

ПАМЯТКА

Эмпатия — способность понимать чувства других людей. Воспитывать её нужно с детства, и основную работу по развитию эмпатии у дошкольников должны проводить родители.

Несколько рекомендаций, которые могут помочь сформировать у ребёнка эмоциональную отзывчивость:

- **Создать благоприятную обстановку в семье.** Если в семье принято сочувствовать и поддерживать друг друга, то ребёнок сможет перенять такую модель поведения.
- **Быть примером.** Проявлять себя как достойный член общества — помогать людям, попавшим в неприятные ситуации, уделять внимание окружающим при необходимости.
- **Благодарить ребёнка,** когда он поддерживает, и **хвалить,** когда он сочувствует окружающим. Даже если малыш переживает за птичку на улице — это уже проявление сочувствия, которое достойно уважения.
- **Не ругать ребёнка,** если он нарушает нормы поведения. Лучше доступно объяснить ему, почему так нельзя. Наказания и слишком жёсткая критика могут накалить ситуацию и вызвать у ребёнка протест.
- **Быть более эмоциональным и открытым с ребёнком.** Рассказывать о своих переживаниях, но не жаловаться. Так ребёнок поймёт, что родители доверяют ему, и будет сам делиться с ними своими эмоциями.

Некоторые упражнения и занятия, которые могут помочь развить эмпатию у детей:

- **Разыгрывание ситуаций.** Это самый простой и доступный способ оценить уже существующие социальные навыки ребёнка, а также «подтянуть» их при необходимости.
- **Картинки, фотографии с эмоциями.** С помощью этого упражнения можно научить детей дошкольного возраста разбираться в эмоциях.
- **Чтение книг, просмотр фильмов.** Использование наглядного материала необходимо для лучшего восприятия ребёнком тех правил поведения, которые нужно объяснить.

Развитие эмпатии у ребёнка с 3 до 6 лет — гарантия того, что к моменту младшего школьного возраста он уже сможет адекватно реагировать на проблемы окружающих.

