

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД**  
**«УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ПРАВА «КРОК»**  
**Навчально-науковий інститут психології**

**Кафедра психології**

Костючик Олена Вікторівна

**Кваліфікаційна робота**

Психологічні особливості розвитку емпатії у молодших школярів

053 «Психологія»

«Організаційна психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня бакалавр

Кваліфікаційна робота містить результати власних доробок. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

О. В. Костючик

Науковий керівник (консультант) Сингаївська Ірина Валентинівна,  
кандидат психологічних наук, професор

**Київ – 2023**

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМПАТІЇ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ</b> .....	6
1.1. Аналіз феномену емпатії.....	6
1.2. Психологічні особливості розвитку емпатії у молодших школярів ..	11
1.3. Психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку.....	15
Висновки до розділу 1.....	19
<b>РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ</b> .....	21
2.1. Організація та методики дослідження емпатії у молодших школярів .....	21
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей розвитку емпатії у молодших школярів .....	28
Висновки до розділу 2.....	39
<b>РОЗДІЛ 3 РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА ПРОГРАМА З РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ</b> .....	41
3.1. Рекомендації з розвитку емпатії у дітей молодшого шкільного віку	41
3.2. Програма розвитку емпатії у дітей молодшого віку.....	50
Висновки до розділу 3.....	66
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	68
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	71
<b>ДОДАТКИ</b> .....	79

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Проблема емпатії – одна з найскладніших у психологічній науці. Невловимість цього феномена для дослідників підтверджує розмаїття у визначеннях його суті, механізмів, функцій, ролі емпатії в моральному розвитку особистості, просоціальній поведінці, альтруїзмі тощо.

Молодший шкільний вік є найбільш відповідальним етапом у розвитку соціальних механізмів поведінки дитини. Молодші школярі проявляють активне прагнення до спілкування із ровесниками у різних видах діяльності, проявляють свою активність у навчанні, що створює підґрунтя для виховання колективних взаємовідносин, що базуються на механізмах співчуття, співпереживання, співдіяльності.

Особливістю дитини цього віку є спрямованість її діяльності на світ соціальних відносин, у яких вона починає виокремлювати і усвідомлювати себе у системі взаємовідносин між людьми через свої досягнення у тій чи іншій діяльності, та співпереживати досягненням інших.

Різні аспекти розвитку особистості висвітлювалися в роботах відомих вітчизняних психологів та педагогів (М. Й. Боришевський, Д. Б. Ельконін, О. В. Запорожець, Г. С. Костюк, С. Д. Максименко, Н. І. Непомняща, В. А. Сухомлинський, та інші), які стали методологічним та теоретичним підґрунтям багатьох досліджень цієї проблеми.

Серед них значне місце посідають дослідження емоційного розвитку, чутливості, сприяння та співпереживання (Л. І. Джрнзаян, А. Д. Кошелева, Я. З. Неверович, Л. П. Стрелкова). Низка досліджень була присвячена саме окремим аспектам розвитку емпатії та її компонентів (Л. П. Алексеева, С. Б. Борисенко, Л. П. Виговська, Т. П. Гаврилова, Л. П. Стрелкова, І. М. Юсупов), співвідношенню емпатії та моральності (А. А. Валантинас, А. В. Соломатіна, Н. О. Шевченко), впливу різних факторів на процес виховання емпатії (Р. О. Агавелян, Г. Ф. Михайліченко).

У багатьох роботах показано, що молодший шкільний вік не тільки є

сензитивним для формування навчальної діяльності, але є дуже важливим етапом у соціальному розвитку дитини, у становленні її зв'язків з оточуючими людьми за межами родинних стосунків. Прийняття нової соціальної ролі школяра, готовність відповідати очікуванням інших, здатність будувати власну поведінку відповідно до зразків, а також формування власних очікувань щодо поведінки інших людей роблять дітей цього віку сензитивними до виховання у них емпатійних можливостей (Г. С. Абрамова, Т. П. Гаврилова).

Враховуючи актуальність проблеми, її недостатнє вивчення зумовило вибір теми: «Психологічні особливості розвитку емпатії у молодших школярів».

**Мета:** Теоретично та емпірично дослідити психологічні особливості розвитку емпатії у молодших школярів та розробити програму для її розвитку.

**Завдання:**

1. Теоретично обґрунтувати поняття емпатії та розкрити його зміст.
2. Теоретично описати психологічні особливості розвитку емпатії у молодших школярів.
3. Емпірично дослідити особливості розвитку емпатії у молодших школярів.
4. Розробити програму розвитку емпатії у молодших школярів.

**Об'єкт:** Емпатія як психологічний феномен.

**Предмет:** Психологічні особливості розвитку емпатії у молодших школярів.

Для досягнення мети та реалізації завдань було використано комплекс **методів:**

Теоретичні – аналіз, синтез, узагальнення, систематизація.

Емпіричні – для оцінки рівня емпатії «Діагностика прояву емпатії»

І. М. Юсупова, «Діагностика здатності до емпатії» А. Меграбяна, Н. Епштейна – для діагностики рівня емоційного реагування, багатofакторний

особистісний опитувальник Р. Б. Кеттелла (дитячий варіант) – для виявлення особистісних факторів.

Статистичні – коефіцієнт Пірсона.

**Експериментальна база:** 68 учнів 3-4 класів гімназії №1 (сmt Ратне) 8-9 років.

**Наукова новизна:** обґрунтовано: основні форми та методи формування емпатії у дітей молодшого шкільного віку, уточнені та обґрунтовані поняття: «емпатія» та «емпатійність», розроблено: програму розвитку емпатії у дітей молодшого шкільного віку.

**Практичне значення:** розроблено програму розвитку емпатії у дітей молодшого шкільного віку, яка може застосовуватись шкільними психологами та класними керівниками під час навчання учнів у загальноосвітніх школах.

**Структура роботи:** складається зі вступу, трьох розділів, для детального розкриття містять підрозділи, висновків до кожного розділу, загальні висновки, список використаної літератури (77) та додатки (4). Має 4 таблиці та 5 діаграм. Загальна кількість сторінок – 92, основного тексту – 70 сторінок.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМПАТІЇ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

### 1.1. Аналіз феномену емпатії

Е. Тітченер ввів термін «емпатія» у психологію, використовуючи його для опису внутрішньої активності, що призводить до інтуїтивного розуміння ситуації іншої людини. Він поєднав філософські концепції симпатії з теоріями відчуття Е. Кліффорда і Т. Ліппса.

Т. Рібо відрізняє три рівні емпатії: нижчий рівень – синергія, середній рівень – синестезія, вищий рівень – інтелектуальна емпатія. Він також розвинув ідею про еволюцію емпатії від простих до вищих форм і виділив три основні стадії її динаміки: фізіологічну (узгодження рухових прагнень), психологічну (узгодження почуттів) і інтелектуальну (результат спільних уявлень або ідей, пов'язаних з почуттями або рухами) [49].

В. Штерн, який наслідував його ідеї, вважав, що навіть з раннього дитинства дитина має схильність до альтруїстичної поведінки і може співпереживати з об'єктом емпатії.

Новий імпульс до розвитку уявлень про емпатію, і її досліджень в останні десятиліття був даний гуманістичною психологією, в першу чергу її розглядом у руслі концепції «допомагаючих відносин» або допомагаючої поведінки розробленої К. Роджерсом [53].

Емпатія стала обговорюватися в контексті психотерапії, а слідом за цим у сфері реальної людської практики, в умовах педагогічного процесу, сімейного життя і т.д.

Найбільш близькою до сучасного розуміння емпатії можна вважати істотну особливість даного феномена, зазначену З. Фрейдом: «володіти емпатією означає сприймати суб'єктивний світ іншої людини так, як якби сам сприймаючий був цією іншою людиною. Це означає – відчувати біль або задоволення іншого так, як відчуває це він сам, і ставитися як він, до причин,

що їх породили, але при цьому ні на хвилину не забувати про те, що як «якби»». Таким чином, З. Фрейд визначив значення емпатії у соціалізації особистості.

Численні роботи вітчизняних психологів відображають різні інтереси та напрями у вивченні та науковому визначенні даного феномена. Так, в дослідженнях О. Запорожця [14], Л. Стрілецької [35] проблема емпатії розглядається як проблема співчуття і співпереживання. На думку вчених емпатійний процес являє собою ланцюжок: співпереживання – співчуття – імпульс до сприяння.

Визначаючи емпатію, Т. Гаврилова виділяє в її структурі два види емпатійних переживань – співпереживання і співчуття [50].

З точки зору автора, співпереживання та співчуття взаємодоповнюють один одного, проте в основу співпереживання покладена потреба власного благополуччя індивіда, а в основу співчуття – потреба в благополуччі іншого.

Таким чином, Т. Гаврилова відносить співпереживання до більш простої форми емпатії, а співчуття – більш складної. Виділена структура емпатійного процесу була доповнена дослідженнями Ю. Менжерицької.

Визначаючи емпатію як складний, багаторівневий феномен, в якому закладена сукупність емоційних, когнітивних і поведінкових змінних, прояв яких опосередковано досвідом соціальної взаємодії суб'єкта з іншими людьми, Ю. Менжерицька розглядає її як «соціально-психологічну властивість особистості, яка складається з ряду здібностей: здібності емоційно реагувати і відгукуватися на переживання іншого; здатності розпізнавати емоційні стани іншого і подумки переносити себе в його думки, почуття і дії; здатності давати адекватну емпатичну відповідь як вербального, так і невербального типу на переживання іншого» [27].

Відповідно представленим компонентам виділяється три рівні емпатії.

Перший рівень - когнітивна емпатія, яка виявляється у здатності розуміти психічний стан іншої людини, не змінюючи свій власний стан. Це

означає, що людина може сприймати та інтерпретувати емоції та думки іншої людини, але це не супроводжується власними емоційними реакціями.

Другий рівень - емоційна емпатія. Ця форма емпатії може мати два варіанти. Перший варіант пов'язаний з простим співпереживанням, коли особа відчуває емоційну відповідь на переживання іншої людини, спираючись на свою потребу у власному благополуччі. Другий варіант полягає у співчутті, коли особа відчуває бажання досягнення благополуччя іншої людини. У цьому випадку емоційна емпатія залежить від потреби в емоційній реакції на переживання іншої людини.

Таким чином, можна говорити про те, що при домінуванні емоційного компонента в емпатії можна говорити лише про емоційний відгук однієї особистості на переживання іншої.

Переважання співчуття як другої форми емоційної емпатії може розглядатися як перехідна форма від емоційної до дієвої емпатії.

Третій рівень - це вища форма емпатії, яка включає когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти. На цьому рівні емпатія проявляється через реальні дії, такі як надання допомоги і підтримки партнеру у спілкуванні і взаємодії. Це означає, що особа не лише розуміє та співпереживає емоції іншої людини, але також активно виявляє свою емпатію через свої дії [41].

Узагальнюючи основні підходи до розуміння і визначення емпатії можна зробити висновок про те, що в сучасній психологічній науці даний феномен розглядається наступним чином:

– як психічний процес – при цьому наголошується динамічний і процесуальний характер емпатії, в якому розумові та емоційні сторони представляють нерозривну єдність.

– як здатність або властивість особистості – приділяти особливу увагу вивченню особливостей рефлексії, розвитку соціальних почуттів, спрямованості особистості в спілкуванні, моральної та ціннісної орієнтації, соціальному інтелекту, системам відносин один до одного, системам

соціальних потреб, здатності до децентрації, просоціальної мотивації у суб'єктів емпатії.

Згідно з представленими підходами, можна говорити про те, що дієва емпатія визначає моральну, гуманістичну позицію людини. Тому формування морально розвиненої особистості в своїй основі має спиратися на емпатійні здібності людини.

В зарубіжних дослідженнях в галузі розвитку емпатії у дітей найбільш важливими, на думку Абраменкової В. В., є підходи до вивчення емпатії в роботах А. Валлона, В. Штерна [65], Л. Мерфі.

Цікавими видаються роботи В. Штерна, в яких автор представляє динаміку егоїстичних і альтруїстичних тенденцій у поведінці дитини, відзначаючи при цьому роль симпатії. Автор вважає, що саме на основі симпатії (як первинної емоції) розвиваються соціальні почуття. При цьому В. Штерн, у своїх дослідженнях поділяє «почуття до інших» (любов і ніжність), які є передумовою для розвитку «почуття з іншими» (співрадість, співчуття) [65].

У вітчизняних психологічних дослідженнях, розвиток емпатії в дошкільному віці розглядається переважно з точки зору соціалізації емоцій.

Упродовж розвитку дитини з'являються нові форми соціальних переживань, центральне місце серед яких займає емпатія.

Дані форми емпатійних переживань у вітчизняній психології трактуються в наступних значеннях [23]:

– Співпереживання включає в себе переживання тих самих емоційних станів, які відчуває інша людина, через здатність суб'єкта відчути і зрозуміти їх через процес ототожнення. Це означає, що ми можемо відчувати те ж саме задоволення, радість, смуток або страждання, що і інша людина, яку спостерігаємо.

– Співчуття, з іншого боку, передбачає переживання власних емоційних станів, пов'язаних з почуттями іншої людини. Це означає, що ми можемо

відчувати симпатію, турботу або занепокоєння стосовно стану іншої особи, без необов'язкового ототожнення з нею.

– Сприяння включає комплекс альтруїстичних актів, які базуються на співчутті та співпереживанні. Це означає, що ми не лише розуміємо та відчуваємо емоції іншої людини, але й виявляємо активну допомогу та підтримку в її благополуччі.

– У контексті соціалізації особистості, емпатія визначається як продукт взаємодії з соціальним середовищем. Вона розвивається і формується протягом нашого життя через взаємодію з іншими людьми та навчання від них. Емпатія грає важливу роль у формуванні наших міжособистісних відносин, розумінні соціальних ситуацій та підтримці спільності з іншими людьми.

З цієї точки зору, емпатія визначається як «розуміння емоційного стану, проникнення і співвідчуття в переживання іншої людини».

Подальша логіка дослідження орієнтує на вивчення основних етапів розвитку емпатії в дошкільному дитинстві.

На ранніх стадіях психічного розвитку дитини закладається перший компонент емпатійного процесу – співпереживання, що виявляється на основі таких механізмів, як емоційне зараження (ранній вік) та ідентифікація, яка є основним механізмом емпатії до дошкільного віку [41].

По мірі становлення другого компонента емпатійного процесу – співчуття – домінуючу роль починають відігравати когнітивні компоненти – моральні знання і соціальні орієнтації дитини. У молодшому і середньому дошкільному віці починає діяти механізм емоційно-когнітивної децентрації, що стимулює розвиток у дитини більш складних форм емпатії (співпереживання, співчуття, сприяння). Справжня емпатія передбачає не тільки емоційну чутливість, а й високий рівень розуміння. На стадії співчуття дошкільнята повинні визначити можливі шляхи виходу з ситуації, бути адекватно орієнтованими.

Таким чином, на основі перших двох компонентів емпатійного процесу у дошкільнят виникає імпульс до сприяння іншим, який спонукає дитину до

конкретних вчинків. У старшому дошкільному віці відбувається перетворення емоційної сфери дитини від безпосереднього емоційного реагування до особливих форм емпатійних переживань.

## **1.2. Психологічні особливості розвитку емпатії у молодших школярів**

Після проведення теоретичного аналізу поняття емпатії можна розглядати її у контексті молодшого шкільного віку як здатність дитини емоційно реагувати на емоційний стан інших людей. Це включає в себе вміння правильно розпізнавати емоції інших, виявляти співчуття, співпереживання та бажання надавати реальну допомогу.

Дослідження проблеми розвитку емпатії у дітей проводили такі науковці, як А. В. Запорожець [14], Я. З. Неверович [29], Л. В. Мерфі. Ця проблема має велике значення як у психологічному, так і у педагогічному аспектах. Вивчення природи емпатії дозволяє глибше розуміти взаємозв'язок між складом особистості та емоційною сферою людини, сприяє кращому розумінню формування особистості дитини, виникненню моральних почуттів та їх ролі в поведінці.

У молодшому шкільному віці формування емпатії набуває особливої значущості. Цей вік охоплює дітей від 6 до 11 років, які навчаються у початкових класах (1-4 класи) школи. Вікові межі та психологічні особливості цього періоду визначаються теорією психічного розвитку.

Аналіз поняття емпатії дозволяє розглядати її у контексті молодшого шкільного віку як здатність дитини емоційно реагувати на стан іншої людини. Це передбачає вміння правильно розпізнавати емоційний стан іншої людини, виявляти співчуття, співпереживання та бажання надавати реальну допомогу.

Молодший шкільний вік є періодом, коли збільшується значення проблеми формування емпатії. Психологічні особливості цього віку сприяють розвитку емпатичних навичок, таких як здатність до сприйняття емоцій, співчуття та надання допомоги іншим [39].

Дослідники стверджують, що почуття співпереживання можуть з'явитися у дитини вже на ранніх стадіях її розвитку. Згідно з цими переконаннями, існують чотири стадії формування емпатії, на яких дитина проявляє відповідну реакцію на переживання інших:

«Глобальна Емпатія»: Ця стадія відбувається в дитинстві, коли дитина ще не вміє відокремлювати себе від інших. Наприклад, коли інше дитину плаче, малюк також може відреагувати криком. Це свідчить про те, що навіть до здатності відокремитися від інших, маленька дитина може відчувати емоційний дискомфорт у відповідь на страждання іншої дитини.

«Егоцентрична Емпатія»: Ця стадія відбувається приблизно у віці 1-2 років, коли дитина починає проявляти свідомість емоцій. Вона може намагатися заспокоїти когось поруч, використовуючи методи, які б вона сама бажала у подібних ситуаціях.

«Співчуття до переживань інших»: Ця стадія відбувається у віці 2-3 років. Дитина починає розуміти почуття інших так само, як свої власні. Вона виявляє здатність приймати дії, що відповідають потребам інших, а також помічати більш витончені емоційні вияви інших. Розширюється словниковий запас, і діти поступово вчаться висловлювати своє співпереживання словами.

«Співчуття до загального стану інших»: Ця стадія проходить у пізньому дитинстві або на початку юності, коли дитина розвиває здатність бачити себе як самостійну і незалежну особистість. Приблизно до 9 років дитина вже може зосереджуватися на власних внутрішніх процесах, а емоційний стан інших людей сприймається не просто як зовнішнє спостереження, а як щось особисте і внутрішнє.

М. Гоффман описує емпатію як почуття, що виникає у дитини, коли вона розуміє настрій і стан інших людей. Відповідно до цієї точки, зору можна стверджувати, що здатність до співпереживання буде змінюватися в залежності від різних ситуацій, особистого досвіду та людей, з якими молодший школяр взаємодіє [55].

Виховання емпатії не є простим і самоочевидним процесом, але воно є результатом навчання, соціалізації та різноманітної соціальної взаємодії. Дитина набуває цієї якості шляхом спостереження, спілкування та взаємодії з іншими людьми. Вона вчиться розпізнавати емоційні вирази обличчя, сприймати емоційний тон мови, спілкуватися і співпереживати з іншими людьми.

У молодшому шкільному віці відбуваються важливі зміни в психічному розвитку дитини. Розвивається її рефлексія, а сприйняття стає децентралізованим. Дитина починає розуміти інших, уявляти себе на їхньому місці та переживати за них. Цей процес децентралізації сприяє розвитку просоціальної мотивації дитини, засвоєнню моральних норм і осмисленої поведінки на користь інших людей.

Л. П. Журавльова та І. М. Коган провели значні дослідження щодо емпатії у дітей молодшого шкільного віку. У своїх роботах вони досліджували розвиток емпатії та описували його особливості [13].

Дослідження А. Гольдштейна (2003) у закордонній психології внесли значний внесок у розуміння та практичне застосування емпатії в розвитку і підтримці соціальних навичок у різних вікових групах, зокрема у підлітків та молоді з проблемами соціальної адаптації.

А. Гольдштейн розробив технології, спрямовані на підвищення рівня емпатії у цій групі осіб. Ці технології включали в себе різні практики та інтервенції, спрямовані на розвиток співчуття, співпереживання та сприяння.

Дослідження А. Гольдштейна підкреслили важливість емпатії як інструмента для покращення соціальної адаптації та взаємодії з іншими людьми. Ці технології виявилися корисними у розвитку емоційної компетентності, конфліктологічних навичок та спілкування.

