

CEA MAI MARE NOTĂ PENTRU COPILUL TĂU ESTE SĂ FII ALĂTURI DE EL!



Prezența ta
este lecția
lui preferată!



**Succesul unui copil nu se măsoară
doar în note.**

Se construiește prin timpul petrecut
împreună, încrederea oferită și sprijinul
necondiționat al familiei.



FII PREZENT! FII IMPLICAT! FII IMPORTANT!

TU FACI DIFERENȚA ÎN VIAȚA LUI!

**NICIUN EXAMEN NU MERITĂ
UN COPIL PIERDUT!**



MINISTERUL
AFACERILOR
INTERNE

ÎMPREUNĂ PENTRU
O COMUNITATE
SIGURĂ!

Niciun examen nu merită un copil pierdut. Cea mai mare notă este să știe că ești alături de el.

O campanie de informare a Ministerului Afacerilor Interne

De ce această campanie?

În fiecare an, mii de tineri susțin Evaluarea Națională și Examenul de Bacalaureat.

Pentru mulți dintre ei, emoțiile sunt firești. Pentru unii însă, teama de a nu dezamăgi, frica de eșec sau presiunea unor așteptări prea mari devin o povară greu de dus.

În ultimii ani, în România și în alte țări, au existat situații dramatice în care adolescenți au suferit profund după rezultate considerate dezamăgitoare. Uneori, problema nu a fost nota, ci convingerea că valoarea lor depinde de acea notă.

Niciun examen nu poate măsura valoarea unui copil.

Ce trebuie să știe fiecare copil:

- ▶ Că este iubit indiferent de rezultat.
- ▶ Că o notă nu îi definește viitorul.
- ▶ Că poate greși fără să își piardă demnitatea.
- ▶ Că poate cere ajutor atunci când se simte copleșit.
- ▶ Că familia este un loc sigur, nu o sală de examinare.
- ▶ Că nu este singur, noi suntem aici.

Ce trebuie să știe fiecare părinte

Copilul tău are nevoie de sprijin, nu de presiune. Înaintea examenului, copilul își cunoaște deja responsabilitatea.

Mesaje precum: **„Să nu mă faci de râs.”**, **„După cât am investit în tine, trebuie să iei nota mare.”**, **„Toți ceilalți pot, numai tu nu?”**, pot amplifica anxietatea și sentimentul de neputință.

Înlocuiește-le cu: **„Suntem mândri de efortul tău.”**, **„Oricare va fi rezultatul, rămânem alături de tine.”**, **„Important este să dai tot ce poți.”**

În ziua examenului, oferă liniște. Nu transforma drumul spre examen într-un ultim test.

Evitați: reproșurile, comparațiile, verificările obsesive. Spune simplu: **„Ai muncit. Ai învățat. Ai tot ce îți trebuie. Suntem alături de tine.”**

După examen, ascultă înainte să întrebi.

Prima întrebare nu trebuie să fie: **„Ce notă crezi că ai luat?”**

Poate fi: **„Cum te simți?”** Uneori, copilul are nevoie mai întâi să fie ascultat.

Aceste semne nu trebuie ignorate!

Observă semnele care pot indica suferință emoțională.

Fii atent dacă observi: retragere socială; plâns frecvent; insomnii; lipsa apetitului; iritabilitate accentuată; afirmații precum **„nu sunt bun de nimic”** sau **„v-am dezamăgit”**.

Dacă copilul tău pleacă de acasă

În perioadele de stres intens, unii adolescenți pot reacționa impulsiv. După un examen, după aflarea rezultatelor sau în urma unei discuții tensionate, un copil poate pleca de acasă fără să anunțe unde merge.

**Este important să nu ignori niciodată
o astfel de situație și să acționezi rapid.**

Ce trebuie să faci:

1. Încearcă să păstrezi calmul. Panica nu ajută. Fiecare minut contează, iar deciziile trebuie luate lucid.
2. Sună imediat copilul. Trimite mesaje scurte, fără reproșuri:
„Te rog să ne spui că ești bine.”
„Nu suntem supărați. Vrem doar să știm că ești în siguranță.”
„Te așteptăm acasă și suntem aici pentru tine.”
3. Contactează prietenii și persoanele apropiate. Verifică dacă a luat legătura cu colegi, rude sau alte persoane de încredere.
4. Verifică locurile pe care le frecventează. Parcuri, centre comerciale, terenuri sportive, locuințele prietenilor sau alte locuri unde obișnuiește să meargă.
5. Anunță imediat Poliția. Nu este necesar să aștepti 24 de ore. Dacă există motive să crezi că adolescentul a plecat de acasă sau nu poate fi contactat, sesizează de urgență Poliția și oferă cât mai multe informații:
 - **fotografie recentă;**
 - **semnalmente;**
 - **îmbrăcămintea purtată;**
 - **locurile unde ar putea merge;**
 - **eventualele mesaje lăsate înainte de plecare.**

Ce să nu faci:

1. **Nu amenința copilul prin mesaje sau telefon.**
2. **Nu îl învinovăți înainte de a-l găsi.**
3. **Nu transforma întoarcerea acasă într-un interogatoriu.**
4. **Nu minimaliza motivele care l-au făcut să plece.**
5. **După ce copilul este găsit, cel mai important este să înțeleagă că siguranța lui este mai importantă decât orice notă.**

Uneori, plecarea de acasă poate fi un semnal că adolescentul se simte copleșit, neînțeles sau lipsit de sprijin. Ascultarea, dialogul și, atunci când este necesar, ajutorul specializat pot face diferența.