

Тематическая консультация для родителей

«Как научить ребенка прощать»



Педагог-психолог МБДОУ № 6
Коротаева И.Н.



Большинство современных родителей, когда их ребенок попадает в эпицентр ссоры или конфликта, учат его отвечать обидчику той же монетой: дать сдачи, обозвать, надуть губы и с гордым видом уйти, даже если инициатор конфликта искренне просит прощения. Это в корне неправильный подход, из-за которого впоследствии страдает не только сам ребенок, но и родители, поскольку не умеющее прощать чадо вырастает агрессивным и обидчивым. Как же научить ребенка не носить в себе обиду, понимать причины ситуаций, которые к этому приводят, и уметь правильно реагировать на просьбу о прощении?

Хороший пример лучше тысячи слов

Правильный пример должны показывать подрастающему человечку родители. Если мама с папой убеждают малыша, что нужно дать обидчику сдачи, или сами бросаются выяснять отношения с теми, кто обидел их чадо, у ребенка формируется неправильная модель поведения.

В раннем возрасте дети учатся правильно реагировать на различные ситуации, наблюдая за родителями и копируя их поступки и манеры. Вполне естественно, что ребенок будет проявлять агрессию по отношению к тому, кто его обидел, если перед его глазами мать и отец ведут себя так же. Если же родители

объясняют ребенку, что решать конфликты нужно мирным путем, но при этом на свое собственное поведение внимания не обращают, малыш теряется и не понимает, что на самом деле правильно: то, как ведут себя родители, или то, что они говорят.

Как объяснить ребенку, зачем нужно уметь прощать

Очень важно объяснить ребенку сознательного возраста, что такое прощение и зачем необходимо этому научиться. Расскажите малышу, что прощение других людей – очень важное и доброе дело, которое помогает человеку жить с легким сердцем, не держа зла на обидчика. Объясните малышу, что все люди иногда ссорятся, но потом обязательно происходит примирение, но только в том случае, если они умеют прощать друг друга. Если ваш ребенок уже достиг школьного возраста, стоит привести ему примеры из вашей собственной жизни и рассказать, к чему привело непрощение старых обид, и как сильно вы переживали, что когда-то не помирились с близким человеком.

Важно научить малыша понимать, почему так произошло. Объясните ему, что очень редко в ссоре бывает только один виноватый, и чаще всего причиной конфликта становится неправильная реакция обеих сторон. Научите его анализировать собственное поведение и поступки обидчика, понимать суть конфликта и искать возможные варианты выхода из него.

Очень часто ребенку кажется, что родители не могут понять его чувства и глубину обиды, поэтому не принимает их советы всерьез. Очень важно

откровенно и спокойно говорить с малышом о проблеме, а не отмахиваться от него со словами «подумаешь, ерунда» или «разве это повод для ссоры?». В таком случае ребенок почувствует, что его понимают, охотно поделится с мамой или папой накопившимися эмоциями, сможет проанализировать ситуацию и найти из нее правильный выход.



Если малыш не хочет прощать обиды

Если ребенок не прислушивается

к вашим советам, упорно не желает простить обидчика и утверждает, что отомстит или никогда не простит его, можно воспользоваться методом моделирования дальнейшей ситуации. Не стоит читать ребенку нотации о том, что он неправильно себя ведет. Нужно лишь постараться показать малышу, к чему приведет такое его поведение.

Задавайте ему вопросы и намеренно заводите его в тупик. К примеру, вы спрашиваете, как он намерен вести себя с обидчиком дальше, на что малыш отвечает, что отомстит. Вы спрашиваете «как?», малыш говорит, что подойдет к нему завтра в садике и отберет игрушку или ударит его. Не стоит сразу же

пускаться в объяснения, почему это плохая идея, лучше продолжать вопросы: «Вот ты ударишь его, и что дальше?», «А потом?» и так далее. Если мысли ребенка действительно неконструктивные, отвечая на ваши вопросы, он сам зайдет в тупик и поймет, что такое решение не станет выходом из сложившейся ситуации. Попросите ребенка придумать другой план, и точно так же с помощью наводящих вопросов помогите ему самостоятельно понять, какое поведение действительно окажется правильным.

Важно уметь не только прощать, но и просить прощения

Способность прощать обиды невозможно представить без обратной стороны – умения просить прощения. Если ребенок дома никогда не слышит от близких слов «прости меня» или «извини меня», он никогда не научится признавать свое неправильное поведение.

