

სკოლის ასაკი

რეაქცია	როგორ ვირეაგირით	მაგალითები, რა ვთქვათ, რა გავაკეთოთ
მომხდარის შეხსენება	1.ასაკის შესაბამისად გარკვევით აუხსენით,რა მოხდა. თავი აარიდეთ საშიშ დეტალებს. აუხსენით არსებს კიდე თუ არა საფრთხე 2. შეახსენეთ ბავშვს, რომ ოჯახები უკვე იღებენ პროფესიონალების დახმარება და საჭიროების შემთხვევაში მათ შეუძლიათ დამატებითი დახმარების მიღება 3. უთხარით, რა შეიძლება, ამის შემდეგ მოხდეს	„ვიცი სხვა ბავშვები ამბობენ რომ კიდეც იქნება ქარიშხალია, მაგრამ ახლა ჩვენ დაცულ ადგილზე ვართ სადაც არაფერი გვემუქრება 2.ყველაკითხვას უპასუხეთ რაც არ უნდა იკითხოთ 3. დაელაპარაკეთ მას სკოლი და იმის შესახებ თუ სად უნდა იცხოვროთ
დანაშაულის გრძნობა. ეს ჩემ გამო მოხდა	მიეცით საშუალება გელაპარაკოთ რაც აწუხებს 2. დააწყნარეთ და დაარწმუნეთ რო ის დამნაშავე არ არის.	გაიყვანეთ ცალკე და უთხარით რომ მასავიტ ბევრი ბავშვი და მშობელი ფიქრობს „იქნებ სხვანაირად უნდა ოქცეულიყავი?“ მაგრამ ეს არ ნიშნავს რო ისინი დამნაშავეები არიან 2.გახსოვს მეხანძრემ თქვე რომ იმ ადამიანს ვერაფ=ვინ გადარჩენდა
მომხდარის ნამეორების შიში და რეაქცია ყველაფერზე რაც იმ მოვლენას ახსენებს	1.დაეხმარეთ გაიგოს კონკრეტულად რა აშინებს(ადამიანები,ადგილი, მუსიკა, სუნი) და აუხსენით მათ შორის განსხვავება 2. რამდენჯერაც საჭიროა იმდენჯერ უთხარიტ რომ არაფერი ემუქრება 3. მოარიდეთ ახალ ამბებს	1. როცა ბავშვი გაიგებს რა ახსენებს მომხდარს უთხარით „ეცადე გაიმეორო, მე წვიმა მახსენებს ქარიშხალს მაგრამ ახლა ქარიშხალი არ არის და მე უსაფრტხოდ ვარ 2. მგონიჯობს ახლატელევიზორისგან დავისვენო
მომხდარის გამეორება მონაყოლით ან თამაშში გამუდმებით	1. მიეცით საშუალება გამოხატოს ემოციები სიტყვებითან თამაშით. უთხარით რომ ეს ნორმალურია 2. გააცანით პრობლემის გადაჭრის	1. ვხედავ ბევრს თამაშობ მომდარ სიტუაციაზე, იცი? ასე ბევრი ადამიანი იქცევა 2. დამიხატე სკოლა როგორიც გინდა რომ იყოს რემონტის შემდეგ

	პოზიტიური გზები. ხატვა, თამაში		
შიში იმისა, რომ გადავსებენ გრძნობები	1. იპოეთ ადგილი სადაც ბავშვი თავისუფლად გამოხატავს ემოციებს, სიბრაზეს, შიშს, მოწყენილობას, მიეცით საშუალება იტიროს. ნუ დაელოდებით მისგან სიმამაცეს.	1. როცა რარაც ცუდი ხდება ადამიანებს ავსებენ ძლიერი ემოციები და ისინი გაბრაზებულები არიან ყველაზე. გინდდა აქ დარჩე თბილადიელაში გახვეული ვიდრეუკეთ არ გადები?	
ძილის პრობლემები. კოშმარები, ესიზმრება, მარტოდაძინების ეშინია და მშობლებთან დაძინებას ცდილობს	1. მოაყოლეთ კოშმარები. უთხარით რომ ესნორმალურია და გივლის. ნუ გამოკითხავთ სიზმრის დეტალებს 2. დროებით შიძლება მშობლებთან დაიძინოს. მასთან ერთად დაგეგმეთ როდის დაბრუნდება ის თავის საწოლში	1. ესუბრალოდ ცუდი სიზმარი იყო. მოდი იფიქრე რაიმე კარგზე რაც გინდა რომ დაგესიმროს. მე კი დაგეოდები როდის ცაგეძინება 2. დღეს და ხვალ ჩვენთან დაიძინე, შემდეგ მე შენი საწოლის ახლოს დავჯდები და დაგელოდები როდის ცაგეძინება. თუ კიდევ დაგესიზმრება კოშმარი ჩვენ ამაზე დავილაპარაკებთ	

საკუტად და სხვების უსაფრთხოებაზე შფოთვა	1. დაეხმარეთ ბავშვს გადმოგცეთ რაც აშფოთებს. მიაწოდეთ მას ზუსტი ინფორმაცია	1. შექმენით განგაშის ყუთი“ სადაც ბავშვი ცაყრს ფურცლებს. ამ ფურცლებზე დაწერილი იქნება ის რაცმასაწუხებს. თავისუფალ დროს გახსენით ყუთი და ბავშვთან ერთად განიხილეთ მისი შფოთვის მიზეზები
---	---	---

ცვლილებები ქცევაში. მომატებული აგრესია	1. მიეცით მიმართულება დაკავდეს თამაშით ან სპორტიტ, მ=რომ მისცეს გზა თავისშფოტვებსა და გრძნობებს	1. ვიცი არგინდოდა კარგის მიბრახუნება. რთულია, როცა ასე ხარ გაბრაზებული 2. იქნებ გავისეირნოთ?
სომატური ჩივილები. უნიზეზო ტავის ტკივილი, ტკივილი მუცელში	1. გადაამოწმეთ არის თუ არა სამედიცინო პრობლემა.თუ არაა მაშინ დააწ=რწმუნეთ ბავშვი რომ ეს ნორმალურია 2. თუ უმიზეზო ტკივილებს ზედმეთად მეტ დროს დაუთმობთ, ისინი უფრო გახშირდება	1. დარწმუნდით რომ კარგად ჩამს, სვამ ს ბევრს წყალს და ხარჯავს ენერგიას 2. აქჩამოჯექი უკეთ გახდები
დაკვირვება მშობლებზე და მათ მდგომარეობაზე. მშობლების არ შეწუხება საკუთარი პრობლემებით.	1. მიეცით საშუალება ილაპაროს საკუთარ პრობლემებზე და გაუზიარეთ თქვენიც 2. მაქსიმალურად შეინარჩუნეთ სიმშვიდე.	საშიში იყო როცა ფეხი მოვიტეზე, მაგრამ როცა ექიმებმა ფეხი შემიხვიეს თავიუეთ ვიგრძენი
სხვა ოჯახებზე და მსხვერპლებზე შფოთვა	1. მიეცით საშუალება ბავშვს, სხვებს დაეხმაროს გარკვეულწილად, ტუმცა ნუ დაადანაშაულებთ სამუშაოს შეუსრულებლობისტვის.	ასაკის შესაფერისი მაგრამ მნიშვნელოვანი დავალება მიეცით