

Jak uczyć dzieci wdzięczności?

1

Zacznij od siebie – mów o powodach swojej wdzięczności i okazuj wdzięczność dzieciom..

2

Rozmawiaj z dziećmi o korzyściach, które towarzyszą odczuwaniu wdzięczności.

3

Wprowadźcie rytuał w postaci codziennej wieczornej rozmowy o powodach wdzięczności.

4

Stwórzcie domowy kącik wdzięczności – drzewko, dziennik albo album.

5

Skupcie się na inicjatywie darczyńcy, a nie na materialnej wartości prezentów.

6

Twórzcie podziękowania – piszcie listy, rysujcie laurki dla kogoś lub do szuflady.

7

Pokaż trudną sytuację innych jako pretekst do rozmów o powodach doceniania tego, co macie.

8

Naucz dziecko pomagania, aby czuło satysfakcję z tego, że może coś komuś podarować.

9

Stwórzcie gest wdzięczności, którego będziecie czasem używać zamiast słów.