

Методика: « **Кто сильнее: Вы или ребенок?** ».

Источник: авт.-сост. Т. Н. Захарова и др.

«Формирование здорового образа жизни у младших школьников»
– Волгоград: УЧИТЕЛЬ, 2007г.; стр. 169 – 172

Этот тест поможет понять, насколько грамотно вы реагируете на «**неправильное**» поведение собственных детей. Поставьте себе отметку за «**воспитательское**» поведение в последние два месяца – от нуля до трех баллов, в зависимости от того, насколько вы уверены в ответе.

1. Если мой ребенок не оставляет меня в покое ...

я не обращаю на это никакого внимания

3 2 1 0 1 2 3

тут же реагирую на его поведение

2. Если я обещаю наказать ребёнка ...

то уверен(а), что смогу выполнить угрозу

3 2 1 0 1 2 3

я знаю, что не смогу выполнить свою угрозу

3. Я...

четко говорю ребёнку, что ему можно делать, а что нет

3 2 1 0 1 2 3

позволяю ребёнку делать всё, что он хочет

4. Если мой ребёнок плохо себя ведёт...

я повышаю голос или кричу на него

3 2 1 0 1 2 3

я говорю с ним спокойно

5. Если ребёнка нет рядом...

часто я не знаю, что он делает в это время

3 2 1 0 1 2 3

в основном я знаю, что он делает в это время

6. Если мой ребёнок поступает так, как мне не нравится ...

я всегда принимаю ответные меры

3 2 1 0 1 2 3

я просто не обращаю на это внимание

7. Если ребёнок меня не слушается...

я быстро выхожу из себя и совершаю поступки, о которых потом сожалею

3 2 1 0 1 2 3

я всегда держу себя в руках

8. Если я обращаюсь к ребёнку с угрозой или предупреждением...
часто это остаётся только на словах
3 2 1 0 1 2 3
привожу угрозу в исполнение
9. Если мой ребёнок поступает плохо...
я всё равно не позволяю ему разозлить меня
3 2 1 0 1 2 3
я злюсь так сильно, что ребёнок замечает это
10. Если мой ребенок плохо себя ведёт...
я редко говорю ему грубости и ругаю его
3 2 1 0 1 2 3
часто прибегаю к грубым словам
11. Если я сначала что-то запрещал(а) ребёнку ...
в итоге я делаю ему послабление
3 2 1 0 1 2 3
я до конца стою на своём
12. Если мой ребёнок делает то, что мне не нравится...
я никогда не говорю ему обидных слов
3 2 1 0 1 2 3
я обычно говорю ему обидные слова
13. Если у ребёнка начинается истерика потому, что я ему что-то запретил(а)
я отказываюсь от запрета
3 2 1 0 1 2 3
я упорно стою на своём

КАК УЗНАТЬ РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА.

Тест позволяет оценить не саму систему воспитания, принятую в вашей семье, а только ваше отношение к «проблемному» поведению, то есть последовательны ли вы в своих поступках и адекватно ли реагируете на действия ребенка. Вы должны сделать следующие шаги:

1. Просчитайте ответы на вопросы **1, 2, 3, 6, 7, 9, 10, 12** по следующей схеме:

3 2 1 0 1 2 3 **ОТВЕТЫ**

1 2 3 4 5 6 7 **БАЛЛЫ**

Пример.

В первом вопросе вы выбрали вариант **0** – запишите себе **4 балла**.

2. Просчитайте ответы на вопросы **4, 5, 8, 11, 13** по следующей схеме:

3 2 1 0 1 2 3 **ОТВЕТЫ**

7 6 5 4 3 2 1 **БАЛЛЫ**

3. Сложите *все* полученные *баллы*, разделите сумму **на 13** (число вопросов), и вы получите общую оценку за свой подход к «проблемному» поведению.

Для оценки того, насколько вы *последовательны*, сложите баллы, полученные за ответы на вопросы **2, 3, 6, 8, 11, 13** и разделите сумму **на 6**.

Для оценки *адекватности реакции* сложите баллы, полученные за ответы на вопросы **1, 4, 7, 9, 10, 12** и разделите сумму **на 6**.

4. **Интерпретация.** Чем выше полученная оценка, тем менее эффективно ваше отношение к «проблемному» поведению детей. Сравните свои данные со средними показателями.

СРЕДНИЕ ПОКАЗАТЕЛИ.

Общая оценка – 3,43 Последовательность – 3,43

Адекватная реакция – 4,34

Родители, набравшие количество баллов, *примерно средним показателям*, устанавливают своим детям чёткие правила поведения и при этом редко теряют контроль за собой.

Для «*либеральных*» родителей (их показатель «*последовательности*» существенно выше среднего) не важно выполнение правил, и это лишь провоцирует агрессию детей.

Слишком *эмоциональные родители* (показатель «*адекватность реакции*» выше нормы) часто приходят в ярость, когда важно оставаться спокойным. Это также мешает добиться нужных результатов в воспитании ребенка.