



RODZICIELSTWO BLISKOŚCI

dla profesjonalistów

W
S
P
Ó
Ł
C
Z
U
L
N
Y

gadzi mózg, reakcja na zagrożenie, walka, ucieczka, złość, strach, agresja, duża energia, skupienie na celu, dążenie do wygranej za wszelką cenę, aspołeczność, branie wszystkiego do siebie, defensywność, brak empatii, jedna perspektywa, reagowanie, działanie instynktowne i impulsywne, nawykowe reakcje, szybkie działanie, brak kontaktu z ciałem, trudność ze słuchaniem

system
zaangażowania
społecznego

Autonomiczny Układ Nerwowy

zintegrowany mózg, zachowania społeczne, rozwój, uczenie się, elastyczność, otwartość, kreatywność, refleksja, nowe sposoby działania, widzenie różnych perspektyw, empatia, ciekawość, szukanie rozwiązań, wygrana/wygrana, możliwość zatrzymania się, kontakt ze sobą, kontakt z innymi, współdziałanie, troska o innych, kontakt ze swoim ciałem, komunikacja, korzystanie z języka

P
R
Z
Y
W
S
P
Ó
Ł
C
Z
U
L
N
Y

gadzi mózg, przetrwanie, zamrożenie, znieruchomienie, bezdech, bezradność, bezsilność, zniechęcenie, wypalenie, nudności, osłabienie, dysocjacja, brak energii, zablokowana energia, depresja, ucieczka w sen, dziury w pamięci, pustka w głowie, działanie z automatu, sztywność, odrętwienie

strefy
regulacji