

## Тест-путешествие



Предлагаем провести сказку-путешествие со своими детьми. Можно одновременно играть и вдвоём, и всей семьёй. Младшие дети просто с удовольствием поиграют в "воображалки". Взрослые и старшие дети (кому 12 лет и больше), узнав расшифровку каждой ассоциации, получают пищу для размышления о себе и мире, а вы получите довольно-таки чёткий срез их эмоционального состояния, причем как сознательного, так и бессознательного.

Сначала пройдите этот тест сами, а потом, как-нибудь вечером, сядьте рядышком с ребёнком и предложите ему "путешествие". Пусть он закроет глаза и представит, что вы идёте по лесу. Мягко и бережно задавайте вопросы, не перебивайте, но следите за тем, чтобы ваши вопросы не содержали "подсказки" и не навязывали ребёнку поведение (например, слово "перейти" имеет меньшую эмоциональную окраску, чем слово "преодолеть"; "оказаться" - меньшую, чем "достичь", и т. д.). Слушайте всё, что он хочет рассказать, и мотайте на ус. Будете читать ответы - тогда размотаете.

*Представь/те себе...*

*Итак...*

*Ты идёшь по лесу. Какой это лес? Какое время года? Солнечно ли, есть ли ветерок?*

*Ты один или с кем-то? Что ты делаешь?*

*Ты выходишь на полянку и видишь **родник**. Ты к нему подойдешь? Будешь пить воду?*

*Вдруг на опушку выскакивает **животное**. Какое оно? Что оно делает? А ты что делаешь?*

*Ты идешь дальше, впереди - **река**. Какая? Как ты будешь перебираться на другой берег?*

*Ты оказался на другой стороне - и видишь **дом**. Какой это дом? Хочется тебе туда идти? Тыходишь к дому, прямо к двери. Опиши дверь. На двери табличка, как она выглядит? На ней написано твое имя - прочитай "надпись".*

*Ты заходишь в дом. Оглядишься вокруг и опиши, что ты видишь. В какую комнату ты пойдешь сначала? Опиши ее. Какие еще комнаты в доме? Ты пойдешь в **подвал**? Опиши подвал. Что там лежит или кто там живет? Опиши **чердак**. А там кто или что? Что ты там делаешь?*

*Одна из комнат в доме - **совершенно белая**. В ней нет ни окон, никаких выемок на стенах. Когда ты попал туда, дверь закрылась. Что ты будешь делать? Что ты чувствуешь?*

*Ты выходишь из дома с другой стороны и идешь по тропинке. Впереди тебя - **забор**. Как ты окажешься на той стороне?*

*Около дороги, по которой ты идешь, есть **нора**. Как ты поведешь себя? Наконец тропинка выводит тебя к **морю**. Над морем носятся **чайки**. Далеко они или близко? Как они себя ведут?*

*В море ты видишь **корабль**. Какой он? Как далеко он от берега? Ты будешь до него добираться?*

Вот и все, твоё путешествие счастливо закончилось. Ты возвращаешься домой отдохнувшим, посвежевшим и радостным. Не спеша открывай глаза. Скажи, тебе понравилось?

А вам? Обычно такое путешествие освежает и обнадеживает. А ещё даёт ребёнку (да и взрослому) ощущение, что кто-то очень сильный и добрый ведет его по жизни за ручку, помогает, направляет и не даст пропасть ни в коем случае.

Давайте теперь присмотримся к **расшифровке ассоциаций**. В тесте даны ключевые символы, которыми оперирует подсознание большинства людей. Возможно, что-то лично вы или ваш ребёнок воспринимаете не так, как все, но именно поэтому в тесте есть "дублирующие" ситуации и образы, чтобы картина была более чёткой.

Итак, **лес и прогулка по лесу** символизируют то, как человек воспринимает саму жизнь и своё движение по ней. Согласитесь, большая разница - вышел ребёнок гулять или потерялся в лесу. Обратите внимание на сам лес - насколько ребёнку там комфортно, светло, интересно. Точно так же важно посмотреть на то, каким видит ребёнок **дом** издалека. Светлым или тёмным, симпатичным или отталкивающим. Возможно, такой он видит свою жизнь в семье. Обратите внимание, если какую-то деталь дома человек выделяет особенно - крышу с дырками, открытую или запертую (даже забитую деревяшками) входную дверь.

