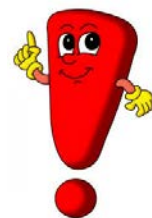


## Умій володіти собою



1. Пам'ятайте: найкращий спосіб боротьби з душевним неспокоєм – постійна зайнятість.
2. Щоб забути свої напасті, намагайся зробити приємне іншим. Роблячи добро іншим, робиш добро собі.
3. Не намагайся змінювати чи перевиховувати інших. Набагато корисливіше і безпечніше зайнятися самовихованням.
4. Пам'ятай: кожна людина – така ж яскрава й унікальна індивідуальність, як і ти, приймай її такою, якою вона є. Намагайся знайти в людині позитивні риси, вмій бачити її достоїнства і в стосунках з нею спробуй опиратись саме на ці якості.
5. Май мужність від щирого серця визнавати свої помилки. Уникай зазнайства і дозування.
6. Вчися володіти собою! Гнів, дратівливість, злість спотворюють людину. Егоїзм – джерело багатьох конфліктів. Виховуй в собі терпіння, пам'ятай, що «рана заживає поступово». Не через дрібниці.
7. Будь-яка справа починається з першого кроку!
8. Пам'ятай: перешкоди нам даються задля нашого розвитку.
9. Людина, має необмежені можливості самовдосконалення, причому в усіх галузях СВОЄЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ.
10. Будь толерантною особистістю.

з сайту <https://naurok.com.ua/poradi-psihologa-umiy-voloditi-soboyu-168434.html>