



EMPATIA NA INFÂNCIA

Aprender a Olhar com o Coração

Uma proposta pedagógica para cultivar o
cuidado, a escuta, o respeito e a sensibilidade
nas relações infantis.

**Educar para a
empatia é
ensinar a sentir
com o outro.**

QUANDO O CUIDADO COMEÇA A FLORESCER

A empatia é a capacidade de perceber, respeitar e acolher o que o outro sente. Na infância, ela se constrói nas pequenas experiências do cotidiano: ao escutar um colega, dividir um brinquedo, esperar a vez, oferecer ajuda ou perceber quando alguém precisa de cuidado. Aprender a olhar com o coração é desenvolver a sensibilidade para compreender que o outro também sente e merece ser tratado com gentileza.

Caminhos de aprendizagem Desenvolver a sensibilidade das crianças em relação aos sentimentos do outro.

Favorecer atitudes de cuidado, respeito e acolhimento.

Estimular a escuta, o diálogo e a convivência empática.

Incentivar pequenas ações de gentileza no dia a dia.

UMA CONVERSA PARA ABRIR O CORAÇÃO

Hoje vamos conversar sobre algo muito importante: perceber como o outro se sente. Às vezes, uma pessoa está feliz, triste, com medo ou precisando de ajuda, e nem sempre consegue dizer isso com palavras. Por isso, precisamos aprender a olhar com atenção, carinho e respeito.

Perguntas que acolhem:

- Como percebemos quando alguém está triste?
- O que podemos fazer quando um colega precisa de ajuda?
- Como você se sente quando alguém cuida de você?
- O que significa tratar alguém com gentileza?

UMA HISTÓRIA PARA SENTIR

A MENINA QUE APRENDEU A OLHAR COM O CORAÇÃO

SONIADORA GOSTAVA DE CAMINHAR DEVAGAR E OBSERVAR AS PEQUENAS COISAS DO MUNDO.

UM DIA, PERCEBEU UMA CRIANÇA SENTADA SOZINHA, ENQUANTO AS OUTRAS BRINCAVAM E RIAM.

ELA PODIA TER PASSADO SEM NOTAR. MAS PREFERIU OLHAR COM ATENÇÃO. APROXIMOU-SE DEVAGAR E PERGUNTOU:

— VOCÊ QUER COMPANHIA?

A CRIANÇA RESPONDEU BAIXINHO:

— ACHO QUE SIM. HOJE ESTOU ME SENTINDO MEIO SOZINHA.

SONIADORA SENTOU-SE AO LADO DELA POR UM INSTANTE E DEPOIS PERGUNTOU:

— QUER BRINCAR COMIGO?

A CRIANÇA SORRIU. NAQUELE MOMENTO, SONIADORA ENTENDEU QUE A EMPATIA COMEÇA QUANDO ALGUÉM PERCEBE O QUE NINGUÉM MAIS PERCEBEU.

OLHAR COM O CORAÇÃO É ISSO: PRESTAR ATENÇÃO NO OUTRO COM CARINHO, RESPEITO E SENSIBILIDADE.

PENSAR, SENTIR E COMPREENDER

- O QUE SONIADORA PERCEBEU?
- COMO ELA DEMONSTROU CUIDADO?
- O QUE AJUDOU MAIS: AS PALAVRAS OU A PRESENÇA?
- COMO PODEMOS PERCEBER QUANDO ALGUÉM PRECISA DE COMPANHIA?
- O QUE PODEMOS FAZER QUANDO VEMOS ALGUÉM TRISTE OU SOZINHO?
- CENAS DA VIDA DE TODOS OS DIAS: UM COLEGA CAIU E COMEÇOU A CHORAR. O QUE VOCÊ PODE FAZER?
- UMA CRIANÇA NOVA CHEGOU À TURMA E ESTÁ SOZINHA. COMO ACOLHÊ-LA?
- UM AMIGO ESQUECEU O LÁPIS E FICOU PREOCUPADO. COMO AJUDAR?
- UM COLEGA FOI EXCLUÍDO DA BRINCADEIRA. O QUE VOCÊ FARIA?

BRINCAR TAMBÉM É APRENDER A CUIDAR

SUGESTÕES:

CAIXINHA DOS GESTOS DE EMPATIA

Escreva em papéis pequenos atitudes como chamar alguém para brincar, dividir um brinquedo, oferecer ajuda, escutar um colega, esperar a vez e falar com gentileza.

Cada criança retira um papel e conta como faria aquela ação.

ROSTO E EMOÇÃO.

Mostre expressões faciais ou cartões com emoções, como alegria, tristeza, medo, raiva e surpresa.

Converse com as crianças sobre como a pessoa pode estar se sentindo e como alguém poderia acolhê-la.

VIVÊNCIAS QUE ENSINAM DELICADEZA

E SE FOSSE COM VOCÊ?

Apresente situações como: ninguém quis sentar ao seu lado, seu desenho rasgou, você caiu e se machucou ou queria brincar, mas ninguém chamou.

Pergunte como a criança se sentiria e o que gostaria que fizessem por ela.

TEATRO DAS ATITUDES

Em pequenos grupos, as crianças podem encenar situações como incluir alguém na brincadeira, consolar um amigo, dividir materiais e pedir desculpas.

CORREIO DA GENTILEZA

Cada criança pode desenhar ou ditar uma mensagem gentil para um colega.

MARCAS QUE FICAM NO CORAÇÃO

PROPOSTA DE DESENHO

Desenhe uma atitude de empatia.

Convide as crianças a desenhar uma cena em que alguém ajuda um colega, acolhe quem está triste, divide um brinquedo ou chama outra criança para brincar.

PARA LEVAR PARA CASA – MISSÃO DA EMPATIA

Proponha que a criança observe, em casa, uma oportunidade de demonstrar empatia, ajudando alguém, ouvindo com atenção ou oferecendo carinho.

MENSAGEM AO EDUCADOR

Trabalhar a empatia na infância é semear relações mais humanas, respeitosas e sensíveis. As crianças aprendem sobre cuidado não apenas pelo que escutam, mas principalmente pelo que vivem. Ensinar a olhar com o coração é ajudar a formar crianças mais atentas ao outro e mais capazes de conviver com gentileza.

Educar com empatia é plantar, desde cedo, sementes de respeito, cuidado e humanidade. Pequenos gestos de acolhimento na infância podem florescer em grandes atitudes ao longo da vida.