Очень важно объяснить малышу, что нужно уметь не только анализировать свои поступки, но и признавать собственные ошибки. Расскажите ему, что слова «прости», «извини», «я больше так не буду» помогут не только в нужный момент урегулировать конфликты, но и научиться избегать их в дальнейшем.

Показывайте малышу важность умения просить прощения не только собственным поведением, но и на примере ситуаций, происходящих в мультфильмах, книгах, в повседневной жизни. Обращайте его внимание на то, как важно извиняться даже в мелочах: когда случайно наступишь незнакомому человеку на ногу или толкнешь его в транспорте, когда не удалось расслышать вопрос собеседника и необходимо попросить его повторить, когда кто-то делает уместное замечание и так далее.

Ребенок, умеющий прощать и просить прощения, обязательно вырастет чутким, добрым, отзывчивым и неконфликтным человеком, который легко сможет находить общий язык с другими людьми.

6 простых советов, как научить детей прощать

1. Взять ответственность и не увековечивать вину

Внимательно наблюдайте, как вы реагируете в конфликтной ситуации. Часто показывать пальцем на тех, кого мы считаем ответственным за проблемы, становится бессознательной привычкой. Поэтому спросите себя: «Какова моя роль в той или иной ситуации?» Когда вы обсуждаете проблемы со своими детьми, начните с этого и возьмите на себя ответственность. Например: «Я мог бы быть более терпеливым с тобой. Что ты мог сделать?»

2. Практиковать «исповедь»

Поощрите желание своего ребёнка найти доверенное лицо и сказать вслух, что он сделал. Неважно, кого он выбирает. Может признаться любому доверенному человеку в своей жизни: вам, другу, няне или прародителю. Слова сожаления помогают ослабить его власть над вами. Это работает так: ребёнок передаёт информацию другому, и этот человек продолжает о нём заботиться, даже если ребёнок сделал что-то обидное.



3. Помочь попрактиковаться в языке прощения

Когда один ребёнок причиняет вред другому, это неудобно для обоих детей. Тот, кто пострадал, хочет убежать от того, кто причинил ему вред. Тот, кто сделал больно, может пожалеть, но не знает, как это выразить. Когда ваш ребёнок окажется на одной из сторон конфликта, научите его простым языком его закрывать. «Я знаю, что ты не хотел ударить меня ракеткой» — вот фраза, которая подойдёт в данной ситуации. Предложение другой стороны: «Я не хотел ударить тебя, прости меня».

4. Руководство по устранению вреда

Слишком часто родители ликвидируют беспорядок, который устраивают их дети, не привлекая их. Из-за разочарования папа может сказать: «Иди в свою комнату!» — а затем быстро всё убрать, когда ребёнок уйдёт. Время остывания важно, но здесь упущена прекрасная возможность. Помогите своим детям пройти процесс исправления причинённого ими вреда. Их слова важны (например, сказать искреннее «извините»), но ещё важнее действия. Что они могут сделать, чтобы показать, что они сожалеют?

5. Следить за исправлением ситуации вне дома

В момент, когда дома случаются несчастные случаи, легко побудить ребёнка ликвидировать их. Что происходит, когда что-то сломано в доме друга и вы не можете контролировать своего ребёнка? Неудачи вне дома могут привести к уязвимости и желанию избежать проблемы. Требуется настоящее мужество, чтобы вернуться и встретиться с теми, кого вы разочаровали. Таким

образом, ваша роль имеет решающее значение для оказания помощи ребёнку в устранении вреда. Когда ребёнок приходит домой с историей о несчастном случае в доме другого ребёнка или школе, поговорите о возможных вариантах. Вы можете сказать: «Если бы друг сломал стул в нашем доме, что бы ты сделал?» Возможно, вам придётся пойти с ребёнком в дом соседа и спросить, как вы можете починить стул. В любом случае помогите своему ребёнку выполнить действие.

6. Практиковать истинное прощение

Когда ребёнок делает выбор, который непосредственно причиняет вам боль, делайте то, что вам нужно, чтобы простить его. Скажите ему, как вы себя чувствуете. Покажите ему, что вы больше не злитесь, поговорив о проблеме и не поднимая её снова. Помогите ребёнку устранить конфликт с вами. Если вам нужны искренние извинения, попросите их. Будьте уверены, что вы прощаете, и двигайтесь дальше, не оглядываясь назад.

Как узнать, что действительно простил? Если боль от слов или действий другого человека остаётся с вами, то вы не отпустили их. Как взрослые, так и дети могут бороться с тем, чтобы зашить раны. Нежелание отпустить помещает пострадавшего в его или её собственную эмоциональную тюрьму. Только когда всё выпущено, человек чувствует себя свободно.

