



MOET IK ALLES AAN MIJN OUDERS VERTELLEN?

Door **Pimento** | 11-15 jaar

Nee, je moet zeker niet alles vertellen aan je ouder(s). Sommige dingen zijn makkelijker te bespreken met vrienden.

Wil je toch een gesprek voeren met je vader en/ of je moeder en weet je niet goed hoe je het moet aanpakken?

Dan helpen deze tips misschien wel!

- Kies een rustige plek en een rustig moment.
- Bereid voor wat je wil zeggen. Je kan vooraf een aantal dingen opschrijven.
- Zeg aan je ouder(s) dat je het niet makkelijk vindt om erover te praten.
- Vertel gerust wat jij van je ouders nodig hebt. Wil je enkel een luisterend oor of advies/ hulp?
- Heb je het verteld? Vraag aan je ouder(s) wat ze ermee zullen doen.

PRAAT EROVER



Ga langs bij JAC

Zoek een JAC in je buurt. Een JAC-hulpverlener luistert graag naar je verhaal.



Chat met Awel

Ma, di, do, vr: 17-22u. Wo, za: 16-22u. Je kan even in de wachtrij terechtkomen.



Mail met Awel

Antwoord binnen de 72u



Bezoek het forum van Awel

Deel je verhaal met leeftijdsgenoten of reageer op het verhaal van iemand anders.



Bel met Awel

Gratis en anoniem op 102. Ma-vr: 16-22u. Wo&za: 14-22u. Het kan zijn dat je even in de wachtrij terecht komt.