

### **Техника «Идеальный ребенок»**

Направлена на принятие ребенка и на поиск ресурсов. Родителям предлагается составить психологический портрет идеального ребенка. На лист бумаги вписываются качества идеального ребенка.

Идеальный ребенок (качества)	Какие чувства вы испытываете, если ребенок не такой?	Сколько % этого качества у ребенка с нарушением	Ресурс
добрый	беспокойство	70%	+
отзывчивый	горечь	40%	
умный	досада	90%	+
веселый	злость	70%	+
счастливый	негодование	40%	
общительный	разочарование	80%	+
успешный	возмущение	30%	
красивый	взволнованность	40%	
внимательный	ожесточение	20%	
жизнерадостный	обида	70%	+
послушный	бессилие	15%	
уравновешенный	бешенство	10%	
любопытный	гнев	50%	
ответственный	ожесточение	20%	
открытый и т.д.	обида	90%	+

Затем анализируется, какие чувства испытываете родитель, если ребёнок не такой? Например: беспокойство, беспомощность, бессилие, бешенство, взволнованность, возмущение, гнев, горечь, досада, жалость, злость, недовольство, негодование, ненависть, неприязнь, нетерпение, обида, ожесточение, раздражение, разочарование, ярость и др.

Анализ испытываемых чувств поможет, во-первых, снять эмоциональное напряжение осознанием испытываемых эмоций. Во-вторых, поможет адекватно выражать испытываемые чувства.

Следует проанализировать, почему именно эти качества представляют для родителя ценность? Почему ими должен обладать идеальный ребенок?

Что должен сделать ребенок для того, чтобы соответствовать идеалу?

По ходу обсуждения уточнениям: Действительно ли у ребенка, отсутствует это качество? Оно отсутствует полностью или просто не развито? Попробуйте ответить на вопрос: на сколько процентов это качество развито в ребенке в данный момент?

Подобные уточнения обращают внимание родителя на целый ряд важных психологических факторов: ребенок в потенциале имеет задатки идеала, несмотря на его особенности.

Выявив, что ребенок имеет положительную динамику развития, формируем оптимизм по отношению к ребенку.

Обращаем внимание родителя на тот факт, что ребенку вовсе не обязательно соответствовать всем перечисленным качествам, чтобы быть идеальным. Идеалов не существует. И ваш ребенок не исключение. Зато определенно имеет место уникальность ребенка, его неповторимый психологический портрет, который не становится менее ценным из-за отсутствия или несоответствия в этом портрете идеальных качеств, ожидаемых от него.

Идеал ребенка — это всего лишь его идеал.

Далее предлагается во второй колонке напротив каждого идеального качества проставить процент выраженности этого качества у ребенка.

Данная техника позволяет родителю пересмотреть уровень восприятия ребенка, обнаружить в нем задатки «идеала» и наметить пути развития в нем этих идеальных качеств. Те качества, которые у ребенка отмечены как присутствующие более чем на 50% будут служить ресурсом.