

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

Факультет начальных классов  
Кафедра педагогики и психологии начального образования

**Тихонова Любовь Викторовна**

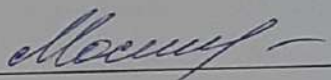
**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

**Особенности проявления эмпатии у младших  
школьников**

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

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой кандидат психологических наук,  
доцент Мосина Н. А.



(дата, подпись)

Руководитель: кандидат психологических наук,  
доцент кафедры Мосина Н.А.



(дата, подпись)

Дата защиты:

Студент: Тихонова Л. В.



(дата, подпись)

Оценка отлично

(прописью)

**Отзыв  
научного руководителя  
на выпускную квалификационную работу**

*Тихоковой Ирины Викторовны*

Ф.И.О. студента

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
направление обучения**

**Психология и педагогика начального образования  
направленность (профиль) образовательной программы**

*« Особенности преемственности личности у подростков  
интеллектуальное »*

тема выпускной квалификационной работы

В процессе выполнения выпускной квалификационной работы студент(ка) освоил(а) следующие компетенции:

Формируемые Компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
ОК-1 способность использовать основы философских знаний для формирования мировоззренческой позиции		+	
ОК-2 способность анализировать основные этапы и закономерности исторического развития общества для формирования гражданской позиции		+	
ОК-3 способность использовать основы экономических знаний в различных сферах жизнедеятельности		+	
ОК-4 способность использовать основы правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности		+	
ОК-5 способность к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия	+		
ОК-6 способность работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	+		
ОК-7 способность к самоорганизации и самообразованию	+		
ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		+	
ОК-9 способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций		+	
ОК-10 способность использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве		+	
ОПК-1 способность учитывать общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях	+		
ОПК-2 готовность применять качественные и количественные методы в психологических и педагогических	+		



исследованиях			
ОПК-3 готовность использовать методы диагностики развития, общения, деятельности детей разных возрастов	+		
ОПК-4 готовность использовать знание различных теорий обучения, воспитания и развития, основных образовательных программ для обучающихся дошкольного, младшего школьного и подросткового возрастов	+		
ОПК-5 готовностью организовывать различные виды деятельности: игровую, учебную, предметную, продуктивную, культурно-досуговую	+		
ОПК-6 способность организовать совместную деятельность и межличностное взаимодействие субъектов образовательной среды	+		
ОПК-7 готовность использовать знание нормативных документов и знание предметной области в культурно-просветительской работе		+	
ОПК-8 способность понимать высокую социальную значимость профессии, ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики	+		
ОПК-9 Способность вести профессиональную деятельность в поликультурной среде, учитывая особенности социокультурной ситуации развития	+		
ОПК-10 способность принимать участие в междисциплинарном и межведомственном взаимодействии специалистов в решении профессиональных задач		+	
ОПК-11 готовность применять в профессиональной деятельности основные международные и отечественные документы о правах ребенка и правах инвалидов		+	
ОПК-12 способность использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства		+	
ОПК-13 способность решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности	+		
ПК-7 способностью организовывать на уроках совместную и самостоятельную учебную деятельность, деятельность школьников младших классов, направленную на достижение целей и задач реализуемой образовательной программы	+		
ПК-8 способность проводить диагностику уровня освоения детьми содержания учебных программ с помощью стандартных предметных заданий, внося (совместно с методистами) необходимые изменения в построение образовательной деятельности	+		
ПК-9 способность участвовать в построении и изменении индивидуальной образовательной траектории обучающегося		+	
ПК-10 готовностью создавать условия, облегчающие адаптацию детей к учебному процессу на начальном	+		

этапе обучения в образовательной организации			
ПК-11 готовность организовывать индивидуальную и совместную образовательную деятельность обучающихся, основанную на применении развивающих образовательных программ	+		
ПК-12 готовность во взаимодействии с психологом проводить комплекс мероприятий по профилактике трудностей адаптации детей к освоению образовательных программ основного общего образования		+	
ПК-13 готовность осуществлять сбор данных об индивидуальных особенностях детей, проявляющихся в образовательной деятельности и в общении со сверстниками		+	
ПК-14 способность эффективно взаимодействовать с родителями (законными представителями), педагогическими работниками, в том числе с педагогом-психологом образовательной организации по вопросам воспитания, обучения и развития учеников	+		
ПК-22 способностью организовывать совместную и индивидуальную деятельность детей в соответствии с возрастными нормами их развития	+		
ПК-23 готовность применять утвержденные стандартные методы и технологии, позволяющие решать диагностические и коррекционно-развивающие задачи	+		
ПК-24 способность осуществлять сбор и первичную обработку информации, результатов психологических наблюдений и диагностики	+		
ПК-25 способность к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий	+		
ПК-26 способность осуществлять психологическое просвещение педагогических работников и родителей (законных представителей) по вопросам психического развития детей	+		
ПК-27 способность эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками образовательных организаций и другими специалистами по вопросам развития детей	+		
ПК-28 способностью выстраивать развивающие учебные ситуации, благоприятные для развития личности и способностей ребенка	+		
ПК-29 способность формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности		+	
ПК-30 готовность руководить проектно-исследовательской деятельностью обучающихся		+	
ПК-31 способностью использовать и составлять профессиограммы для различных видов профессиональной деятельности		+	
ПК-32 способностью проводить консультации, профессиональные собеседования, тренинги для активизации профессионального самоопределения обучающихся		+	



В процессе работы Жирянова Л.В. продемонстрировал(а) высокий уровень сформированности проверяемых компетенций.

Студент(ка) при выполнении выпускной квалификационной работы проявил(а) себя как ответственного, творческого, инициативного, умеющего анализировать, обобщать и делать выводы

Содержание ВКР соответствует предъявляемым требованиям.

Структура ВКР соответствует предъявляемым требованиям.

Оформление ВКР соответствует предъявляемым требованиям.

Выпускная квалификационная работа рекомендуется к защите.

11 . июня . 2020

Научный руководитель

Мосин / Мосин ИА  
подпись / расшифровка подписи

Научный руководитель

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

# Отчет о проверке на заимствования №1



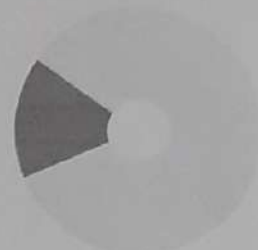
Автор: [mosina16@mail.ru](mailto:mosina16@mail.ru) / ID: 1333764  
 Проверяющий: ([mosina16@mail.ru](mailto:mosina16@mail.ru) / ID: 1333764)  
 Отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат» - [users.antiplagiat.ru](http://users.antiplagiat.ru)

## ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ

№ документа: 262  
 Начало загрузки: 17.06.2021 08:47:00  
 Длительность загрузки: 00:00:03  
 Имя исходного файла: ВКР.pdf  
 Название документа: ВКР  
 Размер текста: 150 кБ  
 Символов в тексте: 153429  
 Слов в тексте: 19166  
 Число предложений: 1607

## ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОТЧЕТЕ

Начало проверки: 17.06.2021 08:47:03  
 Длительность проверки: 00:00:17  
 Комментарии: не указано  
 Модули поиска: Интернет



**ЗАИМСТВОВАНИЯ**  
15,54%

**САМОЦИТИРОВАНИЯ**  
0%

**ЦИТИРОВАНИЯ**  
0%

**ОРИГИНАЛЬНОСТЬ**  
84,46%

**Заимствования** — доля всех найденных текстовых пересечений, за исключением тех, которые система отнесла к цитированию, по отношению к общему объему документа.  
**Самоцитирование** — доля фрагментов текста проверяемого документа, совпадающей или почти совпадающей с фрагментом текста источника, автором или соавтором которого является автор проверяемого документа, по отношению к общему объему документа.  
**Цитирование** — доля текстовых пересечений, которые не являются авторскими, но система распознала их использование корректным, по отношению к общему объему документа. Сюда относятся оформленные по ГОСТу цитаты, общепотребительные выражения, фрагменты текста, найденные в источниках из коллекций нормативно-правовой документации.  
**Текстовое пересечение** — фрагмент текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника.  
**Источник** — документ, проиндексированный в системе и содержащийся в модуле поиска, по которому проводится проверка.  
**Оригинальность** — доля фрагментов текста проверяемого документа, не обнаруженных ни в одном источнике, по которому шла проверка, по отношению к общему объему документа.  
**Заимствования, самоцитирование, цитирование и оригинальность** являются отдельными показателями, в сумме давая 100%, что означает пункт этого текста проверяемого документа.  
 Обратите Ваше внимание, что система находит текстовые пересечения проверяемого документа с проиндексированными в системе текстовыми источниками. Тем самым система является вспомогательным инструментом, определяющим корректности и правдивости заимствований или цитирований, а также авторств текстовых фрагментов проверяемого документа, остается в компетенции проверяющего.

№	Доля в отчете	Доля в тексте	Источник	Актуален на	Модуль поиска	Блоков в отчете	Блоков в тексте
[01]	7,39%	7,39%	Развитие эмпатии у младших школьников в процессе совместного музицирования <a href="http://mpgu.su">http://mpgu.su</a>	11 Июл 2020	Интернет	57	57
[02]	4,35%	4,54%	Полный текст диссертационного исследования <a href="http://rd.uniyar.ac.ru">http://rd.uniyar.ac.ru</a>	15 Дек 2016	Интернет	28	30
[03]	3,81%	3,81%	<a href="http://ext.spb.ru/index.php?itemid=365&amp;action=items&amp;format=raw&amp;func=download&amp;id=21014&amp;option=com_comprofiler&amp;plugin=cbgallery&amp;tab=33&amp;type=files&amp;user=13564&amp;v=5be84cc0a07ea&amp;view=pluginclass">http://ext.spb.ru/index.php?itemid=365&amp;action=items&amp;format=raw&amp;func=download&amp;id=21014&amp;option=com_comprofiler&amp;plugin=cbgallery&amp;tab=33&amp;type=files&amp;user=13564&amp;v=5be84cc0a07ea&amp;view=pluginclass</a> <a href="http://ext.spb.ru">http://ext.spb.ru</a>	15 Ноя 2018	Интернет	29	29

*Научной рук-ль Мосина ИА Мосина*

## Согласие

на размещение текста выпускной квалификационной работы обучающегося  
в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева

Я, Тихонова Любовь Викторовна

(фамилия, имя, отчество)

разрешаю КГПУ им. В.П. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме и по частям написанную мною в рамках выполнения основной профессиональной образовательной программы выпускную квалификационную работу бакалавра

на тему: „Особенности проявления эмоций у младших школьников“

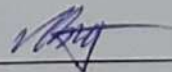
(название работы)

(далее - ВКР) в сети Интернет в ЭБС КГПУ им. В.П.Астафьева, расположенном по адресу <http://elib.kspu.ru>, таким образом, чтобы любое лицо могло получить доступ к ВКР из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на ВКР.

Я подтверждаю, что ВКР написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных лиц.

17.06.2021

дата



подпись

## Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы проявления чувства эмпатии у младших школьников.....	6
1.1. Проблема изучения эмпатии в психологии.....	6
1.2. Возрастные особенности проявления эмпатии у младшего школьников.....	17
1.3. Способы и приёмы развития эмпатии у младших школьников.....	30
Выводы по Главе 1.....	38
Глава 2. Экспериментальное исследование по выявлению особенностей проявления эмпатии.....	40
2.1. Методическая организация исследования.....	40
2.2. Результаты констатирующего эксперимента.....	42
2.3. Программа развития эмпатии младших школьников.....	56
Выводы по Главе 2.....	61
Заключение.....	63
Список используемых источников.....	68
Приложения.....	72



## ВВЕДЕНИЕ

Эмпатия в современном мире - очень актуальная проблема для изучения. Неугасаемый на протяжении многих десятилетий широкий интерес к изучению этой проблемы продиктован огромной важностью этого процесса. Эмпатия занимает одно из главных мест в социальных эмоциях и является «ядерным» формированием личности, играющим важную роль в жизни ребёнка. Эта проблема приобретает особое значение в свете усвоения ребёнком духовно-нравственных ценностей, которые трансформируются в личностные черты и проявляются во взаимоотношениях с другими людьми.

В разное время к вопросу об особенностях эмпатии обращались зарубежные учёные (А. Валлон, Л. Мерфи, М. Хоффман, К. Роджерс, Э. Титченер) и отечественные специалисты (Т.П. Гаврилова, Н. И. Лысенко, Л.А. Сивицкая, В.П. Кузьмина, И.М. Юсупов). Феномен эмпатии занимает очень важное место в понимании человеком другого человека.

Эмпатия понимается как способность человека давать эмоциональный ответ на переживание других людей, как понимание чувств другого.

Эмпатия занимает важное место в понимании человеком другого человека, социальной природы человека, является неотъемлемой частью общения. На протяжении всей жизни личность формируется, осознает, даёт оценку окружающему миру.

Главной ценностью является человек и его жизнь, также развитие в нем культуры, частью которой является эмоциональность, сопереживание, духовная зрелость, умение понять мотивы поведения другого человека, сочувствие другому человеку, умение порадоваться за него, понять и выслушать. Но все эти нравственные качества характерны для взрослого

человека и не даны ребенку от рождения. Они появляются и формируются со временем [1].

Младший школьный возраст является наиболее сенситивным периодом для развития многих процессов, в том числе и эмпатии. В этом возрасте у детей начинают формироваться нравственные ценности, возникают новые чувства и эмоции, закладываются основы школьной дружбы. Дети ещё не совсем точно и не всегда правильно умеют осознавать свои эмоциональные состояния и и часто ситуативно могут понимать и проявлять поддержку к эмоциональным состояниям других.

Многие исследователи изучают, как происходит развитие и становление эмпатии, как она влияет на формирование личности и на взаимодействие индивидов в процессе общения. Но существует незначительное количество исследований направленных на выявления особенностей проявления эмпатии в младшем школьном возрасте. В связи с этим, выбранная нами тема является актуальной.

**Цель работы** – изучить, выявить особенностей проявления чувства эмпатии у младших школьников и разработать программу, направленную на развития эмпатии младших школьников.

**Объект исследования** - эмпатия младших школьников.

**Предмет исследования** - особенности проявления чувства эмпатии у младших школьников.

**Гипотеза исследования:**

- для младшего школьника характерна способность к эмоциональному отклику;
- младшие школьники способны поставить себя на место другого и понять эмоции другого;
- у детей в младшем школьном возрасте эмпатия находится на уровне становления и активного развития;

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

Рассмотреть сущность понятия эмпатии, опираясь на анализ научной литературы.

Рассмотреть особенности проявления чувства эмпатии у младших школьников.

Рассмотреть способы формирования и развития у младших школьников.

Провести диагностические методики и сделать на их основе выводы.

Выявить критерии и методики для проведения констатирующего эксперимента.

Выявить особенности проявления эмпатии у младших школьников.

Разработать программу, направленную на развитие эмпатии у младших школьников.

**Методы исследования:** анализ теоретических источников по проблеме, диагностические методики, методы качественной и количественной обработки данных.

**Базой исследования** послужила МАОУ «Гимназия № 5» г. Красноярск. В исследовании приняли участие 30 человек – 2 класса и 24 человека – 3 класса.



# **Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОЯВЛЕНИЯ ЧУВСТВА ЭМПАТИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.**

## **1.1. Проблема изучения эмпатии в психологии**

Эмпатия как психологический процесс имеет очень обширную историю изучения в зарубежной и отечественной психологии. Отправной точкой становления понятия можно считать его появления у древних греков в рамках философских наук, где оно обозначалось как «симпатия», для названия сути всех вещей, в силу которой люди сочувствуют друг другу.

А. Смит и Г. Спенсер «симпатия» понимается как свойство, способность и явления человека выступающее в качестве регулятора взаимоотношений между людьми в обществе, усложняющееся по мере психического развития человека [3].

К концу XIX века в исследовательских работах появилось понятия вчувствование. Термин «Einführung» появляется у Р. Фишера. Но только Т. Липпс создает собственно теорию вчувствования, причем из понятия эстетики оно превращается в категорию философской гносеологии, так как вчувствование по Липпсу – не только механизм эстетического восприятия, но и механизм познания другого человека и окружающего мира в целом [3].

Т. Липпс подчеркивает непосредственную данность переживаний субъекту и ощущение единства переживания конкретного содержания и принадлежности его Я. Он понимает вчувствование как «объективированное самочувствие».

После в исследовательских работах появляется «переживание». Впервые В. Дильтей придал статус понятия слову «переживание». Для него оно «подлинно данное, воплощающееся в результате – духовном продукте,

придающем ему ценность». В переживании человеком познается живая реальность. Переживание – не элемент, не структура сознания, а такая связь душевных процессов, которая неотделима от их воплощения [3].

В. Дильтей упоминает о близости значения своего понятия повторного переживания понятиям сочувствия (симпатии) и вчувствования. Таким образом, «повторное переживание», или, еще ярче, «прогрессирующее» переживание, отражает творческий характер нашего понимания чужих переживаний и фиксирует неразрывную связь понимания других с самопониманием, в том числе его обогащающую роль для собственного переживания.

Липпсово вчувствование было для него слишком узким, слишком частным и специфическим, он рассматривал его только как один из возможных механизмов понимания - сопереживания. Тем не менее, именно концепция вчувствования, как прямого осмысления опыта посредством «повторного переживания» или «эмпатии», то есть уже обогащенная дильтеевскими значениями, была подхвачена дальнейшими исследованиями.

Следующим важным исследователем эмпатии становится Э. Штайн, которая выражает смысл эмпатии как опыт (переживание) другого сознания. Для такого подхода эмпатия – один из самых важных (вплоть до единственно достоверного) способов понимания другого человека, в том числе понимания другого сознания как другого в принципе, уникального, но родственного моему [28].

Э. Штайн подробно рассматривает, в чем суть вчувствования как переживания другого сознания, анализирует отличия вчувствования от симпатии, эмоционального заражения и идентификации, а затем намечает основные контуры для решения проблемы конституирования Другого и, более того, моего Я и мира в целом с помощью вчувствования [28]

«Это мое чувство по поводу другого (симпатия) или, например, при идентификации чувство другого становится моим, я ощущаю его как свое

собственное». Таким образом, она оставляет за вчувствованием узкое и конкретное значение – как данность опыта, переживание другого сознания.

По сути дела, за вчувствованием в философии уже навсегда остается тот узкий, ясный смысл, который обосновала Э. Штайн. А вот понятие эмпатии будет обогащаться за счет разработки тематики, переворачивающей проблему «других» с головы на ноги [28].

В будущем еще будут использоваться и понятия симпатия и понятия вчувствование и переживание, но понятие эмпатия занимает основное место.

Впервые новое понятия появляется в книге Э. Титченера «Экспериментальная психология процессов мышления» он пишет: «Я не только вижу грусть или скромность, гордость, вежливость или величавость, но я чувствую их или отыгрываю их своим умственным мускулом. Это, я считаю, простой случай эмпатии, если мы можем сформулировать такой термин, как перевод слова *Einfuhlung*». Таким образом, в психологию вводится новый термин. В 1924 году Э. Титченер отметил, что слово образовано по аналогии со словом «симпатия». Уделивший значительное внимание анализу нюансов употребления понятий «симпатия» и «эмпатия» Л. Виспе подчеркивает, что Э. Титченер сконструировал слово «эмпатия» для передачи совершенно конкретного значения, которое он и указал, сославшись на слово «*Einfuhlung*» [28].

Эмпатия по Э. Титчеру имеет узкое значение, с точки зрения механизма: основанный на кинестетических ощущениях процесс воображения. С другой стороны, в том значении, которое придавал ему автор изначально, – это универсальный механизм познавательных процессов.

Во второй четверти XX века наблюдается упадок интереса к эмпатии/вчувствованию в философии. Понятие эмпатии начинает активно проникать в поле психологии [3].

Огромный вклад в сегодняшний смысл понятия делает К. Роджерс. Он также занимается изучением эмпатии и определял ее как способ существования



с другими людьми. Он считал ее способностью, как бы, временно пребывать во внутреннем мире другого человека, полностью отбросив суждения и стереотипы, понимать его внутренний мир.

Ещё одно определение эмпатии находится в работе З. Фрейда «Остроумие и его отношение к бессознательному»: «Мы учитываем психическое состояние пациента, ставим себя в это состояние и стараемся понять его, сравнивая его со своим собственным» [17].

