



Başkasının duygularını anlama, paylaşma ve başkasının davranışlarının arkasındaki motivasyonu içselleştirebilme yeteneğidir .

**MEHMETÇİK  
ANAOKULU OCAK  
AYI  
AİLE BÜLTENİ**



Hassasiyet ve zayıf bir etkiye karşı tepki verebilmek.



## ÇOCUKLARDA EMPATİ

Empatik becerilerin temelleri, doğduğu andan itibaren annenin bebeğe gösterdiği ilgi, sevgi, sempati ile atılır. Duyguları ve düşünceleri doğru anlaşılabilir, doğru ve sağlıklı şekilde karşılık bulan bebekler, ilerleyen dönemlerde başkalarının duygu ve düşüncelerini anlama ve yorumlama konusunda da daha başarılı olacaklardır. Öncelikle ebeveyn, empatik becerilerin öğrenilmesi ve geliştirilmesinde çocuğa olumlu bir rol model olmalıdır. Bu nedenle ebeveynlerin kendi empati becerilerini de geliştirmesi ve günlük etkileşimler sırasında çocuğa empatik deneyimler yaşatması önemlidir. Örneğin; evde aile üyeleri arasında yapılacak bir iş bölümünde yorgun, hasta vs. olan kişinin durumunun gözlemlenmesi oldukça olağan bir durumdur. Böylesi bir durumda yorgun, hasta olan kişinin içinde bulunduğu durumun anlaşılması ve bunun sonucunda da nasıl bir davranış biçimi benimsendiği üzerine çocukla sohbet edildiğinde, çocuk gündelik yaşam sırasında empatik bir yaşantıyı deneyimlemiş olacaktır. Günlük yaşam içerisinde ebeveynin başkalarına ilgi, şefkat gösterdiğini, içinde buldukları durumları gözettiğini ve başkalarını anlama çabası içinde olduğunu gören çocuk için bu gözlemler, empatinin gelişimini destekleyen bir davranış modeli oluşturur.



Bu nedenle ebeveynlerin kendi empati becerilerini de geliştirmesi ve günlük etkileşimler sırasında çocuğa empatik deneyimler yaşatması önemlidir. Örneğin; evde aile üyeleri arasında yapılacak bir iş bölümünde yorgun, hasta vs. olan kişinin durumunun gözlemlenmesi oldukça olağan bir durumdur. Böylesi bir durumda yorgun, hasta olan kişinin içinde bulunduğu durumun anlaşılması ve bunun sonucunda da nasıl bir davranış biçimi benimsendiği üzerine çocukla sohbet edildiğinde, çocuk gündelik yaşam sırasında empatik bir yaşantıyı deneyimlemiş olacaktır. Günlük yaşam içerisinde ebeveynin başkalarına ilgi, şefkat gösterdiğini, içinde buldukları durumları gözettiğini ve başkalarını anlama çabası içinde olduğunu gören çocuk için bu gözlemler, empatinin gelişimini destekleyen bir davranış modeli oluşturur.



empatinin gelişimini destekleyen bir davranış modeli oluşturur. Eğer sizin herhangi bir konudan duygusal olarak çok etkilendiğinizi bilirlerse, bu konu onlar için de önemli hale gelir. Bu duygusal tepkilerin aynı zamanda konuya yönelik bilgiyle de desteklenmesi çok önemlidir. Diğer deyişle çocuklarınız, sizin o tür davranışları neden onaylamadığınızı da bilmelidir. Örneğin, "Bak arkadaşın ağlıyor, çünkü sen oyuncaklarını onun elinden aldın. Bu iyi bir davranış değil!" ya da "Bak öyle yaptığında kedinin canı yanıyor, o yüzden de seni tırmaladı. Ona bu şekilde acı vermek iyi bir davranış değil ve artık bunu yapmanı istemiyorum!" şeklinde konuşulabilir.

## DUYARLILIK İÇİN ANNE-BABA NE YAPMALI?

Neler hissettiğinizi bilmelerini sağlayın.

Yapabileceğiniz en önemli şey, çocuklarınızın sevgi, şevkat ve sorumluluk duyguları içinde davranmalarının, sizi ne kadar mutlu edeceğini onlara açıkça söylemenizdir. Çocuğunuzun düşüncesiz ve acımasız bir davranış içine girdiğini gördüğünüzde hemen müdahale edin ve bu şekilde davranmasını istemediğinizi söyleyin. Çocuğunuzla konuşurken içten ama kesin bir dil kullanın. Üzerinde durduğunuz şey onun kişiliği ya da herhangi bir özelliği değil, yapmış olduğu ve dikkatinizi çeken davranışı olsun. Diğer deyişle, "İyi çocuklar böyle yapmaz!" ya da "Kötü bir çocuğsun!" yerine, "Yaptığın (...davranış) iyi bir davranış değil." deyin.

Çocuklarınızın diğer insanlara yönelik davranışlarının, sizin için duygusal açıdan da çok önemli olduğunu anlamalarını sağlamak, bu işin temel anahtarıdır. Eğer sizin herhangi bir konudan duygusal olarak çok etkilendiğinizi bilirlerse, bu konu onlar için de önemli hale gelir. Bu duygusal tepkilerin aynı zamanda konuya yönelik bilgiyle de desteklenmesi çok önemlidir. Diğer deyişle çocuklarınız, sizin o tür davranışları neden onaylamadığınızı da bilmelidir. Örneğin, "Bak arkadaşın ağlıyor, çünkü sen oyuncaklarını onun elinden aldın. Bu iyi bir davranış değil!" ya da "Bak öyle yaptığında kedinin canı yanıyor, o yüzden de seni tırmaladı. Ona bu şekilde acı vermek iyi bir davranış değil ve artık bunu yapmanı istemiyorum!" şeklinde konuşulabilir.

Hangi tür davranışları onayladığınızı, hangilerini onaylamadığınızı konusunda çocuklarınızla açık, dürüst ve kesin konuşun. Cümlelerinizi kısa ve konu ile ilgili tutun. Önemli olan onların suçluluk duymasını değil, bir şeyler öğrenmesini sağlamaktır.

Onlar için iyi modeller olun