

# Детско-взрослый разговорник

Детские психологи рассматривают различные проблемы ребенка (болезни, сложности в поведении, навязчивые состояния и т.д.) как язык, с помощью которого ребенок сообщает семье о своих трудностях. То, что ребенок не может выразить словами он всегда сообщит своим телом или проблемами в поведении.



Сказать 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 психолога понять, что сообщает ребенок и помочь ему выразить свое беспокойство словами или другими символическими знаками (рисунком, игрой). После чего проблема часто исчезает.

Психологи своего рода переводчики.

(Здесь лишь краткий словарь, который, поможет задуматься и быть более снисходительные к различным трудностям детей, а возможно, и обратиться к психологу для их разрешения).

**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, касающийся истории семьи, моего рождения. 3. Я так выражаю свою злость.

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

**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 мнение 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.

**Задаёт 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 все 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.

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

**Раздражается:** Мне не разрешено злиться и это способ, с помощью которого я могу показать свою злость другим.

**Фантазирует слишком много:** Мне очень страшно. Мой выдуманный мир помогает мне справиться с моими страхами.