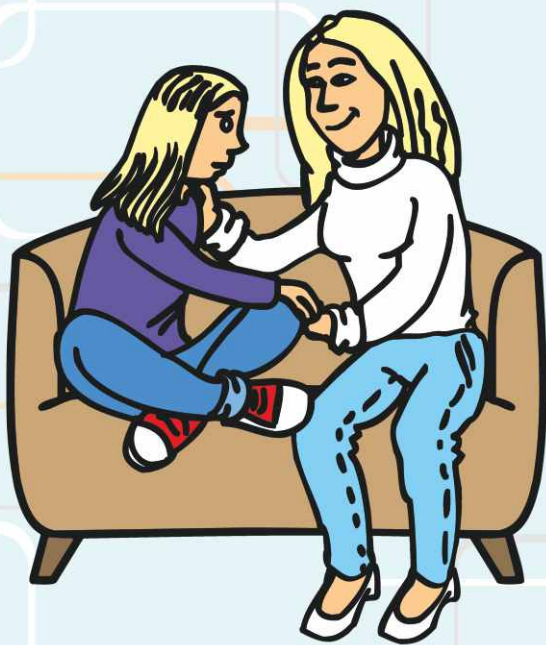


Jak rozmawiać z dzieckiem

Zapytaj:

- Przytulić Cię?
- Widzę, że ostatnio coś się u Ciebie zmieniło. Martwię się, opowiedz mi o tym, co się dzieje.
- Jak mogę Ci pomóc?
- Chciałbym lepiej Cię rozumieć, opowiedz o tym, co się u Ciebie dzieje.
- Jesteś dla mnie ważny/ważna.
- Depresja to choroba, każdy może na nią zachorować.
- Chcę Ci towarzyszyć zarówno w szczęśliwych, jak i w trudnych momentach.



Pamiętaj, że bliska relacja z Twoim dzieckiem pomoże mu poradzić sobie z trudnościami. Dlatego bądź jego towarzyszem bez względu na to, co się u niego dzieje.

