

## Tempo di qualità

Non sapevamo quante domeniche ci saremmo scritti, eccoci alla terza.

Oggi vi lascio con una riflessione: **esserci non implica esserci sempre.**

**Salvaguardiamo i nostri confini e i nostri bisogni, sia come genitori o insegnanti che come figli.** Soprattutto adesso che sembra che non ci siano, né quelli temporali né spaziali.

Definiamoli, condividiamoli, rispettiamoli.

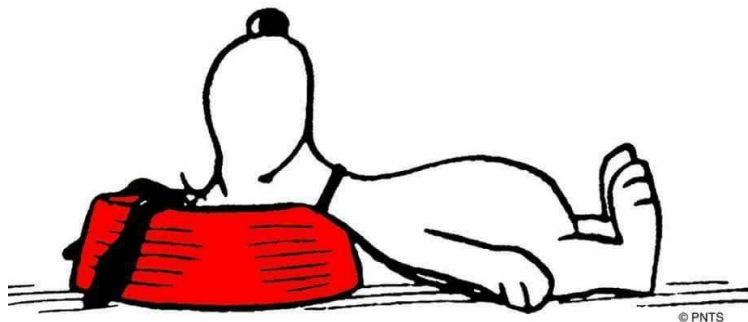
**Rispettiamoci.**

Anche se ci vediamo tutto il giorno tutti i giorni non possiamo esserci sempre, per esserci con tutti sé stessi quando ci siamo.

Solo così il tempo speso insieme potrà essere di qualità.

Buona anomala domenica.

**Quei momenti in cui non ti va di  
parlare, di leggere, di scrivere.  
Ti va di non esserci.  
Perché forse l'errore è provare  
ad esserci sempre.**



Faenza, 5 Aprile 2020

Dott.ssa Sabrina Lattes  
Psicologa dello Sportello di ascolto dell'I.C. Matteucci  
[sabrina.lattes@icmatteuccifaenza.edu.it](mailto:sabrina.lattes@icmatteuccifaenza.edu.it)