



*Majoritatea lucrurilor legate de lumea adolescenților se schimbă,
nu permițeți ca dragostea dumneavoastră să fie unul dintre ele.*



www.12plus.md



Adresa CNPAC: Chișinău, MD2012, Str. Tricolorului 37/B

Tel.: +373 22 758 806 e-mail: ajutauncopiii@cnpac.md, office@cnpac.md

www.cnpac.md

Cum să fiu un părinte bun pentru adolescentul meu?



Acest material a fost elaborat în cadrul proiectului „Facilitarea accesului copiilor refugiați din Ucraina la un mediu sigur de trai și educație, pentru o integrare socială sigură”, implementat de Centrul Național de Prevenire a Abuzului față de Copii, cu suportul UNHCR.



Dragă părinte, adolescentul vrea să vă vadă:

INTERESAT

de activitățile și performanțele lui.

Adolescentul are nevoie să vă împărtășească rezultatele activității lui și să primească apreciere.

IMPLICAT

autentic în viața lui.

Adolescentul are nevoie să mențineți cu el o relație de sprijin și acceptare, oferindu-i recunoașterea și confirmarea maturizării lui.

SUSȚINĂTOR

în explorarea și înțelegerea realității lumii în care trăiește.

Adolescentul are nevoie să învețe din exemplul părinților, dar și din propriile experiențe și greșeli.

CAPABIL

să îl protejați de pericole.

Adolescentul are nevoie să știe că vă pasă de siguranța lui și de păstrarea valorilor familiei.

RESPECTUOS față de intimitatea lui.

Adolescentul are nevoie de intimitate fizică, emoțională și relațională.

Cunoașteți adolescenții în situații de risc?

Contactați Centrul Național de Prevenire a Abuzului față de Copii
la 022 758 806 sau apelați Telefonul Copilului 116 111.

Serviciile sunt gratuite și confidențiale



Cum puteți răspunde așteptărilor adolescentului dumneavoastră?

INFORMAȚI-VĂ

despre interesele și progresele adolescentului dumneavoastră direct, prin discuție cu el și indirect – observându-l, discutând cu semenii lui și cu alți adulți.

REZERVAȚI-VĂ TIMP

pentru a asculta gândurile, sentimentele adolescentului în ceea ce privește temerile, interesele lui. Tratați-l prin prisma experienței lui, diferită de a fraților săi, a semenilor, a trecutului dumneavoastră sau a stereotipurilor.

GHIDAȚI ADOLESCENTUL

prin oferirea de oportunități de a practica raționamentul și decizia, dar și prin oferirea propriului exemplu.

ASIGURAȚI PROTECȚIA (SECURITATEA)

adolescentului prin stabilirea unui set de limite clare, dar adaptate gradului său de maturitate.

RESPECTAȚI ECHILIBRUL

dintre nevoia dumneavoastră de apropiere/monitorizare și cea de separare/individualizare a adolescentului. Permiteți-i să aibă un spațiu intim și propriile secrete.