**Памятка для классных руководителей, педагогов и специалистов гимназии**

**Перечень «теплых» вопросов для подростка:**

1. **Как ты себя чувствуешь сейчас?** – дать подростку возможность выразить свои эмоции и чувства.
2. **Есть ли что-то, о чем ты хочешь мне рассказать?** – подчеркнуть открытость для диалога и поддержки.
3. **Можешь ли ты поделиться, что происходит в твоей жизни в последнее время?** – способствовать откровенному обмену информацией о событиях в жизни подростка.
4. **Я, как твой классный руководитель, могу помочь тебе справиться с возможными трудностями?** – подчеркнуть готовность оказать поддержку и помощь.
5. **Есть ли кто - то ещё, кому ты хотел бы рассказать о своих чувствах?** – поддержка обсуждения важности общения с другими людьми.
6. **Что мы можем сделать вместе, чтобы ты чувствовал себя безопасно в гимназии?** – подчеркнуть командный подход к решению проблемы и созданию психологически безопасной среды.
7. **Есть ли что- то конкретное, что ты считаешь важным, чтобы я знала о твоей ситуации?** – подчеркнуть индивидуальный подход и уважение к чувствам подростка.

**Важно:**

- проявлять эмпатию

- быть готовым слушать и поддерживать

- создавать для подростка комфортное пространство для откровенного общения