



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

**Работа учителя по развитию эмпатии у детей младшего школьного
возраста**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность программы бакалавриата
«Начальное образование. Дошкольное образование»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:
24,98 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
«20» ав 2025 г.

Директор института
Сибиркина - Сибиркина А.Р.

Выполнила:
Студент(ка) группы ЗФ-609-072-6-1Пл
Чернова Алла Радиковна А

Научный руководитель:
к.п.н., доцент кафедры ПППОиПМ.
Артебякина О.В.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАБОТЫ УЧИТЕЛЯ ПО РАЗВИТИЮ ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	7
1.1 Рассмотрение понятия «эмпатия» в психолого - педагогической литературе	7
1.2 Возрастные особенности проявления эмпатии у детей младшего школьного возраста	15
1.3 Методы и приёмы работы учителя по развитию эмпатии у детей младшего школьного возраста	21
Выводы по главе 1	29
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ РАБОТЫ УЧИТЕЛЯ ПО РАЗВИТИЮ ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	30
2.1 Организация опытно-экспериментального исследования	30
2.2 Реализация комплекса методов и приёмов развития эмпатии у младших школьников	34
2.3 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования	39
Выводы по главе 2	42
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	44
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	46
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	52
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	55
ПРИЛОЖЕНИЕ 3	57

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Современным направлением образовательного процесса школы является социализация детей, их приобщение к общечеловеческим, гражданским, культурным ценностям и правилам жизни в обществе. Конституции Российской Федерации, а так же Закону Российской Федерации «Об образовании» система образования является социальным институтом, и призвана обеспечить воспитание молодого поколения в духе высокой нравственности и уважения. Только человек, творческий, способный критически мыслить, а так же правильно и активно действующий в разнообразных ситуациях, способен принести весомую пользу обществу, сможет восполнить духовный потенциал России.

Одной из основополагающих целей современного образования является развитие личности, имеющей развитую эмпатию. Эмпатия – понимание эмоционального состояния другого человека посредством сопереживания, проникновения в его субъективный мир. Способность сопереживать – один из главных жизненных навыков, который напрямую влияет на духовное и интеллектуальное развитие личности, а также на социальную адаптацию.

Феномен эмпатии занимает очень важное место в понимании человеком другого человека, социальной природы личности, приобретения личностью коммуникативных компетенций. Эмпатия лежит в основе развития эмоционально - чувственной сферы личности, умения понимать и контролировать свои чувства, переживания [1].

Эмпатические чувства считаются особенно значимой личностной чертой младшего школьника. Они отображают сферу нравственного развития ребёнка и непосредственно объединены с характером его отношений с людьми, с особенностями вхождения в школьный коллектив. В младшем школьном возрасте формируется чувство, как сопереживание другому. Ключевое значение в этом процессе отводится эмпатии как

продукту взаимоприятия, как психологического явления, положительно оптимизирующего связь со школьниками, имеющими нарушения речи. Эмпатия занимает одно из главных мест внутри социальных эмоций, играя значимую роль в жизни человека [3].

Развитие эмпатии – актуальная педагогическая проблема, которая приобретает особый смысл в свете усвоения ребёнком в начальной школе духовных и нравственных ценностей, которые трансформируются в свойства личности и проявляются в отношениях с другими людьми. Ориентация младших школьников на личностные ценности отмечается в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования второго поколения (ФГОС НОО). Ценностным ориентиром в формировании личностных универсальных учебных действий в соответствии со стандартом является «эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им ...» [45].

Психологические традиции исследования эмпатии первоначально были изучены в трудах по философии, что во многом обусловило научные подходы к теоретическому осмыслению явления. Многие исследователи (А.А. Бодалев, Т.П. Гаврилова) объединяют разработку вопроса эмпатии с нравственными и эстетическими чувствами.

Интерес учёных также был направлен на изучение социальных эмоций (Г.М. Бреслав, В. К. Вилюнас, А. В. Запорожец, Я. З. Неверович, В. К. Котырло, М. И. Лисина, В. С. Мухина, П. В. Симонов и др.), выполняющих важнейшую регулятивную роль в психическом и личностном развитии ребёнка и определяющих его отношение к другому человеку и самому себе.

Е. Р. Овчаренко замечено, что «... в современной психолого - педагогической литературе проблема проявления и развития эмпатии у школьников освещается (Т. П. Гаврилова, В. Н. Лозоцева, Т. А. Немчин и др.), но среди исследований мало работ, посвящённых изучению этой проблемы в младшем школьном возрасте...» [34].

Таким образом, наблюдается противоречие между возрастающей потребностью современной практики в формировании и развитии гуманных чувств у детей, в том числе эмпатии, и недостаточной проработанностью проблемы в имеющихся исследованиях применительно к младшему школьному возрасту.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить возможности тренинговой работы учителя по развитию эмпатии у детей младшего школьного возраста.

Объект исследования: процесс развития эмпатии детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования: тренинговая работа как средство развития эмпатии у детей младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования: работа учителя по развитию эмпатии детей младшего школьного возраста будет более эффективной, если будет использована тренинговая работа с итоговой рефлексией, направленной на понимание своих и чужих эмоций и состояний.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психолого - педагогическую литературу по проблеме исследования.
2. Определить уровень развития эмпатии детей младшего школьного возраста.
3. Оценить применения тренинговой работы как средства развития эмпатии у детей младшего школьного возраста.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ, систематизация и обобщение литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические методы: тестирование, методы математической обработки данных.

База исследования: МБОУ «Школа № 15» село Демарино, Пластовский район, Челябинская область.

Структура исследования: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников и приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАБОТЫ УЧИТЕЛЯ ПО РАЗВИТИЮ ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1 Рассмотрение понятия «эмпатия» в психолого - педагогической литературе

Существует достаточное количество исследований, в которых изучается феномен эмпатии.

Термин «эмпатия» пришёл в научную психологию в начале XX в. и был введён для обозначения особой внутренней активности, результатом которой становится интуитивное понимание ситуации другого человека. В английском языке термин был впервые использован как перевод немецкого слова «Einfühlung» (проникновение, вчувствование), использованное в 1885 году Теодором Липпсом, в контексте теории воздействия искусства [43].

В современной психолого - педагогической литературе понятие «эмпатия» рассматривается в контексте процесса межличностного взаимодействия, общения и познания. Разработке проблемы эмпатии уделяли внимание многие учёные (М. Г. Андреева, А. А. Бодалев, Т. П. Гаврилова, Л. А. Петровская, А. В. Петровский и др.). Несмотря на обширные исследования, не существует общепринятой теории единого понимания феномена эмпатии. Одними авторами она определяется как способность личности проникать в психику другого человека, с помощью вчувствования субъекта в себя, в другого или в объект (А. Г. Васильева, Дж. Морено, В. П. Морозов и др.), другими – как процесс, свойство, состояние психики (Т. П. Гаврилова, А. П. Сопиков и др.) [27].

В первой концепции эмпатии, сформулированной Т. Липпсом, она рассматривалась в качестве особого психического акта, при котором человек, воспринимая предмет, проецирует на него своё эмоциональное состояние, испытывая при этом позитивные или негативные эстетические переживания. По мнению Т. Липпса, соответствующие эстетические

переживания не столько пробуждаются художественным творением, сколько привносятся в него.

Наиболее близкое к современному понятие эмпатии было сформулировано З. Фрейдом: «Мы учитываем психическое состояние пациента, ставим себя в это состояние и стараемся понять его, сравнивая со своим собственным» [27], обладать эмпатией означает воспринимать субъективный мир другого человека так, как если бы сам воспринимающий был этим другим человеком. Это значит ощущать боль или удовольствие другого так, как чувствует это он сам, но при этом ни на минуту не забывать о том, что существует ощущение «как будто».

М.Шелер рассматривал эмпатию как механизм познания, т.е. акт, направленный на познание личности другого как высшей ценности. Состояние слияния с объектом симпатии, идентификация с его переживанием и при сохранении независимости и при сохранении независимости собственных переживаний [43].

Т. Рибо утверждал, что на низшем психофизиологическом уровне развития эмпатия выступает как синергия (подражание двигательным стремлениям), а на более высоком – как синестезия, т.е. согласованность чувствований, переживаний, вызывающих сходные поступки, хотя в ряде случаев люди стремятся избавиться себя от сопереживания страданиям другого человека. Единство представлений и темпераментов с объектом симпатии способствуют появлению согласованных чувств и поступков [50].

В. Штерн считал, что эмпатия – это развитие социальных чувств к другим (нежность, любовь) и чувства с другими (сострадание, сорадость).

У. Мак-Дугал высказывал предположение о происхождении симпатии как стадного инстинкта эмоционального реагирования на эмоции других животных по типу заражения или индукции, важного для выживания стада, без сопереживания и сострадания [27].

В советскую психологию термин «эмпатия» был введён только в начале 1970-х гг. Т. П. Гавриловой, и преобладающей поначалу была

собственно эмоциональная трактовка эмпатии. Ею выделены четыре наиболее часто встречающихся определения эмпатии в зарубежной психологии:

1. Способность проникать в психику другого, понимать его эмоциональное состояние и аффективные ориентации в форме сопереживания и на этой основе предвидеть реакции другого (Т. Шибутани, N. Eisenberg, F. S. Christopher и др.).

2. Вчувствование в событие, объект искусства, природу, вид чувственного познания объекта через проекцию и идентификацию (Бирея, Арлоу и др.).

3. Аффективная связь с другими, переживание состояния отдельного другого или даже целой группы (Адерман, Брем, Бергер, Стоттланд и др.).

4. Свойство психотерапевта (З. Фрейд, К. Роджерс, Б. Мери и др.) [43].

Один из основных представителей гуманистической психологии К. Роджерс определяет эмпатию «как способ существования с другим человеком, возможность войти во внутренний мир другого и быть в нем как дома» [66].

Традиционная трактовка феномена эмпатии как «понимание внутреннего мира другого человека и эмоциональное приобщение к его жизни» (И.М. Юсупов), позволяет определить эмпатию не только как результат интеграции элементов познавательных и эмоциональных процессов, но и как проявление отношения к другому человеку как высшей ценности, взгляд на него как на «самоцель» общения. Такое понимание позволяет выделить регулятивную функцию эмпатии, сущность которой состоит в помогающем поведении педагога, направленном на воспитанника [67].

Изучение эмпатии имеет свои сложности, которые заключаются в том, что теоретически и экспериментально мало разработаны в науке, такие

вопросы как, проблема эмоциональных состояний, взаимосвязь переживания и поведения и т. д.

Эмпатия исследователями раскрывается как процесс или как свойство. Первая группа исследователей Т. И. Пашукова и Л.П. Стрелкова рассматривают и исследуют процессуальную сторону эмпатии. Они видят в эмпатии процессе и конструируют модель, в которой последовательно представлены сочувствие, сопереживание, реальное содействие [46].

Л. П. Стрелкова утверждает, что «наблюдающий часто сталкивается в жизни не с законченными и полными эмпатическими процессами, а с их укороченными модификациями, выступающими в виде оборванных на каком-то звене эмпатийных цепочек. Чем изначально короче эта цепочка, тем дальше отстоит эмпатийный процесс от своего конечного звена – реального содействия другому...» [66].

На сегодняшний день выделены четыре основных подхода к исследованию эмпатии в зарубежной и отечественной психологии:

– аффективный, где эмпатия понимается как способность принимать переживания другой личности и сопереживать ей в процессе межличностных отношений (Т. И. Пашукова, Р. Borkenau, J. L. Moreno и др.). Здесь выделяют следующие уровни эмпатии: 1) ответная эмоциональная реакция по типу заражения, примитивная эмоциональная идентификация; 2) сопереживание и сочувствие как более сложные формы соучастия в эмоциях другого, разделения их;

– когнитивный, в котором эмпатия рассматривается как когнитивная способность индивида распознавать эмоциональное состояние другого (С. А. Ершов, В. А. Лабунская, D. Richardson и др.);

– Аффективно - когнитивный, суть которого состоит в умении давать опосредованный эмоциональный ответ на переживания другого, сопряжённый с рефлексией его внутренних состояний, мыслей и чувств (А. А. Бодалев, А. Г. Васильева, А. Г. Ковалев, В. П. Морозов, Л. А. Петровская и др.);

– интегративный, где эмпатия трактуется как совокупность эмоциональных и познавательных процессов, при этом указывается мотивационно - поведенческая модель эмпатии, включающая определённые этапы: 1) восприятие многообразия открытых переменных объекта эмпатии, получение информации о качестве, знаке и содержании его переживаний; 2) построение во внутреннем плане модели открытой и латентной деятельности объекта эмпатии и соотнесение её собственными ценностями и потребностями. При этом ведущей может быть либо эмоциональная, либо мотивационно - поведенческая, либо когнитивная сторона эмпатии (В. В. Бойко, Т. П. Гаврилова, К. Роджерс, А. П. Сопиков и др.) [43].

