*Советы психолога*

**Критикуй, не унижая**

Каждый человек стремится к самоуважению. У каждого есть определенное представление о себе как о человеке. У подростка это представление о себе только складывается. И если оценка себя как личности занижена, то он, скорее, может быть подвержен влиянию извне. Его легче уговорить сделать то, что он в глубине души делать не хочет: выпить за компанию, попробовать наркотик, совершить тот или иной асоциальный поступок.

Постоянно слыша в семье, школе: «неряха, лентяй» или более грубое: «тунеядец, тупица», он постепенно и неосознанно примет эти определения, включит их в число качеств своей личности. Эти определения станут блоком, перекрывающим духовное развитие подростка, развитие отношений с окружающими и отношения к себе.

Конечно, критиковать нужно, но очень важно делать это правильно:

- не «ты – лентяй и бездельник», а «плохо то, что ты не учишься, хотя можешь»;

- не «ты - неряха», а «ты не убрал, и меня это очень огорчает»;

- не «ты - плохой», а «ты поступаешь плохо».

И в этом принципиальная разница

Замечания, поучения, одергивания при посторонних воспринимаются подростками как унижение, они задевают самолюбие, особенно болезненное в их возрасте. Обида, стыд не дают возможности здраво оценить ситуацию, принять правильное решение и исправить ошибку.