

## **Informacje dla dzieci i ich rodziców**

**Witam i zapraszam!**

Odbyłeś długą podróż.

Ona pewnie jeszcze potrwa.

Byłeś w samochodzie lub w autobusie. A może jechałeś pociągiem?

Może można było wyglądać przez okno...

Widać było miasta, piękne lasy i pola.

Widać było może ptaki latające wysoko w powietrzu.

I można było zobaczyć ludzi, którzy zachowywali się inaczej niż zwykle.

Biegli szybciej niż zwykle.

Byli bardziej nerwowi niż zwykle. Może niektórzy z nich też płakali.

Albo przepychali się i byli dla siebie złośliwi.

Albo pomagali sobie nawzajem bardzo i byli bardzo mili.

**I wtedy przyszło ci do głowy, że można by przecież zostać w domu jak wiele innych dzieci.**

Wiele dzieci chciałyby pozostać w swoim mieście lub wiosce.

Dzieci te chciałyby nadal spotykać się ze swymi przyjaciółmi lub koleżankami, aby się bawić.

Ale bardzo wiele dzieci musiało niestety szybko wyjechać lub uciekać.

Być może musieli zostawić w domu bliskich, zwierzęta domowe lub rzeczy.

Być może dzieci te słyszały również rzeczy, których nie chciały słyszeć.

Być może dzieci te widziały rzeczy, których nie chciały widzieć.

Być może te dzieci nie rozumieją, dlaczego wielu ludzi tak bardzo się zmieniło.

Być może te dzieci nie rozumieją, dlaczego tata, babcia i dziadek musieli zostać w domu.

Być może te dzieci nie rozumieją, dlaczego wszyscy są tacy smutni.



## **Wszystko to boli.**

Dlatego też w ciągu ostatnich kilku dni wiele dzieci było w stanie spać bardzo mało lub tylko słabo.

było smutnych lub podekscytowanych.

Być może te dzieci zastanawiają się:

Dlaczego muszą opuścić Ukrainę?

Dokąd zmierza?

Kiedy mogą wrócić?

A co z tatą, babcią i dziadkiem?

A co ze zwierzętami domowymi?

Dlaczego wszyscy ludzie są tak przejęci?

Dlaczego tak wielu ludzi płacze?

Są to pytania, które zadaje sobie wiele dzieci.

I dzieci dostaną odpowiedzi.

Mają bowiem do tego prawo.

Ale nie dzisiaj. Odpowiedzi przyjdą później. Z pewnością!

## **Ale dzisiaj dla dzieci ważne są inne rzeczy:**

- dzieci nie będą w stanie zapomnieć o rzeczach, których doświadczają. Ale później nie będzie bolało to tak bardzo jak teraz.
- dzieci przeżywają te złe rzeczy raz za razem w snach. Niektóre boją się więc zasnąć. Lub obrazy, hałasy lub uczucia nagle pojawiają się w ciągu dnia. I czasami wydaje się, że to się po prostu stało. A potem dzieci płaczą, boją się lub męczą. Jest to normalne i z czasem mija. Nie do końca, ale mija. To ciało broni się, żeby nie zwariować. I to jest dobrze, prawda?
- dzieci mają prawo być smutne i mogą płakać. Oczywiście dzieci mogą być również szczęśliwe i głośno się śmiać lub bawić. To zdecydowanie pomaga! Nawet jeśli potem znów staną się smutne. Tak po prostu jest. Ale jedno jest pewne: w pewnym momencie wszystkie dzieci znów będą się śmiać. I to dobrze!

Żadne dziecko nie ponosi winy za to, co się dzieje. Żadne dziecko nie jest winne! Żadne dziecko nie ponosi winy za to, że tata musi zostać w domu lub dziadek i babcia. Żadne dziecko nie jest winne, że rodzina musi wyjechać do innego kraju. I wielu dorosłych też nie ponosi za to winy. Ale świat jest czasami niesprawiedliwy i podły.

**Dlatego czyn mniej tego, co nie jest dla ciebie dobre. Rób więcej takich rzeczy, które są dla ciebie dobre.**

I znowu:

Witamy!

