

Десять способів навчити дитину доброти

Сприяйте появі в житті дитини певних нескладних занять – і ви зможете виховати в ній доброту.

Одне з найважливіших завдань батьків – виховати в дітях доброту, щоб у майбутньому вони стали порядними й добрими людьми. Ми всі прагнемо, щоб наші діти допомагали іншим людям і не були жорстокими, нетерпимими або упередженими з тими, хто навколо них.

Доброта та структура мозку

Погляньмо правді у вічі: бути постійно добрим буває нелегко. Навіть дорослі не завжди готові ділитися тим, що належить їм. Нам буває нелегко допомагати іншим, коли здається, що самі потребуємо допомоги.

Гарна новина полягає в тому, що доброту можна виховати. Як і будь-яку іншу модель поведінки, доброту можна розвинути шляхом повторення певних дій. Головний спосіб, за допомогою якого дитина засвоює нові моделі поведінки – наслідування інших. Це означає, що батьки мають багато можливостей навчити дитину доброти. З іншого боку, це накладає на них велику відповідальність, адже вони мусять показати дитині позитивний приклад.

Дзеркальні нейрони – це клітини головного мозку, відповідальні за наслідування. Вони особливо активні в дитинстві. Коли діти спостерігають за діями тих, хто навколо, їхній мозок реагує так, ніби вони самі роблять цю дію. У їхньому мозку формуються нові нейронні зв'язки, і це створює основу для поведінки, якої вони будуть дотримуватися протягом усього життя.

Завдяки нейропластичності – здатності головного мозку адаптуватися та змінюватися – люди можуть засвоювати нові моделі поведінки, зокрема, ставати добрішими. Дитячий мозок має до цього особливу здатність, адже в дитини ще не сформовані звички на все життя.

У процесі дорослішання вашої дитини ви можете бачити, наскільки їй властива доброта як риса характеру. У когось ця риса більш виражена, у когось – менше. Однак є ще й ситуативна доброта, яку слід розвивати в дитині. Коли ви вчите дитину доброти, вона розуміє, що це важливо. При цьому потрібно враховувати, на якому етапі розвитку перебуває дитина. У будь-якому віці діти повинні знати, як у житті виявляти доброту.

Чому нам потрібно більше доброти

У наш час люди дуже часто засуджують інших. Інтернет-коментарі про знаменитих або простих членів суспільства – узвичасні явища. Недобре ставлення до інших не є чимось новим: люди так поведуться споконвіку. Але саме на сучасному етапі вони почали засуджувати один одного легко, швидко

й анонімно. Діти, які живуть і розвиваються у світі цифрових технологій і соціальних мереж, дуже швидко цього вчаться.

Діти не схильні бачити явища в широкому контексті. Оскільки маленькі діти зосереджуються тільки на тому, що навколо них і не здатні бачити речі в перспективі, вони не усвідомлюють наслідків такої поведінки, як грубість, ігнорування когось або знущання над кимось. Крім того, діти зазвичай зосереджені на самих собі, а це значить, що їм не завжди до снаги поглянути на ситуацію з чужої позиції й замислитися над тим, що відчуває інша людина.

Однак це не означає, що діти недобрі за своєю природою. Насправді вони схильні до співчуття й готові допомогти. Батьки, вихователі, учителі та інші дорослі можуть використовувати ці природні схильності, спонукаючи дітей думати про почуття інших людей, перш ніж здійснювати ті чи інші вчинки.

Заняття, які вчать дитину доброти

Щоб навчити дітей дошкільного віку доброти, можна ввести певні заняття в щоденний розпорядок дитини.

Ось деякі з них:

- запропонуйте дитині зробити щось приємне для вихователя в дитячому садку. Нехай дитина намалює вихователеві картинку або принесе гостинець;
- жертвуйте на благодійність іграшки, якими дитина вже не грається. Поясніть дитині, що це може допомогти іншим дітям, яким у житті пощастило менше;
- дорогою в дитячий садок запропонуйте дитині посміхнутися п'яти зустрічним людям;
- запропонуйте дитині запросити всіх друзів погратися. Поясніть, що коли когось не беруть гратися – це погано;
- якщо у вас двоє дітей, дозволяйте їм по черзі обирати фільм, який ви разом переглянете ввечері;
- запропонуйте дитині намалювати малюнок для бабусі й дідуся і вишліть їм поштою;
- заохочуйте, щоб дитина допомагала вам по господарству. Добирайте для неї заняття відповідно до її віку;
- поясніть дитині, чому важливо говорити слова «дякую» і «будь ласка»;
- коли ви бачите, що хтось чинить добре, зверніть на це увагу дитини;
- запропонуйте дитині поділитися своєю улюбленою іграшкою з другом.

Кращим способом навчити дитину доброти є позитивний приклад батьків. Коли ви будете ласкаві до своїх друзів, сім'ї й незнайомих людей, діти навчатимуться цього у вас.

<https://childdevelop.com.ua/articles/upbring/5984/>