

## Как научить детей уважать чувства других людей

Можете ли вы сказать о своем ребенке, что он различает мимику взрослых людей и распознает выражения радости, грусти, злости? Как показывают исследования, - дети, которые в возрасте 3-5 лет еще не научились распознавать эмоции взрослых, вероятнее всего будут вести себя агрессивно, как только пойдут в школу. Это связано с тем, что связь между поведенческими проблемами и эмоциональным пониманием закладывается с раннего возраста.

Как только дети начинают понимать свои чувства, они начинают осознавать, что и у других людей тоже есть чувства.

Как научить детей в раннем возрасте сочувствию и сопереживанию?

В этом вам помогут следующие советы:

1. Будьте внимательными родителями. Каким-либо образом реагируйте на чувства своих детей. Когда вы обращаете внимание на проявление их эмоций, дети непосредственно от вас получают уроки уважения.
2. Словесно обозначайте чувства своих детей. Например, "так приятно видеть тебя довольным и радостным", когда ребенок смеется. Или "это так досадно", когда у ребенка не получается головоломка и он расстроен.
3. Словесно обозначайте свои собственные чувства. "Мне грустно", если ребенок ушибся, или "Мне больно и обидно", если ребенок говорит вам грубости.
4. Обосновывайте проявления чувств у ребенка. Как, например, в таком случае. "Я вижу, что ты сердит. Ты хочешь еще поиграть, но пора идти спать. Это показывает, что ты воспринимаешь мир со своей позиции. Это хорошо".
5. Остановите агрессивное поведение и объясните ребенку, как вы себя чувствуете, когда ребенок ведет себя плохо. Если ваш ребенок обижает

другого ребенка, скажите: "Ты не должен обижать этого мальчика. Ты делаешь ему больно".

Ребенок в 3-4 года еще не может понять, что чувствует обижаемый им другой ребенок. Но он может понять, что делает что-то плохое по сильному неодобрению родителей.

6. Научите ребенка видеть вещи не только с его собственной позиции, но и с точки зрения других людей. В том же случае, если ваш ребенок обижает кого-то, задайте ему вопрос, как по его мнению чувствует себя обижаемый, и как бы он чувствовал себя в такой же ситуации.

7. Обучайте через игру. Совместная игра в куклы хороший способ для девочек и мальчиков научиться заботиться друг о друге и уважать друг друга.

8. Помните, что дети чаще всего просто копируют окружающих взрослых. Подавайте им хороший пример своим собственным поведением. И будьте теми, кем хотите, чтобы стали Ваши дети.

Подготовила педагог-психолог Майборода К.О.