

Какая бы ни была работа и ее объем – тебе следует делать в ней перерывы и не переутомляться. Ты будешь склонна к нервному напряжению, поэтому научись сбрасывать стресс, убирать негативные мысли, эмоции, раздражение на других людей. Вторую половину дня и вечер не стоит тратить на напрасное общение, которое лишь утомит. Даже с близкими людьми. Лучше почитай в уединении, помечтай. ...