

## «Развитие эмпатии у детей старшего дошкольного возраста»

В современной жизни **развитие эмпатии** является одним из важнейших компонентов социализации и нравственного воспитания детей.

Именно в **дошкольном** детстве закладываются основы **эмпатии**, эмоционально-нравственной культуры личности. Поэтому актуальным, на сегодняшний день, является определение эффективных условий **развития сочувствия**, отзывчивости, гуманности и их проявления в повседневной жизнедеятельности у детей, начиная с **дошкольного возраста**.

**ЭМПАТИЯ** – категория современной психологии, означающая способность человека представить себя на месте другого человека, понять чувства, желания, идеи и действия другого, на произвольном уровне, положительно относиться к ближнему, испытывать сходные с ним чувства, понимать и принимать его актуальное эмоциональное состояние.

Проявить **эмпатию** по отношению к собеседнику – значит посмотреть на ситуацию с его точки зрения, уметь «*вслушаться*» в его эмоциональное состояние.

Человека, который способен воспринимать переживания, эмоции и чувства другого человека, на уровне своих собственных эмоций, называют **эмпатом**. Можно сказать, что **эмпат** — эмоциональный телепат, ограниченно способный читать мысли, но воспринимающий эмоциональную картину состояния другого человека.

**Развитие эмпатии** включает в себя три компонента:

- когнитивный (я знаю, что может чувствовать другой в этой ситуации,
- эмоциональный (я сочувствую ему,
- поведенческий (я делаю что-то, что может отразиться на чувствах другого, улучшит его состояние)

Особенности **развития эмпатии у детей дошкольного возраста**.

**Дошкольный** возраст является наиболее сенситивным для нравственного **развития**, во многом предопределяющим будущий нравственный облик человека и в то же время исключительно благоприятный для взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Поведение детей на протяжении **дошкольного** возраста существенно меняется. В этом возрасте особое значение имеют нравственные мотивы поведения, выражающие отношение ребенка к другим людям. Эти мотивы изменяются и **развиваются на протяжении дошкольного** детства в связи с усвоением и осознанием нравственных норм и правил поведения. Для этого возраста характерно спокойное эмоциональное поведение, отсутствие сильных аффективных вспышек и конфликтов по незначительным поводам. Наиболее сильный и важный источник переживаний ребенка – его взаимоотношения с другими людьми – взрослыми и детьми. Когда окружающие относятся к ребенку ласково, признают его права, проявляют к нему внимание, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности, защищенности. Вместе с тем именно в 5-7 -летнем возрасте, когда закладываются основы эмоционально- нравственной культуры личности, важно определить эффективные пути **развития** у детей

сопереживания, отзывчивости, гуманности. Гуманные чувства, как отмечают Е. И. Кульчицкая, Н. А., Менчинская, доступны детям **дошкольного возраста**, и к моменту поступления в школу они становятся более сложными и осознанными. Если основы гуманных отношений не будут сформированы в этот период, вся личность ребенка может стать ущербной и впоследствии восполнить этот пробел окажется чрезвычайно трудным (Л. И. Божович, М. И. Лисина, Т. А. Репина, Т. А. Маркова, В. Г. Нечаева, Э. К. Сулова).

Опыт работы с **дошкольниками показывает**, что начинать знакомить детей с эмоциями можно с четырехлетнего возраста (в средней группе или во втором полугодии младшей группы после завершения адаптационного периода): дети усваивают необходимые понятия, их словарный запас пополняется словами, обозначающими эмоции, хотя само слово «эмоция» не вводится, оно заменяется более доступным для детей этого возраста понятием «настроение». И, конечно же, они с огромным удовольствием выполняют практические задания, играют.

Знакомство с моральными чертами характера помогут ребенку задуматься о нравственных и безнравственных качествах, отличать хорошее от плохого, прочувствовать на себе высокомерие и доброту. Робкий ребенок пробует быть смелым, а агрессивный – добрым.

#### Условия **развития эмпатии**

Создание необходимых условий обстановки эмоционального комфорта, эмоционального благополучия способствует **развитию** и становлению личности. С точки зрения современной педагогики это означает - установление доброжелательных взаимоотношений между детьми на основе **развития** нравственных качеств, удовлетворение потребности ребенка в общении со взрослым, адекватное восприятие эмоциональных проявлений других людей, характер собственных поступков. Одна из наиболее трудных и сложных задач воспитания - научить ребенка «*видеть и чувствовать людей*». Умение сопереживать близким и чужим обозначается термином «**эмпатия**», под которым понимается способность индивида эмоционально отзываться на переживания других людей, понимать их мысли, чувства, переживания, проникать в их внутренний мир, делая их частью своей личности.

