

## Несколько способов научить ребенка доброте



Все родители хотят, чтобы их дети выросли добрыми и заботливыми. Мамы и папы прилагают все усилия, чтобы их малыш умел отличать добро от зла, помогал людям, был справедливым и сострадательным. Никто не хочет, чтобы их дети проявляли жестокость и нетерпимость к другим. Но быть добрым нелёгкое дело. Помогать окружающим, выслушивать их проблемы часто бывает тяжело взрослым, не то что детям. Поэтому родители должны знать, как научить ребёнка доброте.

### Как воспитать ребенка добрым

Приучите ребёнка создавать позитивные мысли. Стать добрым легко, если желать счастья окружающим. Прodelайте с малышом простое упражнение: пусть он представит, кому хочет послать позитивные пожелания. Это может быть бабушка, сестра, друг, даже любимый кот. А затем сформирует добрые мысли. Например, «пускай у бабушки будет

хорошее здоровье» или «пусть сестра отлично напишет контрольную работу».

Расскажите ребёнку добрые истории. Это могут быть случаи из жизни родителей или добрые сказки, учящие милосердию и гуманности. Хорошие повести могут отлично привить сына или дочь к доброте. Они могут изменить сознание малыша, избавляя его от скучных лекций. Малышам следует регулярно читать на ночь. А детям постарше нужно помочь составить список добрых книг.

Чаще улыбайтесь. В 2002 году в Швеции был проведён эксперимент, который доказал, что улыбка заразительна. Когда ребёнок посмотрит на улыбающихся родителей, его губы сами по себе растянутся в улыбке. А этот простой мышечный акт дарит душевное тепло и согревающие эмоции.

Не культивируйте равнодушие! Не будьте прислугой своим детям — это порождает равнодушие. В семьях, где ребёнок воспринимает родителей как снабженцев, готовых исполнять его бесконечные капризы и желания, поселяется детское равнодушие, ведь родители поступают своими чувствами и желаниями в угоду маленьким эгоистам. Детям, равнодушным к собственным родителям, будет наплевать и на окружающих людей. Относитесь к себе с уважением и вниманием — ребёнку будет от этого только польза.



Научите ребёнка говорить комплименты. Любому человеку будет приятно услышать о себе что-то хорошее. В 2012 году японские учёные из Национального института физиологии выяснили, что в головном мозгу активно работает структура под названием стриатум, когда человек получает комплименты или деньги. Приучите сына или дочь замечать что-то хорошее в людях и говорить им об этом.

Грубость не свойственна добрым людям. Недаром говорят: «будьте вежливы и добры», потому что вежливость тоже несёт в мир позитив. Приучайте ребенка говорить «волшебные слова»: «спасибо», «пожалуйста», «будьте здоровы», «здравствуйте», этим вы учите его быть доброжелательным.

Прививайте ребёнку привычку случайно делать добро. Гуляя по улице, переведите вместе с ним бабушку через дорогу. Или помогите заблудившемуся человеку. Здоровайтесь с соседями. Регулярные добрые дела помогут малышу обрести хорошую привычку помогать людям. Главное - научите ребенка получать удовольствие от того, что он помогает, заботится, не проходит мимо. Не стоит сильно хвалить за это - достаточно обычного одобрения, ведь такое поведение должно стать нормой.

Расскажите ребёнку о волонтерстве. Объясните, кто такие волонтеры и почему они бесплатно помогают окружающему миру. Кроме этого, полезно будет вместе с малышом вступить в какую-нибудь волонтерскую организацию и на практике показать, как это здорово - быть добрым и помогать другим. Вы можете убирать мусор в парке, кормить бездомных животных, отдать игрушки в детдом. Главное, чтобы ваш ребенок понял, что проявляя доброту, человек становится лучше. Сочувствие другому может породить дружбу, а добрые дела очищают душу.



Многие родители задумываются о том, стоит ли растить доброго и отзывчивого ребенка в современном несправедливом и жестоком мире. Стоит. Эти качества помогут развить способность дружить и любить, а в дальнейшем сделать любые отношения уже взрослого человека полноценными и счастливыми. И, что совсем немаловажно, родителям можно рассчитывать на поддержку и заботу только от детей, которые привыкли это делать.

Лев Толстой, великий русский писатель, педагог, тонкий психолог, говорил так: «Нет в мире прекраснее чувства, чем ощущение, что ты сделал людям хоть каплю добра». Способствуйте развитию подобных чувств у ваших детей.