

CEAȘCA EMOȚIILOR

Imaginați-vă că fiecare copil are o ceașcă care trebuie umplută – cu afecțiune, dragoste, securitate și atenție. Unii par a avea tot timpul ceașca plină sau cunosc modalități pentru a o umple. Dar cei mai mulți dintre copii încep să devină un pic nervoși când ceașca lor aproape se golește.

Câteva modalități prin care copiii fac față unei cești goale:

- fură din ceașca altora;
- se comportă urât pentru a atrage atenția și a arăta că au nevoie ca ceașca lor să fie umplută;
- par a avea “cești fără fund” sau au nevoie de o permanentă “reîncărcare”;
- nu pot sta liniștiți așteptând să le fie umplută ceașca sau refuză ca aceasta să fie iar umplută;
- “se urcă pe pereți” când ceașca e aproape goală;
- cred că trebuie să lupte sau să concureze pentru fiecare reumplere

Ce umple ceașca unui copil:

- Jocurile
- Prietenia
- Timpul petrecut doar cu el
- Dragostea și afecțiunea
- Aproierea de copil
- Reușita
- Implicarea în activități care-i plac sau care sunt alese de el



Ce golește ceașca unui copil:

- Stresul și încordarea
- Respingerea covârșnicilor
- Singurătatea și izolarea
- Țipatul și pedepsirea
- Eșecul
- Oboseala
- Impunerea unor activități care nu-i sunt pe plac