

Дорогие мои родители, Папа и Мама!

Я долго думал и решил написать письмо, в котором хочу попросить вас о некоторых важных для меня вещах...

Признавайте мои чувства, какие бы они не были. Для меня это важно. Так я буду знать, что вы меня принимаете разным и любите меня. А если я не понимаю, что со мной происходит, помогите мне разобраться с ними.

Не мешайте мне развиваться и быть самостоятельным. Для этого не нужно все делать за меня и вместо меня: выбирать мне друзей, с которыми дружить, выбирать мне увлечения, книги, которые мне читать, музыку, которую я должен слушать... Иначе я вырасту зависимым от вас и не смогу принимать более важные решения в своей жизни.

Не критикуйте меня, не указывайте мне на мои ошибки. Давайте мне на них право. Я их сам должен замечать и постараться исправить. В постоянной критике, осуждениях жить очень трудно, это вызывает напряжение и отдаляет меня от вас.

Обещайте мне только то, что можете выполнить. Мне очень сложно будет поверить вам, после того, как вы меня обманете. Даже один раз.

Не бойтесь проявлять свою твердость. Мне важно видеть опору в вас. Тогда я понимаю, что любые трудности мне будут тоже по плечу.

Обнимайте меня почаще, целуйте. Мне это необходимо в любом возрасте. Так я вижу, что чтобы ни случилось, у меня есть вы, и вы меня любите и поддерживаете.


Говорите со мной обо мне и о себе. Мне важно в равной степени знать о вашей жизни, вашем опыте, вашем детстве, так же, как и вы знаете обо мне. Спрашивайте меня о том, что для меня важно и как прошел мой день. Так я понимаю, что небезразличен вам.

Отвечайте на мои откровенные вопросы. Если я спрашиваю, для меня важно получить ответ именно от вас. А если я не получу этот ответ, я буду пытаться найти его в других местах, и перестану задавать эти вопросы.

Поймите, что мне важно учиться на своем опыте и иметь для этого возможность. Какие бы вы не делали ошибки, мне важно самому «наткнуться» на них хотя бы раз, чтобы получить этот опыт.

И, возможно, это научит меня не повторять их в будущем.

Не идите у меня на поводу, когда я прошу что-то купить, не сильно балуйте меня. Мне нужен опыт уметь обходиться без чего-то. Не заменяйте покупки своим вниманием и заботой по отношению ко мне. Ни одна игрушка или гаджет не заменит мне вас.



Мне очень сложно, когда в ваших действиях нет последовательности. Это мешает мне формировать свои границы, сбивает с толку. Приходится в решениях полагаться на себя (если вы не можете договориться между собой или один раз запрещаете что-то, а в другой – то же самое разрешаете).

Не воспитывайте меня силой, криком, битьем. Когда я стану старше, у вас не останется ни одного рычага, на который вы сможете нажать, чтобы повлиять на меня. Это унижает, и я перестану вас уважать.

Не допрашивайте меня в разных вопросах и ситуациях. Если я хочу рассказать вам о том, что происходит со мной, я обязательно это сделаю. Но в ваших словах и глазах я должен увидеть принятие и понимание. Иначе я закроюсь от вас и стану вам врать.

Возможно, вам кажется, что я не умею вести себя (хотя это не так). И из-за этого вы делаете мне много замечаний. Не нужно это делать, особенно в присутствии чужих людей. К вашим призывам, замечаниям, претензиям я могу стать глухим, и это отдалит меня от вас.

Уважайте мое мнение. К выбору, к мыслям, к тому, что мне важно. Мне будет легче прислушаться к вашему мнению и также уважать его.

Будьте терпеливы ко мне, когда мне нужно время для чего-то. Определиться, принять решение, сделать выбор, рассказать о чем-то, и даже проявить свои чувства. Будьте рядом, но иногда молча. И если мне потребуется ваша помощь, я буду уверен, что смогу к вам обратиться.

Не сравнивайте меня с другими. Мне важно чувствовать свою уникальность. Тогда я смогу в жизни делать правильные выборы, опираясь на себя (а не «как у других») и нести за них ответственность. Ваша вера в мою уникальность поможет выбрать мне именно мой путь.

Верьте в меня и в мои силы, в мои возможности! Это будет поддерживать меня еще долгие годы. Я буду вспоминать вас с теплотой и любовью»

Говорите, что любите меня. Ведь я вас тоже очень люблю.

С любовью к вам, ваш Ребенок.