

«Эсти, будь человеком!» - книга про девочку, которая отказывается вести себя как человек и притворяется разными животными. Взрослые постоянно повторяют ей: «Эсти, будь человеком», но кажется, это лишь ещё больше раззадоривает её. Но затем, поступив по-человечески, поделившись своим мороженым с мальчиком, она понимает, что быть человеком бывает приятно. С психологической точки зрения это книга показывает ценность осознанного человеческого поступка – не животное-инстинктивного, а по-настоящему осознанного.

Темы для обсуждений с ребенком

1. Как тебе кажется, почему Эсти нравилось притворяться разными животными?
2. Во что ты любишь играть, в кого превращаться?
3. Каким зверем тебе нравится быть в игре?
4. Как ты думаешь, что такое – поступать как человек? Приведи примеры.
5. А бывает, что ты поступаешь как человек? Расскажи, пожалуйста, об этом.
6. Эсти нашла себе друга, а у тебя есть друзья? Что вы любите делать вместе?
7. Как ты думаешь, кем быть интереснее – человеком или животным? Почему?

Рекомендуемые задания по книге

1. *Будь человеком!*

Цель: понять и физически, и эмоционально разницу между инстинктивными, произвольными действиями, над которыми не надо задумываться, и осознанного поведения человека.

Взрослый дает ребёнку команду, например, «обедать», «веселиться» или «расчёсываться». А затем называет разных животных. Ребёнок должен показать, как звери выполняют названное действие.

В какой-то момент взрослый говорит: «Человек». И ребёнок должен показывать, как то или иное действие выполняет человек.

Важно, чтобы ребёнок почувствовал, каково это - ощущать себя и животным, и человеком.

2. *Я раньше не умел*

Цель: поддержать в ребёнке стремление к развитию, взрослению.

Ребёнок рисует себя совсем маленьким в левой части листа, в середине – таким, каким он видит себя сейчас, а в правой части – каким он будет, когда вырастет. Затем

взрослый спрашивает: «Что ты умеешь сейчас, чего не умел раньше?» Пусть ребёнок постарается назвать как можно больше разных вещей. Взрослый может поддерживать, хвалить, добавлять.

Следующий вопрос: «Что ты будешь уметь, когда вырастешь, из того, чего не умеешь сейчас?»

Взрослый тоже может нарисовать себя ребенком, взрослым и, например, в преклонном возрасте и рассказать ребёнку о своих умениях. Дети очень любят играть. Это помогает им расслабиться и вести себя так, как хочется, а не так, как призывает мир взрослых. У ребёнка обязательно должна быть возможность иногда подучиться. И если взрослый может разделить это веселье с ребёнком, то это будет бесценно для их отношений, станет прекрасным пространством для контакта.

Попробуйте иногда, пусть на 10 минут в день, становиться беззаботными и легкими, прыгать в постели, рычать и бодаться, брызгаться водой, хохотать. Вы быстро поймете, насколько это важно вашему ребёнку.