
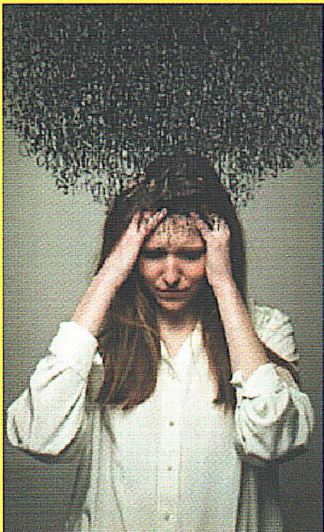


ПОМОГИ СЕБЕ САМ!

Ситуация	Как себе помочь?
<p>Стало скучно, хочется новых ощущений и впечатлений</p> 	<p>У тебя есть множество возможностей провести время интересно и весело! Наверняка в твоей школе существуют разные кружки и секции, а, возможно, волонтерский отряд или Школьная служба медиации, где всегда рады новым участникам. Или же ты всегда можешь воспользоваться нашими идеями с соседней страницы.</p>
<p>Предлагают алкоголь. Не знаю, как отказаться.</p> 	<p>Порой, отказаться от предложения друга бывает сложно. В данной ситуации можно придумать весомую причину или же просто уйти с вечеринки. Так же ты можешь записаться на коммуникативные тренинги в Центре «Диалог», где ребята учатся общаться, договариваться друг с другом, отстаивать свое мнение.</p>
<p>Не могу остановиться, постоянно хочется выпить</p>	<p>В этой ситуации тебе необходимо обязательно обратиться к врачу, чтобы получить квалифицированную помощь. Попроси родителей записать тебя к подходящему специалисту, вместе вы обязательно сможете найти выход. В этой ситуации тебе понадобится поддержка друзей и близких.</p>

«использованы материалы (фото) из интернет-ресурсов»

ЗАВИСИМОСТЯМ.NET