Дж. Мид даёт следующее определение эмпатии: «Способность принять другого человека» [17].

Понятия эмпатии имеет довольно, длинная история становления в зарубежной психологии. Учёными трактуют это понятие по-разному, но можно выделить несколько, часто встречающихся определений:

- Понимание чувств другого;
- Способность к принятию другого;
- Механизм познания и существование с другими;

История становления эмпатии претерпела большую активность в исследованиях и открытиях, спад интереса в философии и новый рассвет в истории психологии.

Исследования эмпатии в отечественно психологии имеет не столь длинную историю изучения. Оно появилось лишь в начале 70-х годов XX века. С открытием возможности изучать такое явления как эмпатия, многие исследователи начали изучения понятия. Из-за этого появляется множество разночтений и разнообразных понятий.

Т.П. Гаврилова. под эмпатией понимает «способность индивида эмоционально отзываться на переживания другого человека, животного и т.д.» [17].

К.К. Платонов даёт эмпатии следующее определение: «Эмпатия – способность личности понимать переживание других и сопереживать им в процессе межличностных отношений». Эмпатия, по его мнению является

обязательным компонентом коммуникативных способностей полноценного общения. Эмпатия развилась в процессе этого общения в истории человечества и развивается в онтогенезе личности [3].

Е.С. Гончаренко понимает эмпатию как «сложное многоуровневое образование личности, структура которого представляет комплексность когнитивных, эмоциональных, поведенческих характеристик человека, которые могут заключаться в постижении эмоционального состояния, вчувствования в переживания других людей» [21].

С.Л. Рубинштейн определял эмпатию, как компонент любви одного человека к другому. Он противопоставлял феномену эмпатии феномен расширенного эгоизма.

Д.Б. Эльконин говорил об эмпатии, как о способности отзываться эмоционально на переживания окружающих. Эта способность, по его мнению, является условием развития социальной децентрации, а также когнитивной и эмоциональной [29]

По мнению Н.Н. Обозова, «эмпатия – есть механизм, в который включены эмоциональные, когнитивные и действенные компоненты».

В.В. Бойко считал эмпатию формой рационально-эмоционально-интуитивного отражения другого человека [4].

В.А. Лабунская, Д. Ричардсон, определяют эмпатию как способность индивида к адекватной интерпретации выразительного поведения другого [3].

Определения понятия эмпатии весьма разнообразны и зависят от прикладной сферы, в которой работает исследователь, от задач, им поставленных, и, самое главное, от метода, которым фиксируется эмпатическая реакция, можно выделить такие определения, как:

- Способность отзываться, понимать эмоциональные переживания другого;
- Механизм, состоящий из компонентов, помогающий понимать другого;

- Форма отражения другого.

На сегодняшнем этапе исследования понятия эмпатии так же разнообразно и размыто. Термин эмпатии рассматривается в различных аспектах, например, под эмпатией понимают:

- Психический процесс, позволяющий одному человеку понять переживания другого;
- Деятельность человека, которая позволяет особым образом строить общение;
- Особый вид внимания к другому человеку;

Анализируя современные исследования, посвященных проблеме эмпатии, можно выделить уровни развития эмпатии, ряд направлений и подходов к определению, содержания, функций и структуре эмпатии.

В психологии принято выделять три уровня развития эмпатии:

Первый уровень – низкий уровень развития эмпатии. Этот уровень характеризуется слепотой к чувствам и мыслям других. Людей с этим уровнем эмпатии больше интересуют свои собственные интересы, им часто кажется, что они хорошо понимают и знают других, у них часто бывают ошибочные суждения и выводы о других, осознать свои ошибки в общении с другими им мешает низкий уровень развития эмпатии, эти заблуждения могут длиться у них всю жизнь.

Второй уровень - средний уровень развития эмпатии. Люди с этим уровнем имеют эпизодическую слепоту к чувствам и мыслям других. Этот уровень свойственен различным типам личности, хотя и в разных проявлениях. Этот уровень развития эмпатии встречается чаще всего.

Третий уровень – высокий уровень развития эмпатии. Это постоянное, глубокое понимание чувств и мыслей другого человека, мысленное воссоздание его переживаний, ощущение их как своих, глубокий такт и сопереживания, облегчают осознание человеком своих проблем, принятие правильных решений без всякого навязывания своего мнения, своих



интересов. Для этого человеку надо уметь отвлечься от своего «Я», умения строить отношения по принципам взаимного доверия и альтруизма, то есть на основе бескорыстной заботы о других людях.

Также изучая литературу можно обнаружить, что в современной психологии имеются несколько терминов для определения форм эмпатии, но отечественные исследователи, несмотря на различное названия, сводят все проявления к эмоциональному отклику (сочувствие) и к способности осознать эмоциональные состояния другого (сопереживание).

Сопереживание формируется раньше сочувствия и по своей сущности представляет собой социально обусловленную деятельность, состоящую в отражении действительности. Сочувствие – переживания по поводу чувств другого, без соотнесения с собой, выражается в понимании чувств и мыслей другого человека, и готовность содействовать их осуществлению [16].

К описанию видов эмпатии исследователи обращаются не так часто, как к описанию форм, в основном включая их в структуру процесса эмпатии, в виде её компонентов, не существующих изолированно.

Таким образом, мы можем увидеть структуру эмпатии, которая описывается в отечественной психологии в основном трехкомпонентной, и представлена в исследованиях таких психологов как: Н.Н. Обозов, Ю.Б. Гиппенрейтер, Т.Д. Карягина, Е.Н. Козлова, Л.П. Выгодская, Н.И. Сарджвеладзе. У всех авторов структура процесса эмпатии состоит из трёх компонентов, но имеет различное наименование [3].

Н.И. Сарджвеладзе представляет структуру эмпатийного взаимодействия как единство когнитивного, эмоционального и моторного компонентов.

Л.П. Выгодская включает в структуру когнитивный, аффективный и конативный компонент [11].

В зарубежной психологии выделяют большее количество компонентов в структуре эмпатии. Так, например, К. Роджерс выделяет когнитивный,

эмотивный и действенный компонент. Исследователь М. Каллиоуска расширяет структурные компоненты эмпатии, включая в неё физиологический, когнитивный, аффективный, кинестетический, мотивационный [22].

Рассмотрение нескольких работ различных авторов дают нам основание выделить в структуре эмпатии следующие компоненты:

*Эмоциональный* - способность распознавать и понимать эмоциональные состояния другого. Этот компонент характеризуется как пассивное сопереживания, форма соучастия в эмоциональном состоянии партнера, происходит эмоциональная поддержка, без каких-либо действий. Следующий компонент

*Когнитивный* - способность поставить себя на место другого, понять причины, которые могли вызвать то, или иное эмоциональное состояние другого, с помощью воображения «мысленно переносить себя в мысли, чувства и действия другого». Этот компонент характеризуется восприятием и пониманием внутреннего мира другого, проявлением сочувствия.

Последний компонент в структуре *действенный* - способность использовать способы взаимодействия, облегчающие страдания другого человека; помогающее, содействующее, альтруистическое поведение в ответ на переживания другого. Это компонент характеризуется как стремление к оказанию помощи.

Выявив структурные компоненты эмпатичного взаимодействия, заметим, что все они плотно взаимосвязаны друг с другом.

Когнитивный и эмоциональный компоненты за основу берут действенный компонент эмпатии, который заключается в действиях субъекта эмпатии, направленных на коррекцию состояния другого и изменение ситуации, в которой тот находится. Действенный компонент, в свою очередь, оказывает влияние на эмоциональный и когнитивный компоненты, так как в

процессе деятельности субъект эмпатии начинает корректировать сложившееся у него представление о переживаниях другого.

Исходя из выше сказанного мы делаем вывод, что без любого из трёх представленных компонентов эмпатического взаимодействия не может происходить.

Как и любое психологическое явление, у эмпатии есть свой набор функций, которые проявляются в процессе эмпатического взаимодействия.

При анализе зарубежной литературы Т. П. Гаврилова обнаружила две функции феномена эмпатии: эмпатия как «детерминанта поведения» и эмпатия как специфическая форма познания [17].

И.М. Юсупов в свою очередь выделяет три функции: отражения, регуляция и коммуникация. Он пишет: «*Коммуникативная* функция имплицитно включена в отражения и регуляцию. Отражения и регуляция выступают как основы. *Отражательно – оценочная* функция связана с отношением личности к миру вокруг неё, к предметам и явлениям, может быть положительной, отрицательной, нейтральной. *Регулятивная* функция обусловлена социальной средой, где личность учится регулировать свое поведение на основе правил и норм общественной жизни». В основе функции лежит – «нравственное совершенствование индивида под влиянием общества» [49].

Как и любая социальная эмоция эмпатия формируется и развивается под влиянием общества с помощью ряда механизмов.

В зарубежной психологии механизмы развития эмпатии напрямую связывают с психологической школой, которой принадлежит автор.

Так, например, З. Фрейд видел механизм эмпатии как имитационный, «происходящий» от «идентификации человека через подражание...к вживанию» в позицию другого человека [29].

И. Миллер указывает на значимость подкрепления [29].

А. Бандуры, основным механизмом называл замещающее научение, при котором реакции модели на высшие стимулы интерпретируются наблюдателем, а ответы затем используются в определенных условиях [29].

В отечественной психологии ряд исследователей связывают развития механизмов эмпатии с подражанием и заражением и идентификацию [3].

А. П. Сопиков использует для понимания механизмов эмпатии открытые и латентные переменные как аналоговый способ моделирования объекта эмпатии [42].

Т.И. Пашукова говорит, что необходимым условиям возникновения эмпатии является сенситивность к восприятию эмоции других и воображение, помогающее дополнить картину об объекте эмпатии.

Б.Д. Парыгин определяет идентификацию глубинной основой проявления сопереживания и сочувствия [3].

Н. Н. Обозов выделяют осознанную и неосознанную идентификацию.

Т. П. Гаврилова считает главным механизмом эмпатии эмоциональную социальную децентрации, т.е. «воссоздания индивидом переживаний другого» [18].

Л.П. Стрелкова отмечает, что механизм эмпатии должен рассматриваться в динамике эмпатийного процесса. Она считает, что первоначально возникает эмоциональное заражение, переходящее на стадии сопереживания в эмоциональную идентификацию – разделение эмоциональных состояний объекта эмпатии. Переход к следующей форме – сочувствие – ослабляет или доводит до полного исчезновения идентификацию, характеризуется усилением когнитивного компонента [40].

С. Б. Борисенко видит различие механизмов, в зависимости от формы эмпатии. Сопереживание- идентификация, сочувствие – личностная рефлексия, понимания как процесс самосознания субъектом внутренних психических актов и состояний, а также – удвоенного зеркального взаимоотражения субъектами друг друга [7].

В. В. Бойко выделяет в феномене эмпатии следующие каналы получения информации о другом, представленные ниже [4].

**Рациональный канал.** Характеризует направленность мышления, восприятия и внимания человека (субъекта) на существо объекта, то есть его проблемы, состояние и поведение. Можно определить, как спонтанный интерес одного человека к другому, открывающий возможность к интуитивному и эмоциональному отражению оппонента.

**Эмоциональный канал.** Фиксируется способность субъекта к эмоциональному восприятию объекта – сочувствию и сопереживанию, что становится средством для понимания внутреннего мира оппонента, прогнозирования его поведения, а также для эффективного взаимодействия между людьми, при условии, если произошла энергетическая подстройка к объекту эмпатии.

**Интуитивный канал.** Характеризуется способностью субъекта видеть поведение объекта, а также действовать при недостаточных сведениях об объекте, опираясь на предыдущий опыт, который хранится в подсознании субъекта. На данном уровне различные сведения об объекте обобщаются.

Установки, которые способствуют возникновению эмпатии, облегчают действие всех каналов. Установки, препятствующие её возникновению, соответственно, затрудняют их действие. Если человек избегает личного контакта с людьми, не проявляет интереса к другой личности, убедив себя, спокойно относится к проблемам и переживаниям окружающих людей, то, вероятнее всего эффективность эмпатии снижается [7].

Таким образом, мы можем сделать вывод, что эмпатия – это очень многогранный процесс. Она является ведущей социальной эмоцией, которая выступает, как способность индивида эмоционально реагировать на переживания других людей. Этот процесс предполагает субъективное восприятие другого человека, проникновение в его внутренний мир, понимание его переживаний, мыслей и чувств.



## **1.2. Возрастные особенности проявления эмпатии у младшего школьника**

Эмоции являются важным звеном в жизни каждого человека, особенно в жизни ребенка. А.В. Запорожец видел важность эмоциональных переживаний детей во взаимодействии с социумом для его личностного становления. Ученый указывал на то, что неблагополучие аффективных отношений с социумом в раннем возрасте влечет опасность нарушения в последующем формировании его личности [25].

Из практического взаимодействия ребенка с действительностью «вырастает» его внутреннее эмоциональное отношение к окружающему миру. Данный процесс может составлять содержание развития потребностей и мотивов социальной направленности, а значит, возможна взаимосвязь эмоционального, нравственного и социального развития ребенка [6].

В своём психологическом словаре Р. С. Немов определяет эмоции как класс психофизиологических явлений, которые представляют собой внутренние, субъективно переживаемые психические и физические состояния, сопровождаемые приятными или неприятными ощущениями. Эмоционально - волевая сфера – это те свойства человека, которые характеризуют содержание, качество и динамику его чувств и эмоций [33].

Эмоции выполняют функцию регулирования активности субъекта, с помощью отражения значимости внутренних и внешних ситуаций для осуществления его жизнедеятельности. Эмоции способствуют ориентации человека в различных состояниях, определяя, что значимо для него в данный момент, а что нет [27].

Жизнь без эмоций невозможна. Ч. Дарвин отмечал, что эмоции возникли в процессе эволюции, как средство, при помощи которого устанавливается значимость различных условий для удовлетворения актуальных потребностей.

Главной функцией эмоций у человека является возможность, не пользуясь речью, судить о состоянии собеседника, а также лучше понимать друг друга и настраиваться на общение и совместную работу [27].

Таким образом, эмоции являются побудителем и регулятором поведения человека, подчиняет его деятельность основным мотивам и потребностям личности, а также её склонностям и интересам.

Эмоциональный мир младших школьников очень разнообразен. Они переживают перед важными соревнованиями, бывают счастливы и обижены в процессе общения со сверстниками, испытывают моральные чувства, вызванные несправедливостью со стороны других или наоборот их добротой. Фильмы и театральные постановки, песни, стихи, рассказы и сказки могут произвести на детей сильное впечатление. Они переживают за любимого персонажа, испытывая чувство жалости, сочувствия и волнения за его благополучие [36].

С начала обучения в школе у ребенка формируются и развиваются высшие чувства (нравственные, эстетические, интеллектуальные), становясь глубокими и осознанными [36]

К нравственным чувствам относятся: любовь к Родине, коллективизм, чувство товарищества, дружбы, долга, чести.

К интеллектуальным чувствам относят: любознательность, удивление, сомнение, удовольствия от удачного решения задачи и разочарование при неумении её решить.

Эстетическими чувствами являются особые чувства переживания и наслаждения, возникающие при восприятии прекрасного.

Так же в настоящее время выделяют социальные эмоции, как отдельную группу. Социальные эмоции возникают при удовлетворении социальных потребностей. Они могут быть позитивными и негативными.

К социальным эмоциям, которые регулируют характер межличностных отношений, относятся:

1. эмпатия;
2. сострадание;
3. смущение;
4. зависть;
5. ревность.

Смущение является чувством, возникающим в результате расхождения с тем, как человеку хочется выглядеть и как он выглядит на самом деле [8].

Чувство зависти возникает тогда, когда индивид не имеет того, чем обладает другой человек, но сильно (страстно) желает обладать этим предметом или лишить другого человека предмета своей зависти. Выделяют два вида зависти: злобную (чтобы другой не имел того, что имеет) и незлобную (стремление иметь то, что имеет другой) [27].

Чувство ревности возникает из страха потерять приобретенное.

Возрастные изменения темперамента и эмоциональной возбудимости, а также влияние социальных групп, способствует развитию эмпатии [8]. Исследования А.А. Бодаляева и Т.Р. Каштановой показывают, что широкий круг общения со сверстниками положительно взаимодействует со способностью к сопереживанию [5].

Эмпатия занимает одно из главных мест в социальных эмоциях и является «ядерным» образованием личности, она играет решающую роль в жизни ребенка. Проблема развития эмпатии приобретает особое значение в свете усвоения ребенком духовных, нравственных и моральных ценностей, которые трансформируются в личностные черты и проявляются во взаимоотношениях с другими людьми.

От рождения ребёнку не даны готовые чувства, эмоции, способности к гуманизму, к эмпатии. Их появления и проявления целиком и полностью зависят от окружающей среды и опыта ребёнка.

Так, М. Гоффман выделил четыре стадии формирования эмпатии, в течение которых ребёнок начинает понимать, проявляя соответствующую реакцию на переживания других [3]:

1. «Глобальная эмпатия» - берёт начало в младенчестве, когда ребёнок ещё не имеет возможности отделить себя от Других. В ответ на пронзительную реакцию другого ребёнка, младенец быстро откликается таким же криком. Поэтому, мы можем сказать, что маленький ребёнок испытывает эмпатический дистресс ещё до умения отделять себя от других. Несмотря на то, что детский крик не является итогом понимания другого ребёнка — он считается реакцией на эмоцию недовольства.

2. «Эгоцентрическая эмпатия» - включает второй год жизни, когда ребёнок начинает показывать окружающим своё осознание эмоций. Поскольку он способен испытывать жалость, то может попытаться успокоить кого-то рядом, но сделает это таким способом, который бы успокоил его при похожих обстоятельствах и жизненных моментах.

3. «Сочувствие к переживаниям Других» - период 2–3 года жизни. У ребёнка появляется понимание чувств других также, как и своих, проявляется способность к принятию действий, которые согласуются с потребностями других, а также замечать более тонкие эмоциональные проявления других; пополняется словарный запас, постепенно дети начинают учиться выражать сопереживание вербально.

4. «Сочувствие к общему состоянию Других» - устанавливается в период позднего детства или в ранней юности, когда полностью развивается способность видеть себя самостоятельным и независимым человеком.

Еще А.Валлон отмечал эволюцию эмоциональной отзывчивости ребенка на чувства взрослых и детей. Автор подчеркивает, что ребенок на ранних ступенях развития связан с миром через аффективную сферу и его эмоциональные контакты устанавливаются по типу эмоционального заражения. По А.Валлону, на втором году жизни ребенок вступает в

«ситуацию симпатии». Ситуация симпатии подготавливает его к «ситуации альтруизма». На стадии альтруизма (4 - 5 лет) ребенок научается соотносить себя и другого, осознавать переживания других людей, предвидеть последствия своего поведения. Автор отмечает, что по мере психического развития ребенок переходит от низших форм эмоционального реагирования к высшим нравственным формам отзывчивости [10].

Между тем, В. В. Бойко предлагает следующие этапы эмпатии по критерию модальности ведущего компонента эмпатии [4]:

1) рациональная эмпатия: которая осуществляется посредством сопричастности, внимания к другому интенсивной аналитической переработки информации о нем;

2) эмоциональная эмпатия: реализуемая посредством эмоционального опыта (переживаний, чувств) в процессе отражения состояний другого;

3) интуитивная эмпатия: включает в себя в качестве средств отражения другого интуитивность, позволяющую обрабатывать информацию о партнере на бессознательном уровне

Правильное течение развития эмпатии способствует оптимизации процесса социализации ребенка, развития его эмоциональной сферы, придавая ему гуманистическую и духовную направленность. Младший школьный возраст является сенситивным периодом для развития эмпатии.

Младший школьный возраст характеризуется переходом от игровой деятельности к учебной, как ведущей деятельности младшего школьного возраста, в которой формируются основные психические новообразования. В научных трудах психологов В. В. Давыдова, А. В. Запорожца, Г. А. Ковалёва, А. Н. Леонтьева, Д. Б. Эльконина, и др. исследуются возрастные особенности младших школьников, где отмечается, что поступление ребёнка в школу знаменует начало нового этапа в развитии личности, всех психических функций, взаимоотношений с окружающим миром, что вызывает при этом ряд глубоких эмоциональных переживаний [14;23;35;48].



