



Terapevtske slikanice

Maja Sedmak Cvelbar

Univ. dipl. Psiholog, psihoterapevt in supervizor (PTSTA-P)



www.maljazbec.com

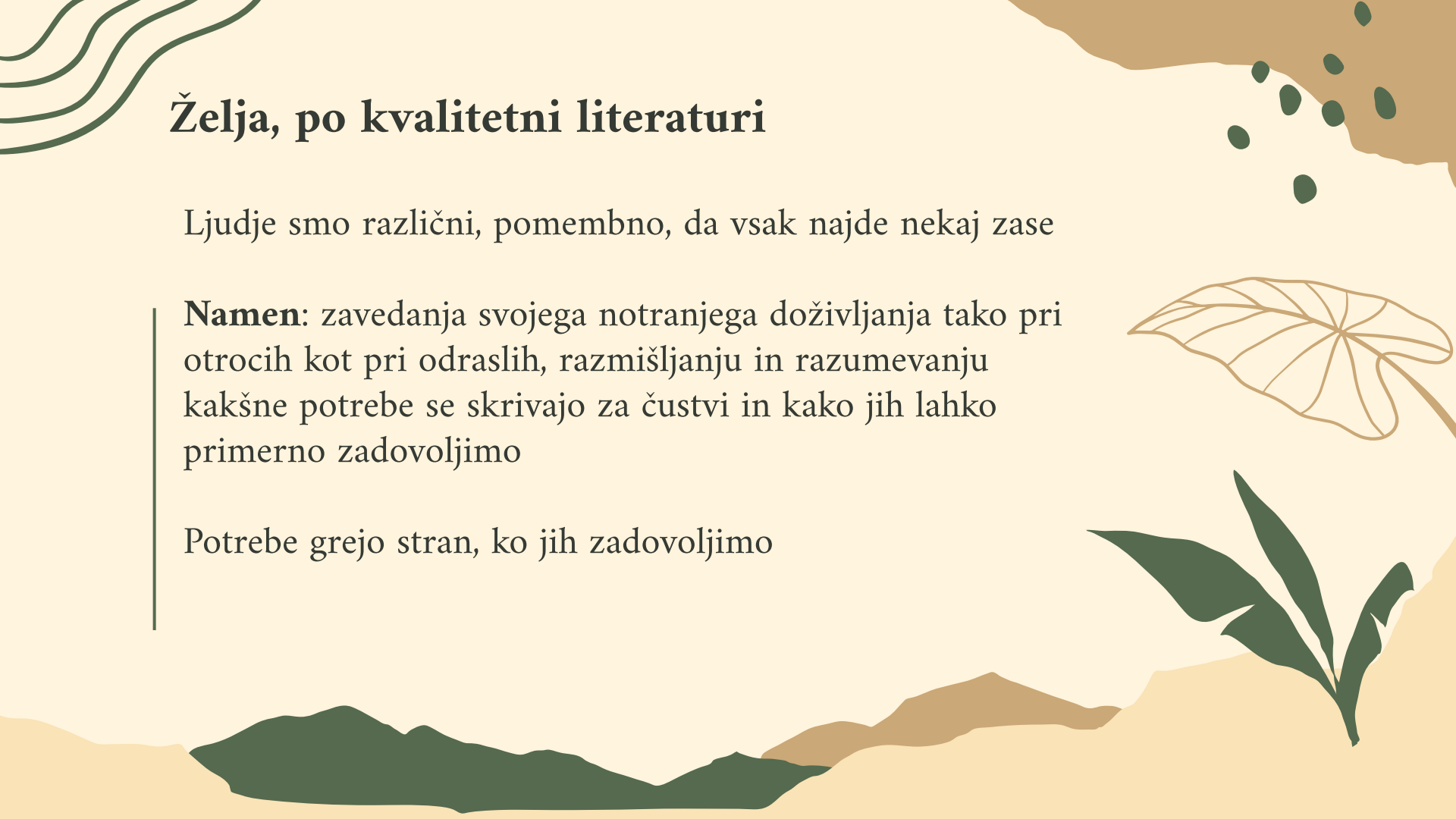


Želja, po kvalitetni literaturi

Ljudje smo različni, pomembno, da vsak najde nekaj zase

Namen: zavedanja svojega notranjega doživljanja tako pri otrocih kot pri odraslih, razmišljanju in razumevanju kakšne potrebe se skrivajo za čustvi in kako jih lahko primerno zadovoljimo

Potrebe grejo stran, ko jih zadovoljimo



Goranova zgodba

Goran je 5 leten fant, ki se šele uči nadzorovati svojo jezo. Ko je ljubosumen ali ima občutek, da ima premalo pozornosti udari svojega bratca. Občasno se je zgodilo, da je Goran bratca udaril, ko je ta šel samo mimo. Brez navideznega vzroka.

Stolp čustev in raziskovanje kako se počutim



Slikanice

Tatjana Gjurković in Tea Knežević

Kadar je jezen, mali povodni konj grize

Ilustracije:
Jelena Brezovec





Tatjana Gjurković in Tea Knežević

Pujsek je žalosten, ker nima dovolj pozornosti

Ilustracije:
Jelena Brezovec



Vidva imara rada samo njega! - je žalostno
rekel in zahlipal pujsek.



Pujsek moj, ti si
pravzaprav žalosten.

Težko ti je, ker si se igral
in nisi dokončal
pospravljanja, sedaj pa ti
je žal, ker nisi bil
pohvaljen.

Kljub temu te imata
mama in očka rada in
tega ne more nič
spremeniti.



Vloga skupnega branja

Pomaga pri poimenovanju čustev in umirjanju

Učenje metaperspektive

Čustva pridejo in minejo

Prepoznavanje čustev pri sebi in drugih

Urjenje zavedanja, kaj občutijo, učenje pomirjanja in osredotočanje na tisto, kar hočejo

Branje lahko združuje družino - kvalitetna skupna aktivnost

Jeza

Psihosomatika

Upoštevanje pravil

Samo-poškodovanje

Agresivnost do drugih



Žalost

Izbuba v igri

Pomanjkanje pozornosti in pohvale

Smrt ljubljene osebe

Pogrešanje staršev



Strah

Strah pred separacijo

Strah pri zdravniku

Strah pred izgubo pozornosti

Strah pred vpitjem in kaznijo



Veselje

Veselje ob uspehu (in pomen truda in vztrajanja za doseganje cilja)
Sreča v ne materialnih dobrinah
Sreča zaradi drugih (zrcalni nevroni)
Umirjena sreča



Hvala!

Literatura:

Crenshaw, D.A. in Stewart, A. L. *Play therapy: a comprehensive guide to theory and practice*. London: The Guilford Press

Gerhard, S. (2004). *Why love matters: how affection shapes a baby's brain*. London: Routledge.

Siegel, D.J in Payne Bryson, T. (2013). *Celostni razvoj otroških možganov*. Domžale: Pogled