

## **Рекомендации по конструктивному общению с подростком**

- Уместность (без посторонних).
- Своевременность.
- Искренний интерес к человеку.
- Обращайте внимание на эмоции при ответах. Часто они говорят больше, чем сами слова.
  - Старайтесь поддерживать позитивный стиль разговора. Больше используйте вопросы типа: “Что стало лучше?”, “Как тебе это удалось?” и др. Даже если это не так, пусть он сам расскажет вам, как собирается исправляться.
  - Задавайте открытые вопросы (предполагающие развернутые ответы, а не односложные “да” или “нет”):
    - Мне интересно, как ты...
    - Что? Каким образом?
    - Что, тебе кажется... Что, по-твоему...
    - Как на твой взгляд...
  - Задавая вопросы, избегайте слова “почему?”. Отвечая на подобный вопрос, собеседник будет невольно защищать свою позицию. Лучше спросить “Что произошло?” или “Как это случилось?”.
  - Используйте техники эффективного слушания и психологической поддержки.

## **Установление позитивного контакта:**

- Контакт глаз (но не взгляд в упор!).
- Соблюдение «личной» дистанции: 0,5 – 1,2м.
- «Открытая» поза:
  - развернутая к собеседнику,
  - отсутствие барьера (например: стол, стул) между собеседниками,
  - на одном уровне (оба стоя или оба сидя),
  - избегать скрещивания рук на груди.
- Доброжелательное, приветливое выражение лица.