

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им. В.П. АСТАФЬЕВА (КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов  
Выпускающая кафедра  
Психологии и педагогики начального образования

Логинова Кристина Олеговна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

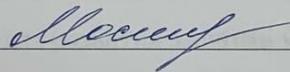
**ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ В МЛАДШЕМ  
ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы Психология и педагогика  
начального образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой к.пс.н., доцент по кафедре  
психологии, доцент

Мосина Н. А



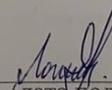
(дата, подпись)

Руководитель к.пс.н., доцент по кафедре  
педагогике и психологии начального  
образования, доцент Гордиенко Е. В.

Подпись 

Дата защиты 27 июля 2022

Обучающийся  
Логинова К.О

  
(дата, подпись)

Оценка отлично

(прописью)

Красноярск 2022

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	6
§ 1.1. Сущность понятия «эмпатия».....	6
§ 1.2. Особенности развития эмпатии в среднем детстве .....	16
§ 1.3. Пути развития эмпатии у детей в младшем школьном возрасте .....	28
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1.....	41
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ИЗУЧЕНИЮ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	43
§ 2.1. Организация и методика исследования эмпатии у детей младшего школьного возраста.....	43
§ 2.2. Анализ результата исследования .....	49
§ 2.3. Комплекс занятий с элементами тренинга для развития эмпатии у детей младшего школьного возраста .....	55
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2.....	59
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	61
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	64
ПРИЛОЖЕНИЯ .....	70

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Эмпатия – одна из главных социальных эмоций человека и ключевое качество личности, позволяющее человеку создавать эффективные социальные контакты. Феномен эмпатии занимает очень важное место в понимании человеком другого человека, социальной природы личности, приобретения личностью коммуникативных компетенций. Развитие эмпатии – актуальная психолого-педагогическая проблема, которая приобретает особый смысл в свете усвоения ребенком в начальной школе духовных и нравственных ценностей, которые трансформируются в свойства личности и проявляются в отношениях с другими людьми.

Младший школьный возраст в силу особенностей психологического и физического развития выступает сенситивным этапом развития эмпатии. Поэтому задача родителей и современного педагога начальной школы – создать условия в жизнедеятельности ребенка, способствующие развитию эмпатии у него.

В наше время это особенно актуально, так как мы живём во времена, когда социальные институты общества, такие как семья, школа, вуз, подростковые сообщества и т.д., переживают трудные времена. То, что начиналось как разрозненные попытки атак на расшатывание нравственных, семейных и иных традиционных устоев, теперь обернулось массивным внедрением либерализации, эгоцентризма, нравственной деградации современного общества.

Изучению эмпатии как эмоциональной отзывчивости индивида на переживания других людей посвящено значительное число исследований (Р.О. Агавелян, Е.Я. Басин, А.А. Бодалев, Т.П. Гаврилова, А.В. Запорожец, В.П. Кузьмина, Ю.А. Менджерицкая, Л.П. Стрелкова, О.И. Цветкова и

другие). Эмпатия проявляется в стремлении понять другого человека, вчувствоваться в его переживания, оказать помощь и поддержку.

В работах таких известных исследователей нравственного воспитания, как Н.В. Архангельский [1], Ю.Б. Гиппенрейтер [15], Т.А. Данилина, В.Н. Дружинин [18], М.И. Миронова показано, что младший школьный возраст выступает сенситивным периодом развития эмпатии.

Методические аспекты развития эмпатии в начальной школе раскрыты в научных трудах таких педагогов, как М.А. Нгуен [34], Д.П. Неводовой [35], П.М. Якобсон [63].

Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, В.С. Мухина и другие установили, что младший школьный возраст характеризуется повышенной восприимчивостью внешних влияний, верой в истинность всего, чему учат, что говорят, в безусловность и необходимость нравственных норм.

**Цель исследования** – определить актуальный уровень развития эмпатии у детей в младшем школьном возрасте и составить комплекс заданий с элементами тренинга для повышения уровня эмпатии.

**Объект исследования** – эмоциональная сфера у детей в младшем школьном возрасте.

**Предмет исследования** – эмпатия у детей младшего школьного возраста.

**Гипотеза** исследования: мы полагаем, что эмпатия включает в себя понимание эмоций другого, эмоциональный отклик, регуляцию поведения. Мы предполагаем, что в младшем школьном возрасте эмпатия проявляется на среднем уровне, а именно дети не всегда понимают эмоции другого человека, не всегда могут оказать помощь, спрогнозировать эмоциональную реакцию другого человека в конкретных ситуациях, но умеют эмоционально откликнуться на переживания другого.

Для достижения цели исследования необходимо решить следующие **задачи**:

1. Рассмотреть сущность понятия «эмпатия».
2. Проанализировать особенности развития эмпатии у детей младшего школьного возраста.
3. Изучить способы развития эмпатии у детей младшего школьного возраста.
4. Разработать диагностическую программу изучения эмпатии у детей младшего школьного возраста.
5. Проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать комплекс занятий с элементами тренинга для детей младшего школьного возраста.

**Методы исследования:** теоретические: анализ и синтез психолого-педагогической литературы по теме работы, ее классификация и систематизация; эмпирические: тестирование, методы опроса.

**Структура выпускной квалификационной работы** состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников, приложения.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

## § 1.1. Сущность понятия «эмпатия»

С момента начала развития общества и формирования внутривидовой коммуникации, человеку было необходимо понимание чужих эмоциональных сигналов для распознавания степени опасности ситуации, так как эти навыки помогали сохранять жизнь, они закреплялись и совершенствовались на протяжении всей истории человечества.

В эволюционном плане история развития эмпатии, по словам У.А. Легкой происходила в направлении усложнения и развития: от личностного дистресса, когда человек просто хотел избавиться от негативных чувств, вызванных чужими эмоциями к эмпатическим переживаниям, как основы для альтруистического поведения – помощи другому человеку [299, с. 125].

Понятие «эмпатия» восходит к работам Р. Фишера, который предложил концепцию «*Einfühlung*» (вчувствование), применительно к эстетическому отношению, которое субъект может иметь с объектом, произведением искусства, окружающим миром (вчувствование в буквальном смысле означает «перенести себя в объект», что заставляет нас «чувствовать его внутри»). Субъект как бы одалживает свои чувства объекту, ставя себя ему на службу.

В своих работах начала XX века Т. Липпс сделал переход от искусства к визуальным иллюзиям и межличностному пониманию, говоря о том, что вчувствование является собой механизм познания Другого, а также и окружающего мира в целом. Для Т. Липпса вчувствование походило на старое понятие симпатии. Т. Липпс и ввел понятие «вчувствование» в психологию [6].

Но, несмотря на давнюю историю существования самого процесса эмпатии интерес к нему появился сравнительно недавно, когда в 1909 году

Э. Тичнер перевел немецкое слово «вчувствование» в английский язык и ввел тем самым феномен «эмпатия» в тезаурус науки. Однако, на протяжении всего этого времени развивались и другие идеи, было введено понятие «эмоциональный интеллект», обозначающее способность распознавать, понимать и управлять своими эмоциями и эмоциями других людей для решения практических задач; «модель психического» («Theory of Mind»), обозначающая способность воспринимать как свои собственные переживания, так и переживания других людей, понимая, что последние не тождественны первым.

В психологическом словаре А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского находим следующее определение эмпатии – это постижение эмоционального состояния, проникновение-вчувствование в переживания другого человека [4545, с. 463].

В Большом психологическом словаре указывается, что различают эмпатию эмоциональную, когнитивную и предикативную [3333, с. 465]. Эмоциональная эмпатия основана на проекции и подражании моторным и аффективным реакциям другого, когнитивная – задействует интеллект, процессы сравнения, аналогии и т.д., а предикативная эмпатия проявляется, как способность предсказывать аффективные реакции другого в конкретных ситуациях.

Еще один Психологический словарь под редакцией И.М. Кондакова определяет эмпатию как «постижение эмоционального состояния, проникновение в чувствование, в переживание другого» [25].

В словаре Л.И. Саввы и Т.А. Пономарева эмпатия рассматривается как эмоциональное состояние другого человека и ответное выражение своего понимания этих чувств [51, с. 71].

Е.А. Коняева в Кратком словаре педагогических понятий определяет эмпатию как качество личности, ее способность проникать с помощью чувств в душевные переживания других людей, сочувствовать им, сопереживать, разделять их; постижение эмоционального состояния другого человека, проникновение в него [266, с. 123].

Рассмотренные определения не вбирают в себя всю многогранность и сложность данного психического явления. В настоящее время существует много трактовок феномена эмпатии отечественными и зарубежными психологами, которые соответствуют направлениям в исследовании этого явления. Рассмотрим некоторые из них.

С.Л. Рубинштейн считал эмпатию составляющей любви человека к человеку, опосредовавший эмоционально взаимоотношения с окружающими, противопоставляя эмпатическим отношениям феномен «расширенного эгоизма». [28, с.137/]

Д.Б. Элькониным эмпатия рассматривалась как способность человека эмоционально отзываться на переживания другого, вступающая одним из условий развития социальной децентрации. [50, с.128.]

В.В. Бойко определяет эмпатию как рационально-эмоционально-интуитивную форму опосредованного отражения, которая является особенно утонченным средством «вхождения» в психоэнергетическое пространство другого человека [6].

Ю.А. Менжерицкая считала эмпатию сложным, многоуровневым феноменом, состоящим из сочетания эмоциональных, когнитивных и поведенческих переменных, проявляющихся опосредовано под воздействием опыта социального взаимодействия субъекта с окружающими людьми. [32, С.174-192.]

Л.П. Стрелкова полагает, что полный эмпатийный процесс представляет собой трехзвенную цепочку: сопереживание, сочувствие и внутреннее содействие, которое может привести к реальной помощи [4].

К. Роджерс, определяет эмпатию как психический процесс, направленный в первую очередь на моделирование внутреннего мира переживаний воспринимаемого человека. При таком подходе к эмпатии подчеркивается ее динамический, процессуальный и фазовый характер [48].

Е. Фабер рассматривает эмпатию как «эмоциональный и поведенческий ответ на эмоциональное состояние другого человека, который подобен эмоциональному тону этого человека и основан на его обстоятельствах, больше, чем на своих собственных [4].

Мы придерживаемся мнения Л.П. Стрелковой, что эмпатия – это трехзвенная цепочка: сопереживание, сочувствие и внутреннее содействие, которое может привести к реальной помощи. При этом, сопереживание, основой которого выступает идентификация, является эмоциональным откликом на переживания другого. Проявление сочувствия предполагает когнитивную ориентацию в ситуации, которая, в свою очередь, актуализирует различные формы содействия, сначала внутреннего, а затем, при определенных условиях, и внешнего [4].

В рамках научных теорий развитие феномена эмпатии происходило в рамках трех категорий переживания и отношения или сознания (в рамках процесса познания), выделенных А.В. Петровским и М.Г. Ярошевским [45, с. 630]. Но, в целом, отношение этого феномена к переживанию присутствует даже при его включении в категорию отношения или познания (в рамках категории сознания), так что уместно будет говорить о категории познания или отношения. Относя эмпатию к категории познания, авторы исходят из того, что она является способом узнать окружающий мир. В представлении второго

подхода эмпатия относится к категории отношений и определяется через призму переживания по поводу другого существа (в частности человека).

По мнению Г.М. Андреевой, говоря об эмпатии, уместно вспомнить о таком явлении как «идентификация», буквально оно обозначает отождествление себя с другим. Это выражает установленный эмпирический факт, что одним из самых простых способов понимания другого человека является уподобление себя ему [1, с. 124]. А также близкого к феномену эмпатии термину «децентрация», понимаемого как способность выйти за пределы своих рамок, поставить себя на место другого и на место нейтральной позиции по отношению к ситуации.

Возникновение понимания процесса эмпатии как познавательной категории относится исторически к появлению этого термина и связано с одной из первых школ психологии – структурализмом. Введение этого понятия в психологию того периода было для Э. Титчнера существенным шагом в противостоянии функциональному направлению, так как по его идее объясняло механизмы восприятия действительности через чувствование себя в воображаемой ситуации.

Схожим мнением в контексте понимания чувств обладает и З. Фрейд, определяя эмпатию в контексте терапии следующим образом: «Мы учитываем психическое состояние пациента, ставим себя в это состояние и стараемся понять его, сравнивая его «Я» со своим собственным» [60, с. 61]. Классический психоанализ, таким образом, представляет собой отношение к эмпатии как к процессу познания. От этого не отходит и современный психоанализ, в котором выделяются феномены конкордатного и комплементарного контрпереноса, оба из них основаны на том, что терапевт испытывает эмоции в ответ на проекции клиента, соединяется с ними, воспринимая их как собственные. Первый тип контрпереноса можно считать

эмпатическим, понимающим клиента, а второй дополняющим картину отношений с ним. Это является, по мнению Н. Мак-Вильямс, ценным для познания клиента и построения терапевтических интерпретаций [31, с. 126].

Что касается развития взглядов на эмпатию в категории отношения, то оно происходило на основе практико-ориентированных работ и исследований. Рассмотрим определение эмпатии, принадлежащие психологам, изучающим эмпатию как фактор мотивации морального поведения и альтруизма. В этих случаях эмпатия является одним из доступных способов определения мотивационной стороны поведения и предполагает сочувствие, сопереживание другому [20, с. 89]. В этом отношении необходимо разделить феномен эмпатии и симпатии, главным образом, за счет расширения спектра ответных чувств субъекта эмпатии [22, с. 216]. То есть наличие чувств, направленных на себя, а не на другого может отличать эмпатию от симпатии.

Понимание эмпатии в этом подходе носит различный характер, к примеру, Дж. Мид описывает ее как способность понять другого человека, а Г.М. Андреева [1] как стремление эмоционально откликнуться на проблемы другого человека, как его особый способ понимания. В.В. Бойко, разделяет его на несколько каналов: рациональный, эмоциональный, интуитивный и также выделяет причины, препятствующие появлению эмпатии: эгоцентрическая ориентация, отчужденность, психологический дискомфорт, безразличие к личности [6].

Современные авторы, в том числе отечественные, проводя эмпирические исследования, чаще всего в качестве определения используют интеграцию данных подходов, либо первый взгляд на данное понятие. Примером этого можно считать понимание эмпатии как психологического феномена, характеризующегося эмоциональной отзывчивостью на переживания другого человека, который способствует пониманию смысловых

и эмоциональных оттенков внутреннего мира другого, содействуя взаимопониманию и оптимизации межличностных отношений, делая поведение человека социально обусловленным [29, с. 126].

В этом подходе идет изучение различных групп, так, например, исследование А.А. Бодалева и Т.Р. Каштанова выявили, что широкий круг общения со сверстниками положительно коррелирует со способностью к сопереживанию, а М. Дэвис создал «организационную модель эмпатии». Он считает, что существование двух фокусов, несмотря на призывы к целостному видению эмпатии, чаще всего в практике эмпирических исследований приводит к фрагментации понятия, что как следствие и произошло, когда были введены понятия эмоциональный интеллект и «модель психического» [22, с. 25].

В соответствии с вышеописанными подходами не трудно выделить два типа измерения эмпатии или два компонента: когнитивное, часто измеряемое как «принятие чужой точки зрения» или децентрация в отечественной литературе, и эмоциональное, измеряемое как «эмоциональное заражение» или «сопереживание» другому. К ним зачастую присоединяется и внешнее проявление эмпатии, так называемое помогающее поведение.

И.Б. Бовина указывает на ряд критериев, которые позволяют упорядочить определения эмпатии и отразить специфику этого процесса [5, с. 89]:

1. Когнитивная или аффективная природа эмпатии. Как свидетельствуют исследователи, в литературе присутствуют три типа определений: акцентирующие когнитивную природу эмпатии, акцентирующие аффективную природу эмпатии, наконец, учитывающие оба аспекта. Этот критерий отражен в большинстве определений (в тридцати одном определении из сорока трех). По замечанию В. Стефана и К. Финлей,

при всем многообразии трактовок эмпатии, исследователи и теоретики все же согласны с тем, что можно различать два типа эмпатии – когнитивную и аффективную.

## 2. Конгруэнтность-неконгруэнтность эмоциональных проявлений.

Конгруэнтность настроения – это согласованность эмоционального состояния человека с более широкими ситуациями и обстоятельствами, переживаемыми людьми в это время. Напротив, неконгруэнтность настроения возникает, когда реакции или эмоциональное состояние индивида вступают в конфликт с ситуацией.

