

## Как в период адаптации сохранить уверенность и прожить счастливо и весело?

Лучшие рекомендации для вас, ребята:

- Имей хобби: выбери себе занятие, которое бы полностью поглотило тебя. Лучшее из них - спорт или природа.
- Совершенствуй свои идейные убеждения, исходя из окружающей тебя социальной и духовной жизни.
- Делись своими мыслями, ищи товарищей по мировоззрению и мировосприятию. Доверяй, признавая свои недостатки, советуйся.
- Смело смотри в лицо невздам, анализируй их причины: дневной свет прогоняет призраки.
- Разумно сочетай фантазию с фактами, мечтай, но и твори; желай, но и созидай; предугадывай, но всегда исходи из реальности.
- Остерегайся соблазнов облегчить жизнь. Вредные привычки - временные и вероломные друзья.
- Занимайся спортом - плаванием, бегом, пешими прогулками. Мускулы нуждаются в тренировке.
- Люби. Любовь - это факел, совершающий путь к развитию.
- Не давай затянуть себя в водоворот жизненных невзгод. Вовремя обращай за помощью, на любую боль всегда найдется врач, готовый тебе помочь.
- Верь в Его Величество Время, будь терпелив, не теряй надежды. Время - великий целитель.