Новая социальная позиция младших школьников сказывается на том, что они приходят в коллектив привнося и свою систему ценностей – знания, умения, вещи. Из – за смены социальной ситуации развития школьный возраст, как и все возрасты, открывается критическим, или переломным, периодом, который был описан в литературе раньше остальных как кризис семи лет. Давно замечено, что ребенок при переходе от дошкольного к школьному возрасту очень резко меняется и становится более трудным в воспитательном отношении, чем прежде [15]

В кризисе семи лет дошкольные переживания изменяются на школьные, - значит возникло новое единство средовых и личностных моментов, т. е. делают возможным новый этап развития – школьный возраст.

Основными симптомами кризиса являются:

Потеря непосредственности.

7-летний ребенок отличается прежде всего потерей детской непосредственности и наивности; в поведении, во взаимоотношениях с окружающими он становится не таким понятным во всех проявлениях, как был раньше.

Утрата непосредственности означает привнесение интеллектуального момента в действия ребёнка, который вклинивается между переживанием и непосредственным действием, что является прямой противоположностью наивному и прямому действию, присущему ребенку. Это не означает, что кризис семи лет ведет от непосредственного недифференцированного опыта к крайнему полюсу, но, действительно, в каждом опыте, в каждом из его проявлений есть некий интеллектуальный момент.

Манерничанье.

Ребенок что-то строит из себя, что-то прячет (душа уже закрыта). Ребенок начинает вести себя, капризничать, ходить не так, как раньше. В поведении есть что-то нарочитое, нелепое и искусственное, некоторая дерганность, вертлявость, клоунада; ребенок прикидывается шутком.

Симптом "горькой конфеты".

Ребенку плохо, но он старается этого не показать. Возникают трудности воспитания, ребенок начинает замыкаться и становится неуправляемым.

В 7-летнем возрасте возникает такая структура переживаний, когда у ребёнка возникает осмысленная ориентировка в собственных переживаниях, т. е. семилетка открывает сам факт своих переживаний. Благодаря этому выступают некоторые особенности, характеризующие кризис семи лет [15].

В 7-летнем возрасте мы имеем дело с началом возникновения такой структуры переживаний, когда возникает осмысленная ориентировка собственных переживаний, т.е. ребенок начинает понимать, что значит "я радуюсь", "я огорчен", "я сердит", "я добрый", "я злой". Точно так, как ребенок 3 лет открывает свое отношение с другими людьми, так семилетка открывает сам факт своих переживаний. Благодаря этому выступают некоторые особенности, характеризующие кризис семи лет [15].

Эмоциональные побудители таких проявлений ребёнка могут быть как внешними, исходящими от взрослого человека, так и внутренними (переживания результата эмоциональных взаимодействий). Способность чувствовать и понимать состояние Другого через осознание собственных переживаний можно рассматривать как эмоциональную чуткость, отличительной особенностью которой является отражение диалектического единства эмоционального и рационального в сознании личности (Л. С. Выготский, Д. В. Запорожец, С. Л. Рубинштейн и др.)

1. Переживания приобретают смысл (сердящийся ребенок понимает, что он сердит), благодаря этому у ребенка возникают такие новые отношения к себе, которые были невозможны до обобщения переживаний. Как на шахматной доске, когда с каждым ходом возникают совершенно новые связи между фигурками, так и здесь возникают совсем новые связи между переживаниями, когда они приобретают известный смысл. Следовательно,

весь характер переживаний ребенка к 7 годам перестраивается, как перестраивается шахматная доска, когда ребенок научился играть в шахматы.

2. К кризису семи лет впервые возникает обобщение переживаний, или аффективное обобщение, логика чувств. У ребёнка возникает обобщение чувств, т.е., если с ним много раз случалась какая-то ситуация, у него возникает аффективное образование, характер которого так же относится к единичному переживанию или аффекту, как понятие относится к единичному восприятию или воспоминанию. Уровень наших запросов к самим себе, к нашему успеху, к нашему положению возникает именно в связи с кризисом семи лет.

Главное психическое новообразование, к которому приводит кризис семи лет - способность и потребность в социальном функционировании. Ребенок стремится получить определенную социальную позицию – позицию школьника [6].

Чувства и эмоции ребенка, с его приходом в школу, теперь определяет не столько игра и общение со сверстниками в процессе игровой деятельности, сколько процесс и результат учебной деятельности, а также оценка учителем его деятельности (успехов и неудач).

Общение с учителем и сверстниками (школьным коллективом), а также сама учебная деятельность с первых дней обучения в школе требует от ребенка сдержанности в чувствах, что поначалу ему дается с трудом. У первоклассников достаточно часто проявляется импульсивность поведения. Сдержанность в проявлении чувств появляется у детей ко второму или третьему классу [39].

Сдержанность в чувствах проявляется в стараниях ребенка справиться с сильным волнением, побороть свои желания или подчиниться требованиям. Таким образом, произвольность внимания постепенно начинает отражаться на сфере чувств.

Если ребенок, придя в новый коллектив, не может добиться привычной для него высокой оценки его личных качеств и умений со стороны взрослых и хорошего отношения со стороны одноклассников (расхождение между притязаниями ребенка и возможностью их удовлетворения), то у него начинает проявляться склонность к аффективным состояниям. Данные состояния проявляются в грубости, эмоциональной неустойчивости, вспыльчивости, а также в неадекватно сильных отрицательных эмоциональных реакциях.

Новая социальная позиция младших школьников сказывается на том, что привнося в коллектив свою систему ценностей – знания, умения, вещи и т.п., младшие школьники ориентированы на общение, в процессе которого возникают глубокие чувства и переживания, развивается самооценка и рефлексия. Общение в активной совместной деятельности создаёт наиболее благоприятные условия для формирования личности. В связи с этим, мы можем сказать, что активное общение младшего школьника с окружающими людьми расширяет сферу удовлетворения основных социальных потребностей в признании, понимании, уважении, любви [41].

В своем исследовании В.П. Кузьмина делает вывод о том, что «...эмпатия является связующим звеном в отношениях между взрослым и ребенком, определяющих вхождение последнего в сообщество сверстников» [24].

Следовательно, огромное влияние на развитие и формирование личности младшего школьника оказывают различные социальные институты – семья, школа, внешкольные учреждения, средства массовой информации, а также непосредственное общение с учителями и сверстниками.

Педагог для детей младшего школьного возраста является носителем социально-нравственных оценок, эталоном для подражания, ориентиром в деятельности. Постепенное усвоение этических и моральных норм общества позволят в дальнейшем легко и просто адаптироваться к той культуре, которая

окружает младшего школьника. И наоборот, испытывая недостаток общения со взрослыми, младший школьник в полном объёме не будет готов к переживаниям разных жизненных ситуаций. Непрожитые жизненные ситуации и неосознанные происшедшие события, не оставаясь в памяти младшего школьника, теряют свою социализирующую роль. [14]

Отметим, что младшие школьники с удовольствием хотят делиться впечатлениями об окружающем их мире, людях, пережитых событиях; передавать способы действия, извещать о своём отношении (ценностях и оценках).

Младшие школьники учатся тем правилам, которые в дальнейшем будут устанавливать их отношения с другими. Безусловно, в этом возрасте у младшего школьника в достаточной мере остаётся свойство эмоционально и ярко реагировать на отдельные, задевающие его явления [5].

Работы такого автора как Т. П. Гавриловой [16;18] представляют очень значимую часть исследования эмпатии. В исследованиях Т. П. Гаврилова изучала проявление эмпатийных особенностей младших школьников ко взрослым, к сверстникам и к животным. Наблюдая за детьми, она увидела их одинаковые эмоциональные реакции на ситуации неблагополучия у взрослых, сверстников и животных, что даёт возможность говорить о присутствии устойчивой эмпатии. Под «устойчивостью» понимается способность личности одинаково проявлять эмпатию в разных ситуациях по отношению к различным объектам.

Стабильность однородных эмпатических переживаний отражает характер отношений младшего ученика с его окружением. Преобладание в поведении ребенка его стремления к благополучию Других помогает в развитии устойчивой формы сочувствия. А при доминирующей потребности в собственном благополучии, преобладании тенденций эгоистического поведения устойчивым свойством эмоциональной реакции будет сопереживание [16].



Т.П. Гавриловой также выявлено, что рост эмпатии у младших школьников в отношении взрослых определяется их вниманием и особой сензитивностью к нравственным поступкам [18].

А отношения к ровесникам младших школьников характеризуется, по мнению Т. П. Гавриловой, с одной стороны, рефлексивными представлениями о самом себе и желанием занять определённую позицию среди них, с другой стороны, бессознательной способностью ровесника угадать его требования и мотивы поступков [18].

Наибольшие изменения эмпатия у младших школьников претерпевает в области сочувственного отношения к животным. В исследовании Т.П. Гавриловой была выявлена тенденция смещения эмпатийных переживаний от сопереживания к сочувствию [18].

В исследованиях Т.П. Гавриловой мы находим следующее утверждение: «сопереживание, как более простое переживание, генетически более ранняя форма, будет характерно для младших школьников. Сочувствие, как более сложная форма эмпатии, опосредованная нравственным знанием, развивается позднее и будет характерно для младших подростков» [16].

Таким образом, мы можем заметить, что изучая эмпатию младших школьников она углубляет представление о младшем школьнике в данном направлении, отмечая при этом, что с началом возраста он «научается принимать во внимание точки зрения других людей, смотреть на себя со стороны, осмысливать свои поступки, соотносить своё поведение с его 46 последствиями для других».

Также Т. П. Гаврилова в своих исследования была выявлена гендерная разница в развитии эмпатии в школьном возрасте. Так у мальчиков более выражено сопереживание к взрослым и животным, а у девочек к ним же – сочувствие. Сопереживание к сверстникам, наоборот, проявлялось у девочек, а сочувствие – у мальчиков.

Исходя из этого, можно сказать, что способность к сопереживанию развивается у всех детей, но некоторые проявляют ее больше, чем другие. Нам кажется, что это связано с тем, что младшие школьники больше сопереживают тем, кто оказался в ситуации, в которой они сами жили или знакомы с ней.

Выстраивающийся в сознании младшего школьника образ Другого, характеризуется целостностью, отсутствием разделения личностных и деловых качеств, ситуативностью, неустойчивостью, подражательностью оценок [29].

Также у младшего школьника можно наблюдать «зыбкость» эмпатических переживаний, что проявляется в непостоянном отношении к одним и тем же объектам, событиям, явлениям. Дети младшего школьного возраста склонны также к анимизму – приписывать животным, растениям и неживым предметам способность чувствовать, как человек [18].

Знакомясь с переживаниями и действиями людей, у младших школьников есть склонность приписывать их всему окружающему его миру.

В научных исследованиях Г.Н. Кудиной, отмечается интересное наблюдение, а именно: «Младшим школьникам не интересен и малопонятен внутренний мир другого человека, они сосредоточены на действиях и поступках других людей» [34].

В сознании младшего школьника выстраивающийся образ Другого, характеризуется целостностью, ситуативностью, подражательностью оценок, отсутствием разделения личностных и деловых качеств, неустойчивостью. У младшего школьника можно увидеть «зыбкость» эмпатических переживаний, что проявляется в непостоянном отношении к одним и тем же объектам, событиям, явлениям.

Дети младшего школьного возраста склонны также к анимизму – приписывать животным, растениям и неживым предметам способность чувствовать, как человек. Знакомясь с переживаниями и действиями людей, у

младших школьников есть склонность приписывать их всему окружающему его миру [18].

На основании вышеизложенного можно сделать следующие выводы:

1. Характерными чертами младшего школьника являются: эмоциональность, большая впечатлительность, повышенная восприимчивость к словам и действиям взрослых, крайняя отзывчивость к окружающей действительности, импульсивность, чувствительность к эмоционально наполненным образам, что способствует формированию опыта эмпатического сопереживания личности школьника

2. Чувства сопереживания в младшем школьном возрасте имеют индивидуальные особенности и отражают зону морально-нравственного развития учащегося, которая тесно связана с характером взаимоотношений с родителями, а также с особенностями нахождения в школьном коллективе. Младший ученик учится понимать свои собственные эмоции, а также эмоциональное состояние других людей.

3. Эмпатийная сфера развивается и изменяется в зависимости от ситуации, личного опыта и людей, с которыми контактирует младший школьник.

4. Важнейшую роль в развитии эмпатии младших школьников играют родители, детский коллектив, родители, сверстники, с которыми контактирует ребенок вне школы. Так же важнейшим человеком является учитель.

5. Младший школьный возраст является наиболее важным периодом в развитии эмпатии у детей. С началом младшего школьного возраста ребенок учится принимать во внимания точки зрения других людей, смотреть на себя со стороны, осмысливать свои поступки, соотносить свое поведение с его последствиями для окружающих. В младшем школьном возрасте у детей развиваются гуманистические и эгоцентрические формы эмпатии.

Особенности ребёнка данного возраста, необходимо учитывать не только психологу, но семье и педагогу для развития хорошего уровня самооценки, развития эмпатии, нравственных норм, и т.д.

### **1.3. Способы и приёмы развития эмпатии у младших школьников**

Для развития эмоциональной сферы школьников выделяют несколько подходов: бихевиоральный (И.П. Павлов, Э.Л. Торндайк, Б.Ф. Скиннер, Дж.Б. Уотсон, А. Бандура), когнитивный (Дж.С. Брунер, Ж. Пиаже), гуманистический (А. Маслоу, К. Роджерс).

В бихевиоральном подходе развитие эмоциональной сферы у детей рассматривается через те компоненты, которые стимулируют эмоциональную реакцию (подкрепление, наказание, стимул). Здесь задачей педагога является обучение детей навыкам и ассоциациям, причем особое значение имеет подкрепление.

В когнитивном подходе развитие эмоциональной сферы детей происходит с помощью анализа восприятия ребенка; разрешение проблем ребенком самостоятельно в результате обработки информации. Педагог должен объяснить ребенку смысл его эмоций (принятие решений, когнитивные процессы, информационные процессы) и подчеркнуть важность осмысленности и организации.

В центре гуманистического подхода в развитии эмоциональной сферы детей – развитие индивидуальности и уникальности каждого ученика. Задача педагога – развитие аффективной сферы ребенка (подчеркивается его приспособление и благополучие).

На уроках, развитие эмпатии осуществляется с помощью универсальных учебных действия(УУД). Особая роль отводится формированию личностных УУД, которые обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся, которая проявляется в умении соотносить поступки и события с принятыми

этическими принципами, в знании моральных норм и умении выделять нравственный аспект поведения.

Развитие эмпатии и эмпатийного поведения младших школьников может осуществляться 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, удивление. Эти социально ценные эмоции должны еще закрепиться, актуализироваться, привести к результату (помогающее поведение, содействие) в соответствующем контексте, который может и должен создавать взрослый [36].

Литературное чтение, работа с художественной литературой, играют чрезвычайно важную роль в формировании гуманистических идеалов личности[44].

При развитии эмпатии на уроках литературного чтения особое внимание обращается на идентификацию, с помощью которой осуществляется погружение младшего школьника в мир художественной литературы.

Объектом идентификации становятся герои литературных произведений, вызывающие у детей симпатию. Отождествление себя с персонажами является одним из психологических механизмов воздействия литературы на личность. В следствии такого воздействия рождаются новые эмоции, происходит воспитание нравственных ориентиров [44].

Благодаря адекватному восприятию чувств в процессе общения в литературном произведении, младший школьник определяет свое отношение к герою данного произведения. Не поняв чувств героя, читатель не способен ни к идентификации с героем, а значит не может перейти к выражению чувств по отношению к переживаниям персонажа.

Для младшего школьного возраста характерно проявление эгоцентризма. Умение принимать и осознавать точки зрения героев литературного произведения способствует формированию собственного осмысленного отношения к персонажам и их поступкам, что является одной из важнейших задач уроков литературного чтения.

Для того, чтобы развивать эмпатию средствами художественных текстов, необходимо определить базовые способности и умения, составляющие ее основу [44]:

- Умение осознавать, определять и соотносить эмоции персонажей, с вербальной формой выражения;
- Умение в произведении находить слова, которые маркируют эмоции литературных героев;
- Умение определять эмоции героя, если в тексте слова-маркеры отсутствуют;
- Способность к эмоционально-личностной децентрации на основе отождествления себя с героями произведения, соотнесения их позиций и взглядов с собственным мнением.

Развивать умения осознавать, определять и соотносить эмоции литературного героя, с вербальной формой выражения можно с помощью работы, направленной на нахождение в тексте слов, которые называют эмоции героя. Данная работа позволяет ребёнку младшего школьного возраста внимательно относиться к тексту, находить в нем нужные слова, вычленять их из всего текста, учить обдумывать мотивы поступков героев и определять черты их характера. Для проведения такого вида работы отбираются литературные произведения, содержащие большое количество слов, называющих эмоции персонажей[44].

Например, такие литературные произведения как:

«Заяц-хвостун» (русская народная сказка);

И. А. Крылов «Кукушка и Петух»;

В. И. Белов «Как воробья ворона обидела»;

М. М. Пришвин «Кот» и т. д.

Героями таких произведений могут выступать, как сверстники с ситуациями, которые есть в личностном опыте младшего школьника. Эмоции в таких произведениях должны быть яркими и понятны ребенку. Задание, которое учитель может дать будет звучать так: детей просят подчеркнуть слова, указывающие на настроение и чувства, которые испытывает главный герой рассказа или сказки.

Так же на уроках во время данной работы, необходимо формировать умения выражать эмоции и чувства, которые он увидел в герое невербально: с помощью собственных жестов и мимики.

Если дети научатся выражать эмоции невербально, то это будет способствовать усилению переживания этой эмоции, благодаря чему повысится уровень ее осознания. Чем ярче ученики научатся изображать эмоции, тем легче будет понять и пережить их. Это приведет ученика к возникновению собственных чувств по отношению к той или иной ситуации, что будет способствовать появлению и развитию сочувствия и сопереживания. Для такой работы используется прием постановки «живых картин»[44].

Детям предлагается представить себя на месте главного героя и с помощью жестов и мимики показать чувства, которые, как кажется ребёнку, испытывал данный герой в данной ситуации. Так как словарный запас младших школьников еще не достаточен, у них возникают трудности в назывании чувств и эмоций.

С этой целью можно создание с учащимися карты настроений, в которых записываются название чувств и мимических средств их выражения. С помощью таких карт ребёнку будет легче представлять невербальную форму эмоций в вербальную и наоборот. Так же, этот прием помогает если в тексте произведения отсутствуют слова, называющие эмоции героя, тогда дети учатся определять эмоции по контексту[44].

Для развития эмпатии очень важна способность к эмоционально-личностной децентрации, которая развивается на основе соотнесения себя с героями произведения, соотнесения их позиций и взглядов с собственным мнением.

Средствам развития децентрации является использование приемов отождествления и сравнения. Младший школьник должен поставить себя на 30 место литературного героя, понять его эмоции и мотивы поведения, что поможет ему понять героя. Все приемы драматизации (постановка «живых картин»; выразительное чтение реплик, сопровождаемое жестами и мимикой; развернутая драматизация и др.) являются эффективным средством для формирования названной способности.

Для младшего школьника понять персонажа — значит принять его позицию, точку зрения. Но такая позиция противоречит природе детского восприятия. А прием сравнения позволит ученику отойти от позиции героя и сопоставить свою точку зрения с точкой зрения персонажа.

Следующие приемы работы, которые помогают развивать эмпатию, являются приемы организации игрового взаимодействия. Младший школьный возраст, это возраст, где ведущая деятельность игра сменяется на учебу, но игра все также остается важным видом деятельности, поэтому она является очень важным приемом для развития эмпатии. С помощью игры ребёнок включается в деятельность, происходит активизация нравственного развития. Игра создает возможность естественного вхождения ребенка в ситуации нравственного содержания, позволяет одновременно активизировать нравственное сознание, чувства и поведение детей [21].

Игра способствует активному самовыражению школьника, помогает «проживанию» в игровом образе и приобретению им определенного нравственного опыта, с помощью игры, можно создать ценностные отношения в коллективе в процессе взаимодействия. Существует множество игровых моделей, приемов включения учащихся в игру.



Первый вид, который можно применять с детьми игра-драматизация: обеспечивает двойственное воздействие на личность. С одной стороны, от ребенка требуется вхождение в роль другого персонажа, оценка действий этого героя, при этом формируется свое отношение и позиция к нему. С другой стороны, дополнительное воздействие оказывает реакция зрителей, создаётся единое эмоциональное состояние, объединяющее детей [37].