## 3. Особенности объекта эмпатии (вопрос, которым задается Б. Кафф с коллегами, касается таких параметров объекта эмпатии, как его присутствие или отсутствие в ситуации, когда возникает эмпатия; реальный или вымышленный персонаж, т. е. герой литературного произведения или кинопродукции).

## 4. Понимание причин возникновения эмпатии (здесь речь идет о том, осознает ли субъект эмпатии, что его состояние обусловлено внешним источником, или такое осознание отсутствует).

## 5. Личностная или ситуативная природа эмпатии.

## 6. Связь эмпатии и поведения (исследователи расходятся в позициях, относительно того, должен ли следовать некоторый поведенческий акт вслед за возникновением эмпатии или нет).

## 7. Эмпатия как автоматический или контролируемый процесс (для представителей нейронаук эмпатия является автоматическим процессом, возникающим при наблюдении эмоционального состояния Другого. В противоположность этой позиции эмпатия является процессом, который наблюдатель в самом простом варианте контролирует и может

модифицировать, т. е. предполагается наличие когнитивного усилия со стороны наблюдателя (субъекта эмпатии).

Некоторые из этих критериев могут рассматриваться как частично совпадающие; одни основания для классификации определений касаются процесса эмпатии, другие – механизмов эмпатии, третьи – причин. По сути, представляется возможным проводить параллели между этими семью критериями и моделью М. Дэйвиса, в которой он предлагает различать предпосылки эмпатии (личностные или ситуативные), собственно процесс эмпатии, а также последствия (интра- и интерперсональные).

В.И. Долгова и Е.В. Мельник в своей монографии выделяют следующие уровни эмпатии:

1. Когнитивная эмпатия – основывается на интеллектуальных процессах (сравнение, обобщение, аналогия и др.). На данном уровне человек способен различить тон голоса собеседника, понять его истинные эмоции и настроение. Она проявляется в виде понимания и осознания психического состояния другого человека, но без изменения своего.

2. Эмоциональная эмпатия – предполагает не только понимание чувств другого человека, но и сопереживание, сочувствие ему. Эмпат способен различать жесты и мимику другого человека.

3. Поведенческая эмпатия (высшая форма эмпатии) – представляет синтез поведенческого, когнитивного и эмоционального компонентов. На данном уровне происходит межличностная идентификация собеседников друг другу. Эмпат может управлять эмоциями другого человека. На данном этапе происходит установление полного понимания между собеседниками на уровне подсознания. Складывается тождественность чувств и ощущений, полное понимание и принятие позиции собеседника [17, с. 5].

К.В. Воробьева в своем исследовании указывает, что также выделяют три уровня эмпатии [9, с. 171]:

1-й уровень эмпатии – практическая индифферентность к чувствам и мыслям другого человека. Личность заиклена на себе. Ее больше интересует свой собственный мир, свои желания и похоти. По его определению, весь мир должен вращаться вокруг него. И других людей он воспринимает только как инструменты для реализации собственных планов, или удовлетворения собственных амбиций. И, если ему кажется, что он хорошо знает и понимают других людей, учитывая, что он смотрит на них сквозь призму собственного эго, то его выводы, как правило, далеки от истины. Да и, осознать свои заблуждения ему мешает собственное эго, заикленность на себе и, как результат, низкий уровень эмпатии. И это может продолжаться всю жизнь.

2-й уровень эмпатии – двойственно-промежуточное состояние. Иногда человек может проявлять заинтересованность в другом человеке, эмпатию и сопереживание, но в другом случае полную закрытость и слепоту к чувствам и мыслям других людей. И это встречается чаще всего. Этот уровень свойственен любым типам личности, но проявляется по-разному.

3-й уровень эмпатии – наиболее сильный. Для человека с этим уровнем эмпатия является сутью его жизни. Он, как правило, не понимает, как можно жить для себя. Жизнь для себя для него просто не имеет смысла. И эта нацеленность на других воспроизводит в нём стойкое, постоянное, глубокое и точное понимание внутреннего мира другого человека. Он словно погружается в жизнь другого человека, соединяется с ним в единое целое и буквально проживает его состояние, воссоздавая внутри себя его переживания, ощущая их, как собственные. Он очень трепетно с глубоким тактом, относится к другим людям, поддерживая их, облегчая им осознание своих проблем, проходя вместе пути испытаний и помогая принимать

правильные решения без всякого навязывания своего мнения или своих интересов. И, как правило после того, как всё завершилось, он отходит в сторону, не ожидая никакой награды.

Таким образом, изучив литературу выявили, что в современной науке эмпатия исследуется в связи с важностью общения в различных социальных и жизненных контекстах и понимается как сложный процесс или свойство, рассматриваемое, с одной стороны, как категория познания, а с другой как категория отношения, и включающее в себя когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты, которые могут рассматриваться и в качестве измерений данного феномена. В качестве рабочего определения мы придерживаемся мнения Л.П. Стрелковой, что эмпатия – это трехзвеньевая цепочка: сопереживание, сочувствие и внутреннее содействие, которое может привести к реальной помощи. При этом, сопереживание, основой которого выступает идентификация, является эмоциональным откликом на переживания другого. Проявление сочувствия предполагает когнитивную ориентацию в ситуации, которая, в свою очередь, актуализирует различные формы содействия, сначала внутреннего, а затем, при определенных условиях, и внешнего.

## **§ 1.2. Особенности развития эмпатии у детей младшего школьного возраста**

Младший школьный возраст – это период жизни ребенка от 6-7 до 10-11 лет, когда он проходит обучение в начальных классах (I-IV классы) современной школы.

В периодизации Д.Б. Эльконина младший школьный возраст вместе с дошкольным возрастом образует этап «детство», но, в отличие от дошкольного возраста, где происходит освоение мотивационно-

потребностной сферы личности. Способность обучаться в школе систематически – способность, развитие которой происходит вместе и в зависимости от физического и психологического развития ребёнка

Современные исследователи указывают, что младший школьный возраст отличается тем, что в данный период происходит своеобразный «перелом», ребёнок превращается в качественно новую категорию – школьника [41, с. 65].

Формирование личности младшего школьника обусловлено различными факторами: своеобразием физиологии его высшей нервной деятельности, анатомо-физиологическими особенностями, влиянием окружающей среды, общества, сферой его деятельности [30, с. 77].

Начало школьного обучения характеризуется переходом от игровой деятельности к учебной как ведущей деятельности младшего школьного возраста, в которой формируются основные психические новообразования.

По А. Валлону, на втором году жизни ребенок вступает в «ситуацию симпатии». На этой стадии ребенок как бы слит с конкретной ситуацией общения и с партнером, чьи переживания он разделяет. «Ситуация симпатии» подготавливает его к «ситуации альтруизма». На стадии альтруизма (4-5 лет) ребенок соотносит себя и другого, осознает переживания других людей, предвидит последствия своего поведения.

Эмпатия начинает формироваться у детей в возрасте 6-7 лет и продолжает развиваться всю последующую жизнь.

Следовательно, имеющиеся у ребенка способности к эмпатии постепенно перерастают в свойства личности, которые впоследствии влияют на характер его взаимодействий. Развивая свои способности, ребенок учится лучше понимать другого человека и осознавать его ценность, значимость.

Младший школьный возраст является сенситивным периодом развития эмпатии, поскольку:

1. Характеризуется развитием рефлексии, что дает возможность ребенку объективно оценивать свои поступки и давать моральную оценку поступкам других людей.

2. Младшие школьники чувствительны и восприимчивы к воздействию окружающей среды. Многие в поведении ребенка младшего школьного возраста определяются подражанием.

3. С началом младшего школьного возраста ребенок вступает в фазу операционного развития интеллекта, что проявляется в процессе децентрации, благодаря которому ребенок может принимать во внимание точку зрения других людей, отождествлять свою позицию с реальным положением вещей [42].

4. Характерным является наличие определенной внутренней позиции личности, что способствует формированию системных личностных образований.

5. Нравственные представления младших школьников, приобретая действенный характер, непосредственно способствуют развитию морально-нравственных чувств [8].

Новообразованиями младшего школьного возраста выступают: личностная и интеллектуальная рефлексия. Младшие школьники вступают на новый уровень межличностного общения. У них появляется больше контактов и ситуаций выбора, в которых можно проявить эмпатийность. Это связано с возрастными изменениями, изменением социальной среды ребенка, а также с его эмоциональной возбудимостью.

На этапе младшего школьного возраста ребёнок переживает кризис семи лет, социальная ситуация его развития меняется. Самосознание ребенка

перестраивается коренным образом, что приводит к переоценке ценностей. Младший школьный период характеризуется совершенствованием высшей нервной деятельности, развитием психических функций ребенка.

К важнейшим личностным характеристикам младшего школьника относятся так же доверчивое подчинение авторитету, повышенная восприимчивость, внимательность. В поведении учащегося начальных классов проявляется послушание, конформизм и подражательность. В младшем школьном возрасте складываются наиболее благоприятные условия для развития эмпатии. Младшие школьники внушаемы и податливы, они доверчивы, восприимчивы, склонны к подражанию. Все эти условия необходимо учитывать не только психологу, но и семье, самым близким ребенку людям, для развития эмпатии.

При поступлении ребенка в школу устанавливается новая социальная структура развития. В младшем школьном возрасте учебная деятельность становится ведущей.

Учебная деятельность младших школьников побуждается различными мотивами: у ребёнка наблюдается познавательная активность, появляется стремление к саморазвитию. Она начинает приобретать большое значение для младшего школьника. Успехи в учебе способствуют формированию его адекватной самооценки, в то время как, неудачи в ведущей на данном этапе учебной деятельности зачастую приводит к формированию комплексов неполноценности или развитию синдрома хронической неуспеваемости.

Мотивация достижения в начальных классах становится доминирующей. У детей с высокой успеваемостью ярко выражена мотивация достижения успеха – желание хорошо, правильно выполнить задание, получить нужный результат. При мотивации избегания неудачи дети стараются избежать "двойки" и тех последствий, которые влечет за собой

низкая отметка, – недовольства учителя, санкций родителей (будут ругать, запретят гулять, смотреть телевизор и т.д.).

Следовательно, направление личности младшего школьника проявляется в его нуждах и мотивах. У младших школьников появляются новые потребности:

1. Школьнику необходимо подчиняться требованиям педагога.
2. Ученик должен интенсивно получать новые для него знания и умения.
3. Деятельность ученика должна быть ориентирована на удовлетворительное получение одобрения педагога.
4. Ученик должен стремиться к демонстрации лучшего результата в группе, опережать сверстников.
5. Потребности ученика меняются под влиянием новых для него социальных ролей и общественных обязанностей.

Поступление в школу связано для ребёнка с целым рядом серьёзных изменений в привычном распорядке. Меняется режим сна, появляется необходимость выполнения учебных заданий и домашней работы. Задачей учителя является не просто предъявление требований и процесс контроля, но помощь и поддержка в процессе адаптации школьников к новым условиям жизнедеятельности.

Т.Р. Ахметдинова придерживается мнения, что на самом деле, современный ребенок приходит в школу с большими потенциальными способностями, и чтобы они преобразились в реальные силы, в личностные качества, необходим целенаправленный, воспитывающий, обучающий, формирующий, развивающий образовательный процесс [3, с. 61].

Учебная деятельность становится для школьника главным видом сознательной деятельности на многие годы вперед (ведущая деятельность),

чего он ещё не может понять полностью, так как не способен планировать настолько длительными периодами.

В младшем школьном возрасте закрепляется индивидуализация субъекта, усиливается его сознательная рефлексивность.

Согласно работам детского психолога и педагога Д.Б. Эльконина структура учебной деятельности выглядит следующим образом: мотивация обучения; учебная задача; учебные действия; действия контроля; действие оценки [61].

Л.И. Божович считает, что развитие личности младшего школьника зависит не только от школьной успеваемости, но и оценки детей взрослыми. Ребенок в этом возрасте очень сильно подвергается внешнему влиянию. Главную значимость с целью формирования личности ребенка младшего школьного возраста имеет вхождение его в школьный коллектив [7, с. 23].

Л.И. Божович определила уровни развития эмпатии младших школьников, а именно:

- первый уровень (квазиэмпатийное отношение – проявление безразличия, агрессии, злости, раздражения и т.п.);
- второй уровень – пассивное, отрицательно-неустойчивое эмпатийное отношение (сопереживание объекту эмпатии);
- третий уровень – пассивное, положительно-неустойчивое отношение (сочувствие объекту эмпатии);
- четвертый уровень – действенное, положительно-неустойчивое эмпатийное отношение (проявление содействия, однако не в ущерб себе, а также под влиянием других мотивов);
- пятый уровень – действенное, положительно-устойчивое эмпатийное отношение. Оно характеризует проявления реального содействия (включая помощь в ущерб себе) в эмпагогенных ситуациях.

На развитие эмпатии младшего школьника влияют особенности развития эмоционально-чувственной сферы личности. Известный психолог и педагог Л.С. Выготский указывал, что уже 6-7 летние дети достаточно хорошо осознают свои эмоциональные переживания, особенно те, что обусловлены оценкой взрослого [11]. Именно такие переживания способствуют развитию у обучающихся эмпатии. Младшие школьники чувствуют тонко и остро и обман, и доброжелательные чувства. Свои эмоциональные переживания ребенок, как правило, передает вербально (я радуюсь, я скучаю и т.д.). Он словно отстраняет от себя собственные эмоции, чувства, психические состояния, чтобы увидеть себя со стороны.

Внешнее воспроизведение чувств учащихся начальных классов имеет непосредственный и бурный характер. Чувства, как продукт работы ума ребенка, являются прямым отражением его поведения. Так, чувство собственного достоинства возникает тогда, когда школьник чувствует свою личную ценность, любит свою собственную жизнь. Осознавая, что он приносит определенную пользу, умеет что-то делать хорошо, контролировать свои действия, поведение, школьник стремится к самосовершенствованию, у него появляется уважение к самому себе, вера в собственные силы. Ребенок с высоким чувством собственного достоинства ориентируется на тип поведения, который может быть выражен так: «Я это тоже могу сделать, если другие смогли». Ребенок с пониженным чувством собственного достоинства думает: «Я никогда не смогу это сделать». Такие дети остро переживают различные негативные оценки их деятельности. Они могут внешне не реагировать на замечания, но на самом деле это их очень задевает. Если ребенок сделал что-то хорошо, замечательно выполнила какую-то работу, а на это никто не обратил внимания, то он чувствует себя оскорбленным. От

состояния развития чувства собственного достоинства, гордости за свои достижения зависит развитие чувства долга.

У детей младшего школьного возраста это чувство (долга) понимается как необходимость соблюдения обещаний, которые даются взрослым, определяется стремлением быть «еще лучше». Однако выполнение обещаний часто нарушается, особенно мальчиками. Объясняется эта ситуация несформированностью произвольности действий.

По мнению Л.С. Выготского, центральным образованием в сознании ребенка младшего школьного возраста, которое составляет стержень его способности к сопереживанию и сочувствию (эмпатии), выступает совесть [11, с. 97]. Совесть – причина, а одновременно и следствие той «внутренней работы духа», которая порождает чувство стыда. Это чувство в его развитой форме – безусловно, существенный критерий, показатель сформированности у ребенка ответственности за собственное поведение, поступки – за все последствия того, что и как он делает. Совесть и чувство стыда являются своеобразными и надежными гарантиями ответственности, поскольку они – как «голос внутреннего «Я» – неотступно побуждают школьника к самоконтролю, мотивируют потребность оценить свои поступки и качества.

Чувство стыда у учащихся начальных классов возникает не только от прямого воздействия взрослого (так, как это происходит в дошкольном возрасте), но и в тех случаях, когда ученик сам понимает, что поступил неправильно, отступил от положительного образца. Соответственно и чувство гордости у младшего школьника появляется не только тогда, когда взрослый одобрил его действия, а и вследствие «примерки» своего поведения к общепринятым ценностным ориентациям, понимая, что тождество с ними дает ему основание гордиться собой. Воспитанник начинает осознавать, что он может стать развитой личностью только через свои хорошие поступки.

Упражняясь в них, он убеждается, что никакого личностного развития без чуткого отношения к другим людям не может быть, так же как его не может быть вне значимости собственного «Я».

Свое поведение младший школьник проектирует с учетом возможных последствий для других людей. И что важно – оценка младшим школьником себя как личности происходит не только с учетом того, что означает то или иное качество для него, но и что оно может означать для других. То есть, младший школьник должен научиться «чувствовать» другого человека; у него должны сформироваться эмпатийные способности. Оценки действий, поступков, результатов деятельности – эффективное средство воздействия на развитие эмпатии младшего школьника. Благодаря оценочным суждениям (собственным и взрослых) младший школьник осознает, что хорошо, а что плохо.