Т. Гаврилова провела детальний історичний огляд зарубіжних досліджень емпатії, в якому вона наголошує на необхідності створення теорії емпатії, розумінні її природи, аналізі функцій емпатії у житті людини та вивченні генезису і умов її формування. Останнім часом цей огляд був

розширений дослідженнями емпатійних явищ в рамках особистісно-орієнтованого підходу, що спрямований на вивчення соціально-психологічної емпатії та визначення основних положень цього явища. Після класичної роботи Т. Гаврилової з'явилося багато нових досліджень емпатійних явищ не тільки в зарубіжній, але й у вітчизняній психології [50].

Т. Ліппс переніс ідеї про симпатію та вчування на психологічний аналіз. Він розпочав з дослідження естетичної емпатії, але в останніх своїх роботах став зосереджуватися на поясненні природи та механізмів емпатичної взаємодії між людьми. Т. Ліппс розглядав вчування як специфічний спосіб пізнання сутності об'єкта або предмета. Інколи він виступав як крайній суб'єктивіст, стверджуючи: «Люди, яких я знаю, є лише втіленням мого власного «Я». Це означає, що суб'єкт усвідомлює себе та свої переживання через сприйняття об'єкта або предмета, проекцію свого «Я» на них.

У молодших школярів у цьому віці починає формуватися почуття власного «Я». Вони також розвивають уявлення про «Я» інших людей та розрізняють його від свого власного. Дитина помічає особливості особистості інших людей, які відрізняються від її власних. У цьому віковому періоді важливо навчити дитину брати до уваги інтереси та потреби оточуючих.

У початковій школі дитина стикається з новими соціальними ролями. Вона формує міжособистісні стосунки зі своїми однокласниками та вчителями. Це сприяє не лише набуттю нового життєвого досвіду, але й виникненню різноманітних переживань у дитини. Ці переживання у молодших школярів формуються під впливом конкретних ситуацій та їх власної реакції на них [8].

Варто відзначити, що діти цього віку найбільше співпереживають тим, хто опинився у подібній ситуації до їхньої власної. З цього можна зробити висновок, що розвиток почуття співпереживання у молодших школярів значною мірою залежить від виховного впливу. Тому для розвитку особистості дитини надзвичайно важливе виховання, спрямоване на розуміння почуттів та дій інших людей.

### **1.3. Психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку**

Діти молодшого шкільного віку починають усвідомлювати себе як особистість, у них формується самооцінка, і важливо допомогти їм у її формуванні. Дитина, якій постійно роблять зауваження і вказують на невдачі, стає невпевненим у собі, формується низька самооцінка. А той, кого підтримують, заохочують і допомагають, набуває адекватну самооцінку, він упевнений у собі, але не самовпевнений. Якщо ж захоплюватися дитиною з приводу і без, не роблячи ніяких зауважень і дозволяючи, то це загрожує завищеною самооцінкою і народженням егоцентризму, що не менш погано, ніж низька самооцінка.

Цей період важливий для закладки працьовитості і самостійності. Дитині в цьому віці хочеться бути схожим на дорослого, стати самостійним. Він прагне все робити сам, вчиться приймати рішення і відповідати за них. Необхідно довіряти дитині домашні справи, давати нездійсненні доручення в школі, надавати право вибору. Якщо вирішувати все за нього і захищати від будь-яких труднощів, він виросте інфантильним. Але і нав'язувати велику кількість завдань і вимагати бездоганного виконання не можна, це може викликати відторгнення і опір.

В дитячій та педагогічній психології, одне з центральних місць займає проблема психологічних особливостей молодших школярів. Знання та врахування психологічних особливостей дітей молодшого шкільного віку дозволять правильно вибудувати навчально-виховну роботу в класах. Тому кожен повинен знати ці особливості і враховувати їх у роботі та при спілкуванні з дітьми початкових класів.

Молодший шкільний вік – це вік 6-11-річних дітей, які навчаються у 1-4 класах початкової школи.

Межі віку та його психологічні характеристики визначаються прийнятою на даний часовий відрізок системою освіти, теорією психічного розвитку, психологічною віковою періодизацією.

В даний час немає єдиної теорії, яка здатна дати повне уявлення про психічний розвиток дитини в різні періоди. Тому для отримання повної картини розвитку, поведінки та виховання дітей, було проаналізовано декілька теорій, які зачіпають періодизацію молодшого шкільного віку.

Л. С. Виготський в основу періодизації психічного розвитку дитини поклав поняття провідної діяльності.

На кожному з етапів психічного розвитку провідна діяльність має вирішальне значення. При цьому інші види діяльності, не зникають – вони є, але існують паралельно і не є головними для психічного розвитку.

З. Фрейд в психоаналітичній теорії пояснював розвиток особистості дією біологічних факторів і досвідом раннього сімейного спілкування [59].

Діти проходять 5 стадій психічного розвитку, на кожній стадії інтереси дитини зосереджені навколо певної частини тіла. Вік 6-12 років відповідає латентній стадії. Таким чином, у молодших школярів вже сформовані всі ті якості особистості і варіанти відповідних реакцій, якими вона буде користуватися протягом всього свого життя. І протягом латентного періоду відбувається «відточування» і зміцнення його поглядів, переконань, світогляду. У цей період сексуальний інстинкт приблизно дремає [14].

Згідно когнітивної теорії (Жан Піаже), людина у своєму розумовому розвитку проходить 4 великі періоди:

- 1) чуттєво-руховий (сенсомоторний) – від народження до 2 років;
- 2) дооперативний (2-7 років);
- 3) період конкретного мислення (7-11 років);
- 4) період формально-логічного, абстрактного мислення (11-12 -18 років і далі).

На вік 7-11 років припадає третій період розумового розвитку за Піаже – період конкретних розумових операцій. Мислення дитини обмежене проблемами, що стосуються конкретних реальних об'єктів.

Початок шкільного навчання означає перехід від ігрової діяльності до навчальної як ведучої діяльності молодшого шкільного віку, в якій

формується основні психічні новоутворення. Тому, вступ до школи вносить найважливіші зміни в життя дитини. Різко змінюється весь уклад її життя, її соціальний стан у колективі, родині. Основною, ведучою діяльністю стає вчення, найважливішим обов'язком обов'язок учитися, здобувати знання. Це серйозна праця, що вимагає організованості, дисципліни, вольових зусиль дитини [27].

Особливості мислення. Молодший шкільний вік має велике значення для розвитку основних розумових дій і прийомів: порівняння, виділення суттєвих і несуттєвих ознак, узагальнення, визначення поняття, виділення наслідку та причин (С. А. Рубінштейн, Л. С. Виготський, В. О. Давидов). Несформованість повноцінної розумової діяльності приводить до того, що засвоєвані дитиною знання виявляються фрагментарними, а часом і просто помилковими. Це серйозно ускладнює процес навчання, знижує його ефективність (М. К. Акімова, В. Т. Козлова, В. С. Мухіна).

В. О. Давидов, Д. В. Ельконін, В. В. Дубровіна, Н. Ф. Талізїна, Л. С. Виготський писали про те, що в період початкового шкільного навчання найбільш активно розвивається мислення, особливо словесно-логічне. Тобто, мислення стає домінуючою функцією в молодшому шкільному віці.

Особливості сприйняття. Розвиток окремих психічних процесів здійснюється протягом усього молодшого шкільного віку. Діти приходять в школу з розвиненими процесами сприйняття (сформовані прості види сприйняття: величина, форма, колір). У молодших школярів вдосконалення сприйняття не зупиняється, стає більш керованим і цілеспрямованим процесом.

Особливості уваги. Вікові особливості уваги молодших школярів мають порівняльну слабкість довільної уваги, і її невелику стійкість. Значно краще у молодших школярів розвинена мимовільна увага. Поступово дитина навчається спрямовувати і стійко зберігати увагу на потрібних, а не просто зовні привабливих предметах. Розвиток уваги пов'язаний з розширенням його обсягу й умінням розподіляти увагу між різними видами дій. Тому навчальні

завдання доцільно ставити так, щоб дитина, виконуючи свої дії, могла і повинна була стежити за роботою товаришів.

Особливості пам'яті. Продуктивність пам'яті молодших школярів залежить від розуміння ними характеру завдання і від оволодіння відповідних прийомів, та способами запам'ятовування і відтворення. Співвідношення мимовільної та довільної пам'яті в процесі їх розвитку всередині навчальної діяльності проявляється по-різному. У 1 класі ефективність мимовільного запам'ятовування вища, ніж довільного, так як у дітей ще не сформовані особливі прийоми осмисленого опрацювання матеріалу і самоконтролю. По мірі формування прийомів осмисленого запам'ятовування і самоконтролю довільна пам'ять у другокласників і третьокласників виявляється у багатьох випадках більш продуктивною, ніж мимовільна.

Особливості уяви. Систематична навчальна діяльність допомагає розвинути у дітей таку важливу психічну здатність, як уяву. Розвиток уяви проходить дві основні стадії. Спочатку відтворюючі образи дуже приблизно характеризують реальний об'єкт, оскільки бідні деталями. Побудова таких образів вимагає словесного опису або картини. Наприкінці 2 класу, а потім у 3-му класі настає друга стадія, і цьому сприяє значне збільшення кількості ознак і властивостей в образах.

Як і інші психічні процеси, в умовах навчальної діяльності змінюється загальний характер емоцій дітей. Навчальна діяльність пов'язана з системою суворих вимог до спільних дій, з свідомою дисципліною і з довільною увагою і пам'яттю. Все це впливає на емоційний світ дитини. Протягом молодшого шкільного віку спостерігається посилення стриманості і усвідомленості в проявах емоцій, підвищення стійкості емоційних станів.

Молодший шкільний вік – період накопичення, вбирання знань, період придбання знань по перевазі. У цьому віці наслідування багатьох висловлювань і дій є важливою умовою інтелектуального розвитку. Особливо навіюваність, вразливість, спрямованість розумової активності молодших школярів на повторення, внутрішнє прийняття, створення відповідних умов

для розвитку і збагачення психіки. Дані властивості, у більшості випадків є позитивною стороною, і в цьому виключна своєрідність цього віку [30].

Отже, вступ до школи сприяє формуванню потреби у визнанні і пізнанні, до розвитку почуття особистості.

### **Висновки до розділу 1**

Емпатія є важливою складовою психології та соціального розвитку людини. Термін «емпатія» введений в психологію Е. Тітченером і описує внутрішню активність, яка дозволяє інтуїтивно розуміти переживання інших людей. Відомі психологи, такі як Т. Рібо і В. Штерн, досліджували рівні та етапи розвитку емпатії, а також її вплив на моральний розвиток та альтруїстичну поведінку. З'явлення гуманістичної психології та концепції «допомагаючих відносин» дало новий імпульс до дослідження та розуміння емпатії в контексті психотерапії, педагогіки та інших сфер людської практики. Сучасне розуміння емпатії підкреслює її значення в сприйнятті та розумінні суб'єктивного світу інших людей, а також у соціалізації та розвитку особистості.

Молодший шкільний вік є дуже важливим для закладання основних якостей характеру, психології людини, саме в цьому віці діти починають розмежовувати добро і зло, гарне і погане, оцінювати вчинки свої й іншого, засвоюють правила і норми спілкування. У дитини починає формуватися внутрішня позиція (власна думка, самооцінка, ставлення до людей і подій).

Розвиток емпатії у дітей молодшого шкільного віку можна розглядати як процес формування внутрішніх моральних стимулів, що спонукають до дій на користь інших людей. Шляхом розвитку емпатії дитина поступово включається у світ переживань інших людей, розуміє значущість та цінність кожної індивідуальності і розвиває потребу у їх емоційному благополуччі. Зростаючий рівень психічного розвитку та структурування особистості дитини сприяють зміцненню емпатії, що стає джерелом сприятливого морального розвитку.

Емпатія вимагає від дитини здатності відчутти та розпізнати емоційний стан іншої людини, а також виявити співчуття, співпереживання та бажання допомогти. Цей процес включає формування моральних цінностей, які підтримують доброзичливе ставлення до оточуючих. Розвиток емпатії сприяє виробленню навичок міжособистісного спілкування, розумінню та повазі до інших людей, а також сприяє формуванню позитивного морального характеру.

Молодший шкільний вік, що охоплює дітей віком від 6 до 11 років, є періодом активного психічного розвитку та формування особистості. Психологічні характеристики цього віку визначаються освітньою системою, теоріями психічного розвитку та віковою періодизацією. Немає однієї універсальної теорії, яка б повністю охопила всі аспекти розвитку дитини, тому для розуміння цього періоду використовуються різні підходи.

Розвиток емпатії у дітей молодшого шкільного віку – це процес формування мимовільних моральних мотивів, мотивації діяльності на користь іншої людини. За допомогою емпатії дитина долучається до світу переживань інших людей, у неї формується уявлення про цінність іншої людини, розвивається і закріплюється потреба в емоційному благополуччі інших людей. У міру психічного розвитку дитини і структурування її особистості емпатія стає джерелом сприятливого морального розвитку.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

#### 2.1. Організація та методика дослідження емпатії у молодших школярів

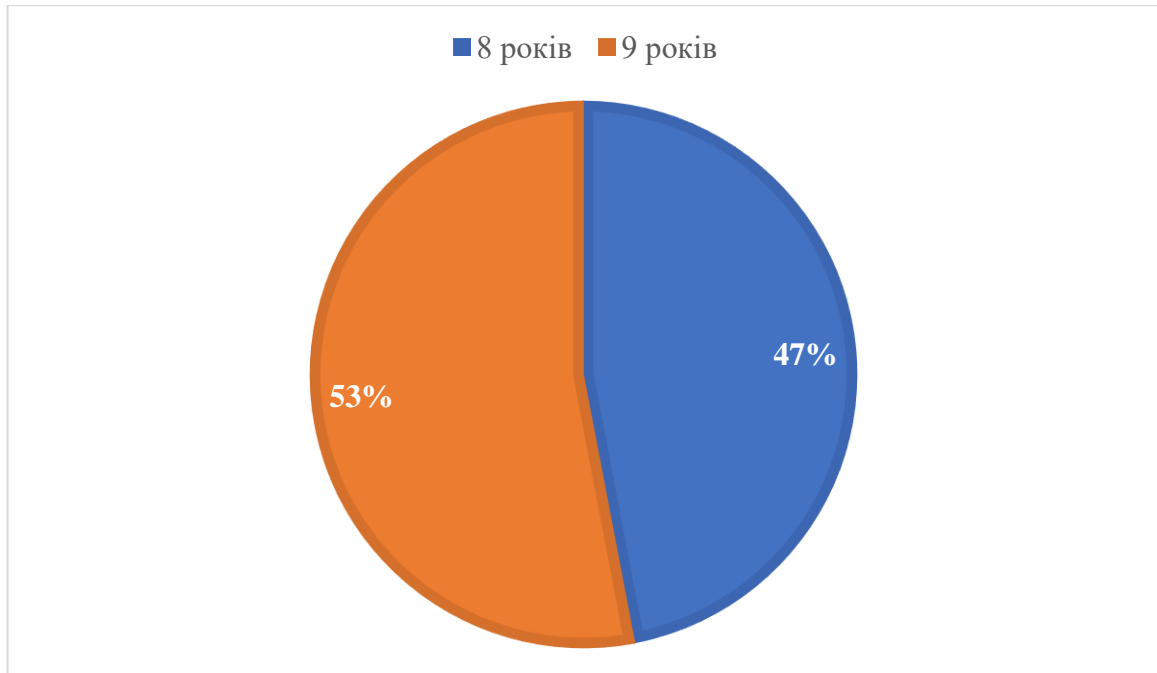
Емоції відіграють важливу роль у житті людини, вони відображають наші інстинкти, потреби та мотиви у формі безпосереднього переживання. Це можуть бути радість, страх, задоволення та інші почуття, які виникають в результаті взаємодії з різними явищами навколишнього світу. Почуття, зі свого боку, є стійкими емоційними ставленнями людини до світу, які відображають значення різних явищ в контексті наших потреб та мотивів. У суспільних умовах, розвиток почуттів є важливим результатом розвитку емоційних процесів людини [23].

Зі вступом дитини у школу продовжується формуватися її особистість, це тісно пов'язане з продовженням розвитку її емоційно-вольової сфери, із продовженням формування інтересів та мотивів поведінки, що відповідно детерміновано соціальним оточенням, передусім типовими взаєминами з батьками, однолітками і вчителями. Саме з емоційним благополуччям дитини пов'язана її оцінка самої себе, своїх здібностей, моральних та інших якостей [7].

Для реалізації поставлених цілей дослідження було сформульовано ряд конкретних **завдань**, а саме:

1. Обрати вибірку досліджуваних;
2. Обрати методологічну основу для вимірювання показників рівня емпатії у дітей молодшого шкільного віку;
3. Організація умов проведення дослідження;
4. Аналіз показників групи досліджуваних;
5. Здійснити якісний та кількісний аналіз *результатів дослідження*;
6. Підведення підсумків результатів дослідження.

У дослідженні брали участь учні 3-4 класів, вік 8-9 років, в загальній кількості 68 учнів, гімназія №1, смт Ратне.



**Рис.2.1. Відсоткове співвідношення учасників в дослідженні по віку**

**На першому етапі** – теоретико–пошуковому – здійснено теоретичний аналіз наукової та психолого-педагогічної літератури з проблеми емпатії у дітей молодшого шкільного віку; визначено об'єкт, предмет, мету, завдання дослідження.

**На другому етапі** – діагностувальному – було проведено діагностику рівня сформованості емпатії у молодших школярів, за допомогою класних вчителів та Google Форми.

**На третьому етапі** – узагальнюючому – систематизовано та оформлено результати роботи; сформульовано висновки.

Нами було обрано такі методики:

Для вимірювання рівня емпатії була використана **методика «Діагностика проявів емпатії» І. М. Юсупова** (Додаток А), яка показує емпатійні схильності респондентів і адаптована для роботи з дітьми шкільного віку. Методика включає 6 шкал: емпатія до батьків, тварин, героїв художнього твору, відомих і невідомих людей, дітей, людей похилого віку). У роботі досліджувалася тільки одна шкала «знайомих та незнайомих людей».

Анкета містить 36 тверджень, на кожне з яких респонденту пропонується надати один із двох варіантів відповіді (так чи ні). Кожна відповідь оцінюється за шкалою (0-2), максимальна кількість балів за однією шкалою може бути 6 балів. Методику перекладено українською мовою, підтверджено її надійність та валідність.

Кожна шкала містить характеристику, яку висвітлюють питання:

- емпатія до батьків – 10, 13, 16, висвітлюють ставлення до батьків та сімейних стосунків;
- емпатія до тварин – 19, 22, 26, характеризують прояв розуміння та співпереживання до суб'єктів природи;
- до людей похилого віку – 2,5,8, відповідно висвітлюється відношення до людей похилого віку, що формується у зв'язку із наявністю цінностей та сімейного виховання;
- емпатія до дітей – 25, 29, 32, ставлення до дітей;
- емпатія до знайомих та малознайомих людей – 21, 24, 27, що характеризує ставлення та прояв довіри до інших людей, які не входять в коло близького оточення;
- емпатія до героїв художнього твору – 9, 12, 15, характеризує емпатію до героїв художньої літератури, творів мистецтва, здатність аналізувати їх дії та вчинки.

Для діагностики рівня емоційного реагування на конкретні життєві ситуації нами була використана **методика «Діагностика здатності до емпатії» А. Меграбяна та Н. Епштейна** (додаток Б), яка адаптована для роботи з категорією осіб молодшого шкільного віку.

Цей опитувальник був розроблений Альбертом Меграбіаном і модифікований Н. Епштейном. З точки зору А. Меграбяна, емоційна емпатія – це здатність співпереживати іншій людині, відчувати те, що відчуває інша людина, переживати такі ж емоційні стани, ідентифікуватися з ними. Дослідження показали, що емоційна емпатія пов'язана із загальним станом

здоров'я людини, соціальною адаптованістю та відображає рівень розвитку навичок міжособистісного спілкування.

Дана методика містить шкалу «Емоційного відгуку», яка показує емоційне ставлення до тих чи інших ситуацій. Респонденту пропонується 25 тверджень, на які необхідно дати один із чотирьох варіантів відповіді (так чи ні). За кожен відповідь нараховується 0-4 бали.

Найбільшу кількість балів має градація 82-90 балів (дуже високий рівень), від 63 до 81 балів (високий рівень); від 37 до 62 балів – середній рівень, від 12-36 балів – низький рівень; від 11 балів і менше – це дуже низький рівень. Методику перекладено українською мовою, її надійність та валідність підтверджена дослідженнями.