Следующий вид игр, это игры сюжетно – ролевые. Они обладают наибольшим творческим потенциалом, в таких играх намечены не только контуры поведения действующих лиц, но сама ситуация развёртывается непосредственно в процессе игрового взаимодействия.

Такие ситуации позволяют не только диагностировать уровень нравственного развития ребенка, но и стимулируют его самосознание, требуя от исполнителя самостоятельного проектирования своих действий на основе проникновения во внутреннее состояние изображаемого персонажа, а также других участников игрового взаимодействия, что развивает способность к эмпатии - пониманию, основанному на сопереживании другому человеку [37].

К таким играм относятся: игра «Зеркало», «Что ты чувствуешь?», «Театр», «Скорая помощь», «Семья», «Именинник», «Немое кино», «Скульптор» и др. 3. Игра с последующей рефлексией.

Существует целый ряд игр, позволяющих создать ситуацию развития эмпатии, определённого эмоционального опыта и его осознания, осмысления с помощью последующей рефлексии своих чувств и переживаний. Рефлексия в данном случае является важнейшим и необходимым этапом, завершающим игру, так как именно она для приводит детей к собственным выводам и открытиям [37].

Также, развитие эмпатии происходит посредством тренингов. Зачастую тренинги направлены на осознание младшими школьниками собственных чувств и эмоций, на осознание и анализ состояния окружающих, на формирование внутреннего самоконтроля и умения сдерживать негативные

импульсы и т.д. Упражнения, используемые в тренингах развития эмпатии младших школьников: «Комплимент», «Зеркало», «Выражение чувств», «Комната», «Передача чувств», «Собери пиктограмму», «Сижу, Сижу на камушке», «Эмоции героев» и многие другие.

Зачастую в тренингах используются психогимнастические упражнения, либо психогимнастика выступает как курс специальных занятий. Психогимнастика, прежде всего, направлена на обучение элементам техники выразительных движений, на использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств и на приобретение навыков в саморасслаблении. Дети изучают различные эмоции и учатся управлять ими, овладевают азбукой выражения эмоций [45].

В сюжет каждого занятия обязательно включается два – три упражнения на эмоции и эмоциональный контакт. Упражнения способствуют развитию у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать и полноценно переживать.

Так же, эффективными средствами развития эмпатии являются музыкотерапия – метод, который основан на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека [9].

Изучением музыкотерапии и ее воздействия на психологическое состояние человека занимались: Г.Ю. Маляренко, М.В. Хватова, И.М. Трахтенберг, Н.В. Шутова и другие.

Музыка выступает, неоднозначным методом для развития эмпатии, но правильно подобранная музыка, не только развивает эстетически чувства младшего школьник, но и помогает позволяет улучшить кратковременную память, повышает показатели вербального и невербального интеллекта, а также устраняет напряжение, нерешительность, мнительность, упадки настроения. Музыку можно использовать для оптимизации труда учащихся, так как музыка, вызывая положительные эмоции, увеличивает мотивацию, активизируют деятельность, и стимулирует познавательный процесс.

Закрепление положительных эмоций их описания, выражения с помощью музыки [9].

На равне с музыкой не менее эффективным средством выражение, осознание и направления своих эмоций являются танцы. Они позволяют выразить свои чувства и эмоции в движении, а значит, избавиться от подавленных переживаний и мышечных зажимов, что, в свою очередь, благоприятно сказывается на эмоциональном и физическом состоянии [7].

Также развивать эмоциональную сферу и в частности эмпатию у детей младшего школьного возраста можно во время внеурочной деятельности. Во внеурочную деятельность могут входить: игра, соревнования, турнир, встреча, концерт, спектакль, экскурсия. Также это могут быть кружки, секции, клубы и объединения, научные сообщества и факультативы.

Во внеурочной деятельности, при условии ее правильной организации, возможно активно и максимально формировать и развивать различные способности учащихся, а также эмоционально-волевую сферу и эмпатию в частности.

Способность к эмпатии является компонентом нравственно-этической ориентации ребенка, условием выделения морального смысла ситуации. Следовательно, развивая способность к эмпатии, мы формируем нравственную высокоморальную личность

Способность к эмпатии - это компонент моральной и этической ориентации ребенка, условие выявления морального смысла ситуации. Поэтому, развивая способность сопереживать и сочувствовать, мы формируем нравственную, высокоморальную личность. А в процессе обучения мы можем формировать не только предметные результаты обучения, но и личный УУД.

## Выводы по главе 1

На основе теоретического анализа литературы посвящённой проблеме развития эмпатии мы пришли к следующим выводам:

1. Эмпатия имеет, довольно, долгую историю становления в зарубежной истории, и сравнительно короткую в отечественной.

2. Различные авторы, изучающие эмпатию, дают различные определения эмпатии.

Мы выделили такое определение. Эмпатия - это способность индивида понимать переживания других, эмоционально отзываться на переживания другого человека, животного и т.д

3. Эмпатия имеет две формы проявления сочувствие и сопереживание.

Сопереживание – это переживание человеком тех же чувств, которые испытывает другой человек, как бы отождествляя себя с ним. Сочувствие – это переживание собственных эмоций по поводу чувств другого.

4. Многозначность рассмотрения эмпатии исследователями дает нам основание выделить в структуре эмпатии следующие компоненты:

1. Эмоциональный - способность распознавать и понимать эмоциональные состояния другого.

2. Когнитивный - способность поставить себя на место другого, понять причины, которые могли вызвать то, или иное эмоциональное состояние другого; способность «мысленно переносить себя в мысли, чувства и действия другого».

3. Действенный - способность использовать способы взаимодействия, облегчающие страдания другого человека; помогающее, содействующее, альтруистическое поведение в ответ на переживания другого.

5. Младший школьный возраст - это сензитивный возраст для развития эмпатии. Кризис семилетнего возраста сильно меняет эмоциональную сферу младшего школьника.

Особенностями эмоциональной сферы в младшем школьном возрасте являются: ребенок продолжает осваивать социальные формы выражения чувств; изменяется роль эмоций в деятельности ребенка, формируется эмоциональное предвосхищение; формируются высшие чувства: нравственные, интеллектуальные, эстетические; способен предвидеть эмоциональные результаты своей деятельности;

6. Развитие эмпатии происходит постоянно. Родители должны обращать особое внимание на эмоциональную жизнь ребенка, помогать ему развивая его внутренний мир. Педагог тоже может помочь в развитии эмпатии на уроках и в общении с ребенком. Психолог должен учитывать специфику учебной и игровой деятельности, а также появившиеся новообразования этого периода, чтобы лучше организовать психолого-педагогическое сопровождение развития эмпатии младших школьников.

Мы выделили следующие приемы, способствующие развитию эмпатии: работа с художественными произведениями; анализ нравственных проблемных ситуаций; прием организации игрового взаимодействия, различные тренинги.

## Глава 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМПАТИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

### 2.1. Результаты констатирующего эксперимента

В теоретической части мы рассмотрели историю становления эмпатии в науке, особенности эмоциональной сферы младшего школьника, выяснили какую роль эмпатия играет в жизни.

На этом основании был спланирован констатирующий эксперимент:

**Экспериментальной базой исследования выступила МБОУ Гимназии №5 г. Красноярска.**

В исследовании принимали участие коллективы:

- 2 класса - 30 человек;

-3 класса - 24 человека;

На основе анализа литературы мы выделили критерии и описали уровни.

Они представлены в таблице.

Таблица 1. Критерии и уровни эмпатии

Критерии	Уровни			Методики
	Высокий	Средний	Низкий	
Эмоциональный компонент	Всегда проявляют сочувствие, сопереживание, осознают собственные эмоциональные состояния.	Испытывают трудности в эмоциональном общении, сопереживание зависит от ситуации	Слабо выраженное сопереживание, безразличие, неправильная оценка ситуации.	«Шкала эмоционального отклика» (А. А. Меграбяна и Н. С. Эпштейна)
Когнитивный компонент	Правильно оценивают сложившуюся ситуацию, понимает мысли и чувства другого, может поставить себя на место другого.	Не всегда правильно оценивают смысл различных ситуаций, затрудняются в понимании мыслей и чувств других.	Имеют ошибочные представления о нравственных качествах, испытывает трудности в понимании других.	Диагностика уровня эмпатических способностей (В.В.Бойко)

Поведенческий компонент	Умеют применять имеющиеся знания в различных ситуациях, испытывают чувство радости и удовольствия от оказания помощи другим.	Могут проявлять сочувствие и сопереживания, но проявления зависит от личных интересов.	Не стремятся помочь, не участвуют в общих делах.	Методика «Неоконченные рассказы» (Т. П. Гаврилова)
-------------------------	--	--	--	--

Для определения, имеющегося у младших школьников уровня развития эмпатии и выявления особенностей проявления мы использовали серию диагностических методик:

**1. Опросник «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна.**

Данная методика позволяет проанализировать общие эмпатические тенденции испытуемого, уровень выраженности способности к эмоциональному отклику на переживания другого.

**2. Диагностика уровня эмпатических способностей В.В. Бойко.**

Данная методика предназначена для определения уровня эмпатических способностей и выявления значимости конкретного параметра в структуре эмпатии.

**3. Методика «Неоконченные рассказы» Т.П. Гавриловой.**

Данная методика направлена на изучение характера эмпатии: эгоцентрическая, гуманистическая.

При проведении диагностических методик необходимо выполнить несколько основных правил, без которых результаты исследования не будут достоверными:

1. Точно выполнять инструкции, иначе содержание задания, а, следовательно, и полученный результат могут полностью измениться.

2. Внимательно следить за тем, чтобы возраст детей совпадал с тем, на который рассчитана данная методика. Некоторые методы можно использовать

в разных возрастных группах, но при этом необходимо обращать внимание на инструкцию и способ подачи материала для каждого возраста.

3. Полученные результаты также не могут быть одинаковы для разного возраста, поэтому нужно быть внимательными при их интерпретации.

4. Не работать с детьми через силу, без их добровольного желания, заинтересовать детей, не упоминать, что проверяете ребенка; можно включить обследование в процесс любой совместной деятельности, игровой, но только в том случае, если ребенок может и в процессе игры сосредоточиться, принять задание.

## **2.2. Результаты констатирующего эксперимента**

### **Результаты опросника «Шкала эмоционального отклика» А. А. Меграбяна и Н. С. Эпштейна**

При количественном анализе результатов опросника мы выявили, что:

Низкий уровень – 3% ( 1 человек) 2-ого класса и 0% детей 3-го класса;

Средней уровень – 43% ( 13 человек ) 2- ого класса и 50% (12 человек) 3-го класса.

Высокий уровень – 54% (16 человек ) 2-ого класса и 50% (12 человек) 3 - го класса.

Эти данные мы отразили в виде гистограммы, рисунок 1.

Большинству обучающихся 2-ого класса свойствен высокий и средний уровень выраженности способности к эмоциональному отклику на переживания другого. Присутствует лишь один ребёнок, с низким уровнем эмоционального отклика.



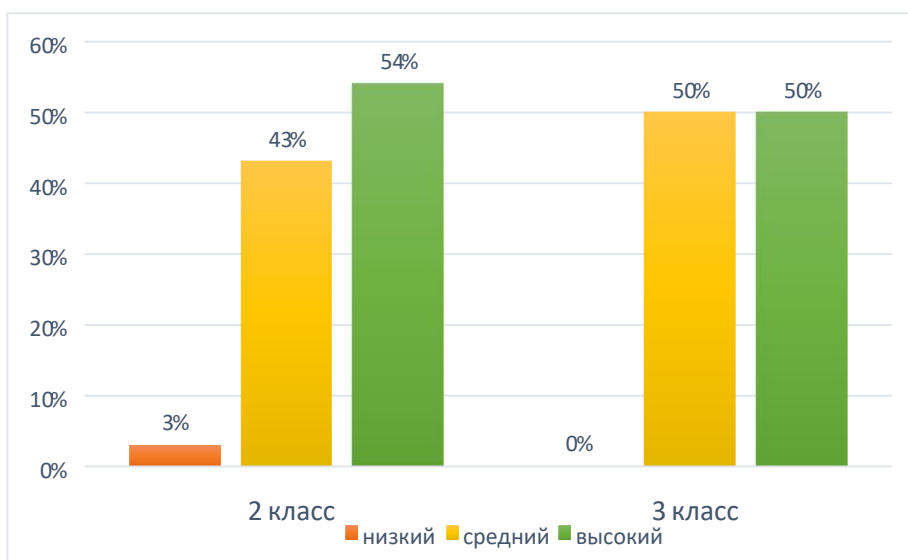


Рис. 1. Результаты методики «Шкала эмоционального отклика» А. А. Меграбяна и Н. С. Эпштейна, 2 и 3 класс (см. Приложение Б)

Во 2-ом классе дети дали - 90% положительных ответов на такие утверждения «Я очень расстраиваюсь, когда вижу страдания животных», «Я очень расстраиваюсь, когда вижу беспомощных старых людей», «Когда кто-то рядом со мной нервничает, я тоже начинаю нервничать», ««На мое настроение влияют окружающие люди». На такие утверждения, как «Слушая некоторые песни, я порой чувствую себя счастливым (счастливой)», «Когда я читаю книгу (роман, повесть и т. п.), то так переживаю, как будто все, о чем читаю, происходит на самом деле» количество положительных ответов составляет - 57%. Так же заметим, дети положительно отвечают на утверждение «Я близко к сердцу принимаю проблемы своих друзей» (73%).

Из этого можно сделать вывод, что дети во 2 - ом классе более эмоционально отзывчивы, чаще плачут, стремятся оказать помощь одноклассникам и родным, могут открыто говорить и проявлять свои эмоции.

В 3 классе нет детей, которые имеют низкий уровень выраженности к эмоциональному отклику на переживания другого, зато у средний и высокий уровень имеют равное количество обучающихся.

В третьем классе так же велик процент обучающихся (70%) на настроение которых влияют эмоции окружающих «На мое настроение влияют

окружающие люди», однако количество отрицательных ответов растет. У респондентов в третьем классе, увеличилось число отрицательных ответов (25%) на утверждения «Маленькие дети плачут без причины», «Я считаю, что плакать от счастья глупо». Также, мы видим, что сохраняется положительная направленность на такие утверждения «Я очень расстраиваюсь, когда вижу страдания животных», «Я очень расстраиваюсь, когда вижу беспомощных старых людей» (79%) Но так же, как во втором классе, в третьем сохраняется положительная направленность на пожилых людей и животных.

Из этого следует, что дети 3-его класса более склонны судить по поступкам, они меньше плачут, лучше контролируют свои эмоции, альтруистичны в своих проявлениях, так же стремятся помочь родным и одноклассникам.

Заметим, что в третьем классе увеличивается число обучающихся со средним уровнем. Это может быть связано с тем, что в третьем классе дети лучше контролируют свои эмоциональные проявления, они менее эмоциональны, гораздо реже плачут.

### **Результаты исследования методики «Неоконченные рассказы» Т. П. Гавриловой.**

При количественном анализе результатов исследования мы выявили, что:

Низкий уровень – 17% (5 человек) 2 – ого класса и 13% (3 человека) в 3-ем классе.

Средней уровень – 30% (5 человек) из 2-ого класса и 21% ( 9 человек) из 3-ого класса.

Высокий уровень – 53% (16 человек) во 2-ом классе и 66% (16 человек) в 3-ем классе.

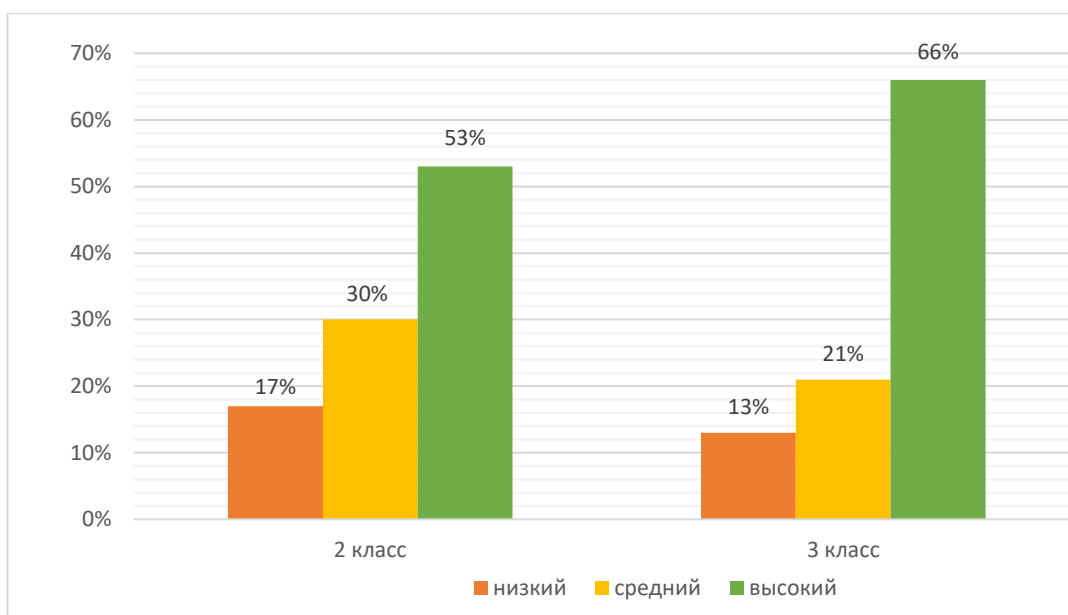


Рис.2. Результаты методики «Неоконченные рассказы» Т. П. Гавриловой (см. Приложение Б)

Во 2-ом классе мы видим, что преобладает высокий уровень, что говорит о ствойственной гуманистической направленности эмпатии и указывает на высокий уровень ее развития, но так же имеются дети с эгоцентрической направленностью эмпатии.

В проявлениях эмпатии преобладает гуманизм и альтруизм. Обучающиеся в виду возраста отождествляют себя с главным героям и делают выводы основываясь на имеющийся у них опыт и знания о той или иной ситуации.

Многие ребята во 2-ом классе затруднялись ответить на второй рассказ, не сразу понимали в чем заключается проблема. Так как во втором рассказе не сразу видно конфликт, как, например, в первом или третьем. Это может свидетельствовать о том, что у детей знания об эмоциях ситуативные и неглубоки, ориентированы на яркие внешние признаки.

Так же заметим, что в ответах обучающихся появляется тема денег, не характерная для младшего школьного возраста. Это проявлялась в ответах на 3 рассказ и звучали они так «Не прощать, ведь родителям Андрея придется платить за окно, а это не он его разбил»

В 3-ем классе количество обучающихся с высоким уровнем развития гораздо больше, а значит, что детей с гуманистической направленностью эмпатии больше. Значит в проявлениях эмпатии преобладает гуманизм и альтруизм.

Многие обучающиеся отвечали одним словом например: «отдать», «вернуть», «простить» и т.д. Но еще большее число аргументировали свои выборы такими ответами как: «собака скучает по своим хозяевам», «просить прощения у бабушки, ведь она может заболеть или ей скучно или бабушка важнее кота», «каждый заслуживает второй шанс», «не прощать, так нельзя делать», «вернуть котенка и отправить в больницу». Это может говорить о том, что учащиеся более осознанно подходили к своим ответам, старались представить данные ситуации в реальной жизни, поставить себя на место ребенка из рассказа.

В 3 классе преобладает количество обучающихся с высоким уровнем, а со средним и низким уровнем уменьшается. Заметим, что это может быть связано с тем, что для детей 2 – ого класса более характерна эгоцентрическая эмпатия и их эмоциональный опыт, беднее, чем у детей в 3-ем классе. Еще это может быть связано с тем, что обучающиеся 2-го класса в ситуации пандемии не так много времени находились в одном коллективе, в отличие от обучающихся 3-го класса.

Теперь перейдем к интерпретации результатов следующей методики.

#### **Диагностика уровня эмпатических способностей В. В. Бойко**

При количественном анализе результатов, мы выявили, что:

Низкий уровень – 97% (29 человек) 2 – ого класса и 87% (21 человека) в 3-ем классе.

Средней уровень – 3% (1 человек) из 2-ого класса и 13% (3 человек) из 3-ого класса.

Высокий уровень – 0% (0 человек) во 2-ом классе и 0% (0 человек) в 3-ем классе.

