



## Уважаемые родители!

### Ваши действия если вы слышите....

<i>Если Вы слышите</i>	<i>Обязательно скажите</i>	<i>Запрещено говорить</i>
<i>«Ненавижу всех...»</i>	<i>«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»</i>	<i>«Когда я был в твоём возрасте... да ты просто несешь чушь!»</i>
<i>«Все безнадежно и бессмысленно»</i>	<i>«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»</i>	<i>«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»</i>
<i>«Всем было бы лучше без меня!»</i>	<i>«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом»</i>	<i>«Не говори глупостей. Поговорим о другом.»</i>
<i>«Вы не понимаете меня!»</i>	<i>«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»</i>	<i>«Где уж мне тебя понять!»</i>
<i>«Я совершил ужасный поступок»</i>	<i>«Я чувствую, что ты чувствуешь себя виноватым. Давай поговорим об этом»</i>	<i>«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»</i>
<i>«У меня никогда ничего не получается»</i>	<i>«Ты сейчас ощущаешь усталость, недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»</i>	<i>«Не получается – значит, не старался!»</i>