

Детско-взрослый разговорник

(автор психолог Евгения Забурдаева)

ЧТО ПРОИСХОДИТ С РЕБЕНКОМ, ЕСЛИ:

АГРЕССИВЕН. Мне очень страшно, я не знаю как с этим справиться.

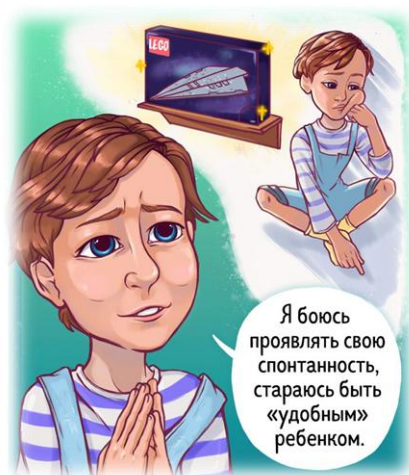
АКТИВЕН СЛИШКОМ. Мне очень страшно, я нуждаюсь в правилах и опоре.

АПАТИЧЕН. Я боюсь ошибиться. Я боюсь, что взрослые осудят мою спонтанность и всё что я делаю.

БЕСПОМОЩЕН. Мне очень удобно, когда взрослые всё за меня делают. Так я забочусь о маме и помогаю ей чувствовать себя нужной.

БЬЕТ РОДИТЕЛЕЙ. Так я выражаю свою злость на них, так как не знаю другого способа. Так я сообщаю маме, что нуждаюсь в запретах от нее.

ВИДИТ СТРАШНЫЕ СНЫ. Когда мне страшно, образы в моем сне говорят мне о том, чего я боюсь в реальной жизни.



ВОРУЕТ.

1. Мне очень не хватает внимания и теплоты близких.
2. Мне не хватает какой-то важной информации, касающийся истории семьи, моего рождения.
3. Я так выражаю свою злость.

ВИДЕРГИВАЕТ ВОЛОСЫ. Мне очень страшно, я испытываю сильный стресс.

ГОВОРIT ОЧЕНЬ ТИХО. Мне страшно проявлять себя, говорить о своих желаниях, защищать себя. Боюсь, что меня таким не примут.



ГОВОРIT ПЛОХИЕ СЛОВА. Так я проверяю, что можно, а чего нельзя в нашей семье.

ГРЫЗЕТ НОГТИ. Мне очень страшно, я переживаю, испытываю сильный стресс, часто связанный с расставанием с матерью.

ДРУЖИТЬ НЕ УМЕЕТ. Я не знаю, как защитить себя в общении с другими и как при этом учитывать других. Мне страшно.

ЕСТ МНОГО. Мне тревожно и еда позволяет мне с этим справиться. Едой я пытаюсь заменить недостаток эмоциональной близости, в которой очень нуждаюсь.

ЕСТ ПЛОХО.

1. Я не готов принять, "переварить" что-то в нашей семье (трудности, с которыми столкнулась семья, изменения, новые семейные роли).
2. Таким образом я дистанцируюсь от семьи.

ЖАДНИЧАЕТ.

1. Считаю, что мои вещи принадлежат по праву мне.
2. Мне не хватает эмоциональной теплоты и поддержки.

ЗАВИДУЕТ. Боюсь оказаться хуже, чем другие и быть отвергнутым.

ЗАДАЕТ МНОГО ВОПРОСОВ.

1. Сейчас такое время, когда я начала познавать мир.
2. Мне не хватает вашего внимания.
3. Я нуждаюсь в какой-то важной информации о себе и моей семье, которую от меня скрывают.

ЗАИКАЕТСЯ.

1. Однажды очень важные отношения для меня были прерваны, и я сильно испугался.
2. Я чувствую себя в чем-то виноватым.
3. Меня сильно подавляют взрослые и я боюсь высказываться.



ИГРАЕТ МАЛО. Боюсь проявлять свою спонтанность, стараюсь быть удобным ребенком.

ИГРАЕТ ТОЛЬКО В ГАДЖЕТЫ. Я не умею играть с детьми, мне страшно. Только в компьютерных играх я чувствую, что я чего-то могу, только здесь я успешен.

КАПРИЗНИЧАЕТ. Я не могу заявить о себе и своих желаниях прямо, капризы помогают мне добиться своих целей.

ЛЕНИТСЯ

1. Мне не интересно делать то, что мне предлагают.
2. Я боюсь, что у меня не получится и никто меня не поддержит.
3. Мне удобно, когда за меня всё делают другие.

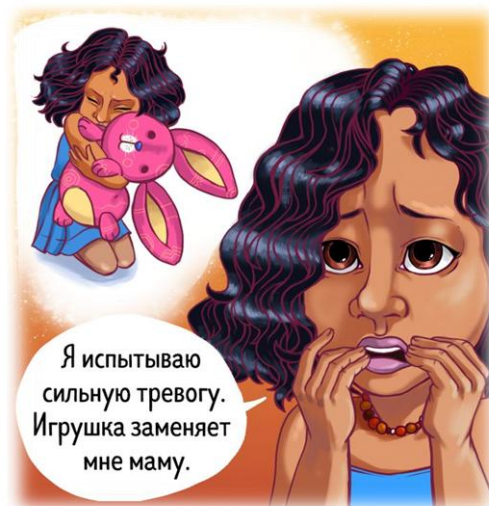


НЕ ХОЧЕТ ИДТИ В ШКОЛУ

1. Я не получаю дома достаточно поддержки, чтобы справиться со своими учебными неудачами. У родителей слишком высокие ожидания по поводу моих оценок.
2. У меня трудности в общении, и я не знаю как с этим справиться.

НИКОГО НЕ СЛУШАЕТ.

1. Мне не хватает в нашем доме последовательных и непротиворечивых правил.
2. Мне не хватает внимания, я не знаю, как по-другому сделать так, чтобы меня заметили.



ОТКАЗЫВАЕТСЯ ИДТИ В ДЕТСКИЙ САД. Я очень боюсь оставлять маму одну. Я боюсь, что мама не справится одна. Я сам боюсь оставаться без нее.

ПРИВЯЗАН К ОДНОЙ ИГРУШКЕ. Испытываю сильную тревогу. Игрушка мне заменяет маму.

ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД САМ СЕБЕ.

1. Мне невыносимо больно душевно, и легче переживать эту боль телом.
2. Я чувствую себя невыносимо виноватым и пытаюсь наказать себя сам.

РАЗДРАЖАЕТСЯ. Мне не разрешено злиться и это способ с помощью которого я могу показать свою злость другим.

СОБЛЮДАЕТ ПОРЯДОК НАВЯЗЧИВО. Если я не буду соблюдать жесткий порядок, и последовательность действий, произойдет нечто ужасное. Так я всех защищаю.

СКРИПИТ ЗУБАМИ ВО СНЕ.

1. Мне очень страшно.
2. Я злюсь и не могу выразить злость словами.

СПИТ ПЛОХО. Боюсь, что один не справлюсь с темнотой и неизвестностью, боюсь, что мама не придет. Считаю, что право спать с мамой принадлежит только мне.

ФАНТАЗИРУЕТ СЛИШКОМ МНОГО. Мне очень страшно. Мой выдуманный мир помогает мне справиться с моими страхами.