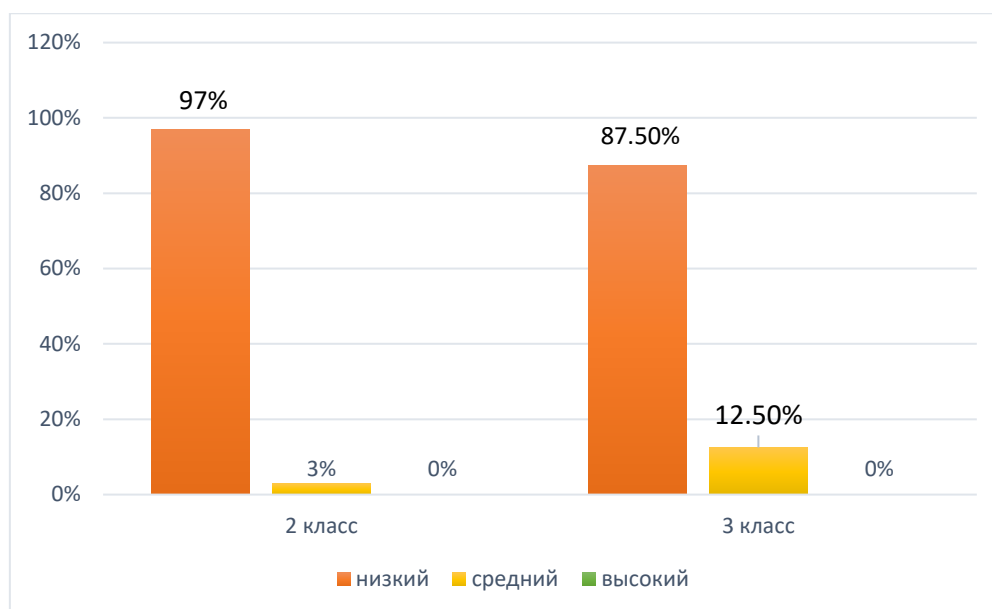


Рис.3. Результаты методики «Диагностика уровня эмпатических способностей В. В. Бойко» (см. Приложение Б)

Методика содержит шесть шкал. Оценка каждой шкалы указывает на значимость конкретного параметра (канала) в структуре эмпатии. Сумма баллов считается по каждой шкале, а суммарный показатель говорит об уровне эмпатии в целом.

Для начала мы оценим каждый отдельный параметр в структуре эмпатии.

Исследования «Рационального канала эмпатии» количественный анализ показал, что:

Уровень	Класс			
	3		2	
	Учащиеся	Процент	Учащиеся	Процент
Высокий	1	4%	4	13%
Средний	11	46%	15	30%
Низкий	12	50%	11	37%

Таблица 2. Сравнительный анализ учащихся 2 и 3 класса по шкале «Рациональный канал» эмпатии.

Рациональный канал эмпатии характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность любого другого человека – на его состояние, проблемы, поведение.

В процентном соотношении этот канал эмпатии у большинства респондентов не является ведущим и является слабо выраженным. Таким детям свойственно отсутствие интереса по отношению к своим сверстникам, близким людям. Они не умеют или плохо умеют понимать и переносить на себя эмоции других людей. Испытывают затруднения в установлении контактов с людьми, им неуютно в большой компании.

Во 2-м классе на такие утверждения как «У меня есть привычка внимательно изучать лица и поведение людей, чтобы понять их характер», «Я из любопытства завожу разговор о жизни» большинство учащихся отвечали отрицательно. Но на утверждение «Я невольно или из любопытства часто подслушиваю разговоры посторонних людей» учащиеся ответили больше положительно. Это может говорить о том, что значимость этого канала не так важна. Однако именно во 2-м классе обучающиеся с высоким уровнем выраженности данного канала больше, чем в 3-ем.

В 3-м классе большинство учащихся положительно отвечали на такие утверждения как «У меня есть привычка внимательно изучать лица и поведение людей, чтобы понять их характер», «Я из любопытства завожу разговор о жизни», но они отрицательно отвечают на «Я из любопытства обычно завожу разговор о жизни, работе, политике со случайными попутчиками в поезде, самолете».

Количество детей с высоким и средним уровнем детей во 2-ом классе больше, чем в 3-ем. Это может быть из – за того, что в во втором классе дети все еще любят наблюдать, открыто общаются и обращают внимания на других, даже незнакомых людей. А вот в третьем классе эта способность снижается, и дети уже больше интересуются близкими людьми, и менее обращают свое внимания на новых и незнакомых людей.

### Теперь рассмотрим результаты анализа «Эмоционального канала»

Уровень	Класс			
	3		2	
	Учащиеся	Процент	Учащиеся	Процент
Высокий	6	25%	6	20%
Средний	10	42%	16	54%
Низкий	8	33%	8	26%

Таблица 3. Сравнительный анализ учащихся 2 и 3 класса по шкале «Эмоциональный канал эмпатии».

Эмоциональный канал эмпатии фиксируется способность эмпатирующего входить в эмоциональный резонанс с окружающими. Эмоциональная отзывчивость, соучастие и сопереживание выполняют роль связующего звена, проводника от эмпатирующего к эмпатируемому и обратно.

Во 2 – классе дети отрицательно отвечали на такие утверждения «Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей», «Я могу оставаться спокойным даже, если все вокруг меня волнуются» (67%) и положительно на такое утверждение «Я расстраиваюсь, если вижу плачущего человека» (47%), это говорит, что дети реагируют на эмоции других, отзывчивы, готовы прийти на помощь.

В 3 –ем классе такая тенденция сохраняется, но детей со средним уровнем развития этого канала становится больше. Дети так же, отрицательно отвечают на такое утверждение «Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей» (58%), но на утверждение «Я могу оставаться спокойным даже, если все вокруг меня волнуются» появляется больше положительных ответов. Это указывает на то, что дети становятся более сдержаны в своих эмоциональных проявлениях.

В целом, мы видим, что у многих детей 2-ого и 3-его класса, именно этот канал является ведущим и находится на среднем и высоком уровне развития. Это говорит о том, что учащиеся способны к отзывчивости, сопереживаю по

отношению к окружающим людям, проблемы своих друзей часто принимают близко к сердцу.

Дальше мы рассмотрим анализ «Интуитивного канала» эмпатии.

Уровень	Класс			
	3		2	
	Учащиеся	Процент	Учащиеся	Процент
Высокий	5	21%	4	13%
Средний	14	58%	11	37%
Низкий	5	21%	15	50%

Таблица 4. Сравнительный анализ учащихся 2 и 3 класса по шкале «Интуитивный канал» эмпатии.

Интуитивный канал эмпатии свидетельствует о способности видеть поведение партнеров, действовать в условиях дефицита исходной информации о них, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании.

Во 2-ом классе учащиеся предпочитают доверять доводам своего рассудка, этому находят подтверждения отрицательные ответы на такие утверждения, как «Моя интуиция- более надежное средство понимания окружающих, чем знания» (50%), «Обычно за несколько дней я чувствую: что-то должно случиться» (63%), что говорит о низком уровне выраженности данного канала.

В 3-ем классе интуитивный канал развит лучше, чем во втором. Это может быть связано с тем, что в третьем классе опыт учащихся, пусть не на много, но больше, следовательно, они могут более гибко мыслить в условиях дефицита информации, быстрее и эффективнее предугадывать поведения человека.

При исследовании установок, способствующих или препятствующих эмпатии, анализ показал, что:



Уровень	Класс			
	3		2	
	Учащиеся	Процент	Учащиеся	Процент
Высокий	0	0%	1	3%
Средний	9	37%	14	47%
Низкий	15	63%	15	50%

Таблица 5. Сравнительный анализ учащихся 2 и 3 класса по шкале «Установки, способствующие или препятствующие эмпатии».

Установки, способствующие или препятствующие эмпатии, соответственно, облегчают или затрудняют действие всех эмпатических каналов.

Во 2-м классе дети давали положительные ответы на утверждения «Я считаю вполне уместным интересоваться домашними проблемами своих друзей» (57%), и 67% отрицательных ответов на утверждение «Я спокойно отношусь к мелким неприятностям, которые случаются у кого-либо из членов семьи», что свидетельствует тому, что обучающиеся проявляют интерес к проблемам друзей и родных, но считают неуместным проявлять любопытство к незнакомым.

В 3-ем классе увеличивается процент обучающихся с низким уровнем выраженности данного свойства. Это можно увидеть по отрицательным ответам на утверждения «Я считаю вполне уместным интересоваться домашними проблемами своих друзей» (46%), и положительным ответам на утверждение «Я спокойно отношусь к мелким неприятностям, которые происходят у кого-либо в семье» (63%).

Как мы видим из полученных результатов в обоих классах преобладает низкий уровень развития установок. Это свидетельствует о том, что эффективность эмпатии снижается, ограничивается диапазон эмоциональной отзывчивости и эмпатического восприятия.

Из – за низкого уровня развитости этого канал учащиеся старается избегать личных контактов, считает неуместным проявлять любопытство к другой личности и проблемам человека.

Анализируя результаты по шкале «Проникающая способность в эмпатии» мы видим, что:

Уровень	Класс			
	3		2	
	Учащиеся	Процент	Учащиеся	Процент
Высокий	0	0%	0	0%
Средний	9	37%	11	37%
Низкий	15	63%	19	63%

Таблица 6. Сравнительный анализ учащихся 2 и 3 класса по шкале «Проникающая способность в эмпатии».

Проникающая способность в эмпатии расценивается как важное коммуникативное свойство человека, позволяющее создавать атмосферу открытости, доверительности.

Во 2-ом классе учащиеся не всегда могут создать атмосферу открытости, доброжелательности. Подтверждение этому находят положительные ответы на такие утверждения как «Я могу легко войти в доверие к человеку» (63%), а также отрицательные ответы в таких утверждениях, как «Часто своими словами я обижаю близких мне людей» (46%), «Если я вижу, что у кого-то плохо на душе, то воздерживаюсь от расспросов» (46%).

В 3-ем классе учащиеся так же, не всегда могут создать атмосферу открытости и доброжелательности, этому свидетельствуют отрицательные ответы в таких утверждениях как «Часто своими словами я обижаю близких мне людей» (58%), «Если я вижу, что у кого-то плохо на душе, то воздерживаюсь от расспросов» (63%)

При анализе мы выявили, что в обоих классах преобладает низкий уровень выраженности данного канала. Это говорит о том, что учащиеся создают вокруг себя атмосферу напряжённости, неестественности,

подозрительности и это может препятствовать раскрытию и эмпатическому постижению человека.

Мы можем сделать вывод, что этот канал эмпатии у всех учащихся не значим и совсем не развит.

Анализе результатов по шкале «Идентификация» показал, что:

Уровень	Класс			
	3		2	
	Учащиеся	Процент	Учащиеся	Процент
Высокий	1	4%	3	10%
Средний	15	63%	12	40%
Низкий	8	33%	15	50%

Таблица 7. Сравнительный анализ учащихся 2 и 3 класса по шкале «Идентификация».

Умение понять другого на основе сопереживаний, постановки себя на место партнера является очень важным условием успешной эмпатии.

При анализе видно, что в 3-ем классе преобладает средний уровень выраженности данного канала об этом говорят положительные ответы детей на следующие утверждения: «Мне легко удаётся копировать интонацию, мимику людей» (47%), «Я легко могу представить себя каким-либо животным, ощутить его повадки» (76%). Это говорит о том, что учащиеся способны сопереживать друг другу, их эмоции подвижны и гибки, они могут легко подражают другим людям.

Следует отметить, что во 2-ом классе, уровень учащихся с низким уровнем выше, чем в 3-ем. Это говорит о том, что обучающиеся плохо копируют мимику людей, подражают им, зачастую не могут понять почему людей огорчают пустяки.

Но в обоих классах есть процент учащихся с высоким уровнем, они способны идентифицировать себя с другими, могут понимать их состояние, поведение, эмоции.

Суммируя сделанные выше баллы мы выявили следующее:

В обоих классах как мы видим, 3, 4 канала эмпатии являются ведущими, а некоторые отстают, следовательно, преобладает низкий уровень эмпатии. Таким детям свойственно отсутствие интереса по отношению к своим сверстникам, близким людям. У учащихся плохо развито умение создавать открытую, доверительную атмосферу.

В 3-ем классе у учащихся на среднем и высоком уровне развиты «эмоциональный», «интуитивный», «идентификация», то есть дети способны к отзывчивости, сопереживанию и сочувствию по отношению к Другим, они опираются на свою интуицию и могут предугадать действия партнера.

Во 2-ом классе у учащихся на среднем и высоком уровне развиты «рациональный», «эмоциональный», то есть дети так же способны к сопереживанию и сочувствию, дети более внимательны к своим близким и к себе, менее к незнакомцам, они могут направлять свое внимание на свои проблемы и проблемы окружающих.

В целом учащиеся способны проявлять интерес к состоянию другого, сопереживать и сочувствовать, а также могут сосредоточить все внимание на себе. При этом они испытывают трудности в понимании чувств других и создании атмосферы открытости при общении с ними, стараются избегать контактов и не проявлять любопытство к другим, им неуютно в большой компании, они плохо умеют понимать и переносить на себя эмоции других людей.

Так же заметим, что учащиеся довольно легко эмоционально резонируют с другими. У многих обучающихся хорошо развит интуитивный канал. Наблюдается низкий уровень установок и опыта, что ограничивает диапазон эмоциональной отзывчивости и эмпатического восприятия.

Из – за того, что основные шкалы компонентов эмпатии находятся на среднем и низком уровне развития, мы можем сделать вывод о том, что эмпатия как «форма рационально – эмоционально – интуитивного отражения другого человека» находится на этапе развития.

Уровень	Класс			
	3		2	
	Учащиеся	Процент	Учащиеся	Процент
Высокий	8	34%	10	33%
Средний	14	58%	14	47%
Низкий	2	8%	6	20%

Таблица 8. Результаты констатирующего эксперимента.

Констатирующий эксперимент показал, что у большинства младших школьников 2-ого класса и 3-го классов наблюдается средний и высокий уровень эмпатии.

Во 2 классе уровень эмоционального отклика на переживания и проблемы другого находится на высоком уровне. Они более открыты, легко откликаются на зов помощи от другого, открыто рассказывают о своих эмоциях, доверяют своим впечатлениям.

В 3-ем классе количество детей с высоким и средним уровнем равно, а это значит, что обучающиеся к 3-ему классу способны лучше контролировать свои эмоциональные проявления, оценивать одноклассников по их поступкам.

Замечено, что у большинства обучающихся развита гуманистическая направленность эмпатии. Это значит, что младшие школьники не сосредоточены только на собственных ощущениях, переживаниях, интересах, они обладают способностью принимать и учитывать информацию, исходящую от других людей. Однако во обоих классах все еще есть обучающиеся с эгоцентрической направленностью эмпатии, что является нормой для младших школьников.

Делая вывод по методике В.В. Бойко мы можем сказать, что в обоих классах уровень эмпатии находится на низком уровне, но развитость отдельных каналов, говорит о том, что эмпатия находится в состоянии развития. И учащиеся способны проявлять интерес к состоянию другого, а также могут сосредоточить все внимание на себе. При этом они испытывают

трудности в понимании чувств других и создании атмосферы открытости при общении с ними.

Таким образом из полученные результаты мы видим, что эмпатия у учащихся начальных находится на среднем и высоком уровне и проявляется в высоком уровне эмоционального отклика и гуманистической направленностью на Другого, а также средняя развитость отдельных каналов эмпатии.

### **2.3. Программа развития эмпатии младших школьников.**

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, мы разработали программу, направленную на повышение и развитие компонентов эмпатии.

Дети младшего школьного возраста умеют понимать и различать чужие эмоциональные состояния, сопереживая отвечать адекватными чувствами. У детей больше, чем у взрослых, развита интуитивная способность улавливать чужое эмоциональное состояние, поэтому важно в данный период развития акцентировать внимание на формировании у ребенка способности к эмпатии, активизации общительности, регулированию эмоционального состояния детей.

Развитие эмпатии предполагает одновременное воздействие на все три сферы, поэтому наиболее приемлемой формой работы с младшими школьниками представляются групповые занятия с применением активных методов обучения, ролевые и сюжетные игры, беседа, элементы арттерапии, психогимнастические упражнения.

**Цель программы:** развитие уровня эмпатии у младших школьников.

Достижение поставленной цели, осуществляется посредством решения следующих задач:

- 1.** Развитие способностей к сочувствия, сопереживание, осознания собственных эмоциональных состояний.

2. Формирование представлений правильного оценивания и понимания чувств и мыслей другого.

3. Создание положительной психологической атмосферы в коллективе обучающихся.

Программа направлена на обучающихся младшего школьного возраста.

**Занятия проводятся** 1 раза в неделю по 40 - 45 минут.

В качестве основных **условий реализации** программы выступили:

- Групповая форма работы;
- Систематичность работы с младшими школьниками;
- Проведение занятий в эмоционально насыщенной обстановке;
- Проведение занятий в специально организованном пространстве.

Каждое занятие имеет следующую **структуру**:

1. Приветствие.
2. Разминка.
3. Основное содержание.
4. Рефлексия.
5. Прощание.

В соответствии с целями и задачами, поставленными в нашем исследовании, нами была составлена программа занятий. Данная программа состоит из 9 занятий, которые направлены на развитие трех компонентов эмпатии: эмоционального, когнитивного, поведенческого.

№	Цель занятия	Задача занятия	Содержание
1	Знакомство и создание доверительной атмосферы.	Знакомство, снятие напряжения, формирование доверительных отношений.	1. Приветствие - знакомство «Снежный ком с ассоциацией»; 2. «Путаница»; 3. Упражнение «Атомы и молекулы»

			<p>4. Упражнение «Плохие и хорошие чувства»</p> <p>5. Прощание «Передай улыбку по кругу»</p>
2	<p>Развитие способностей детей к эмоциональному общению, распознавания и понимания эмоциональных состояний другого.</p>	<p>Создать атмосферу доверия;</p> <p>Развитие умений к эмоциональному общению;</p> <p>Развитие умений различать и понимать эмоции других.</p>	<p>1. Приветствие - упражнение «Ласковое имя»</p> <p>2. Упражнение «Поменяться местами те...»</p> <p>3. Упражнение «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»</p> <p>4. Игра «Немое кино»</p> <p>5. Прощание «Передай улыбку по кругу»</p>
3	<p>Развитие способностей детей к эмоциональному общению, распознавание и понимание эмоциональных состояний другого.</p>	<p>Создание доверительной атмосферы;</p> <p>Развитие умений к эмоциональному общению;</p> <p>Развитие представлений об эмоциях</p>	<p>1. Упражнение «Давайте поздороваемся»</p> <p>2. Упражнение «Цвета эмоций»</p> <p>3. Упражнение «Выражение настроения»</p> <p>4. Упражнение «Обезьяна и зеркало»</p> <p>5. Упражнение «Собери пиктограмму»</p> <p>6. Прощание «Передай улыбку по кругу»</p>
4	<p>Формирование представлений правильного оценивать и понимать мысли и чувства другого, умения поставить себя на место другого.</p>	<p>Развитие понимания чувств другого, внимательности к другому;</p> <p>Развивать способности к эмоциональному самовыражению;</p> <p>Способствовать осознанию различных моральных качеств,</p>	<p>1. Упражнение «Приветствие с разным настроением»</p> <p>2. Упражнение «Поменяться местами те...»</p> <p>3. Игра «Скульптор»</p> <p>4. Упражнение «Рисование»</p> <p>5. Прощания «Передай улыбку по кругу»</p>



		эмоциональных состояний другого;	
5	Формирование представлений правильного оценивать и понимать мысли и чувства другого, умения поставить себя на место другого.	Развитие умения оценить ситуацию и поведение окружающих; Развивать умения выразить поддержку другому;	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение «Приветствие с разным настроением»</li> <li>2. Упражнение «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»</li> <li>3. Упражнение "Побег из тюрьмы"</li> <li>4. Упражнение «Как ты себя чувствуешь?»</li> <li>5. Упражнение «Интонация»</li> <li>6. Прощания «Передай улыбку по кругу»</li> </ol>
6	Развитие способностей к межличностному взаимодействию, стремления к оказанию помощи.	Развивать внимательности и наблюдательности, необходимых для эффективного эмоционального общения; Развитие желания помочь другому;	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение «Давайте поздороваемся»</li> <li>2. Игра «Путаница»</li> <li>3. Упражнение «Что изменилось?»</li> <li>4. Упражнение «Комплименты»</li> <li>5. Игра «Поводыри»</li> <li>6. Прощания «Передай улыбку по кругу»</li> </ol>

7	Развитие способностей к межличностному взаимодействию, стремления к оказанию помощи.	Развитие желания помочь другому; Способствовать применению эффективных способов взаимодействия.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие «Ласковое имя»</li> <li>2. Упражнение «Хлопки по коленям»</li> <li>3. Упражнение «Волшебное животное»</li> <li>4. Упражнение «Счастье»</li> <li>5. «Живая анкета»</li> </ol>
8	Развитие способностей к межличностному взаимодействию, стремления к оказанию помощи.	Отработка навыков эффективного взаимодействия; Развитие желания помочь другому;	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение «Давайте поздороваемся»</li> <li>2. Упражнение «Ты мне нравишься тем...»</li> <li>3. «Ролевое проигрывание ситуаций»</li> <li>4. Игра «Сиамские близнецы»</li> <li>5. Упражнение «Живая анкета»</li> </ol>
9	Закрепление полученных знаний, приобретенных навыков в естественных условиях. Завершение работы.	Применение полученных знаний, завершение работы.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение «Приветствие с разным настроением»</li> <li>2. Упражнение «Ситуации»</li> <li>3. Ролевая игра «Дюймовочка»</li> <li>4. Живая анкета</li> <li>5. Рефлексия: подведение итогов.</li> </ol>

Разработанная программа может быть использована психологами и педагогами для развития эмпатии младших школьников. Также, для того чтобы поддерживать высокий уровень развития эмпатии, можно использовать отдельные упражнения и элементы данной программы

## Выводы по главе 2

Проведённое экспериментальное исследование по изучению особенностей проявления эмпатии у младших школьников позволяет сделать следующие выводы:

1. Критериями для констатирующего эксперимента мы выбрали три компонента эмпатии: эмоциональный; когнитивный; поведенческий.