**Багатофакторний особистісний опитувальник Р. Б. Кеттелла (дитячий варіант) (Додаток В).**

Особистісний опитувальник створений американським психологом Р. Кеттеллом і вперше опублікований у 1950 році. Методика дороблялась і уточнювалась протягом 20 років, остання версія була опублікована в 1970 році. Серед усіх модифікацій опитувальника Р. Кеттелла найбільшу популярність і практичне застосування набули варіанти для дорослих, підлітків і дітей.

Під поняттям рис особистості Р. Кеттелл розумів постійні риси людини, які проявляються протягом тривалого часу і мало змінюються в різних життєвих ситуаціях.

Дитячу версію створив Р. Кеттелл в 1963 році. Український переклад та адаптацію здійснила у 1995-1996 рр. Т. Б. Партико, доцент ЛНУ ім. Івана Франка, на 330 дітях віком від 8 до 12 років.

Дана методика оригінальна і спеціально розроблена для дітей дошкільного та шкільного віку, є модифікацією та адаптацією для дітей відомої дорослої версії 16-факторного особистісного опитувальника Р. Кеттелла.

Опитувальник містить 12 шкал, які відповідають основним характеристикам особистості дитини. Кожна ознака (фактор) може бути як позитивною, так і негативною, наприклад: «інтелектуальний розвиток – інтелектуальна недорозвиненість», а повна шкала оцінок від мінімального до максимального бала становить 10 балів із середнім значенням 5,5 бала.

Фактор А (холодність/доброзичливість). Високі оцінки свідчать про відкритість, товариськість, доброзичливу поведінку, низькі – про замкнутість, холодність і відчуженість.

Фактор В (низький/високий рівень інтелекту). Високі оцінки характеризуються високим рівнем абстрактного та логічного мислення, здатністю встановлювати закономірності та зв'язки між поняттями; низькі – недостатній розвиток абстрактного мислення, коли дитині доводиться спиратися на конкретні поняття та предмети.

Фактор С (емоційна нестійкість/стабільність). Якщо переважають високі оцінки, дитина спокійна, врівноважена, адекватна в поведінці; низькі – примхливий, мінливий, уникає труднощів, нестійкий у стосунках та інтересах.

Фактор D (врівноваженість/збудливість). Шкала виявляє схильність до тривоги, хвилювання і надмірної реакції на зовнішні подразники. Студенти, які отримали високі оцінки за шкалою D, легко відсторонюються від роботи, ображаються на зауваження, неспокійно сплять, бурхливо реагують на найменшу невдачу. Низькі бали характеризують емоційний спокій і зібраність.

Фактор Е (покірність/незалежність). Дитина, яка набрала високий бал за шкалою, активна, наполеглива, уперта; низький – підкоряється думці інших, слухняна, покірлива. У шкільному віці впертість проявляється в прагненні до домінування, лідерства під час ігор дітей, хоча прийоми домінування ще не освоєні. Тому високі бали за цією шкалою часто співвідносяться з порушеннями поведінки і дисципліни, однак при конструктивному використанні прагнення до самостійності розвиток дитини протікає «гармонійно».

Фактор F (заклопотаність/легковажність). Висока оцінка за шкалою характеризує оптимізм, жвавість, впевненість у собі, розважливість, розважливість, доброту. Дослідження показують, що діти, які мають високий бал за цією шкалою, швидше за все, виховуються у міцних сім'ях, низький – в неповних або нестабільних.

Фактор G (низька/висока сумлінність). Ця шкала показує, наскільки дитина включена в систему цінностей, характерну для дорослих. У дитинстві на оцінку за цією шкалою сильно впливає шкільне середовище.

Фактор H (боязкість/сміливість). За допомогою цього фактора вимірюється ступінь комунікабельності дитини. Проте, якщо учень з високим балом «А» комунікабельний, тому що йому подобається бути в оточенні людей, то учень з високим балом «Н» легко і сміливо вступає у взаємини. Дитина з низьким балом за шкалою Н почувається незручно і невпевнено, уникає спілкування, груп людей.

Фактор I (твердість/м'якосердість). Високі бали за шкалою свідчать про чуйність, романтичність, багату уяву; низькі – про твердість, суворість, мужність. Дослідження показує, що у вихованні за типом гіперопіки проявляються риси особистості, співвіднесені за 1-ю шкалою.

Фактор J (енергійність/стриманість). Учні з високим балом за цією шкалою схильні триматися осторонь, більш індивідуалістичні, критичні та вимогливі до інших, а діти з низьким балом висловлюють свої почуття вільніше, отримують задоволення від спільної діяльності, уваги та діють відповідно до інтересів групи.

Фактор N (наївність/хитрість). Учні старших вікових груп, які мають високий бал за шкалою N, є соціально досвідченими та вдумливими; низький – наївний, сентиментальний і довірливий. У шкільному віці специфічний прояв чинника більш складний. У дитини з вищим балом за шкалою може скластися враження, що він знає характер близьких їй дорослих, уміє використовувати їхні слабкості у своїх інтересах, ніж дитина з низьким балом.

Фактор О (самовпевненість/гордовитість). Цей фактор найбільше корелює з проявами психічних розладів. Високі показники фактора О можуть бути результатом неврозу, депресії або психологічної травми.

Фактор Q4 (розслабленість/напруженість). Високий бал за шкалою свідчить про збудженість, дратівливість, невмотивовану тривожність. Низький – про умиротворення, млявість, повне самовдоволення.

Існує два варіанти особистісного опитувальника Кеттелла для дітей – для хлопчиків і для дівчаток. Оскільки варіанти відрізняються лише кінцівкою, перший сформульований як модель для хлопчиків, а другий – для дівчаток.

Для кореляції було використано коефіцієнт  $r$ -Pearson за допомогою програмного пакету IBM SPSS Statistics Base 29.0 – він дозволяє визначити силу кореляції між двома показниками, які вимірюються за кількісною шкалою.

Кореляція Пірсона є статистичним методом, який використовується для вимірювання ступеня лінійної залежності між двома змінними. Вона вимірює ступінь, до якого дві змінні змінюються разом, тобто як одна змінна змінюється відносно іншої. Кореляція Пірсона може мати значення в діапазоні від -1 до +1.

Значення кореляції Пірсона вказує на напрям та силу залежності між змінними. Значення +1 вказує на повну позитивну лінійну залежність, -1 вказує на повну негативну лінійну залежність, а значення 0 вказує на відсутність лінійної залежності.

Отже, вищезазначений комплекс методик та підібрана вибіркова сукупність дають змогу перейти до наступного етапу емпіричної частини – проведення психодіагностичного зрізу та аналізу результатів.

## 2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей розвитку емпатії у молодших школярів

Емпатія є ключовим принципом взаємодії між людьми і впливає на здорові міжособистісні відносини. Вона допомагає розуміти партнера по спілкуванню, відчувати його емоційний стан і ставитися на його місце в складних ситуаціях. Розвинена емпатія є одним з найважливіших факторів успіху в різних видів діяльності, де важливо бути відкритим до спілкування та вміти співпрацювати з іншими людьми.

Молодші школярі, які схильні до копіювання інших, довірливі та вразливі, можуть бути вплинуті на позитивне формування емпатії. На цьому етапі дитина формує свої особистісні якості, і сприятливе середовище для розвитку емпатії допоможе їй стати більш розуміючою та толерантною людиною в майбутньому.

Саме у початковій школі важливо сформувати у дитини сприйняття іншого як значущого і цінного. У цей період найчастіше діти вперше зустрічаються із необхідністю тісної взаємодії у колективі задля досягнення спільного результату.

Для вимірювання рівня емпатії використано методику «Діагностика прояву емпатії» І. М. Юсупова.

Таблиця 2.1.

### Результати за методикою І. М. Юсупова

Рівень	Кількість учнів	%
Дуже високий рівень	5	7%
Високий рівень	15	23%
Середній рівень	30	44%
Низький рівень	13	19%
Дуже низький рівень	5	7%

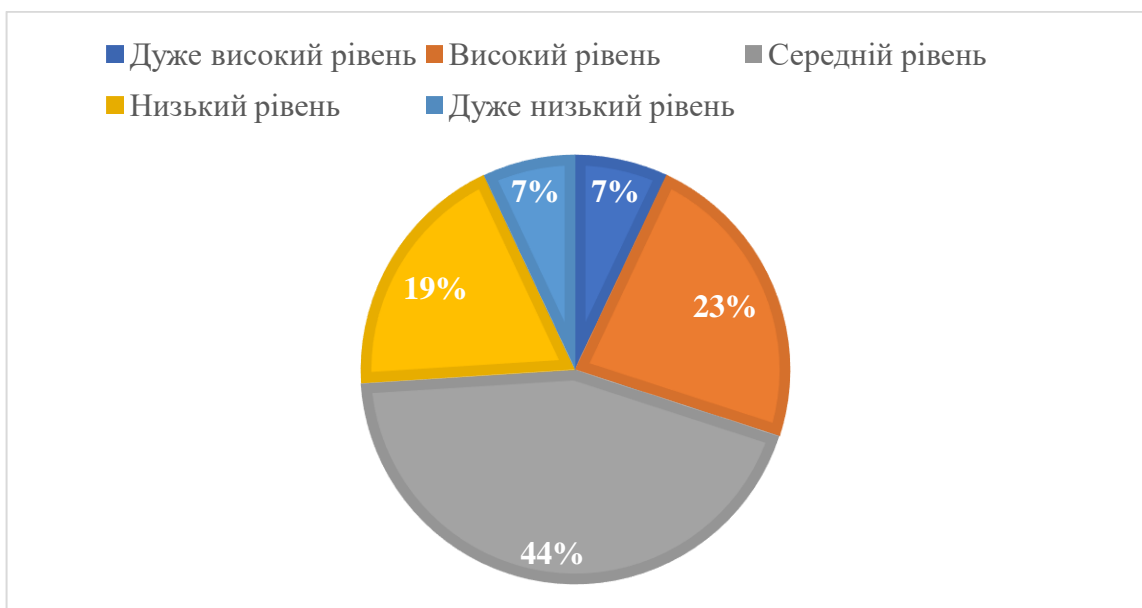
Аналіз проведеного анкетування показало, що дуже високий рівень переважає у 5 учнів (7%) – це хворобливо розвинене співпереживання. Вони

відчувають комплекс провини, побоюючись причинити людям клопіт, побоюючись не лише словом, а й поглядом зачепити їх. У той же час самі дуже вразливі.

Високий рівень показали 15 учнів (23%), вони чутливі до потреб і проблем оточуючих, великодушні, схильні багато чого їм пробачати. Намагається не допускати конфліктів і знаходити компромісні рішення. Добре переносять критику на свою адресу.

Середній рівень прояву емпатії спостерігається у більшості учнів, а саме у 30 (44%). Їм притаманні емоційні прояви, водночас більшою мірою вони самоконтролюються. У спілкуванні – уважні, намагаються зрозуміти більше, ніж висловлено, однак за умови надмірного прояву почуттів співрозмовником утрачає терпіння.

Загалом, важливо забезпечувати учням молодшого шкільного віку сприятливі умови для розвитку емпатії, так як це необхідна навичка для побудови взаємин з іншими людьми в майбутньому. Розвивати емпатію можна через взаємодію з різними соціальними групами, діяльність на допомогу іншим людям, співпрацю у групах, ігри та інтерактивні вправи, які розвивають увагу до потреб інших людей.



**Рис.2.2. Відсоткове співвідношення результатів за методикою І. Юсупова серед учнів**

Низький рівень показали 13 учнів (19%). Виникає відчуття труднощів в установленні контактів з людьми, незручність у великій компанії. Емоційні прояви у вчинках оточуючих іноді здаються їм незрозумілими та безглуздими. Віддають перевагу заняттям конкретною справою на самоті, а не спілкуванню з людьми.

Дуже низький рівень спостерігається у 5 учнів (7%) – емпатійні тенденції особистості не розвинені. Їм вкрай важко розпочати розмову, тому поводять себе відсторонено.

І. М. Юсупов провів аналіз факторів, що впливають на виникнення та розвиток емпатії. Ці фактори включають такі елементи:

- рівень розвитку когнітивної сфери, який означає наявність необхідних знань та розуміння психологічних процесів, які допомагають розвивати емпатію;
- комунікативно-емоційний досвід спілкування, що включає у себе навички слухання та спілкування, що допомагає розвивати емпатію;
- особистісні особливості, такі як емоційна чутливість, інтровертованість, мотивація та система цінностей, які впливають на ставлення людини до інших та сприяють розвитку емпатії;
- особливості емоціогенної ситуації, яка означає наявність інтенсивного стимулу, такого як біль, сльози чи крики, що може викликати емпатію;
- особливості репрезентації емпатії суб'єктом, які включають психологічну та соціальну дистанцію між суб'єктом та об'єктом емпатії, частоту спілкування, особистісні особливості суб'єкта емпатії та ступінь схожості між ними.

Не можна не зосередити увагу на важливості педагогічного спілкування у розвитку емпатії у молодших школярів. Адже для дитини педагог є носієм соціально-моральних оцінок, еталоном для наслідування, орієнтиром у власній поведінці. Поступове засвоєння етичних і моральних норм суспільства дозволяє у майбутньому без проблем адаптуватися до культурного середовища, яке буде оточувати дитину.

Наступним кроком було проведення методики А. Меграбяна та Н. Епштейна на визначення рівню емоційного відгуку.

Методика «Шкала емоційного відгуку» дозволяє проаналізувати загальні емпатичні тенденції випробуваного, такі її параметри, як рівень вираженості здатності до емоційного відгуку на переживання іншого і ступінь відповідності/невідповідності знаку переживань об'єкта і суб'єкта емпатії.

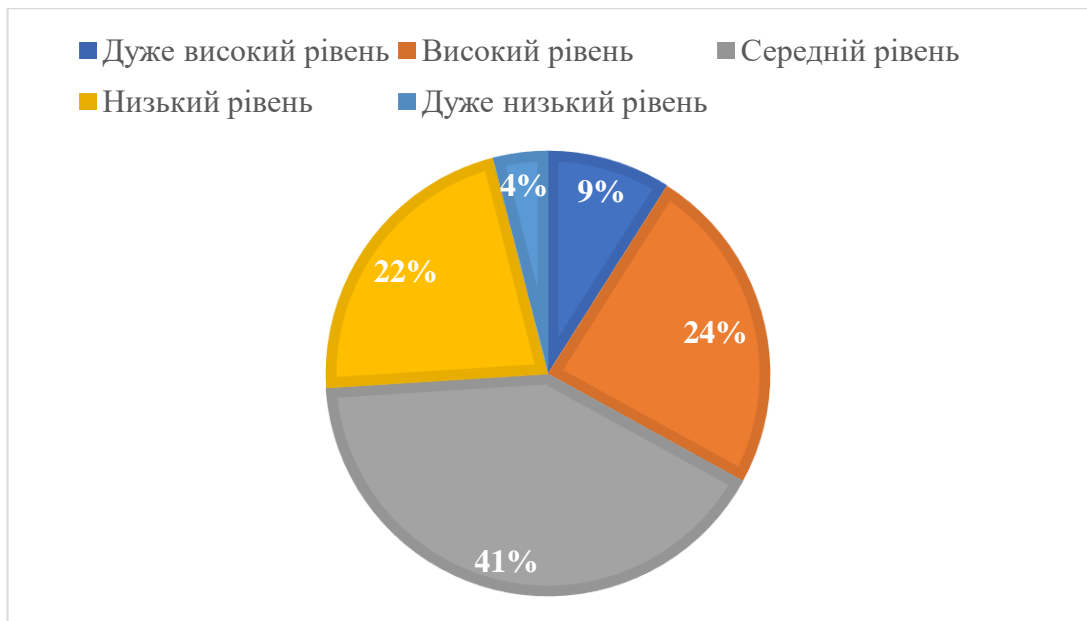
Таблиця 2.2.

#### Результати за методикою А. Меграбяна та Н. Епштейна

<b>Рівень</b>	<b>Кількість учнів</b>	<b>%</b>
<b>Дуже високий рівень</b>	6	9%
<b>Високий рівень</b>	16	24%
<b>Середній рівень</b>	28	41%
<b>Низький рівень</b>	15	22%
<b>Дуже низький рівень</b>	3	4%

Дані свідчать, що 6 учнів (9%) мають дуже високий рівень за даною шкалою емоційного відгуку. Високий рівень у 16 учнів (24%). Люди з високими показниками за шкалою емоційного відгуку в порівнянні з тими, у кого низькі показники частіше:

- на емоційні стимули реагують зміною шкірної провідності і почастішанням серцебиття;
- емоційніші, частіше плачуть;
- проявляють альтруїзм в реальних вчинках, схильні надавати людям діяльну допомогу;
- менш агресивні;



**Рис.2.3. Відсоткове співвідношення результатів за методикою**

#### **А. Меграбяна та Н. Епштейна**

Середній рівень мають 28 учнів (41%). Люди із середнім (нормальним) рівнем розвитку емпатії в міжособистісних відносинах більш схильні судити про інших по вчинках, ніж довіряти своїм особистим враженням. Як правило, вони добре контролюють власні емоційні прояви, але при цьому часто не беруться прогнозувати розвиток відносин між людьми.

Низький рівень мають 15 учнів (22%). Діти з низьким рівнем відчують труднощі у встановленні контактів з людьми, некомфортно почувають себе у великій компанії, не розуміють емоційних проявів і вчинків, часто не знаходять взаєморозуміння з оточуючими.

Вони набагато більш продуктивні при індивідуальній роботі, ніж при груповій, схильні до раціональних рішень, більше цінують інших за ділову якість і ясний розум, ніж за чуйність і чуйність.

Дуже низький рівень шкали емоційного відгуку мають 3 учні (4%). При дуже низькому рівні емоційної емпатії людина не може першим заговорити, тримається відсторонь. Найчастіше йому дуже важкі контакти з дітьми, а також старшими людьми.

Для дослідження особистості дитини, було використано опитувальник Кеттелла (дитячий варіант). Результати подані в таблиці 2.3.

### Результати за методикою Кеттелла

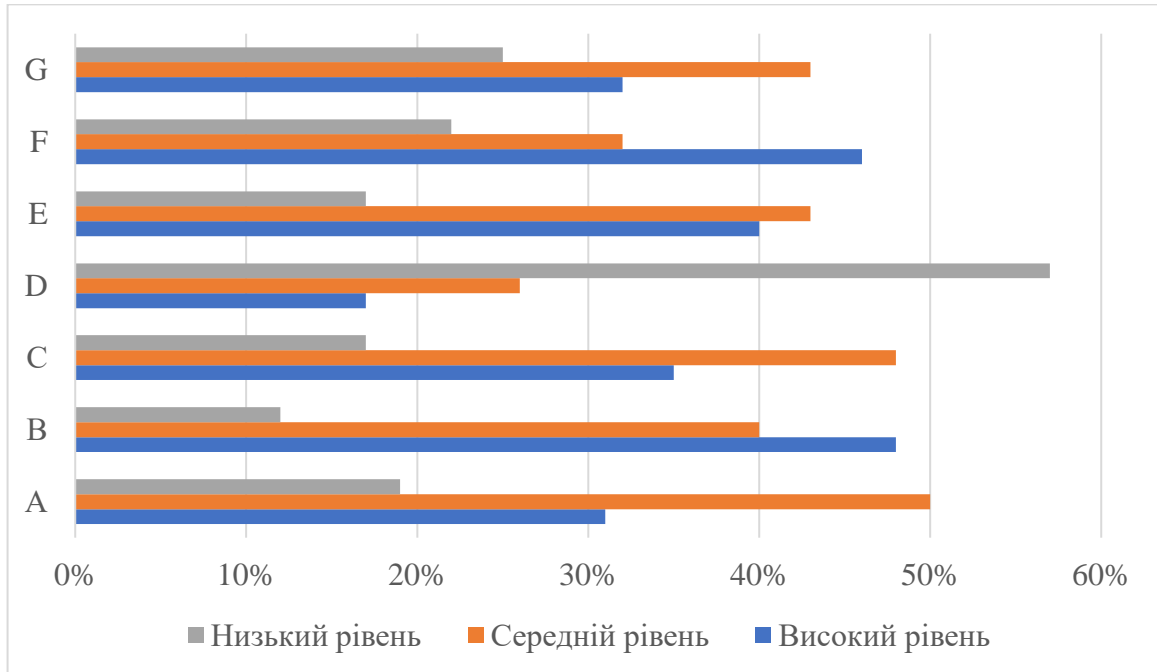
Шкала	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Фактор А (холодність/доброзичливість)	21 учень 31%	34 учня 50%	13 учнів 19%
Фактор В (низький/високий рівень інтелекту)	33 учня 48%	27 учнів 40%	8 учнів 12%
Фактор С (емоційна нестійкість/стабільність)	24 учня 35%	33 учня 48%	11 учнів 17%
Фактор D (врівноваженість/збудливість)	11 учнів 17%	18 учнів 26%	39 учнів 57%
Фактор Е (покірність/незалежність)	27 учнів 40%	29 учнів 43%	12 учнів 17%
Фактор F (заклопотаність/легковажність)	31 учень 46%	22 учня 32%	15 учнів 22%
Фактор G (низька/висока сумлінність)	22 учня 32%	29 учнів 43%	17 учнів 25%
Фактор H (боязкість/сміливість)	24 учня 35%	31 учень 46%	13 учнів 19%
Фактор I (твердість/м'якосердість)	17 учнів 25%	36 учнів 53%	15 учнів 22%
Фактор J (енергійність/стриманість)	20 учнів 30%	24 учня 35%	24 учня 35%
Фактор N (наївність/хитрість)	22 учня 32%	35 учнів 51%	11 учнів 17%
Фактор O (самовпевненість/гордовитість)	9 учнів 13%	27 учнів 40%	32 учня 47%
Фактор Q4 (розслабленість/напруженість)	15 учнів 22%	25 учнів 37%	28 учнів 41%

Фактор А (холодність/доброзичливість). Високий рівень у 21 учня (31%) – це говорить про те, що вони відкриті та товарискі, середній рівень у половини респондентів, а саме у 34 учнів (50%), низькі показники – 13 учнів (19%) – це свідчить про їх холодність і відчуженість.

