

Mam tu list, specjalnie dla Ciebie.

Witaj!

Z powodu koronawirusa dzieci w ostatnim czasie są częściej w domu niż zwykle.

Nie wszystkim to się podoba.

Na przykład, jeśli w domu ktoś Cię dotyka, a Ty tego nie chcesz.

Może teraz pomyślisz:
To dotyczy mnie!

To muszę Ci coś powiedzieć:
Nic złego nie zrobisz(-aś).
To nie Twoja wina.
Tak w domu nie powinno być i nikt nie może
Cię dotykać w ten sposób.

Niezależnie od tego, co mówią inni:
to nie jest normalne i – co najważniejsze - to nie jest Twoja wina.

Należy jeszcze powiedzieć, że nie jest dziwne jeśli czujesz się nieswojo lub samotnie albo próbujesz o tym nie myśleć.

Jest to zrozumiałe.

Rozumiem też, że uważasz tę osobę za miłą i chcesz ją chronić.

Lub jeśli myślisz: Nigdy tego nikomu nie powiem.

Nie daj sobie wmówić, że musisz milczeć.

Możesz o tym rozmawiać.
Ale nie musisz, jeśli teraz nie potrafisz.

Sam(a) możesz wybrać moment, w którym o tym opowiesz
lub napiszesz i dasz do przeczytania zaufanej osobie.

Ona może Ci pomóc zakończyć tę sytuację.

Jesteś wspaniałym dzieckiem, niezależnie od tego, co się zdarzyło!

Przybij piątkę, bo na to zasługujesz!