В **дошкольном возрасте**, появление форм коллективной деятельности и, главным образом, сюжетно- ролевой игры приводит к дальнейшему **развитию эмпатии**, сопереживания, формированию товарищества. Интенсивно **развиваются высшие чувства**: нравственные, эстетические, познавательные. Ролевые действия и взаимоотношения помогают **дошкольнику понять другого**, учесть его пожелание, настроение, желание. Когда дети переходят от простого воссоздания действий и внешнего характера взаимоотношений к передаче их эмоционально-выразительного содержания, они учатся разделять переживания других.

В трудовой деятельности, направленной на достижение результата, полезного для окружающих, возникают новые эмоциональные переживания: радость от общего успеха, сочувствие усилиям товарищей, удовольствие от

хорошего выполнения своих обязанностей, недовольство от своей плохой работы. На основе знакомства детей с трудом взрослых формируется любовь и уважение к нему. А положительное отношение к труду **дошкольники** переносят и на собственную деятельность.

**Развитие** познавательной деятельности приносит радость при узнавании нового, удивление и сомнение, яркие положительные эмоции не только сопровождают маленькие открытия ребенка, но и вызывают их. Окружающий мир, природа особенно манит ребенка таинственностью, загадочностью. Она ставит перед ним многочисленные проблемы, которые малыш пытается решить. Удивление рождает вопрос, на который надо найти ответ.

**Развитие** эстетических чувств связано со становлением собственной художественно-творческой деятельности детей и художественного восприятия.

Эстетические чувства детей взаимосвязаны с нравственными. Ребенок одобряет прекрасное и доброе, осуждает безобразное и злое в жизни, искусстве, литературе. Н. А. Ветлугина писала: «...Нельзя научить ребенка правде, добру без формирования у него понятий «красивое» и «некрасивое», «истинное» и «ложное», нельзя научить его стремиться к защите правды, добра, не сформировав у него протест против зла и лжи, умение ценить прекрасное и доброе в людях». Мы еще забыли сказать о таком важном условии **развития эмпатии** как общение детей с взрослыми, сверстниками.

Совместная деятельность – как условие **развития эмпатийных чувств**

Проблема **развития нравственных чувств**, нравственного поведения личности занимает значительное место в научных исследованиях Л. С. Выготского, А. В. Запорожца, А. Н. Леонтьева, Д. Б. Эльконина, которые показали, что основы ориентации на эмоциональное состояние сверстника начинают закладываться уже в **дошкольном возрасте**.

Специфика совместной деятельности обусловлена возможностью организации педагогического процесса, направленного на умение распознавать эмоциональные состояния и чувства человека, понимание и принятие позиции другого, построение различных форм межличностной коммуникации, обеспечивающих стремление к оказанию помощи.

Осознание ребенком своей индивидуальности, предполагает ее выражение.

Выражение собственной индивидуальности есть не что иное, как выражение эмоциональных реакций и состояний. Средства выражения индивидуальности (*по мнению Яковлевой*) – это то, что позволяет выразить свое эмоциональное состояние, т. е. экспрессивные средства. Поскольку это средства выражения своей индивидуальности другому и для другого, то они по своей природе коммуникативны.

Другим существенным моментом в осознании ребенком своих эмоциональных реакций и состояний является их поддержка со стороны взрослого. Поддерживая эмоциональную реакцию ребенка, взрослый не

только признает за ним право на данную эмоцию, но и признает также адекватность реакции ребенка на данную ситуацию. Но взрослый может также и отвергать эмоциональную реакцию ребенка, т. е. признавая за ребенком право на эмоцию, не считать ее адекватной в данной ситуации.

На предыдущих этапах детства, проявляя доброжелательность, внимание, заботу, любовь, взрослый заложил мощный фундамент для становления нравственных чувств.

Имеются данные, что условия воспитания благоприятствуют **развитию способности к эмпатии**. Например, если у родителей теплые взаимоотношения с детьми, и они обращают их внимание на то, как их поведение сказывается на благополучии других – в этом случае дети с большей вероятностью будут проявлять **эмпатию** по отношению к другим людям, чем те, которые в детстве не имели таких условий воспитания.

**Сопереживание, как сопутствующее звено эмпатии**

Рассмотрим сопереживание как состояние, которое выражается в переживании чего-либо вместе с другими, в разделении переживания, а также как действие по оказанию помощи по отношению к тому, кому сопереживают.

