**Знаю ли я своего ребенка?**

Упражнение для родителей и детей

Цель: осознание важности понимания себя само­го и понимания своего ребенка.

 Родителям предлагается от­ветить на ряд вопросов. Отве­чая на вопросы, родители заполняют таблицу, где отвеча­ют за себя и за ребенка, оставляя место для реального ответа ребенка, который они получат уже дома. Родитель должен задать ребенку имеющиеся у него вопросы, записать ответы ребенка и сравнить их с теми, которые он предполагал.

 Психолог может заранее опросить ребенка, и тогда обсуждение происходит сразу на консультации

Примерные вопросы

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Вопрос  | Ответ родителя | Ответ за ребенка | Ответ ребенка (домашнее задание) |
| 1 | Мое любимое животное и почему. |  |  |  |
| 2 | Мое не­любимое животное и почему |  |  |  |
| 3 | Мой любимый цвет и почему. |  |  |  |
| 4 | Мой нелюби­мый цвет и почему. |  |  |  |
| 5 | Моя любимая сказка |  |  |  |
| 6 | Сказка, которая мне не нравится. |  |  |  |
| 7 | В другом человеке мне больше всего нра­вится такая черта, как… |  |  |  |
| 8 | В другом человеке мне не нравится такая черта, как... |  |  |  |
| 9 | Если бы у меня была фантастическая воз­можность стать кем-то на один день, то я бы стал... Почему? |  |  |  |
| 10 | Доброго волшебника я попросил бы о... Почему? |  |  |  |
| 11 | А злого попросил бы о... Почему? |  |  |  |
| 12 | В каких животных превратил бы волшеб­ник меня самого и членов моей семьи. Почему? |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

 Важно, чтобы родители рассказали о себе, нашли то общее, что объеди­няет их самих и их детей.

 Многие вопросы из перечня, которые задаются родителям, касаются их жела­ний, нереализованных возможностей, представлений об идеальном существовании. Далеко не всегда родители хорошо знают об истинных чаяниях и желаниях своих детей. Обмен собственными ответами на вопросы родителей побуждает к самоанализу.

**Анализируемые параметры**

 Несмотря на изменения в мире, наиболее ценимы­ми в людях качествами остаются доброта, честность, открытость, верность, ответственность, а в числе не­приемлемых чаще всего называются лживость, лице­мерие.

 Что касается животных, то кошки и собаки, безусловно, держат пальму первенства. Желание превратиться в кого-нибудь у взрослых часто связано с потребностью унестись от забот (ветерком, облаком, птицей, ручейком) или обрести могущество (как Ванга, волшебник, обла­датель цветика-семицветика). Иногда возникает вопрос: почему в одних семьях ассоциации на животных носят однооб­разный характер (например, мы все кошки, волчья стая, или мама — доберман, папа — ньюфаундленд, сын — щенок), а в других семьях четко прорисовывается инди­видуальный характер каждого животного? Например: муж — слон, жена — пантера, сын — котенок, дочь — белка. Нельзя интерпретировать эту информацию од­нозначно, не опираясь еще на какие-то данные об отно­шениях в семье. Обычно, в разных жи­вотных обращают членов семьи дети старшего возрас­та, которые хорошо чувствуют индивидуальность каж­дого. Можно, конечно, строить гипотезу о большей ин­теграции ребенка в состав семьи, если все животные принадлежат к одному виду, однако она не должна пре­подноситься как единственно верная. Желания стать кем-то на короткое время могут быть вызваны самыми разными причинами.

 Выбор сказок диктуется предпочитаемыми качествами сказочных героев (искрен­ность, бескорыстие, справедливость, красота и т. д.), однако чаще сюжеты сказок являются отражением ре­ализованных или нереализованных жизненных сцена­риев. Размышления на тему «Почему мне не нравится эта сказка» могут быть еще более увлекательными, чем поиск причин предпочтения любимого сюжета. Сказки, которые завораживали в детстве нехитрыми, повторяющимися действиями, кажутся взрослым лю­дям глупыми, непонятными, бестолковыми («Колобок», «Курочка Ряба», «Репка» и т. п.). Действительно, смысл многих сказок скрыт в глубине веков: кто догадается сейчас, что золотое курочкино яйцо — символ вечной жизни, и тот, кто его разобьет, обретет счастье бес­смертия? Да и сказки писались когда-то не для детей.

 При выполнении этих заданий родители почти все­гда отмечают, как им хочется угадать ответы ребен­ка, а некоторые даже начинают искать себе оправда­ния за неугаданные ответы. Часто эти чув­ства родителей связаны с установками «Я должен все о ребенке знать», «У него не должно быть никаких тайн от меня», «Если я хорошая мама (папа), значит, я все знаю о нем». Отчасти эти установки связаны с предыдущим ранним опытом ухаживания за малышом, когда дей­ствительно было очень важно распознавать малейшие телодвижения, чтобы удовлетворять все потребности не умеющего говорить младенца. Известно, что имен­но способность матери эмпатично относиться к мла­денцу способствует формированию у него надежного типа привязанности, возникновению чувства безопас­ности, на основе которых в дальнейшем базируется уверенность ребенка в себе. Об этом неоднократно писали Карен Хорни, авторы теории привязанности М. Эйнсворт и Дж. Боулби.

 Однако часто перечисленные выше чувства и уста­новки родителей являются следствием их возрастаю­щего желания оказывать влияние на ребенка, несмот­ря на его взросление. Пониманию этих явлений может способствовать рассказ о «двух территори­ях» — детской и взрослой, которые существуют ря­дом на протяжении всей совместной жизни. Особенно ярко эта модель может быть продемонстрирована на примере «территории матери». В период вынашивания плода территория ребенка полностью принадлежит матери, находится под ее контролем (рис. 1). Появле­ние на свет лишь немного меняет ситуацию — за тер­риторией ребенка (кроватка, его желания) столь же необходим неусыпный контроль (рис. 2). Но дальней­шие события разворачиваются таким образом, что ре­бенок все чаще и чаще начинает выходить из поля зре­ния матери, и в конечном итоге целью его развития становится обретение самостоятельности (рис. 3). Ко­нечно, этот процесс постепенный и во многом индиви­дуальный, с постепенной передачей прав и ответствен­ности по мере готовности ребенка действовать незави­симо от матери, однако вся проблема в том, насколько родители готовы предоставить эти права. Иногда на этих «территориях» могут разворачиваться целые сра­жения — ребенку приходится бороться за отстаивание своей самостоятельности, или, наоборот, ситуация «ма­миного крылышка » его очень устраивает, но зато маму очень тяготит социальная несостоятельность взросле­ющего дитяти.



 Рис 1 Рис. 2 Рис. 3

Одна мама при наблюдении за схематическим «изложением модели двух территорий» сделала для себя открытие: *«Оказывается, отделение детской территории освобождает мою собственную, и у меня появляется больше времени для себя самой».*