У младших школьников уже сформированы определенные представления о помощи и сочувствии, но они не умеют проявлять свои чувства. Помощь нередко выглядит «медвежьей услугой», а сочувствие может восприниматься окружающими как надоедливость, что приводит к обидам и конфликтам.

Рассмотрим более подробно специфику личностной сферы у детей младшего школьного возраста.

В исследовании «Характеристика и специфика познавательных способностей детей младшего школьного возраста», проведенном С.Б. Каширских, указывается на то, что спецификой внимания является его интенциональность, то есть направленность на совершаемое субъектом действие [23, с. 41].

Запоминание, как и внимание, является особенным видом познавательной деятельности, который требует сознательной установки специальной задачи по запоминанию.

Деятельность по обучению и усвоению новых знаний у школьников семи-восьми лет не имеет сильных отличий от мышления дошкольников и представляет собой яркое и образное мышление образами с низкой долей абстракции. Эффективность обучения обеспечивается использованием наглядных педагогических средств. Дети этого возраста реагируют на реальные вещи либо образы, которые могут быть им очень близки, например, понятные, простые изображения вещей [53, с. 79].

Детское воображение характеризуется большей степенью креативной инспиративности, эта активность направлена на созидание конкретного предмета; форма активности, направляемая ребенком на создание некоторого продукта (мелодия песни, стих, сочиненная сказка, создание игрушки, красочного панно и т.д.).

Н.Л. Исакова в работе «Развитие познавательных процессов у младших школьников через экспериментальную деятельность» высказывает предположение, что развитие воображения у детей в возрасте 8-9 лет связано со школьным обучением и характеризуется большей степенью творчества и ассоциативности нежели у детей дошкольного возраста [21, с. 52].

Воображение младших школьников конкретно, лишено сложной абстракции. Работа детского воображения – это работа по воспроизведению и рекомбинации ранее виденного.

Исследования демонстрируют, что уже к окончанию обучения в первом классе дети начинают принимать учебные задачи как задачи, стоящие перед всем классом, начинают проявлять интерес к учебным достижениям своих друзей и всего класса в целом. Под влиянием коллектива у детей младшего

школьного возраста постепенно создаётся тот, более высокий вид общественной ориентированности личности, который характерен для каждого, кто именно проживает осознанными коллективными интересами.

В младшем школьном возрасте темперамент характеризуется следующими показателями: относительно слабой нервной системой, что в равной мере относится к процессам возбуждения и торможения. Слабость процесса возбуждения проявляется, прежде всего, в малой выносливости нервной системы, быстром утомлении и легком возникновении охранительного торможения. Показателем слабости является также сильно развитое индуктивное торможение, которое выражается в затормаживании действий под влиянием побочных раздражителей. Пониженной работоспособности сопутствует повышенная возбудимость и чувствительность индивида, что, в частности, выражается в моторных и эмоциональных реакциях, неадекватных силе раздражителей [19 с. 108].

Автор трудов по практической психологии школьников младших классов Р.В. Овчарова указывает, что в младший школьный возраст ученики вступают с большим резервом развития, который реализуется в школьном обучении. Познавательная деятельность ребёнка подвергается доформированию и оформлению при поступлении в школу. Обучение уподобляет ребёнка взрослому человеку, прививая иные, нехарактерные для детства качества. Вступив в коллектив сверстников, связанный процессом обучения, ребёнок оказывается включённым в вид деятельности свойственные взрослому – эффективное обучение требует от ребёнка усидчивости, продуктивности, психологической выносливости [40, с. 280].

На основе результатов проведенных исследований Л. Мерфи отметил, что проявление эмпатии ребенком зависит от степени его близости с другим человеком (близкий или чужой), частоты общения между ними (знакомый или

нет), характера реакции в процессе общения (плач, боль, смех и др.) и уже имеющегося у ребенка опыта (различные ассоциации, виды, сложившиеся стереотипы).

В младшем школьном возрасте у ребенка присутствуют два вида эмпатии: гуманистическая и эгоцентрическая [144, с. 352].

Гуманистическая эмпатия предполагает отклик на чужие чувства: сопереживание, понимание, сочувствие другому человеку.

Эгоцентрическая эмпатия рассматривает собственные переживания. Она проявляется в ощущении грусти, страха, зависти и др. До 9 лет у ребенка преобладает эгоцентрическая эмпатия. Однако с достижением этого возраста чужие состояния уже способны влиять и изменять собственные ощущения ребенка, несмотря на то, что в основном он еще ориентируется на внутренние переживания.

Существенное влияние на развитие эмпатии оказывает статус младшего школьника в коллективе сверстников. От этого зависит, насколько ребенок чувствует себя уверенным, довольным, в какой степени он усваивает нормы общественного поведения. Н.В. Архангельский отмечает, что «эмоциональное благополучие или самочувствие ученика класса зависит не только от того, сколько одноклассников симпатизируют ему, хотят с ним общаться, а и от того, насколько взаимны эти симпатии или стремление к общению» [2, с. 127].

Отсюда следует вывод: чем больше взаимных симпатий и меньше взаимных антипатий в классном коллективе, тем лучше эмоциональное самочувствие всех учеников, более благоприятный психологический климат для развития эмпатии. Так, дети с низким уровнем популярности, не надеясь на сочувствие и помощь со стороны товарищей, нередко становятся замкнутыми, эгоистичными, обладают низкой эмпатийной способностью. Дети с особо высоким уровнем популярности могут выделяться в коллективе

сверстников самоуверенностью, зазнайством и также иметь низкий уровень развития эмпатийных способностей.

Таким образом, младший школьный возраст – это период жизни ребенка от 6-7 до 10 лет, связанный с поступлением в школу и началом организации деятельности по прохождению учебного курса. Новообразования в психике ребёнка, которые формируются в младшем школьном возрасте, становятся базовыми при дальнейшем развитии личности школьника, значимость данного этапа в том, что на основе полученных в детском возрасте умений и представлений об умственной деятельности будет формироваться взрослый человек. Младший школьный возраст – сензитивный период для развития эмпатийности. Именно поэтому очень важно уделить должное внимание зарождению этой способности, так как в более старшем возрасте возможна только корректировка уровня эмпатии. Завершение периода интенсивного формирования чувства эмпатии выступает одним из основных критериев успешной социализации, развития личности ребенка и приходится на конец младшего школьного возраста. К этому времени ребенок уже способен идентифицировать себя с другими людьми и входить в состояние взаимопонимания.

### **§ 1.3. Пути развития эмпатии у детей в младшем школьном возрасте**

Развитие эмпатии – это процесс формирования непроизвольно действующих нравственных мотивов, мотиваций в пользу другого человека. С помощью эмпатии ребенок приобщается к миру переживаний других людей, у него формируется представление о ценности другого человека, развивается и закрепляется потребность в эмоциональном благополучии других людей.

Во многих современных исследованиях по данной теме выделены конкретные способы развития эмпатии у младших школьников. Из них можно выделить следующие:

1. Изучение «языка эмоций» на основе ситуаций сочувствия констанции». Данное направление предполагает освоение ребёнком языка эмоции. Здесь он распознаёт и фиксирует различные эмоциональные состояния. Взрослый может помочь ребёнку зафиксировать эти состояния за счёт картинок, иллюстраций книг, где показаны эмоциональные ситуации. Также это могут быть звуковые записи: смех, плач, крик и т.д. Ещё одним воздействием может послужить обучение пантомимике, определение тех или иных эмоциональных состояний по жестам и мимике человека.

2. Изучение «языка чувств и переживаний» на основе ситуаций «сочувствия-переживания». Данное направление предполагает следующие виды работы с детьми:

– Работа с книгой – сопереживание героям сказок. Проигрывание небольших сценок по мотивам сказки. Беседы по прочитанному.

– Прослушивание музыки. Её воспроизведение.

– Постановка кукольного спектакля и т.д.

3. Проведение «нравственных бесед» на основе ситуаций «сочувствия-действия». Данное направление предполагает решение младшими школьниками нравственных ситуаций, формирование позитивного отношения к младшим, к родителям, пожилым, инвалидам и др. Также активное включение в комплекс различных типов деятельности: труд, наблюдение, предметная деятельность, изобразительная деятельность, общение.

4. Направление предполагает «сорадование». Это может быть активное участие детей в различных праздничных мероприятиях в школе, организация тематических чаепитий, дней рождения и т.д.

Успешное развитие эмпатии и эмпатийного поведения у младших школьников (сопереживание, сочувствие и содействия к другим) возможно на базе развития творческого воображения при сочетании детских деятельностей (восприятия художественной литературы, игры, рисования и т.д.), опосредствующих общение и взаимодействие взрослого и ребенка: сопереживание персонажам художественного произведения, особенно сказки, представляет собой комплекс чувств, в который входят такие эмоции: сострадание, осуждение, гнев, удивление. Эти социально ценные эмоции должны еще закрепиться, актуализироваться, привести к результату (помогающее поведение, содействие) в соответствующем контексте, который может и должен создавать взрослый. Также могут быть использованы такие формы работы: творческий кукольный спектакль, игра-беседа с персонажами, творческая ролевая игра по сюжету сказки [13, с. 133].

Сказка раздвигает для ребёнка рамки обычной жизни, только в сказочной форме ребёнок сталкивается с такими сложнейшими явлениями чувствами, как жизнь и смерть, любовь и ненависть, гнев и сострадание, измена и коварство. Форма изображения этих явлений, как мы уже говорили, особая, сказочная, доступная пониманию ребёнка, а высота проявлений, нравственный смысл оставляют подлинными, «взрослыми».

Л.П. Стрелкова отмечает, что для детей это ни с чем не сравнимые уроки нравственности [54, с. 12]. Слушая сказки, дети глубоко сочувствуют персонажам, у них появляется внутренний мир к содействию, к помощи, к защите, но эти эмоции быстро гаснут, так как нет реализации. Правда, они, как аккумулятор, заряжают душу нравственной энергией. Слушая, читая книгу, ребёнок оказывается перед моральным выбором. Ребёнок включается в такую ситуацию, что вынужден принять решение, совершить поступок, отказавшись от каких-либо собственных интересов, пожертвовав ими в пользу другого или

же в соответствии со своими принципами. Такими ситуациями морального выбора полны сказки. Очень полезно использовать эмпатию для придумывания сказок от имени предметов, растений: «я – бабочка», «я – дождевая туча» и т.д. Сближение с персонажами, предпочтение в ситуации свободного выбора и ролевое изображение самих персонажей – вот те способы, которые использует взрослый для обучения детей глубокому пониманию нравственного смысла художественного произведения.

Т.Л. Козлова и ее коллеги также указывают, что важным условием развития эмпатии у младших школьников является погружение в творческую деятельность, также организовать благоприятную среду для их общения и удачной, безболезненной социализации в обществе. Одним из верных способов развития эмпатии у младших школьников является работа в коллективе [24, с. 56].

В ходе изучения различных работ по данной проблеме мы пришли к выводу, что развитие эмпатии ученые связывают с творческим процессом. Так, В.А. Тургель, М.С. Торопова, Л.А. Никитина и многие другие говорят о том, что ребенку изначально даны творческие задатки, которые нужно развивать. Развив их, он гораздо легче может освоить те или иные навыки в учебной и повседневной жизни [56].

Так, по А.Г. Басовой, работа по формированию эмпатии как самоценной формы активности у детей младшего школьного возраста может проходить в три этапа:

На первом этапе могут применяться упражнения, направленные на развитие когнитивной эмпатии по темам: «Спой про свое настроение», «Угадай, что я чувствую», «Изобрази свое состояние», «Придумай рассказ», «Угадай, что происходит», «Я – скульптор» и др.

На втором этапе упражнения, направленные на развитие эмоциональной эмпатии по теме: цвет, звук как способ выражения понимания эмоционального состояния другого человека и включать следующие задания: «Изображение» (модификация по В.А. Петровского), «Пантомима» (модификация В.А. Петровского) и др.

На третьем этапе могут применяться упражнения, направленные на развитие действенной эмпатии:

- чтение литературных произведений и помощи, содействие одного литературного персонажа другому;

- просмотр диафильмов, кукольных спектаклей, основным содержанием которых является действенная эмпатия героев;

- рассказывание детьми ситуации из их собственного опыта, сходных по нравственному смыслу с сюжетами прочитанных литературных произведений;

- беседа о способах оказания действенной эмпатии (вербальное разделение состояния другого, совет, реальная помощь и так далее) [4, с. 225].

Исходя из вышесказанного, отметим, что главным средством развития эмпатии у младших школьников является творчество. Помимо этого, некоторые исследователи разработали различные комплексы упражнений, способствующие этому процессу. Так, С.И. Семенака использует в своем комплексе игровую деятельность. Г.И. Радвил считает, что игровая деятельность вызывает у ребёнка сильный эмоциональный отклик. Способствует формированию и развитию положительных чувств и впечатлений, а также навыков поведения в коллективе.

Основное условие игр, направленных на развитие эмпатии у детей младшего школьного возраста – моделирование реальных межличностных отношений. Ребёнок не только видит определённый эталон отношений,

заданный условием игры, но и сам проигрывает их, воспроизводит. Таким образом, ребенок становится активным участником игры, при этом сохраняя ее правила и условия.

В игровую деятельность, направленную на развитие эмпатии, могут быть включены: дидактические игры, сюжетно-ролевые, театрализованная деятельность. Игра мотивирует детей к общению и совместной деятельности. Этот факт является главнейшим условием развития эмпатии посредством игровой деятельности.

Также развивать эмпатию у младших школьников можно через игровые занятия с элементами тренинга. В ходе таких занятий дети будут взаимодействовать в коллективе, принимать активное участие в совместной деятельности и укреплять взаимоотношения.

«Тренинг (от англ. train — тренироваться) — в самом общем значении рассматривается как способ, точнее, совокупность различных приемов и способов, направленных на развитие у человека тех или иных навыков и умений. Как один из инструментов психолога он может применяться в индивидуальной и групповой работе. Но наибольшую популярность этот способ воздействия приобрел в работе с группой» [43, с.15].

История развития тренингов, как и история развития обучения насчитывает тысячи лет, но начало возникновения тренингов можно отнести к периоду деятельности известного социального психолога Курта Левина [49]

В 1946 г. Курт Левин вместе с коллегами основали первые тренинговые группы, направленные на повышение компетентности в общении. Они заметили, что участники группы получают большую пользу от анализа собственных переживаний в группе. Успешная работа учеников К. Левина привела к основанию в США Национальной лаборатории тренинга. В 1954 г. Появляются тренинговые группы, ориентированные на выяснение жизненных

ценностей человека, усиление чувства его самоидентичности они получили название группы сензетивности [9].

Обратившись к «Большому толковому психологическому словарю», составленному А. Ребером, мы выделили такое определение тренинга: «Тренинг вообще — любая учебная программа или набор процедур, разработанных для того, чтобы в результате их осуществления был получен конечный продукт в виде организма, способного на некоторую определенную реакцию (реакции) или участие в некоторой сложной, требующей умений деятельности» [47, с. 501].

И.В. Вачков предлагает такое рабочее определение тренинга: «Со-вокупность активных методов практической психологии, которые используются с целью формирования навыков самопознания и саморазвития» [46 с. 11-12.].

В широком смысле понятие «психологический тренинг» используется для обозначения разнообразных форм групповой психологической работы, хотя параллельно существуют такие понятия как групповая психотерапия, психокоррекционные группы, группы опыта, группы активного обучения, практические экспериментальные лаборатории. В этой связи И.В. Вачков отмечает, что группы одного и того же вида у разных авторов называются по-разному и определяет границы понятия «психологический тренинг»: "Современное понимание тренинга включает в себя многие традиционные методы групповой психотерапии и психокоррекции, что вынуждает искать его истоки в разнообразных направлениях клинической психотерапии в группах" [9].

Ещё более полно термин раскрыт В.В. Никандровым: «Психологический тренинг – это метод игрового моделирования психогенных ситуаций в целях развития психологической компетентности и формирования

и (или) совершенствования различных психологических качеств, умений и навыков у людей, включённых в эти ситуации в роли участников или зрителей. В конечном итоге психотренинг направлен на повышение адекватности самосознания и поведения людей и групп» [37, с. 71–86].

В.В. Никандров, выделяет следующие основания для классификации тренинга.

