* **Оставайтесь самим собой.** Остальное воспринимается как обман, пусть и непреднамеренный.
* Вступите с подростком в **доверительные отношения**, чтобы он смог рассказать вам правду о том, что у него на уме.
* ** Что именно вы говорите - не столь важно. Важно, КАК вы это говорите.** Если вы не можете найти нужных слов, но переживаете искреннюю заботу, ваш голос, интонация передаст ее.
* **Говорите как равный, а не как старший.** Если вы попытаетесь действовать как учитель или эксперт, это может оттолкнуть подростка.
* **Сосредоточьте свое внимание.** Вслушивайтесь в чувства, а не только в факты. Позвольте подростку, не перебивая его, "излить душу".
* Направляйте разговор **в сторону душевной боли, а не от нее**.
* **Не спорьте и не настаивайте** на том, что беда подростка ничтожна, ему живется лучше других, поскольку высказывания типа: "У всех есть такие же проблемы!" заставляют его ощущать себя еще более ненужным и бесполезным.
* **Постарайтесь увидеть и почувствовать ситуацию глазами подростка.** Будьте на его стороне.
*  Во многих случаях решения просто не существует, и ваша роль заключается в том, чтобы **оказать дружескую поддержку**, **выслушать**, быть с подростком, который находится в трудной ситуации.
* **Всегда старайтесь подчеркивать все хорошее и успешное, что присуще подростку.** Ощущение успешности, достижения в чем-то, в том числе прошлые успехи, улучшают эмоциональное состояние, повышают уверенность в себе и укрепляют веру в будущее.

***Будьте рядом и все получится!***