Тест «Кто я?»

Десять раз задайте себе этот вопрос и запишите ответы на листочке.

Если некоторые родители задумаются и скажут, что 10 ролей - это много, подбодрите их, посоветуйте вспомнить, чем они увлекаются, какую работу выполняют дома, на даче ...

Когда работа закончена, родителям предлагается оценить ее результаты: «Посмотрите, на каком месте стоит ответ «Я мама» или «Я папа». Если вы написали об этом в первую очередь, значит, родительская позиция для вас наиболее важна в жизни. Если же такой ответ встречается в числе последних или не встречается вообще, это может свидетельствовать о том, что вы несколько отдалились от своего ребенка, отвлеклись на повседневные заботы или очень загружены работой.

Конечно, результаты тестирования нельзя воспринимать как истинное положение вещей. Мы только предлагаем вам задуматься над тем, не потерялось в повседневной суете ваше главное предназначение - материнство и отцовство. И решать это только вам самим!

Тест «Какой мой ребенок?»

Нужно написать 10 эпитетов, которые отражают особенности вашего ребенка. Затем оценить каждое названное качество знаком «плюс» или «минус», но не в общепринятом смысле, а только с вашей точки зрения. Например, щедрость принято считать достоинством, но у вашего ребенка она настолько выражена (она постоянно раздает свои игрушки), что вы склонны считать ее недостатком. Будьте предельно откровенны с самим собой, иначе тест не имеет смысла.

Когда работа закончена, предлагается подсчитать, сколько получилось плюсов и минусов: «Если преобладают плюсы (не менее 8), то в вашем отношении к ребенку все в порядке. Вы любите его, пытаетесь принимать таким, какой он есть. Если нет ни одного минуса, то эта крайность не имеет ничего общего с принятием и истинной привязанностью. «Слепая любовь» не поможет ребенку избавиться от имеющихся у него недостатков. Сначала их надо признать.

Если результаты 50 на 50, то ваше принятие ребенка можно поставить под сомнение. Считать своего ребенка наполовину плохим могут или критически настроенные родители, или недостаточно любящие.

Если же вы видите в ребенке в основном плохие качества, то ни о каком принятия и любви не может быть и речи. Вы выделяете недостатки для того, чтобы бороться с ними, не подозревая, что в этой борьбе можно потерять главное - любовь и искренность ребенка.