1. По ведущей цели (конечному результату): а) психокоррекционный тренинг, включающий психотерапевтический, тренинги личностного развития, обучающие и организационные тренинги; б) методический тренинг как способ обучения специалистов выполнению тренинговой работы.

2. По конкретным задачам: а) психотерапия; б) личностное развитие; в) обучение; г) совершенствование совместной деятельности.

3. По типу объекта психологического воздействия: а) работа с индивидом; б) работа с искусственной экспериментальной группой (ролевые игры); в) работа с естественной (реальной) группой; г) работа с организацией; д) работа с учебно-тренировочной группой.

4. По числу участников: а) индивидуальный тренинг; б) групповой тренинг.

5. По числу ведущих (тренеров): а) без ведущего; б) с одним ведущим; в) с несколькими ведущими.

6. По временному режиму: а) кратковременный (разовый); б) циклоидный; в) многоразовый; г) тренинг-марафон; д) длительный.

7. По типу руководства: а) авторитарный; б) демократический; в) популистский.

8. По техническому оснащению: а) безаппаратурный; б) аппаратурный.

9. По составу (контингенту) объекта воздействия:

а) по однородности/разнородности состава участников (детские, взрослые, женские, мужские, смешанные и т. п.); б) по степени знакомства участников (знакомые — незнакомые); в) по состоянию психологического здоровья (здоровые клиенты; клиенты, имеющие небольшие психические расстройства в пределах медицинской нормы; работа с пациентами); г) по специфике структуры группы (по внутренним связям: семейные тренинги; тренинги межличностных отношений; профессиональные тренинги; тренинги с лечебными группами); д) по роду ведущей социальной деятельности участников (тренинги с руководителями; с учащимися; с педагогами; с врачами и т. д.) [38, с.75].

В той же работе В.В. Никандров выделяет виды тренингов в зависимости от типов конфликтов: психотерапевтический, личностный, обучающий, организационный.

1. Психотерапевтический тренинг автор рассматривает как разновидность психокоррекционного тренинга, нацеленного на получение психотерапевтического эффекта. В данном тренинге вся работа сосредоточена на внутриличностных конфликтах человека или группы.

2. Личностный тренинг направлен на совершенствование личности, ее самоактуализацию и самореализацию через расширение и углубление социально-психологической компетентности.

3. Обучающий тренинг рассматривается как разновидность психокоррекционного тренинга и нацелен на приобретение человеком новых знаний, развитие умений и навыков или выработку навыков в определенных областях жизни.

4. Организационный тренинг также рассматривается автором как разновидность психокоррекционного тренинга, направленная на совершенствование совместной деятельности коллективов и получение

организационного эффекта (достижение прогрессивных сдвигов в функционировании той или иной организации).

При классификации тренингов учитываются те цели и задачи, которые на нем решаются. [39, с 71—87.]

Для занятия с элементами тренинга, как и для любой другой формы психологической работы, необходимо привыкание, адаптация участников к новым процедурам, а также к способам работы, к организации пространства и т.д. Поэтому желательно с самого первого дня вводить определенные нормы и обязательные процедуры.

Если с самого начала предлагается определенная структура занятия, то участники постепенно привыкают, начиная понимать ее внутреннее значение.

#### Структура проведения тренинговых занятий

«Базовая» структура тренингового занятия может выглядеть следующим образом:

1. Ритуал приветствия
2. Разминка.
3. Рефлексия прошлого занятия.
4. Введение в тему сегодняшнего занятия (в основное содержание).
5. Упражнения и процедуры, позволяющие освоить основное содержание занятия.
6. Рефлексия прошедшего занятия.
7. Домашнее задание или «мостик» в следующую встречу.
8. Ритуал прощания.

Ритуалы приветствия-прощания – это психологическая «рамка» занятия, граница, отделяющая его от предыдущего и последующего «кусочков» жизни ребенка и класса (группы). Они выполняют функцию «замка», отпирающего дверь в тренинговую ситуацию (настройку) и затем запирающего его.

Разминка является средством воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Разминка может проводиться не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями в случае, если психолог видит необходимость как-то изменить актуальное эмоциональное состояние детей.

Рефлексия занятия предполагает ретроспективную оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали).

Упражнения и процедуры, направленные на освоение основного содержания – это ролевые игры, психотехнические упражнения, дискуссии, сопровождающиеся краткими монологами ведущего («Впрыскивание необходимой информации»), рефлексивными «паузами», подведением итогов, фиксацией этих итогов на доске и в личных тренинговых записях. В зависимости от возраста участников, игры, упражнения, с одной стороны, и информационно рефлексивные вкрапления, с другой, планируются в разном соотношении.

Домашнее задание – один из эффективных способов поощрения переноса поведенческих изменений во внешний мир. Участников тренинга умений просят собирать примеры случаев, в которых они испытывали сложности проявления уверенности в себе, для репетиций поведения в группе и участия в этой процедуре других членов группы. Участники могут также описывать уверенные ответы, от которых они уклонились в реальной группе (семье), а теперь хотят опробовать в группе тренинга уверенности в себе. Таков вариант структурирования тренингового занятия. Самый простой.

Таким образом, мы выявили необходимость в определенной логике подачи информации участникам. Если она выстроена правильно – то

участники усвоят максимальное количество информации, а тренинг будет проходить легко и динамично.

Следует помнить, что при проведении занятий с детьми младшего школьного возраста необходимо учитывать соответствие уровня тренинга возрастной категории учащихся. Для детей, возраст которых не превышает 10 лет, занятия должны быть построены в виде игрового процесса. Игровая деятельность является основным информативным источником. Игры увлекают ребенка, и способствуют лучшему раскрепощению его интеллекта. Для того что бы дети лучше усвоили информацию, подобные мероприятия необходимо проводится во время урока систематически. При подборе материалов этот фактор следует учитывать в первую очередь, иначе проводимые мероприятия могут не дать нужного результата в полной мере. Следует на протяжении всех занятий проводить диагностику и оценку полученных результатов. Тренинги должны помогать младшим школьникам к процессу привыкания к взрослой жизни, должны помогать им в оценке своих и чужих характерных качеств, а также способствовать открытию их личности. Стоит уделить особое внимание атмосфере тренинга - она должна способствовать полному расслаблению ребенка, и стать тем местом, где бы он испытывал психологических комфорт.

При соблюдении всех правил создания и проведения тренинга – дети без особого труда раскрывают в себе ранее невидимый потенциал, учатся всевозможным видам деятельности, получают необходимые знания, умения и навыки. Это и является главным смыслом проведения тренингов среди детей младшего школьного возраста.

Таким образом, развитие эмпатии – это процесс формирования непроизвольно действующих нравственных мотивов, мотиваций в пользу другого человека. С помощью эмпатии ребенок приобщается к миру

переживаний других людей, у него формируется представление о ценности другого человека, развивается и закрепляется потребность в эмоциональном благополучии других людей. Рассмотренные способы, особенно с использованием творческой деятельности, способствуют развитию у детей младшего школьного возраста эмпатии, учат их воспринимать и оценивать свои способности и возможности, а также воспринимать переживания другого человека, сочувствовать и помогать ему, правильно реагировать на разочарования и неудачи, а также учиться соблюдать правила совместной деятельности, иногда за счет ущемления собственных интересов. Сопоставляя себя с любимыми героями, ребенок не только глубже может узнать и понять свой внутренний мир, но и научится делать свой нравственный выбор, тем самым сформировать опыт эмпатийного поведения. Так же можно сделать вывод о том, что тренинг – это метод моделирования жизненных ситуаций в игровой форме для умения формирования навыков и разрешения ситуаций, направленных на повышение адекватности самосознания и поведения в группе. Тренинги должны помогать младшим школьникам к процессу привыкания к взрослой жизни, должны помогать им в оценке своих и чужих характерных качеств, а также способствовать открытию их личности.

## ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

Таким образом, анализ научных подходов определения сущности категории «эмпатия» позволяет нам рассматривать ее как интегральное личностное образование, которое является особой способностью субъекта к отражению внутреннего мира другого человека; которое позволяет достичь взаимосогласованных позиций в процессе общения и реализовать субъект-субъектное межличностное взаимодействие. Эмпатия развивается с раннего детства, но активное развитие получает в младшем школьном возрасте, где за ее развитие отвечает уже не только семья, но и школа. Ребенок попадает в новый коллектив, новую среду, постепенно приобретая навыки общения. Поэтому, особое внимание стоит уделить младшему школьному возрасту, когда развитие эмпатии протекает более результативно.

Анализ психолого-педагогической литературы по теме работы свидетельствует, что младший школьный возраст – это период значительных позитивных изменений в жизни ребенка. Младшим школьникам (от 6-7 до 10-11 лет) свойственны повышенная эмоциональность, любознательность, подражательность, направленность на познание окружающего мира, чувствительность к воздействию со стороны взрослого и сверстников. Основой учебной деятельности младших школьников является целая система мотивов, находящихся в определенном соотношении друг с другом. Установлено, что младший школьный возраст является сенситивным периодом развития эмпатии. Это обуславливается развитием рефлексии и операционного интеллекта; высокой чувствительностью младших школьников к воздействиям окружающей среды; формированием системных личностных образований (самооценка, образ «Я»); интенсивным развитием эмоционально-чувственной сферы личности.

Рассмотрены способы развития эмпатии в младшем школьном возрасте. Установлено, что наиболее эффективным из них являются: создание ситуаций сочувствия, сочувствия-переживания; работа с книгой – сопереживание героям сказок; прослушивание музыки; проведение «нравственных бесед»; участие детей в различных праздничных мероприятиях в школе, организация тематических чаепитий, дней рождения и т.д. Успешное развитие эмпатии у младших школьников (сопереживание, сочувствие и содействия к другим) возможно на базе развития творческого воображения при сочетании детских деятельностей (творческий кукольный спектакль, игра-беседа с персонажами, творческая ролевая игра по сюжету сказки и др.). Мы выявили, что для развития эмпатии у детей младшего школьного возраста применимы занятия с элементами тренинга в игровой форме. Игровая деятельность является основным источником. Игры увлекают ребенка, и способствуют лучшему раскрепощению его интеллекта. Занятия должны проводиться систематически для получения результата в полной мере. Тренинги должны помогать младшим школьникам в оценке своих и чужих качеств, а также способствовать открытию их личности.

## ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ИЗУЧЕНИЮ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

### § 2.1. Организация и методика исследования эмпатии у младших школьников

Целью констатирующего эксперимента является выявление уровня развития эмпатии у младших школьников.

Исследование проводилось на базе МАОУ «СШ№157» Советского района г. Красноярска. В исследовании приняли участие обучающиеся 4 «И» класса, количество участников исследования – 26 человек.

На основе проанализированной литературы мы выбрали критерии, которые, на наш взгляд, позволяют объективно оценить уровень развития эмпатии младших школьников.

Каждый из выделенных критериев может проявляться на трёх уровнях – низком, среднем и высоком. Характеристика уровней выраженности выделенных параметров оценки эмпатии представлена в таблице 1.

Таблица 1.

Критерии и уровни развития эмпатии

Критерий	Уровни развития эмпатии		
	Низкий	Средний	Высокий
Эмоциональный компонент – способность чувствовать благополучие или неблагополучие других людей.	Учащийся способен испытывать сопереживание и сочувствие к другим, однако эмоциональные проявления в поступках окружающих для обучающегося зачастую непонятны и лишены смысла.	Учащийся проявляет эмоциональный отклик на проявления чувств со стороны других людей; восприятие эмоциогенной ситуации адекватное; заражения эмоциями другого человека кратковременное; обучающийся	Учащийся проявляет глубокий эмоциональный отклик на чувства других людей; эмоциональная отзывчивость у ребенка высокая; восприятие эмоциогенной ситуации адекватное.

	Восприятие эмоциогенной ситуации чаще неадекватное.	способен чувствовать эмоциональное благополучие или неблагополучие другого человека.	Школьник подвержен заражению эмоциями другого человека и способен чувствовать эмоциональное благополучие или неблагополучие другого человека.
Когнитивный компонент – способность понимать чувства другого человека, идентифицировать себя с ним, проявление помощи (сочувствия) другому человеку.	Учащийся оценивает эмоциональное состояние другого человека по общим признакам (смех, плач, крик и пр.) и не может правильно охарактеризовать внутреннее состояние другого человека, учащиеся проявляют подражательный характер содействия, проявляющийся в поверхностной форме.	Учащийся адекватно оценивает эмоциональное состояние другого человека по общим и частным признакам; стремится понять причины эмоционального состояния другого человека, эмпатическое содействие носит в учащихся фрагментарный, эпизодический характер, чаще проявляется на вербальном уровне.	Эмоциональные переживания и эмоциональное состояние другого человека обучающийся адекватно оценивает по общим и частным признакам, правильно выделяя возможные причины эмоций, учащиеся способны проявлять активное содействие на основе рефлексии.
Поведенческий компонент – содействие, эмоциональная поддержка, помощь другому человеку.	Учащиеся очень редко оказывают эмоциональную поддержку, содействие и помощь другому человеку.	Учащиеся не всегда склонны оказывать эмоциональную поддержку и помощь другому человеку. При оказании эмоциональной помощи часто проявляют свою критику к поступкам другого человека, вызвавшим данное эмоциональное состояние. При «излишнем» излиянии чувств собеседника теряют терпение.	Учащиеся всегда оказывают эмоциональную помощь, поддержку и содействие другому человеку. При этом сохраняют эмоциональный контроль над ситуацией и адекватно осмысливают собственные эмоции.

Охарактеризуем диагностические методики, выбранные для каждого из критериев оценки эмпатии.

1. Экспресс-диагностика уровня эмпатии И.М. Юсупова [62].

Экспресс-диагностика уровня эмпатии И.М. Юсупова представляет собой опросник, состоящий из 36 вопросов из 6-ти диагностических шкал. Младший школьник выбирает один вариант ответов:

- «никогда или нет» (0);
- «иногда» (1);
- «всегда или да» (2).

Каждому варианту ответа соответствует числовое значение (указано в скобках): 0, 1, 2. Опросник содержит 6-ть диагностических шкал, которые выражают:

1. отношение к родителям (эмпатия с родителями);
2. отношение к животным (эмпатия с животными);
3. отношение к пожилым людям (эмпатия с пожилыми людьми);
4. отношение к детям (эмпатия с детьми);
5. отношение к героям художественных произведений (эмпатия с героями художественных произведений);
6. отношение к незнакомым или малознакомым людям (эмпатия с незнакомыми или малознакомыми людьми).

Данная методика содержит 3 уровня оценки развития эмпатии: высокий, средний, низкий. Оценивание ответов производится в баллах в соответствии с ключом.

2. Методика «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна.

Методика «Шкала эмоционального отклика» позволяет проанализировать общие эмпатические тенденции испытуемого, такие ее

параметры, как уровень выраженности способности к эмоциональному отклику на переживания другого и степень соответствия/несоответствия знака переживаний объекта и субъекта эмпатии.

Объектами эмпатии выступают социальные ситуации и люди, которым испытуемый мог сопереживать в повседневной жизни.

Опросник состоит из 25 суждений закрытого типа – как прямых, так и обратных. Испытуемый должен оценить степень своего согласия/несогласия с каждым из них.

Шкала ответов (от «полностью согласен» до «полностью не согласен») дает возможность выразить оттенки отношения к каждой ситуации общения. По сравнению с исходным вариантом опросника несколько изменена шкала ответов, составлены таблицы пересчета «сырых» баллов в стандартные оценки.

Инструкция. Прочитайте приведенные ниже утверждения и оцените степень своего согласия или несогласия с каждым из них (поставьте отметку в соответствующей графе бланка для ответов), ориентируясь на то, как вы обычно ведете себя в подобных ситуациях.

Для обработки ответов удобно воспользоваться Бланком подсчета результатов. Обработка проводится в соответствии с ключом. За каждый ответ начисляется от 1 до 4 баллов.

Общая оценка подсчитывается путем суммирования баллов. Степень выраженности способности личности к эмоциональному отклику на переживания других людей (эмпатии) определяется по таблице пересчета «сырых» баллов в стандартные оценки шкалы стенов.

3. Диагностическая методика Д.Б. Элькониной, А.Л. Венгера, направленная на изучение проявлений помощи (сочувствия) другому человеку.

В первой серии испытуемому предлагается закрасить одну из трёх картинок (свою; ребёнка, у которого не получается рисунок; ребёнка, у которого всё хорошо получается). Во второй серии ребёнка ставят в условия выбора с помощью рассказа про двух детей (успешного и неуспешного), предлагалось сделать выбор, кому из них помочь.

