

APEL DZIECI DO RODZICÓW

Kochani Rodzice

10 października to szczególny dzień – to Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego. Piszemy do Was, ponieważ jest to dla nas bardzo ważna sprawa. Wiemy już, że wpływ na nasze życie ma również to jakie mamy relacje, jak spędzamy czas i jak radzimy sobie z emocjami.

Teraz, kiedy jesteśmy dziećmi, szczególnie potrzebujemy Waszej obecności, Waszej miłości i uwagi. Jesteście lustrem naszego świata, uczycie nas jak iść przez życie. Kiedy mamy problem i jest nam z czymś trudno, jesteście pierwszymi osobami, do których zwracamy się po pomoc. Wtedy bardzo liczymy na Waszą obecność i wsparcie. Potrzebujemy wysłuchania, skupienia uwagi tylko na nas, wtedy widzimy, że jesteśmy dla Was kimś ważnym. Liczymy na Was, na Waszą miłość, bo jest ona ważna dla nas, abyśmy mogli rosnąć i rozwijać się. Bardzo potrzebujemy rozmowy, o tym co trudne, o emocjach, o tym co dla nas ważne. Kupujecie nam ubrania, zeszyty, jedzenie, zabawki, tak wiele robicie aby nasze ciało było zadbane i dobrze się rozwijało. Jednak pamiętajcie, że potrzebujemy też wsparcia w zrozumieniu naszego „świata wewnętrznego”. Kiedy jest nam trudno nie potrafimy tego zostawić za sobą. Wiemy, że będąc dziećmi nie rozumiemy jeszcze wszystkiego, ale możemy Was zapewnić, że odczuwamy również trudne emocje tak jak Wy. Nie potrafimy jeszcze może odpowiednio nazwać i opisać naszych uczuć ale bardzo przeżywamy kłótnię z kolegą czy gorszą ocenę. Denerwujemy się też, gdy nam coś nie idzie lub gdy mamy za dużo obowiązków. Złościmy się, gdy coś nas „przerasta”. W takich chwilach potrzebujemy Waszej obecności, wysłuchania. Sami często nie możemy uporać się z tymi problemami. Kiedy możemy z Wami porozmawiać, kiedy poświęćcie nam swój czas czujemy niesamowite wsparcie. To dla nas niezwykle ważne, by żyć mając świadomość, że zawsze jest obok nas ktoś na kogo możemy liczyć.

Dziękujemy za Waszą miłość, obecność i wsparcie.

Wasze Dzieci