

"Услышь себя"

Часто ли родители слышат самих себя? Какова способность взрослых проанализировать собственные реакции на поведение ребенка?

Предлагаем проверить это с помощью теста «Услышь себя». От вас требуется лишь максимально честно отметить те фразы, которые чаще всего звучат в вашем доме при разговоре с ребенком.

1. У всех дети, как дети, а ты...
2. Мне надо с тобой посоветоваться...
3. На кого ты похож, на тебя смотреть противно!
4. Ты самый замечательный!
5. Сколько раз тебе нужно повторять!?
6. Умница моя!
7. Вечно ты ничего не помнишь!
8. Ты настоящий помощник!
9. Ты можешь хоть что-то сделать нормально?
10. Помоги мне, пожалуйста...
11. В кого ты такой уродился!?
12. Давай обсудим это вместе...
13. Я кому говорю!?
14. Спасибо, сынок (доченька)!
15. И о чем ты только думаешь?
16. Какой ты у меня сообразительный!
17. Ты хоть что-то способен понять?
18. Молодец, ты все сделал хорошо!
19. Ты что, язык проглотил?!?
20. Без тебя мне не справиться!

Результат теста прост: если оказалось, что в разговоре с сыном или дочерью чаще произносятся нечетные фразы, не стоит удивляться, почему отношения с ребенком не складываются так, как хотелось бы.

Что же можно изменить? Данный тест показывает, что реакция взрослых в ответ на поведение детей может быть как разрушительной, так и способной сформировать у них чувство уверенности в себе. Самая главная и трудная задача взрослых - сократить число разрушительных реакций, которые, зачастую служат ответом на плохое поведение ребенка. Необходимо помнить, что вы должны оставаться спокойными. Почувствовав, что в вас закипает гнев, отойдите от ребенка и не начинайте разговор с ним, пока не успокоитесь сами. Ответьте себе на вопрос: «Чего я хочу - сорвать злость или изменить поведение ребенка?» Если вы готовы начать разговор, то делать это нужно твердым тоном, без надрыва, чтобы ребенок чувствовал за словами вашу правоту. Если вы будете кричать: «С тобой иначе невозможно! Что это такое? Я кому говорю!?!» - никто вас не услышит.

Залог успеха - ваше самообладание.