



Nuorten Matala

Sosiaaliohjaaja Katri Torro

Sairaanhoitaja Pia Gynther



Vanhemman rooli nuoren tukena.

Muista, yhtä oikeaa reseptiä ei ole!



1. Kohtaa

Vietä aikaa yhdessä, ole saatavilla ja lähestyttävissä.



2. Kiinnostu

Ole kiinnostunut nuorelle tärkeistä asioista.



3. Kerro

Osoita että nuori on tärkeä
omana itsenään.



4. Kehu

Anna positiivista palautetta
nuoren persoonasta,
taidoista ja ulkonäöstä.



5. Kuuntele

Kuuntele, mitä nuorella on
sinulle kerrottavaa.



6. Kosketa

Anna sopivasti läheisyyttä.



7. Kasvata ja kunnioita

Ole jämäkkä rajojen kanssa ja huolehdi nuoren turvallisuudesta.



8. Kestä

Salli kaikkien tunteiden
ilmaisu.



9. Koeta eläytyä

Yritä muistella millaista oli olla nuori.



10. Katso itseesi

Hoida omaa jaksamista.

