

Как научить ответственности, не навязывая чувства вины, стыда

- Ругайте за поступки, не затрагивая личность. Выражая своё недовольство поведением ребёнка, не ругайте его самого, отмечайте только поступок. Сообщения не должны содержать оценки самого ребенка: «Ты плохой! Ты лентяй!» Оценивайте не ребенка, а его поступки: «Неаккуратно выполнил задание. Здесь ты мог бы проявить ответственность. Ты можешь сделать лучше».
- Отделяйте свои чувства от действий ребенка. Не «Ты позоришь меня!», а «Я чувствую себя некомфортно, появляется чувство неловкости» Не «Ты меня расстраиваешь!», а «Я расстраиваюсь, когда...».
- Не ругайте ребёнка при свидетелях, если только они не участники конфликта, тогда можно разбирать ситуацию сообща.
- Не приучайте формально просить прощения. Не заставляйте просить прощения ради самого акта. Нужно деятельное раскаяние: человек должен осознать, в чём он был неправ, и исправить последствия, а не проглотить сквозь зубы: «Извини», ничего не осознав и не поняв при этом. Лучше всю энергию пустите на то, чтобы объяснить, что он сделал не так, почему этот поступок плохой и как его можно исправить.
- Помогайте ребёнку понять взаимосвязь между его действиями и результатом. Показывайте моменты, нуждающиеся в коррекции. Приводите примеры, объясняйте чувства другого человека в момент его провинности.
- Показывайте личный пример. Применяйте все эти советы к себе самому, избавляйтесь от вины и стыда, берите на себя ответственность за свои поступки, выполняйте обещания. Начните, например, с такого, не "Ты меня довёл до крика", а "Я накричала на тебя, извини, я неправа, позволила эмоциям взять верх, неправильно решать конфликты на повышенных тонах».

«Советы родителям»

- ◆ Помните: волевые и моральные качества ребенка формируются вами. От вас зависят его нрав, вкус, ум, круг знаний, мир увлечений, навыки и привычки, сила и слабость характера.
- ◆ Добрые свойства передаются ребенку не нравоучениями и запретами, не угрозами и наказаниями, а жизненным примером отца и матери, их линией поведения, атмосферой семьи, теплом домашнего очага.
- ◆ Не забывайте: ребенок учится не только тогда, когда мы посадим его перед собой и станем разъяснять ему законы человеческой жизни. Думая, что ребенок играет и не слышит нас, мы иногда не очень щепетильно обсуждаем свои взрослые проблемы, выражаем свое отношение к ним. Дети впитывают все это, как губка.
- ◆ В интересах своих детей строго спрашивайте самих себя, завоевывайте право указывать, требовать, влиять.