

學前駐校社會工作服務

幼兒成長專區

培養孩子的同理心

甚麼是同理心？

站在對方的角度去思考及感受

透過想像他人的處境，理解並尊重對方的感受

培養同理心的重要性

孩子在覺察他人感受的過程中，能調節自己的情緒，提升自身情緒管理

更容易與同伴建立良好社交關係

透過理解他人的想法可以訓練孩子思考如何幫助別人處理困難，從而提升孩子的解難能力

家長在日常生活中可從以下層面培育孩子的同理心：



日常機遇學習

家長可以透過**以身作則**示範具同理心的行為，例如讓座予有需要的人。孩子透過觀察及模仿成人的行為而學習，有助培養其同理心。其次，家長可以從生活經驗中引導孩子理解他人的感受和想法，並教導孩子如何回應該情景。

透過繪本學習同理心

繪本故事有助孩子投射情感，孩子較容易理解主角的感受並產生共鳴。因此，家長與孩子閱讀繪本時，可就主角的感受提問，有助孩子利用故事理解別人的角度。





為什麼不行？

上文提到家長可透過繪本讓孩子學習同理心，以以下繪本《為什麼不行？》為例，家長可跟孩子一起閱讀此繪本，並參考以下問題引導孩子思考繪本角色的感受、想法，也可以想一想，如何解決他們的紛爭呢！



故事背景：

鼹鼠在地洞裏生活，他喜歡挖土上地面，做自己喜歡的事情，更喜歡在樹上辦「大事」及挖土！石頭們對鼹鼠的行為感到很生氣，不願意讓鼹鼠到地面上生活，但是鼹鼠不明白為什麼大家不願意讓他到地面。



內容：

引導孩子形容故事主角的面部表情，猜想其情緒

引導孩子猜想故事角色的想法、經歷和動機

引導孩子思考別人的需要

引導孩子思考如何解決紛爭

家長可以提問……

石頭們的表情怎麼樣？

你覺得他們心情如何？

你覺得石頭們為何感到生氣呢？

如果你是石頭，你會有什麼感受？

如果你是石頭，你會想怎樣做？

你認為石頭有什麼想要的？

你覺得我們可以如何幫助鼹鼠及石頭和好？

家長亦可鼓勵幼兒想一想鼹鼠的感受及想法！家長可以讚賞孩子懂得為人設想，鼓勵孩子多練習考慮別人的感受，例如：「真是一個好提議！媽媽欣賞你懂得為人設想，會想辦法幫助鼹鼠及石頭。」



中華基督教會香港區會
學前駐校社會工作服務辦事處

🏠：香港九龍太子道西191號馬禮遜紀念會所305室

☎：8100 2493

☎：3585 1205

✉：ppssws@hkccccc.org