Фактор В (низький/високий рівень інтелекту). Високий показник у 33 учнів (48%) вони володіють абстрактно-логічним мисленням, здатні встановлювати закономірності та зв'язки між поняттями; середній рівень у 27

учнів (40%), низький рівень у 8 учнів (12%) – в них недостатній розвиток абстрактного мислення.

Фактор С (емоційна нестійкість/стабільність). Високі показники у 24 учнів (35%) вони спокійні, врівноважені. Середні показники у 33 учнів (48%). Низькі у 11 учнів (17%) – вони звикли ухилятися від труднощів.



**Рис.2.3. Відсоткове співвідношення результатів за методикою Кеттелла**

Фактор D (врівноваженість/збудливість). Школярів, у яких за шкалою D високі оцінки – 11 учнів (17%), легко вивести з робочого стану, бурхливо реагують на найменші невдачі. Середні показники у – 18 учнів (26%), та низькі показники у 39 учнів (57%) вони емоційно безтурботні та спокійні.

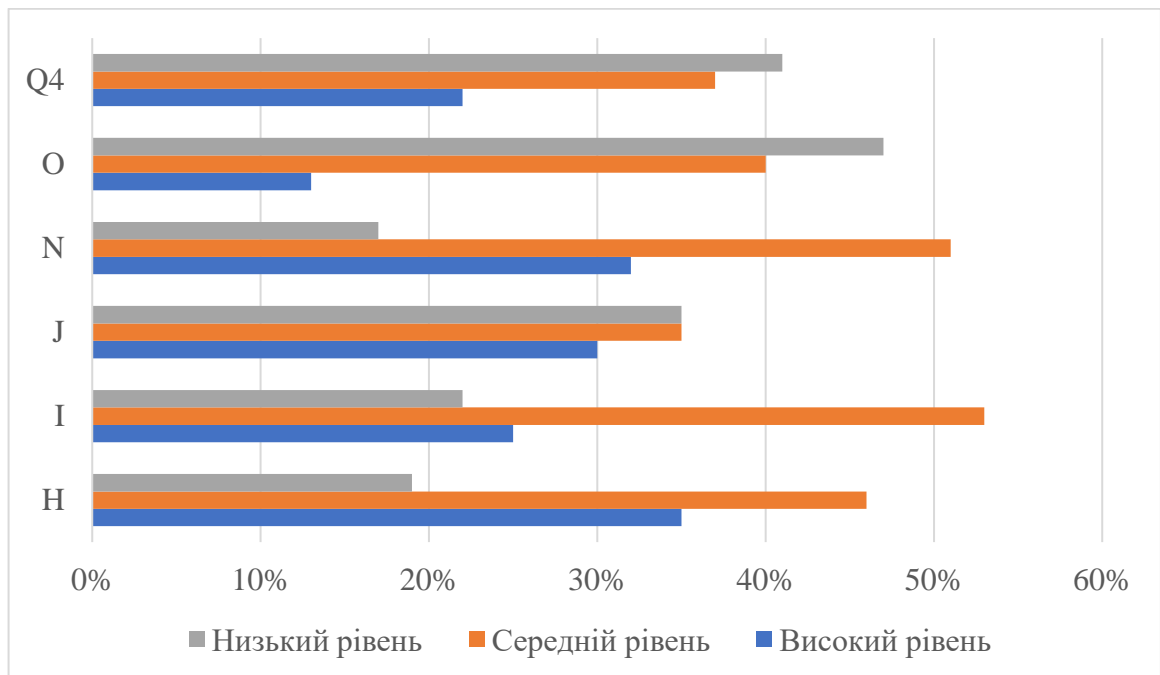
Фактор E (покірність/незалежність). Високі показники у – 27 учнів (40%), середні показники у 29 учнів (43%), а низький у – 12 учнів (17%).

Фактор F (заклопотаність/легковажність). Висока оцінка за шкалою у 31 учня (46%) – це характеризує оптимізм та самовпевненість. Середній рівень у 22 учнів (32%), низький рівень – 15 учнів (22%).

Фактор G (низька/висока сумлінність). Ця шкала показує, якою мірою дитина включена у систему цінностей, – характерну для дорослих. Високий

рівень у 22 учнів (32%), середній рівень у 29 учнів (43%) та низький рівень у 17 учнів (25%).

Фактор Н (боязкість/сміливість). Високі показники у 24 учнів (35%) – вони легко і сміливо вступає у взаємини. Середні показники у – 31 учні (46%). Низький рівень у 13 учнів (19%) вони можуть відчувати незручність та невпевненість при спілкування.



**Рис.2.4. Відсоткове співвідношення результатів за методикою Кеттелла**

Фактор I (твердість/м'якосердість). Високі показники у 17 учнів (25%) це говорить про їх м'якосердість, середні у 36 учнів (53%), та низькі показники у 15 учнів (22%) це говорить про твердість у характері.

Фактор J (енергійність/стриманість). Школярі з високим рівнем – 20 учнів (30%) схильні триматися осторонь, критичні й вимогливі до інших, середній рівень у 24 учнів (35%), також у 24 учнів – низький рівень, вони вільніше виявляють почуття, люблять увагу.

Фактор N (наївність/хитрість). Високий рівень у 22 учнів (32%), середній рівень у 35 учнів (51%) та низький рівень у 11 учнів (17%).

Фактор О (самовпевненість/гордовитість). Високі показники у 9 учнів (13%) – це може бути наслідком неврозу або ж психічної травми. Середні показники у 27 учнів (40%) та низькі у 32 учнів (47%).

Фактор Q4 (розслабленість/напруженість). Високий рівень у 15 учнів (22%) – вони часто відчувають стан напруженості, середній рівень у 25 учнів (37%), та низький рівень у 28 учнів (41%) – вони відчувають розслабленість.

Наступним етапом дослідження стало встановлення взаємозв'язку рівня емпатії та рисами особистості. Для вирішення цих завдань нами використовується кореляційний аналіз, критерій Пірсона. Для кореляційного аналізу було використано IBM SPSS Statistics Base 29.0.

До особистісних факторів, що впливають на розвиток емпатії, відносимо такі характеристики особистості: самостійність, відкритість, розвинене мислення, емоційна стабільність, чутливість. Перевіримо це кореляційно.

Кореляція показує достатньо виражені прямі кореляційні зв'язки між рівнем емпатії та особистісними факторами (Додаток Г):

Таблиця 2.4.

#### Кореляційні зв'язки між особистісними факторами та рівнем емпатії

Фактори	Рівень емпатії	
Фактор А (холодність/доброзичливість)	,833**	p<,001
Фактор С (емоційна нестійкість/стабільність)	,633**	p<,001
Фактор Е (покірність/незалежність)	,622**	p<,001
Фактор F (заклопотаність/легковажність)	,322**	p<,001
Фактор G (низька/висока сумлінність)	,509**	p<,001
Фактор H (боязкість/сміливість)	,319**	p<0,01
Фактор I (твердість/м'якосердість)	,630**	p<0,01
Фактор J (енергійність/стриманість)	,455**	p<0,01
Фактор N (наївність/хитрість)	,417**	p<0,01
Фактор D (врівноваженість/збудливість)	-,492**	p<0,01
Фактор О (самовпевненість/гордовитість)	-,425**	p<0,01
Фактор Q (розслабленість/напруженість)	-,252*	p<0,05

Примітка: \* – рівень статистичної значущості  $p \leq 0,05$ ; \*\* – рівень статистичної значущості  $p \leq 0,01$ .

Коефіцієнт кореляції між фактором А (холодність/доброзичливість) та рівнем емпатії становить 0,833\*\* ( $p < 0,01$ ), вказує що більша міра доброзичливості пов'язана з вищим рівнем емпатії, тоді як більша міра холодності пов'язана з нижчим рівнем емпатії. Ці результати вказують на те, що люди, які виявляють більшу доброзичливість, схильні до більш активного прояву емпатії і здатність співчувати та розуміти почуття та потреби інших людей.

Коефіцієнт кореляції між фактором С (емоційна нестійкість/стабільність) та рівнем емпатії становить ,633\*\* ( $p < 0,01$ ), означає, що більша міра емоційної стабільності пов'язана з вищим рівнем емпатії, тоді як більша міра емоційної нестійкості пов'язана з нижчим рівнем емпатії. Люди, які мають більшу емоційну стабільність, більш схильні до вияву емпатії та співчуття до інших людей.

Коефіцієнт кореляції між фактором Е (покірність/незалежність) та рівнем емпатії становить ,622\*\* ( $p < 0,01$ ), означає, що люди, які проявляють більшу незалежність і меншу покірність, мають вищий рівень емпатії.

Коефіцієнт кореляції між фактором F (заклопотаність/легковажність) та рівнем емпатії становить ,322\*\* ( $p < 0,01$ ), означає, що люди, які більше схильні до заклопотаності і менш легковажні, мають трохи вищий рівень емпатії.

Коефіцієнт кореляції між фактором G (низька/висока сумлінність) та рівнем емпатії становить ,509\*\* ( $p < 0,01$ ). Отриманий результат свідчать про те, що учні, які проявляють вищу сумлінність (тобто більші відповідальність, дисциплінованість, точність), мають більший рівень емпатії. Це може пояснюватись тим, що висока сумлінність включає у себе уважність до потреб і почуттів інших людей, що сприяє більшому розумінню та співпереживанню їхніх емоцій.

Коефіцієнт кореляції між фактором Н (боязкість/сміливість) та рівнем емпатії становить ,319\*\* (,008), коли сміливість зростає, рівень емпатії також збільшується, і навпаки.

Коефіцієнт кореляції між фактором І (твердість/м'якосердість) та рівнем емпатії становить ,630\*\* ( $p < 0,01$ ). Це означає, що люди, які проявляють більшу м'якосердість, мають вищий рівень емпатії, і навпаки, твердість пов'язана з нижчим рівнем емпатії.

Коефіцієнт кореляції між фактором N (наївність/хитрість) та рівнем емпатії становить ,417\*\* ( $p < 0,01$ ). Це означає, що люди, які проявляють меншу наївність та більшу хитрість, мають вищий рівень емпатії, і навпаки, наївність пов'язана з нижчим рівнем емпатії.

Обернені значущі зв'язки між фактором D (врівноваженість/збудливість) та рівнем емпатії становить -,492\*\* ( $p < 0,01$ ), особи які мають нижчу збудливість, можуть мати менший рівень емпатії, тоді як особи з більшою збудливістю, можуть виявляти вищий рівень емпатії.

Обернені значущі зв'язки між фактором O (самовпевненість/гордовитість) та рівнем емпатії становить -,425\*\* ( $p < 0,01$ ), коли значення фактору O зростає, рівень емпатії зменшується, і навпаки.

Обернені значущі зв'язки між фактором Q (розслабленість/напруженість) та рівнем емпатії становить -,252\* (0,38) свідчить про слабкий обернений зв'язок, а значення р-рівня значимості 0,38 свідчить про високу ймовірність того, що цей зв'язок може бути випадковим.

Отже, кореляційний аналіз нам показав, що на емпатію учнів впливають різні особистісні фактори, доброзичливість, стабільність, незалежність та м'якосердість, позитивно впливають на розвиток емпатії. Діти які виявляють ці якості, ймовірно, мають більшу здатність сприймати та розуміти емоції, потреби та почуття інших людей. Врахування цих факторів у вихованні та навчанні може сприяти покращенню емпатичних навичок та створенню сприятливої соціальної клімату в школі.

Також кореляційні зв'язки нам показали, що схильність до збудливості та гордовитості може перешкоджати здатності сприймати інші емоції та потреби, що є важливими для емпатії.

## Висновки до розділу 2

Емпатія – необхідна умова для успішної адаптації у сфері особистісних стосунків, де потрібні чутливість, знання мотивів поведінки, здатність до тонкого та точного відображення змін у взаєминах. Для емпіричного аналізу було обрано три методики, а саме: для оцінки рівня емпатії «Діагностика прояву емпатії» І. М. Юсупова, «Діагностика здатності до емпатії» А. Меграбяна, Н. Епштейна та дитячий варіант особистісного опитувальника Кеттелла. В дослідженні брали участь 68 школярів – 3-4 класів, вік 8-9 років.

За допомогою вибраних методик було виявлено, що дуже високий рівень емпатії переважає у 5 учнів (7%), високий рівень показали 15 учнів (23%), середній рівень прояву емпатії спостерігається у більшості учнів, а саме у 30 (44%). Низький рівень показали 13 учнів (19%), та дуже низький рівень у 5 учнів (7%).

За шкалою емоційного відгуку 6 учнів (9%) мають дуже високий рівень Високий рівень у 16 учнів (24%). Середній рівень мають 28 учнів (41%). Низький рівень мають 15 учнів (22%). Дуже низький рівень шкали емоційного відгуку мають 3 учні (4%).

Для дослідження особистості дитини було обрано опитувальник Кеттелла, де дослідили 12 факторів, які кореляційно показали, що впливають на розвиток емпатії. Кореляція показує достатньо виражені прямі кореляційні зв'язки між рівнем емпатії та:

– фактором А (холодність/доброзичливість) – ,833\*\* (p<0,01); – фактором С (емоційна нестійкість/стабільність) – ,633\*\* (p<0,01); – фактором Е (покірність/незалежність) – ,622\*\* (p<0,01); – фактором F (заклопотаність/легковажність) – ,322\*\* (,007); – фактором G (низька/висока сумлінність) – ,509\*\* (p<0,01);

– фактором H (боязкість/сміливість) – ,319\*\* (p<0,01); – фактором I (твердість/м'якосердість) – ,630\*\* (p<0,01); – фактором J (енергійність/стриманість) – ,455\*\* (p<0,01); – фактором N (наївність/хитрість) – ,417\*\* (p<0,01);

Встановлено обернені значущі зв'язки між рівнем емпатії та: – фактором D (врівноваженість/збудливість) –  $-.492^{**}$  ( $p < 0,01$ ); – фактором O (самовпевненість/гордовитість) –  $-.425^{**}$  ( $p < 0,01$ ); – фактором Q (розслабленість/напруженість) –  $-.252^*$  ( $p < 0,05$ ).

Це говорить про те, що всі ці особистісні фактори, впливають на розвиток емпатії, а саме: доброзичливість, емоційна стабільність, незалежність, висока сумлінність, сміливість.

## РОЗДІЛ 3

### РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА ПРОГРАМА З РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

#### **3.1. Рекомендації з розвитку емпатії у дітей молодшого шкільного віку**

Емпатія є важливим елементом психіки, який допомагає людині розуміти потреби та особливості поведінки інших. Це створює підґрунтя для успішної соціальної адаптації, задоволення потреб у прийнятті та самореалізації особистості. Якщо емпатія недостатньо розвинена, це може призвести до соціальної дезадаптації та викривлення механізмів пристосування. Отже, важливість емпатії для особистого та суспільного життя не може бути недооцінена.

Молодший шкільний вік можна вважати ключовим періодом для розвитку емпатії в дітей. Це пов'язано з тим, що на цей вік припадає значна кількість розвивальних факторів, що впливають на формування моральних уявлень та розвиток соціальних навичок.

У цьому віці діти набувають здатності до самоаналізу та рефлексії, що допомагає їм розуміти свої вчинки та вчинки інших людей. Вони також дуже чутливі до впливу навколишнього середовища та здатні легко наслідувати поведінку, що робить цей період дуже сприятливим для навчання емпатії.

Зважаючи на вік групи, можу запропонувати такі рекомендації для розвитку емпатії у молодших школярів:

1. Залучіть дітей до різноманітних групових активностей, таких як гра у рольові ігри, спільний творчий процес тощо.
2. Навчіть дітей активному слуханню, тобто дозволяти іншим вільно висловлювати свої думки та емоції. Навчайте дітей прослуховувати інших людей та активно спілкуватися з ними. При цьому запитуйте, що інша людина відчуває в даній ситуації, що можна зробити, аби їй допомогти.

3. Сприяйте розвитку емоційного словника: навчіть дітей ідентифікувати свої власні емоції та емоції інших людей. Навчайте дітей відчувати свої власні емоції. Допоможіть їм зрозуміти, як вони себе відчують, коли зазнають певних емоцій, та запрошуйте їх розмірковувати про те, як будуть помічати ці емоції в інших людей.
4. Зачитуйте казки та історії, пов'язані з почуттями інших людей, які є віддзеркаленням життєвого досвіду дитини або які слугуватимуть моделлю досвіду. Розвивайте когнітивну емпатію, яка відображається в уяві про емоції, що переживають інші люди.
5. Використовуйте різні методи для визначення емоцій іншої людини. Це можуть бути книги з ілюстраціями або плакати, на яких зображені форми, експресії та види емоцій. Займайтеся з дітьми над образотворчими вправами, через які вони органічно відносяться до своїх емоцій та емоцій других людей
6. Діліться з дітьми своїми власними історіями про взаємодію з іншими людьми та про важливість емпатії. Будьте прикладом: намагайтеся проявляти емпатію у своїй поведінці перед дітьми. Діти звичайно розглядають поведінку дорослих та беруть приклад з дорослих.

Наведений перелік лише частина психологічних рекомендацій, які можуть допомогти розвитку емпатії у молодших школярів. Практичне застосування цих рекомендацій звичайно зменшує конфліктну співпрацю та збільшує загальний комфорт та розуміння інших ході діяльності та спілкування.

Розвиток емпатії є важливим завданням для батьків та дітей, вчителів та психологів, і може бути досягнутий за допомогою різноманітних творчих вправ та ігор, які можуть бути використані під час групових занять [8]. Залучення дітей до різноманітних групових активностей, таких як гра у рольові ігри, спільний творчий процес тощо є гарним способом розвитку в молодших школярів емоційного інтелекту та соціальних навичок.

Отже, ось декілька психологічних вправ та ігор, які можуть допомогти розвинути емпатію у молодших школярів:

1. **Вправа «Як вчинити»** допомагає школярам навчитися аналізувати конфліктні ситуації та розробляти конструктивні рішення. Для проведення вправи підготуйте декілька зображень, на яких зображено конфліктну ситуацію, наприклад, дитина, яка сидить без діла, тоді як інші працюють, діти, які сміються поряд із тим, хто плаче, або дитина, яка стоїть осторонь від групи з іншими дітьми.

Картки з зображенням розкладаються на стіл, після чого кожен учень бере одну картку і описує конфліктну ситуацію, яку він бачить на малюнку. Далі учні пропонують варіанти вирішення цієї ситуації та обговорюють їх разом. Ця вправа допомагає учням розвивати навички спостереження, емпатії та розв'язання конфліктів, що є важливими вміннями для будь-якої суспільної діяльності.

2. **Вправа-гра «Уяви себе на місці...»** є інтерактивним ігровим методом, який може бути застосований для розвитку творчого мислення та емпатії у старшокласників [20].

