чтобы оно было как можно сильнее загружено увлечениями, встречами с друзьями, походами в кино, обязанностями по дому и т.п. Запишись в какую-нибудь секцию, кружок, поступи на курсы иностранного языка...

> Самое время погрузиться с головой в учебу и исправить оценки

> Когда вспоминаешь его (ее), то думай не только о том, что в нем нравилось, но и о том, что не нравилось. Недостатки, конечно же, есть, но может быть они пока еще мало заметны. Через некоторое время их уже можно будет видеть без труда. Избегай тех мест, людей, фильмов... всего, что вызывает воспоминания.

> Ничего не делай «ему в ответ» стараясь при этом его чем-то удивить или отомстить. Все твои поступки, как это известно, из огромного числа подобных случаев, никакого особого впечатления на него (на нее) не произведут - не будет ни прозрения, ни раскаяния, ни потрясения... Не лишай будущего счастья себя и своего (свою) единственного (единственную), встреча с которым (которой) впереди. Постепенно, день ото дня, у тебя будет укрепляться вера, что это именно ты принял решение избегать с ним (ней) контактов и что это решение правильное.