

ARTYKUŁ

„UCZENIE SIĘ I DOŚWIADCZANIE EMPATII PRZEZ DZIECKO W WIEKU PRZEDSZKOLNYM”

Do niedawna uważano, że dziecko w wieku przedszkolnym jest małym egocentrykiem, dla którego nie jest ważnym lub zbyt trudnym zadaniem rozumienie emocji i potrzeb drugiego człowieka. Współcześnie okazuje się, że już trzylatki radzą sobie z rozpoznawaniem i nazywaniem emocji i choć nie potrafią ich zwerbalizować to jednak współodczuwają.

Zanim skupimy się na rozwoju empatii u dzieci w wieku przedszkolnym, warto się zastanowić czym ona w ogóle jest. Powszechnie wiadomo, że jest to umiejętność rozpoznawania emocji drugiego człowieka, ale nie jest tym samym co współczucie. Dla przykładu: Gdy mama jest smutna dziecko empatyczne będzie się indentyfikowało z tym smutkiem i też będzie smutne. Z kolei dziecko współczujące widzi i rozumie smutek mamy, ale niekoniecznie samo staje się smutne. Pojawia się wówczas u niego życzliwość i chęć niesienia pomocy. My dorośli, rozumiejąc powyższą różnicę powinniśmy zastanowić się, czy ucząc dzieci chcemy, aby potrafiły one „wejść w buty” drugiego człowieka, czy może, żeby potrafiły odczytywać i rozumieć cudze emocje, chcąc udzielić pomocy?

Z rozwojowego punktu widzenia dzieci uczą się empatii jako właśnie odczytywanie emocji i od samego początku

bardziej empatyzują, niż współczują. Na poziomie przedszkolnym dzieci uczą się empatii przez obserwację. Obserwują innych, wchodzą w interakcje, ale przede wszystkim naśladują najbliższych. Chcąc nauczyć dzieci empatii, warto więc przyjrzeć się sobie. Każde działanie, słowo, czy gest mają znaczenie. Nawet jeśli dziecko nie potrafi jeszcze zwerbalizować wniosków poczynionych przy swoich obserwacjach to przejmuje gesty i zachowania osób, wśród których przebywa, na zasadzie lustrzanego odbicia. Dla przykładu są to te sytuacje, w których widząc, jak ktoś np. uderzył się i płacze, dziecko stara się pocieszyć poszkodowanego na swój własny sposób. Ten sposób - również w przypadku trzylatków - nie zawsze jest zrozumiały. Chodzi o to, że dzieci czasem reagują nieadekwatnie do sytuacji, co nie oznacza, że brak im empatii. Jeśli kolega się skaleczy to mimo, że nie biegną po pomoc, nie szukają plastra, to czują, że coś się dzieje i chcą wesprzeć cierpiącego. Czasami jest to przytulanie, czasami niszczenie czy rzucanie przedmiotem, który spowodował ból, czy zranienie. Nie robią tego, gdyż nie szanują owych przedmiotów, ale dlatego, że chcą pomóc i zlikwidować źródło cierpienia. Jest to wynikiem braku umiejętności do zwerbalizowania swojej empatii u dzieci w wieku przedszkolnym.

UCZENIE SIE EMPATII

Im więcej ma dziecko obserwacji i doświadczeń związanych z konkretnymi zachowaniami empatycznymi, tym szybciej zrozumie, jak pomagać, jak werbalizować swoje przeżycia i jak wspierać innych. To właśnie ten moment, w

którym maluch uczy się empatii. Z jednej strony w grę wchodzi geny, które determinują mniejsze lub większe predeyspozycje do współodczuwania, z drugiej zaś środowisko, w którym dziecko się wychowuje. Jeśli dziecko ma szansę obserwować np. smutek na twarzy rodzica lub grymas z powodu bólu głowy, to jest duża szansa, na to, aby uczyło się, o co chodzi z tym współodczuwaniem. Ukrywając emocje przed dzieckiem, nie tłumacząc mu zaistniałych sytuacji i emocji im towarzyszących, uczymy tego samego rodzaju zachowań, które dziecko będzie powielało w przyszłości.

WSPIERANIE W NAUCE EMAPTII

Wesprzeć dziecko w nauce empatii można przede wszystkim poprzez okazywanie mu zainteresowania, zrozumienia, ale też podpowiadając mu, jak się zachowywać w różnych sytuacjach. Wracając na chwilę do tego malucha, który empatyzując ze zranionym kolegą, podaje mu na pocieszenie zabawkę lub przytula go, zamiast szukać plastra, możemy okazać mu zainteresowanie i zrozumieć jego przekaz: *Widze, że chcesz pocieszyć kolegę, bo jest smutny. Boli go noga.* Możemy też kompletnie błędnie odczytać taki gest, mówiąc: *Adamowi nie jest teraz potrzebna zabawka, tylko plaster. Zabierz tę zabawkę, ktoś się zaraz o nią potknie i wywróci.* Komunikaty dorosłych, zamiast wspierać empatię, mogą podciąć skrzydła i sprawić, że dziecko w przyszłości przestanie być zainteresowane emocjami innych. Kiedy słyszy, że nie tak powinno to wyglądać, czuje się kompletnie

zdezorientowane. Dlatego tak ważna jest czujność w tego rodzaju sytuacjach.

UWAŻNOŚĆ

Dzieci w wieku przedszkolnym nie radzą sobie idealnie z odczytywaniem emocji innych ludzi. Najłatwiej rozpoznać radość, gdyż od urodzenia najwięcej jej doświadczają. Na drugim miejscu jest strach, mylony często ze smutkiem. Przedszkolaki uczą się rozpoznawać dalsze emocje u innych wraz z rozwojem i zdobywaniem kolejnych doświadczeń emocjonalnych, ucząc się tym samym empatii. Dlatego też niekoniecznie warto za każdym razem chronić dziecko przed tymi smutniejszymi, trudniejszymi przeżyciami. Wręcz przeciwnie- im bogatszy wachlarz doświadczeń dziecka, tym większa samoświadomość i rozumienie świata, sytuacji i zachowań innych ludzi. Nie chodzi oczywiście o fundowanie dzieciom za wszelką cenę „trudności”, ale o to by szukać balansu pomiędzy radosnymi i trudnymi przeżyciami, zwłaszcza, iż życie we współczesnym świecie, w którym panuje chaos i nadmiar bodźców utrudnia koncentrację na własnych przeżyciach, a tym bardziej na przeżyciach drugiego człowieka.

Joanna Stroińska