

## **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 получают 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:

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 ценными 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 унести 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 ухода 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. Появление на свет лишь немного меняет ситуацию — за территорией ребенка (кровать, его желания) столь же необходим неусыпный контроль. 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. 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 «мамино крылышко» его очень устраивает, но зато маму очень тяготит социальная несостоятельность взрослеющего дитяти.

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».*