



**METROWEST CAN**  
CARING ADULTS NETWORK  
SUPPORTING ADULTS TO SUPPORT YOUTH

## Bingo de Relacionamentos Construtivos!

Você consegue preencher o quadro? Os relacionamentos entre adultos e jovens são extremamente importantes para o desenvolvimento da juventude. Veja abaixo ótimos passos para começar a construir bons relacionamentos com jovens...

Desafie-os a tentar algo que pode ser difícil.	Peça a opinião deles em uma decisão que os afete.	Peça desculpas quando você cometer um erro.	Ajude-os a solucionar algum problema.	Identifique um interesse em comum.
Ajude a conectá-los a outra pessoa ou serviço que possa auxiliá-los com um problema.	Dê feedback a eles, não esquecendo de dizer o que eles fizeram bem.	Compartilhe um artigo, link, blog, tweet, etc. que você ache que é do interesse deles.	Compareça a um jogo/concerto/evento para apoiá-los.	Quando eles pedirem uma opinião, dê várias opções em vez de uma só resposta.
Elogie-os quando se esforçarem.	Suprenda-os fazendo algo correto.	<b>Espaço livre</b>	Reserve um tempo para entender o ponto de vista deles.	Faça perguntas sobre coisas que eles planejam para o futuro.
Fale sobre algo que eles ensinaram a você, e agradeça por terem lhe ensinado.	Quando eles disserem que estão passando por algo, acompanhe a situação.	Tente fazer algo que seja novo para vocês dois, juntos.	Conte uma piada.	Aprenda sobre algo que eles se interessam e o motivo pelo qual existe esse interesse.
Compartilhe uma expectativa que você tem sobre eles.	Peça ajuda a eles.	Crie uma oportunidade para que eles sejam líderes.	Coloque-os em contato com alguém que tenha interesses em comum com eles.	Fale sobre o que gosta neles.

**Preencheu o quadro?**

**Marque-nos e compartilhe seu quadro no Instagram (@metrowest\_can) ou no Twitter (metrowestcan)**

A missão da MetroWest Caring Adults Network (MetroWest CAN) é desenvolver a capacidade de organizações locais e membros da comunidade de se conectarem a crianças e a adolescentes de maneiras significativas usando o **Developmental Relationships Framework (Estrutura de Relacionamentos Construtivos)** para construir resiliência e ajudar na prevenção do uso de drogas na juventude.