И. М. Юсупов выделял следующие компоненты эмпатийного понимания, называет их «комплементарными». Он пишет: «эмоциональные и когнитивные компоненты эмпатийного понимания находятся между собой в отношениях комплементарности. Включение одного в другое происходит при дефиците информации об эмпатируемом объекте с целью «проникновения» в скрытый мир другого человека или антропоморфизированного объекта» [67].

В.В. Бойко рассматривает эмпатию как рационально - эмоционально - интуитивную форму отражения, которая является особенно утончённым средством «вхождения» в психоэнергетическое пространство другого человека. «Это форма рационально - эмоционально - интуитивного отражения другого человека, которая позволяет преодолеть его психологическую защиту и постичь причины и следствия самопроявлений – свойств, состояний, реакций – в целях прогнозирования и адекватного воздействия на его поведение. Он считает, что неподдельный искренний интерес к другой личности как таковой. К её субъективной реальности – основная предпосылка глубокой эмпатии [4].

Наиболее обобщённая классификация функций эмпатии представлена в работе М. В. Редмонд. В его исследовании указывается, что эмпатия помогает субъекту эмпатии:

- более успешно делать выводы об особенностях других людей;
- концентрироваться на другом раньше, чем поступит объективная информация о его эмоциональном состоянии;
- более продуктивно использовать воображение для предсказания изменения ситуации и поведения в них других;
- полнее и точнее строить картину мира другого человека [27].

Кроме того, объект эмпатии получает возможность для самораскрытия, обнаруживает себя в атмосфере поддерживающего общения, находит подтверждение своего «Я», своей ценности и значимости, утверждает в правильности самоощущений и самооценок.

Существуют классификации видов эмпатии. К примеру, классификация А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского, в которой эмпатия представлена следующими её видами:

- эмоциональная эмпатия, основанная на механизмах проекции и подражания;
- когнитивная эмпатия, базирующаяся на интеллектуальных процессах, например, сравнение, аналогии;
- предикативная эмпатия, проявляющаяся как способность человека предсказывать аффективные реакции другого в конкретных ситуациях [47].

Эмпатия как социально - психологическое свойство личности состоит из ряда способностей: способности эмоционально реагировать и откликаться на переживания другого; способности распознавать эмоциональные состояния другого и мысленно переносить себя в его мысли, чувства и действия; способности выбирать адекватный эмпатический ответ (вербального и невербального типа) на переживания другого, использовать способы взаимодействия, облегчающие страдания другого [42].

К механизмам эмпатии относят:

– сопереживание – переживание субъектом тех эмоциональных состояний, которые испытывает другой человек посредством отождествления себя с ним;

– Сочувствие - переживание собственных эмоциональных состояний по поводу чувств другого человека.

Т. П. Гаврилова выделяя сопереживание и сочувствие как видов эмпатии и считает, что «в случае сопереживания проявляются эгоистические тенденции, а в случае сочувствия – альтруистические. Сопереживание направлено большей частью на себя, ибо индивид здесь переживает то, что может случиться в будущем, а сочувствие переживается безотносительно к собственному благополучию. Иногда в сопереживании можно обнаружить сочувствие, и наоборот, но один из механизмов эмпатии, по мнению исследователей, обязательно доминирует» [13].

В работах современных учёных (Л.Л. Бодалев, В.В. Бойко, Т.П. Гавриловой, В.А. Петровского, И.М.Юсупова и др.) раскрыты компоненты способности к эмпатии, а именно, распознать эмоциональное состояние другого, способность к сопереживанию и сочувствию, способность адекватно воспринимать имеющуюся ситуацию; выделены каналы эмпатии– эмоциональный, рациональный, интуитивный.

Отечественные психологи А.П. Сопиков и Т.П. Гаврилова [13] выделили следующие фазы эмпатического процесса:

1. Восприятие многообразия открытых переменных объекта эмпатии, получение информации о качестве, знаке и содержании его переживаний.

2. Построение во внутреннем плане модели открытой и латентной деятельности объекта эмпатии и соотнесение её с собственными ценностями и потребностями.

В психологии, как правило, выделяют три уровня эмпатии [9]:

1-й уровень эмпатии – практическая индифферентность к чувствам и мыслям другого... Человек заиклен на себе. Его больше интересует свой

собственный мир, свои желания и похоти. По его определению, весь мир должен вращаться вокруг него. И других людей он воспринимает только как инструменты для реализации собственных планов, или удовлетворения собственных амбиций. И, если ему кажется, что он хорошо знает и понимают других людей, учитывая, что он смотрит на них сквозь призму собственного эго, то его выводы, как правило, далеки от истины. Да и, осознать свои заблуждения ему мешает собственное эго, зацикленность на себе и, как результат, низкий уровень эмпатии. И это может продолжаться всю жизнь.

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

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

Таким образом, эмпатия – это основополагающая социальная эмоция. В общем виде она не что иное, как способность индивида эмоционально отзываться на переживания других людей. Показателями проявления

эмпатии выступают понимание эмоций других людей, эмоциональная отзывчивость, интерес к состоянию другого, яркое эмоциональное реагирование, активное включение в ситуацию.

1.2 Возрастные особенности проявления эмпатии у детей младшего школьного возраста

Младший школьный возраст является сензитивным к развитию эмпатии, что связано с общим направлением личностного развития ребёнка.

Младший школьный возраст является началом школьной жизни. В этот период ребёнок получает внутреннюю позицию ученика и развивает мотивацию к учению. Образовательная деятельность становится для него главной.

В младшем школьном возрасте мышление становится доминирующей функцией. В результате сами мыслительные процессы интенсивно развиваются и перестраиваются, а также происходит развитие других психических функций, зависящих от интеллекта [41].

Заканчивается переход от наглядно - образного к вербально - логическому мышлению. У ребёнка формируются логически правильные рассуждения, связанные с использованием мыслительных операций. Однако это ещё не формальные логические операции, младший школьник пока не может проводить рассуждения в гипотетическом плане. Операции, характерные для данного возраста, Ж. Пиаже назвал конкретными, поскольку они могут применяться только на конкретном, наглядном материале [36].

Внимание младшего школьника все ещё в значительной степени произвольно, но произвольное внимание становится все более важным. Ученик может сосредоточиться на том, что говорит учитель или показывает в учебнике. Устойчивость внимания в этом возрасте ещё недостаточная, и поэтому учитель должен опираться на произвольное внимание ученика,

используя значительное количество наглядности (П. Я. Гальперин, И. В. Страхов, Л. И. Божович [3]).

Память младших школьников, как и мыслительные процессы, играет важную роль в работе с учебными материалами получению опыта в процессе социализации. В этом ребёнку помогает память, которая хранит и частично обрабатывает всю информацию, которая приходит к нам из внешнего мира, а также из внутреннего (посредством сознания).

Для ребёнка период от 6 до 7 лет является переходным. В это время ребёнок соединяет в себе черты дошкольного детства с особенностями школьника. Эти черты проявляются в его поведении и сознании в виде сложных сочетаний, порой противоречащих друг другу. Дошкольный и младший школьный возраст богаты возможностями развития. В это время наступает так называемый сензитивный период (период особой чувствительности ребёнка к внешним воздействиям), в течение которого закладываются основы для будущего развития качеств личности [3].

Младший школьный возраст, это возраст интенсивного развития эмоциональной сферы. Эмоциональная сфера имеет важное значение и для умственного развития ребёнка, что приводит к эффективной интеллектуализации всех психических процессов, их пониманию и регулированию. Формируется способность произвольно и намеренно видоизменять информацию, способность произвольно концентрировать внимание, учится наилучшим образом использовать знания на практике для решения задач, способность думать теоретически. Данные новообразования, формируемые в учебной деятельности, свидетельствуют о развитии эмоциональной сферы ребёнка младшего школьного возраста [23].

При начале обучения в школе эмоциональный диапазон ребёнка меняется по мере расширения содержания деятельности и роста численности эмоциональных объектов. Те стимулы, вызывавшие эмоциональные реакции у дошкольников, у младших школьников

переставали действовать. Дети младшего школьного возраста все ещё сильно переживают эмоциональные реакции, но из-за развития волевых и произвольных процессов учатся подавлять те эмоции, которые не хотят видеть окружающие [54]. В результате выражение чувств уже не так непосредственно отражает внутренние эмоции ребёнка. Он может не раскрывать существующие эмоции или выражать эмоции, которые на самом деле не переживает.

Поступление в школу определяет обогащение социальных взаимоотношений, становится причиной обогащения и эмоциональной сферы. В начальной школе зарождаются новые эмоции (страх быть смешным, робким) [32]. Например, ученики начальной школы могут проявить повышенную обидчивость, если сверстники не показывают уважение, не прислушиваются к словам, не уверены в их авторитете, уме, силе.

В то же время, учащиеся чувствуют себя счастливее, если одноклассники признают его авторитет, доверяют ему в каждом деле и игре, оценивают его качества как организатора, образца для подражания и т. д.

В начальной школе у ребёнка эмоции продолжительнее, стабильнее и глубже.

Младшие школьники в силу возрастных особенностей показывают высокий уровень наблюдательности. Просто наблюдая за происходящим (как другие общаются, какие действия совершают, какие слова говорят) дети набираются жизненного опыта. На основе подобного наблюдения формируются чувства.

На основе этих общих, уже очень сильных интересов, младшие школьники строят прочные интересы и долгосрочные дружеские связи [25]. Дети играют и учатся с энтузиазмом и радостью, но быстро устают. Поэтому первоклассникам трудно соблюдать правила дисциплины и длительное время находиться в состоянии стресса.

Для детей младшего школьного возраста характерна эмоциональная неустойчивость, перепады настроения, кратковременные бурные проявления эмоциональных установок, радости, печали, гнева, страха. Разум не полностью контролирует эмоциональные переживания младшего школьника. Он просто хочет понять, что он чувствует. Ребёнку нужно дать почувствовать и страх, и стыд, и унижение, и радость, и боль, только в этом случае эти переживания станут личным опытом и обогатят эмоциональную палитру. Такие сильные и часто негативные переживания требуют создания специальных условий и наблюдения со стороны учителей или родителей [32].

Д. И. Фельдштейн отмечал, что у детей 10-11 лет совершенно своеобразное мироощущение. Не принимают себя 34% мальчиков и 26% девочек. 70% детей знают свои положительные черты, но считают, что негативных качеств у них больше. Поэтому особенности детей этого возраста носят базовый характер отрицательных эмоций [57].

Т. Б. Пискарева отмечает, что учащиеся начальных классов легко понимают эмоции, с которыми они сталкиваются в повседневной жизни, но эмоциональные волнения трудно выразить словами. Положительные эмоции вербализируются и объясняются лучше отрицательных.

Если в дошкольном возрасте дети хотят видеть и переживать исключительно положительные эмоции, то у детей младшего школьного возраста развивается способность понимать болезненные сцены и напряжённые конфликты.

Эмоциональная социализация особенно заметна в возрасте младшего школьного возраста. В 3 классе ученики вдохновляются героями и лучшими спортсменами. Учащиеся начальной школы проявляют патриотизм, могут демонстрировать достаточно выраженные дружеские чувства.

Значительный вклад в изучение эмоциональных реакций в начальной школе внесла Т. П. Гаврилова. Он оценивает следующим образом. «Дети учатся считаться с мнением других, смотреть на себя со стороны, понимать

своё поведение, сопоставлять собственное поведение со своим влиянием на других» [13]. Кроме того, как внешние, так и внутренние переживания взрослых считаются эмоциональными стимулами для этих симптомов. Переживание здесь можно рассматривать как оригинальный стимул, идущий от ребёнка и возникающий из новых потребностей.

Эмоционально отзывчивые учащиеся проявляют положительное отношение к окружающим, «ориентированность на людей». Ребёнку комфортно находится в социуме. Он живёт в гармонии с собой и с миром, хорошо себя чувствует среди одноклассников и учителей, с ним счастливы и другие люди (от детей до взрослых). Окружающие могут способствовать повышению уровня благополучия в том случае, если поощряют усилия младшего школьника понимать с эмоциональной и духовной точки зрения переживания других людей. Это помогает развитию его самопознания [23].

