

Тест на здоровые границы в семье с подростками

1. Ваш ребенок спит отдельно от вас?

Да

Нет

2. У вашего ребенка есть отдельная его собственная зона в квартире?

Да

Нет

3. Можно ли вашему ребенку закрыться в своей комнате?

Да

Нет

4. Дверь в туалет в вашем доме закрывается?

Да

Нет

5. Ребенок наводит порядок в своей зоне сам?

Да

Нет

6. Знаете ли вы пароль от телефона/ компьютера вашего ребенка?

Да

Нет

7. Забираете ли вы у ребенка его личные вещи (телефон, наушники, косметику и т.д.)?

Да

Нет

8. Должен ли ваш ребенок доедать всю пищу из тарелки?

Да

Нет

9. Вы делаете уроки вместе с ребенком?

Да

Нет

10. Вы решаете, что ваш ребенок будет делать в свободное время?

Да

Нет

11. Вы решаете, в какие кружки и секции должен ходить ваш ребенок?

Да

Нет

12. Вы будите ребенка по утрам?

Да

Нет

13. Ваш ребенок сам выбирает одежду на день?

Да

Нет

14. Ваш ребенок купается или принимает душ без вашего участия?

Да

Нет

15. У вашего ребенка есть свои ключи от дома?

Да

Нет

16. Входите ли вы в комнату ребенка со стуком?

Да

Нет

17. Есть ли в вашем доме зона, принадлежащая только вам?

Да

Нет

18. Берут ли дети ваши вещи без спроса?

Да

Нет

19. Будете ли вы настаивать, если ваш ребенок не хочет о чем-то с вами говорить?

Да

Нет

20. Ваш ребенок добирается в школу/ из школы самостоятельно?

Да

Нет

Подвести итог:

Если все ответы соответствуют желтым — границы выстроены хорошо.

Если не все — границы в процессе выстраивания.

Если не совпадают, то границ с детьми нет.