

# كيف تساعد طفلك على تعلم التعاطف؟

تعليم الأطفال كيف يكونوا متعاطفين هو درس غالبا ما يتم تجاهله كأهل. إذا كان طفلك يفتقر إلى التعاطف واللباقة ، فسوف تساعد هذه المقالة في فهم التعاطف وكيفية تعليمه للأطفال.

التعاطف هو نوعية مطلوبة بشدة بين جميع الناس ، صغارا وكبارا. التعاطف هو القدرة على فهم ومشاركة مشاعر الآخرين. مع مزيد من التعاطف يأتي المزيد من الشفقة ، وانخفاض معدلات الجريمة ، وأقل الكراهية بين الجميع. على الرغم من أن التعاطف يأتي بشكل طبيعي أكثر مع أشخاص معينين ، إلا أنه شيء يجب علينا جميعًا أن نكافح من أجله ويمكن بالتأكيد تعليمه.

هناك 4 طرق يمكننا من خلالها مساعدة أطفالنا على ان يكبروا ليصبحوا أشخاص متعاطفين. إليك بعض الأفكار لمساعدة طفلك في تطوير هذه الخاصية الضرورية للغاية: إظهار التعاطف.

## 1. كن متشوقا تجاه طفلك

إذا كنت ترغب في أن يصبح طفلك قوياً في مجال التعاطف ، فعليك أن تصوغ هذا السلوك تجاهه أو تجاهها. كن دائما على استعداد لرؤية الأشياء من وجهة نظر طفلك ، ومحاولة التعرف عليها بمشاعره. إذا كان طفلك يشعر بالألم بسبب شيء قلته ، انظر الى الوضع من وجهة نظره.

اعتذر له عن كلماتك القاسية أو غير المكبوتة ، واعكس في كلماتك ما قلته له. ساعده على فهم أنك ترى الأشياء من وجهة نظره ، لأن هذه هي واحدة من أفضل الطرق لإظهار ما يعنيه التعاطف الحقيقي.



## 2. أن نكون متعاطفين تجاه الآخرين

إذا قام شخص ما بشيء جعلك تشعر بالضيق والتوقف والتفكير في أفعاله واستجابتك بدلا من ضربك. دع طفلك يراك تطهر التقمص العاطفي في العمل. فكر في الشخص الآخر وما قد تسبب في رده فعله أو كلماته أو موقفه تجاهك. قم بتعبيرها مع طفلك حتى يتمكنوا من رؤية

عملية التفكير وراء كونهم متعمدين. هذا سيعلمهم العملية بحيث يمكنهم أيضاً البدء في استخدامها في تفكيرهم الخاص.

### 3. تعليم التعاطف مع طفلك من خلال إظهار الرعاية للآخرين

تحدث إلى أطفالك عن النضالات التي يمر بها الآخرون. أظهر مخاوفك واطلب من طفلك إذا كان لديه أي أفكار حول كيفية رعاية هؤلاء الأفراد ومساعدتهم. أوقفوا أي تصريحات أو مشاعر تظهر موقفًا حكميًا تجاه المحتاجين ، سواء كانت تلك الاحتياجات مالية أو جسدية أو عاطفية أو غير ذلك. اشرح كيف يمكن أن ينتهي المطاف بالناس في حالات مختلفة من خلال عوامل خارجة عن سيطرتهم.

يساعد هذا طفلك على رؤية امتيازها الخاص ، وفهم أنه يجب علينا جميعًا أن نظهر التعاطف تجاه كل شخص نلتقي به ، بغض النظر عن الموقف الذي يعيشه في الوقت الحالي.



### 4. البحث عن طرق للإعطاء كعائلة

طريقة رائعة لإظهار التعاطف في العمل هو التطوع. انضم إلى بقية أفراد عائلتك واستخدم طاقتك من خلال التطوع بوقتك لأولئك الذين هم في أمس الحاجة إليها. قدموا وجبات الطعام معاً في الملجأ ، أو ضعوا أدوات الرعاية للأشخاص الأقل حظاً.

كن صديقاً لأولئك الذين تساعدهم ، لذا بدلاً من رؤيت أعمالك كأعمال محبة فقط ، يدرك طفلك أن هؤلاء هم أناس من البشر لديهم الكثير من القواسم المشتركة معهم. يعتبر التعاطف مع الآخرين سمة مهمة لأطفالنا الذين سيديرون يوماً ما المجتمع.

إنه أحد أعظم الدروس التي يمكن لأي شخص تعلمها. طوّر هذه الخاصية في طفلك لصنع مستقبل أفضل لنا جميعاً.

ما هي الطرق التي ستستخدمها؟