3. **Гра «Відгадай емоцію»:** щоб підготуватися до неї, необхідно написати назви різних емоцій на окремих аркушах паперу. Гравці потім обирають аркуш і мають зобразити обрану емоцію мімікою та жестами перед ведучим, який повинен відгадати, яку саме емоцію вони виражають. Якщо ведучий не зможе відгадати емоцію, гравець, який її зобразив, стає новим ведучим. Гра допомагає розвивати в дітей спроможність виражати та розрізняти різні емоції, а також покращує їх мімічні та жестикуляційні навички [20].

4. **Гра «Полігон почуттів»:** діти розміщуються на полігоні, покритому картинками з різноманітними обличчями та емоціями. Кожна дитина обирає картинку з емоцією та розповідає про те, як відчувається людина на картинці, та коли вони самі відчувають цю емоцію.

**5. Гра «Рольова зміна»:** діти використовують свою уяву, щоб пережити життєву ситуацію з іншої людини. Наприклад, діти можуть розігрувати ситуації, де вони повинні проявляти повагу до старшого покоління, допомагати людям з обмеженими можливостями або заспокоювати дитину, яка чогось боїться.

**6. Гра «Історії друзів»:** діти по черзі придумують історії про своїх уявних друзів, діляться з іншими дітьми про їх хобі та інтереси, щоб розширити свою уяву та почути, що інші діти відчувають.

**7. Гра «Можливий світ»:** діти уявляють, що вони знаходяться у світі, де всі люди мають особливі здібності та багато різних єдиних рис. Вони розповідають історії про те, як люди з різних «рас» взаємодіють, а потім обговорюють, як уявна ситуація може бути відтворена в реальному житті.

Ці ігри можна модифікувати та адаптувати до віку та інтересів дітей. Вони допоможуть дітям поглибити своє уявлення про світ навколо та розвивати емпатію, співчуття та розуміння людських емоцій.

Навичка емпатійного слухання також є важливою у нашій комунікації з іншими людьми. Часто ми слухаємо інших, але не повністю віддаємо їм свою увагу. Емпатійне слухання полягає в тому, щоб дати співрозмовнику можливість говорити, не перебиваючи його, і дати йому зрозуміти, що ми повністю його розуміємо.

Є кілька способів, які допоможуть нам розвивати навичку емпатійного слухання. Перш за все, ми повинні дати іншій людині можливість говорити без втручання. Не варто робити вербальні або невербальні підказки, які можуть впливати на те, що хочемо почути ми, а не те, що хоче сказати співрозмовник [41].

Другий спосіб полягає у тому, щоб приділити співрозмовнику абсолютну увагу. Це означає не робити інших речей під час розмови, які можуть перешкоджати нашому сприйняттю розмови, або не використовувати такі речі, як телефон або комп'ютер, які можуть викликати зневагу.

Третій спосіб полягає в тому, щоб періодично повторювати те, що ми почули, для того, щоб переконатися у точності нашого розуміння. Це допоможе співрозмовнику переформулювати або пояснити свої думки, а ми зможемо дійти до точного розуміння того, що він хоче нам сказати.

Четвертий спосіб – це орієнтуватися на емоції. Ми можемо включати в себе інтерпретацію почуттів іншої людини. Окрім того, що ми повторюємо те, що почули, ми можемо також спробувати розуміти, які емоції переживає наш співрозмовник. Це може допомогти нам знайти спільну мову з ним і зрозуміти його точку зору. Наприклад, якщо ми розуміємо, що наш колега дуже засмучений через недавню подію, то можемо спробувати вислухати його і дати йому підтримку. Або якщо ми бачимо, що наш друг дуже задоволений новим проектом, то можемо поділитися з ним своїми позитивними емоціями та привітати його з успіхом [41].

Пояснення цих фундаментальних правил міжособистісної комунікації дітям та їх практикування разом з ними на уроках з психологом допоможе дітям сформувати навички екологічного спілкування, емпатійне слухання, здатність до розуміння та сприймання емоцій інших людей.

Важливо також розказувати дітям, що емоції можуть супроводжуватися різними реакціями в різних людей, тому необхідно бути уважними і не перебільшувати їх значення. Наприклад, якщо наш друг здається занадто обуреним, ми можемо спробувати заспокоїти його, але не повинні намагатися змінити його емоції або вважати, що ми знаємо, що краще для нього.

Варто навчити сприймати емоції інших людей як дійсні і відображення їхнього стану. Необхідно нагадувати не кваліфікувати емоції інших людей як неконтрольовані чи перебільшені. Запросити дітей з повагою, а не з критикою, розуміти навіть ті емоції, які не сходяться з їх власними.

Фактично, багато емоцій не вдається виразити словами, а частіше вони виявляються за допомогою невербальних сигналів, таких як інтонація голосу, жести та вираз обличчя. Для розуміння почуттів інших людей необхідно вміти розшифрувати інформацію, передану цими сигналами, а також

застосовувати різні форми терапії, такі як ігротерапія, арт-терапія, танцювальна терапія, терапія образотворчою діяльністю, казкотерапія, мандалотерапія, фототерапія, музикотерапія, лялькотерапія, робота з пластичними матеріалами – ліплення, скульптура, гончарство, пісочна терапія, кінотерапія та анімаційна терапія [6]. Проте найголовніше у застосуванні психологічних методик та терапії є сам процес спілкування і вираження власного досвіду у групі: коли кожна дитина залучена у спільну діяльність, активно приймає участь в обговоренні теми зустрічі, ділиться своїми переживаннями з психологом та іншими учасниками, а також слухає про переживання інших, вона, по-перше, задовольняє свої базові потреби у спілкуванні та співпереживанні і, по-друге, розвиває в собі здатність до рефлексії та аналізу як власного, так і чужого досвіду. Під час уроків інтерактивного спілкування з психологом та ровесниками формується моральність дитини, розвивається її здатність до співчуття та співпереживання, а також збагачує її життєвий досвід.

Рекомендується застосовувати декілька психологічних вправ, які можуть допомогти розвивати емпатію у молодших школярів:

1. **Образи та символи:** попросіть дітей почати створювати свої власні образи та символи, які допоможуть їм розуміти свої власні емоції та емоції інших людей. Наприклад, діти можуть щось накреслити чи створити якісь фігурки. Вони можуть також виокремлювати ті образи та символи, які вони пов'язують з різними емоціями.

2. **Рольові ігри:** допоможіть дітям розвинути їх навички емпатії, попросивши їх грати у ролі іншої людини тривалий час – декілька годин або навіть днів. У цій грі діти приймають ідентичність однокласника, друга, родича або іншої людини на деякий час. Протягом дня вони виходять зі своєї зони комфорту і намагаються зрозуміти свого товариша. Ця вправа допомагатиме молодшим школярам більше зрозуміти емоції та поведінку іншої людини та навчитись розуміти їх краще.

3. Рольові змагання: проведіть дитячу олімпіаду, де діти змагатимуться у визначенні емоцій на зображеннях або виконуватимуть завдання, пов'язані з підтримкою інших дітей. Заохочуйте їх працювати в команді і відповідально ставитись до роботи. Ця вправа дозволяє розвивати кооперативність та лідерські вміння, а також посилювати розуміння емоційних потреб одне одного.

4. Обмін емоціями: створюйте можливості для дітей екологічно висловлювати свої емоції та слухати інших. Якщо у дітей були негативні емоції, дайте їм можливість відчувати, що їх емоції були сприйняті, і відчувати співчуття та підтримку. Ця проста вправа допоможе дітям відчувати людські потреби та готовність до емоційного спілкування і взаємодії.

Ці та інші прості психологічні вправи можуть допомогти дітям розширити своє світовідчуття та навчити їх розуміти емоції та проявляти повагу, співчуття та турботу про інших.

Розуміння та визначення наших власних емоцій може бути важким завданням з кількох причин. По-перше, наші емоції можуть змінюватися дуже швидко і непередбачувано. По-друге, ми можемо відчувати декілька різних емоцій одночасно, і найбільш очевидні з них можуть приховувати більш складні та значущі. Також, наша здатність розуміти та розпізнавати власні почуття може бути обмежена дитячими травмами та іншими негативним досвідом, які можуть пригнічувати нашу емоційну свідомість. Однак, можна навчитися розпізнавати та розуміти свої емоції, що дозволить нам краще управляти своїм емоційним станом.

Навчитися розпізнавати свої емоції – це важлива навичка, яка може покращити якість нашого життя і забезпечити більш ефективну комунікацію з іншими людьми. Щоб розвивати цю навичку, можна використовувати різні методи [41].

Перший метод – це прислухатися до фізичних відчуттів свого тіла, які можуть служити підказкою для розуміння наших емоцій. Наприклад, пульс,

відчуття жару або холоду, напруженість м'язів можуть бути симптомами різних емоцій.

Другий метод – вести щоденник, де записувати події, які відбуваються впродовж дня, та замітки про власні почуття і емоції. Це допоможе розуміти, які події викликають які емоції, і зможе сприяти свідомому управлінню власними емоціями.

Третій метод – звертати увагу на емоційні червоні прапори, тобто на поведінку, яка може служити раннім симптомом наших емоційних проблем. Розпізнавши ці знаки, можна зрозуміти, що саме викликає наші емоції і змінити хід подій, щоб уникнути негативних наслідків. Також можна розписати всі фактори зовнішнього середовища, що викликають небажану реакцію або негативні переживання.

Четвертий метод – зворотне відстеження, коли ми обмірковуємо свій день і всі взаємодії з іншими людьми, щоб визначити джерело дискомфорту і неспокою, який ми можемо відчувати. Це може допомогти зрозуміти, що саме викликає наші емоції і змінити підхід до подій, щоб уникнути негативних емоцій.

П'ятий метод – копати вглиб, тобто розуміти, що ми можемо відчувати не тільки одну, але й комбінацію з двох або більше емоцій в один момент. Наприклад, якщо ви відчуваєте злість і ляк, то важливо розуміти, що саме викликає ці почуття і яке з них переважає. Це допоможе збільшити свідомість про власні емоції і підвищити емоційну інтелігентність [41].

Крім того, можна доповнити, що важливо не тільки відчувати свої емоції, але й вміти ефективно ними керувати. Наприклад, якщо ви відчуваєте сильний гнів, то можна використовувати техніки релаксації, наприклад, глибоке дихання або йогу, щоб знизити рівень стресу і заспокоїти свої емоції. Також можна вчитися висловлювати свої емоції словами і шукати конструктивні шляхи вирішення проблеми.

Для розуміння реакцій та почуттів можна практикувати психологічну вправу, націлену на аналіз власних та чужих емоцій та переведення ситуації,

що їх спричинила, у конструктивне русло. Відповідно до цієї вправи необхідно виконати наступні кроки:

1. Проаналізувати ситуацію та свої емоції. Спробувати дати відповіді на запитання:
  - Що впливає на мій психологічний стан?
  - Що я при цьому відчуваю?
  - Через що це викликає у мене такі почуття?
  - Що покращить мій психологічний стан?
2. Не шукати винних. Варто спробувати зрозуміти мотиви та почуття іншої людини:
  - Відокремлюйте ситуацію від власних інтерпретацій, думок та оцінок.
  - Не оцінюйте, не звинувачуйте та не засуджуйте себе чи іншу людину.
  - Спирайтеся на об'єктивні факти. Вони дадуть спільний контекст для спілкування.
  - Визначте свої потреби та мотиви іншої людини.
3. Озвучити свої потреби та сформулювати прохання.

Крім того, важливо розуміти, що емоції є природними і необхідними для нашого життя, тому не варто прагнути до повного контролю над ними. Замість цього, важливо навчитися сприймати свої емоції як частину своєї особистості і розвивати навички емоційної регуляції для того, щоб знизити рівень стресу і підвищити якість життя.

Емпатія є ключовим фактором для морального розвитку особистості, оскільки вона допомагає відкривати та засвоювати моральні та естетичні норми, що культивуються. Це сприяє розвитку гуманних відносин та альтруїстичної поведінки. Емпатійне співчуття є мотивом-посередником для допомоги і підтримки.

Для розвитку емпатії у молодших школярів рекомендується використовувати метод, який поєднує емоційний та візуально-сюжетний

вплив на особистість. Цей метод активізує сенсорні та моторні групи нейронів, сприяючи формуванню співпереживання, співдії, співчуття. Один з таких методів – нейрохореографія – використовує фізичні рухи танцю, підтримані музикою, для тренування розумових когнітивних функцій. Цей метод може бути ефективним інструментом для розвитку емпатії та соціальної компетентності у молодших школярів [18].

Нейрохореографія є ефективним видом нейробіки, який допомагає покращити функціонування мозку. Ця методика базується на використанні всіх п'яти чуттів людини та сприяє розвитку нових асоціативних зв'язків між різними типами інформації. Корекційні програми, побудовані на основі нейрохореографії, можуть включати в себе різні види занять, такі як артзаняття, ігрові заняття та дихальні вправи. Один з найефективніших видів таких занять – танцювальна діяльність під музику.

Під час використання нейрохореографії відбувається синхронізація музики та руху, що змінює кровотік у мозку та сприяє активації великої мережі мозку. Такі заняття можуть допомогти покращити роботу когнітивних функцій мозку, таких як сприйняття, емоції, виконавчі функції, пам'ять та моторику. Крім того, такі заняття можуть мати соціальну користь, оскільки спільний рух та музика сприяють соціальній згуртованості та підвищують рівень взаємодії між людьми [52].

Отже, нейрохореографія є ефективним способом тренування мозку та може мати позитивний вплив на різні аспекти життя людини, включаючи когнітивні та соціальні аспекти.

### **3.2. Програма розвитку емпатії у дітей молодшого віку**

Для подальшого розвитку емоційної сфери і набуття дитиною соціального досвіду необхідно забезпечити гармонійне виховання різноманітних почуттів і емоцій, сформувати у дитини необхідні навички і звички в області управління своїми почуттями і емоціями, розуміння почуттів і емоцій інших людей; навчання дитини розуміти власні емоційні стани,

причини, що їх викликають, а також уміння розуміти емоційні стани та міркування інших людей, уміння правильно оцінювати ситуації, в яких потрібна допомога, шукати адекватні способи вирішувати такі ситуації.

Розвивальна програма розвитку емпатії у школярів побудована на принципах поваги, розуміння та співпереживання з боку психолога. Допомагає зняти емоційну напругу, виразити своє «Я».

Першим кроком у програмі розвитку є формування у дітей шкільного віку вміння розпізнавати свої емоції та керувати ними. Для цього слід згадати поняття під назвою «емоційний бар'єр».

Емоційний бар'єр – це ситуація, коли людина не може реально вжити ефективних дій. Вона або знаходиться в стані тривоги, занепокоєння, або виконує ряд дій, заснованих на емоції, що виникла в результаті невдалої дії [23]. Емоційний бар'єр може виникнути як у спілкуванні, так і в індивідуальних діях дитини.

Необхідною умовою розуміння дітьми свого емоційного стану (радості, горя, смутку, гніву, образи тощо) є навчити їх розпізнавати, називати, порівнювати та помічати емоції не лише в собі, а й в інших. Це означає, що вони повинні розвивати почуття емпатії. Емпатія – це здатність розуміти і відчувати емоції інших людей.

Важливе значення має творчий процес, а також специфіка внутрішнього світу дитини. Не можна заперечувати, що більшість дітей шкільного віку люблять малювати. Для них малювання не мистецтво, а мова. Дітям, незалежно від обставин, легше невербально виражати як внутрішні почуття, так і ситуації. Тому вік від 5 до 10-11 років називають «золотим віком» дитячого малювання. Навіть у старшому віці, незважаючи на розвиток усного мовлення, процес малювання також сприяє розкриттю особистості.

В загальному значенні, окрім запропонованих загальних рекомендацій у підрозділі 3.1., що ґрунтуються на проведеному нами емпіричному дослідженні, було також виокремлено програму, що сприяють розвитку емпатії у молодших школярів.

**Метою створеної програми стало:** розвиток емоційно-чуттєвої сфери школярів, ознайомлення з поняттям «емпатія» та її формами; навчити їх правильно поводитися в ситуаціях, що потребують підтримки, співчуття та допомоги; формування вміння адекватно поводитися в таких ситуаціях.

**Завдання програми:**

- Пояснити різницю між позитивними та негативними емоціями.
- Допомогти дитині впоратися з негативними емоціями, такими як страх, огиду, гнів, що заважають розвитку її емпатії та особистісного росту.
- Збагатити емоційну сферу дитини та сприяти її творчій самореалізації.
- Розвивати соціальні навички та збагачувати репертуар спілкування.
- Навчити усвідомлювати важливість співпереживання, розуміння та гуманності у взаємовідносинах з іншими людьми та підтримувати їх розвиток.
- Навчити довіряти собі та іншим людям.

**Правила проведення занять:**

- Головна умова ефективності занять – добровільна участь дітей в них.
- Важливим фактором, який впливає на успішність занять, є легкість та впевненість інструктора у поданні матеріалу. Діти дуже чутливі до емоцій оточуючих, тому для того, щоб зацікавити їх заняттями, необхідно самому захоплюватись ними.
- Заняття повинні бути досить легкими і не виснажувати дітей, тому якщо вони втомились, необхідно закінчити заняття. Крім того, кожне заняття повинно закінчуватись чимось позитивним і радісним.
- Атмосфера на занятті повинна бути пронизана симпатією і розумінням. Головне на занятті – не змагання, критика та прагнення бути кращим за інших, а дитина, її відчуття та емоції.

**Матеріали до занять:**

Вибір матеріалу, яким користується учень під час занять малюванням, може мати значний вплив на його емоційний стан та готовність до самовираження. Кожен матеріал має свої особливості, які можуть відобразити психологічні аспекти учня.

Наприклад, фарби можуть допомогти учневі відобразити свої настрої, емоції та образи, не обмежуючи їх контролем. Акварель дозволяє створювати яскраві та розмите зображення залежно від техніки нанесення.

Воскові крейди забезпечують насичений колір та твердість, що може допомогти учням, які лякаються невідомої сторони несвідомого, виразити свої емоції та відчуття. Фломастери, з іншого боку, потребують більшого контролю та можуть викликати страх перед власними переживаннями та відчуттями.

Окрім цього, вибір паперу також може відображати психологічні аспекти дитини. Великий формат паперу може стимулювати широкі та вільні дії, дозволяючи учням відмовитись від контролю та обмежень, яких потребує робота з меншими форматами.

Важливо, щоб учні мали можливість вибирати матеріали, які найбільше відповідають їхнім потребам та емоційному стану. Використання різноманітних матеріалів може допомогти учням виразити себе та свої емоції, сприяючи їхньому емоційному самовираженню та психологічному благополуччю.

Заняття рекомендується проводити два рази на тиждень. Тривалість кожного заняття триває протягом 30-50 хвилин.

### **Заняття 1**

**Мета:** Створити в групі емоційно сприятливу атмосферу; ознайомити дітей з різними відчуттями; вміння співвідносити кольорову гамму з образом.

**Тривалість:** 30-40 хвилин.

**Хід заняття:**

Вправа «Імпульс», робота з піктограмами (радість, смуток, гнів, здивування, сором). Учням пропонується вибрати піктограму, яка найбільше відповідає їхньому поточному емоційному стану, і зобразити її на аркуші паперу за допомогою малюнків, кольорів, ліній і форм.

Ця вправа може допомогти учням відчувати, визнати та виразити свої емоції в безпечному середовищі, а також зрозуміти, що емоції – це природні та нормальні відчуття, які можуть бути виражені та відповідно регульованні.

Вправа «Гноми»: кожен учасник малює гнома з таким виразом обличчя, які найбільш підходить до настрою самого художника.

Кожен учасник малює гнома з таким виразом обличчя, який найбільш підходить до настрою самого художника. Гном – це персонаж, який може виражати різні емоції – від радості і задоволення до гніву і смутку. Вибір виразу обличчя гнома може бути своєрідним індикатором емоційного стану учасника та допомагає визначити його потреби та бажання.

Вправа «Дзеркало». Учасникам пропонується сісти в парах напроти один одного і змінюватися у ролі «дзеркала» для свого партнера. Один учасник починає показувати певну міміку або жест, який відображає їхній поточний стан, а інший учасник намагається точно скопіювати його рухи і вираз обличчя.

Після заняття учасники та психолог можуть обговорити:

- Свої враження та спостереження один про іншого.
- Які емоції ви відчули на занятті?
- Що ви сьогодні цікавого зробили на занятті, а що не сподобалось?

