

# 6 ZAŚAD BUDUJĄCYCH POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA

## BEZWARUNKOWA MIŁOŚĆ

troska  
brak agresji słownej  
świadomość, że rodzice mnie kochają  
nawet jak są zdenerwowani

## STABILNOŚĆ

stałe nawyki  
codzienna rutyna  
stałe miejsce zamieszkania  
dotrzymywanie obietnic

## CZUŁOŚĆ

codzienne przytulanie  
emocjonalna i fizyczna bliskość

## SPOKÓJ

brak kłótni i awantur  
brak agresji i kar  
ciche i spokojne otoczenie

## KOMFORT

ciepłe i przytulne miejsce do spania  
miejsce do zabawy i nauki  
zaspokojenie wszystkich potrzeb  
fizjologicznych

## SŁOWA

kocham cię  
jestem przy tobie  
zależy mi na tobie  
jesteś dla mnie ważny

Widzę, że  
bardzo się  
starasz

Szanuję  
Twój wybór

Twoje pomysły  
są interesujące

Sprawiasz, że  
się uśmiecham

Jestem ciekaw  
co myślisz

Każdy może  
mieć trudny  
dzień

Masz prawo  
powiedzieć  
NIE

Co o tym  
myślisz?

**Mów to dziecku  
codziennie**

Możesz  
poprosić  
o pomoc

Opowiedz  
mi o tym

Słucham  
Cię

Zawsze możesz  
na mnie liczyć

Masz świetne  
pomysły

Dziękuję, że  
mi pomogłeś

*Ponad wszystko*  
[www.ponadwszystko.com](http://www.ponadwszystko.com)