Под эти критерии мы выбрали следующие методики:

Опросник «Шкала эмоционального отклика» (А. А. Меграбян и Н. С. Эпштейн);

Методика «Неоконченные рассказы» (Т.П. Гаврилова);

Диагностика уровня эмпатических способностей (В.В. Бойко).

2. Исследуя эмоциональный компонент, мы выявили, что младшие школьники эмоциональны, чаще плачут, более альтруистичны, и могут открыто говорить о своих эмоциях, близко к сердцу принимают проблемы своих друзей и близких. В межличностных отношениях учащиеся 2-ого класса более склонны доверять своим впечатлениям, а учащиеся 3-ого класса склонны судить о других по поступкам. В обоих классах учащиеся склонны откликаться на зов другого, стремятся оказать помощь своим одноклассникам и родным.

3. Исследуя когнитивный компонент, мы выявили, что учащиеся 2 – ого и 3-ого класса более склонны к гуманистической направленности эмпатии. Это значит, что большинство учащихся младшего школьного возраста, не сосредоточены только на собственных ощущениях, переживаниях, интересах, они обладают способностью принимать и учитывать информацию, исходящую от других людей, принимать сложные нравственные решения и обосновывать их, что указывает на высокий уровень ее развития, преобладания гуманизма и альтруизма в поведении детей. Так же, мы заметили, что во обоих классах есть дети с эгоцентрической направленностью, что является нормальным для младшего школьного возраста.

4. Исследования поведенческого компонента, показало, что в целом уровень развития эмпатии находится на низком уровне, но развитость отдельных параметров, говорит о том, что эмпатия находится в состоянии развития.

В 3-ем классе у учащихся на среднем и высоком уровне развиты «эмоциональный», «интуитивный», «идентификация», то есть дети способны к отзывчивости, сопереживанию и сочувствию по отношению к Другим, они опираются на свою интуицию и могут предугадать действия партнера.

Во 2-ом классе у учащихся на среднем и высоком уровне развиты «рациональный», «эмоциональный», то есть дети так же способны к сопереживанию и сочувствию, дети более внимательны к своим близким и к себе, менее к незнакомцам, они могут направлять свое внимание на свои проблемы и проблемы окружающих.

В целом учащиеся способны проявлять интерес к состоянию другого, сопереживать и сочувствовать, а также могут сосредоточить все внимание на себе. При этом они испытывают трудности в понимании чувств других и создании атмосферы открытости при общении с ними, стараются избегать контактов и не проявлять любопытство к другим, им неуютно в большой компании, они плохо умеют понимать и переносить на себя эмоции других людей.

5. Таким образом, можно сделать вывод о том, что у большинства учащихся отмечается средний уровень выраженности исследуемых компонентов.

6. С учётом полученных результатов констатирующего эксперимента, мы разработали программу занятий с детьми, направленную на развитие эмпатии младших школьников. Программа состоит из 9 занятий, направленных на развития трёх компонентов эмпатии.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эмпатия как психологический процесс имеет очень обширную историю изучения в зарубежной и отечественной психологии. В отечественной психологии из – за не столь длительного исследования эмпатии появляется множество разночтений и разнообразных понятий эмпатии.

Так Т.П. Гаврилова, которая изучала эмпатию младших школьников и подростков, эмпатию определяет, как способность индивида эмоционально отзываться на переживания другого человека, животного и т.д.

В современной психологии имеются несколько форм эмпатии, но отечественные исследователи, несмотря на различное названия, сводят все проявления к эмоциональному отклику (сочувствие) и к способности осознать эмоциональные состояния другого (сопереживание).

Рассмотрение нескольких работ различных авторов дают нам основание выделить в структуре эмпатии следующие компоненты:

*эмоциональный* - способность распознавать и понимать эмоциональные состояния другого;

*когнитивный* - способность поставить себя на место другого, понять причины, которые могли вызвать то, или иное эмоциональное состояние другого;

*действенный* - способность использовать способы взаимодействия, облегчающие страдания другого человека.

И. М. Юсупов выделяют следующие функции эмпатии:

Отражательно – оценочная (отношение личности к миру вокруг нее),

Регулятивная (нравственное совершенствование индивида),

Коммуникативная (обеспечивает совместную деятельность людей).

Мы выяснили, что основными механизмами эмпатийного реагирования в межличностном взаимодействии, являются: идентификация, децентрация и эмоциональное заражение.

Эмоции являются важным звеном в жизни каждого человека, особенно в жизни ребенка. А.В. Запорожец подчеркивал важность эмоциональных переживаний ребенка во взаимодействии с социумом для его личностного становления.

Эмоциональный мир младших школьников очень разнообразен. С начала обучения в школе у ребенка формируются и развиваются высшие чувства (нравственные, эстетические, интеллектуальные), становясь глубокими и осознанными. Проблема развития эмпатии приобретает особый смысл в свете усвоения ребенком духовных, нравственных и моральных ценностей, которые трансформируются в свойства личности и проявляются в отношениях с другими людьми.

Эмпатия занимает одно из главных мест внутри социальных эмоций и является "ядерным" образованием личности, она играя важнейшую роль в жизни ребёнка. Из – за смены социальной ситуации развития школьный возраст, как и все возраста, открывается критическим, или переломным, периодом, который был описан в литературе раньше остальных как кризис семи лет.

Во время кризиса происходит серьезная развития эмоциональной сферы младшего школьника. Ребенок научается сдерживать свои эмоции, начинает осмысленно ориентироваться в своих эмоция. В общении со сверстниками и педагогом он сдерживает свое волнения, гнев и т.д. Он стремится получить определенную социальную позицию – позицию школьника.

Для выявления особенностей проявления эмпатии в младшем школьном возрасте нам нужно было провести эксперимент. Для его организации нами были выделены следующие критерии: эмоциональный, когнитивный, поведенческий.

Мы провели эмпирическое исследование по выявлению особенностей развития эмпатии у младших школьников, используя следующий диагностический комплект:

Опросник «Шкала эмоционального отклика» (А. А. Меграбян и Н. С. Эпштейн);

Методика «Неоконченные рассказы» (Т.П. Гаврилова);

Диагностика уровня эмпатических способностей (В.В. Бойко).

В итоге мы получили следующие результаты.

Исследуя эмоциональный компонент, мы выявили, что младшие школьники эмоциональны, чаще плачут, более альтруистичны, и могут открыто говорить о своих эмоциях, близко к сердцу принимают проблемы своих друзей и близких. В межличностных отношениях учащиеся 2-ого класса более склонны доверять своим впечатлениям, а учащиеся 3-ого класса склонны судить о других по поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. В обоих классах учащиеся склонны откликаться на зов другого, стремятся оказать помощь своим одноклассникам и родным.

Исследуя когнитивный компонент, мы выявили, что учащиеся 2 – ого и 3-ого класса более склонны к гуманистической направленности эмпатии. Это значит, что большинство учащихся младшего школьного возраста, не сосредоточены только на собственных ощущениях, переживаниях, интересах, они обладают способностью принимать и учитывать информацию, исходящую от других людей, принимать сложные нравственные решения и обосновывать их, что указывает на высокий уровень ее развития, преобладания гуманизма и альтруизма в поведении детей. Так же, мы заметили, что во обоих классах есть дети с эгоцентрической направленностью, что является нормальным для младшего школьного возраста.

Исследования поведенческого компонента, показало, что в целом уровень развития эмпатии находится на низком уровне, но развитость отдельных параметров, говорит о том, что эмпатия находится в состоянии развития.

В 3-ем классе у учащихся на среднем и высоком уровне развиты «эмоциональный», «интуитивный», «идентификация», то есть дети способны

к отзывчивости, сопереживанию и сочувствию по отношению к Другим, они опираются на свою интуицию и могут предугадать действия партнера.

Во 2-ом классе у учащихся на среднем и высоком уровне развиты «рациональный», «эмоциональный», то есть дети так же способны к сопереживанию и сочувствию, дети более внимательны к своим близким и к себе, менее к незнакомцам, они могут направлять свое внимание на свои проблемы и проблемы окружающих.

В целом учащиеся способны проявлять интерес к состоянию другого, сопереживать и сочувствовать, а также могут сосредоточить все внимание на себе. При этом они испытывают трудности в понимании чувств других и создании атмосферы открытости при общении с ними, стараются избегать контактов и не проявлять любопытство к другим, им неуютно в большой компании, они плохо умеют понимать и переносить на себя эмоции других людей.

Таким образом, мы сделали вывод о том, что у большинства учащихся отмечается средний уровень выраженности исследуемых компонентов. Они умеют понимать и различать чужие эмоциональные состояния, сопереживать, отвечать адекватными чувствами и действиями на эмоциональные переживания другого, понимают эмоциональное состояние другого, могут мысленно поставить себя на его место, стремятся оказать помощь. Поэтому важно в данный период развития акцентировать внимание на формировании у ребенка способности к эмпатии, активизации общительности, регулированию эмоционального состояния детей.

В нашей работе, мы выделили следующие приемы, способствующие развитию эмпатии: работа с художественными произведениями; анализ нравственных проблемных ситуаций; прием организации игрового взаимодействия, различные тренинги и д. т.

С учётом полученных результатов констатирующего эксперимента, мы разработали программу групповых занятий с детьми, целью которой



послужило развитие эмпатии младших школьников. Программа содержит упражнения, направленные на развитие трех компонентов эмпатии: эмоционального, когнитивного, действенного.

Мы считаем, что это будет способствовать созданию благоприятной, доверительной атмосферы в коллективе детей, развитию способностей к сочувствию и сопереживанию, оказанию адекватной помощи и поддержки. Составленная нами программа и результаты констатирующего эксперимента могут быть полезны учителям, психологам, и родителям, а также всем тем, кто интересуется данной проблемой.

### Список используемых источников.

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. – М., Аст-Пресс – Екатеринбург, 2000.
2. Баранов А. А. Методы изучения личности школьника: метод, рекомендации к пед. практике / А. А. Баранов, С. Г. Бутолин. – Ижевск : Издво УдГУ, 2008
3. Басова, А. Г. Понятие эмпатии в отечественной и зарубежной психологии / А. Г. Басова // Молодой учёный. – 2012. – №8.
4. Бойко, В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и других / В.В. Бойко. - М.: Академия, 2009.
5. Бодалев, А. А. Теоретико-методологические аспекты изучения эмпатии / Труды Ленинградского НИПИ им. Бехтерева. – Л. 1975.
6. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб.: Питер Пресс. 2009.
7. Борисенко, С.Б. Методы формирования и диагностики эмпатии / С.Б. Борисенко. - Л.: Лениздат, 2010.
8. Бреслав, Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: Норма и отклонения / Г. М. Бреслав. – М.: Педагогика, 1990.
9. Бусиловский, Л.С. Музыкотерапия, в кн.: Руководство по психотерапии / Л.С. Бусиловский. – Ташкент: Арнзи, 1979.
10. Валлон, А. Психическое развитие ребёнка / А. Валлон; пер. с фр. Л. И. Анцыферовой. – СПб. и др. – М.: Питер, 2001.
11. Выговская, Л.П. Эмпатийные отношения младших школьников / Л.П. Выговская // Психологический журнал. - 2009. - № 4.
12. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. СПб., 2006.
13. Васильева Е.Н. К проблеме возрастной сензитивности в проявлении эмпатии у детей дошкольного возраста // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. – 2006. – №1.
14. Выготский, Л. С. Проблема возраста / Л. С. Выготский // Собр. Соч. в 6т. – М.: Педагогика, 1984.

15. Выготский, Л. С. Кризис семи лет / Л. С. Выготский // Собр. соч.: В 6 т. – М.: Педагогика, 1984.
16. Гаврилова, Т. П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего возраста: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Гаврилова Татьяна Павловна – М.: АПН Науч.-исслед. ин-т общей и пед. психологии., 1977.
17. Гаврилова, Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии / Т. П. Гаврилова // Вопросы психологии. – 1975.
18. Гаврилова, Т. П. Анализ эмпатийных переживаний младших школьников и младших подростков / Т. П. Гаврилова // Психология межличностного познания: [Сб. статей] / АПН СССР; Под ред. А. А. Бодалева. – М.: Педагогика, 1981.
19. Гаврилова Т. П. О воспитании нравственных чувств. // Педагогика и психология. 1984.- №7.
20. Гиппенрейтер, Ю.Б. Феномен конгруэнтной эмпатии / Ю.Б. Гиппенрейтер [и др.] // Вопросы психологии. – 1993. – №4.
21. Гончаренко, Е.С. Развитие эмпатийного потенциала личности: На материале исследования детей 7-8 лет / Е.С. Гончаренко. - Краснодар, 2009.
22. Глоба, Н. В. К проблеме методов исследования эмпатии у детей младшего школьного возраста / Н. В. Глоба // Вестник РГГУ. Серия «Психология». – 2008. – № 3.
23. Давыдов В.В. Психическое развитие в младшем школьном возрасте // Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А. В. Петровского. - М., 1979.
24. Елеференко И.О. Синергетическая составляющая эмпатии // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2008.
25. Запорожец, А. В. Взаимосвязь развития когнитивных и эмоциональных процессов у ребёнка / А. В. Запорожец // Вопросы психологии. – 1974. – № 6.

26. Зинкевич – Евстигнеева, Т.Д. Формы и методы работы со сказками/ Т.Д. Зинкевич - Евстигнеева. – СПб.: Речь, 2008.
27. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. — СПб: Питер, 2001. — 752 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
28. Карягина Т.Д. Эволюция понятия «эмпатия» в психологии / Т. Д. Карягина. – М.
29. Ковалев, А. Г. Эмпатия и процесс практического познания одной личности другой / А. Г. Ковалев // Теоретические и прикладные проблемы психологии познания людьми друг друга. – Краснодар: КГПИ, 1975.
30. Ковалев, А.Г. Воспитание чувств / А.Г. Ковалев. - М.: Академия, 2011.
31. Кузьмина. В.П. Теоретический аспект проблемы изучения эмпатии как актуальная проблема современной психологии / Кузьмина В.П. // Вестник ВятГУ. 2007. №17.
32. Кузьмина, В.П. Формирование эмпатии у младших школьников к сверстникам в зависимости от детско-родительских отношений в семье / В.П. Кузьмина дис. канд. псих.наук. – Н. Новгород, 1999.
33. Кузьмин, Е. С. Коллектив. Личность. Общение: Словарь социально - психологических понятий / Е. С. Кузьмин, В. Е. Семёнов. – Л.: Лениздат. – 1987.
34. Кудина, Г. Н. Развитие понимания школьниками внутреннего мира человека / Г. Н. Кудина // Психологическая наука и образование. – 1996.– №1.
35. Леонтьев, А. П. Проблемы развития психики / А. П. Леонтьев. – 4-е изд. – М.: Изд-во МГУ, 1981.
36. Михальченко, Г.Ф. Формирование эмпатии у младших школьников / Г.Ф. Михальченко. - Гродно, 2006.
37. Никитина Н. Н. Приемы активизации нравственного развития школьников.// Классный руководитель.- 2004.- №4.

38. Орлов, А. Б. Феномены эмпатии и конгруэнтности / А. Б. Орлов, М. А. Хазанова // Вопросы психологии. – 1993. – №4
39. Размыслов П.И. Эмоции младших школьников // Психология младшего школьника М., 1960.
40. Стрелкова, Л. Творческое воображение : эмоции и ребенок / Л. Стрелкова // Обруч. - 1996. - N 4.
41. Соконина А. А. Особенности эмоционального развития младших школьников // Начальная школа. - 2013. - №6.
42. Сопиков, А.П. Механизм эмпатии // Вопросы психологии познания людьми друг друга и самопознания / А.П. Сопиков. - Краснодар: Изд-во Кубан. ун-та, 1977.
43. Теплов, Б.М. Способности и одаренность: психология индивидуальных различий / Б.М. Теплов. – М.: Изд-во МГУ, 1982.
44. Федорова И. В., Лукьянова Н. Н. Развитие эмпатии у младших школьников на уроках литературного чтения // научно-методический журнал «Сибирский учитель». – 2017. - № 4.
45. Чистякова, М.И. Психогимнастика [Текст] / М. И. Чистякова; под ред. М.И. Буянова. – М.: Просвещение, 1990.
46. Шнайдер М. И. Эмпатия как форма отражения другого человека // Гуманизация образования. 2016. №2
47. Шамухаметова Елена Сафиулловна Особенности межличностного эмпатического взаимодействия младших школьников // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2015. №1.
48. Эльконин Д.Б. Психология обучения младшего школьника - М. 1974.
49. Юсупов, И. М. Психология эмпатии: (Теоретические и прикладные аспекты): дис. ...д-ра психол. наук: 19.00.01 / Юсупов Ильдар Масгудович. – СПб., 1995.
50. Якобсон М.Я. Эмоциональная жизнь школьника - М. 1966.

# Приложения

## Приложение А

### 1. Опросник методики «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна

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 («полностью согласен», «скорее согласен», «скорее не согласен», «полностью не согласен») дает возможность выразить оттенки отношения к каждой ситуации общения.

1. Меня огорчает, когда вижу, что незнакомый человек чувствует себя среди других людей одиноко
2. Мне неприятно, когда люди не умеют сдерживаться и открыто проявляют свои чувства
3. Когда кто-то рядом со мной нервничает, я тоже начинаю нервничать
4. Я считаю, что плакать от счастья глупо
5. Я близко к сердцу принимаю проблемы своих друзей
6. Иногда песни о любви вызывают у меня много чувств
7. Я бы сильно волновался (волновалась), если бы должен был (должна была) сообщить человеку неприятное для него известие
8. На мое настроение очень влияют окружающие люди
9. Мне хотелось бы получить профессию, связанную с общением с людьми
10. Мне очень нравится наблюдать, как люди принимают подарки
11. Когда я вижу плачущего человека, то и сам (сама) расстраиваюсь
12. Слушая некоторые песни, я порой чувствую себя счастливым (счастливой)
13. Когда я читаю книгу (роман, повесть и т. п.), то так переживаю, как будто все, о чем читаю, происходит на самом деле
14. Когда я вижу, что с кем-то плохо обращаются, то всегда сержусь

## Приложение А

15. Я могу оставаться спокойным (спокойной), даже если все вокруг волнуются

16. Мне неприятно, когда люди при просмотре кинофильма вздыхают и плачут

17. Когда я принимаю решение, отношение других людей к нему, как правило, роли не играет

18. Я теряю душевное спокойствие, когда окружающие чем-то угнетены

19. Я переживаю, если вижу людей, легко расстраивающихся из-за пустяков

20. Я очень расстраиваюсь, когда вижу страдания животных

21. Глупо переживать по поводу того, что происходит в кино или о чем читаешь в книге

22. Я очень расстраиваюсь, когда вижу беспомощных старых людей

23. Я очень переживаю, когда смотрю фильм

24. Я могу остаться равнодушным (равнодушной) к любому волнению вокруг

25. Маленькие дети плачут без причины

Уровень выводится путем подсчитывания баллов.

