

Artykuł - Jak wychować altruistę

Rodzice trzyletniej Zuzi z niepokojem zaobserwowali, że podczas zabawy w piaskownicy nie pozwala innym dzieciom bawić się swoimi zabawkami. Nie odczuwa potrzeby dzielenia się z innymi i bycia uczynną oraz często dokucza innym dzieciom.

Mama czteroletniego Stasia martwi się, że jej synek nigdy nie zgłasza się w przedszkolu dobrowolnie do pomocy, zaś w domu na każdą prośbę reaguje niechęcią. Nie pomagają nakazy ani groźby. Co zrobić, aby rozwinąć w dziecku zachowania prospołeczne?

Zachowania prospołeczne oznaczają działanie, którego celem jest dobro innych. Po raz pierwszy pojawiają się u dzieci między drugim i trzecim rokiem życia. Wtedy kształtują się pierwsze relacje z rówieśnikami. Dzieci podczas zabawy pomagają sobie, wymieniają się zabawkami, pocieszają się wzajemnie. Trzylatki potrafią odróżnić swoje odczucia od uczuć innych ludzi i zaczynają rozumieć, że ktoś może przeżywać inne emocje. Ta zmiana staje się podstawą do powstania u nich empatii.

Wraz z wiekiem dzieci wykazują różne zachowania altruistyczne. Przedszkolaki częściej pocieszają rówieśników niż ich starsi koledzy. Natomiast dzieci w wieku szkolnym potrafią bardziej kontrolować i regulować emocje. Jak twierdzi psycholożka rozwoju Helen Bee różnice w poziomie altruizmu u dzieci w tym samym okresie rozwojowym są najprawdopodobniej związane ze sposobem wychowania. Oto kilka porad jak wychować dziecko na „społecznika”:

KILKA POMOOCNYCH WSKAZÓWEK

- **Stwórz w domu atmosferę pełną miłości i rodzinnego ciepła** – gdy w domu panują życzliwe, ciepłe relacje, dziecko uczy się życzliwości i przenosi ją na relacje z rówieśnikami.
- **Wyjaśnij jak należy postępować i dlaczego właśnie w ten sposób** – wyjaśnianie dziecku jak należy postępować w danej sytuacji a czego nie powinno się robić wyznacza granice dobrego i złego zachowania. Podawaj dziecku pozytywne zasady i wskazówki: „Dobrze jest dzielić się z innymi”, „Przyjemnie jest widzieć radość osoby przez nas obdarowanej”. Istotne jest również wskazywanie na konsekwencje czynów dziecka: „jeśli nie podlejesz tego kwiatuszka, zwiędnie i nigdy już nie zakwitnie”, „jeśli pociągniesz za włosy Kasię, zaboli ją to i będzie jej przykro. Czy lubisz, jak ktoś sprawia Ci przykrość?”.
- **Zachęcaj dziecko do robienia pożytecznych rzeczy** – poproś dziecko o pomoc w robieniu codziennych czynności, okazuj radość i wdzięczność. Jeśli w domu jest zwierzątko włącz dziecko w opiekę nad nim. Staraj się nie nakazywać i nie przymuszać do bycia uczynnym i miłym – działania pożyteczne będą się wtedy kojarzyć z czymś nieprzyjemnym, narzuconym z góry. Tak się stało w przypadku Stasia.
- **Bądź wzorem do naśladowania** – badania psychologiczne wykazują, że najskuteczniejszym sposobem uczenia dzieci zachowań jest ich modelowanie (dzieci obserwują modela i szybko powtarzają czynności). Dzieci szybko się uczą poprzez modelowanie zarówno dobrych, jak i złych zachowań. Dlatego chcąc nauczyć dziecko altruizmu, sam działaj altruistycznie. Dzieci szybciej naśladowują zachowania niż przestrzegają zasad. Zasady bez pokrycia w czynach nie zachęcają do ich przestrzegania.
- **Przypisuj dziecku prospołeczne cechy** - cechy te potraktuj jako wewnętrzne cechy charakteru malca: „Jesteś bardzo pomocna”, „Cieszę się, że jesteś uczynny dla innych”, „Podoba mi się, kiedy robisz miłe rzeczy dla innych”. Dzięki temu dziecko kształtuje pozytywny obraz siebie, traktuje altruizm jako zaletę i chętnie później go w sobie pielęgnuje. To, jak określamy dziecko, działa niczym samospełniająca się przepowiednia – dziecko identyfikuje się z przypisywanymi mu cechami.