

# 6 ZAŚAD BUDUJĄCYCH POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA

## BEZWARUNKOWA MIŁOŚĆ

troska  
brak agresji słownej  
świadomość, że rodzice mnie kochają  
nawet jak są zdenerwowani

## STABILNOŚĆ

stałe nawyki  
codzienna rutyna  
stałe miejsce zamieszkania  
dotrzymywanie obietnic

## CZUŁOŚĆ

codzienne przytulanie  
emocjonalna i fizyczna bliskość

## SPOKÓJ

brak kłótni i awantur  
brak agresji i kar  
cisze i spokojne otoczenie

## KOMFORT

ciepłe i przytulne miejsce do spania  
miejsce do zabawy i nauki  
zaspokojenie wszystkich potrzeb  
fizjologicznych

## SŁOWA

kocham cię  
jestem przy tobie  
zależy mi na tobie  
jesteś dla mnie ważny