Завершення заняття відбувається за допомогою ритуалу «Давайте подаруємо один одному посмішку».

## **Заняття 2**

**Мета:** полягає в тому, щоб знизити психологічний стрес, навчитися художнім прийомам, які допоможуть зобразити та передати емоцію радості.

### **Хід заняття:**

Гра «Чотири стихії». Учасники гри сидять в колі, і на команду ведучого повинні виконати певний жест в залежності від назви елемента: земля – опустити руки вниз, вода – витягнути руки вперед, повітря – підняти руки вгору, вогонь – виконати повороти руками у ліктьових суглобах. Якщо хтось

з учасників помиляється, то він вважається програвшим. Гра допомагає зняти психологічну напругу та розвиває реакцію та увагу учасників.

Гра «Сніг» з музичним супроводом. Діти отримують по аркушу паперу, з якої вони на протязі трьох хвилин роблять сніг. Потім учасники по черзі підкидають вгору свої сніжинки, намагаючись засипати ними кожного з оточуючих. По закінченню ведучий підводить підсумок: діти відчували радість, і підтвердженням цього є їхні веселі посмішки на обличчі. Кожен учасник має можливість вільно виражати свої почуття та емоції шляхом створення власних сніжинок з паперу.

Під час гри ведучий підтримує настрій учасників музичним супроводом, що дозволяє їм ще більше розслабитися та насолодитися процесом творення. Крім того, після закінчення гри, ведучий допомагає підсумувати емоції та враження від гри, що сприяє розвитку емоційної інтелігенції та соціальної компетентності.

Зображення емоції «радість»: учасники малюють радість. В цій справі учасники малюють своє власне сприйняття та вираження емоції «радість». Кожен учасник може використовувати різні кольори, форми та рисунки, щоб відобразити свою унікальну інтерпретацію радості.

Деякі учасники можуть малювати обличчя, які виражають відкрите задоволення та радість. Інші можуть використовувати кольорові плями або абстрактні форми, щоб передати своє почуття щастя.

Окрім того, учасники можуть експериментувати з різними мистецькими техніками, такими як акварель, акрилів, олівці та фарби. Це дозволяє кожному відобразити свої власні відчуття та відношення до радості.

Коли всі учасники завершать свої малюнки, можна запросити їх розповісти про свої картини та спільно обговорити, як кожен виконав завдання. Це допоможе учасникам взаємно розуміти один одного та поглиблювати спільні взаємини.

### **Обговорення:**

– Який стан ви відчували на занятті?

- Як дізнатись про те, що інша людина радісна?
- Які вправи або дії на занятті допомогли вам відчувати радість?
- Чи можна визначити радість людини тільки за її зовнішнім виглядом?

Які ще ознаки можуть свідчити про радість?

- Які ситуації часто викликають радість у вас та в інших людей?

### **Заняття 3**

**Мета:** Допомогти учасникам розслабитися і зняти психологічний стрес, а також навчити їх зображувати емоцію здивування за допомогою художніх прийомів. Це може допомогти підвищити рівень емоційного інтелекту, розвивати вміння сприймати та розуміти емоції інших людей, а також виявляти свої власні почуття.

#### **Хід заняття:**

Вправа «Повтори позу»: ведучий показує різні емоції, які були обраними як теми для заняття (наприклад, радість, смуток, гнів, здивування, тощо) і запрошує учасників повторити його позу, наслідуючи його емоційний вираз обличчя. Учасники повинні стежити за деталями пози та емоційного виразу ведучого і відтворити їх якомога точніше. Ця вправа допомагає розслабитися, зняти напругу та вчити контролювати своє обличчя та вирази, що корисно для розвитку емоційної інтелігентності.

Вправа «Малюємо пальчиками рук емоцію «здивування»: учасники вправи занурюють пальчики рук в фарбу та за допомогою них зображують емоцію «здивування» на аркуші паперу. Зображення може бути у формі абстрактних ліній, геометричних фігур або образів, що асоціюються з здивуванням, наприклад, відкритий рот, зірочки навколо голови або збільшені очі. Використання пальчиків рук дає можливість виразніше передати дрібні деталі та нюанси емоції «здивування». Крім того, ця вправа допомагає зняти психологічну напругу та відчувати творче задоволення від малювання.

#### **Обговорення:**

- Який стан однаковий для всіх героїв і нас ми зображували?
- Які емоції були найскладнішими для вас зобразити в ході заняття?

– Чи використовуєте ви художні прийоми для вираження своїх емоцій та зняття психологічної напруги у повсякденному житті? Які саме?

– Які позитивні емоції ви відчули на цьому занятті? Чи можна зробити щось, щоб збільшити кількість позитивних емоцій у повсякденному житті?

#### **Заняття 4**

**Мета:** Допомогти дітям розуміти емоційну напругу та навчити їх зображувати та викликати емоцію «цікавість». Під час заняття діти будуть вчитися розрізняти свої власні емоційні стани та використовувати мистецькі техніки, щоб відтворити стан цікавості в своїх творчих роботах.

#### **Хід заняття:**

Гра «Плутанина». Діти, взявшись за руки, створюють коло. Далі, не розриваючи рук, збираються в клубочок. Ведучий повинен його розплутати. Кожен з учасників повинен побувати в ролі ведучого.

Ця гра допомагає дітям розвивати співпрацю та комунікацію, так як учасники повинні працювати разом, щоб розплутати клубочок. Також ця гра може допомогти дітям навчитись краще розуміти та відчувати емоційну напругу.

Для додавання більшої складності гри, можна використовувати різні команди або правила, які потрібно виконувати під час розплутування клубочка, наприклад, змінювати напрямок руху, не розмовляти, або обмежити час на розплутування.

Етюд «Лисичка прислуховується». Учасники повинні зобразити емоцію страху у вигляді лисички, яка стоїть на березі та дивиться на воду. Можна пропонувати дітям уявити, що вода дуже холодна або глибока, що під нею можуть бути небезпечні предмети або тварини. Також можна попросити учасників зобразити, як лисичка збирається зібрати волю в кулак та переступити через свій страх, щоб зустрітись зі своєю мамою.

#### **Обговорення:**

– Які емоції ви відчуваєте, коли вам цікаво?

– Які ігри та заняття допомагають вам відчути цікавість?

- Які ситуації викликають у вас бажання дізнатись більше?
- Які речі або предмети викликають у вас цікавість?
- Які способи ви використовуєте, щоб збільшити своє зацікавлення в чомусь?

### **Заняття 5**

**Мета:** Створити позитивну атмосферу та навчити дітей виражати і встановлювати емоцію гордості за свої досягнення та успіхи.

**Хід заняття:**

Гра «Біп». Діти створюють коло, а один учасник з закритими очима ходить по колу і сідає на колінах інших дітей, щоб вгадати, на чиїх колінах він сидить. Якщо він вгадав правильно, дитина, на чиїх колінах він сидів, говорить «біп» і стає наступним гравцем, який буде ходити з закритими очима. Гра допомагає розвивати спритність та співпрацю між дітьми, а також покращує їхню увагу та координацію рухів.

Етюд «Царівна жаба». Ведучий читає уривок, де Олена Пречудова величаво ніби пава, витанцьовує. Діти під музику намагаються зобразити витонченість і гордість у танці. Ведучий може надавати підказки і поради щодо виразності рухів та постави тіла, щоб допомогти дітям краще зрозуміти та передати цю емоцію.

Малюнок «Гордість»: діти згадують моменти, коли вони відчували себе дуже гордими, і зображують себе у цій ситуації на своїх малюнках. Вони навчаються виражати свої почуття та думки за допомогою мистецтва. Після того, як діти завершать свої малюнки, вони можуть описати свої роботи та поділитися своїми емоціями та думками з іншими. Ця вправа допомагає розвивати творчість, емоційний інтелект та комунікативні навички дітей.

**Тривалість:** 45 хвилин.

**Обговорення:**

- В якій ситуації ви відчули гордість?
- Які почуття викликає у вас цей стан?

– Які кольори та елементи ви використали, щоб передати гордість на своєму малюнку?

– Які деталі на малюнку викликають у вас найбільше почуття гордості?

### **Завдання 6**

**Мета:** Створення сприятливого емоційного середовища та навчання дітей управляти своїми емоціями шляхом виявлення та розрізнення почуттів «Страждання» та «Смутку» та розвитку емпатії.

#### **Хід заняття:**

**Вправа «Кумедні люди».** Для цієї вправи потрібно папір та олівець або інші кольорові матеріали для малювання. Попросіть дітей намалювати кумедного чоловіка чи жінку, який би міг розважити будь-яку людину, що її не влаштовує. Дайте дітям можливість відчувати радість від створення кумедного образу та поділитися цим з іншими.

**Вправа «Будь уважним!».** Ця вправа допомагає дітям вивчити уважно слухати та сприймати інформацію. Попросіть дітей утворити коло та визначити порядок, в якому вони будуть розповідати про свої улюблені речі, живі тварини, місця, їжу тощо. Кожен дітей повинен уважно слухати та запам'ятовувати інформацію, яку надає попередній учасник кола. Потім дитина повинна повторити інформацію про попередніх учасників та додати свою.

**Етюд «Ой-ой! Живіт болить».** У цьому етюді хлопчик починає жалітися на біль у животі. Діти можуть навчитися розпізнавати та відрізняти емоції страждання та болю. Попросіть одного з дітей втілити образ хлопчика, який страждає від болю у животі, з опущеною головою, зведеними бр і руками на животі. Решта дітей можуть почати запитувати про його самопочуття, про що він думає, які дії можуть допомогти зняти біль, тощо. Для того, щоб розіграти емоцію «ой-ой», діти можуть вживати вигуки та звуки, що супроводжують біль. «Маленька мавпочка» (Малень мавпочка загубила мамин гаманець,, вона сумна),

#### **Обговорення:**

- Про який стан ми говорили сьогодні?
- В яких ситуаціях ви відчували ті ж емоції?
- Як ви можете допомогти іншій людині, яка відчуває страждання або смуток?

### **Заняття 7**

**Мета:** Розвантаження психічної напруги та створення сприятливої атмосфери в групі, навчання розпізнавати та керувати відчуттями «Образи».

#### **Хід заняття:**

**Гра «Льодинка».** Учасники групи стають в коло і вибирають одного зі своїх членів, який втікає з кола, як льодина. Решта учасників об'єднуються, щоб змусити льодинку танцювати. Льодина повинна танцювати, дотримуючись деяких правил: вона не може рухатися з місця або виходити за межі кола, а також не може доторкатися до будь-якого з учасників. Учасники групи повинні співпрацювати, щоб змусити льодину рухатися. Це вимагає від них уваги та співробітництва.

**«Фотокартка».** Для проведення цієї вправи потрібні фотографії зі сценами, які викликають емоції, такі як зображення тварин, природи, людей та інше.

Діти обирають фотографію, яка відповідає їхнім почуттям зараз, і розповідають про свої враження та емоції, які викликає ця картинка. Наприклад, якщо фотографія зображує щенятко, дитина може розповісти про свою любов до тварин або про бажання мати свого власного собаку. Ця вправа допомагає дітям відкрити свої почуття, виразити їх та розвивати емоційну інтелігентність.

**Аутотренінг-розслаблення під музику «Відпочинок на березі моря».** Є методом психологічної релаксації, який допомагає зняти психічну та фізичну напругу і відновити емоційний стан. Для проведення цієї вправи потрібно знайти тихе місце, де можна зосередитися, зручно розташуватися і відтворити музику «Відпочинок на березі моря».

#### **Обговорення:**

- Яким відчуттям ви познайомились на занятті?
- Які емоції викликала у вас вправа «Фотокартка» або аутотренінг-розслаблення під музику?

### **Заняття 8**

**Мета:** полягають у зменшенні рухової непокоїливості та негативних емоцій, а також у навчанні розпізнавати та виражати емоцію «Відрази».

**Хід заняття:**

**Вправа «Солоний чай».** Для проведення вправи, учасникам пропонується уявити, що перед ними є чашка чаю, який незвичайно солоний на смак.

Учасники протягом декількох хвилин пригадують, з чим вони найбільше люблять пити чай, наприклад, з випічкою або фруктами, і описують, як це піднімає їхній настрій. Потім вони уявляють, що їхня улюблена чашка чаю стала солонішою, ніж вони звикли, і передають свої відчуття.

**«Брудний папір».** Учасникам пропонується уявити, що вони зайшли до магазину, де хотіли купити чистий білий папір для своїх малюнків або записів, але замість цього вони отримали брудний папір.

**Обговорення:**

- Про яке відчуття ми говорили на занятті?
- Як дізнатися про те, що людина відчуває відразу?

### **Заняття 9**

**Мета:** Вчити розпізнавати «Гнів». Активізувати асоціації дітей.

**Хід заняття:**

**Гра «Відгадай, хто ми?».** Для гри потрібно підготувати картки з зображеннями тварин, персонажів казок, знаменитих людей тощо. Кожен учасник вибирає одну картку і не показуючи її іншим, закріплює її на своєму лобі або на спині. Потім кожен учасник може задавати питання, на які можна відповісти «так» або «ні», щоб дізнатися, хто він є. Наприклад, «Чи я є твариною?», «Чи я з'являюся у казці?», «Чи я був президентом?».

**Етюд «Гнівна гієна».** Це рольова гра, під час якої одна з дітей відіграє роль гієни, а інші – ролі мавпочки та спостерігачів. Гієна стоїть біля пальми, яка є домівкою мавпочки. Мавпочка панікує та ховається в листі пальми, коли бачить гієну. Гієна намагається чекати, коли мавпочка стане слабшою і знесиленою від голоду. Якщо хтось із спостерігачів наближається до пальми, щоб допомогти мавпочці, гієна починає гнівно ревіти та нападати на нього, захищаючи свою здобич.

**«Похмурий орел».** Учасникам пропонується уявити, що вони стали орлом, який піднявся високо в повітря. Вони дивляться на землю з висоти, відчуваючи себе самотніми та забутими. Їх оточує похмурий туман, який затуляє все навколо. Учасникам пропонується відчувати тіло орла – його велич, міць та гнучкість. Вони можуть плавно кружляти навколо свого центру, дивитися на землю з різних кутів та змінювати напрямок свого польоту.

Під час вправи учасникам дається можливість зосередитися на своїх внутрішніх відчуттях та емоціях, а також відчувати себе потужним та гнучким, що може допомогти зняти напругу та відчувати певну дозу позитивної енергії.

#### **Обговорення та завдання:**

- Які відчуття викликала вправа?
- Які асоціації виникли під час вправи?
- Чи відчували ви зміну свого настрою під час вправи?
- Як ви можете застосувати навички, отримані під час вправи, у повсякденному житті?
- Як вправи можуть допомогти у покращенні спілкування з оточуючими?

### **Завдання 10**

**Мета:** Навчити дітей розпізнавати емоцію «Страху», використовуючи елементи розслаблення, розвивати їх спроможність до співчуття та розуміння поглядів інших, формувати позитивне ставлення один до одного.

#### **Хід завдання:**

**Розповідь «Загублений хлопчик».** Ведучий розповідає історію про загубленого хлопчика, який заблукав у лісі, і просить учасників уявити, що вони знаходяться на його місці. Учасникам пропонується уявити, як це бути загубленим у лісі, які емоції переповнюють їх на місці хлопчика, як вони б прагнули вибратися з такої ситуації. Ця вправа допомагає відчувати емоцію страху та розвиває вміння співпереживати, вислуховувати та розуміти інших людей.

**Вправа «Клейний дощик» у музичному супроводі.** Учасники сідають на стільці зі скрізь закритими очима, а їх на декілька хвилин обливає клейкою рідиною. Можна використовувати спрей для волосся або звичайний фарбовий балончик.

Під час вправи можна включити спокійну музику або звуки природи, щоб створити більш заспокійливу атмосферу. Через деякий час, коли клей висихає, учасники можуть обережно відкрити очі і зняти залишки клею, притримуючи пальцями на кінцях волосся, щоб воно не прилипало до обличчя.

**«Почуття та страхи загубленого хлопчика».** У цій вправі діти працюють в парах або в групах і обговорюють почуття та страхи, які може відчувати загублений хлопчик з ведучої історії. Вони можуть поділитися своїми думками та власними переживаннями, вислухати інші точки зору та спільно намагатися знайти рішення для хлопчика.

#### **Обговорення та завдання:**

- Які емоції та страхи може відчувати загублений хлопчик?
- Як можна допомогти йому знайти шлях назад до батьків?
- Чому важливо бути емпатичним та співчутливим до інших людей?
- Як взаємодіяти з людьми, які переживають страх чи тривогу?

#### **Завдання 11**

**Мета:** розвивати у дітей вміння співпереживати та милосердя, виховувати у них повагу до інших та розширювати їх світогляд. Це особливо важливо для дітей молодшого шкільного віку.

#### **Хід заняття:**

**Бесіда на тему «Добро – це добра справа, але важка»** – це обговорення з дітьми важливості добрих справ та їх складності. Ведучий може запропонувати дітям різні ситуації, наприклад, як вони би поводитися, якщо побачили бідного безхатька на вулиці, як допомогти людині з проблемами, тощо.

Діти можуть ділитися своїми думками та історіями про те, як вони допомагали іншим або як отримували допомогу. Ведучий може підтримувати обговорення та стимулювати діалоги, підкреслюючи важливість добрих вчинків та те, які складнощі можуть виникнути під час їх здійснення.

**Гра «М'яч ласкавих побажань та вітань».** Учасники групи стають в коло і передають один одному м'яч. Кожен учасник, який отримує м'яч, називає ім'я того, кому він передає м'яч, та вимовляє ласкаве побажання або вітання.

**Гра-практикум «Скажи своє слово».** Для проведення гри необхідно створити «мікрофон», який можна виконати з різних матеріалів, наприклад, зі звичайної пластикової пляшки або картонної трубки. Діти сідають у коло, а ведучий гри тримає мікрофон. Кожен дитина має можливість взяти мікрофон у руки та висловити свою думку, побажання або ідею. Важливо, щоб решта дітей уважно слухали та давали змогу кожному висловитися. Гра може мати різні теми, наприклад, «Мої улюблені речі», «Як я провів літо», «Мої мрії та плани на майбутнє», тощо.

**Кросворд «Доброта-дружба-турбота».** У кросворді будуть показані пусті клітинки, які відповідають певній кількості літер у слові. Діти повинні додуматися, які слова вони можуть написати, щоб утворити коректне слово, що відповідає певному питанню або опису. Наприклад, якщо в кросворді показано пусті клітинки з п'ятьма літерами та опис «взаємне почуття доброти і вдячності», то діти можуть написати слово «любов».

#### **Обговорення та завдання:**

- Про яке почуття ми говорили на занятті?
- Як можна побачити, що людина добра?

## Заняття 12

**Мета:** є виховання у дітей позитивного ставлення до однолітків та розвиток їх комунікативних навичок.

### Хід заняття:

**Гра «Загальний ритм».** Діти стають в коло і починають стукати легко один об одного руками, обмінюючись поглядами і посмішками. Потім один учасник починає ритмічно стукати по руках своїх сусідів, і цей ритм поступово поширюється по колу. Кожен учасник повинен уважно слухати та налагоджувати свій ритм під загальний ритм гри. Гра завершується, коли ритм доходить до початкового гравця, і він повторює свій ритм.

**Вправа «Я радий спілкуванню з тобою».** Діти розташовуються в колі, а один учасник стає посередині. Він повинен звернутися до кожного учасника кола з фразою: «Я радий спілкуванню з тобою», і отримати відповідь: «Я теж радий спілкуванню з тобою». У разі, якщо відповідь буде іншою, то діти в колі мають допомогти учаснику знайти правильну відповідь. Після цього обраний учасник змінюється, і гра повторюється з новим центральним учасником.

**Вправа «Намалюємо життя».** Діти отримують аркуш паперу та кольорові олівці. Вони повинні намалювати своє життя в деталях – родину, друзів, домашніх улюбленців, своїх улюблених місць та занять. Під час малювання діти можуть обговорювати свої малюнки та ділитися історіями про своє життя з іншими дітьми.

### Обговорення:

- Що вам сподобалось найбільше сподобалось?
- Що дало вам ці заняття?
- Які відчуття були сильніші й тому найбільш запам'ятались?

Під час виконання завдань потрібно врахувати, щоб кабінет був вибраний таким чином, аби в ньому можна було зробити три умовних круга: вільне від меблів місце, в якому можна легко пересуватись, танцювати; круг зі стільців (кількість стільців = числу присутніх); столи для роботи, розміщені також по колу. Також у кабінеті повинна бути дошка.