**Родник** - это восприятие всего нового, что приносит вам жизнь. Если он видит захламлённый, забитый окурками родник, то скорее всего он не привык ждать от жизни милостей. Так же и **животное** - это то, как видит других людей ваш ребёнок. Обратите внимание, это страшный медведь или пушистая белка, кто первым идёт на контакт - он сам или детка ждёт, пока подойдут к нему?

Или он вообще маскируется, чтоб его не увидели? Тоже довольно показательно.

**Река и стена** - это символы препятствий. Как человек преодолевает их в тесте, такими же он видит преграды в жизни. Есть люди, которые вообще боятся войти в воду, есть те, кто крушит стену, есть и такие, кому уже готовы и лодочка с гребцом, и лесенка с поддержкой. Обратите на этот пункт внимание, если в нем появились крайности - "взорву на фиг" или "повернусь и уйду".

То, **на что в доме обращает внимание человек**, - для него **значимые вещи**. Кто-то сразу идет на кухню, для него там смысл и центр дома. Кто-то сразу замечает детскую. Стоит обратить внимание, если при описании какая-то комната не появляется вообще, это значит, что какую-то сферу жизни или какого-то человека ребенок игнорирует бессознательно. Например, комнату брата или зал, где обычно собирается вся семья. Может быть, тут что-то не так - например, ребенку в этот период жизни нужно уединиться и подумать, а не "тусоваться" со всеми. Кстати, обратите внимание на общее описание дома - тесно, просторно, темно, пахнет чем-то вкусным или наоборот.

Особое внимание стоит уделить чердаку и подвалу. **Чердак** - это все знания, навыки и умения, которые мы приобретаем в процессе обучения в школе или в университете, не важно. Хорошо, когда он представляется аккуратным, когда все разложено по полочкам. Или там живут веселые коты или добрые птицы. Но очень у многих он захламлен или запылен. А может быть, ваш ребенок настолько переучился, что вообще не захочет туда идти.

**Подвал** - это все подсознательные или плохо осознаваемые устремления, знания, желания и навыки, которые у человека есть. Если человек охотно лезет в подвал и с удовольствием там находится - то, скорее всего, его подсознательные страхи сильно его не тревожат. Если он боится идти в подвал и видит его захлавленным, грязным, опасным, то, скорее всего, ребенка тревожат какие-то смутные страхи. Кстати, то же самое касается **норы**. Если ребенок легко проходит мимо или лезет в нору "покричать", посмотреть, кто оттуда вылезет, то, скорее всего, скрытых страхов у него немного.

**Белая комната**, лишенная любых выступов, - это метафора смерти. Не ожидали? Но подсознание мыслит так. Посмотрите, как ведет себя там человек. Бьется в истерику? Смиряется? Плачет? Ждет помощи? Редко кто чувствует себя хорошо в такой комнате, но тут стоит обратить внимание на степень интенсивности переживаний. Чем эмоциональнее реакция, тем болезненнее эта тема для ребенка сейчас.

**Чайки у моря** - это, как ни странно, родственники. Проверьте себя, посмотрите, насколько навязчиво поведение птичек. Оцените "уровень шума", который они создают. Похоже на правду?

Ну и наконец, **корабль** - это заветная мечта. Посмотрите, насколько четко ребенок видит детали корабля, это покажет, насколько четко ребенок представляет себе, чего он хочет. Если это пиратский корабль - тоже ничего, романтика. А вот если это разбитый остов корабля, посмотрите, какие разочарования сейчас гнетут юного человека.

Еще одни критерий - может ли он до корабля добраться. Не беда, если еще не может, и видит вообще "Корабль с алыми парусами". У него еще много лет на то, чтобы понять себя и мир вокруг. Плохо, если он говорит о корабле с печалью или сразу описывает препятствия - нет лодки, чтобы добраться, нет желания. Такое нередко бывает у подростков, но не пугайтесь, это возрастное "видение мира", оно проходит, когда выросший человек начинает лучше себя понимать.

Напомним еще раз, что ответы, которые вас обеспокоили, - еще не повод записывать себя или ребенка в разряд "неблагополучных", это всего лишь слепок нынешнего состояния сознания и подсознания. Но на какие-то спорные моменты стоит обратить внимание и учитывать их в дальнейшем.

