

POSTULATY NASTOLATKÓW

1. Mówcie słowa KOCHAM CIĘ prawdziwie, od serca.
2. Moje problemy są ważne. Potrzebuję czasem porady, ale nie kazania.
3. Nie karzcie mnie ciszą i brakiem odpowiedzi.
4. Nie podawajcie diagnoz, bo nie jesteście psychologami.
5. Nie szantażujcie mnie tym, co kocham. Nie groźcie mi, że np. wypiszecie mnie z zajęć.
6. Nie straszcie mnie dorosłościami.
7. Nie mówcie, że wszystko co złe jest przez telefon.
8. Nie porównujcie mnie do innych - ani do rodzeństwa, ani do siebie.
9. Nie wstyďte się ze mną rozmawiać na tematy TABU. Zrozumiem je.
10. Odzywajcie się do mnie normalnym tonem i nie krzyczcie, gdy czegoś nie rozumiem.
11. Opuśćcie tak wielki nacisk na oceny. One nie definiują tego, kim jestem.
12. Od czasu do czasu zapytajcie, co u mnie i jak się czuję.
13. Pozwólcie mi popełniać własne błędy.
14. Pozwólcie mi mówić bez przerywania. Chcę dojść do słowa.
15. Pozwólcie mi powiedzieć, co mnie trapi bez odczucia, jakbym Was atakował/a.
16. Przestańcie wzbudzać we mnie poczucie winy, jeśli czegoś nie zrobię po Waszej myśli.
17. Pozwólcie mi spać w weekend.
18. Pozwólcie mi odpoczywać. Uwielbiam czasem „nic nie robić”. I mam do tego prawo.
19. Podawajcie inny argument niż - BO TAK.
20. Szanujcie moje granice.
21. Traktujcie mnie tak, jakbyście sami chcieli być traktowani.
22. Wygląd zewnętrzny to moja sprawa. Dajcie mi prawo do własnego stylu i upodobań.
23. Wystuchajcie mnie i chciejcie zrozumieć.
24. Zapytajcie, kiedy chcę być przytulana/y.
25. Zamykajcie drzwi. Mój pokój to moja prywatna przestrzeń. Potrzebuję samotności.
26. Znajdźcie dla mnie czas.
27. Zaczynajcie pokazywać, że się liczę.
- 28.....

Oczywiście nie ma uniwersalnych prawd dla każdej osoby nastoletniej.

Każdy z nas jest indywidualną jednostką, różną i oddzielną od całej reszty.

Te postulaty są wspólnym głosem nas, osób młodych.

Jesteśmy ciekawi Twojego głosu.

Jeśli chcesz, dopisz swoje zdanie.

Jeśli jesteś dorosta/y, zapytaj młodą osobę, jak takie zdanie mogłoby brzmieć.