

Воспитание благодарных детей

"Я его выкормила, вырастила, а он...". И такие жалобы можно услышать от родителей, чьи дети, вместо того чтобы быть благодарными, пошли своим путём.

Какой же благодарности мы ждём от сыновей или дочерей? И что мы сделали для того, чтобы воспитать в ребёнке эту черту?

Предлагаем разобраться, почему из любимых деток вырастают неблагодарные взрослые.

Что такое благодарность

Чувство признательности и уважения за определённый вклад в свою жизнь, за то, что появился на свет, за счастливое детство, за хорошее образование – запросы мам и пап в современном обществе не знают границ. А должны ли дети вообще быть благодарными своим родителям?

Конечно, да, ведь благодарный ребёнок – это счастливый человек, который не испытывает вины. Ему знакомо чувство эмпатии и сочувствия, и он воспринимает семейные обязанности как нечто естественное, как неотъемлемую часть своих ценностей.

Однако благодарность как качество личности человек приобретает в процессе воспитания, а не рождается с ним, поэтому благодарных детей нужно правильно воспитывать, а не ждать, когда чувство проявится в процессе взросления.

Как научить ребёнка быть благодарным

❖ **В первую очередь** следует показывать **личный пример**. Закономерно, что у благодарных родителей вырастают благодарные дети

Чтобы чувствовать благодарность, ребёнка недостаточно научить говорить "Спасибо" за каждое действие. Но это первые шаги, с которых следует начинать. Ребёнок становится благодарным, когда начинает понимать, как другой человек проявил заботу или оказал помощь. Это может проявляться как по отношению к самому себе, так и по отношению к его родным, близким людям. А для этого требуется умение ставить себя на место других.

❖ **Вторым шагом на пути** воспитания благодарных детей будет **умение заботиться о других**. Ребёнок обязательно запомнит приятные эмоции, которые испытает, услышав благодарное "Спасибо" от объекта заботы, увидев его улыбку и счастье в глазах. Это позволит малышу понять, что о нём тоже заботятся (мама, папа, брат или сестра, бабушка, дедушка), что это следует ценить и отвечать соответствующе.

- Сначала ребёнок замечает заботу, и это стимулирует его думать и рассуждать. При этом он испытывает определённые эмоции, которые заставляют его радоваться

- После признания эмоциональных проявлений (в зависимости от силы и направления) ребёнок начинает действовать – либо улыбнется и поблагодарит словесно, либо обнимет и подумает, какие же родители у него хорошие, либо позаботится в ответ.

Всё это – 4 основных этапа благодарности, которым следует научить:

1. Идентификация действий (заботы);
2. Размышления ребенка;
3. Ощущения и их принятие;
4. Ответное действие.

Понимая данную формулу, можно научить своего ребёнка быть благодарным и счастливым.

На забывайте проявлять заботу и отвечать благодарностью тем, кто заботится о вас. Именно пример взрослых и их отношение к ребенку и к окружающим становится лучшим методом воспитания благодарного сына или дочери.