Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 22

КОНСУЛЬТАЦИЯ

в рамках работы консультативного пункта

«Мамина школа»

**ВОСПИТАНИЕ В РЕБЕНКЕ ЧУВСТВА ЭМПАТИИ**

Педагог-психолог

Грязнова Ю.Г.

Ставрополь, 2022

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 непроизвольном 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 способный 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.Суслова).

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 отношении к тому, кому сопереживают.

Сопереживании, **эмпатии**, вчувствовании в другого, является моральным поведением, основанным на нравственных чувствах. Оно непосредственно и непроизвольно. 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 период4-5 летнем возрасте в отношениях со сверстниками происходит решительный перелом. Спокойное, индифирентное 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 **старшому 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, распознание 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.