Цель методики: изучить уровень поведенческой эмпатии учащихся.

Форма проведения: индивидуальная.

Материал для исследования: для каждого испытуемого по чистому листу бумаги и по 2 листа с незавершёнными рисунками, карандаши.

Ход работы

Первая серия. Реальный выбор. Ребенку предлагается закрасить картинку, сделав выбор:

1 ситуация – самостоятельно закрасить картинку;

2 ситуация – помочь ребенку, у которого не получается рисунок;

3 ситуация – закрасить незакрашенный рисунок ребенка, у которого всё хорошо получается. Дети, нуждающиеся в помощи, и тот, кто справляется с рисунком, в комнате отсутствуют. Взрослый объясняет, что они «вышли за карандашами». Если испытуемый решает помочь, то потом он может раскрасить и свою картинку.

Вторая серия. Вербальный выбор. Испытуемого ставят в условия выбора (см. первую серию) с помощью рассказа, в котором фигурируют два ребенка. У одного из них работа (постройка из снега) идет успешно, а у другого – нет. Ребенку предлагают сделать выбор одной из трех ситуаций.

При обработке данных анализируется, как дети склонны помогать другим.

4. Методика «Проявление эмпатии к сверстнику» Е.Н. Васильевой [8].

Цель: выявить уровень развитости показателя «эмпатия».

Материал: 10 проблемных ситуаций.

Методика проведения: детям предлагается спрогнозировать собственное поведение в 10 проблемных ситуациях, предложенных в форме индивидуальной беседы.

Задания разделены на 5 подгрупп:

- 1 блок – оказание помощи другому;
- 2 блок – ущемление личных интересов;
- 3 блок – проявление сочувствия к товарищу, нарушившему какуюлибо норму поведения или указание взрослого;
- 4 блок – проявление радости;
- 5 блок – оказание помощи сверстнику в затруднительной ситуации.

Ответы детей оцениваются в баллах. Количество набранных баллов по каждому блоку зависит от адекватности и обоснованности ответа, его распространенности и вариативности.

В каждом блоке фиксирован высший (максимальный) предел количественной оценки ответов детей:

для 1 блока – 9 баллов,

для 2 блока – 8 баллов,

для 3 блока - 10 баллов,

для 4 блока – 3 балла,

для 5 блока – 3 балла.

Подсчитывается количество набранных ребенком баллов.

22-33 балла – высокий уровень развития эмпатии младшего школьника, а также высокий уровень специальной осведомленности (объем представлений об эмоциях и чувствах человека).

11-21 балл – средний уровень развития эмпатии.

0-10 баллов – низкий уровень развития эмпатии.

## § 2.2. Анализ результатов исследования

Рассмотрение результатов исследования начнём с тех данных, которые были получены в ходе оценки способности младших школьников к эмоциональному отклику на любые проявления чувств со стороны других, умения чувствовать их эмоциональное благополучие или неблагополучие.

В обобщенном виде эмпирические данные по указанному критерию представлены на рисунке 1.

Первое обстоятельство, обращающее на себя внимание при рассмотрении сведений, отображённых на рисунке 1, – отсутствие в выборке участников исследования обладателей высокого уровня диагностируемого показателя эмпатии. Учитывая возраст участников исследования (на границе перехода от младшего школьного возраста к младшему подростковому возрасту), это может свидетельствовать о достижении младшими школьниками относительной зрелости их эмоциональной сферы.

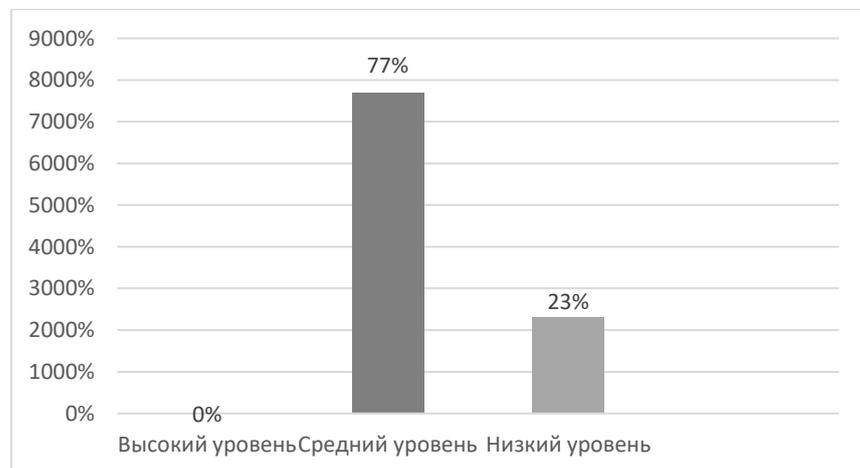


Рис. 1. Результаты исследования по методике «Экспресс-диагностика уровня эмпатии»

И.М. Юсупова

Основная часть участников исследования (77%) продемонстрировала средний уровень проявления диагностируемого параметра эмпатии. Этой категории младших школьников свойственно проявлять эмоциональный отклик на чувства, проявляемые другими людьми, умеют распознавать эмоциональное благополучие или неблагополучие другого человека, восприятие ими эмоциогенной ситуации адекватное, они могут подвергаться эффекту заражения эмоциями другого человека, но такое заражение кратковременно.

Особого внимания заслуживает категория детей с низким уровнем проявления рассматриваемого параметра эмпатии. Ещё раз обратим внимание на то, что участники исследования – обучающиеся 4 класса. К моменту завершения младшего школьного возраста эмоциональная сфера ребёнка уже должна достигнуть того уровня зрелости, который позволяет чувствовать эмоциональные состояния других людей, понимать, благополучное оно или нет, адекватно реагировать в ситуациях проявления эмоций другими людьми. Данной категории младших школьников всё это не свойственно, что в дальнейшем может повлечь за собой негативные последствия в виде отсутствия эмоциональной близости с другими людьми, социальной изолированности в группе сверстников, конфликтности во взаимоотношениях с окружающими.

Следующий выделенный нами параметр проявления эмпатии – способность сопереживать другому человеку, чувствовать то, что чувствует другой, переживать те же эмоциональные состояния, идентифицировать себя с ним.

В обобщённом виде результаты диагностики способности к идентификации себя с другими на уровне переживания определённых эмоциональных состояний показаны на рисунке 2.

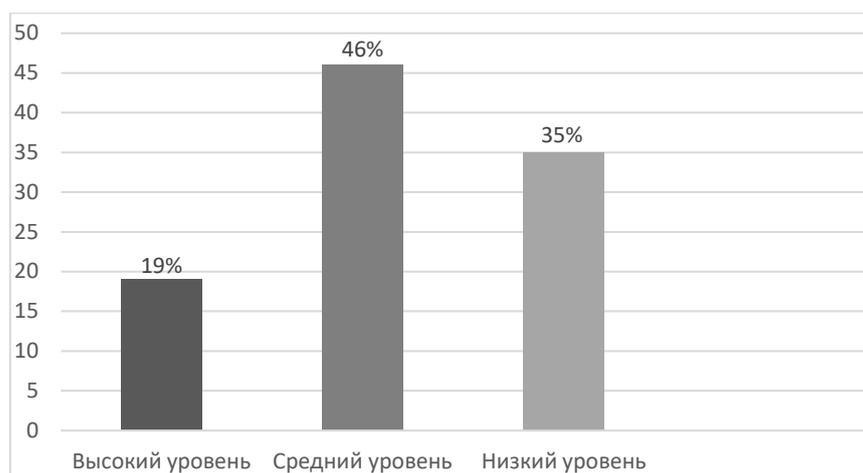


Рис. 2. Результаты исследования по методике «Шкала эмоционального отклика» А.

Меграбяна и Н. Эпштейна

Данные, отображённые на рисунке 2, свидетельствуют о том, что треть младших школьников (35%), принимавших участие в исследовании, обладает низким уровнем развития диагностируемого параметра эмпатии. Таким детям свойственно оценивать эмоциональные состояния других людей по общим признакам, они испытывают существенные затруднения в характеристике внутреннего состояния другого человека.

Наибольшую долю (46%) составляют обучающиеся со средним уровнем развития способности к распознаванию эмоциональному отклику и идентификации себя с другими. Данной категории детей присуще адекватное оценивание эмоциональных состояний других людей. В своих оценках они руководствуются не только общими, но и частными признаками, стремятся понять причины переживания другими тех или иных эмоциональных состояний, но могут испытывать при этом затруднения и, временами, ошибаться.

Наименьшую долю выборки (19%) составляют младшие школьники с высоким уровнем развития диагностируемого параметра эмпатии. Они способны правильно оценивать эмоциональные состояния других людей по

совокупности общих и частных признаков, хорошо понимают и могут правильно назвать причины, по которым человек испытывает то или иное эмоциональное состояние.

Рассмотрим результаты диагностики такого параметра проявления эмпатии, как проявление сочувствия и помощи другим людям.

В обобщённом виде результаты диагностики особенностей проявления помощи (сочувствия) другим людям показаны на рисунке 3.

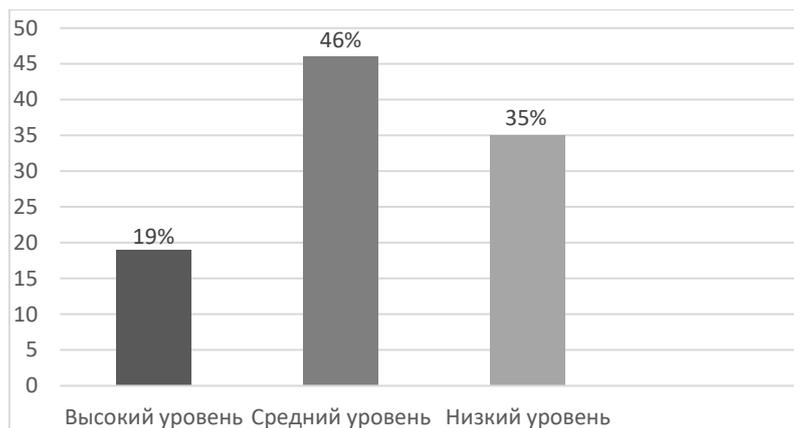


Рис. 3. Результаты диагностики характера проявления помощи (сочувствия) другим людям по методике Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера

Распределение обучающихся по характеру проявления помощи (сочувствия) другим людям идентично распределению участников исследования по предыдущему критерию, что можно считать закономерным, так как проявление сочувствия базируется на понимании ребёнком эмоциональных состояний других и способности идентифицировать себя с другими на уровне эмоционального реагирования в определённых ситуациях.

Третья часть (35%) выборки четвероклассников демонстрирует низкий уровень диагностируемого параметра эмпатии. Этой категории детей свойственен подражательный характер проявления сочувствия, оказываемая ими поддержка других людей в ситуациях эмоциональных переживаний, носит поверхностный характер.

Около половины (46%) младших школьников способны на проявление сочувствия, преимущественно, вербального характера.

Пятая часть (19%) младших школьников способна проявлять сочувствие на основе рефлексии. Их поддержка носит глубокий личностный характер.

На рисунке 4 представлены данные диагностики по критерию содействия, эмоциональной поддержки других людей в ином аспекте – с позиции частоты проявления такой поддержки.

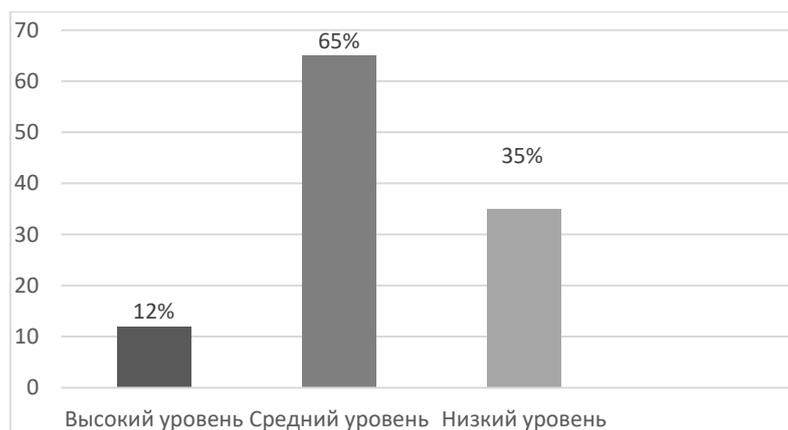


Рис. 4. Результаты исследования по методике «Проявление эмпатии к сверстнику» Е.Н. Васильевой

Низкий уровень проявления сочувствия и эмоциональной поддержки продемонстрировала четвертая часть (23%) участников исследования. Дети этой категории редко оказывают эмоциональную поддержку другим людям.

Большинство (65%) младших школьников, принявших участие в исследовании, отличаются средним уровнем проявления диагностируемого параметра эмпатии. Дети этой категории чаще всего склонны к проявлению эмоциональной поддержки и сочувствия к другим людям, однако оказание ими помощи нередко сопровождается высказыванием критических замечаний и оценочных суждений по отношению к человеку, к которому они решили проявить сочувствие. Ещё одна особенность младших школьников этой категории состоит в том, что они не могут долгое время выслушивать своего

собеседника, то есть продолжительность их сочувственного реагирования на эмоциональное состояние других не отличается продолжительностью.

Наименьшая доля (12%) приходится на обучающихся, обладающих высоким уровнем проявления диагностируемого параметра эмпатии. Таким детям свойственна постоянная готовность к проявлению сочувствия по отношению к другим людям, они всегда оказывают эмоциональную поддержку. При этом, в отличие от младших школьников со средним уровнем, собственные эмоциональные переживания, вызванные эмоциями того человека, которому они в данный момент оказывают поддержку, находятся у них под контролем. Подконтрольность собственных эмоций в данном случае означает способность воздерживаться от критических замечаний и оценочных суждений, проявлять терпение, оказывать поддержку другому столько времени, сколько потребуется.

Обобщение и систематизация всей совокупности эмпирических данных позволяет осуществить распределение участников исследования по общему уровню развития эмпатии. Это распределение показано на рисунке 5.

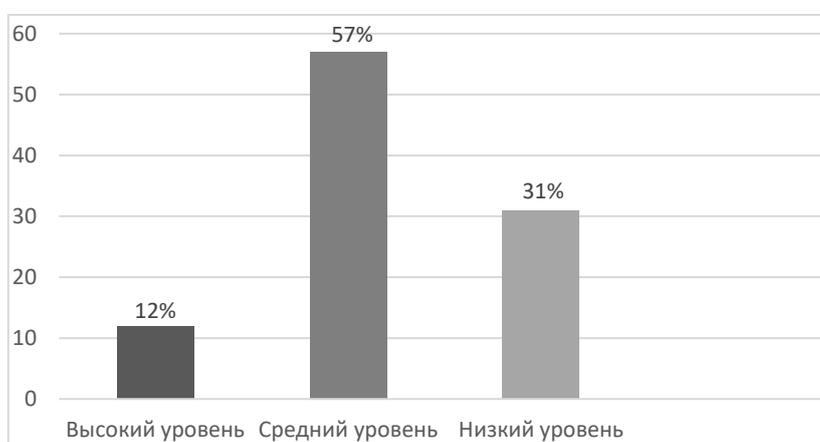


Рис. 5. Итоговое распределение младших школьников по уровням развития эмпатии

По результатам методик можно сделать вывод, что низким уровнем развития эмпатии обладает около трети (31%) младших школьников,

принявших участие в исследовании. Немногим более половины (57%) четвероклассников демонстрирует средний уровень развития эмпатии. Высокий уровень развития эмпатии во всех её проявлениях свойственен единицам (12%) младших школьников.

### **§ 2.3. Комплекс занятий с элементами тренинга для развития эмпатии у детей младшего школьного возраста**

Рассмотрев теоретические основы, мы предполагаем, что в работе с младшими школьниками можно использовать специальные занятия с элементами тренинга. Задачей данного параграфа является представление комплекса занятий с элементами тренинга, нацеленного на развитие эмпатии у детей младшего школьного возраста. Актуальностью данных занятий является формирование этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Комплекс специальных занятий с элементами тренинга обогащен игровыми упражнениями, ориентированными на развитие эмотивной сферы личности младшего школьника, способность понимать партнера, чувствовать его эмоциональное состояние, способность сопереживать.

Цель занятий – развитие эмпатии у детей младшего школьного возраста.