Сознание детей 6-11 лет, в силу возрастных особенностей и присущих ему особенностей, чувствительно и восприимчиво к творческой, созидательной энергии и вместительно для её запасов. Вместе с тем, лежащие в основе эмпатии «механизмы» – социальная перцепция (понимание и оценка человеком самого себя и других людей), проекция (видение человеком Другого как продолжения себя самого) – в результате длительного бездейственного состояния, при отсутствии в сензитивный период внешнего побуждения увядают, теряют жизнеспособность. Поэтому важно не упустить способности детей 6-11 лет выходить за пределы индивидуального эмоционального опыта в пространство сокровенных, глубинных знаний о себе и окружающем мире [8].

В возрастной психологии А. Бек и В. Штерн положили начало изучению эмпатии и ее проявлений у детей. Проблема эмпатии рассматривается в связи с формированием личности ребёнка, развитием форм поведения, социальной адаптацией [24].

Развитие эмпатии – это процесс формирования непроизвольно действующих нравственных мотивов, мотиваций в пользу другого человека.

С помощью эмпатии ребёнок приобщается к миру переживаний других людей, у него формируется представление о ценности другого человека, развивается и закрепляется потребность в эмоциональном благополучии других людей. По мере психического развития ребёнка и структурирования его личности эмпатия становится источником благоприятного нравственного развития [46].

Х.Л. Рош и Е.С. Бордин считают эмпатию одним из важнейших источников развития личности ребёнка. По их мнению, эмпатия – это сочетание теплоты, внимания и воздействия. Авторы опираются на идею о том, что развитие ребёнка происходит как процесс установления баланса между потребностями родителей и ребёнка. Соблюдение баланса потребностей делает развитие эмпатии более эффективным, так как эмпатия определяет психологический климат обучения ребёнка взаимоотношениям с людьми [27].

Но эмпатические способности очень редко являются врождёнными. Чаще всего человек приобретает их вместе с неизменно накапливаемым опытом. Эмпатия нередко вызывает сразу несколько вариантов откликов. Человек, обладающий таким даром, умеет одновременно сочувствовать, сопереживать и испытывать симпатию к индивиду, с которым у него эмоциональная связь.

В основе развития эмпатии лежит формирующаяся направленность ребёнка на окружающих, обусловленная особенностями общения детей со взрослыми и, прежде всего, с родителями. Воздействия родителей должны быть ориентированы на развитие у ребёнка доброты, соучастия к другим людям, принятие самого себя как нужного, любимого и значимого для них человека. Эмпатийное, доверительное взаимодействие членов семьи друг с другом во многом определяет гармоничное развитие личности. Для полноценного развития способности сопереживать, сочувствовать, помогать другому человеку, необходима атмосфера семейных, дружественных отношений.

В своём исследовании В.П. Кузьмина делает вывод о том, что "...эмпатия является связующим звеном в отношениях между взрослым и ребёнком, определяющих вхождение последнего в сообщество сверстников. Сформированная эмпатия оптимизирует процесс социализации ребёнка, придавая ему гуманистическую, духовную направленность. Эмпатия возникает и формируется во взаимодействии, в общении. От воспитательного воздействия, от того, какие качества будут развиты, сформированы, зависит будущее ребёнка [37].

Эмпатия младших школьников характеризуется быстрой реакцией на происходящие события, связью эмоций с психическими процессами и деятельностью; прямым и открытым выражением эмоций; недостаточным пониманием эмоций других людей, если они не высказаны открыто. Неверная интерпретация эмоций других людей приводит к неадекватной поведенческой реакции; Младшим школьникам в большей степени свойственно проявлять эмпатию к родителям и другим взрослым людям, в меньшей степени они расположены к эмпатии в отношении сверстников.

Таким образом, младший школьный возраст является чувствительным для развития эмоционально - нравственной сферы, в том числе, и эмпатических способностей. В этом возрасте у детей начинают формироваться нравственные ценности, новые взгляды на отношения между людьми.

1.3 Методы и приёмы работы учителя по развитию эмпатии у детей младшего школьного возраста

Учитывая, что младший школьный возраст является сензитивным периодом развития эмоциональной сферы, так как, попав в новые социальные условия, ребёнок начинает по-новому и более детально постигать мир, узнавая новое, яркое, эмоционально реагировать; усложняется система взаимоотношений, в его жизнь входит учитель и коллектив одноклассников, педагогу нужно научить ребёнка находить

правильную форму выражения возникших эмоций, опираясь на моральные нормы, принятые в обществе. Для этого ему необходимо обогатить внутренний мир младшего школьника различными оттенками чувств, дать возможность понять причины их возникновения и способы проявления в различных ситуациях у себя и других людей, научить контролировать эмоции [38].

Данную работу можно последовательно и систематически проводить, используя материал содержания образования предметов начальной школы, а также методы и приёмы демонстрации ребёнку многообразия чувств и эмоций в современном мире, средств их выражения в жестах, движениях, мимике, словесной форме при помощи рассказов, бесед, иллюстраций, примеров из повседневной жизни; тренинги; ролевые игры; педагогические ситуации, которые позволят закрепить в опыте социально значимые эмоции и образцы поведения [16].

Основная задача педагога не в том, чтобы каким-то образом деформировать эмоциональную сферу – стимулировать или подавлять и искоренять эмоции, тревожность и т.д., а в том, чтобы надлежащим образом их направлять и помогать младшему школьнику справляться с ними, формировать у него умение управлять своими эмоциональными состояниями: когда надо сдерживать их, или, наоборот, искренне их проявлять.

Для развития эмпатии педагог может использовать разные средства, такие как работа с книгой – сопереживание героям сказок. Проигрывание небольших сценок. Беседы по прочитанному. Прослушивание музыки и её воспроизведение и т.д.

Проведение «нравственных бесед» на основе ситуаций «сочувствия - действия» предполагает решение младшими школьниками нравственных ситуаций, формирование позитивного отношения к младшим, к родителям, пожилым, инвалидам и др. Также активное включение в комплекс

различных типов деятельности: труд, наблюдение, предметная деятельность, изобразительная деятельность, общение.

Обучение уже предполагает взаимодействие учителя и ученика, учеников между собой. Но для формирования эмпатии и таких качеств личности как товарищество, стремление к взаимовыручке применяется работа в паре, группе, команде и приёмы:

- учебной поддержки;
- взаимопомощи;
- взаимоподдержки;
- «взаимного доверия» [33].

Важно использование игровых методик. Основное условие игр, направленных на развитие эмоциональной отзывчивости у детей младшего школьного возраста – моделирование реальных межличностных отношений. Ребёнок не только видит определённый эталон отношений, заданный условием игры, но и сам проигрывает их, воспроизводит. Таким образом, ребёнок становится активным участником игры, при этом сохраняя её правила и условия [14].

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

Основным средством воздействия педагога на учеников на уроках служит живая речь. С помощью слова учитель управляет учебным процессом, руководит практическими действиями, передаёт ученикам необходимые знания, прививает навыки правил техники безопасности. Важную роль играет речь педагога и в развитии эмпатии [35].

Нельзя резко отделять друг от друга средства развития эмпатии у младших школьников. Так, например, в игровой деятельности может присутствовать нравственный компонент, групповая работа. В

практических заданиях есть также как и игровые элементы, так и групповая работа.

Одним из эффективных средств обучения является тренинг. Тренинг получил широкое распространение и в отечественной практике.

Тренинг – это система специально подобранных упражнений по саморегуляции психофизиологического состояния, тренировке различных психических качеств личности, отработке способов принятия и переработки информации, освоению различных приёмов организации труда и т. д. Большая ценность такого рода упражнений – в возможности получить оценку своего поведения со стороны, произвести самооценку себя и своих поступков. Тренинг более чем другие методы создаёт ситуацию обязательного «погружения» в себя и свою деятельность [58].

Основная цель тренинга (в данном случае – повышения эмпатийности личности) может быть конкретизирована в ряде задач с различной формулировкой, но обязательно связанных с приобретением знаний, формированием умений, навыков, развитием установок, определяющих поведение в общении, перцептивных способностей человека, коррекцией и развитием системы отношений личности, поскольку личностное своеобразие является тем фоном, который окрашивает в разные цвета действия человек, все его вербальные и невербальные проявления [58].

Одним из условий успешной работы тренинговой группы является рефлексия ведущим той задачи, которая решается в ходе занятий. Воздействие может осуществляться на уровне установок либо умений и навыков, либо перцептивных способностей и т. д.

Работа тренинговой группы отличается рядом специфических принципов. Дадим им краткую характеристику [60].

Принцип активности

Активность участников тренинговой группы носит особый характер, отличный от активности человека, слушающего лекцию или читающего книгу. В тренинге люди вовлекаются в специально разработанные действия.

Это может быть проигрывание той или иной ситуации, выполнение упражнений, наблюдение за поведением других по специальной схеме. Активность возрастает в том случае, если мы даем участникам установку на готовность включиться в совершаемые действия в любой момент.

Принцип исследовательской творческой позиции

Суть этого принципа заключается в том, что в ходе тренинга участники группы осознают, обнаруживают, открывают идеи, закономерности, уже известные в психологии, а также, что особенно важно, свои личные ресурсы, возможные особенности.

В тренинговой группе создаётся креативная среда, основными характеристиками которой являются проблемность, неопределённость, принятие, безоценочность.

Принцип объективации (осознания) поведения.

В процессе занятий поведение участников переводится с импульсивного на объективированный уровень, позволяющий производить изменения в тренинге. Универсальным средством объективации поведения является обратная связь. Создание условий для эффективной обратной связи в группе – важная задача тренерской работы.

Принцип партнерского (субъект - субъектного) общения.

Партнерским, или субъект - субъектным общением является такое, при котором учитываются интересы других участников взаимодействия, а также их чувства, эмоции, переживания. Реализация этого принципа создаёт в группе атмосферу безопасности, доверия, открытости, которая позволяет участникам группы экспериментировать со своим поведением, не стесняясь ошибок. Этот принцип тесно связан с принципом творческой, исследовательской позиции участников группы [60].

Последовательная реализация названных принципов – одно из условий эффективной работы группы социально - психологического тренинга. Она отличает эту работу от других методов обучения и психологического воздействия.

Отправным пунктом для обеспечения успешной работы тренинговой группы выступает принцип добровольности. Члены группы должны быть заинтересованы в собственных изменениях и готовы целеустремлённо достигать поставленной цели. Сплочённость в группе возникает намного быстрее, если группа закрыта и работа в ней чётко структурирована.

Эффективность тренинга во многом зависит не только адекватности осуществляемой тренером диагностики, но и того, насколько большим арсеналом средств он обладает для достижения той или иной цели.

Первый шаг в решении задачи выбора средств – это выбор методического приёма. Выбор того или иного методического приёма, а также конкретного средства в рамках этого приёма определяется следующими факторами [38]:

- содержанием тренинга,
- особенностями группы,
- особенностями ситуации,
- возможностями тренера.

В настоящее время для эмоциональной разрядки, снятия психических напряжений, выработки навыков управления своими чувствами психологами рекомендуются психотехнические упражнения и коррекционные программы.

Можно предложить следующие направления тренинговой работы работы по развитию эмпатии детей [31].

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

определение тех или иных эмоциональных состояний по жестам и мимике человека.

2. Изучение «языка чувств и переживаний» на основе ситуаций «сочувствия - переживания». Данное направление предполагает следующие виды работы с детьми: работа с книгой – сопереживание героям сказок. Проигрывание небольших сценок. Беседы по прочитанному. Прослушивание музыки. Её воспроизведение и т.д.

3. Игры и игровые упражнения. Основное условие игр, направленных на развитие эмоциональной отзывчивости у детей младшего школьного возраста – моделирование реальных межличностных отношений. Ребёнок не только видит определённый эталон отношений, заданный условием игры, но и сам проигрывает их, воспроизводит. Таким образом, ребёнок становится активным участником игры, при этом сохраняя её правила и условия [16].

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

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

5. Групповая работа. Тренинг уже предполагает взаимодействие учителя и ученика, учеников между собой. Но для формирования эмпатии и таких качеств личности как товарищество, стремление к взаимовыручке в ходе тренинга применяются работа в паре, группе, команде и приёмы:

- взаимопомощи;
- взаимоподдержки;
- «взаимного доверия» [31].

Для успешной организации группового тренингового взаимодействия необходимо использовать приёмы и методы, стимулирующее общение на личностном уровне. Чтобы групповое тренинговое взаимодействие было продуктивным, нужно его организовать, например, через разделение средств между участниками, а участников объединить по межличностным предпочтениям или с разным уровнем компетентности в проблеме и т.п.

Воспитательная задача взрослого при этом будет реализована, если педагог сумеет создать такие условия, при которых эмоциональные переживания ребёнка проецируются из сферы «Я - персонаж» в сферу «Я - другой человек».

