

„Părinții din nou la școală!”

Ce notă (de la 1 la 10) credeți că v-ar da copilul dvs. la următoarele aspecte? Ce notă v-ați acorda comportamentelor pe care le aveți față de copilul dvs.?

Nr. Crt.	Părintele meu	Nota copil	Nota mea
1.	Mă ascultă cu atenție.		
2.	Își stăpânește emoțiile negative.		
3.	Are răbdare cu mine.		
4.	Îmi înțelege preocupările		
5.	Petrece timp suficient cu mine.		
6.	Îmi vorbește calm.		
7.	Îmi îndeplinește nevoile și dorințele		
8.	Îi agreează pe prietenii mei.		
9.	Mă încurajează în tot ceea ce fac.		
10.	Mă ajută la teme(când am dificultăți).		
11.	Este cald și afectuos.		
12.	Are simțul umorului.		
13.	Știe să se relaxeze.		
TOTAL			

Comparați cele două note pentru fiecare comportament și reflectați asupra aspectelor comportamentale la care nu ați obținut note bune! Găsiți modalități să vă îmbunătățiți performanța! Puneți-le în practică timp de o săptămână (până la o lună) și reluați evaluarea. Comparați rezultatele totale obținute prin auto-evaluare și prin evaluarea copilului cu cele anterioare. Găsiți alte modalități de îmbunătățire a rezultatelor. Reluați procesul ori de câte ori considerați că este necesar. Astfel, vă veți îmbunătăți relația pe care o aveți cu copilul dvs.!

„Părinții din nou la școală!”

Ce notă (de la 1 la 10) credeți că v-ar da copilul dvs. la următoarele aspecte? Ce notă v-ați acorda comportamentelor pe care le aveți față de copilul dvs.?

Nr. Crt.	Părintele meu	Nota copil	Nota mea
1.	Mă ascultă cu atenție.		
2.	Își stăpânește emoțiile negative.		
3.	Are răbdare cu mine.		
4.	Îmi înțelege preocupările		
5.	Petrece timp suficient cu mine.		
6.	Îmi vorbește calm.		
7.	Îmi îndeplinește nevoile și dorințele		
8.	Îi agreează pe prietenii mei.		
9.	Mă încurajează în tot ceea ce fac.		
10.	Mă ajută la teme(când am dificultăți).		
11.	Este cald și afectuos.		
12.	Are simțul umorului.		
13.	Știe să se relaxeze.		
TOTAL			

Comparați cele două note pentru fiecare comportament și reflectați asupra aspectelor comportamentale la care nu ați obținut note bune! Găsiți modalități să vă îmbunătățiți performanța! Puneți-le în practică timp de o săptămână (până la o lună) și reluați evaluarea. Comparați rezultatele totale obținute prin auto-evaluare și prin evaluarea copilului cu cele anterioare. Găsiți alte modalități de îmbunătățire a rezultatelor. Reluați procesul ori de câte ori considerați că este necesar. Astfel, vă veți îmbunătăți relația pe care o aveți cu copilul dvs.!

De reflectat!

1. Cum este atmosfera în familia mea?
2. Cum este copilul meu și cum mi-aș dori să fie?
3. Ce legătură este între atmosfera de acasă și comportamentul copilului meu?
4. Ce pot schimba în atmosfera familială pentru a-mi ajuta copilul să-și valorifice la maximum calitățile?

De reflectat!

1. Cum este atmosfera în familia mea?
2. Cum este copilul meu și cum mi-aș dori să fie?
3. Ce legătură este între atmosfera de acasă și comportamentul copilului meu?
4. Ce pot schimba în atmosfera familială pentru a-mi ajuta copilul să-și valorifice la maximum calitățile?