Задачи занятий:

1. Создание положительной психологической атмосферы в коллективе обучающихся посредством специально отобранных упражнений.
2. Формирование представлений у обучающихся о понимании эмоционального состояния другого человека.
3. Развитие способностей к сочувствию, сопереживанию и оказанию адекватной поддержки другим людям.

Ожидаемый результат: формирование эмпатийного отношения к сверстникам и взрослым, повышение эмпатийности, уровня восприятия, эмоциональной отзывчивости, способность понимать чувства другого человека, идентифицировать себя с ним, проявление помощи (сочувствия) другому человеку, способность чувствовать эмоциональное благополучие или неблагополучие других людей.

Структура занятий представляет собой комплекс последовательных этапов, объединенных общей темой:

– ритуал приветствия – включает в себя упражнения, направленные на развитие положительной психологической атмосферы в коллективе обучающихся;

- подготовительный этап;

- основная часть занятия состоит из практической части состоит из упражнений;

- заключительная часть состоит из рефлексии;

- ритуал прощания состоит из упражнений на рефлексии и поддержку друг друга.

Нами был составлен комплекс занятий с элементами тренинга, включающий в себя игры и упражнения, способствующие развитию эмпатии у младших школьников во внеурочной деятельности. Данный комплекс состоит из 10 занятий, которые можно повторять в течение года. Занятия рассчитаны на проведение один раз в неделю продолжительностью 45 минут (в рамках внеурочной деятельности).

При разработке технологии развития эмпатии у младших школьников во внеурочной деятельности мы учитывали опыт других педагогов и исследователей. Комплекс представленных нами занятий состоит из игр и упражнений, взятых из работ следующих авторов: С.И. Семенака «Учимся

сочувствовать, сопереживать. Коррекционно-развивающие занятия для детей 5-8 лет» [52], Н.Л. Кряжева «Развитие эмоционального мира детей» [27], В.А. Недоспасова «Растем играя» [36].

Говоря о принципе последовательности этапов в составлении наших занятий с элементами тренинга, мы, в первую очередь, имеем в виду поэтапное развитие эмпатии младших школьников.

Каждое занятие разделено на 3 этапа. На первом этапе большое внимание уделяется умению ребёнка распознавать свои ощущения. Отличать одну эмоцию от другой, объяснять ее и возможность изобразить ее. Так же ребенок должен воспринимать и распознавать эмоции окружающих. Тем самым у ребенка в памяти остается след той или иной эмоции. Здесь подойдут такие упражнения, как «подумай какие чувства испытывают люди?», «объясните, что такое эмоции?», ролевая гимнастика, «эмоциональный словарь», «друг в беде не бросит», «друг заболел».

На втором этапе программа предполагает такие занятия, которые ориентированы на умение выражать собственные эмоции. Узнав суть эмоций и их названия, ребёнок учится показывать и чувствовать их. Тем временем продолжают упражнения на распознавание эмоций и чувств других. Здесь имеют место быть следующие упражнения: «Ласковое имя», «Назови себя», «Цвет эмоций», «Собери пиктограмму», «Эмоции героев», «Интонация», «Опиши друга», «Этюд на различные эмоции в общении», «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся», «Передай улыбку по кругу», «Сердце на память», «Оживший холодильник», «Немое кино», «Принцесса Несмеяна», «Игра ходим кругом», «Угадай настроение», «Зеркало», «Становление другим человеком», «Друг в беде не бросит», «Чуткое и доброжелательное отношение друг к другу», «Дублер», «Сижу, сижу на камушке», «Эмпатии героев», «Ходим кругом», «Подари движение другу», «Поводырь».

Третий этап включает в себя занятия, где ребёнок уже непосредственно учится ощущать чувства окружающих. Таким образом, ребенок умеет не только распознавать чужие эмоции, но и разделять их. Здесь подойдут упражнения на рефлексии, что понравилось, не понравилось? Что было сложным? Что показалось наиболее интересным?

Таким образом можно сделать вывод, что представленные нами занятия с элементами тренинга имеют концентрическое построение. Первый концентр – распознавание эмоций, второй – выражение эмоций, третий – соучастие. Каждый концентр имеет основу предыдущих.

На наш взгляд, такое построение занятий поможет более эффективно решить проблему развития эмпатии у детей в младшем школьном возрасте.

## ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

Исследование осуществлялось на базе МАОУ «СШ№157» Советского района г. Красноярска. В нём приняли участие обучающиеся 4 «И» класса в количестве 26 человек.

Оценка уровня развития эмпатии осуществлялась по следующим критериям:

Эмоциональный компонент – способность чувствовать благополучие или неблагополучие других людей.

Когнитивный компонент – способность понимать чувства другого человека, идентифицировать себя с ним, проявление помощи (сочувствия) другому человеку.

Поведенческий компонент – содействие, эмоциональная поддержка, помощь другому человеку.

Для проведения исследования был подобран диагностический комплекс, в который вошли следующие методики:

- «Экспресс-диагностика уровня эмпатии» И.М. Юсупова;
- «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна;
- методика, направленная на изучение проявлений помощи (сочувствия) другому человеку Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера;
- «Проявление эмпатии к сверстнику» Е.Н. Васильевой.

В ходе исследования было установлено, что низким уровнем развития эмпатии обладает около трети (31%) младших школьников, принявших участие в исследовании. Немногим более половины (57%) четвероклассников демонстрирует средний уровень развития эмпатии. Высокий уровень развития эмпатии во всех её проявлениях свойственен единицам (12%) младших школьников.

В ходе исследования гипотеза подтвердилась.

Нами был разработан комплекс занятий с элементами тренинга, который включает в себя три этапа: на первом этапе большое внимание уделяется умению ребёнка распознавать свои ощущения. Отличать одну эмоцию от другой, объяснять ее и возможность изобразить ее. Так же ребенок должен воспринимать и распознавать эмоции окружающих. Тем самым у ребенка в памяти остается след той или иной эмоции. На втором этапе программа предполагает такие занятия, которые ориентированы на умение выразить собственные эмоции. Узнав суть эмоций и их названия, ребёнок учится показывать и чувствовать их. Тем временем продолжают упражнения на распознавание эмоций и чувств других. Третий этап включает в себя занятия, где ребёнок уже непосредственно учится ощущать чувства окружающих. Таким образом, ребенок умеет не только распознавать чужие эмоции, но и разделять их.

Рассмотрев теоретические основы, мы сделали вывод, что в работе с детьми младшего школьного возраста систематические занятия помогут более эффективно решить проблему развития эмпатии.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, нами была проанализирована теоретическая и методическая литература по выбранной проблеме – изучение особенностей развития эмпатии у детей в младшем школьном возрасте.

Мы придерживаемся мнения Л.П. Стрелковой, что эмпатия – это трехзвеньевая цепочка: сопереживание, сочувствие и внутреннее содействие, которое может привести к реальной помощи. При этом, сопереживание, основой которого выступает идентификация, является эмоциональным откликом на переживания другого. Проявление сочувствия предполагает когнитивную ориентацию в ситуации, которая, в свою очередь, актуализирует различные формы содействия, сначала внутреннего, а затем, при определенных условиях, и внешнего. Анализ научных подходов определения сущности категории «эмпатия» позволяет нам рассматривать ее как интегральное личностное образование, которое является особой способностью субъекта к отражению внутреннего мира другого человека; которое позволяет достичь взаимосогласованных позиций в процессе общения и реализовать субъект-субъектное межличностное взаимодействие. Эмпатия является одним из основных звеньев в социализации, адаптации к новым условиям, новому коллективу, новой среде, постепенно приобретая навыки общения. Формирование личности младшего школьника обусловлено различными факторами: своеобразием физиологии его высшей нервной деятельности, анатомо-физиологическими особенностями, влиянием окружающей среды, общества, сферой его деятельности. Эмпатия развивается с раннего детства, но активное развитие получает в младшем школьном возрасте, когда ее развитие протекает более результативно.

Анализируя психолого-педагогическую литературу по теме работы, мы выявили, что младший школьный возраст – это период значительных позитивных изменений в жизни ребенка. Он является сенситивным периодом развития эмпатии, обуславливается развитием рефлексии и операционного интеллекта; высокой чувствительностью младших школьников к воздействиям окружающей среды; формированием системных личностных образований (самооценка, образ «Я»); интенсивным развитием эмоционально-чувственной сферы личности.

Рассмотрев способы развития эмпатии в младшем школьном возрасте, мы установили, что наиболее эффективным из них являются: создание ситуаций сочувствия, сочувствия-переживания; работа с книгой – сопереживание героям сказок; прослушивание музыки; проведение «нравственных бесед»; участие детей в различных праздничных мероприятиях в школе, организация тематических чаепитий, дней рождения и т.д. Так же мы выявили, что для развития эмпатии у детей младшего школьного возраста применимы занятия с элементами тренинга в игровой форме. Занятия с элементами тренинга помогают младшим школьникам в оценке своих и чужих качеств, а также способствовать открытию их личности.

По выделенным критериям развития эмпатии (эмоциональный, когнитивный, поведенческий) у детей младшего школьного возраста подобрали методики. Методика «Экспресс-диагностика уровня эмпатии И.М. Юсупова»; диагностика уровня эмпатических способностей В.В. Бойко; методика «Проявление эмпатии к сверстнику» Е. Н. Васильевой и модифицированная методика Т.П. Гавриловой «Неоконченные рассказы».

Исследование осуществлялось на базе МАОУ «СШ№157» Советского района г. Красноярска. В нём приняли участие обучающиеся 4 «И» класса в количестве 26 человек.

В ходе исследования было установлено, что низким уровнем развития эмпатии обладает около трети (31%) младших школьников, принявших участие в исследовании. Немногим более половины (57%) четвероклассников демонстрирует средний уровень развития эмпатии. Высокий уровень развития эмпатии во всех её проявлениях свойственен единицам (12%) младших школьников.

Для повышения развития уровня эмпатии у детей в младшем школьном возрасте нами был разработан комплекс занятий с элементами тренинга, который нацелен на взаимодействие детей, умение распознавать свои ощущения, различать эмоции, выражать собственные эмоции, распознавать эмоции и чувства других, ощущать чувства окружающих и разделять их.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андреева Г.М. Социальная психология. М.: Аспект Пресс, 2004. 290 с.
2. Архангельский Н.В. Нравственное воспитание. М.: Изд-во Просвещение, 1979. 236 с.
3. Ахметдинова Т.Р. Индивидуальное развитие первоклассника в процессе творческой деятельности на уроке // Начальная школа. 2014. № 5. С. 61-63.
4. Басова А.Г. Понятие эмпатии в отечественной и зарубежной психологии // Молодой ученый. 2012. № 8. С. 254-256.
5. Бовина И.Б. Исследование эмпатии: критический анализ и новые перспективы // Культурно-историческая психология. 2020. Т. 16. № 1. С. 88-95.
6. Бойко, В.В. Энергия эмоций и общения. М.: Просвещение, 2006. 75 с.
7. Божович Е.Д. Позиция субъекта учения: личностные и когнитивные факторы // Вопросы психологии. 2017. № 6. С. 19-30.
8. Васильева Е.Н. К проблеме возрастных особенностей проявления эмпатии у детей младшего школьного возраста. М.: Международная педагогическая академия, 2009. С. 15-27.
9. Вачков И.В. основы технологии группового тренинга // м: Издательство «Ось-89», 1999-317с.
10. Воробьева К.В. К вопросу о формировании эмпатии у младших школьников // Символ науки: международный научный журнал. 2020. № 11. С. 170-173.
11. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М.: АСТ: Астрель: ЛЮКС, 2005. 416 с.

12. Гавриленко Н.У. Психолого-педагогические особенности детей младшего школьного возраста в организации праздничной деятельности // Среднее профессиональное образование. 2019. № 3. С. 23-26.
13. Гаврилова Т.П. Понятие «эмпатия» в зарубежной психологии // Вопросы психологии. 1975. № 2. С. 147-158.
14. Гайдаренко С.М., Мартынова М.А., Ковалева А.В. Развитие эмпатии на разных возрастных этапах // Проблемы современного педагогического образования. 2020. № 66-3. С. 351-354.
15. Гиппенрейтер Ю.Б., Карягина Т.Д., Козлова Е.Н. Феномен конгруэнтной эмпатии // Вопросы психологии. 1993. № 4. С. 61-67.
16. Данилина Т.А. В мире детских эмоций. М.: Айрис-пресс, 2007. 160 с.
17. Долгова В.И., Мельник Е.В. Эмпатия. Монография. М.: Издательство «Перо», 2014. 185 с.
18. Дружинин В.Н. Психология эмоций, чувств, воли. М.: ТЦ Сфера, 2003. – 342 с.
19. Захарова Т.Г. Психологические особенности темперамента детей младшего школьного возраста // Герценовские чтения. Начальное образование. 2011. Т. 1. № 1. С. 106-110.
20. Ильин Е.П. Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия. СПб.: Питер, 2013. 304 с.
21. Исакова Н.Л. Развитие познавательных процессов у младших школьников через экспериментальную деятельность. М.: Детство-Пресс, 2013. 75 с.
22. Карягина Т.Д. Эволюция понятия «эмпатия» в психологии: диссертация. М.: МГУ, 2013. 175 с.
23. Каширских С.Б. Характеристика и специфика познавательных способностей детей младшего школьного возраста // Проблемы и

- тенденции научных исследований в системе образования: сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции. 2019. С. 40-43.
24. Козлова Т.Л., Ислямова Э.Э. Развитие эмпатии у младших школьников // Образование и наука в современных реалиях. Сборник материалов Международной научно-практической конференции (Чебоксары). 2020. С. 55-58.
25. Кондаков И. Психологический словарь [Электронный ресурс] / И. Кондаков. 1999. URL: <http://psi.webzone.ru/>
26. Коняева Е.А. Краткий словарь педагогических понятий: учебное издание Л.Н. Павлова. Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2012. 131 с.
27. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Екатеринбург: У-Фактория, 2004 (ГИПП Урал. рабочий). 184с.
28. Кузьмина В.П. Формирование эмпатии у младших школьников к сверстникам в зависимости от детско-родительских отношений в семье. Н. Новгород, 1999. 137 с.
29. Легкая У.А. К вопросу определения феномена эмпатии // Современный взгляд на науку и образование: сборник научных статей (Москва). 2020. С. 125-128.
30. Майстренко А.В. Роль учебной деятельности в формировании психологических характеристик младших школьников // Научная дискуссия: вопросы педагогики и психологии. 2015. № 8 (41). С. 60-63.
31. Мак-Вильямс Н. Психодинамическая диагностика. Понимание структуры личности в клиническом процессе. М.: Класс, 2015. 592 с.
32. Менджерицкая Ю.А. Особенности эмпатии субъекта затрудненного общения // Прикладная психология. 1999. №4. С.174-192.