Основным средством воздействия педагога на учеников в ходе тренинга служит живая речь. С помощью слова учитель технологии управляет учебным процессом, руководит практическими действиями, передаёт ученикам необходимые знания, прививает навыки правил техники безопасности. Важную роль играет речи педагога и в развитии эмпатии [21].

Ставя перед собой такую весомую цель, как развитие эмпатии, педагогу следует действовать систематически. Отсутствие системности в этой работе может привести к нулевому результату. Младшие школьники попросту не сумеют фиксировать тот эмоциональный опыт, который они получают в ходе того или иного упражнения на развитие эмоциональной отзывчивости [17].

Таким образом, одним из эффективных методов развития эмпатии является тренинг. Тренинг позволит учащимся лучше изучить эмоции, научиться их распознавать. Использование игровых методик в ходе тренинга способствует развитию умения действовать в реальных ситуациях общения, а групповая работа улучшает навыки коммуникации. Введение

нравственных бесед в трениговую работу повышает эмоциональную отзывчивость и способность к сопереживанию.

Выводы по главе 1

Как показал анализ литературы, эмпатия является важнейшей социальной эмоцией. Она определяется как способность индивида эмоционально отзываться на переживания других людей. Показателями проявления эмпатии выступают понимание эмоций других людей, эмоциональная отзывчивость, интерес к состоянию другого, яркое эмоциональное реагирование, активное включение в ситуацию.

Младший школьный возраст является чувствительным для развития эмоционально - нравственной сферы, в том числе, и эмпатических способностей. В данный возрастной период у детей начинают формироваться нравственные ценности, новые взгляды на отношения между людьми.

В качестве эффективного метода развития эмпатии выступает тренинг. Данная форма работы позволит младшим школьникам познакомиться с эмоциями, научиться их распознавать. Применение игровых методик в трениговой работе имеет целью отработать на практике ситуации общения, а групповая работа улучшает навыки коммуникации. Проведение нравственных бесед ходе тренинга повышает эмоциональную отзывчивость и способность к сопереживанию.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ РАБОТЫ УЧИТЕЛЯ ПО РАЗВИТИЮ ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1 Организация опытно-экспериментального исследования

Наша опытно-экспериментальная работа проходила на базе МБОУ «Школа № 15» село Демарино, Пластовский район, Челябинской области. Выборку исследования составили 30 человек учащихся 3-б класса, из них 16 мальчиков и 14 девочек. 20 из 30 детей обучаются в данном классе с 1 класса. Большинство семей имеет 1 или 2 детей. В неполных семьях воспитываются 7 детей.

Беседа с родителями показала, что отношения в семьях между детьми и родителями демократические; родители проявляют заинтересованность, беспокойство. В двух семьях имеются внутрисемейные проблемы, конфликты.

В классе 2 отличника, 3 ударника, есть двое неуспевающих. В учебной деятельности им помогают успевающие учащиеся по принципу шефской помощи. В этом году новоприбывшая Ксения В. сразу нашла в классе друзей и понимание. В коллективе данного класса имеются лидеры. Также есть дети, которые имеют сложности в формировании межличностных отношений. Не у всех школьников отмечается высокий уровень учебной мотивации и самостоятельности и учебной деятельности.

В целом отношения между учащимися спокойные и доброжелательные, но не всегда наблюдается высокий уровень взаимопомощи. В классе имеются ярко выраженные группы учащихся, которые предпочитают общение между собой. Интересы учащихся в школе и вне школы также различаются. Многие школьники предпочитают проводить своё свободное время за компьютером. Часть детей посещают спортивные секции, есть учащиеся, посещающие художественную школу.

Для определения уровня сформированности эмпатии у младших школьников мы использовали следующие диагностики:

1. Методика И. М. Юсупова «Диагностика уровня эмоциональной отзывчивости (эмпатии)» (Приложение 1).

Цель исследования: определить уровень эмпатии у детей.

2. Опросник А. М. Щетининой «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» (Приложение 2).

Цель: изучение эмпатических реакций ребёнка.

Результаты по первой методике представлены в таблице 1 и на рисунке 1.

Таблица 1 – Результаты диагностики уровня эмоциональной отзывчивости (эмпатии)

Уровень эмпатии	Количество человек	%
Низкий	10	33,3
Нормальный	14	46,7
Высокий	6	20

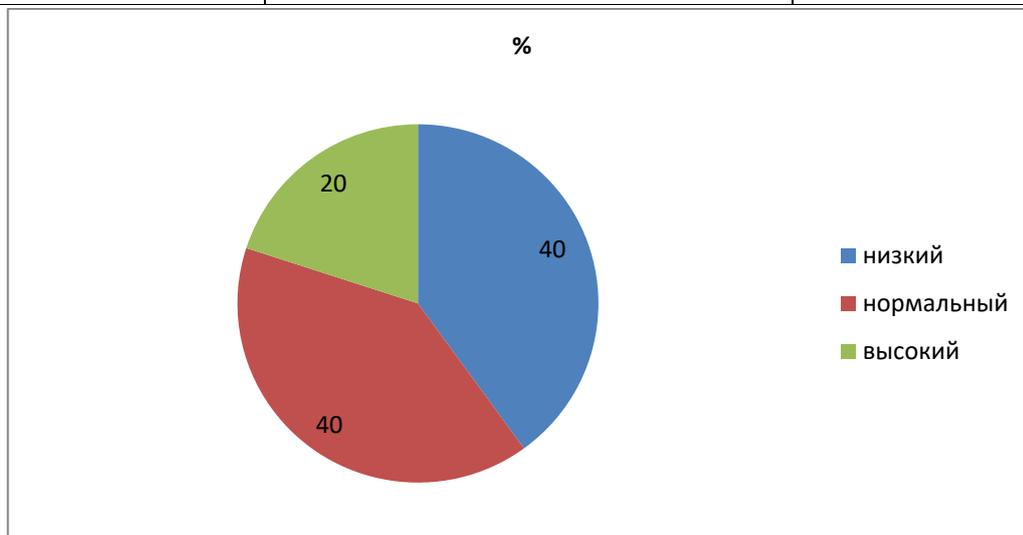


Рисунок 1 – Распределение испытуемых по уровню уровня эмоциональной отзывчивости (эмпатии) на констатирующем этапе, %

Из данных видно, что только 6 детей или 20% могут быть отнесены к «группе высокоэмпатийных». Это значит, что лишь для пятой части обследованных характерно эмоционально отзываться на переживания другого, иметь устойчивую систему знаний, способствующую распознаванию эмоциональных состояний объекта эмпатии и совершать адекватные

действия, каким-либо образом выражающие своё сочувствие, направленные на помощь и поддержку человеку, если он в ней нуждается.

«Группа среднеэмпатийных» (её составляют 11 детей или 46,7 % испытуемых экспериментальной группы) обладает достаточной способностью эмоционально отзываться на переживания другого, будь то человек, животное или антропоморфизированный предмет. Дети, вошедшие в неё, в своём большинстве высоко сензитивны к переживаниям других людей, способны к распознаванию эмоциональных состояний окружающих, и чаще всего совершают адекватные ситуации эмпатические действия и поступки. Хотя в некоторых случаях возможно бездействие.

«Группа низкоэмпатийных» (её составляют 10 детей или 33,3 % испытуемых экспериментальной группы) отличается недостаточной способностью возникновения адекватных эмоциональных реакций на переживания других людей, ограниченной способностью верно понимать чувства и эмоции окружающих, значительным количеством установок, блокирующих проявления соответствующих ситуации эмпатических действий. Такие дети испытывают затруднения в установлении контактов с людьми. Эмоциональные проявления в поступках окружающих кажутся им непонятными и лишёнными смысла. Вероятно, у таких детей мало друзей.

Мы видим, что в целом по группе учащихся уровень эмпатических тенденций недостаточно высок.

По методике А.М.Щетиной «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» мы предложили классному руководителю заполнить таблицу с описанием проявлений эмпатических реакций у младших школьников данного класса. Полученные результаты представлены в таблице 2 и на рисунке 2.

Таблица 2 – Результаты диагностики типа эмпатии

Тип эмпатии	Количество человек	%
Низкий	8	26,7
Эгоцентрический	10	33,3
Смешанный	8	26,7
Гуманистический	4	13,3

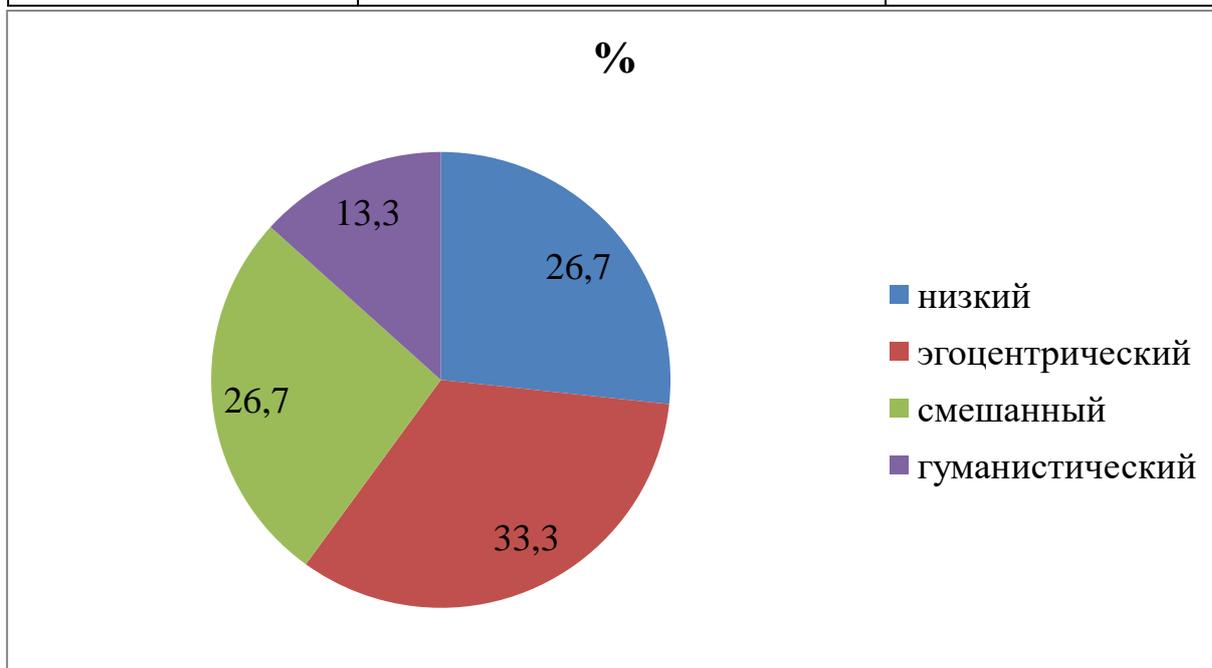


Рисунок 2 – Распределение испытуемых по типу эмпатии на констатирующем этапе, %

К детям с гуманистическим типом эмпатии в экспериментальной группе можно отнести 4 человек (13,3%). Дети проявляют интерес к состоянию другого, ярко эмоционально на него реагируют, активно включаются в ситуацию, пытаются помочь, успокоить другого.

Смешанный тип показали 8 человек (26,7%). Такие дети также проявляют эмпатию, но в меньшей степени.

Эгоцентрическую эмпатию выявили у 10 детей (33,3%). Эти дети пытаются отвлечь внимание взрослого на себя.

Низкий уровень выраженности эмпатии диагностирован у 8 детей (26,7%). Это дети, не проявляющие интереса к эмоциональному состоянию других, слабо реагирующие на их переживания.

Таким образом, дети младшего школьного возраста достаточно адаптированы. Эмоциональное состояние находится в пределах нормы. Уровень эмпатии большинства учащихся, измеренной по разным методикам достаточен для установления полноценных эмоциональных контактов с окружающими. В то же время, у части младших школьников преобладает эгоцентрический и низкий тип эмпатии. Они не стремятся понимать других людей. Необходимо и дальше развивать способность отзываться на чувства другого человека, учитывать его интересы.

2.2 Реализация комплекса методов и приёмов развития эмпатии у младших школьников

Проанализировав все возможности организации педагогического процесса, мы провели работу по развитию эмпатии у детей младшего школьного возраста посредством специально организованных занятий с элементами тренинга.

Цель занятий: развивать эмпатию у детей младшего школьного возраста.

Задачи:

- научить детей понимать эмоциональные состояния свои и окружающих людей;
- дать представление о способах выражения собственных эмоций (мимика, жесты, поза, слова);
- развивать навыки совместной деятельности в детско - взрослом сообществе,
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу;
- воспитывать способности к сопереживанию и сочувствию;
- совершенствовать способность управлять своими чувствами и эмоциями.

