



## **ENSINO MÉDIO: CONFIANÇA, APOIO EMOCIONAL E SUPERVISÃO RESPEITOSA**

### **Como os pais devem agir:**

**Seja um parceiro confiável:** Eles precisam de liberdade, mas também de saber que têm em quem confiar. Mantenha o canal de diálogo aberto e sem julgamentos.

**Interesse verdadeiro pelas escolhas:** Apoie, questione com respeito e ajude-os a refletir sobre planos futuros, vestibular, carreira, amizades e namoro.

**Não desapareça do cenário escolar:** Mesmo que os filhos sejam mais independentes, a presença dos pais na vida escolar ainda é importante. Participe de reuniões e mantenha contato com a escola.

**Converse sobre saúde mental:** Ensine que pedir ajuda é sinal de força, não de fraqueza. Fale sobre ansiedade, frustrações e medos com naturalidade.

### **Impacto:**

**O jovem se sente confiante para enfrentar a vida adulta com equilíbrio emocional, discernimento e segurança nas escolhas.**

