

JESTEŚMY DZIEĆMI, ALE MAMY SWOJE PRAWA

Rodzice zazwyczaj kochają swoje dzieci. Jednak nie wszystkie dzieci czują się kochane i akceptowane przez swoich rodziców. Dziecko kochane może w pełni rozwijać swoje możliwości.

Mamo i Tato chciałbym:

- Dobrze myśleć o sobie,
- Mieć prawo do różnych uczuć i emocji,
- Mieć prawo do popełniania błędów,
- Być sobą,
- Cieszyć się swoim dzieciństwem,
- Oglądać świat pełen kolorowych barw,
- Mieć szczęśliwych rodziców,
- Mieć bezpieczny dom,
- Być szczęśliwy.

Mamo i Tato proszę:

- Nie bij mnie!,
- Nie szarp!,
- Nie krzycz!,
- Nie wyśmiewaj!,
- Nie ponizaj!,
- Nie oceniał!

Mamo i Tato potrzebuję waszej miłości i akceptacji.

Sposoby okazywania dzieciom miłości i troski:

- Akceptuj dziecko takim, jakie jest,
- Okazuj mu szacunek i miłość,
- Poświęcaj mu swój czas i uwagę,
- Stwórz dziecku możliwości wyboru,
- Bądź szczery w wyrażaniu własnych uczuć,
- Świętuj razem z nim jego sukcesy,
- Uważnie wsłuchuj się w to, co przeżywa dziecko, łącznie z bólem i złością,
- Dostrzegaj, gdy robi coś dobrze,
- Nagradzaj wysiłek zmierzający do osiągnięcia jakiegoś celu, a nie tylko same osiągnięcia.

Mamo i Tato krzywdzicie mnie, gdy mówicie:

- Nic nie potrafisz jak należy;
- Nie jesteś moim dzieckiem;
- Wykończę się przez Ciebie;
- Nie pleć bzdur!;
- Z Ciebie i tak nic nie wyrośnie;
- Żałuję, że w ogóle przyszedłeś na świat.

Przykre słowa zadają ból i cierpienie!!!

Sprawiają, że czuję się niepotrzebny, niechciany i niekochany.

Nie jest łatwo być rodzicem...

- Czasami bywasz: zmęczony,
- Zmartwiony,
- Przerażony,
- Zajęty,
- Nieszczęśliwy.

Może się zdarzyć, że zachowasz się wobec mnie bezmyślnie albo nawet okrutnie, powiesz coś czego nie chciałeś powiedzieć...

...Nie bój się, wtedy powiedzieć:

"Przepraszam, wybacz mi"

Twoje dziecko jest wyjątkowym człowiekiem.