82–90 баллов — очень высокий уровень; 63–81 балл — высокий уровень; 37–62 балла — нормальный уровень; 36–12 баллов — низкий уровень; 11 баллов и менее — очень низкий уровень.

Мы в нашей работе выделяем 3 уровня выраженности способности к эмоциональному отклику:

63-90 баллов – высокий;

37-62 балла – средний;

36 и ниже – низкий уровень.

2. Методика «Неоконченные рассказы» Т.П. Гавриловой



## Приложение А

Ребенку предлагается прослушать 3 рассказа и ответить на вопросы к ним.

Рассказы:

1. Мальчик мечтал завести собаку. Однажды знакомые привели свою собаку и попросили поухаживать за ней, пока они будут в отъезде. Мальчик очень привязался к собаке, полюбил ее. Он ее кормил, водил гулять, ухаживал за ней. Но собака очень тосковала по своим хозяевам, очень ждала их возвращения. Через некоторое время знакомые вернулись и сказали, что мальчик сам должен решить - вернуть собаку или оставить ее себе. Как поступит мальчик? Почему?

2. Мальчик нашел на улице котенка и принес его домой. Бабушка сказала, что котенок может быть больным и выкинула его на улицу. Мальчик очень рассердился и накричал на бабушку. Вечером бабушка сказала: "Ну что ж, придется мне уезжать домой, хотя мне там и одиноко". Как поступит мальчик? Почему?

3. Вася разбил окно. Он испугался, что его накажут и сказал воспитателю, что окно разбил Андрей. Ребята в детском саду об этом узнали и перестали с Васей разговаривать, не брали его в игры. Андрей подумал: "Простить мне Васю или нет?". Как поступит Андрей? Почему?

Интерпретация результатов: 2 балла начисляется, если ребенок решает ситуацию в пользу другого; 1 балл начисляется, если ребенок решает ситуацию в пользу себя.

Мы выделяем 3 уровня направленности эмпатии:

5-6 баллов – высокий,

4-3 балла – средний,

2 балла – низкий уровень

## Приложение А

### 3. Диагностика уровня эмпатических способностей В.В.Бойко

Ребенку предлагается оценить 36 суждений, свойственны ли ему следующие особенности, согласны ли вы с утверждениями (ответ "да" или "нет").

1. У меня есть привычка внимательно изучать лица и поведение людей, чтобы понять их характер, наклонности, способности.
2. Если окружающие проявляют признаки нервозности, я обычно остаюсь спокойным.
3. Я больше верю доводам своего рассудка, чем интуиции.
4. Я считаю вполне уместным для себя интересоваться домашними проблемами сослуживцев.
5. Я могу легко войти в доверие к человеку, если потребуется.
6. Обычно я с первой же встречи угадываю «родственную душу» в новом человеке.
7. Я из любопытства обычно завожу разговор о жизни, работе, политике со случайными попутчиками в поезде, самолете.
8. Я теряю душевное равновесие, если окружающие чем-то угнетены.
9. Моя интуиция — более надежное средство понимания окружающих, чем знания или опыт.
10. Проявлять любопытство к внутреннему миру другой личности — бестактно.
11. Часто своими словами я обижаю близких мне людей, не замечая того.
12. Я легко могу представить себя каким-либо животным, ощутить его повадки и состояния.
13. Я редко рассуждаю о причинах поступков людей, которые имеют ко мне непосредственное отношение.
14. Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей.

## Приложение А

15. Обычно за несколько дней я чувствую: что-то должно случиться с близким мне человеком, и ожидания оправдываются.

16. В общении с деловыми партнерами обычно стараюсь избегать разговоров о личном.

17. Иногда близкие упрекают меня в черствости, невнимании к ним.

18. Мне легко удается копировать интонацию, мимику людей, подражая им.

19. Мой любопытный взгляд часто смущает новых партнеров.

20. Чужой смех обычно заражает меня.

21. Часто, действуя наугад, я, тем не менее, нахожу правильный подход к человеку.

22. Плакать от счастья глупо.

23. Я способен полностью слиться с любимым человеком, как бы растворившись в нем.

24. Мне редко встречались люди, которых я понимал бы без лишних слов.

25. Я невольно или из любопытства часто подслушиваю разговоры посторонних людей.

26. Я могу оставаться спокойным, даже если все вокруг меня волнуются.

27. Мне проще подсознательно почувствовать сущность человека, чем понять его, “разложив по полочкам”.

28. Я спокойно отношусь к мелким неприятностям, которые случаются у кого-либо из членов семьи.

29. Мне было бы трудно задушевно, доверительно беседовать с настороженным, замкнутым человеком.

30. У меня творческая натура — поэтическая, художественная, артистичная.

31. Я без особого любопытства выслушиваю исповеди новых знакомых.

## Приложение А

32. Я расстраиваюсь, если вижу плачущего человека.

33. Мое мышление больше отличается конкретностью, строгостью, последовательностью, чем интуицией.

34. Когда друзья начинают говорить о своих неприятностях, я предпочитаю перевести разговор на другую тему.

35. Если я вижу, что у кого-то из близких плохо на душе, то обычно воздерживаюсь от расспросов.

36. Мне трудно понять, почему пустяки могут так сильно огорчать людей

Анализируются показатели отдельных шкал и выводится общая суммарная оценка уровня эмпатии.

Интерпретация результатов: 30 баллов и выше - очень высокий уровень эмпатии; 29-22- средний; 21-15 - заниженный; менее 14 баллов - очень низкий.

Мы выделяем 3 уровня развития эмпатических способностей:

30 баллов и выше – высокий уровень;

29-22 – средний;

0-21 – низкий.

## Приложение Б

Таблица 9 – Результаты учащихся 2 класса по методике «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна

№ п/п	Обучающиеся	Баллы	Уровень эмпатии
1	Ева П.	74	Высокий
2	Артём Ш.	70	Высокий
3	Марина Ч.	66	Высокий
4	Юра Г.	88	Высокий
5	Таисия В.	66	Высокий
6	Дима	58	Средний
7	Ева Д.	64	Высокий
8	Марк А.	63	Высокий
9	Лиза	58	Средний
10	Слава	50	Средний
11	Шилколёва	48	Средний
12	Терскова А.	70	Высокий
13	Валерия Г	55	Средний
14	Игорь К.	64	Высокий
15	Вика К.	50	Средний
16	Матвей В.	60	Средний
17	Денис С	73	Высокий
18	Иван М.	41	Средний
19	Вероника З.	45	Средний
20	Полина С.	53	Средний
21	Вика К.	68	Высокий
22	Алиса К.	51	Средний
23	Артём А.	75	Высокий
24	Марина А.	75	Высокий
25	Лидия Л	65	Высокий

*Продолжение таблицы 9.*

26	Клим М.	56	Средний
27	Каталина З.	68	Высокий
28	Милана К.	67	Высокий
29	Вадим Ф.	56	Средний
30	Илиан П.	36	Низкий

Таблица 10 - Результаты учащихся 3-ого класса по методике «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна

№	Обучающиеся	Баллы	Уровень эмпатии
1	Юрий Г.	58	Средний
2	София В.	77	Высокий
3	Максим Ф.	54	Средний
4	София Ш.	66	Высокий
5	Артём Г.	59	Средний
6	Стас З.	73	Высокий
7	Федор С.	64	Высокий
8	Никита Л.	58	Средний
9	Александра М.	92	Высокий
10	Богдан С.	68	Высокий
11	Сергей Г.	39	Средний
12	Дмитрий Д.	67	Высокий
13	Таисия Г.	77	Высокий
14	София Г.	51	Средний
15	Саша К.	56	Средний
16	Нелли Р.	77	Высокий
17	Ангелина Б.	61	Средний
18	Никита Д.	61	Средний
19	Диана А.	74	Высокий

20	Никита Ш.	68	Высокий
21	Денис Д.	63	Средний
22	Мирослава С.	65	Высокий
23	Константин С.	50	Средний
24	Марина Ф.	59	Средний

Таблица 11 - Результаты учащихся 2-го класса по методике «Неоконченные рассказы» Т.П. Гавриловой.

№	Участники	Баллы	Уровень
1	Ева П.	5	Высокий
2	Артём Ш.	5	Высокий
3	Марина Ч.	5	Высокий
4	Юра Г.	4	Средний
5	Таисия В.	3	Низкий
6	Дима	2	Низкий
7	Ева Д.	5	Высокий
8	Марк А.	5	Высокий
9	Лиза	6	Высокий
10	Слава	2	Низкий
11	Шилколёва	6	Высокий
12	Терскова А.	6	Высокий
13	Валерия Г	5	Высокий
14	Игорь К.	4	Средний
15	Вика К.	6	Высокий
16	Матвей В.	5	Высокий
17	Денис С	5	Высокий
18	Иван М.	4	Средний

19	Вероника З.	4	Средний
20	Полина С.	4	Средний
21	Вика К.	4	Средний
22	Алиса К.	4	Средний
23	Артём А.	5	Высокий
24	Марина А.	6	Высокий
25	Лидия Л	6	Высокий
26	Клим М.	4	Средний
27	Каталина З.	3	Низкий
28	Милана К.	4	Средний
29	Вадим Ф.	3	Низкий
30	Илиан П.	5	Высокий



## Приложение Б

Таблица 12 - Результаты учащихся 3-ого класса по методике «Неоконченные рассказы» Т.П. Гавриловой.

№	Учащиеся	Баллы	Уровень
1	Юрий Г.	6	Высокий
2	София В.	5	Высокий
3	Максим Ф.	5	Высокий
4	София Ш.	4	Средний
5	Артём Г.	4	Средний
6	Стас З.	3	Низкий
7	Федор С.	6	Высокий
8	Никита Л.	6	Высокий
9	Александра М.	5	Высокий
10	Богдан С.	5	Высокий
11	Сергей Г.	4	Средний
12	Дмитрий Д.	6	Высокий
13	Таисия Г.	5	Высокий
14	София Г.	5	Высокий
15	Саша К.	6	Высокий
16	Нелли Р.	4	Средний
17	Ангелина Б.	6	Высокий
18	Никита Д.	5	Высокий
19	Диана А.	6	Высокий
20	Никита Ш.	3	Низкий
21	Денис Д.	3	Низкий
22	Мирослава С.	5	Высокий
23	Константин С.	4	Средний
24	Марина Ф.	5	Высокий

## Приложение Б

Таблица 13 - Результаты учащихся 2-го класса по методике  
«Диагностика уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко.

№ п/п	Учащиеся	Рацио нальн ый	Эмо цио наль ный	Ин туи тив ны й	Устан овки, спосо бству ющие эмпат ии	Проник ающая способн ость в эмпати и	Идент ифика ция	Общи й балл	Уровень
1	Ева П.	4	3	2	4	2	1	16	Низкий
2	Артём Ш.	5	3	2	1	0	3	14	Низкий
3	Марина Ч.	4	5	1	3	2	3	18	Низкий
4	Юра Г.	6	3	5	2	3	2	21	Средний
5	Таисия В.	2	5	1	2	3	5	18	Низкий
6	Дима	2	2	3	5	3	4	19	Низкий
7	Ева Д.	1	6	2	4	2	3	18	Низкий
8	Марк А.	4	3	2	4	3	1	17	Низкий
9	Лиза	2	4	5	3	1	1	16	Низкий
10	Слава	3	2	3	1	2	0	11	Низкий
11	Шилколёва	4	3	3	3	1	1	15	Низкий
12	Терскова А.	1	5	4	2	2	3	17	Низкий
13	Валерия Г	3	4	1	4	1	2	15	Низкий
14	Игорь К.	2	2	3	1	4	2	14	Низкий
15	Вика К.	4	5	0	3	2	3	17	Низкий
16	Матвей В.	2	1	5	3	2	2	15	Низкий
17	Денис С	3	3	2	1	4	3	16	Низкий
18	Иван М.	2	4	1	3	4	3	17	Низкий
19	Вероника З.	3	5	1	2	2	6	19	Низкий
20	Полина С.	3	1	3	2	3	3	15	Низкий

21	Вика К.	2	3	1	4	1	4	15	Низкий
22	Алиса К.	5	2	1	3	2	2	15	Низкий
23	Артём А.	3	4	1	4	3	3	18	Низкий
24	Марина А.	3	2	4	1	2	2	14	Низкий
25	Лидия Л	3	3	5	2	1	1	15	Низкий
26	Клим М.	2	3	4	0	3	2	14	Низкий
27	Каталина З.	3	4	2	1	4	1	15	Низкий
28	Милана К.	5	4	3	0	2	3	17	Низкий
29	Вадим Ф.	2	4	3	4	2	5	20	Низкий
30	Илиан П.	3	2	4	1	2	1	13	Низкий

Таблица 14 - Результаты учащихся 3-ого класса по методике «Диагностика уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко.

№ п/п	Учащиеся	Рациональный	Эмоциональный	Интуитивный	Установки, способствующие эмпатии	Проникающая способность в эмпатии	Идентификация	Общий балл	Уровень
1	Юрий Г.	2	3	0	4	3	2	14	Низкий
2	София В.	2	4	4	2	2	1	15	Низкий
3	Максим Ф.	3	4	3	3	2	3	18	Низкий
4	София Ш.	4	2	3	1	4	3	17	Низкий
5	Артём Г.	4	2	3	0	4	4	17	Низкий
6	Стас З.	0	5	4	3	2	2	16	Низкий
7	Федор С.	0	6	0	1	3	3	13	Низкий
8	Никита Л.	1	2	3	2	4	1	13	Низкий
9	Александра М.	4	5	5	4	1	2	21	Средний

*Продолжение таблицы 14*

10	Богдан С.	1	3	2	0	3	3	12	Низкий
11	Сергей Г.	3	5	4	3	2	4	21	Средний
12	Дмитрий Д.	1	4	5	1	4	4	19	Низкий
13	Таисия Г.	1	3	3	1	2	4	14	Низкий
14	София Г.	2	1	2	2	1	3	11	Низкий
15	Саша К.	2	2	3	1	2	4	14	Низкий
16	Нелли Р.	3	5	6	2	0	3	19	Низкий
17	Ангелина Б.	2	3	3	1	2	2	13	Низкий
18	Никита Д.	3	3	5	3	2	2	18	Низкий
19	Диана А.	3	5	2	3	2	3	18	Низкий
20	Никита Ш.	2	3	5	4	3	5	22	Средний
21	Денис Д.	4	1	3	0	4	4	16	Низкий
22	Мирослава С.	5	2	3	1	0	3	14	Низкий
23	Константин С.	3	4	3	2	2	3	17	Низкий
24	Марина Ф.	3	2	4	3	3	2	17	Низкий

## Приложение Б

Таблица 15 – Уровень развития эмпатии младших школьников 2-го класса.

№ п/п	Эмоциональный	Когнитивный	Поведенческий	Итоговый уровень
1	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
2	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
3	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
4	Высокий	Средний	Средний	Средний
5	Высокий	Низкий	Низкий	Низкий
6	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
7	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
8	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
9	Средний	Высокий	Низкий	Средний
10	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
11	Средний	Высокий	Низкий	Средний
12	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
13	Средний	Высокий	Низкий	Средний
14	Высокий	Средний	Низкий	Средний
15	Средний	Высокий	Низкий	Средний
16	Средний	Высокий	Низкий	Средний
17	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
18	Средний	Средний	Низкий	Средний
19	Средний	Средний	Низкий	Средний
20	Средний	Средний	Низкий	Средний
21	Высокий	Средний	Низкий	Средний
22	Средний	Средний	Низкий	Средний
23	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
24	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
25	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
26	Средний	Средний	Низкий	Средний
27	Высокий	Низкий	Низкий	Низкий
28	Высокий	Средний	Низкий	Средний
29	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
30	Низкий	Высокий	Низкий	Низкий

## Приложение Б

Таблица 16 – Уровень развития эмпатии младших школьников 3-ого класса.

№ п/п	Эмоциональный	Когнитивный	Поведенческий	Итоговый уровень
1	Средний	Высокий	Низкий	Средний
2	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
3	Средний	Высокий	Низкий	Средний
4	Высокий	Средний	Низкий	Средний
5	Средний	Средний	Низкий	Средний
6	Высокий	Низкий	Низкий	Низкий
7	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
8	Средний	Высокий	Низкий	Средний
9	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
10	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
11	Средний	Средний	Средний	Средний
12	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
13	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
14	Средний	Высокий	Низкий	Средний
15	Средний	Высокий	Низкий	Средний
16	Высокий	Средний	Низкий	Средний
17	Средний	Высокий	Низкий	Средний
18	Средний	Высокий	Низкий	Средний
19	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
20	Высокий	Низкий	Средний	Средний
21	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
22	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
23	Средний	Средний	Низкий	Средний
24	Средний	Высокий	Низкий	Средний

## Приложение В

Программа групповых занятий с младшими школьниками по развитию эмпатии.

### Занятие 1.

**Цель:** Знакомство, сплочение, создание доверительной атмосферы

#### 1. Упражнение «Снежный ком с ассоциацией»

**Цель:** знакомство, самопрезентация, создание доверительной атмосферы.

**Время выполнения:** 5-10 минут.

**Оборудование, материалы:** не требуются.

**Ход упражнения:** каждый участник должен придумать на начальную букву своего имени ассоциацию либо качество наиболее емко его характеризующую, например: «Маша – морская». Далее, каждый стоящий в кругу перед тем, как назвать свое имя и характеристику, повторяет все предыдущие, которые были названы перед ним.

#### 2. Упражнение «Путаница»

**Цель:** повышение тонуса, сплочение группы посредством физического контакта, развитие бережного отношения друг другу.

**Время:** 10 минут.

**Оборудование, материалы:** не требуются.

**Ход упражнения:** участники становятся в тесный круг, протягивают руки к середине. По команде тренера закрывают глаза и делают шаги вперед до тех пор, пока не почувствуют чужую ладонь, за которую необходимо будет взяться. Тренер следит за тем, чтобы руки соединялись не с соседними участниками.

Участники открывают глаза и пытаются распутаться, не разжимая при этом рук. Во время распутывания часто возникает мнение о невозможности решения поставленной задачи. В этом случае тренер должен спокойно сказать, что эта задача всегда решаемая.

Обсуждение: Как вы находили пути решения?

Легко ли было договориться?

Что вам помогло бы справиться с поставленной задачей быстрее?

### 3. Упражнение «Атомы и Молекулы»

Цель упражнения: раскрепощение участников

Время выполнения: 5 минут

Ход упражнения: представим себе, что все мы атомы. Атомы выглядят так (показать). Атомы постоянно двигаются и объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разное, оно определяется тем, какое число я назову. Мы все сейчас начнем быстро двигаться, и я буду говорить, например, три. И тогда атомы должны объединиться в молекулы по три атома в каждый. Молекулы выглядят так (показать).

После выполнения упражнения спросить: Как вы себя чувствуете? Все ли соединились с теми, с кем хотели?

### 4. Упражнение «Плохие и хорошие чувства»

Цель: расширение представлений об эмоциях

Время проведения: 15-20 минут

Оборудование: листы А4, ручки, фломастеры

Возьмите листы, каждый лист это одна категория эмоций, например, позитивные, негативные, нейтральные на каждом листе нарисуйте или напишите эмоции которые вы туда отнесли.

Дети рисуют эмоции, которые знают, затем демонстрируют и совместно обсуждают эмоции, и их разделения.

Обсуждение:

Какие новые эмоции вы узнали?

### 5. Прощание «Передай улыбку по кругу»

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.



Ход упражнения: участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.

Рефлексия: Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

## **Занятие 2.**

Цель: Развитие способностей детей к эмоциональному общению, распознавания и понимания эмоциональных состояний другого.

### **1. Упражнение «Ласковое имя»**

Цель: упражнение так же позволяет детям запомнить имена друг друга, способствует созданию комфортной обстановки для каждого участника.

Время выполнения: 5 минуты

Оборудование: не требуется

Ход упражнения: «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. Упражнение «Поменяться местами те..»**

Цель: Активизация участников, включение в работу.