33. Мещеряков Б.Г. Большой психологический словарь. М: АСТ-Москва, 2009. 867 с.
34. Нгуен М.А. Диагностика уровня развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника. // Ребёнок в детском саду. 2008. № 1. С. 83–85.
35. Неводова Д.П. О духовно-нравственном воспитании младших школьников в процессе организации внеурочной деятельности // Молодой ученый. 2016. № 8. С.25-27.
36. Недоспасова В. А. Растем играя: сред. и ст. дошк. возраст: пособие для воспитателей и родителей. М.: Просвещение: Росмэн, 2004 (ГУП Саратов. полигр. комб.). 90 с.
37. Никандров В.В. Психологическая сущность тренингов // Вестник СПбГУ. Серия 6. Политология. Международные отношения, 2003. С. 71–86.
38. Никандров В.В. Психологическая сущность тренингов // Указ. соч. С. 71. 87с.
39. Никандров В.В. Психологическая сущность тренингов // Указ. соч. С. 75. 87с.
40. Овчарова Р.В. Практическая психология образования: учеб. пособие для студентов. 4-е изд. М.: Академия, 2008. 448 с.
41. Парамзина Е.И. Психолого-педагогические аспекты формирования готовности детей младшего школьного возраста к учебной деятельности. // Известия института педагогики и психологии образования. 2019. № 1. С. 65-69.
42. Пиаже Ж.: теория, эксперименты, дискуссии / под ред. Л. Ф. Обуховой, Г. В. Бурменской. М., 2001.
43. Пахальян В.Э. Групповой психологический тренинг: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по

- направлению и специальностям психологии. М., СПб.: Питер Пресс, 2006. 223 с.
- 44.Петровский А.В. The categorical system of psychology. An experience of constructing a theory of theories in psychology / А.В. Петровский, В.А. Петровский // Психология. Журнал высшей школы экономики. М.: Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики». 2018. Т. 15. № 4. С. 626-644.
- 45.Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. 2-е изд., испр. и доп. М.: Политиздат, 1990. 494 с.
- 46.Пузиков, В.Г. Технология ведения тренинга: [метод. пособие для начинающих тренеров]. СПб.: Речь, 2005. 11 - 223 с.
- 47.Ребер А. Большой толковый психологический словарь [Пер. с англ. Е.Ю. Чеботарева]. М.: Вече: АСТ, 2000. 501-559с.
- 48.Роджерс К. Эмпатия // Психология эмоций. Тексты. М., 1984.
- 49.Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. М.: Прогресс,1990. СПб.: Питер Ком, 1998. -368 с.
- 50.Рыбакова М. М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе: [книга для учителя]. М.: Просвещение, 1991. 128с.
- 51.Савва Л.И., Т.А. Пономарев Словарь-самоучитель по педагогике межличностного познания. Магнитогорск: МаГУ, 2003. 82 с.
- 52.Семенака С. И. Учимся сочувствовать, сопереживать: Коррекц. - развивающие занятия для детей 5-8 лет. М.: АРКТИ, 2003. 78 с.
- 53.Соловьенкова Н.К. Сказкотерапия в работе с детьми младшего школьного возраста // Ростовский научный журнал. 2019. № 4. С. 76-84.
- 54.Стрелкова Л.П. Уроки сказки. М.: Педагогика, 2015. 128 с.
- 55.Стрельцова А.Д. Условия и особенности нравственного воспитания детей младшего школьного возраста // Современное образование:

- актуальные вопросы, достижения и инновации: сборник статей XXIX Международной научно-практической конференции. 2019. С. 65-69.
56. Тургель В. А. Предпочтение творческой и репродуктивной деятельности детьми младшего школьного возраста // Герценовские чтения. Младший школьник в образовательном пространстве: Сб. научн. статей по итогам Всероссийской научно-практ. конференции (Санкт-Петербург, 25-26 марта 2009 г.) СПб., 2009. 343 с.
57. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования / М-во образования и науки Российской Федерации. 3-е изд., перераб. М.: Просвещение, 2016. 46 с.
58. Хамидова Р.Х., Р.М. Эхаева. Роль дидактической игры в учебном процессе // Роль инноваций в трансформации современной науки: сборник статей Всероссийской научно-практической конференции. 2019. С. 189-193.
59. Хрящева Н. Ю. Психогимнастика в тренинге. / Издательство Речь, Институт Тренинга, 2006. 267с.
60. Шнайдер М.И. Эмпатия как форма отражения другого человека // Гуманизация образования. 2016. № 2. С. 60-65.
61. Эльконин Д.Б. Детская психология. М.: Педагогика, 1989. 560 с.
62. Юсупов И.М. Психология эмпатии: теоретические и прикладные аспекты. СПб: Респект, 1995. 252 с.
63. Якобсон П.М. Эмоциональная жизнь школьника. М.: Инфра-М, 2016. 292 с.

## Результаты экспресс-диагностика уровня эмпатии И.М. Юсупова

## Результаты 4 «И» класса

ФИ	Баллы	Уровень эмпатии
К. Максим	53	норма
Б. Анна	45	норма
Ф. Вадим	60	норма
Ф. Артем	60	норма
О. Слава	35	Низкий уровень
Б. Настя	33	Низкий уровень
К. Кирилл	39	норма
П. Ангелина	35	Низкий уровень
З. Яна	43	норма
П. Егор	47	норма
К. Анна	49	норма
В. Ульяна	42	норма
Т. Лера	57	норма
Ч. Камилла	45	Норма
Б. Артем	40	норма
П. Семен	26	Низкий уровень
А. Варвара	28	Низкий уровень
М. Артем	40	норма
К. Ксения	37	норма
Р. Данил	35	Низкий уровень
Е. Варя	52	норма
Г. Ариана	57	норма
К. Иван	61	норма
Ч. Макар	57	норма
Г. Анна	38	норма
Н. Дарина	45	норма

**Результаты методики «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна  
и Н. Эпштейна.**

Результаты 4 «И» класса

ФИ	Баллы
К. Максим	4
Б. Анна	3
Ф. Вадим	2
Ф. Артем	2
О. Слава	3
Б. Настя	4
К. Кирилл	2
П. Ангелина	1
З. Яна	2
П. Егор	2
К. Анна	4
В. Ульяна	1
Т. Лера	1
Ч. Камилла	2
Б. Артем	2
П. Семен	1
А. Варвара	2
М. Артем	3
К. Ксения	2
Р. Данил	2
Е. Варя	2
Г. Ариана	2
К. Иван	3
Ч. Макар	1
Г. Анна	3
Н. Дарина	3

**Результаты диагностики характера проявления помощи (сочувствия)  
другим людям по методике Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера**

Результаты 4 «И» класса

ФИ	Баллы	Уровень эмпатии
К. Максим	4	высокий
Б. Анна	3	средний
Ф. Вадим	2	низкий
Ф. Артем	5	высокий
О. Слава	3	средний
Б. Настя	4	высокий
К. Кирилл	2	низкий
П. Ангелина	1	низкий
З. Яна	2	низкий
П. Егор	2	низкий
К. Анна	4	высокий
В. Ульяна	3	средний
Т. Лера	3	средний
Ч. Камилла	2	низкий
Б. Артем	3	средний
П. Семен	1	низкий
А. Варвара	2	низкий
М. Артем	3	средний
К. Ксения	3	средний
Р. Данил	3	средний
Е. Варя	2	низкий
Г. Ариана	3	средний
К. Иван	3	средний
Ч. Макар	1	низкий
Г. Анна	3	средний
Н. Дарина	3	средний

**Результаты исследования по методике «Проявление эмпатии к сверстнику» Е.Н. Васильевой**

Результаты 4 «И» класса

ФИ	Баллы
К. Максим	4
Б. Анна	1
Ф. Вадим	5
Ф. Артем	2
О. Слава	4
Б. Настя	4
К. Кирилл	2
П. Ангелина	4
З. Яна	4
П. Егор	1
К. Анна	4
В. Ульяна	2
Т. Лера	3
Ч. Камилла	5
Б. Артем	1
П. Семен	3
А. Варвара	4
М. Артем	4
К. Ксения	4
Р. Данил	2
Е. Варя	5
Г. Ариана	1
К. Иван	3
Ч. Макар	2
Г. Анна	5
Н. Дарина	5

**Этапы занятий с элементами тренинга для детей младшего школьного  
возраста**

Этап	Занятие	Упражнения
ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ	1. «Какие мои чувства?»	Знакомство, настрой на благоприятную атмосферу. Узнать какие чувства испытывают участники.  Упражнения: «Ласковое имя», «Назови себя», «Цвет эмоций».  Рефлексия.  Установка ритуала прощания и ритуалов приветствия.
ОСНОВНОЙ	2. «Дай имя эмоции».	Учимся называть различные эмоции.  Упражнения: «Собери пиктограмму», «Эмоции героев», «Интонация».
	3. «Что ты чувствуешь?»	Учимся распознавать и называть эмоции сверстников.  Упражнения: «Опиши друга», «Этюд на различные позиции в общении», «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся», «Передай улыбку по кругу».
	4. «Я тебе покажу». 5. «Я покажу тебе». 6. «Я покажу тебе».	Учимся выражать свои эмоции.  Упражнения: «Сердце на память», Игра «Оживший холодильник», «Немое кино», «Принцесса Несмеяна», «Ходим кругом», «Угадай настроение», «Эмоциональный словарь», «Зеркало», «Становление другим человеком»,

	7. «Я чувствую тебя».	Учимся поддерживать товарища, выражать сочувствие.  Упражнения: «Друг в беде не бросит», Беседа «Чуткое и доброжелательное отношение друг к другу», «Дублер».
	8. «Я тебя поддерживаю».	Учимся формировать ценностное отношение ребенка к себе и к окружающим его людям.  Упражнения: «Друг заболел», «Сажу, сажу на камушке».
	9. «Я тебя поддерживаю».	Отработка умений оценивать ситуацию и поведение окружающих.  Упражнения: Слушание рассказа, «Эмпатии героев», Игра «Ходим кругом».
<b>ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ</b>	10. «Я с тобой».	Побуждать детей быть внимательными к сверстникам и близким.  Упражнения: «Что изменилось?», «Подари движение другу», «Поводырь».

**Занятия с элементами тренинга, направленные на развитие эмпатии у младших школьников во внеурочной деятельности**

**Занятие 1**

**«Какие мои чувства?»**

**Цель:** научиться распознавать свои ощущения.

**Методы и средства:** игра, арт-терапия, музыкальная терапия, стулья, мяч, листы, цветные карандаши, музыка для релаксации.

**Ритуал приветствия** «Я сегодня вот такой»

Каждый по очереди говорит: «Здравствуйте. Я сегодня вот такой» - и оказывает невербально свое состояние. Остальные дети говорят:

«Здравствуй, Ваня! Ваня сегодня вот такой» и копируют его жесты, мимику, позу.

В игре должен принять участие каждый ребенок. В заключение дети берутся за руки и хором говорят: «Здравствуйте все!»

**I ЭТАП: Подготовительный.**

Ведущий предлагает детям сесть по кругу. После настройки на атмосферу спокойствия педагог просит всех участников закрыть глаза и подумать о том, какие чувства испытывает каждый. По желанию дети делятся впечатлениями.

**II ЭТАП: Основной.**

Игры и упражнения:

1. «Ласковое имя»

«Вспомните, как вас ласково зовут дома. Мы будем бросать друг другу мячик. И тот, к кому мячик попадет, называет одно или несколько своих ласковых имен. Кроме того, важно запомнить, кто каждому из вас бросил мячик. Когда

все дети назовут свои ласковые имена, мячик пойдет в обратную сторону. Теперь нужно постараться не перепутать и бросить мяч тому, кто в первый раз бросил его вам, а кроме того, произнести его ласковое имя»

## 2.«Назови себя»

Упражнение проводится в кругу. Каждый участник называет себя по имени (если хочет, может что-то рассказать о себе).

После умеренной деятельности педагог подключает активную. Для этого пригодится лёгкий мяч.

## 3. «Цвета эмоций»

Каждому участнику раздаётся лист с изображением 6 кругов.

Первый круг – радость, второй – злость, третий – жалость, четвёртый – восхищение, пятый – обида, шестой – стеснение. Участники раскрашивают каждый круг тем цветом, которым считают нужным. После все делятся своими результатами.

В конце занятия педагог вновь предлагает участникам закрыть глаза. Можно включить тихую музыку и использовать метод релаксации. Детям предлагается представить берег тёплого моря, прогулку по душистому лесу и т.д.

## **III ЭТАП: Заключительный.**

Ведущий интересуется, чем понравилось данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

Ритуал прощания.

### «Солнечные лучики»

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя теплым солнечным лучиком.

## **Занятие 2**

### **«Дай имя эмоции»**

**Цель:** научиться называть различные эмоции.

**Методы и средства:** игра, карточки с эмоциями, текст сказки.

**Ритуал приветствия «Комплименты»** Игра начинается со слов: " Мне нравится в тебе... ". Ребёнок говорит эту фразу всем участникам игры. Другие участники также говорят комплименты всем остальным, стараясь, чтобы эти комплименты были разными.

### **I ЭТАП: Подготовительный.**

В начале занятий ведущий спрашивает детей, что такое эмоции. Дети делятся ответами, ведущий помогает дать правильный ответ. После чего вызывается доброволец, который показывает эмоции, а остальные называют их.

### **II ЭТАП: Основной.**

#### **1. «Собери пиктограмму»**

Каждому ребенку дается пиктограмма определенного эмоционального состояния, разрезанная на несколько частей. Задача участников – как можно быстрее и правильно собрать пиктограмму. Как вариант, можно самому пантомимически изобразить это состояние.

#### **2. «Эмоции героев»**

Ведущий читает детям сказку. Ребенку заранее выдаются маленькие карточки с символическими изображениями различных эмоциональных состояний. В процессе чтения ребенок откладывает на стол несколько карточек, которые, на его взгляд, отражают эмоциональное состояние героя в различных ситуациях. По окончании чтения каждый ребенок объясняет, в какой ситуации и почему ему кажется, что герой был весел, грустен и т.д.

В эту игру лучше играть или индивидуально, или в малой подгруппе. Текст сказки должен быть невелик и соответствовать объему внимания и памяти детей определенной возрастной группы.

### 3. «Интонация»

Ведущий вводит понятие интонации. Затем детям предлагается по очереди повторить с различными чувствами, с различной интонацией различные фразы (зло, радостно, задумчиво, с обидой). Как вариант, можно интонационно проиграть и обсудить диалог сказочных героев. В конце занятия детям предлагается снова угадывать эмоции добровольца для закрепления новых знаний.

## **III ЭТАП: Заключительный.**

Ведущий интересуется, чем понравилось обучающимся данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

Ритуал прощания.

### **Занятие 3**

#### **«Что ты чувствуешь?»**

**Цель:** научиться называть и распознавать эмоции сверстников.

**Методы и средства:** стулья, игра, упражнения на партнёрство.

**Ритуал приветствия** «Наша добрая улыбка» Пусть наша добрая улыбка (руки прикасаются к уголкам губ) Согреет всех своим теплом, (руки прикладываются к сердцу) Напомнит нам, как важно в жизни (руки вперед, пальцы, как солнечные лучи) Делиться счастьем и добром! (руки в стороны)

## **I ЭТАП: Подготовительный.**

Ведущий показывает грустного Ослика ИА (картинка). Дети должны ответить, из какого произведения этот герой. Затем они отвечают, какое у него настроение и какую эмоцию он показывает. Ведущий задаёт контрольный

вопрос: кто хочет помочь ослику? Дети делятся мнениями о том, кто и как будет ему помогать. Ведущий подводит к тому, что не следует ориентироваться только лишь на свои эмоции, потому что для общения с окружающими важно понимать и их эмоции.

## **II ЭТАП: Основной.**

### **1. «Опиши друга»**

Упражнение выполняется в парах (одновременно всеми участниками). Дети стоят спиной друг к другу и по очереди описывают прическу, одежду и лицо своего партнера. Потом описание сравнивается с оригиналом и делается вывод о том, насколько ребёнок точен.

### **2. Этюд на различные позиции в общении**

Дети разбиваются на пары. Общение в парах проходит в диалоговом режиме. Для общения предлагаются интересные и актуальные для детей темы: «Мое любимое животное», «Мой самый радостный день в прошлом месяце» и пр. Сначала ситуация общения организуется, когда оба ребенка сидят лицом друг к другу, затем один ребенок сидит на стуле, а другой стоит около своего стула (дети меняются местами), затем партнеры, сидя на стуле спиной друг к другу, продолжают разговор. В заключение, у детей спрашивают о впечатлении, настроении, возникшем в процессе общения: как больше понравилось общаться, почему?

### **3. Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся**

Упражнение выполняется в парах, с закрытыми глазами, дети сидят напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки. Взрослый дает задания (каждое задание выполняется 2-3 минуты): Закройте глаза, протяните навстречу друг другу руки, познакомьтесь одними руками. Постарайтесь лучше узнать своего соседа. Опустите руки.

Снова вытяните руки вперед, найдите руки соседа. Ваши руки ссорятся. Опустите руки.

Ваши руки снова ищут друг друга. Они хотят помириться. Ваши руки мирятся, они просят прощения, вы снова друзья.

Обсудите, как проходило упражнение, какие чувства возникали в ходе упражнения, что понравилось больше?

#### 4. «Передай улыбку по кругу»

Участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, улыбнуться соседу.

### **III ЭТАП: Заключительный.**

Ведущий интересуется, чем понравилось данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

Ритуал прощания.

## **Занятие 4**

### **«Я тебе покажу»**

**Цель:** научиться выражать свои эмоции.

**Методы и средства:** игра, упражнения на самоощущение, саморегуляцию, модель сердца.

**Ритуал приветствия** «Как хорошо на свете жить!» Как хорошо на свете жить! (руки в стороны и вверх) Как хорошо уметь дружить! (руки соединяются в приветствие) Как хорошо, что есть друзья! (берутся за руки друг с другом и раскачивают их) Как хорошо, что есть и Я! (прижимают руки к себе).

### **I ЭТАП: Подготовительный.**

Для этого занятия ведущий подготавливает модель сердца.

Показывает его детям и спрашивает ребят, что это, какого цвета и зачем оно здесь. Ведущий объясняет, что душа человека находится в сердце и, благодаря ему, мы чувствуем различные эмоции. Сердце – важный орган.

