Советы по развитию ответственности у детей

1. Пусть то, что вы говорите, будет сформулировано ПОЗИТИВНО.

Замечайте случаи, когда вы отрицательно сформулировали то, что можно было сформулировать положительно. Давая обещание, формулируйте его в позитивной форме, говорите о возможностях, нежели чем о последствиях, которые обычно воспринимаются как наказания.

Отметьте разницу между тем, как воспринимаются на слух следующие две фразы: *«Как только окончишь свою работу, можешь идти»* (возможность, положительное по форме высказывание) и *«Если не сделаешь работу, никуда не пойдешь»* (то же самое сообщение, сформулированное отрицательно).

2. Предлагайте ВЫБОР.

Выбор помогает расти. Выбор может быть ограничен, но чем скорее подросток начнет делать выбор, тем более ответственной личность он станет.

Во взаимоотношениях более важно не потерять, нежели выиграть. Когда у человека есть выбор, он ничего не теряет. Предлагайте разумный выбор. Учите мышлению «сначала выбор – потом ответ». Не принимайте оправданий, характерных для позиции жертвы, которые препятствуют развитию ответственности, например, *«Он меня заставил это сделать». «Я не смог себя проконтролировать». «У меня не было другого выбор».* Исследуйте возможности.

3. Поощряйте РАЗМЫШЛЕНИЯ. Размышления способствуют росту и развитию ответственности. Задавайте оценочные вопросы – те, которые заставляют размышлять. Вот несколько примеров таких вопросов, которые приводят к изменениям в поведении:

«Чего ты хочешь?»

«Что ты сделаешь (какие конкретные шаги предпримешь), чтобы воплотить свой план?»

Избегайте вопросов, начинающихся со слова *«Почему?»*; они заставляют подростка оправдываться, становиться на позицию жертвы, избегать ответственности. Кроме того, молодые люди часто не знают или им трудно обосновать, почему они делают то, что делают.

4. Выражайте свои НУЖДЫ.

Дайте своему ребенку возможность помочь вам. Когда дети учатся отдавать, они растут. *«Мне нужна твоя помощь в этом деле». «Мне нужно отдохнуть в тишине». «Мне нужна помощь в приготовлении ужина».*

Выражайте признательность, а не хвалите. Просто утверждайте свою признательность / признание. Фраза: *«Вижу, ты заправил свою кровать»* склоняет к размышлениям и воспитывает чувство компетентности, что приводит к росту. И наоборот, фраза *«Я так горжусь тобой, когда ты заправляешь кровать»* способствует тому, что решения будут приниматься из тех соображений, чтобы вам угодить. Развитие ответственности, а не угодливости лучше для вашего ребенка. Вознаграждения не мотивируют молодых людей на ответственность.

Помогите ребенку осознать, что ваша цель – не наказать его, а воспитать его ответственным. Однако, если наказание необходимо – извлекайте это решение из подростка, а не налагайте его сами. Спросите его: *«Как ты считаешь, какого наказания ты заслуживаешь?»* **Таким образом, подросток будет учиться отвечать за последствия своих действий.**