

Развитие эмпатии у детей.



Как научить ребёнка состраданию?

Эмпатия — это способность чувствовать эмоциональное состояние другого человека и сопереживать ему.

Если дети развлекаются привязыванием банок к собакам или отрываем ножек у насекомых, чаще всего они делают это потому, что не понимают, что делают что-то плохое. Но эмпатию у детей можно развивать.

Развитие эмпатии у детей. Почему это важно?

Эмпатия помогает нам выстраивать взаимоотношения с окружающим миром: находить друзей, строить романтические отношения, создавать семью и работать в команде. Дети с развитой эмпатией не устраивают буллинг в отношении других детей, а взрослые — лучше понимают проблемы, существующие в обществе и умеют находить их решение. Эмпатия не является врожденным навыком. Маленький ребёнок не переживает о том, что мама устала и у неё болит голова. Умению сопереживать надо учить. Эмпатию важно развивать, потому что каждый день мы общаемся со многими людьми, которые влияют на нашу жизнь. Это все те, с которыми мы непосредственно контактируем: члены семьи, коллеги, одноклассники в школе, товарищи по спортивной секции, кондуктор в автобусе и просто знакомые. Чем легче малыш дошкольного возраста будет чувствовать настроение и эмоции окружающих, тем проще ему будет жить.

Как научить ребенка состраданию?

Развитие эмпатии у детей дошкольного возраста начинается очень рано. Уже на первом году жизни важно, как родители реагируют на эмоции ребёнка и что они транслируют. Ребёнок запоминает и возвращает реакции и качества родителей. Если в раннем возрасте родители только раздражаются и никогда не жалеют, не утешают ребёнка — то и ребёнку в будущем будет сложно научиться эмпатии. Когда ребёнок подрастет и проявляет интерес к другим людям и животным,



можно начинать предлагать ему взаимодействие с ними: погладить кошку, улыбнуться воспитателю, поинтересоваться у друга как дела.

В 3-4 года ребёнок начинает осознавать, что у других есть не только другое имя, но и своё «я». Что другой человек так же, как он сам, может быть голоден или злиться. Эти чувства можно обсуждать, например, обсуждая поступки героев сказки. В 4-6 лет он начинает учиться не просто понимать чувства других, но и то, как его поступки на них влияют. На этом этапе расскажите, как можно помогать людям: подать папе книгу, укрыть сестру одеялом. Если развитие эмпатии происходит правильно, то в итоге ребёнок сможет научиться высочайшему уровню эмпатии: содействию и альтруизму.

Как воспитать в ребенке эмпатию?

Придерживайтесь благоприятной атмосферы в семье

Воспитание сострадания и милосердия у детей возможно только в правильной атмосфере. Сложно научиться эмпатии, постоянно находясь в подавленном состоянии и не получая помощи. Если в семье не умеют заботиться друг о друге, понимать и уважать чувства близких, ребёнок не сможет развить эмпатию.

Смотрите и обсуждайте

Во многих сказках и мультфильмах поднимается тема дружбы и сочувствия. Обращайте внимание на то, что читает и смотрит ребёнок и обсуждайте с ним героев. Спросите у него, почему, по его мнению, волк поступил именно так, а лиса так? Как ему кажется, что почувствовал герой мультлика, почему он так радуется или плачет? Эмпатия у детей дошкольного возраста во многом формируется в разговорах с родителями.



Заведите ребенку домашнее животное

Уход за щенком или котёнком поможет ребёнку стать заботливее. Обращайте внимание, как он общается с питомцем. Если ребёнок обижает животное, обязательно объясняйте, что так делать нельзя.

Если ребёнок, например, дергает кота за хвост, предложите ему представить себя на месте кота. Понравилось ли бы ему такое обращение? Хотелось бы ему, чтобы его постоянно хватали и тащили куда-то, дергали за уши,

пинали?

Развитие эмпатии происходит не в один миг, необходимо много времени. Чтобы научиться сочувствию, надо потратить время на разговоры, обдумывание и анализ разных ситуаций. Но если не бояться потратить время на это важное занятие, то всё непременно получится!