## **II ЭТАП: Основной.**

### **1. Упражнение «Сердце на память»**

Детям предлагается найти свое сердце, положить на него руку и в тишине послушать, как оно бьется, почувствовать его тепло ладонью. Затем второй ладонью надо накрыть первую и, стараясь сохранить тепло в руке, сложить ладони в виде сердца. Дети подходят друг к другу и ведущему и прикасаются «сердцем» к груди друга, даря тепло своего сердца «на память».

### **2. Игра «Оживший холодильник»**

Называется любая вещь и наделяется чувствами, поведением, деланиями. Ребёнок берет на себя роль холодильника и разыгрывает свои действия в квартире, устанавливает отношения с членами семьи. Чего может хотеть холодильник? Чтобы в нем было как можно больше вкусных продуктов, чего он может опасаться? Чтобы их у него не отобрали. Какая история могла с ним произойти? Однажды холодильник купил тысячу брикетов мороженого и пошел в парк, чтобы раздать их детям.

### **3. Игра «Немое кино»**

Дети становятся в круг. Ведущий (ведущий) движениями, жестами, мимикой сообщает о своих намерениях, желаниях, сомнениях. Дети угадывают смысл сообщения и таким же образом отвечают. Ведущий жестами и мимикой показывает, что он приветствует, прощается, приглашает, отталкивает, слушает, хвалит, ругает, сердится, обижается, отвергает, сомневается, просит замолчать, показать, подойти, уйти, передать какой-либо предмет другому. Затем роль ведущего по очереди выполняют дети.

### **4. Игра «Принцесса Несмеяна»**

Детям предлагается «расколдовать» принцессу, которая сидит на стуле в центре круга с помощью своих эмоций. Участники по желанию по очереди подходят к принцессе и пытаются вызвать у неё ответную реакцию, показывая различные эмоции, но, не называя их. В конце занятия ведущий просит ребят снова найти своё сердце и приложить к нему руку. При этом каждый делится тем, что он чувствует после этого занятия.

### **III ЭТАП: Заключительный.**

Ведущий интересуется, чем понравилось данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

Ритуал прощания.

## **Занятие 5**

### **«Я покажу тебе»**

**Цель:** научиться выражать свои эмоции.

**Методы и средства:** пантомима, пиктограммы настроения.

**Ритуал приветствия** «Дружба начинается с улыбки» Дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются. Возьмёмся за руки, друзья! Друг другу улыбнёмся. Мы пожелаем всем добра И скажем: «Здравствуй, солнце!»

### **I ЭТАП: Подготовительный.**

Ролевая гимнастика: с помощью мимики и пантомимики

показать:

- старого, уставшего дедушку;
- одинокую собаку;
- радостного отличника и т.д.

### **II ЭТАП: Основной.**

2. Игра «Ходим кругом»

Участники игры, взявшись за руки, образуют круг. Водящий становится внутри круга. Медленно двигаясь вправо или влево по кругу, играющие запевают песенку, в которой упоминается имя водящего:

Ходим кругом, друг за другом.

Эй, ребята, не зевать!

Все, что Коля (Нина, Саша и т.д.) нам покажет,

Будем дружно повторять!

Круг останавливается, и водящий показывает какие-либо движения (прыгает как лягушка, принимает смешную позу и т.п.). Все ребята должны в точности повторять его движения. После этого водящий подходит к кому-либо из детей в кругу и кланяется. Тот, кому поклонились, становится водящим.

## 2. Игра «Угадай настроение»

Детям дается набор пиктограмм с видами настроения (веселое, грустное, сердитое, доброе, счастливое и т.п.). После определения каждой пиктограммы по виду настроения дети разбиваются на пары. Один ребенок берет пиктограмму и, не показывая ее другому, называет настроение, которое на ней изображено. Второй должен найти пиктограмму, задуманную партнером. После этого дети сравнивают две выбранные картинки.

При несовпадении можно попросить детей объяснить, почему они выбрали ту или иную пиктограмму для определения настроения.

## **III ЭТАП: Заключительный.**

Ведущий интересуется, чем понравилось данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

Ритуал прощания.

## Занятие 6

### «Я покажу тебе»

**Цель:** научиться выражать свои эмоции.

**Методы и средства:** игра, упражнения на составление диалога, готовый сценарий на троих героев.

**Ритуал приветствия «Комплименты»** Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий комплимент кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!». Затем он произносит комплимент своему соседу.

### I ЭТАП: Подготовительный.

#### Эмоциональный словарь

Ведущий говорит о том, что эмоции можно разделить по категориям на позитивные, болезненные (негативные) и нейтральные. Позитивной может считаться счастье, возбуждение, умиротворенность, спокойствие, надежда. Негативной – страх, злость – удивление, любопытство, интерес. Даже мелкая деятельность имеет значение. Детям предлагается записать на листок эмоции, которые они испытали во время просмотра коротких роликов с разным эмоциональным окрасом. Затем происходит совместное обсуждение.

Вопросы в конце упражнения:

1. Что вы узнали нового о своих эмоциях и ощущениях?
2. Поняли ли вы, в чем смысл быть осведомленным об эмоциях, которые вы ощущаете в настоящий момент?
3. Как осознанность о ваших эмоциях повлияла на ваше понимание чувств и ощущений других людей?
4. Какие выводы можно сделать относительно взаимосвязи конкретных эмоций с конкретной деятельностью? Почему вы испытываете позитивные эмоции в одной ситуации и негативные в другой?

## **II ЭТАП: Основной.**

### 1. «Зеркало»

Участники в парах показывают по очереди эмоции и пытаются повторить их друг за другом.

### 2. «Становление другим человеком»

Для упражнения нужно три человека.

#### 1. Напишите диалог между тремя действующими лицами.

Например: жертва, задира, наблюдатель или придирчивый покупатель, ранимый продавец и наблюдатель. Можете придумать свои варианты.

2. Каждый сценарий играется трижды и при каждом исполнении люди меняются ролями. Таким образом вы играете роли жертвы, задир и наблюдателя.

3. После завершения упражнения все участники делятся впечатлениями о своих мыслях, эмоциях и ощущениях.

Итоги упражнения:

1. Какие эмоции вы испытывали, будучи жертвой?

2. Какие эмоции вы испытывали, будучи задирой?

3. Какие эмоции вы испытывали, будучи наблюдателем?

4. Какие решения вы приняли по окончании упражнения?

## **III ЭТАП: Заключительный.**

Ведущий интересуется, чем понравилось данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

## **Занятие 7**

### **«Я чувствую тебя»**

**Цель:** раскрыть значимость моральной поддержки товарищам, которая может быть выражена в сочувствии.

**Методы и средства:** песня «Настоящий друг», музыка Б. Савельева (из мультфильма «Димка и Тимка»), слушание отрывка из стихотворения Г.Остера.

**Ритуал приветствия «Эстафета дружбы»** Взяться за руки и передавать как эстафету рукопожатие. Начинает воспитатель: «Я передаю вам свою дружбу, и она идёт от меня к Маше, от Маши к Саше и т.д. и снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет».

### **I ЭТАП: Подготовительный.**

1. Друг в беде не бросит

Ведущий предлагает послушать песенку: «Настоящий друг», музыка Б. Савельева (из мультфильма «Димка и Тимка»).

«Дружба крепкая не сломается,

Не расклеится от дождей и вьюг.

Друг в беде не бросит,

Лишнего не спросит –.

Вот что значит настоящий

Верный друг.

Мы поссоримся и помиримся,

«Не разлить водой!» – шутят все вокруг.

В полдень или в полночь

Друг придет на помощь –

Вот что значит настоящий

Верный друг».

В конце песни ведущий отмечает: «Как хорошо иметь верных и надежных друзей!». Но в одной пословице говорится: «Дружба дружбе рознь, а иную хоть брось».

2.Беседа «Чуткое и доброжелательное отношение друг к другу». В начале беседы предложить детям послушать отрывок из стихотворения Г. Остер «Советы непослушным детям».

«— Если друг твой самый лучший

Поскользнулся и упал,

Покажи на друга пальцем

И хватайся за живот.

Пусть он видит, лежа в луже,

Ты ничуть не огорчен –

Настоящий друг не любит

Огорчать своих друзей».

— Вам понравились советы настоящим друзьям? Почему?

— Как правильно нужно поступить в этой ситуации?

Вопросы детям:

1.Как можно переубедить героя стихотворения в его представлении о настоящей дружбе?

2.Как помочь стать добрее, внимательнее?

## **II ЭТАП: Основной.**

### **1. Дублёр**

Упражнение выполняете в паре. Первый человек говорит о счастливых воспоминаниях или о восторге от будущего события. Второй человек (дублёр) является как бы его настоящей эмоцией, которую спикер испытывает. Суть упражнения в том, что дублёр, зная, какую эмоцию испытывает спикер, начинает сознательно распознавать ощущения других людей.

Пример:

Спикер: «Я хочу навестить своих родителей на следующей неделе».

Дублёр: «И я чувствую себя от этого счастливым».

Спикер: «Моя мама готовит лучшие пироги на свете».

Дублёр: «Я в восторге, когда их ем».

Задание можно усложнить, когда спикер заранее не сообщает, нравится ли ему то, о чем он скажет. Поэтому дублёру приходится угадывать.

Итоги упражнения:

Вопросы для участников:

1. Каково быть спикером и слышать от дублёра о его догадках?
2. Каково быть дублёром и угадывать настоящую эмоцию спикера?
3. Что было самым сложным?
4. Какие эмоции было сложнее всего распознать? Какие легче?
5. Как это упражнение помогло мне узнать человека?

### **III ЭТАП: Заключительный.**

Ведущий интересуется, чем понравилось данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

Ритуал прощания.

## **Занятие 8**

### **«Я тебя поддержу»**

**Цель:** формировать ценностное отношение ребенка к себе и к окружающим его людям.

**Методы и средства:** ролевая гимнастика, коллективное составление письма, ситуативные иллюстрации, стихотворения Э. Успенского «Пишу тебе письмо».

**Ритуал приветствия «Улыбка»** Приятно смотреть на человека, лицо которого украшает тёплая и доброжелательная улыбка. Давайте поприветствуем друг друга своими улыбками. Подарите свои улыбки соседу справа и слева.

### **I ЭТАП: Подготовительный.**

## Друг заболел

Ведущий демонстрирует детям иллюстрацию с изображением девочки и рассказывает (проблемная ситуация): «Лена уже целую неделю не ходит в детский сад. У нее — ангина. Ее лечит доктор, за ней нежно и бережно ухаживает мама. Но Лене скучно и обидно, потому что ей хочется пойти в детский сад к детям, а нельзя».

—Как могут помочь заболевшей девочке ее товарищи?

—Какое бы письмо вы написали заболевшему другу?

—Почему важно проявлять заботу о больном товарище?

—Какие слова утешения вы знаете?

Ролевая гимнастика: с помощью мимики и жестов показать:

– как у девочки болит горло, ей очень больно;

– как девочка грустит;

– как мама нежно и бережно ухаживает за ней;

– как девочка радуется тому, что выздоровела.

—Что вы чувствовали, когда показывали заболевшую девочку?

—Что вы чувствовали, когда показывали маму, которая ухаживает за больной дочерью?

Что вы чувствовали, когда показывали радостную, счастливую девочку.

## **II ЭТАП: Основной.**

1. Игра «Сижу, сижу на камушке»

Ход игры: Игроки становятся в хоровод и поют, а один (или несколько) садятся на корточки в круг, накрыв голову платочком.

*Сижу, сижу на камушке,*

*Сижу на горячем,*

*А кто ж меня, верно, любит,*

*А кто ж меня сменит,*

*Меня сменит-переменит,*

*Еще приголубит?*

После этих слов любой желающий может подойти и погладить сидящего в кругу по голове, обнять, сказать ласковые слова (приголубить). Затем он уже сам садится в круг и накрывает голову платочком. Его «голубит» следующий желающий.

### **III ЭТАП: Заключительный.**

Ведущий интересуется, чем понравилось данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

Ритуал прощания.

## **Занятие 9**

### **«Я тебя поддержу»**

**Цель:** сформировать умение оценить ситуацию и поведение окружающих.

**Методы и средства:** слушание, рассказ Н. Калининой «Как Сашу обожгла крапива», текст сказки.

### **I ЭТАП: Подготовительный.**

Педагог предлагает послушать рассказ.

1. Чтение рассказа Н. Калининой «Как Сашу обожгла крапива».

«Вышли ребята гулять. Разбежались по двору. А во дворе тепло, солнечно!

Саша увидел у забора зеленую траву и всех позвал:

— Смотрите, какая трава выросла!

А Вера Ивановна говорит:

— Не трогайте, это крапива: обожжетесь. Не послушался Саша: разве трава — печка? Разве она жжется?

Схватил крапиву, да как закричит:

— Ой, больно!

Покраснела у Саши рука, пошли по ней белые волдыри. Пришлось Вере Ивановне его утешать. Хорошо, что волдыри от крапивы быстро проходят».

—Что произошло с мальчиком?

—От чего ему было, больно?

—Кто в этом виноват?

—Вам жалко мальчика?

—Как бы вы утешили его?

Обсуждение и проигрывание проблемной ситуации с детьми.

## **II ЭТАП: Основной.**

### **1. «Эмпатии героев»**

Педагог читает детям сказку. Заранее выдаются маленькие карточки с изображениями, выражающими различные эмоциональные состояния. В процессе чтения ребенок откладывает на столе несколько карточек, которые, на его взгляд, отражают эмоциональное состояние героя в различных ситуациях. По окончании чтения каждый ребенок объясняет, почему ему кажется, что герой был весел, грустен, подавлен... Также можно предложить детям передать свое эмоциональное состояние во время прослушивания отрывка из сказки.

### **2. Игра «Ходим кругом»**

Участники игры, взявшись за руки, образуют круг. Водящий становится внутри круга. Медленно двигаясь вправо или влево по кругу, играющие запевают песенку, в которой упоминается имя водящего:

«Ходим кругом, друг за другом.

Эй, ребята, не зевать!

Все, что Коля (Нина, Саша и т.д.) нам покажет,

Будем дружно повторять!»

Круг останавливается, и водящий показывает какие-либо движения (прыгает как лягушка, принимает смешную позу и т.п.). Все ребята должны в точности повторять его движения. После этого водящий подходит к кому-либо из детей в кругу и кланяется. Тот, кому поклонились, становится водящим.

### **III ЭТАП: Заключительный.**

Учитель интересуется, чем понравилось данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

Ритуал прощания

## **Занятие 10**

### **«Я с тобой»**

**Цель:** побуждать детей быть внимательными к сверстникам и близким.

**Методы и средства:** проблемная ситуация.

**Ритуал приветствия**

### **I ЭТАП: Подготовительный.**

1. «Что изменилось?»

Каждый ребенок по очереди становится водящим. Водящий выходит из комнаты. За это время производится несколько изменений в одежде, причёске детей, можно пересесть на другое место (но не больше двух-трех изменений; все произведенные изменения должны быть видимы). Задача водящего подметить произошедшие изменения.

### **II ЭТАП: Основной.**

1. «Подари движение другу»

Дети стоят в кругу, звучит веселая музыка, ведущий показывает движение, все дети его повторяют, затем движение придумывает ребенок, а все повторяют его движение, и так по кругу. В конце занятия предложить детям посмотреть

фрагмент из мультфильма «День рождения кота Леопольда» и спеть вместе песенку «Если добрый ты...» (музыка Б. Савельева):

«Дождик босиком по земле прошел,  
Клены по плечам хлопал.  
Если ясный день, это — хорошо,  
А когда наоборот — плохо.  
Слышишь, как звенят в небе высоко  
Солнечных лучей струны?  
Если добрый ты, то всегда легко,  
А когда наоборот — трудно.  
С каждым поделись радостью своей,  
Рассыпая смех звучно.  
Если песни петь, с ними веселей,  
А когда наоборот — скучно!»

## 2. Поводырь

Ребёнку нужно перевести другого участника с закрытыми глазами из одного места в другое. Сначала ребенок может держать ведомого за руку, потом их может соединять палка, потом ребенок идет впереди – а ведомый сзади, слегка касаясь спины ребенка рукой. Потом можно поменяться местами. Для усложнения игры вы можете сделать границы территории, за которые нельзя выходить.

### **III ЭТАП: Заключительный.**

Учитель интересуется, чем понравилось данное занятие. Дети делятся впечатлениями.

Ритуал прощания.