



Cresterea si educarea copiilor nu mai sunt deloc asa cum erau acum cateva generatii. Sunt mai multe lucruri decat erau inainte, mai mult lux decat era inainte, mai multe informatii decat inainte, mai multe oportunitati decat erau inainte.

Si pentru toate acestea, copiii nostri ar trebui sa fie recunoscatori. Atunci cand avem tot ce ne dorim, gratitudinea este o sarbatorire a lui Dumnezeu care ne-a permis sa le avem pe toate. Iar copiii ar trebui invatati de mici despre puterea recunostintei.

1. Gaseste partea potrivita din zi

Asta inseamna acel moment din zi in care sunteti impreuna, toata familia, linistiti, la masa sau oriunde. Intreaba-ti copilul „Care este partea ta preferata dintr-o zi?”, „Pentru ce esti recunoscator azi?”. Acest lucru ii permite copilului tau sa analizeze intreaga zi, sa vada partile bune din ea si sa gaseasca motivele pentru care ar trebui sa fie recunoscator.

2. Bolul cu recunostinta

Invata-ti copilul sa scrie in fiecare zi un biletel cu motivele pentru care este recunoscator. Pune-le pe toate intr-un bol, iar la fiecare sfarsit de luna sau de an, sa le cititi impreuna.

3. Nu le cumpara copiilor tot timpul ce vor

Chiar daca iti permiti din punct de vedere financiar sa ii cumperi tot ce vrea, nu ii cumpara copilului tot timpul lucruri cand iti cere. Invata-l sa isi economiseasca propriii bani si sa isi cumpere ceva de ziua lui. Amanarea cumpararii unui produs il face pe copil sa aprecieze mai mult ceea ce primeste.

4. Fii un model pozitiv

Fii tu insuti recunoscator si vorbeste cu copilul tau despre asta. Arata-i cat de important este sa daruiesi si sa primesti si sa fii recunoscator pentru asta.

5. Arata-i copilului cum traiesc alti oameni

Arata-i cum arata o casa de oameni saraci, cum sunt imbracati copiii dintr-un orfelinat. Viziteaza cu copilul un adapost pentru oamenii strazii sau scolile dintr-un cartier sarac. Cu greu va uita aceste momente si le va compara cu viata lui pentru care va incepe sa fie recunoscator.

6. Nu exagera cu cadourile

Intr-o lume a consumului, este usor sa exagerezi cu cadourile de Craciun sau de ziua de nastere. Insa copiii nu au nevoie de cadouri mari pentru a se simti speciali. Petrece o zi cu ei si vor uita de jucarii.

Dragostea inseamna prezenta, nu cadouri. De aceea este recomandat sa nu suplinesti lipsa de acasa, in virtutea job-ului pe care il ai, cu cadouri.

7. Jurnalul gratitudinii

Ia un carnetel si incurajeaza-l sa scrie in el, in fiecare seara, trei lucruri pentru care este recunoscator in acea zi.

8. Incurajeaza-ti copilul sa ajute

Incurajeaza-ti copilul sa faca treburi prin casa, fara sa i se ceara, sa observe daca este o sarcina casnica de rezolvat si sa o faca daca poate.

9. Invata-ti copilul diferenta dintre „necesitate” si „moff”

A vrea si a avea nevoie sunt lucruri diferite. Data viitoare cand sunteti intr-un supermarket si copilul cere diverse lucruri, incepe sa-l intrebi care este obiectul de care are nevoie si care este un simplu „moff”.