

# НАПОМНИТЕ РОДИТЕЛЯМ!



Не нужно оценивать подростковые драмы со своих позиций. Чувства детей обострены, интенсивность их переживаний сильнее, чем у взрослых.

Легкомыслие и невнимательность могут очень дорого обойтись



У подростков слишком мало опыта для эффективного решения проблем, и слишком много гормонов для конструктивного диалога

Разговор с подростком – это прогулка по минному полю. Но взрослый не имеет права взорваться



Дети легко прощают, но редко забывают

Честность — норма жизни. Как правило, дети хорошо чувствуют ложь — до тех пор, пока не перенимают у своих родителей умение лгать



## ● ДИАЛОГ С ПОДРОСТКОМ. СТРАТЕГИЯ И ТАКТИКА ●

### НАЧАЛО РАЗГОВОРА

«Мне показалось, что в последнее время ты выглядишь расстроенным, у тебя что-то случилось?»

### ПРОЯСНЕНИЕ НАМЕРЕНИЙ

«Бывало ли тебе так тяжело, что не хотелось жить/хотелось чтобы это всё поскорее закончилось?»

### АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ

«Правильно ли я поняла что...?»

### РАСШИРЕНИЕ ПЕРСПЕКТИВЫ

«Давай подумаем, какие могут быть выходы из этой ситуации?»

### НОРМАЛИЗАЦИЯ, ВСЕЛЕНИЕ НАДЕЖДЫ

«Иногда мы все чувствуем себя подавленными, неспособными что-либо изменить, но потом это состояние проходит»