

## **CZY TWOJE DZIECKO JEST SZCZĘŚLIWE?**

**Sprawdź, czy Twojego dziecka dotyczy, któryś z poniższych objawów:**

- + Brak apetytu lub nadmierne objadanie się;**
- + Zaburzenia snu (np. koszmary senne, trudności w zasypianiu);**
- + Moczzenie nocne;**
- + Trudności z koncentracją;**
- + Agresja wobec innych dzieci;**
- + Niechęć do zabawy;**
- + Ciągły smutek;**
- + Kłopoty w nauce.**

**Jeśli któryś z tych objawów występuje u Twojego dziecka, porozmawiaj o tym z psychologiem lub pedagogiem szkolnym lub zadzwoń do:**

**[NIEBIESKIEJ LINII 0 800 12 00 02](tel:0800120002)**

**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.**

### **SPOSOBY OKAZYWANIA DZIECIOM MIŁOŚCI I TROSKI:**

- + Zaakceptuj 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, łącznie z bólem i złością;**
- ✚ Dostrzegaj, gdy robi coś dobrze;**
- ✚ Nagradzaj wysiłek zmierzający do osiągnięcia jakiegoś celu, a nie tylko same osiągnięcia.**

**TWOJE DZIECKO JEST WYJĄTKOWYM  
CZŁOWIEKIEM**

**MAMO I TATO**

**krzywdzicie mnie, gdy mówicie: *Nic nie potrafisz zrobić jak należy.***

***Nie jesteś moim dzieckiem.***

***Wykończę się przez Ciebie.***

***Nie pleć bzdur!***

***Z Ciebie i tak nic nie wyrosnie.***

***Żałuję, że w ogóle przyszedłeś  
na świat.***

***PRZYKRE SŁOWA ZADAJĄ BÓL I CIERPIENIE !!!  
SPRAWIAJĄ, ŻE CZUJĘ SIĘ  
NIEPOTRZEBNY, NIECHCIANY, NIEKOCHANY.***

**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 poniżaj! Nie oceniaj!***

**MAMO I TATO** POTRZEBUJĘ WASZEJ MIŁOŚCI I AKCEPTACJI

**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 powiedz:**

**„PRZEPRASZAM, WYBACZ MI...”**

*Źródło PPP w Krotoszynie*