Форма работы: Групповая (5 – 7 человек).

Время для реализации: 12 занятий по 1 разу в неделю.

Длительность занятий: 20 - 30 минут.

Правила поведения (определяются на первом занятии):

- искренность,
- активное участие во всех заданиях,
- высказывание от своего имени (я - высказывание),
- обсуждение того, что происходит непосредственно в группе в данный момент (правило «здесь и сейчас»),
- уважение говорящего,
- недопустимость отрицательных оценок в адрес другого,
- конфиденциальность.

Занятия проводятся в комнате, где достаточно места для передвижения, для рисования, где есть игрушки. Все участники группы обеспечиваются раздаточным дидактическим материалом. Занятия проводятся за круглым столом или на игровой дорожке, в зависимости от упражнения. Для проведения подвижных игр и упражнений необходимо свободное пространство.

Методы работы:

- Мини - лекции;
- игровые упражнения на развитие эмпатии;
- применение методов арт - терапии в развитии эмоционального интеллекта;
- проблемные ситуации;
- мозговой штурм.

Оборудование

Материалы для работы: Круглый стол, мягкий мяч, магнитофон, аудиокассеты, методические материалы для игр и упражнения (рисунки, фотографии, схемы и др.), мягкие игрушки – манекены для ролевых игр, реквизит для игр и этюдов, ароматизаторы, бумага разных форматов, краски, карандаши, фломастеры, восковые и пастельные мелки, пластилин,

небольшие сувениры для поощрений, награждений. большой зонт, пластиковая бутылка с мелкими отверстиями в пробке.

Структура одного коррекционно - развивающего занятия

Первый этап–приветствие, знакомство.

Цель: создание положительного психологического климата, сплочение, раскрепощение участников группы.

Второй этап–разминка.

Цель: настройка на продуктивную деятельность, физический, эмоциональный разогрев, повышение активности участников группы.

Третий этап–тема дня – основное содержание занятия (упражнения, задания направленные на решение задач данного занятия, теоретический материал).

Цель: получение новой информации, осознание личностных особенностей, развитие группы, отработка навыков, осознание собственных ограничений, возможностей.

Четвёртый этап–рефлексия занятия.

Цель: эмоциональная и рациональная оценка прошедшего занятия, личностные выводы.

Пятый этап – Ритуал прощания, подведение итогов дня.

Цель: создание атмосферы доверия, сплочение участников группы.

Тематический план занятий представлен в таблице 3.

Таблица 3 – Тематический план занятий

№ занятия	Тема занятия	Упражнение	Время (мин)
1.	Знакомство; создание доброжелательной, доверительной атмосферы. Составление плана и правил работы коррекционно - развивающей группы. Самораскрытие.	1. «Полина-пицца-Прага» 2. «Самопрезентация» 3. «Я – тот, кто...» 4. «Я никогда не...» 5. «Объединение» 6. «Рукопожатие»	3 мин 7 мин 7 мин 5 мин 5 мин 3 мин

Продолжение таблицы 3

№ занятия	Тема занятия	Упражнение	Время (мин)
2.	«Что вы знаете об эмоциях?». Создание доверительной атмосферы в группе, развитие «эмоциональной осведомлённости».	1. «Приветствие» 2. «Имя с прилагательным» 3. «Что в тебе нового?» 4. Теоретическая часть. Эмоциональная осведомлённость. 5. «Фантом» 6. «Алфавит чувств» 7. «Мне сегодня»	3 мин 3 мин 3 мин 5 мин 8 мин 5 мин 3 мин
3.	Понимание эмоций «В мире эмоций и чувств». Актуализация опыта и знаний, относящихся к эмоциональной сфере. Тренировка умения выражать своё эмоциональное состояние.	1. «Подарок» 2. ««Цвет моего состояния»» 3. Теоретическая часть. «Эмоции и чувства» 4. «Чувства по кругу» 5. «Радость» 6. «Ярость» 7. «Что уносите с собой»	3 мин 3 мин 5 мин 5 мин 3 мин 3 мин 3 мин
4.	Развитие навыков вербального и невербального общения как средства понимания эмоций других людей и средства выражения своих собственных эмоций.	1. «Интонации» 2. «Теоретическая часть. Вербальное и невербальное общение» 3. «Линии» 4. «Тень» 5. «Передай чувство мимикой» 6. «Передай чувство, только голосом» 7. «Карточки»	3 мин 5 мин 5 мин 5 мин 5 мин 3 мин 5 мин
5.	Актуализация опыта и знаний, относящихся к эмоциональной сфере. Тренировка умения выражать своё эмоциональное состояние.	1. «Приветствие на сегодняшний день» 2. «Ловля моли» 3. Обсуждение домашнего задания 4. «Скульптор» 5. « Живые руки» 6. «Имена чувств» 7. «Самопохвала»	2 мин 5 мин 5 мин 5 мин 5 мин 3 мин 3 мин
6.	Распознавание своего эмоционального состояния и состояния других.	1. «Приветствие»» 2. «Нарисуй за минуту» 3. «Шурум-Бурум» 4. Обсуждение домашнего задания. 5. «Молекулы» 6. «Разминочное взаимодействие» 7. «Мне сегодня»	2 мин 5 мин 5 мин 5 мин 5 мин 5 мин 2 мин
7.	Что такое эмпатия Развитие ценностного отношения к личности и поступкам	1. «Передай предмет новым способом» 2. «Ассоциации» 3. «Белая ворона» 4. «Хорошо-плохо» 5. «Букет приятных событий»	5 мин 5 мин 5 мин 5 мин 5 мин

Продолжение таблицы 3

№ занятия	Тема занятия	Упражнение	Время (мин)
8.	Развития навыков сочувствия, сопереживания	1. «Приветствие» 2. «Печатная машинка» 3. «Рисунок по кругу» 4. «Интервью»	3 мин 5 мин 15 мин 5 мин
9.	Учимся сотрудничать. Знакомство со способами создания позитивных дружеских отношений, с целью взаимопомощи, сосуществования в обществе.	1. «Приветствие» 2.«Хорошо ли мы знаем друг друга» 3. «Сиамские близнецы» 4. «Импульс» 5. «Дружелюбное требование» 6. «Похвала»	2 мин 5 мин 7 мин 5 мин 5 мин 5 мин
10.	Достижение внутригруппового сплочения, осмысление своего персонального «Я» как части общего «МЫ». Развитие умения оказывать и принимать поддержку окружающих.	1.«Комплимент» 2.«Любящий взгляд» 3.«Чаша доброты» 4.«Это здорово!» 5.«Закончи предложение».	3 мин 5 мин 10 мин 5 мин 3 мин
11.	Развитие умения управления своими эмоциями, контроля экспрессии.	1. «Улыбка по кругу» 2. «Поставь балл эмоции?» 3. «Аукцион» 4. «Способы справиться с плохим настроением» 5. «Назови эмоцию» 6. «Пиктограмма» 7. «Пожелание на завтрашний день»	3 мин 5 мин 5 мин 5 мин 3 мин 3 мин 3 мин
12.	Конструктивные способы разрешения конфликта. Закрепление позитивного опыта, приобретённого в период проведения программы.	1. «Сегодня первый день твоей новой жизни» 2. «Компот» 3. «Ковёр мира» 4. «Письмо самому себе»	5 мин 8 мин 8 мин 7 мин

Конспекты занятия №2 и №3 представлены в Приложении 3.

Ожидаемый результат от проведения занятий:

– развитие способности к эмоциональной отзывчивости на неблагополучие другого;

- развитие навыков уверенного поведения в окружающем социуме;
- повышение самоконтроля и самостоятельности у воспитанников;
- развитие положительного отношения к самому себе и к окружающим;
- развитие стремления помочь другому в беде, проблеме, облегчить его состояние;
- улучшение межличностных отношений и развитие благоприятного микроклимата в группе.

Таким образом, в ходе формирующего этапа была проведена работа по развитию эмпатии. Всего работа рассчитана на 12 занятий. Работа проводилась в групповой форме в виде тренинга. На занятиях использовались такие методы, как мини - лекции; игровые упражнения на развитие эмпатии; применение методов арт - терапии в развитии эмоционального интеллекта; проблемные ситуации; мозговой штурм.

2.3 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После реализации формирующего этапа опытно-экспериментального исследования мы провели повторную диагностику с использованием тех же диагностик.

Результаты по методике «Диагностика уровня эмоциональной отзывчивости (эмпатии)» И. М. Юсупова представлены в таблице 4 и на рисунке 3.

Таблица 4 – Сравнительные результаты диагностики уровня эмоциональной отзывчивости (эмпатии)

Уровень эмпатии	Констатирующий этап	Контрольный этап
Низкий	10	0
Нормальный	14	15
Высокий	6	15

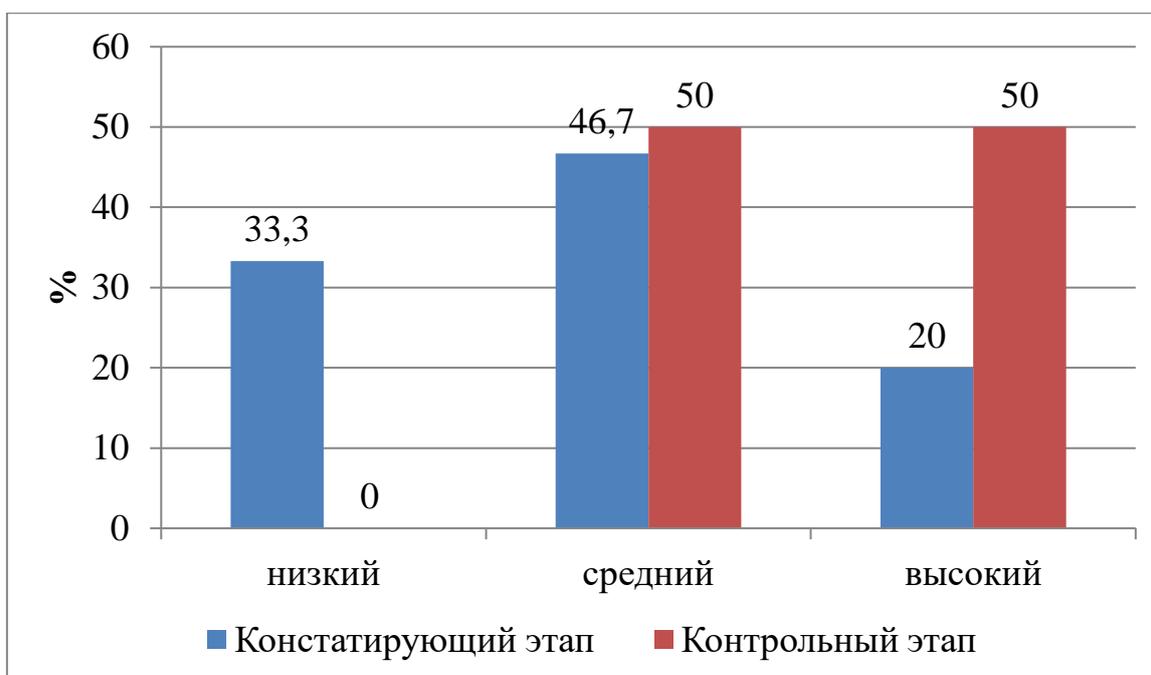


Рисунок 3 – Динамика распределения испытуемых по уровню эмоциональной отзывчивости (эмпатии)», %

Половина участников (50 % – 15 детей) показала высокий уровень эмпатии. Эти дети обладают хорошо развитым эмоциональным восприятием и способны распознавать чувства других людей. Они проявляют искреннее желание поддерживать и помогать окружающим, когда те нуждаются в поддержке. Эти дети не только замечают переживания других, но и способны выбрать действия, которые соответствуют ситуации, чтобы выразить свою эмпатию и облегчить переживания окружающих.

Оставшиеся 50% детей продемонстрировали средний уровень эмпатии. Хотя эти дети тоже могут распознавать эмоциональные состояния других людей, их реакции менее стабильны. Они в определённых ситуациях способны отреагировать на чувства окружающих, однако не всегда проявляют активность или соответствующие действия. В некоторых случаях они могут не осознавать или не сразу воспринимать эмоциональные проявления других людей.

Результаты по «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» (А.М.Щетинина) представлены в таблице 5 и на рисунке 4.

