**Почта доверия.**



Уважаемые ребята, родители и педагоги! Информируем вас о том, что в школе работает анонимная почта доверия.

Что это значит? Если у вас есть личная проблема, которую вы не в состоянии решить сами, то вы можете написать короткую записку и бросить ее в почтовый ящик.

Вам необязательно указывать свое имя или фамилию. Но будьте уверены, что ваше сообщение обязательно будет рассмотрено и проблема будет решена.

Записки изымаются из ящика во вторник и в пятницу.

Ящик находится на стенде, рядом с кабинетом психолога.

**Доверьтесь, и мы рады будем помочь.**

**З А П О М Н И:**

1. Из любой ситуации есть выход!
2. Если не видишь выхода – ложись спать. Выход приснится.
3. Главное – определи проблему словами. Это уже половина решения.
4. Выпей сладкий чай и поделись своей болью с другом или родителями. Если стесняешься рассказать, напиши.
5. Можно рассказать о ситуации не человеку, а животному. Кошка или собака чутко улавливают твое состояние и берут боль на себя.