

VÅGA VARA VUXEN

ÄR ALLT
BRA MED
DIG?



VISA ATT DU BRYR DIG

Kanske är du förälder eller möter barn och unga i ditt arbete. Oavsett är det viktigt att visa att du bryr dig. Se dig omkring – blunda inte för det du ser. Våga ta kontakt. Det är inte säkert att den unga nappar just när du vill prata. Budskapet går ändå fram:

Det är viktigt att prata när man har bekymmer, med dig eller med någon annan.

DET RÄCKER OFTA MED EN FRÅGA

Som vuxen behöver du inte alltid trösta, ge goda råd eller lösa problem. Det räcker med att finnas där för att lyssna. Vi har pratat med unga som vill ge engagerade vuxna några råd på vägen:

Var intresserad på riktigt, bemöt med respekt och visa inte oro. Skoja inte bort problem eller säg att det går över. Var lyhörd och avbryt inte. Acceptera ett nej. Om något gått på tok: skuldbelägg inte, utan försök hitta en lösning.

TIPS

FRÅGA

LYSSNA

VAR INTE RÄDD

KRÄNGLA INTE TILL DET

GÖR DIG TILLGÄNGLIG



Fler tips från unga hittar du på
bit.ly/vagavaravuxen