Таблица 5 – Сравнительные результаты диагностики типа эмпатии

Тип эмпатии	Количество человек	%
Констатирующий этап		
Низкий	8	26,7
Эгоцентрический	10	33,3
Смешанный	8	26,7
Гуманистический	4	13,3
Контрольный этап		
Низкий	0	0
Эгоцентрический	6	20
Смешанный	13	43,3
Гуманистический	11	36,7

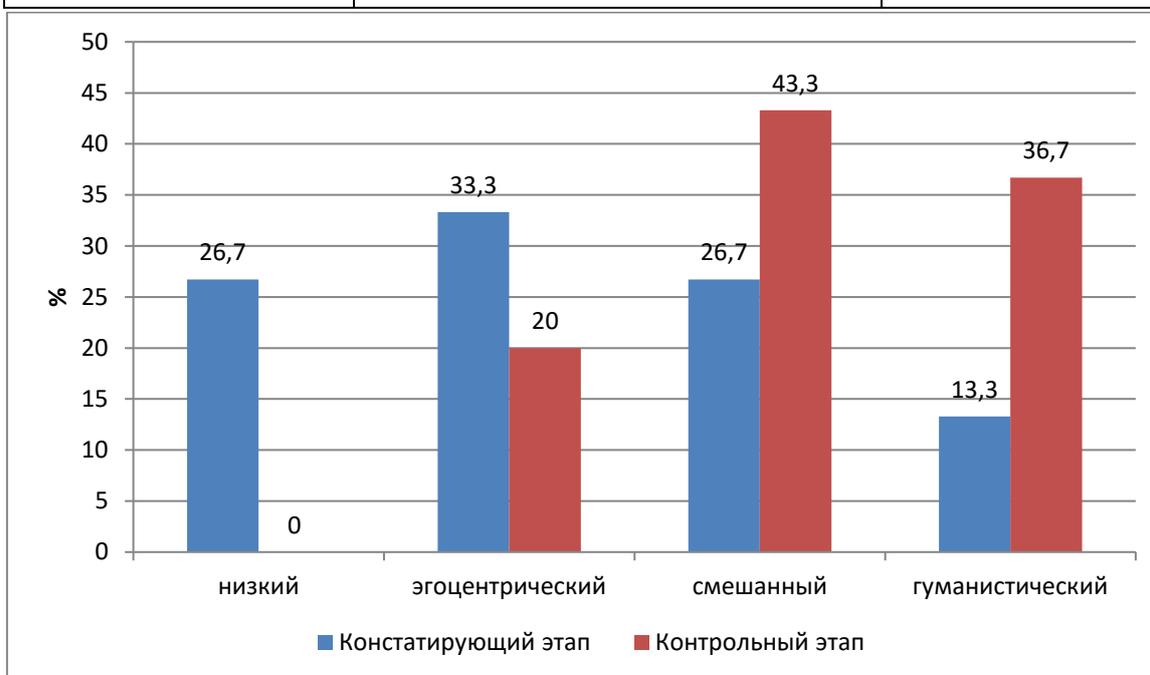


Рисунок 4 – Динамика распределения испытуемых по типу эмпатии, %

На контрольном этапе исследования 11 детей (36,7%) отнесены к группе с высоким уровнем гуманистической эмпатии. Эти дети проявляют живой интерес к эмоциональному состоянию окружающих, активно реагируют на чувства других и стремятся помочь, утешить или поддержать тех, кто находится в трудной ситуации. Их действия часто направлены на помощь и поддержку, что свидетельствует о высоком уровне развития эмпатии.

Ещё 13 младших школьников (43,3 %) показали смешанный тип эмпатии. Они способны проявлять сочувствие и реагировать на переживания других, однако в менее выраженной форме. Эти дети не всегда активно вмешиваются в ситуацию, но при этом их эмоции и действия соответствуют эмоциональным состояниям других.

Наконец, 6 младших школьников (20%) продемонстрировали признаки эгоцентрической эмпатии. Эти дети в большей степени фокусируются на своём собственном восприятии и эмоциях, чем на потребностях других. Их реакции направлены на привлечение внимания взрослых, а не на активную поддержку окружающих.

Дети с низким уровнем эмпатии выявлены не были.

Контрольный этап экспериментального исследования показал эффективность проведённой работы. Все дети понимают нормы общения. Младшие школьники стали более отзывчивы и эмпатичны в своём поведении. Они стремятся оказать помощь другим, сочувствуют при появлении проблем и трудностей.

Выводы по главе 2

Опытно - экспериментальная работа проходила на базе МБОУ «Школа № 15» село Демарино, Пластовский район, Челябинской области. Выборку исследования составили 30 человек учащихся 3-б класса.

Для определения уровня сформированности эмпатии были подобраны две методики.

По методике «Диагностика уровня эмоциональной отзывчивости (эмпатии)» И. М. Юсупова 20% испытуемых были отнесены к «группе высокоэмпатийных». «Группа среднеэмпатийных» составляет 46,7 % испытуемых. «Группа низкоэмпатийных» – 33,3 % испытуемых. По методике «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» (А. М. Щетинина) к детям с гуманистическим типом эмпатии в экспериментальной группе можно отнести 13,3 %. Смешанный тип

показали 26,7 %. Эгоцентрическую эмпатию имеют 33,3 %. Низкий уровень выраженности эмпатии диагностирован у 26,7 %.

Результаты первичной диагностики показали, что не все дети младшего школьного возраста имеют достаточный уровень развития эмпатии.

Далее в ходе формирующего этапа была проведена работа по развитию эмпатии. Она была рассчитана на 12 занятий. Работа проводилась в групповой форме в виде тренинга. На занятиях использовались такие методы, как мини - лекции; игровые упражнения на развитие эмпатии; применение методов арт - терапии в развитии эмоционального интеллекта; проблемные ситуации; мозговой штурм.

Контрольный этап экспериментального исследования показал эффективность проведённой работы: группу высокоэмпатийных вошли 50 % детей. Также 50 % детей были отнесены к группе среднеэмпатийных. По методике «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» (А. М. Щетинина) к детям с гуманистическим типом эмпатии отнесены 36,7 %. Смешанный тип показали четыре 43,3 %. Эгоцентрическую эмпатию выявили у 20 %. Это означает, что у детей на контрольном этапе стал наблюдаться более высокий уровень сформированности эмпатии.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эмпатия – это ключевая социальная эмоция, которая определяется как способность человека эмоционально реагировать на переживания других. Её проявления включают в себя понимание чужих эмоций, отзывчивость, интерес к состоянию других, яркую эмоциональную реакцию и активное участие в происходящем.

Младший школьный возраст является важным периодом для развития эмоционально - нравственных качеств, в том числе и эмпатии. В этот период у детей начинают формироваться моральные ценности и новые представления о межличностных отношениях.

Тренинг выступает эффективным методом развития эмпатии. Эта форма работы помогает младшим школьникам познакомиться с эмоциями и научиться их распознавать. Использование игровых техник в ходе тренинга позволяет на практике прорабатывать ситуации общения, а групповая деятельность способствует улучшению коммуникативных навыков. Проведение нравственных бесед в рамках тренинга способствует повышению эмоциональной отзывчивости и способности к сопереживанию.

Опытно - экспериментальная работа проходила на базе МБОУ «Школа № 15» село Демарино, Пластовский район, Челябинской области. Выборку исследования составили 30 человек учащихся 3-б класса.

Для определения уровня сформированности эмпатии были подобраны две методики.

По методике «Диагностика уровня эмоциональной отзывчивости (эмпатии)» И. М. Юсупова 20% испытуемых были отнесены к «группе высокоэмпатийных». «Группа среднеэмпатийных» составляет 46,7 % испытуемых. «Группа низкоэмпатийных» – 33,3 % испытуемых. По методике «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» (А. М. Щетинина) к детям с гуманистическим типом эмпатии в экспериментальной группе можно отнести 13,3 %. Смешанный тип

показали 26,7 %. Эгоцентрическую эмпатию имеют 33,3 %. Низкий уровень выраженности эмпатии диагностирован у 26,7 %.

Результаты первичной диагностики показали, что не все дети младшего школьного возраста имеют достаточный уровень развития эмпатии.

Далее в ходе формирующего этапа была проведена работа по развитию эмпатии. Она была рассчитана на 12 занятий. Работа проводилась в групповой форме в виде тренинга. На занятиях использовались такие методы, как мини - лекции; игровые упражнения на развитие эмпатии; применение методов арт - терапии в развитии эмоционального интеллекта; проблемные ситуации; мозговой штурм.

Контрольный этап экспериментального исследования показал эффективность проведённой работы: группу высокоэмпатийных вошли 50 % детей. Также 50 % детей были отнесены к группе среднеэмпатийных. По методике «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» (А. М. Щетинина) к детям с гуманистическим типом эмпатии отнесены 36,7 %. Смешанный тип показали четыре 43,3 %. Эгоцентрическую эмпатию выявили у 20 %. Это означает, что у детей на контрольном этапе стал наблюдаться более высокий уровень сформированности эмпатии.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи решены, а гипотеза нашла своё подтверждение.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андрееенко, Т. А. Развитие эмоциональной отзывчивости старших дошкольников / Т. А. Андрееенко, О. В. Алекинова. – Санкт-Петербург : Детство-пресс, 2014. – 96 с.
2. Басова, Н. В. Педагогика и практическая психология : Учеб. пособие / Н. В. Басова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. – 413 с.
3. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Москва : Педагогика, 2018. – 226 с.
4. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и других / В. В. Бойко. – Москва : Академия, 2009. – 136 с.
5. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2018. – 672с.
6. Бородина, А. В. Основы православной культуры. Организация курса: Лекции. – Москва : ОПК, 2016. – 288 с.
7. Бреслав Г.М. Психология эмоций : учебник для вузов / Г.М. Бреслав. – Москва : Академия Смысл, 2020. – 542с.
8. Валентиас, А. А. Взаимосвязь эмпатии и усвоения нравственных норм детьми младшего школьного возраста / А. А. Валентиас. – Киев : Высшая школа, 2019. – 147 с.
9. Венгер, Л. А. Психология: учебное пособие / Л. А. Венгер, В. С. Мухина. – Москва : Юрайт, 2017. – 336 с.
10. Выготский, Л. С. Педагогическая психология: Собрание сочинений / Л. С. Выготский, В. В. Давыдова. – Москва : Астрель, 2015. – 671 с.
11. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии/ Л. С. Выготский. – Москва: Академия, 2017. – 182 с.

12. Высотина, Л. А. Нравственное воспитание младших школьников / Л. А. Высотина. – Москва : Издательство Академии педагогических наук, 2016. – 148 с.
13. Гаврилова, Т. П. Эмпатия и её особенности у детей младшего и среднего школьного возраста / Т. П. Гаврилова. – Москва : Наука, 2009. – 179 с.
14. Гончаренко, Е. С. Развитие эмпатийного потенциала личности: на материале исследования детей 7–8 лет / Е. С. Гончаренко. – Краснодар: 2009. – 105 с.
15. Григорович, Л. А. Педагогика и психология: Учеб. пособие / Л. А. Григорович, Т. Д. Марцинковская. – Москва: Гардарики, 2023. – 480 с.
16. Данилина, Т.А. В мире детских эмоций / Т.А. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Степина. – Москва : Айрис-пресс, 2021. – 263с.
17. Дарвиш, О. Б. Возрастная психология / О. Б. Дарвиш. – Москва : Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2016. – 264 с.
18. Зайтметов, Х. А. Особенности развития эмпатических способностей у студентов разных специальностей педагогического вуза / Х. А. Зайтметов // Актуальные вопросы современной психологии : материалы III Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2015 г.). – Челябинск : Два комсомольца, 2015. – С. 99-102.
19. Залесский, Г. Е. Психология мировоззрения и убеждения личности : учебное пособие / Г. Е. Залесский. – Москва : МПГУ, 2018. – 82 с.
20. Захаров, А.И. Как предупредить отклонения в поведении детей / А.И. Захаров. – Москва : Педагогика, 2016.– 211с.
21. Землянская, Е. Н. Теория и методика воспитания младших школьников / Е. Н. Землянская. – Москва : Из-во: «Юрайт», 2022. – 507 с.
22. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – Санкт-Петербург : Питер, 2010. – 464с.

