

## Совет психолога трудному подростку



Как бы ни сложилась на сегодняшний день ваша судьба, какова бы ни была ваша семья и каким бы «трудным» ни был ваш характер – не верьте, если вам говорят, что вы ни на что не годитесь, что по вам плачет тюрьма, а единственная работа, с которой вы справитесь, – подметать улицы. **Это неправда!** «Не ошибается тот, кто ничего не делает».



Взрослые могут так говорить от отчаяния, потому что не знают, как заставить вас слушаться; потому что очень боятся за вас и не хотят, чтобы ваша жизнь сложилась плохо; потому что в вашей семье уже были такие случаи – и им страшно, что все повторится; потому что взрослые устали от своих проблем и вымещают раздражение на младших; потому что им не удалось чего-то достичь в жизни, а вы – их последняя надежда, которую не хочется терять...



*Конечно, все это вслух взрослые не высказывают. Но теперь, когда вы это знаете, уже не обязательно видеть свой жизненный сценарий в таком черном свете.*

*Теперь можно найти в себе хорошие качества, способности, а может быть, даже таланты; можно вспомнить о своих успехах и достижениях; о том хорошем, что вы сделали для своего развития и для окружающих – близких и далеких.*



*Подумайте о своих целях и о способах их достижения. Проверьте, насколько хорошо будет для вас самих и для других людей, если вы будете действовать задуманным образом и если ваши цели осуществятся.*



*Постарайтесь оценить себя объективно: возможно, следует что-то изменить в себе самом, для того чтобы ваши отношения с окружающими стали лучше.*



*Найдите людей, с которыми вы сможете поделиться своими переживаниями, которые смогут увидеть и поддержать в вас то хорошее, что пока скрыто от посторонних глаз.*



***«Оптимист в каждой трудности видит возможности; для пессимиста каждая возможность представляет трудности». «Преодоленные трудности – это успешно реализованные возможности».***

*Уинстон Черчилль*