

«Вопросы под подушкой»

Потребность в эмоционально безопасной привязанности к своему взрослому является одной из жизненно важных потребностей человека. Крепкий позитивный эмоциональный контакт родителей с детьми, прочные отношения привязанности – основа профилактики различных поведенческих нарушений, в том числе зависимого поведения.

Эмоциональный контакт проявляется через ощущение сопричастности взрослого к проблемам и переживаниям ребенка, через позицию "Я с тобой, я на твоей стороне. Я - твой лучший друг и ты всегда можешь обратиться ко мне за помощью". В теории привязанности это выражается в виде формулы: "сначала связь, потом – воспитание".

Чтобы эта связь была, необходимо разговаривать с ребенком, узнавать его мысли, чувства, переживания. Но, очень часто, в течение дня у нас ни на что не хватает времени, и мы ограничиваемся просьбами или приказами: «сделай», «не забудь», «поправь»....

Перед тем, как сказать ребёнку «Спокойной ночи», задайте ему один-два вопроса из предложенного списка. «Вопросы под подушкой» помогут начать разговор по душам с сыном или дочерью и узнать о ребенке много нового.

- О чем ты любишь мечтать?
- Кто твой герой и почему?
- Если бы ты мог что-то поменять в себе, что бы ты изменил?
- За что ты собой больше всего гордишься?
- Кто самый добрый человек в твоём окружении? Почему?
- Что тебе больше всего нравится в твоём лучшем друге?
- Какую одну вещь ты бы хотел научиться делать хорошо?
- Если бы ты был животным, то каким именно и почему?
- Если бы тебе разрешили оставить себе только одну вещь из всех, что у тебя есть, какую бы ты выбрал?
- Кого бы ты назвал по-настоящему успешным человеком? Почему?
- В какие моменты ты чувствуешь, что взрослые тебя не понимают?
- Если бы у тебя была возможность провести 48 часов в любой точке мира, куда бы ты отправился?
- За что ты больше всего благодарен в жизни? Кому ты больше всего благодарен?
- Если бы ты мог поменяться местами с любым человеком на свете, с кем бы ты хотел

поменяться местами и почему?

— Какую одну вещь ты можешь сделать сегодня лучше, чем вчера?

— Что бы ты предпочел: уметь летать или читать мысли?

— С кем ты больше всего ждешь встречи в школе (садике) каждый день?

— Если бы ты собирал свой обед в школу самостоятельно, что бы ты туда положил?

— Кто из твоих одноклассников (ребят в группе) самый дружелюбный?

— С кем ты провел больше всего времени сегодня?

— Какая у тебя любимая игра и почему?

— Кто заставляет тебя смеяться и почему?

— Если бы ты мог сыграть любую роль в твоём любимом фильме или мультике, какую бы ты выбрал и почему?

— С кем в нашей семье тебе веселее всего проводить время?

Сладких вам снов...