23. Изотова, Е.И. Эмоциональная сфера ребёнка: Теория и практика : Учебное пособие. / Е.И.Изотова, Е.В. Никифорова. – Москва : Издательский центр «Академия», 2015.– 288 с.
24. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2021. – 752 с.
25. Истратова, О.Н. Справочник психолога начальной школы / О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. – Ростов на Дону : Феникс, 2018. – 448с.
26. Карабанова, О.А. Игра в коррекции психического развития ребёнка / О.А. Карабанова. – Москва : Рос.пед. агентство, 2019.– 316с.
27. Карягина, Т.Д. Эволюция понятия «эмпатия» в психологии: дисс. ... канд. психол. наук. / Т.Д. Карягина– М., 2013. – 175 с.
28. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в школе / В.И. Ковалько. – Москва : ВАКО, 2017. – 296 с.
29. Коджаспирова, Г. М. Педагогика / Г. М. Коджаспирова. – Москва : Гуманит. издат. центр «Владос», 2019.– 345с.
30. Колесникова, Г.И. Специальная психология и педагогика : учебное пособие / Г. И. Колесникова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. – 250 с.
31. Крюкова, С.В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь / С.В. Крюкова, Н.П. Слободяник. – Москва : ГЕНЕЗИС, 2023. – 208с.
32. Кряжева, Н. Л. Развитие эмоционального мира детей / Н. Л. Кряжева.– Екатеринбург : У-Фактория, 2015.– 192 с.
33. Кузнецова, Л. В. Гармоничное развитие личности младшего школьника / Л. В. Кузнецова. – Москва : Просвещение, 2019. – 224 с.
34. Кукушин, В. С. Теория и методика воспитательной работы: учебное пособие / В. С. Кукушин. – Москва : ИКЦ «МарТ», 2020. –352 с.
35. Кукушин, В. С. Педагогика начального образования. Учебное пособие / В. С. Кукушин, А. В. Болдырева-Вараксина. – Ростов-на-Дону : Март, 2005. – 592 с.

36. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – Москва : ТЦ «Сфера» при участии «Юрайт-М», 2017. – 464 с.
37. Кузьмина В. П. Теоретический аспект исследования эмпатии как актуальная проблема современной психологии // Вестник Вятского государственного гуманитарного университета. 2007. № 17. С. 107–112.
38. Курносова, С. А. Научно - методическое обеспечение педагогического сопровождения развития эмоциональной отзывчивости младших школьников : В помощь учителю начальных классов Учебно-методическое пособие / С. А. Курносова. – Петропавловск - Камчатский : Издательство Камчатского государственного педагогического университета, 2014. – 159 с.
39. Лихачев, Б. Т. Педагогика: Курс лекций. Учеб. пособие / Б. Т. Лихачев – Москва : Юрайт-М, 2021.– 607 с.
40. Локалова, Н. П. 90 уроков психологического развития младших школьников / Н. П. Локалова. – Москва : Педагогика, 2019.– 285 с.
41. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В. С. Мухина. – Москва : Флинта, 2016. – 468 с.
42. Немов, Р.С. Психология: Учебник для пед. вузов: В 3 кн. / Р.С. Немов. – Москва : Владос, 2017.– 607 с.
43. Николова, А. Эмпатия в понимании отечественных и зарубежных психологов /А. Николова // Актуальные проблемы этнической, социальной и дифференциальной психологии. – 2016. – С. 292–297.
44. Общая психология. Энциклопедический словарь/ Под редакцией Петровского. – Санкт-Петербург : Речь, 2020. – 250 с.
45. Панфилова, М.А. Игротерапия общения / М.А. Панфилова. – Москва : ИНТОР, 2017.– 228с.
46. Пашукова, Т.И. Механизмы и функции эмпатии / Т.И. Пашукова, Е.А. Троицкая // Вестник МГЛУ. – 2010. – № 7. – С. 197-209.

47. Петровский, А. В. Теоретическая психология : учеб. пособие / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – Москва : Академия, 2003. – 495с.
48. Пидкасистый, П. И. Педагогика. Учеб. пособ. / П. И. Пидкасистый. – Москва : Инфра-М, 2017. – 492с.
49. Подласый И. П. Педагогика начальной школы / И. П. Подласый. – Москва : ВЛАДОС, 2018. – 405 с.
50. Пономарева, М.А. Эмпатия: теория, диагностика, развитие: Монография / М.А. Пономарева. – Минск: Бестпринт, 2014. – 76 с.
51. Психодиагностика эмоциональной сферы личности : Практическое пособие / Авт.-сост. Г. А. Шалимова. – Москва : АРКТИ, 2016. – 232 с.
52. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. сред. Пед. заведений./ И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е.Данилова, Т.В. Вохмянина; Под ред. И.В. Дубровиной. – Москва : Издательский центр «Академия», 2017.–160с.
53. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Москва : Флинта, 2015.– 628 с.
54. Рыбакова, И.Н. Воспитание эмоциональной культуры детей младшего школьного возраста в учебном процессе / И. Н. Рыбакова // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. – 2007. – №37.
55. Психология личности в трудах отечественных психологов / Сост. Л. В. Куликов. – Санкт-Петербург : Питер, 2021. – 480 с.
56. Слостенин, В. А. Педагогика / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шпенюв. – Москва : Академия, 2022. – 496 с.
57. Справочник учителя начальных классов / авт.-сост. Е. М. Елизарова, Ю. А. Киселёва. – Москва : Учитель, 2022. – 318 с.
58. Смирнов, С.Д. Эмоциональная сфера личности. Педагогика и психология высшего образования / С.Д. Смирнов. – Москва : Аспект-Пресс, 2018. – 318с.

59. Федеральный государственный образовательный стандарт
Федеральный государственный образовательный стандарт начального
общего образования (ФГОС НО) (с изменениями на 8 ноября 2022 года).

60. Хухлаева, О.В. Коррекция нарушений психологического
здоровья дошкольников и младших школьников: Учеб. пособие для студ.
высш. пед. учеб. заведений / О.В. Хухлаева. – Москва : Академия, 2016. –
184с.

61. Шапиро, Л. Как воспитать ребенка с высоким коэффициентом
эмоционального развития / Л. Шапиро. – Москва : Эксмо, 2015. – 195 с.

62. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная
психология / И. В. Шаповаленко. – Москва : Юрайт, 2017. – 567 с.

63. Шарипов, Ф. В. Психология и педагогика : учебное пособие /
Ф.В. Шарипов. – Уфа : РИО РУНМЦ МО РБ, 2016. – 328 с.

64. Щетинина, А.М. Формирование эмоционально-перцептивных
способностей у детей дошкольного возраста : Монография / А.М.Щетинина.
– Великий Новгород: НовГУ им. Ярослава Мудрого, 2013. – 124 с.

65. Эльконин, Д. Б. Детская психология / Д. Б. Эльконин. – Москва
: АСАДЕМІА, 2019. – 360 с.

66. Юдина, Т.О. Анализ современных подходов к изучению
эмпатии / Т.О. Юдина // Успехи современной науки. – 2017. – Т. 5. – №4. –
С. 151–155.

67. Юсупов, И.М. Психология эмпатии: теоретические и
прикладные аспекты: дисс. ... д-ра психол. Наук / И. М. Юсупов. – СПб,
1995. – 252 с..

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методика «Диагностика уровня эмоциональной отзывчивости (эмпатии)»
И. М. Юсупова

Цель исследования: определить уровень эмпатии у детей.

Для проведения исследования был использован метод, предложенный казанским психологом И.М. Юсуповым, который направлен на изучение эмпатии. Эмпатия — это способность воспринимать чувства и переживания других людей как свои собственные, ставя себя на место другого.

Для оценки уровня эмпатии была разработана анкета, состоящая из 36 утверждений. Участникам предлагалось оценить степень своего согласия или несогласия с каждым из них, используя 6 вариантов ответа..

Данная методика позволяет выявить пять уровней развития эмпатии: очень высокий, высокий, средний (нормальный) низкий и очень низкий.

В опросник введена также «Степень откровенности».

Стремится ли испытуемый выглядеть лучше, чем он есть в действительности. Опросник состоит из 36 утверждений. Испытуемый читает опросник и ставит против того или иного утверждения:

- в случае полного согласия «да, всегда» - 5 баллов;
- в случае «почти всегда» - 4 балла;
- «часто» - 3 балла;
- «иногда» - 2 балла;
- «нет, никогда» - 1 балл. При ответе «не знаю» ставится 0 баллов.

Таблица 1 – Соответствие баллов и уровня эмпатии по методике И. М. Юсупова

Уровень	Количество баллов	
	по шкалам	в целом
Очень высокий	15	82-90
Высокий	13-14	63-81
Средний	5-12	37-62
Низкий	2-4	12-36
Очень низкий	0-1	5-11

Текст опросника

1. Мне больше нравятся книги о путешествиях, чем книги из серии «Жизнь замечательных людей».
2. Взрослых детей раздражает забота родителей.
3. Мне нравится размышлять о причинах успехов и неудач других людей.
4. Среди всех музыкальных телепередач предпочитаю «Современные ритмы».

5. Чрезмерную раздражительность и несправедливые упреки больного надо терпеть, даже если они продолжаются годами.
6. Больному человеку можно помочь даже словом.
7. Посторонним людям не следует вмешиваться в конфликт между двумя лицами.
8. Старые люди, как правило, обидчивы без причин.
9. Когда в детстве слушал грустную историю, на мои глаза сами по себе наворачивались слезы.
10. Раздражённое состояние моих родителей влияет на мое настроение.
11. Я равнодушен к критике в мой адрес.
12. Мне больше нравится рассматривать портреты, чем картины с пейзажами.
13. Я всегда прощал все родителям, даже если они были неправы.
14. Если лошадь плохо тянет, её нужно хлестать.
15. Когда я читаю о драматических событиях в жизни людей, то чувствую, словно это происходит со мной.
16. Родители относятся к своим детям справедливо.
17. Видя ссорящихся подростков или взрослых, я вмешиваюсь.
18. Я не обращаю внимания на плохое настроение своих родителей.
19. Я подолгу наблюдаю за поведением животных, откладывая другие дела.
20. Фильмы и книги могут вызвать слезы только у несерьёзных людей.
21. Мне нравится наблюдать за выражением лиц и поведением незнакомых людей.
22. В детстве я приводил домой бездомных кошек и собак.
23. Все люди необоснованно озлоблены.
24. Глядя на постороннего человека, мне хочется угадать, как сложится его жизнь.
25. В детстве младшие по возрасту ходили за мной по пятам.
26. При виде покалеченного животного я стараюсь ему чем-то помочь.
27. Человеку станет легче, если внимательно выслушать его жалобы.
28. Увидев уличное происшествие, я стараюсь не попадать в число свидетелей.
29. Младшим нравится, когда я предлагаю им свою идею, дело или развлечение.
30. Люди преувеличивают способность животных чувствовать настроение своего хозяина.
31. Из затруднительной конфликтной ситуации человек должен выходить самостоятельно.
32. Если ребёнок плачет, на то есть причины.
33. Молодёжь должна всегда удовлетворять любые просьбы и чудачества стариков.
34. Мне хотелось разобраться, почему некоторые мои одноклассники иногда были задумчивы.

35. Беспризорных домашних животных следует отлавливать и уничтожать.

36. Если мои друзья начинают обсуждать со мной свои личные проблемы, я стараюсь перевести разговор на другую тему.

Обработка и интерпретация результатов

Обработка и интерпретация результатов проводится в соответствии с ключами, т. е. порядковыми номерами утверждений, включенных в опросник: 2, 5, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 29, 32.

Все баллы, полученные по этим ключам, суммируются и соотносятся со шкалой эмпатийных тенденций:

82-90 баллов - очень высокий уровень эмпатийности;

63-81 балл - высокий уровень эмпатийности;

37-62 балла средний (нормальный) уровень эмпатийности;

12-36 баллов - низкий уровень эмпатийности;

11 и менее баллов - очень низкий уровень эмпатийности.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Опросник «Характер проявлений эмпатических реакций и поведения у детей» (А.М.Щетинина)

Учителю предлагалось заполнить таблицу с описанием проявлений эмпатических реакций у ребёнка.

После заполнения таблицы проводилась количественная обработка данных.

– если ребёнок часто ведёт себя адекватно поведению, означенному в пунктах 1, 5, 9, 12, то за каждое из этих проявлений он получает 6 баллов, что в сумме будет составлять 24 балла;

– если подобные формы поведения он обнаруживает лишь иногда, то ему присваивается за каждую по 5 баллов;

– если форма поведения ребёнка часто адекватна, указанным в пунктах 4, 6, 7, 8, то за них он получает по 4 балла;

– если проявление данных форм поведения (4, 6, 7, 8) наблюдается у ребёнка лишь иногда, то он получает за них 3 балла;

– если поведение ребёнка часто соответствует описанным в пунктах 2, 3, 10, 11, то ставится по 2 балла;

– если ребёнок никогда не проявляет указанного поведения, то ставим 0 баллов.

Качественная интерпретация данных.

В том случае, если ребёнок проявляет интерес к состоянию других людей, активно реагирует на их эмоции, старается поддержать и утешить, это можно трактовать как высокое проявление эмпатии и гуманистического подхода. Такие дети, проявляющие сочувствие и готовность помочь, набирают 20-24 балла и характеризуются гуманистической эмпатией.

