

## Тест «Путешествие»

Это известный психологический тест. Он интересен тем, что подходит детям самых разных возрастов. Да и взрослым будет полезно пройти этот тест и узнать много нового о себе. А заключается он в следующем.

**ПРИГЛАСИТЕ МАЛЫША В ПУТЕШЕСТВИЕ.** Не обязательно отправляться в заморские страны, можно представить сказочную прогулку по лесу. Текст может быть импровизационным, не надо заучивать его наизусть. Но в нем есть своя структура, несколько обязательных ключевых моментов. На них мы обратим внимание, когда будем расшифровывать символику теста.

**ОБЩАЯ РЕКОМЕНДАЦИЯ.** Произносите текст без эмоций и оценочных интонаций, спокойно и тихо. Не ожидайте только позитива от этого «путешествия». Ведь вам важно выяснить причины страхов и неуверенности малыша (если таковые имеются), изучить его психическую реальность. У ребенка не должно возникать никаких ассоциаций с вашим голосом, каких-либо установок и оценок. Хорошо, если тест проведет кто-то, с кем у ребенка менее эмоциональная связь. Малыш должен находиться в расслабленном состоянии, ему желательно лечь и закрыть глаза.

**Текст:** «Представь себе, что ты отправился на прогулку по лесу. Какой это лес? Много ли в нем солнца? Там тихо? Или шумит дождь, дует ветер? Какое сейчас время года в лесу? Весна? Лето? Осень или зима? Ты один в лесу или с тобой кто-то гуляет?

Вот показалась лесная поляна. А дальше родник. Ты хочешь из него напиться?

Вдруг на поляну выскочил зверь. Что это за животное? Что оно делает? А как ты себя ведешь с этим животным?

Затем ты увидел перед собой реку. Что ты будешь делать? Будешь переправляться через нее? Как ты это сделаешь?

На другой стороне реки, на опушке леса, стоит избушка. Ты пойдешь к ней? Когда ты подошел ближе к домику, то увидел дверь. Как она выглядит? На двери висит табличка с надписью. Там написано твое имя. Ты увидел табличку?

И вот ты вошел в дом. Что там внутри? Там светло? Как он выглядит? Сколько в нем комнат? Какие они? В какую комнату ты пойдешь сначала? Есть в этом домике и подвал. Ты туда спустишься? Опиши, что там находится. Есть здесь и чердак. Ты поднимешься на него? Что ты там видишь?

Затем ты оставил домик и пошел по дорожке. Но перед тобой забор. Как ты переберешься через него?

Ты снова идешь по тропинке. И вдруг перед тобой открылось море. Ты видишь чаек? Как они летают? Что делают?

И вот ты увидел корабль. Он далеко или близко от берега? Ты хочешь на него попасть? Как ты это сделаешь?

Вот наше путешествие и подошло к концу. Ты можешь мягко открыть глаза. Мы дома. Теперь расскажи, что ты видел? Тебе понравилось?»

## РАСШИФРОВКА СИМВОЛОВ

**Лес и прогулка.** Это отношение к жизни, доверие или недоверие людям и обстоятельствам. Чувствует ли ребенок себя в безопасности среди «джунглей» жизни?

**Родник.** Это источник всего нового.

**Зверь.** Это образ того, как ребенок воспринимает других людей. Это хищники или безобидные милые зверьки? Обратите внимание, как малыш идет на контакт: подходит сам или напряженно ждет, когда приблизятся к нему?

**Река, стена и забор.** Это символы препятствий. У каждого свои способы их преодоления или ухода от них.

**Дом.** Этот образ ассоциируется с семьей, взаимоотношениями с близкими. Если в избушке темно и неудобно, это говорит о дискомфорте малыша в стенах родного дома.

**Подвал.** Это наше подсознание, кладовка, куда мы складываем свои болезненные и неприятные чувства и мысли. Если ребенок смело спустился в подвал, значит, его подсознание не слишком «захламлено» и не отравляет ему жизнь. Если он боится туда войти, значит, есть табу и страхи.

**Чердак.** Это запас знаний, умений, навыков, которыми ребенок владеет. Если на чердаке светло, везде порядок, значит, малыш познает мир легко.

**Чайки.** Эти птицы символизируют родственников. Насколько спокойно они себя ведут?

**Корабль.** У многих народов мира корабль является образом мечты, устремлений в будущее. Если ваш малыш ясно и четко увидел свой корабль, подробно описал, как он выглядит, это хороший знак: он знает, куда идет и чего хочет. Обратите внимание, каким способом малыш будет добираться к своей «мечте». Сколько вариантов он назовет?