



## **КАК ПЕДАГОГУ ВЕСТИ СЕБЯ С ПОДРОСТКОМ, ОКАЗАВШИМСЯ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ?**

Позволить выговориться и **проявить эмоции**, так как подростки часто страдают от одиночества и остро нуждаются во внимании и сопереживании.

✓ Вести себя спокойно, правильно и понятно формулировать вопросы, выяснить суть проблемной ситуации и то, какая помощь необходима.

✓ Не выражать удивления от услышанного, не ругать и не осуждать ребёнка за любые, самые шокирующие высказывания.

✓ Не спорить, не высмеивать и не принижать переживания ребёнка, не приводить в пример других детей, которым «живется ещё хуже» или у которых «точно такие же проблемы». Подобное поведение заставит ребёнка испытывать стыд за свои переживания и ощущать себя ещё более «никчёмным».

✓ Не давать большого количества советов, так как подростки в данном состоянии просто не способны их воспринимать, но при этом обязательно подчеркнуть, что проблема носит временный характер.

✓ Стремиться вселить в подростка надежду в конструктивные способы решения его проблемы, которые должны быть реалистичными и направленными на укрепление его сил и возможностей.

**ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ,  
ЧТО С РЕБЁНКОМ ЧТО-ТО «НЕЛАДНОЕ»,  
БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ, НЕ ПРОХОДИТЕ МИМО!  
КАК МОЖНО БЫСТРЕЕ ПОПЫТАЙТЕСЬ  
РАЗОБРАТЬСЯ С СОСТОЯНИЕМ ПОДРОСТКА,  
ВЕДЬ РЕЧЬ МОЖЕТ ИДТИ О ЕГО ЗДОРОВЬЕ  
И ДАЖЕ ЖИЗНИ!!!**

## КАК РЕАГИРОВАТЬ ПЕДАГОГУ, ЗАМЕТИВШЕМУ ПРИЗНАКИ САМОПОВРЕЖДЕНИЙ У ПОДРОСТКА?

Успокоиться, избавиться от чувства напряжения и паники.

✓ При разговоре **не отвлекаться, смотреть прямо на собеседника. Расположиться удобно!** *(не напротив подростка, не через стол)*

✓ Не показывать ребёнку, что вы куда-то спешите: не смотреть на часы, не выполнять параллельно других дел, не вести никаких записей.

✓ Приглашать подростка на беседу лучше не через третьих лиц, а напрямую, как бы невзначай. Например, сначала можно обратиться с несложной **просьбой или поручением, таким образом создавая повод для общения.**

✓ Во время беседы вокруг не должно быть посторонних людей и отвлекающих факторов.

✓ Необходимо следить за интонациями. Уговоры и, напротив, директивный тон неэффективны. Наоборот, они лишь убедят подростка в том, что его не понимают.

✓ Не следует перебивать ребёнка и делать замечания. Дайте ему возможность высказаться до конца.