Дети, которые стремятся привлечь внимание взрослых, акцентируя внимание на переживаниях себя самого, при этом не проявляют реальной привязанности или сопереживания к другим, а скорее выражают эгоцентричную симпатию (например, фразы вроде «Я бы не плакал...»), получают 12-16 баллов. Это может свидетельствовать о высоком уровне самооценки, но недостаточной зрелости в эмоциональном восприятии других. Дети проявляют эгоцентрическую эмпатию.

Дети, которые реже проявляют чувствительность к эмоциям окружающих, делятся своим опытом только по запросу взрослых и демонстрируют ограниченную вовлеченность в эмоциональные процессы, набирают 1-8 баллов. Эти показатели свидетельствуют о низком уровне эмпатии и потребности в дополнительной поддержке для развития социального и эмоционального взаимодействия.

Дети с количеством баллов от 17 до 19 могут быть отнесены к проявляющим смешанный тип эмпатии.

Если же балл ребёнка колеблется в пределах 11, то можно предположить, что развитие эмпатии у него идёт по типу эгоцентрической.

№	<i>Проявление эмпатических реакций и поведения</i>	Часто	Иногда	Никогда
1	Проявляет интерес к эмоциональному поведению других.			
2	Спокойно издали смотрит в сторону ребёнка, переживающего какое-либо состояние.			
3	Подходит к переживающему ребёнку, спокойно смотрит на него.			
4	Пытается привлечь внимание взрослого к эмоциональному состоянию другого.			
5	Ярко, эмоционально реагирует на состояние другого, заражается им.			
6	Реагирует на переживания другого, говоря при этом: "А я не плачу", "А у меня тоже", "А мне тоже...?"			
7	"Изображает" сочувствие, глядя при этом на взрослого, ожидает похвалы, поддержки.			
8	Сообщает взрослому, как он пожалел, помог другому.			
9	Предлагает переживающему эмоциональное состояние ребёнку что-либо (игрушку, конфетку и пр.)			
10	Встаёт рядом с ребёнком, беспомощно смотрит на него, на взрослого.			
11	Проявляет сочувствие только по просьбе взрослого (успокаивает, обнимает, гладит и пр.).			
12	Активно включается в ситуацию, по собственной инициативе помогает, гладит, обнимает и пр., т.е. производит успокаивающие действия.			

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Конспекты коррекционно-развивающих занятий

Занятие 2. «Что вы знаете об эмоциях?»

Цель: Создание доверительной атмосферы в группе, развитие «эмоциональной осведомлённости»

План занятия:

Ритуал приветствия

1. Упражнение «Приветствие»

Цель упражнения: приветствие друг друга, создание положительного настроения участников группы на занятие.

Инструкция: Начнём нашу работу так: встанем (ведущий встаёт, побуждая к тому же всех участников группы) и поздороваемся. Здраваться будем за руку с каждым, никого не пропуская. Не страшно, если с кем-то вы поздороваетесь два раза, главное – никого не пропустить.

2. Упражнение «Имя с прилагательным»

Цель:

Время: 5 минут

Инструкция: Ведущий просит участников называть своё имя с эпитетом перед ним (движение по кругу). Причём, прилагательное должно начинаться на ту же букву, что и имя (желательно, чтобы прилагательные несли позитивную информацию об участнике). Например, правдивый Павел, ласковая Лена, мудрая Марина и т. д.

3. Упражнение «Что в тебе нового?»

Цель: Развитие наблюдательности, межличностного эмоционального интеллекта.

Ход упражнения: Участники внимательно смотрят друг на друга, пытаясь увидеть каждого, обратить внимание на то, как выглядит сегодня этот человек, в каком он состоянии, как он себя проявляет.

После трехминутной паузы участники начинают бросать друг другу мяч. При этом каждый сообщает человеку, которому адресован мяч, что нового по сравнению со вчерашним днём в нем появилось. Надо быть внимательными и стараться никого не пропустить.

4. Теоретическая часть. Сегодня мы с Вами поговорим об эмоциональной осведомлённости. Эмоциональная осведомленность – это осознание и понимание своих эмоций.

Хотя эмоциональная осведомленность лежит в основе эмоционального здоровья, хорошего общения и прочных отношений, многие люди относительно незнакомы со своим эмоциональным опытом. Удивительно, как мало людей могут легко ответить на вопрос: «Что вы испытываете эмоционально?».

Чтобы узнать насколько вы «эмоционально осведомлены» предлагаю вам ответить на следующие вопросы:

– Вы когда-нибудь принимали решения на основе интуиции или использовали для этого эмоции? Когда ваше тело подаёт сигналы, что что-то не так, вы доверяете этому?

–Вы обращаете внимание на ваши меняющиеся эмоциональные переживания? Вы замечаете различные эмоции в течение дня или вы застряли в одной или двух эмоциях?

–Удобно ли вам говорить о ваших эмоциях? Честно ли вы оцениваете свои чувства?

–Считаете ли вы, что другие люди понимают вас и сопереживают вам? Вам комфортно с другими?

–Вы чувствительны к эмоциям других людей? Вам относительно легко поставить себя на место других людей и почувствовать, что они чувствуют в той или ситуации?

Большинство людей даже не догадываются, что они в течение длительного времени избегают некоторых из своих чувств. Эмоциональная осведомленность требует умения справляться со стрессом в момент его возникновения. Умение быстро снять стресс позволит вам безопасно сталкиваться с сильными эмоциями, даст уверенность в том, что вы сможете сохранить спокойствие и контроль даже в минуты серьёзных стрессовых ситуаций. Если вы знаете, как успокоиться в минуты возникновения стресса, то сможете начать изучение своих эмоций, которые кажутся вам неудобными или даже пугающими.

Наши эмоции тесно связаны с физическими ощущениями в нашем теле. Когда вы испытываете сильную эмоцию, вы, вероятно, что-то также чувствуете в вашем теле. Обратив внимание на эти физические ощущения, вы сможете лучше понять ваши эмоции

4.Упражнение «Фантом»

Цель: Позволяет осознать связи эмоций с телесным переживанием, расширяет осознанность в отношении собственного переживания и выражения эмоций.

Оборудование: Листок со схематичным изображением человеческого тела – «фантом» – для каждого участника и достаточное количество карандашей синего, красного, жёлтого, чёрного цветов.

Инструкция: Представьте, что вы сейчас очень сильно злитесь на кого-нибудь или на что-нибудь. Постарайтесь всем телом почувствовать свою злость. Может быть, вам будет легче представить, если вы вспомните какой-нибудь недавний случай, когда вы сильно разозлились на кого-нибудь. Почувствуйте, где в теле находится ваша злость. Как вы её ощущаете. Может быть, она похожа на огонь в животе? Или у вас чешутся кулаки? Заштрихуйте эти участки красным карандашом на своём рисунке. Теперь представьте, что вы вдруг испугались чего-то. Что вас может напугать? Представили? Где находится ваш страх? На что он похож? Заштрихуйте чёрным карандашом это место на своём рисунке. Аналогично

предложите детям обозначить синим карандашом, где они переживают грусть и жёлтым – радость. Где в теле ты чувствуешь свою злость (страх, грусть, радость)? Какое чувство тебе было легче всего представить и ощутить в теле? А какое – труднее? Были ли у кого-нибудь из участников группы похожие ощущения?

6. Упражнение «Алфавит чувств»

Инструкция: Сейчас мы проверим насколько вы хорошо знаете эмоции. Следующее упражнение называется алфавит чувств.

Называем чувства по цепочке. Если человек затрудняется в течении 5 секунд передаём слово следующему. Если человек пропустил ход 3 раза он выбывает.

Правила. За каждый пропуск – жёлтая карточка. 3 пропуск – красная карточка.

Победитель получает звание «Знаток чувств»

Анализ: Участники делятся впечатлениями

Рефлексия в конце занятия

7. Упражнение «Мне сегодня»

Цель: подвести итог тренинга.

Инструкция: Каждый высказывается, начиная со слов: «Мне сегодня понравилось, что ...»

Занятие 3. Понимание эмоций «В мире эмоций и чувств»

Цель: актуализация опыта и знаний, относящихся к эмоциональной сфере. Тренировка умения выражать своё эмоциональное состояние

Оборудование: пиктограммы с изображением эмоций, мяч

План занятия:

Ритуал приветствия

1. Упражнение «Подарок»

Цель: приветствие друг друга, создание положительного настроения участников группы на занятие.

Инструкция: Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо «вручить» молча (невербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Тот, кто получает подарок, должен постараться понять, что ему дарят. Пока все не получают подарки, говорить ничего не надо. Все делаем молча.

Анализ: Когда все получают подарки (круг замкнётся), тренер обращается к тому участнику группы, который получил подарок последним, и спрашивает его о том, какой подарок он получил. После того как тот ответит, тренер обращается к участнику, который вручал подарок, и спрашивает о том, какой подарок он сделал. Если в ответах есть расхождения, нужно выяснить, с чем конкретно связано непонимание. Если участник группы не может сказать, что ему подарили, можно спросить об этом у группы.

Разминка

2. Упражнение «Цвет моего состояния»

Цель: развитие способности осознавать и вербализовать своё состояние, находить слова для его обозначения.

Инструкция: «Я предлагаю начать сегодняшний день с того, что каждый из нас, подумав некоторое время, скажет, какого он (или она) сейчас цвета. При этом речь идёт не о цвете вашей одежды, а об отражении в цвете вашего состояния. (Дается некоторое время на обдумывание задания, после чего каждый из участников говорит всем, какого он сейчас цвета.)

Рефлексия: Теперь расскажите, пожалуйста, о том, как изменялось ваше состояние, настроение в течение утренних часов с момента, как вы проснулись, и до того, как вы пришли сюда, – и с чем были связаны эти изменения. В заключение своего рассказа охарактеризуйте то состояние, в котором вы находитесь сейчас и поясните, почему вы выбрали для его обозначения именно тот цвет, который вы назвали».

3. Вопросы для обсуждения:

Сегодня мы будем говорить о «понимании эмоций». Как Вы думаете почему важно понимать свои эмоции и эмоции других людей?

Как вы думаете, чем эмоции отличаются от чувств? Или это одно и то же? Приведите примеры чувств и эмоций.

4. Теоретическая часть.

Эмоции и чувства – это своеобразное личностное отношение человека к окружающей действительности и к самому себе.

Мир чувств и эмоций очень сложен и многообразен. Всем известно, как трудно бывает рассказать о своих чувствах, выразить переживания в речи. Подбираемые слова кажутся недостаточно яркими и неверно отражающими различные эмоциональные состояния и их оттенки.

Эмоции и чувства человека сопровождаются выразительными движениями: мимическими (движения мышц лица), пантомимическими (движения мышц тела, жесты). У искренне радующегося человека округляются и блестят глаза, губы расплываются в улыбку, руки распахиваются для объятий. Выразительные движения представляют экспрессивную сторону эмоций и чувств и осуществляют сигнальную функцию. Они дополняют переживания, делают их более яркими и легко доступными восприятию других людей.

Чувства более глубокие, длительные. К чувствам относятся моральные, патриотические чувства. Чувство благодарности, верность, долг

5. Упражнение «Чувства по кругу»

Цель: развитие возможности каждого участника в области вербализации чувств и состояний.

Инструкция: «Сейчас мы будем бросать друг другу мяч, называя при этом какое-то состояние или чувство, а поймав брошенный нам мяч, будем называть антоним – противоположное состояние или чувство. Например, я бросаю мяч Тане и говорю: «Грустный». Таня, поймав мяч, называет антоним «весёлый» и сама, бросая мяч кому-то другому, называет чувство

или состояние. Постарайтесь быть внимательными и не бросать мяч кому-либо повторно, пока мяч не побывает у всех».

Рефлексия: Испытывали ли вы затруднения во время выполнения упражнения?

6. Упражнение «Радость»

Цель: развитие умения распознавать эмоции по невербальным признакам.

Время: 7 минут

Содержание упражнения: Участникам предъявляется пиктограмма с изображением эмоции радости. После того как все поняли, какую эмоцию изображает пиктограмма, ведущий просит объяснить: «По каким признакам мы можем определить, что человек испытывает радость?»

7. Упражнение «Ярость»

Цель: развитие умения распознавать эмоции по невербальным признакам

Содержание упражнения: Участникам предъявляется пиктограмма с изображением эмоции ярости.

Рефлексия. По каким признакам мы можем определить, что человек испытывает ярость?

Рефлексия в конце занятия:

Итак, подведём итоги... Что уносите с собой?