



ПЛАНУВАННЯ ЗАПИТУ про КОРДОНИ



SMART
Family & Friends

Используя формулу запроса границ (Информировать, Запросить, Информировать), спланируйте запрос границ для каждого из следующих сценариев:

1. Когда мой 33 активно употребляет ПАВ, он ворчит и неприятно находится рядом... или он(а) теряет сознание. В ответ я колеблюсь между гневом, отчаянием и печалью.
2. Когда мой 33 активно употребляет ПАВ, он часто нарушает наши совместные планы, а иногда пропадает на часы (или дни).
В ответ я чувствую разочарование и обиду из-за его неуважительного поведения.
3. Когда мой 33 активно употребляет ПАВ, он иногда ворует у меня. В ответ я чувствую гнев и печаль, зная, что ему нельзя доверять.
4. Я бы хотел, чтобы моя жена не пила так много, когда я на работе. Я знаю, что она иногда пьет, пока не отключится. Я боюсь, что она может не проснуться, когда плачет ребенок, или что старший ребенок не сможет разбудить ее и подумает, что она мертва. Я бы хотел, чтобы она не пила, когда она с детьми.

