**Как научить ребенка искренне сожалеть о своих проступках**

С самых ранних лет, когда ребёнок начинает социализироваться в компании себе подобных, мы учим его основам вежливости. Что-то дали — скажи «спасибо», что-то хочешь — попроси «пожалуйста», кого-то обидел — скажи «простите». Однако зачастую для детей за словом «простите» не стоит ничего: ни искреннего раскаяния, ни желания улучшить ситуацию. Ребенок просто привыкает, что слово «простите» — это своеобразное заклинание, после которого все снова становится хорошо.

Как сделать так, чтобы дети научились не просто автоматически просить прощения за свои ошибки и проступки, а осознавать свою вину и пытаться исправить ситуацию?

  Не заставляйте детей просто просить прощения. Само слово ничего не значит, если за ним не следует попытки улучшить ситуацию.

Родители, заставляющие своих детей извиняться за каждый случайный толчок, обычно строго смотрят на ребенка и спрашивают: «Что ты должен сказать?». А после того, как ребенок выжимает из себя «прости меня», все снова становится хорошо.

Однако такой подход лишает извинения всякого смысла. Дети обожают слово «прости», потому что оно спасает их от последствий. Маленькие дети не достигли того уровня морального развития, чтобы реально испытывать сожаление, а потому, навязывая детям схему, в которой надо просить прощения, родители упускают возможность научить их эмпатии.

«Иногда дети нас дурят. Они могут просить прощения или даже плакать, когда плачет другой ребенок, но большинство маленьких детей еще не способны искренне раскаиваться. Раскаяние предполагает возможность посмотреть на ситуацию глазами другого человека, осознать ее причину и полностью оценить последствия своих действий. У детей все эти способности еще только начинают зарождаться. Ожидание того, что ваш ребенок будет просить прощения за каждый проступок, лишь учит их тому, что схема **«пнул-извинился-побежал дальше»** работает безотказно.» - пишет Хизер Шумакер, автор книги «Не делиться — это нормально, и другие бунтарские правила по выращиванию умных и гуманных детей»

Вместо этого родители могут научить своих детей сочувствию, объясняя им, что их действия имеют последствия, и показывая, что они могут улучшить ситуацию.

**Шаги, которые помогут вам воспитать в ребенке сочувствие.**

* **Соберите детей вместе**

Иногда, когда дети боятся, что их накажут за проступок, они пытаются убежать. Если так случилось, вы можете приобнять ребенка и вернуться с ним к месту происшествия. Скажите: «Тебе надо вернуться. Девочке больно. Даже если ты сделал это не специально, ей больно, и тебе надо вернуться к ней».

* **В деталях объясните виновнику, что случилось**

Даже если произошедшее очевидно, вам стоит описать сиуацию для ребенка. Перечислите факты: «Ты наехал машинкой ей на палец», «Ты своей рукой задел ее банку с водой, и вода разлилась на рисунок», «Ты танцевала и ударила ее рукой по лицу».

* **Опишите то, что видите**

Изучение деталей произошедшего учит детей состраданию. Обратите внимание на последствия, которые их действия принесли другому человеку (ребенку или взрослому): «Посмотри, он плачет. Видишь, у него на плече царапина. Наверное, ему больно».

* **Подайте пример проявления сострадания пострадавшему**

Спросите ребенка, который стал жертвой проступка: «Ты в порядке?», «С тобой все хорошо?». Таким образом вы покажете, как можно проявить заботу и оказать моральную поддержку.

* **Примите меры**

И хотя маленькие дети не очень хорошо осознают концепцию раскаяния, они уже неплохо понимают, когда необходимо действовать. Они могут сбегать за пластырем или за охлаждающим пакетом, или помочь убрать беспорядок, который они устроили. Помогите им взять на себя ответственность за произошедшее и исправить ситуацию.

* **Убедитесь, что это не повторится**

Хизер Шумакер пишет: «Обещание того, что это не повторится, что-то означает. „Прости“ не значит ничего». Чтобы восстановить доверие между детьми, попросите виновника произошедшего пообещать, что больше он не будет так делать. Вы можете спросить: «Ты будешь еще его бить?», чтобы ребенок ответил: «Нет, я больше не буду его бить».

* **Покажите пример того, как стоит просить прощения**

Рано или поздно ваши дети научатся просить прощения. Но вместо того, чтобы просто говорить им, чтобы они извинились, лучше своим примером показать, как это должно выглядеть. Например, вы можете просить прощения у детей за свои ошибки, осознавая последствия ваших действий и предпринимая попытки исправить ситуацию. Например: «Прости, что я забыл взять твоего медвежонка в садик. Я знаю, ты скучал по нему во время тихого часа. Я запишу это в свой список дел, чтобы больше не забывать».