Сопереживанию, **эмпатии**, вчувствованию в другого, является моральным поведением, основанным на нравственных чувствах. Оно непосредственно и произвольно. Его мотивом становятся переживания другого человека, которое воспринимается через непосредственное эмоциональное заражение и принятие чужих переживаний как своих. Другой ребенок выступает здесь не средством осуществления собственных моральных качеств, а непосредственной целью действия ребенка. Подобное отношение к другому выражается в *«просоциальном поведении»*, т. е. в действиях ребенка *«в пользу другого»*. В **дошкольном** возрасте просоциальное поведение выражается в способности ребенка помочь товарищу, уступить ему, поделиться с ним важными для самого ребенка предметами и пр. Именно в этом типе поведения реализуется действительно гуманное, нравственное отношение к другому.

Этой проблемой занимались Е. О. Смирнова и В. Г. Утрубина. Они исследовали возрастную динамику отношения ребенка к сверстнику на протяжении **дошкольного возраста**. Результаты экспериментов позволили выявить эти существенные различия в отношении к сверстнику. И теперь мы можем сказать, что в период 4-5 летнем возрасте в отношениях со сверстниками происходит решительный перелом. Спокойное, индифферентное отношение к ровеснику сменяется напряженным вниманием к нему. Общение детей начинает опосредоваться предметной или игровой деятельностью. Дети пристально и ревниво наблюдают за действиями сверстников, оценивают их, реагируют на оценку взрослого яркими эмоциями. В этот же период сопереживание ровесникам становится особенно сильным. Однако это сопереживание зачастую носит неадекватный характер – спехи сверстника могут обижать и огорчать ребенка, а его неудачи радовать. Дети начинают хвастаться, завидовать, конкурировать, демонстрировать свои

преимущества. Резко возрастает количество и острота детских конфликтов. Ребенок сравнивает сверстника с собой, ищет противопоставление, испытывает потребность в признании, уважении сверстниками.

К **старшему дошкольному** возрасту отношение к сверстнику снова существенно меняется. К шести годам значительно усиливается эмоциональная вовлеченность в действия и переживания сверстника, сопереживание другому становится более выраженным и адекватным. Существенно возрастает активность детей, направленная на сверстников (*помощь, утешение, уступки и т. п.*). Появляется стремление не только отозваться на переживания сверстников, но и понять их. К семи годам снижается острота и напряженность конфликтов **дошкольников**. Непосредственное и бескорыстное желание помочь сверстнику, подарить или уступить ему что-то, безоценочная эмоциональная вовлеченность в его действия могут свидетельствовать о том, что ровесник стал не только предметом сравнения с собой, но и самоценной, целостной личностью, а его настроение и желания становятся целью действий ребенка. Такое восприятие сверстника является основой нравственных чувств: сопереживания, печали и радости.

По мере проявления ребенком своей индивидуальности и осознания себя **развивается** способность к сопереживанию, вчувствованию в предмет (живой, неживой, явление, т. е. **эмпатии**. В качестве особых форм **эмпатии** сопереживание является переживанием субъектом тех же эмоциональных состояний, которые испытывает другой человек, через отождествление с ним. Эмоции человека различаются степенью осознанности. Сопровождая тот или иной поведенческий акт, даже не всегда осознаются, хотя всякое поведение связано с эмоциями, поскольку направлено на удовлетворение потребности. Эмоциональный опыт человека обычно гораздо шире, чем опыт его индивидуальных переживаний.

Нравственное **развитие** и воспитание ребенка необходимо начинать именно с **развития эмоциональной сферы**, так как никакое общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых «*читать*» эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять своими собственными эмоциями. Понимание своих эмоций и чувств также является важным моментом в становлении личности растущего человека.

При всей кажущейся простоте, распознавание и передача эмоций – достаточно сложный процесс, требующий от ребенка определенных знаний, определенный уровень **развития**. Ведь чем больше ребенок знает, какие бывают эмоции, тем точнее он поймет состояние другого.

Наблюдения психологов показывают, что лишь каждый третий ребенок в возрасте от 3 до 7 лет способен сопереживать ровесникам. Но к 7 годам это число растет. Если на 100 младших **дошкольников** приходится только 6% сочувствующих, то на 100 **старших** – уже более **50**. Изменяется с возрастом и качество сопереживания. Младшие преимущественно заражаются радостью сверстников, но редко замечают негативные эмоции и еще реже пытаются как-то повлиять на ситуацию. Дети

среднего **дошкольного** возраста начинают отзываться на беды и несчастья товарищей, но могут отреагировать парадоксально. И лишь **старшие дошкольники** не только адекватно откликаются на переживания ровесников, но и содействуют их эмоциональному благополучию.