

MANTRY PRO UNAVENÉ RODIČE NÁCTILETÝCH

**Mé dospívající dítě mi to nedělá těžké.
Ono to má těžké.**



**Možná nebudu schopen kontrolovat jeho
náladu nebo reakce, ale vždy můžu
kontrolovat ty své.**



**Dospívání je těžké. Tělo i mozek dítěte jsou
právě v jedné obrovské rekonstrukci.**



**Za ironickým pohledem, povzdechem
a zavřenými dveřmi dětského pokoje je dítě,
které mě potřebuje.**



**Tak těžké to nebude napořád.
Jednou to skončí.**

@raisingteenstoday

Centrum



www.centrumlocika.cz
www.detstvibeznasili.cz