MAPA 2

CZUJĘ, ŻE ZACZYNA MNIE NIEŚĆ

01

ZATRZYMAJ PĘTLĘ

Przestań powtarzać.

Kolejny komunikat nie musi być głośniejszą wersją poprzedniego.

02

SPRAWDŹ, CO SOBIE DOPISUJESZ

FAKT

„Powiedziałam. Dziecko jeszcze tego nie zrobiło.”

MYŚL

„Ignoruje mnie.”
„Olewa mnie.”
„Robi to specjalnie.”

Co może je teraz zatrzymywać?

trudno mu się przełączyć · chce dokończyć · potrzebuje pomocy · coś mu przeszkadza

03

WRÓĆ DO SIEBIE

Wybierz jedną rzecz.

stopy · spójrz przez okno · łyk wody · 10–9–8...

Czy mogę teraz wybrać, co zrobię dalej?

04

WRÓĆ DO PROWADZENIA

Podejdź. Daj jeden krok. Pomóż zacząć.

„Teraz spodnie. Chodź, zaczniemy razem.”

JEŚLI TO CIĄGLE SIĘ POWTARZA

Zmieniaj sytuację, zamiast próbować zmieniać dziecko.