



Можно ли научить быть благодарным?

Конечно, учить детей быть благодарными нам, родителям, можно и нужно. И самый эффективный способ обучения — на собственном примере. **Научить своих детей быть благодарными могут только те родители, которые сами являются благодарными людьми.**

- ✓ Почаще сами говорите своим детям "Спасибо!". Находите, за что, — и говорите. Помог ли ребёнок вам по дому, пожалел ли вас, усталых, после работы — не важно. Благодарите! Благодарите просто и искренне.
- ✓ Время от времени проговаривайте вслух своим детям, за что именно вы им благодарны. Находите, за что, — и проговаривайте.
- ✓ Как можно чаще рассказывайте своим детям, каким людям, будь то родственники, друзья или коллеги по работе, вы благодарны. Объясняйте детям все специфические детали, почему и за что именно вы благодарны тем или иным людям.
- ✓ Постоянно обсуждайте со своими детьми, за что вы (вместе с ними) можете быть благодарными судьбе, жизни. Проговаривайте вслух и обсуждайте то, что вы и ваш ребёнок имеете в этой жизни. Давайте ребёнку понять, что имеете вы действительно немало.
- ✓ Подготавливайте вместе с детьми, подписывайте и дарите благодарственные открытки разным людям.
- ✓ Почаще подговаривайте своих детей делать небольшие подарочки и устраивать приятные сюрпризы разным родственникам, знакомым и друзьям семьи в знак благодарности этим людям за что-то.

Желаем вам, уважаемые взрослые, прежде всего самим почаще испытывать в своей жизни одну из высших эмоций человеческой души — чувство благодарности. Это, во-первых, будет означать, что вы — счастливый человек, т.к. именно счастливики испытывают это чувство чаще остальных. А во-вторых, это будет явно увеличивать ваши родительские шансы вырастить благодарных детей. Желаем вам, уважаемые взрослые, самим быть просто благодарными людьми!