Время выполнения: 5 -10 минут

Оборудование, материалы: не требуются.

Ход упражнения: 1. Участники сидят в общем кругу. Ведущий просит встать и найти себе новое место в круге всех, кто обладает определенными характеристиками, например, имеет светлые волосы, имеет пуговицы на ботинках, в черных туфлях, всем девочкам, имеет сережки в ушах, всем кто любит собак, у кого хорошее/плохое настроение и т.д. 2. Пока участники

меняются местами, ведущий занимает любой свободный стул. Участник, оставшийся без стула, становится ведущим.

### 3. Игра «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»

Цель: соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.

Время выполнения: 10 минут

Ход игры: 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 получше 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.

Обсуждение: как проходило упражнение? какие чувства возникали в ходе упражнения? что понравилось больше?

### 4. Игра «Немое кино»

Цель: понимать эмоциональное состояние другого человека.

Время выполнения: 10-15 минут

Ход игры: Дети становятся в круг. Психолог 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, обиделся, сомневается, просит замолчать, показать, подойти, уйти, передать какой-либо предмет другому. Затем роль ведущего по очереди выполняют дети. Вариант 2. Участники делятся на две подгруппы. Дети первой подгруппы придумывают и

изображают сцену прощания, приглашения или приветствия и т.д., а дети второй группы отгадывают.

#### 5. Прощание «Передай улыбку по кругу»

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.

Ход упражнения: участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.

Рефлексия: Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

### **Занятие 3.**

Цель: Развитие способностей детей к эмоциональному общению, распознавания и понимания эмоциональных состояний другого.

#### 1. Упражнение «Давайте здороваемся»

Цель: развитие воображения, создание психологически непринужденной атмосферы.

Время выполнения 2-5 минут

Ход упражнения: В начале упражнения ведущий рассказывает о разных способах приветствия, принятых и шуточных. Затем детям предлагается поздороваться, прикоснувшись плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться посредством его.

#### 2. Упражнение «Цвета эмоций»

Цель: развитие воображения, выразительных движений, представлений об эмоциях

Время выполнения: 5-10 минут

Ход упражнения: Выбирается водящий, по сигналу он закрывает глаза, а остальные участники задумывают между собой один из основных цветов.

Когда водящий откроет глаза, все участники своим поведением, главным образом эмоциональным, пытаются изобразить этот цвет, не называя, а водящий должен его отгадать. Можно разделиться на две команды, при этом одна команда будет изображать цвет (поочередно или одновременно), а вторая — отгадывать.

### 3. Упражнение «Выражение настроения»

Цель: выражение своих эмоции через тело, развитие воображение.

Время выполнения: 10 минут

Ход упражнения: Участникам дается инструкция двигаться по комнате и постараться почувствовать свои ноги и ступни, руки и кисти, пальцы, позвоночник и голову. Ведущий просит участников отметить «сонные» и «бодрствующие» части тела, подумать о том настроении, с которым они пришли на занятие, и выразить его походкой.

Затем ведущий предлагает изобразить походкой другие состояния и настроения: очень уставшего человека; счастливого человека, получившего чудесное сообщение; перепуганного человека; лунатика, бредущего с открытыми глазами; человека с нечистой совестью; гения, получившего Нобелевскую премию; предельно собранного человека; канатоходца и др.

### 4. Упражнение «Обезьяна и зеркало».

Цель: развитие умения распознавать эмоции выраженные пантомимикой.

Время выполнения: 10 минут

Ход упражнения: Участники группы разбиваются на пары. Инструкция: «Один из участников пары будет „зеркалом“, а второй -"обезьяной". "Обезьяна", оказавшись перед «зеркалом», ведет себя достаточно свободно: ее мимика, пантомимика, жестикуляция очень разнообразны. "Зеркало" повторяет как можно точнее все движения, выражения лица "обезьяны"». Через три - четыре минуты тренер предлагает партнерам поменяться ролями.

Обсуждение: «Какие трудности у вас возникали в процессе выполнения упражнения?», «Насколько точно вам удавалось распознавать чувства и эмоции вашего партнера и воспроизводить их?»

#### 5. Упражнение «Собери пиктограмму»

Цель: развивает умение дифференцировать различные эмоциональные состояния по мимическим проявлениям. Оборудование, материалы: пиктограммы эмоциональных состояний, разрезанные на части.

Ход упражнения: 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.

#### 6. Прощание «Передай улыбку по кругу»

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.

Ход упражнения: участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.

Рефлексия: Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

### **Занятие 4.**

Цель: Формирование представлений правильно оценивать и понимать мысли и чувства другого, умения поставить себя на место другого.

#### 1. Упражнение «Приветствие с разным настроением»

Цель: создание психологически непринужденной атмосферы.

Оборудование: «кубик настроений», на гранях которого расположены изображения смайликов с разным настроением.

Ход упражнения: Ребёнок здоровается, стараясь передать то настроение, которое соответствует картинке. Педагог-психолог: Ребята, давайте

поприветствуем друг друга с разным настроением. Поможет нам в этом «кубик настроений».

## 2. Упражнение «Поменяться местами те..»

Цель: Активизация участников, включение в работу.

Время выполнения: 5 -10 минут

Оборудование, материалы: не требуются.

Ход упражнения: 1. Участники сидят в общем кругу. Ведущий просит встать и найти себе новое место в круге всех, кто обладает определенными характеристиками, например: имеет светлые волосы, имеет пуговицы на ботинках, в черных туфлях, всем девочкам, имеет сережки в ушах, всем кто любит собак, у кого хорошее/плохое настроение и т.д. 2. Пока участники меняются местами, ведущий занимает любой свободный стул. Участник, оставшийся без стула, становится ведущим.

## 3. Игра «Скульптор»

Цель: развитие внимание друг другу, способности к эмоциональному самовыражению.

Время выполнения: 15 минут

Ход упражнения: Выполняется в парах. Один из участников «скульптор», который «лепит» фигуру (любую, по своему усмотрению) из своего партнера. После этого ребенок – «скульптор» рассказывает о том, что он слепил и о характере того, кто изображен. Присутствующие задают ему вопросы. Затем происходит смена ролей.

## 4. Упражнение «Рисование»

Цель: развитие эмпатии, творческого воображения.

Время выполнения 15-20 минут

Оборудование, материалы: все для рисования

Ход упражнения: Детям дается задание — «Нарисуйте доброе животное и назовите его ласковым именем, наградите каким-нибудь волшебным средством понимания». Рисование проводится под тихую, спокойную музыку,

красками или яркими мелками, фломастерами. Затем устраивается конкурс на самое доброе животное. Победителю вручается картонная медаль-смайлик.

#### 5. Прощание «Передай улыбку по кругу»

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.

Ход упражнения: участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.

Рефлексия: Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

### **Занятие 5.**

Цель: Формирование представлений правильно оценивать и понимать мысли и чувства другого, умения поставить себя на место другого.

#### 1. Упражнение «Приветствие с разным настроением»

Цель: создание психологически непринужденной атмосферы.

Оборудование: «кубик настроений», на гранях которого расположены изображения смайликов с разным настроением.

Ход упражнения: Ребёнок здоровается, стараясь передать то настроение, которое соответствует картинке. Педагог-психолог: Ребята, давайте поприветствуем друг друга с разным настроением. Поможет нам в этом «кубик настроений»

#### 2. Игра «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся»

Цель: соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.

Время выполнения: 10 минут

Ход игры: 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 получше 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.

Обсуждение: как проходило упражнение? какие чувства возникали в ходе упражнения? что понравилось больше?

### 3. Упражнение "Побег из тюрьмы"

Цель упражнения: развитие способностей к эмпатии, пониманию мимики, языка телодвижений.

Время выполнения: 10 -15 минут

Участники группы становятся в две шеренги лицом друг к другу. Ведущий предлагает задание: "Первая шеренга будет играть преступников, вторая - их сообщников, которые пришли в тюрьму, для того чтобы устроить побег. Между вами звуконепроницаемая стеклянная перегородка. За короткое время свидания сообщники с помощью жестов и мимики должны "рассказать" преступникам, как они будут спасать их из тюрьмы (каждый "сообщник" спасает одного "преступника")".

После окончания игры "преступники" рассказывают о том, правильно ли они поняли план побега.

### 4. Упражнение «Как ты себя чувствуешь?»

Цель: развитие внимательности, эмпатии, умения чувствовать настроение другого.

Время выполнения: 10 минут

Ход упражнения: упражнение выполняется по кругу. Каждый ребенок внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, рассказывает об этом. Ребенок, состояние которого



описывается, слушает и затем соглашается со сказанным или не соглашается, дополняет.

#### 5. Упражнение «Интонация»

Цель: развитие экспрессии, навыков активного слушания, эмоциональной сферы.

Время выполнения: 10 минут

Ход упражнения:.

Ведущий: «Произнесите по кругу фразу с разными интонациями»

Умница! Молодец! (с благодарностью, с восторгом, иронично, огорченно, гневно)

Я этого никогда не забуду (с признательностью, с обидой, с восхищением, с гневом).

Спасибо, как это вы догадались! (искренне, с восхищением, с осуждением).

Ничем не могу вам помочь (искренне, с сочувствием, давая понять бестактность просьбы).

Вы поняли меня? (доброжелательно, учтиво, сухо, официально, с угрозой).

До встречи! (тепло, нежно, холодно, сухо, решительно, резко, безразлично).

Это я! (радостно, торжественно, виновато, грозно, задумчиво, небрежно, таинственно).

Я не могу здесь оставаться (с сожалением, значительно, обиженно, неуверенно, решительно).

Здравствуйте! (сухо, официально, радостно, грозно, с упреком, доброжелательно, равнодушно, гневно, с восторгом).

#### 6. Прощание «Передай улыбку по кругу»

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.

Ход упражнения: участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.

Рефлексия: Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

## **Занятие 6.**

Цель: развитие способностей к межличностному взаимодействию, стремления к оказанию помощи.

### **1. Упражнение «Давайте поздороваемся»**

Цель: развитие воображения, создание психологически непринужденной атмосферы.

Ход упражнения: В начале упражнения ведущий рассказывает о разных способах приветствия, принятых и шуточных. Затем детям предлагается поздороваться, прикоснувшись плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться посредством его.

### **2. Упражнение «Путаница»**

Цель: повышение тонуса, сплочение группы посредством физического контакта, развитие бережного отношения друг другу.

Время: 10 минут.

Оборудование, материалы: не требуются.

Ход упражнения: участники становятся в тесный круг, протягивают руки к середине. По команде тренера закрывают глаза и делают шаги вперед до тех пор, пока не почувствуют чужую ладонь, за которую необходимо будет взяться. Тренер следит за тем, чтобы руки соединялись не с соседними участниками.

Участники открывают глаза и пытаются распутаться, не разжимая при этом рук. Во время распутывания часто возникает мнение о невозможности

решения поставленной задачи. В этом случае тренер должен спокойно сказать, что эта задача всегда решаемая.

Обсуждение: Как вы находили пути решения?

### 3. Упражнение «Что изменилось?»

Цель: развитие внимания и наблюдательности, необходимых для эффективного общения.

Время выполнения: 10-15 минут

Ход игры: 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.

### 4. Упражнение "Комплименты"

Цель упражнения: отработать навыки эмпатии и новых способов поведения, сформировать умения делать комплименты и создавать позитивные установки друг на друга.

Время выполнения: 15 -20 минут

Оборудование, материалы: не требуются

Ход упражнения: Ведущий дает задание:

– Вы можете свободно передвигаясь по комнате подходить к любому члену группы и обмениваться комплиментами, добрыми пожеланиями, похвалами. Возможно, этот человек чем-то помог вам в процессе занятия, поблагодарите его. Таким образом, обойдите всех участников занятия.

### 5. Игра «Поводыри»

Цель: развивать внимание друг к другу, развитие чувства безопасности к другим людям.

Время выполнения: 10 -15 минут

Ход игры: Играющие разбиваются на пары. Один с открытыми глазами стоит впереди. Другой на расстоянии вытянутой руки, чуть касаясь спины

впереди стоящего, встает с закрытыми глазами. Один из участников – «слепой», второй – его «поводырь», который должен провести слепого через различные препятствия, которые созданы заранее (мебель, столы, стулья или другие люди). У «слепого» завязаны глаза. «Поводырь» должен провести его так, чтобы он не упал и не ушибся. «Поводырь» сначала медленно начинает передвигаться по помещению, «слепой» следует за ним, стараясь не потеряться, затем траектория и скорость движения увеличиваются. После прохождения маршрута, участники меняются ролями.

Обсуждение: Что вы чувствовали? Кем понравилось быть больше? Почему?

#### б. Прощание «Передай улыбку по кругу»

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.

Ход упражнения: участникам группы предлагается взяться за руки, пожать их, каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.

Рефлексия: Что чувствовали? Какое сейчас настроение?

### **Занятие 7.**

Цель: развитие способностей к межличностному взаимодействию, стремления к оказанию помощи.

#### 1. Упражнение «Ласковое имя»

Цель: упражнение так же позволяет детям запомнить имена друг друга, способствует созданию комфортной обстановки для каждого участника.

Время выполнения: 5 минуты

Оборудование: не требуется

Ход упражнения: «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. Упражнение «Хлопки по коленям»

Цель: развитие внимательности и навыков группового взаимодействия.

Время выполнения: 10 минут

Ход упражнения: Участники, сидя в кругу, кладут руки на колени своих соседей таким образом, чтобы правая рука каждого оказалась на левом колене соседа справа, а левая – на правом колене соседа слева. После этого им предлагается считать по кругу в направлении часовой стрелки таким образом, чтобы цифры произносились в том же порядке, как лежат руки на коленях: тот, кто начинает, произносит «один», сосед справа – «два» (так как его рука лежит по порядку следующей), сосед слева – «три», а «четыре» – опять тот, кто начинал счет. По такому же принципу счет продолжается, пока в нем не примет участие каждый.

После 1–2 пробных кругов вводятся дополнительные условия, например такое: запрещается называть числа, заканчивающиеся на 6 или кратные 6 (6, 12, 16, 18 и т. д.). Кому достается такое число, должен не произносить его, а дважды хлопнуть соседа по колену. Кто ошибается, тот выбывает из игры. В конце концов в круге остаются самые внимательные. Естественно, признаки «неназываемых» чисел можно менять.

## 3. Упражнение «Волшебное животное»

Цель: развитие умения сотрудничать, чувствовать другого, внимательности, развитие эмпатии.

Время выполнения: 10 минут

Ход упражнения: Дети становятся в тесный круг, берутся за руки и представляют, что все они вместе — одно большое сильное животное.

Ведущий просит их послушать дыхание друг друга и постараться дышать одинаково — так, как будто дышит одно большое животное.

#### 4. Упражнение «Счастье»

Цели: понимание чувств других, развитие эмпатии.

Время выполнения: 15-20 минут

Оборудование, материалы: карточки с названиями чувств.

Игроки садятся в круг или шеренгу. Все участники, кроме первого, закрывают глаза. Первый (крайний в ряду) участник вытаскивает карточку с названием чувства (можно играть без карточек, в этом случае первый игрок сам придумывает, какое чувство он будет передавать). Он передает это чувство соседу, прикасаясь определенным образом (глядя, пожимая, щипая зависимости от чувства и его интерпретации) к руке соседа. Человек, «получивший» чувство, пытается осмыслить, что же он получил, а затем передать по-своему этот сигнал дальше. После этого он может открыть глаза. Когда последний участник получает тактильный сигнал, он открывает глаза и называет чувство, которое получил. Затем все игроки в обратном порядке сообщают, какое чувство они получили, и обсуждаются причины возникших искажений.

#### 5. Упражнение «Живая анкета»

Все участники по кругу отвечают на следующие вопросы:

Было ли что-то неожиданное для тебя на этом занятии?

Что тебе понравилось?

Что не понравилось?

Как вы сейчас себя чувствуете?

### **Занятие 8.**

Цель: развитие способностей к межличностному взаимодействию, стремления к оказанию помощи.

#### 1. Упражнение «Давайте поздороваемся»

Цель: развитие воображения, создание психологически непринужденной атмосферы.

Ход упражнения: В начале упражнения ведущий рассказывает о разных способах приветствия, принятых и шуточных. Затем детям предлагается поздороваться, прикоснувшись плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться посредством его.

## 2. Упражнение «Ты мне нравишься тем...»

Цель: поддержка, обратная связь от участников

Оборудование, материал: мяч

Ход упражнения: Участники встают в круг. Ведущий бросает мяч одному из участников, говоря при этом: «Мне в тебе нравится...» и называет понравившееся качество (несколько качеств). Участник, получивший мяч, бросает его другому человеку и называет понравившиеся ему качества. Мяч должен побывать у всех участников.

## 3. «Ролевое проигрывание ситуаций»

Цель: проигрывание жизненных ситуаций, применение способов поддержки, их выработка и коррекция, развитие эмпатии.

Время выполнения: 20 – 25 минут

Ход упражнения: Упражнение выполняется в парах. Дети должны помочь проиграть ряд ситуаций и попробовать найти выход из ситуации:

- 1) плачущему ребенку, он потерял мячик;
- 2) мама пришла с работы, она очень устала;
- 3) товарищ в классе сидит грустный, у него заболела мама;
- 4) ваш друг плачет, он получил плохую оценку;
- 5) девочка-соседка попросила тебя ей сделать аппликацию...

Обсуждение: Какими словами вы оказывали поддержку? Какие чувства испытывали при этом?

#### 4. Упражнение «Сиамские близнецы»

Цель: развитие способности к установлению взаимодействия и внимания друг к другу.

Время выполнения: 10 минут

Ход упражнения: Дети разбиваются на пары, встают плечом к плечу, обнимают друг друга одной рукой за пояс, одну ногу ставят рядом. Теперь они сросшиеся близнецы: 2 головы, 3 ноги, одно туловище и 2 руки. Предложите им походить по помещению, присесть, что-то сделать, повернуться, лечь, встать, порисовать и т.д. чтобы третья нога была «дружной», ее можно скрепить веревочкой.

#### 5. Упражнение «Живая анкета»

Все участники по кругу отвечают на следующие вопросы:

Было ли что-то неожиданное для тебя на этом занятии?

Что тебе понравилось?

Что не понравилось?

Как вы сейчас себя чувствуете?

### **Занятие 9.**

Цель: Закрепление полученных знаний, приобретенных навыков в естественных условиях.

#### 1. Упражнение «Приветствие с разным настроением»

Цель: создание психологически непринужденной атмосферы.

Оборудование: «кубик настроений», на гранях которого расположены изображения смайликов с разным настроением.

Ход упражнения: Ребёнок здоровается, стараясь передать то настроение, которое соответствует картинке. Педагог-психолог: Ребята, давайте поприветствуем друг друга с разным настроением. Поможет нам в этом «кубик настроений»

#### 2. Упражнение «Ситуация»



Цель: развитие навыков вхождения в различные эмоциональные ситуации, переживание соответствующих эмоций и состояний.

Время выполнения: 10 минут

Ход упражнения: «Сейчас мы будем ходить по комнате и тот из нас, чье имя я назову, предложит ситуацию, в которой каждый попробует себя представить, постарается в нее включиться и осознать те чувства, состояния, которые при этом возникают. Итак, я начну: мы идем по густой чаще леса...» Далее через каждые двадцать-тридцать секунд ведущий называет имя следующего члена группы. После завершения упражнения можно задать вопросы: «Какие состояния у вас возникали в разных ситуациях?», «В какой из предложенных ситуаций вам было легче всего себя представить, в какой — сложнее?»

### 3. Ролевая игра «Дюймовочка»

Цель: учить детей драматизировать отдельные небольшие эпизоды из сказки, через игру и общение с персонажами, воспитывать нравственные чувства у детей - научить детей выражать свои эмоции; способствовать развитию сочувствия, желания помочь чужому горю, радость, взаимопонимание.

Время выполнение: 30 минут

Дети просматривают различные части мультфильма, примеряют на себя различные роли персонажей, выход из различных ситуации, их обсуждение. Применение знаний полученных в ходе занятий.

### 4. Упражнение «Живая анкета»

Все участники по кругу отвечают на следующие вопросы:

Было ли что-то неожиданное для тебя на этом занятии?

Что тебе понравилось?

Что не понравилось?

Как вы сейчас себя чувствуете?

### 5. Подведение итогов и прощание с группой.