**«Если ты попал в опасную ситуацию»**

          Если ты попал в опасную ситуацию, то вспомни, что тупиковых ситуаций не бывает. Всегда есть выход, надо только его надо только найти. Следуя нашим советам, ты можешь выбраться из трудного положения с наименьшими для тебя потерями.

***Совет №1.***Попав в опасную ситуацию, не впадай в панику или в депрессию. Постарайся проанализировать своё положение с максимальной четкостью.

***Совет №2.*** Определи, кто создал опасную ситуацию. Если ты сам, значит, возьми ответственность на себя. Поразмысли, откуда еще может исходить опасность.

***Совет №3.*** Подумай, с кем бы ты мог откровенно поговорить о своем положении.

***Совет №4.***Не оставайся со своей болью один на один. Это всегда заставит тебя лгать окружающим. Ложь – ещё  одна проблема для тебя.

***Совет №5.***Со своей тайной обращайся осторожно. Не перекладывай её на плечи своего друга, который реально не сможет помочь тебе, но будет очень сильно переживать за тебя. Тебе от этого не будет легче.

***Совет №6.*** Постарайся обратиться к взрослому человеку, у которого жизненный опыт больше твоего и который может помочь тебе реально. Очень хорошо, если это будет кто-то из родителей или родственников.

***Совет №7.***Переступи через свой страх перед родительским гневом. Ты его заслужил, и с этим ничего не поделаешь. Гроза проходит, и вновь сияет солнце.

***Совет №8.***Верь, что ты сможешь исправить положение, главное – ничего не бойся. Страх – это не твой спутник и друг. Пусть страх дружит с одиночками. А ты не один! Если ты попросил помощи, то, значит, тебе всегда помогут.

*Подготовила: зав. отделением социальной диагностики и социально – правовой помощи*

*Надежда Владимировна Пулина*