Протягом всього циклу занять намальовані картини розвішуються так, щоб кімната вбирала атмосферу групи і відображала процес, що відбувався. Таким чином, кожен малюнок знаходився в полі зору. Він випромінював свою атмосферу, і будь-хто з групи практично завжди міг звернутись до нього.

### **Висновки до розділу 3**

Емпатія є ключовим фактором у формуванні моральних цінностей та естетичних норм у дітей. Вона допомагає культивувати людяність та альтруїзм у поведінці, сприяє підвищенню емоційної зрілості та покращенню міжособистісних взаємин. Емпатійне співчуття є ключовим мотиватором для допомоги та може зменшувати агресивність у людей. Розвиток емпатії є необхідною передумовою для формування повноцінної особистості та міжособистісної гармонії.

Виховання емпатії починається з самого народження та продовжується протягом усього життя. У цьому процесі важливу роль відіграють батьки та самі діти, вчителі та психологи, які повинні знати рівень розвитку емпатії у дітей та використовувати позитивні методи впливу на них. Для досягнення успіху у формуванні емпатії, були розроблені спеціальна програма та рекомендації, які допоможуть дітям стати більш людяними, співчутливими та успішними у взаємодії з іншими людьми. Це важливий крок до побудови гармонійного соціуму, який ґрунтується на взаємному повазі та розумінні.

Серед головних рекомендацій, які може застосовувати психолог (або вчителя та батьки) у роботі з дітьми, можна виділити:

1. Залучення дітей до різноманітних групових активностей, таких як гра у рольові ігри, спільний творчий процес тощо. Залучення дітей до різноманітних групових активностей, таких як гра у рольові ігри, спільний творчий процес тощо є гарним способом розвитку в молодших школярів емоційного інтелекту та соціальних навичок.
2. Навчання дітей активному слуханню, тобто дозволяти іншим вільно висловлювати свої думки та емоції. Необхідно навчити дітей

прослуховувати інших людей та активно спілкуватися з ними. При цьому запитувати, що інша людина відчуває в даній ситуації, що можна зробити, аби їй допомогти.

3. Сприяння розвитку емоційного словника: навчення дітей ідентифікувати свої власні емоції та емоції інших людей. Необхідно навчити дітей відчувати свої власні емоції. Варто допомогти їм зрозуміти, як вони себе відчувають, коли зазнають певних емоцій, та залучати до розмірковування про те, як будуть помічати ці емоції в інших людей.
4. Читання казок та історій, пов'язаних з почуттями інших людей, які є віддзеркаленням життєвого досвіду дитини або які слугуватимуть моделлю досвіду. Варто розвивати когнітивну емпатію, яка відображається в уяві про емоції, що переживають інші люди.
5. Необхідно використовувати різні методи для визначення емоцій іншої людини. Це можуть бути книги з ілюстраціями або плакати, на яких зображені форми, експресії та види емоцій. Варто займатися з дітьми над образотворчими вправами, через які вони органічно відносяться до своїх емоцій та емоцій других людей
6. Необхідно ділитися з дітьми своїми власними історіями про взаємодію з іншими людьми та про важливість емпатії. Будьте прикладом: намагайтеся проявляти емпатію у своїй поведінці перед дітьми. Діти звичайно розглядають поведінку дорослих та беруть приклад з дорослих.

Наведений перелік рекомендацій є невеликим, проте застосування цих порад на практиці може допомогти в ефективному розвитку емпатії у молодших школярів. Практичне застосування цих рекомендацій також зменшує конфліктність у групі та покращує загальну атмосферу у групі, вчить дітей розумінню та прийняттю інших ходів діяльності та спілкування.

## ВИСНОВКИ

1. Поняття емпатії було введено в психологію Е. Тітченером, який поєднав філософські концепції симпатії з теоріями відчуття. Т. Рібо виділив три рівні емпатії: синергію, синестезію та інтелектуальну емпатію, а В. Штерн наголосив на схильності до альтруїстичної поведінки та співпереживанні вже в дитинстві.

Емпатія – це здатність почувати та розуміти емоційний стан іншої людини, а також відгукуватися на нього. Це не просто процес сприйняття емоцій, але й стійка здатність, яка розвивається у процесі соціалізації.

Останні десятиліття принесли нові імпульси до досліджень емпатії, зокрема в контексті психотерапії та допомагаючих відносин. Емпатія почала розглядатися як важлива складова практичного життя, включаючи педагогічний процес та сімейне життя.

Сучасне розуміння емпатії відображається у визначенні З. Фрейда, який стверджував, що володіти емпатією означає сприймати світ іншої людини так, як вона сама сприймає його, та поставитися до неї так, як вона сама ставиться. Це має важливе значення для соціалізації особистості.

2. Молодший шкільний вік є критичним періодом у формуванні характеру та психології дитини. На цьому етапі вона вчиться розрізняти між добром та злом, позитивним та негативним, оцінювати вчинки свої та інших, а також засвоює правила та норми спілкування. Це час, коли формується внутрішня позиція дитини, її власна думка, самооцінка та ставлення до людей та подій.

Дослідження показують, що молодший шкільний вік не лише важливий для навчання, але і для соціального розвитку дитини та її зв'язків зі світом навколо неї. В поведінці учнів початкових класів можна спостерігати конформізм та наслідувальність. Але цей вік також сприятливий для розвитку емпатії, оскільки діти схильні до копіювання та довірливі. Це може бути

чудовою можливістю для вчителів та батьків допомогти дітям навчитись розрізняти та розуміти почуття та переживання інших людей.

Для того, щоб дитина розвивала емпатію, їй необхідно вміти розпізнавати та усвідомлювати власні почуття. Важливо навчити дитину розрізняти не тільки позитивні та негативні емоції, але й розуміти різницю між злом та агресією. Це може допомогти дитині розуміти, які дії прийнятні та які необхідно відкинути, щоб стати доброзичливою та звільненою від негативних емоцій людиною.

3. В результаті дослідження, за допомогою вибраних методик, було з'ясовано, що рівень емпатії серед учнів розподіляється на декілька категорій. Є учні з дуже високим та високим рівнем емпатії. Більшість учнів мають середній рівень емпатії, також є учні з низьким та дуже низьким рівнем емпатії. Застосування шкали емоційного відгуку показало, що деякі учні мають високий, середній, низький та дуже низький рівень відгуку на емоції.

Дослідження за допомогою опитувальника Кеттелла показало, що різні особистісні фактори, такі як доброзичливість, стабільність, незалежність та м'якосердість, мають позитивний вплив на розвиток емпатії учнів.

Кореляційний аналіз показав нам, що на розвиток емпатії серед учнів можуть впливати різні особистісні фактори. Доброзичливість, стабільність, незалежність та м'якосердість позитивно корелюють з рівнем емпатії, що свідчить про їхню важливу роль у сприйнятті та розумінні емоцій та потреб інших людей. Врахування цих факторів може сприяти розвитку емпатичних навичок учнів та покращенню соціального клімату в школі.

З іншого боку, схильність до збудливості та гордовитості має обернений зв'язок з рівнем емпатії. Це означає, що учні, які проявляють ці риси особистості, можуть мати складнощі у сприйнятті та розумінні емоцій та потреб інших людей. Врахування цих аспектів може допомогти розробити програми та стратегії, спрямовані на розвиток емпатії серед цієї групи учнів.

4. Розвиток емпатії у дітей молодшого шкільного віку є надзвичайно важливим процесом, оскільки він допомагає формувати моральні мотиви, які

надихають дітей на дії в інтересах інших людей. Шляхом розвитку емпатії діти навчаються зрозуміти світ почуттів та емоцій інших людей, розвивати повагу до них і ставитися з розумінням до їхніх потреб та бажань.

У шкільному середовищі вчителі та ровесники є ключовими фігурами для розвитку емпатії дітей. Учні повинні навчатися співчувати та співпереживати з іншими, розуміти їхні почуття та емоції і допомагати їм у разі потреби. В процесі навчання діти вчать розпізнавати свої власні емоції та переживання і навчаються виражати їх адекватним способом, що сприяє їхньому емоційному благополуччю.

Саме тому були розроблені рекомендації з розвитку емпатії саме для вчителів. Запропоновано вправи для розвитку емпатії, запропоновано декілька засобів таких як: ігротерапія, арт-терапія, танцювальна терапія, терапія образотворчою діяльністю, казкотерапія, мандалотерапія, фототерапія, музикотерапія та т.д.

Ми розробили програму метою якою стало: розвиток емоційно-почуттєвої сфери дітей молодшого шкільного віку, ознайомлення їх з поняттям «емпатія» та її формами; навчити їх правильно діяти при виникненні ситуацій, які потребують підтримки, співчуття, допомоги; розвивати навички правильного поведіння у таких ситуаціях. В програмі 12 занять по 30-40 хвилин. Заняття потрібно проводити 2 рази на тиждень під час класної години.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Барчі Б. В., Мишко Л. Ю. Сучасна концепція профільного навчання. *Наука майбутнього: збірник наукових праць студентів, аспірантів та молодих вчених* / Гол. ред. колегії В. В. Гоблик; заст. гол. ред. І. І. Алмашій. Мукачево: РВВ МДУ. Вип.1(5), 2020. 12 с.
2. Барбух Ю. В., Сингаївська І. В. Психологічні особливості стосунків батьків з дітьми старшого дошкільного віку. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: Міжнародна конференція (21-22 листопада 2019 року, м. Київ). К.: Університет «КРОК», 2019. Ч. 2. 412-414 с.
3. Бех І. Колектив як чинник створення унікальної ситуації виховання особистості. 2002, 8 с.
4. Бобченко Т. Р. Психологічні тренінги. Основи тренінгової роботи. *Навчальний посібник*. М: Юрайт. 2020, 132 с.
5. Василюшина Таїса Василівна. Емпатія як фактор ефективності педагогічного спілкування: дис. ...канд. психол. наук. Інститут психології ім. Г.С.Костюка АПН України. 2000, 235 с.
6. Вавринів, О. С. Становлення поняття емпатії в психології. Теорія і практика сучасної психології, (2), 2019, 28-31 с.
7. Воронова, О. Ю., Кавка, Л. М. Особливості емпатії у молодших школярів, 2019, 12 с.
8. Войтовська, О. Розвиток емоційного інтелекту в дітей дошкільного й молодшого шкільного віку методами арттерапії. *New pedagogical thought*, 102(2), 2020, 68-71 с.
9. Гречуха, І. Психологічні особливості розвитку емпатії учасників шкільних літературних студій. *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова*. Серія 12. Психологічні науки, 2019, 39-48 с.
10. Деркач О. Арт-терапія на допомогу школі. Мистецтво та освіта. 2010. №2. 25-28 с.

11. Долинська Л.В. Ускладнене спілкування в учнів шкіл-інтернатів: навч.- Метод. Посібник. К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2005. 119 с.
12. Дуган Ю. Розвиток емпатії у молодших школярів в умовах нової української школи / Керівник: канд. пед. наук, доц. Піц І. І. Чернівці, 2021, 95с.
13. Журавльова Л. П. Психологія емпатії: Монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім.Івана Франка, 2007, 328 с.
14. Запорожець О. Психологічні особливості дитини молодшого шкільного віку. Актуальні проблеми природничих і гуманітарних наук у дослідженнях. 2021, 344 с.
15. Зарицька Б. Вплив практик майндфулнес на рівень емпатії у дітей молодшого шкільного віку / наук. Кер. Юлія Стадницька .Львів, 2019, 76 с.
16. Зарицька В. В. Психологія розвитку емоційного інтелекту у системі професійної підготовки фахівців гуманітарного профілю : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія»; Класич. приват. ун-т. Запоріжжя, 2012. 40 с.
17. Зарицька В. В. Психологія розвитку емоційного інтелекту у системі професійної підготовки фахівців гуманітарного профілю. Педагогічна та вікова психологія: дис. докт. псих. наук. Запоріжжя, 2012. 513 с.
18. Ілійчук Л. Педагогічні умови використання арт-терапії в освітньо-виховному просторі початкової школи. Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя. Психолого-педагогічні науки. 2016. № 2. 114-118 с.
19. Калошин В. Ф. Вплив емпатії на ефективність навчального процесу. Практична психологія та соціальна робота. 2018. №1. С. 70 74.
20. Калошин В. Ф. Емоційний інтелект – головний показник ефективності використання людських ресурсів. Практична психологія та соціальна робота. 2018. №4. С. 54 63.
21. Калошин В. Ф. Як протистояти надмірним почуттям, емоціям, жахливим думкам за допомогою методу раціонального мислення .Практична психологія та соціальна робота. 2016. №6. С. 59–64

22. Карпенко Є. В. Методологічні настанови щодо вивчення емоційного інтелекту в парадигмі позитивної психотерапії. *Психологія особистості*. 2018. № 1(5). 90 – 97 с.
23. Кулаков Р. Розвиток емпатії у дітей молодшого шкільного віку в умовах освітнього процесу. *Психологія: реальність і перспективи*. 2020, 96 с.
24. Козубовська, І. В., Атрощенко, Т., Попадич, О. О., Розлуцька, Г. М., Товканець, О. С., Шелевер, О. В. *Короткий термінологічний словник з основ психології і педагогіки дошкільної освіти*, 2020, 138 с.
25. Мудрик А. В. *Соціальна педагогіка: Учеб. для студ. пед. вузі.* / ред. В. А. Слестенина. М.: Академія, 2000. 200 с.
26. Мойсеюк Н. Є. *Педагогіка. Навч. посібник*. 3-є видання, доповнене, 2001р. 443-448 с.
27. Лисенкова, І. П. Психологічна характеристика особливостей емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку. *Теорія і практика сучасної психології*, (2), 2018, 190-193 с.
28. Никуляк, О. Г., Іванова, В. В. *Сутність поняття «емпатія», його основні характеристики*, 2020, 182-196 с.
29. Неверович, Я. З., Кульчицької, О. І., Носенко, Е. Л., Ольшаннікової, А. Е. *Особливості формування емоційного інтелекту у дошкільників*. Редакційна колегія, 2020, 72 с.
30. Огаренко І. В. *Особливості прояву емпатії у молодшому шкільному віці*. *Сучасна психологія : актуальність проблеми й тенденцій розвитку*. Матеріали міжрегіон. Наук практ. Конф., 28 січня 2017. Запоріжжя : КПУ, 2017. 15-17 с.
31. Пилипон Н. І., Сингаївська І. В. *Особливості емоційної сфери дітей дошкільного віку*. *Актуальні питання сучасної науки та практики: матеріали Науково-практичної конференції (15 листопада 2018 року, м. Київ)* К.: Університет «КРОК», 2018. 553–555 с.

32. Пономаренко, Т. О., Волинець, Ю. О. Розвиток емпатії у старших дошкільників в умовах закладу дошкільної освіти. Молодий вчений. 2018, 256-262 с.
33. Приходько Ю. О. Психологічний словник-довідник : Навч. посіб. К.: Каравела, 2018. 191–193 с.
34. Прокопенко І.Ф. Педагогічні технології в підготовці вчителів : навч. посібник. Харків : Колегіум, 2018. 364 с.
35. Стрілецька, Н., Чеботар, Формування елементів культури демократії молодших школярів у процесі проведення ранкових зустрічей. Молодий вчений. 2021, 185-192 с.
36. Сингаївська І. В. Психологічні особливості прогнозування моральної поведінки в молодшому шкільному віці: дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.07. АПН України, Ін-т психології. К., 1993. 149 с.
37. Скрипченко О. В. Загальна психологія: підручник. К.: Либідь, 2005. 464 с.
38. Сухопара, І. Г. Вікові особливості молодших школярів у контексті розвитку емоційного інтелекту. Наукові записки, (62), 2020, 225-229 с.
39. Токарева Н. М., Шамне А. В. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ, 2017. 548 с.
40. Фоміна І. С., Лось О. М. Психолого-педагогічний супровід розвитку емпатії в молодших школярів. Педагогічна та вікова психологія. Том 32, № 3. 2021. 7 с.
41. Хомич, І. С. Дослідження особливостей особистісних цінностей молодших школярів. Психологія: реальність і перспективи. 2018, 165-172 с.
42. Чаплак Ю. Проблема емпатії в психології та її важливість у професійному становленні психолога. Psychological Journal. 2018, 24-39 с.
43. Чередник, Л. М. Формування у майбутніх учителів готовності до толерантного виховання молодших школярів: науова дисертація. Бердянськ, 2020. 6 с.

44. Чернов А. Генези трьохкомпонентної структури ставлень від народження до молодшого шкільного віку Науковий вісник Херсонського державного університету № 5. Херсон. 2017. 125–131 с.
45. Четверик-Бурчак А. Г. Механізми впливу емоційного інтелекту на психічне здоров'я особистості. Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна, серія «Психологія». № 47. 2011. 47-54 с.
46. Шпак М. М. Психологія розвитку емоційного інтелекту молодших школярів: монографія. Тернопіль : ТНПУ імені В. Гнатюка, 2016. 372 с.
47. Шпак, М. М. Вікові особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, VI (68), (164), 2018, 71-74 с.
48. Шквир, О. Критичне мислення молодших школярів: сутність і особливості. *Молодь і ринок*, 2019. 27-32 с.
49. Шрагіна, Л. І. Проблема психології творчого уявлення в роботі Т. Рібо Творча уява. Вісник Харківського національного університету імені ВН Каразіна. Серія: Психологія, (52), 2013, 76-79 с.
50. Гаврилова Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии (Исторический обзор и современные проблемы)/ *Вопросы психологии*. 1975. № 2. 147-158 с.
51. Berzenski, S. R., Yates, T. M. The development of empathy in child maltreatment contexts. *Child Abuse & Neglect*, 2022.
52. Chase-Cantarini S., GlendaChristiaens. Introducing mindfulness moments in the classroom. *Journal of Professional Nursing*.
53. Rogers, K., Dziobek, I., Hassenstab, J., Wolf, O. T., & Convit, A. Who cares? Revisiting empathy in Asperger syndrome. *Journal of autism and developmental disorders*, 37(4), 2007.
54. Erin R. Foster. Community-based argentine tango dance program is associated with increased activity participation among individuals with parkinson's disease.

55. Hoffman M.-L. *Empathy and Moral Development: Implications for Caring and Justice*. New York : New York University Press, 2002.
56. Kynyk, D., Olson, J. K. Clarification of conceptualizations of empathy. *Journal of Advanced nursing*, 35(3), 2001.
57. Newstreet, C., Sarker, A., Shearer, R. Teaching empathy: Exploring multiple perspectives to address islamophobia through children's literature. *The Reading Teacher*, 72(5), 2019.
58. Farrow, T. E., Woodruff, P. E. *Empathy in mental illness*. Cambridge University Press, 2007.
59. Freud, Sigmund, and James Ed Strachey. "The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud." 1964.
60. Decety, J., Meidenbauer, K. L., Cowell, J. M. The development of cognitive empathy and concern in preschool children: A behavioral neuroscience investigation. *Developmental Science*, 21(3), 2018.
61. Cotton, K. *Developing empathy in children and youth*. Northwest Regional Educational Laboratory, 1992.
62. Mirra, N. *Educating for empathy: Literacy learning and civic engagement*. Teachers College Press, 2018.
63. Mestre, M. V., Carlo, G., Samper, P., Malonda, E., & Mestre, A. L. Bidirectional relations among empathy-related traits, prosocial moral reasoning, and prosocial behaviors. *Social Development*, 28(3), 2019.
64. Siti, P. B., Mustaji, M., Bachri, B., Patricia, F. Building empathy: exploring digital native characteristic to create learning instruction for learning computer graphic design. *International Journal of Emerging Technologies in Learning (iJET)*, 15(20), 2020.
65. Stern, D. *The Interpersonal World of the Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology*. New York: Basic Books, 1985.
66. Strelkova, L. P. Development of empathy through stories. *Journal of Russian & East European Psychology*, 57(2-3), 2020.

