

ДЕТСКО-ВЗРОСЛЫЙ РАЗГОВОРНИК

Сказать о том, что волнует ребенка, что происходит с ним, он не может по нескольким причинам. Если ребенок очень маленький, то просто потому, что пока еще не овладел речью. А если уже умеет говорить, то часто ребенок просто не знает, как сказать о важном (боится, стыдится, в семье может существовать негласный запрет на обсуждение некоторых болезненных и трудных тем).

Тогда ребенок, младенец или уже подросток, говорит семье о том, что с ним происходит с помощью тела или неадекватного поведения. Задача состоит в том, чтобы понять, что сообщает ребенок и помочь ему выразить свое беспокойство словами или предпринять другое необходимое действие для решения проблемы.

Не всегда связь однозначная, для полного понимания психологу необходимо исследовать проблему более глубоко. Кроме того, один симптом может нести в себе гораздо более широкую палитру смыслов, которые сообщает окружающим ребенок.

Агрессивен. Мне очень страшно и 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 все, что я делаю.

Беспомощен. Мне очень удобно, когда взрослые все 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, касающейся истории семьи, моего рождения. 3. Я так выражаю свою злость.

Выдергивает волосы. Мне очень страшно, я испытываю сильный стресс.

Говорит очень тихо. Мне страшно проявлять себя, говорить о своих желаниях, защищать себя. Боюсь, меня таким не примут.

Говорит плохо. Мне очень удобно, когда взрослые говорят и делают за меня многие вещи. А еще я так помогаю маме быть всегда нужной и не впасть, например, в депрессию.

Говорит 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.

Забывает. См. Говорит плохо, беспомощен, ленится.

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

Задаёт много вопросов. 1. Сейчас такое время, когда я начал 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.

Кричит во сне. См. Видит страшные сны.

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 все делают другие.

Мочится в штаны, в постель. 1. В семье происходит что-то, что меня очень тревожит. 2. Я хочу вернуть мамину заботу.

Навязчиво двигается. См. Грызет ногти, выдергивает волосы.

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.

Пахнет плохо. Мне страшно подпускать к себе близко других, я боюсь близких отношений.

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. Выдуманный мир помогает мне справиться с моими страхами.