Что можно сделать для того,

чтобы помочь другу в кризисной ситуации

1. Будьте рядом, понимайте и помните, что в состоянии стресса или депрессии человеку трудно объективно оценивать ситуацию, не называйте его проблему ерундой.

2. Примите человека как личность, даже если вам кажется глупым то, что человек говорит и делает.

3. Установите заботливые взаимоотношения.

4. Будьте внимательным слушателем.

5. Не спорьте.

6. Задавайте вопросы.

7. Не предлагайте неоправданных утешений.