

Если вы слышите

1. Ненавижу учиться, ненавижу школу.
2. Всё кажется таким безнадежным.
3. Всем было бы лучше без меня!
4. Вы не понимаете меня!
5. Я совершил скверный поступок. Я такое натворил!
6. А если у меня не получится?

Скажите

1. Что происходит в школе, что заставляет тебя так чувствовать?
2. Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Давай посмотрим, какие у нас проблемы, и какую из них нужно решить в первую очередь.
3. Ты очень много значишь для меня, и меня беспокоит твоё настроение. Скажи мне, что происходит?
4. Расскажи мне, как ты себя чувствуешь. Я действительно хочу это знать.
5. Давай сядем, поговорим об этом.
6. Если не получится, я буду знать, что ты сделал всё возможное.

Не говорите

1. Когда я был в твоём возрасте... Да ты просто лентяй!
2. Подумай лучше о тех, кому ещё хуже, чем тебе.
3. Не говори глупостей. Давай поговорим о чем-нибудь другом.
4. Кто же может понять подростков в наши дни?
5. Что посеешь, то и пожнёшь.
6. Если не получится, значит, ты недостаточно старался.