|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Если Вы слышите** | **Обязательно скажите** | **Никогда не говорите** |
| «Ненавижу всех...» | «Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом!» | «Когда я был в твоем возрасте., ...да ты просто несешь чушь!» |
| "Ненавижу учебу, группу…" | "Что происходит у нас, из-за чего ты себя так чувствуешь?" | "Когда я был в твоем возрасте…да ты просто лентяй!" |
| «Все безнадежно и бессмысленно» | «Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя подавленными. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить/ и какую из них надо решить в первую очередь» | «Подумай о тех, кому хуже, чем тебе!» |
| «Всем было бы лучше без меня!» | «Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом?/Скажи мне, что происходит!» | «Не говори глупостей! Давай поговорим о чем-нибудь другом» |
| «Вы не понимаете меня!» | «Расскажи мне, что ты чувствуешь.Ядействительно хочу тебя понять / это знать» | «Где уж мне тебя понять!» "Кто же может понять молодежь в наши дни" "Никому не нужны чужие проблемы" |
| «Я совершил ужасный поступок» | «Я чувствую, что ты ощущаешь себя виноватым. Давай поговорим об этом/ Давай сядем поговорим об этом» | «И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!» "Что посеешь, то и пожнешь!" |
| «У меня никогда ничего не получается»/ "А если у меня не получиться?" | «Ты сейчас ощущаешь усталость, недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»/  "Если не получиться, мы подумаем, как это сделать по-другому"  «Если не получится, я буду знать, что ты сделал все возможное" | «Не получается - значит, не ты недостаточно старался!» |