67. Silke, C., Brady, B., Boylan, C., Dolan, P. Factors influencing the development of empathy and pro-social behaviour among adolescents: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, 94, 2018.
68. Van Ryzin, M. J., & Roseth, C. J. Effects of cooperative learning on peer relations, empathy, and bullying in middle school. *Aggressive behavior*, 45(6), 2019.
69. Fredrick, S. S., Jenkins, L. N., Ray, K. Dimensions of empathy and bystander intervention in bullying in elementary school. *Journal of school psychology*, 79, 2020.
70. Triffaux, J. M., Tisseron, S., Nasello, J. A. Decline of empathy among medical students: Dehumanization or useful coping process?. *L'encephale*, 45(1), 2019.
71. Iannotti, R. J. The nature and measurement of empathy in children. *The Counseling Psychologist*, 5(2), 1975.
72. Levy, J., Goldstein, A., Feldman, R. The neural development of empathy is sensitive to caregiving and early trauma. *Nature communications*, 10(1), 2019.
73. Goldstein, A. P., Michaels, G. Y. *Empathy: Development, training, and consequences*. Routledge, 2021.
74. Zaki J., Wager T.D, Singer T., Keysers C, Gazzola V., The anatomy of suffering: understanding the relationship between nociceptive and empathic pain, *Trends Cogn . Sci*. 2017.
75. Young, A., Khalil, K. A., Wharton, J. Empathy for animals: A review of the existing literature. *Curator: The Museum Journal*, 61(2), 2018.
76. Iannotti, R. J. The nature and measurement of empathy in children. *The Counseling Psychologist*, 5(2), 1975.

**Всього джерел – 76.**

**Джерел за останні п'ять років – 50** (1, 2, 4, 6, 7, 8, 9, 12, 14, 15, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 47, 48, 51, 52, 57, 60, 62, 63, 64, 66, 67, 68, 69, 70, 72, 73, 74, 75).

**Джерел українських авторів за останні п'ять років – 34** (1, 2, 4, 6, 7, 8, 9, 12, 14, 15, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 47, 48).

**Джерел зарубіжних авторів за останні п'ять років – 16** (51, 52, 57, 60, 62, 63, 64, 66, 67, 68, 69, 70, 72, 73, 74, 75).

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### «Діагностика прояву емпатії» І. М. Юсупова

**Інструкція.** Для виявлення рівня емпатійних тенденцій необхідно, відповідаючи (погоджуючись чи ні) на кожне з 36 тверджень, оцінювати відповіді наступним чином: при відповіді: «не знаю» – 0 балів, «ні, ніколи» – 1, «іноді» – 2, « часто » – 3, « майже завжди » – 4 і при відповіді: « так, завжди » – 5 балів. Відповідати потрібно на всі пункти.

#### Текст опитувальника

1. Мені більше подобаються книги про подорожі, ніж книги із серії «Життя чудових людей».
2. Дорослих дітей дратує турбота батьків.
3. Мені подобається роздумувати про причини успіхів і невдач інших людей.
4. Серед всіх музичних телепередач волюю «Сучасні ритми».
5. Надмірну дратівливість і несправедливі докори хворого треба терпіти, навіть якщо вони тривають роками.
6. Хворій людині можна допомогти навіть словом.
7. Стороннім людям не слід втручатися в конфлікт між двома особами.
8. Старі люди, як правило, ображаються без причин.
9. Коли я в дитинстві слухав сумну історію, на мої очі самі по собі наvertsалися сльози.
10. Роздратований стан моїх батьків впливає на мій настрій.
11. Я байдужий до критики в мою адресу.
12. Мені більше подобається розглядати портрети, ніж картини з пейзажами.
13. Я завжди прощав все батькам, навіть якщо вони були неправі.
14. Якщо кінь погано тягне, його треба шмагати.

15. Коли я читаю про драматичні події в житті людей, то відчуваю, ніби це відбувається зі мною.
16. Батьки ставляться до своїх дітей справедливо.
17. Побачивши сварку підлітків або дорослих, я втручаюся.
18. Я не звертаю уваги на погані настрої своїх батьків.
19. Я подовгу спостерігаю за поведінкою тварин, відкладаючи інші справи.
20. Фільми і книги можуть викликати сльози тільки у несерйозних людей.
21. Мені подобається спостерігати за виразом обличь і поведінкою незнайомих людей.
22. У дитинстві я приводив додому бездомних кішок і собак.
23. Всі люди необґрунтовано озлоблені.
24. Дивлячись на сторонню людину, мені хочеться вгадати, як складеться його життя.
25. У дитинстві молодші діти за віком ходили за мною слідом.
26. Коли я бачу покалічену тварину, то намагаюся їй чим-небудь допомогти.
27. Людині стане легше, якщо уважно вислухати її скарги.
28. Побачивши вуличну пригоду, я намагаюся не потрапляти в число свідків.
29. Молодшим подобається, коли я пропоную їм свої ідеї, справу або гру.
30. Люди перебільшують здатність тварин відчувати настрої свого господаря.
31. Із скрутної конфліктної ситуації людина повинна виходити самостійно.
32. Якщо дитина плаче, на те є свої причини.
33. Молодь повинна завжди задовольняти будь-які прохання людей похилого віку.
34. Мені хотілося б знати про що замислюються деякі мої однокласники.

35. Безпритульних домашніх тварин слід відловлювати і знищувати.

36. Якщо мої друзі починають обговорювати зі мною свої особисті проблеми, я намагаюся перевести розмову на іншу тему.

**Обробка результатів.** Підраховується сума балів. Якщо досліджуваний відповів «не знаю» на твердження під номерами 3, 9, 11, 13, 28, 36 і «так, завжди» на твердження 11, 13, 15 і 27, то це свідчить про його бажання виглядати краще і про недостатню відвертості. Результатам тестування можна довіряти, якщо опитуваний дав не більш трьох нещирих відповідей.

**Висновки.** При сумі від 82 до 90 балів у людини дуже високий рівень Емпатійності, від 63 до 81 бали – високий рівень, від 37 до 62 балів – середній рівень, від 12 до 36 балів – низький рівень, 11 балів і менше – дуже низький рівень емпатійності.

## Додаток Б

## Опитувальник методики «Шкала емоційного відгуку»

А. Меграбяна і Н. Епштейна

Бланк для відповідей до методики «Шкала емоційного відгуку»

№ п/п	Твердження	Відповідь			
		Згоден (завжди)	Скоріше згоден (часто)	Скоріше не згоден (рідко)	Не згоден (ніколи)
1	Мене засмучує, коли я бачу, що незнайома людина почувається серед інших людей самотньо				
2	Мені неприємно, коли люди не вміють стримуватися і відкрито проявляють свої почуття				
3	Коли хтось поруч зі мною нервує, я теж починаю нервувати				
4	Я вважаю, що плакати від щастя нерозумно				
5	Я близько до серця приймаю проблеми своїх друзів				
6	Іноді пісні про кохання викликають у мене багато почуттів				
7	Я б сильно хвилювався (хвилювалася), якби мав (мала) повідомити людині неприємне для нього звістка				
8	На мій настрій сильно впливають оточуючі люди				
9	Мені хотілося б отримати професію, пов'язану з спілкуванням з людьми				
10	Мені дуже подобається спостерігати, як люди приймають подарунки				
11	Коли я бачу, як плаче людини, то й сам (сама) засмучуюсь				

12	Слухаючи деякі пісні, я часом відчуваю себе щасливою (щасливим)				
13	Коли я читаю книгу (роман, повість тощо), то так переживаю, ніби все, про що я читаю, відбувається насправді				
14	Коли я бачу, що з ким-то погано поводяться, то завжди серджуся				
15	Я можу залишатися спокійним (спокійного), навіть якщо всі навколо хвилюються				
16	Мені неприємно, коли люди при перегляді кінофільму зітхають і плачуть				
17	Коли я приймаю рішення, ставлення інших людей до нього, як правило, ролі не грає				
18	Я втрачаю душевний спокій, коли оточуючі чимось пригнічені				
19	Я переживаю, коли бачу людей, які легко засмучуються через дрібниці				
20	Я дуже засмучуюсь, коли бачу страждання тварин				
21	Нерозумно переживати з приводу того, що відбувається в кіно або про що читаєш в книжці				
22	Я дуже засмучуюсь, коли бачу безпорадних старих людей				
23	Я дуже переживаю, коли дивлюся фільм				
24	Я можу залишитися байдужим (байдужою) до будь-якого хвилювання навколо				
25	Маленькі діти плачуть без причини				

**Методика «Дитячий особистісний питальник Кетгела» (8-12 років)**

**Мета:** дослідити особистісних особливостей молодших школярів.

Він містить 12 шкал для вимірювання ступеня вираженості рис особистості, функціональну природу яких встановлено у низці факторно-аналітичних досліджень. Інтерпретують кожну з 12 шкал питальника.

**Варіант 1 (зразок для хлопчиків)**

1. Ти швидко виконуєш свої домашні завдання чи довго?
2. Якщо з тобою пожартували, ти трохи сердишся чи смієшся?
3. Ти думаєш, що майже все можеш зробити так, як треба, чи можеш упоратися тільки з деякими завданнями?
4. Часто припускаєшся помилок чи ні?
5. У тебе багато друзів чи навпаки?
6. Інші хлопчики уміють більше за тебе, чи ти можеш те, що й інші?
7. Ти завжди добре запам'ятовуєш імена людей, чи трапляється, що ти їх забуваєш?
8. Ти багато читаєш, чи інші діти читають більше?
9. Коли учитель обирає іншого хлопчика для роботи, яку ти хотів зробити сам, ти швидко забуваєш чи ображаєшся?
10. Ти вважаєш, що твої вигадки, пропозиції, ідеї хороші й правильні, чи ти не впевнений у цьому?
11. Яке слово буде протилежним за значенням до слова «збирати» («роздавати», «накопичувати», «берегти»)?
12. Ти зазвичай мовчазний чи багато говориш?
13. Якщо мама на тебе сердиться, ти відчуваєш, що зробив щось неправильно, чи думаєш, що це її помилка?
14. Тобі сподобалося б працювати із книгами у бібліотеці чи бути капітаном далекого плавання?

15. Яка з наступних літер відрізняється від двох інших («С», «Т» чи «У»)?
16. Ти почувашся увечері спокійно чи тобі не сидиться на місці?
17. Якщо діти розмовляють про місце, яке ти добре знаєш, ти також почнеш розповідати про нього що-небудь чи чекатимеш, коли вони закінчать?
18. Ти думаєш, що можеш стати космонавтом, чи гадаєш, що це надто складно?
19. Дано цифровий ряд: 2, 4, 8,... Яка наступна цифра у цьому ряду (10, 16, 12)?
20. Твоя мама стверджує, що ти надто жвавий і неспокійний, чи тихий і спокійний?
21. Ти охоче слухаєш, як розповідає хтось із дітей, чи тобі більше подобається розповідати самому?
22. У вільний час ти почитав би книгу чи погрався б з м'ячем?
23. У групі слів: «холодний», «гарячий», «мокрый», «теплий» одне не підходить за змістом до інших. Назви його.
24. Ти завжди обережний у своїх рухах, коли бігаєш, чи буває, що зачіпаєш предмети?
25. Тривожишся, що можуть покарати, чи тебе це ніколи не хвилює?
26. Тобі більш сподобалося б будувати будинки чи бути льотчиком, коли станеш дорослим?
27. Коли Миколі було стільки ж років, як Наталці зараз, Ганна була старша за нього. Хто наймолодший (Микола, Ганна чи Наталка)?
28. Учитель часто робить тобі зауваження на уроці чи вважає, що ти поводишся добре?
29. Коли твої друзі сперечаються про щось, ти втручаєшся у їхню суперечку чи мовчиш?
30. Ти можеш займатися, коли інші в класі розмовляють, сміються, чи тобі потрібна тиша?

31. Ти слухаєш по телевізору «Новини» чи йдеш гратися, коли вони починаються?
32. Тебе ображають дорослі, чи вони тебе добре розуміють?
33. Ти спокійно переходиш вулицю із великим скупченням транспорту чи трохи хвилюєшся?
34. З тобою трапляються великі неприємності чи дрібні, незначні?
35. Якщо ти знаєш відповідь на запитання, то одразу піднімаєш: руку чи очікуєш, коли тебе викличуть, не піднімаючи руки?
36. Коли у класі з'являється новий учень, ти з ним знайомишся так само швидко, як і решта дітей, чи тобі потрібно більше часу?
37. Ти охоче став би водієм якогось транспорту (автобуса, тролейбуса, таксі) чи краще лікарем?
38. Ти часто засмучуєшся, коли щось не збувається, чи рідко?
39. Коли хтось із дітей просить допомогти під час контрольної роботи, якщо не бачить учитель, ти допомагаєш чи кажеш, щоб він сам усе розв'язував?
40. У твоїй присутності дорослі зазвичай розмовляють між собою, чи вони слухають тебе?
41. Якщо ти слухаєш безрадісну історію, сльози можуть підступити, чи такого ніколи не трапляється?
42. Більшість твоїх планів тобі вдається здійснити, чи інколи трапляється не так, як ти гадав?
43. Коли мама кличе тебе додому, ти продовжуєш гратися ще трохи чи одразу ж ідеш?
44. Ти можеш вільно розповідати у класі щось чи лякаєшся, ніяковієш?
45. Тобі сподобалося б залишатися з маленькими дітьми чи ні?
46. Бувають ситуації, коли тобі самотньо й сумно, чи такого з тобою ніколи не трапляється?
47. Уроки вдома ти робиш у різний час чи в один і той самий?
48. Тобі добре живеться чи не дуже?

49. З більшим задоволенням ти поїдені за місто помилуватися красивою природою чи на виставку сучасних машин?

50. Коли тобі роблять зауваження, сварять, ти зберігаєш спокій і хороший настрій чи сильно переживаєш?

51. Тобі більше сподобалося б працювати на кондитерській фабриці чи бути учителем?

52. Коли діти у класі шумлять, ти завжди сидиш тихо чи теж галасуєш разом з усіма?

53. Якщо тебе штовхають у автобусі, ти вважаєш, що нічого особливого не сталося, чи тебе це сердить?

54. Тобі доводилося робити щось таке, чого не слід було робити, чи такого з тобою не траплялося?

55. Ти віддаєш перевагу друзям, які люблять попустувати, побігати, погратися, чи тобі подобаються серйозні?

56. Ти відчуваєш занепокоєння, роздратування, коли доводиться сидіти тихо й чекати, поки щось почнеться, чи довго очікувати тобі неважко?

57. Ти охоче зараз ходив би до школи чи поїхав би мандрувати на автомобілі?

58. Іноді буває, що ти сердитий на всіх, чи ти завжди всіма задоволений?

59. Який учитель тобі більше подобається: м'який, поблажливий чи строгий?

60. Удома ти їси все, що тобі пропонують, чи протестуєш, коли дають їжу, яку ти не любиш?

## **Варіант 2**

### **(зразок для дівчаток)**

1. До тебе добре ставляться усі чи тільки деякі люди?

2. Коли ти прокидаєшся вранці, то відчуваєш сонно і мляво, чи тобі одразу хочеться повеселитися?

3. Ти закінчуєш свою роботу скоріше за інших, чи тобі потрібно трохи більше часу?
4. Ти буваєш: іноді невпевнена в собі, чи, навпаки, завжди впевнена?
5. Ти завжди радієш, коли бачиш своїх шкільних друзів, чи іноді тобі не хочеться нікого бачити?
6. Говорить тобі мама, що ти некваплива, чи ти робиш усе швидко?
7. Іншим дітям подобається те, що ти пропонуєш, чи не завжди?
8. У школі ти виконуєш: усе саме так, як вимагають учителі, чи твої однокласники виконують вимоги точніше?
9. Ти гадаєш, що діти намагаються тебе перехитрити чи ставляться до тебе дружньо?
10. Ти усе робиш завжди добре, чи бувають дні, коли в тебе нічого не виходить?
11. Найбільше спільного з «льодом», «парою», «снігом» має «вода», «буря» чи «зима»?
12. Ти сидиш під час уроку спокійно чи любиш покрутитися?
13. Ти сперечаєшся іноді зі своєю мамою чи побоюєшся її?
14. Тобі більше подобається кататися на лижах у парку, в лісі чи з високих пагорбів?
15. «Ходити» стосується слова «бігати», як «повільно» слова «верхи», «поповзом», «швидко»?
16. Ти вважаєш, що завжди ввічлива, чи буваєш набридливою?
17. Чи говорять, що з тобою важко домовитися (ти любиш наполягати на своєму), чи з тобою легко мати справу?
18. Ти мінялася з кимось із дітей своїм шкільним приладдям (олівцем, лінійкою, ручкою), чи ти цього ніколи не робила?
19. Яка наступна цифра у цифровому ряду 7, 5, 3 (2, 1, 9)?
20. Ти іноді хочеш бути неслухняною, чи у тебе ніколи не виникає такого бажання?

21. Твоя мама усе робить краще за тебе, чи твоя пропозиція часто буває кращою?
22. Якби ти мала можливість стати дикою твариною, хотіла б бути швидким конем чи тигрицею?
23. У групі слів: «деякі», «усі», «часто», «ніхто» одне слово не підходить до інших. Яке? («часто», «ніхто» чи «усі»)
24. Коли тобі повідомляють приємну новину, ти радієш спокійно, чи тобі хочеться скакати від радощів?
25. Якщо хтось ставиться до тебе не дуже добре, ти пробачаєш йому це, чи ставишся до нього так само?
26. Що тобі найбільше сподобалося б у басейні: плавати чи стрибати з вишки?
27. Вовчик молодший за Петрика, Сергійко молодший за Вовчика. Хто найстарший (Сергійко, Вовчик чи Петрик)?
28. Учитель іноді говорить, що ти недостатньо уважна й робиш виправлення у зошиті, чи він цього майже ніколи не каже?
29. У суперечках ти завжди намагаєшся довести те, що ти хочеш, чи спокійно можеш поступитися?
30. Ти охочіше послухала б розповідь про війну чи про життя тварин?
31. Ти завжди допомагаєш новим учням, що прийшли до вас у клас, чи зазвичай це роблять інші?
32. Ти довго пам'ятаєш про власні неприємності чи швидко про них забуваєш?
33. Тобі більше сподобалося б добре шити одяг чи бути балериною?
34. Якщо Мама тебе сварить, ти засмучуєшся, чи настрої у тебе майже не псується?
35. Ти завжди збираєш портфель увечері, чи буває, що робиш це вранці?
36. Учитель тебе хвалить чи говорить про тебе мало?
37. Ти можеш торкнутися павука, чи він тобі неприємний?
38. Ти часто ображаєшся, чи це трапляється рідко?

39. Коли батьки говорять, що тобі час спати, одразу ідеш до ліжка чи ще трохи продовжуєш займатися своєю справою?

40. Тебе бентежить, коли доводиться розмовляти з незнайомою людиною, чи ні?

41. Ти скоріше стала б художницею чи хорошим перукарем?

42. Тобі все вдається чи трапляються невдачі?

43. Якщо ти не зрозуміла умови задачі, то звертаєшся до когось з учнів чи до вчителя?

44. Ти можеш розповісти смішні історії так, щоб усі сміялися, чи вважаєш, що це не дуже легко?

45. Після уроку тобі хочеться певний час побути біля вчителя чи одразу ж вийти у коридор?

46. Іноді ти сидиш без діла і почуваєшся погано, чи такого з тобою не трапляється?

47. Дорогою зі ніколи зупиняєшся погратися чи одразу ідеш додому?

48. Твої батьки завжди вислуховують тебе, чи вони часто дуже зайняті?

49. Коли ти не можеш вийти з дому, тобі сумно чи байдуже?

50. У тебе мало труднощів чи багато?

51. У вільний час ти пішла б у кіно чи саджала б квіти й дерева у дворі?

52. Ти охочіше розповіла б мамі про свої шкільні справи чи про прогулянку, екскурсію?

53. Якщо друзі беруть твої речі без дозволу, ти вважаєш, що у цьому нема нічого особливого чи сердишся на них?

54. При несподіваному звуці ти здригаєшся чи просто озираєшся?

55. Тобі більше подобається, коли ви з дівчатами розповідаєте щось чи граєтеся з ними?

56. Ти підвищуєш: голос, коли схвильована, чи розмовляєш спокійно?

57. Ти охочіше б пішла на урок чи подивилася виступ фігуристів?

58. Якщо слухаєш радіо або дивишся телевізор, тобі заважають сторонні розмови чи ти їх не помічаєш?

59. Тобі буває важко у школі чи там завжди легко?

60. Якщо тебе вдома чимось розсердили, ти спокійно виходиш із кімнатичи, покидаючи її, грюкаєш дверима.

**Опрацювання результатів:** виконують за допомогою ключа. Потім підраховують результати за кожним із чинників у першому варіанті. Після цього проводять другий варіант із тією ж дитиною в інший день, а результати знову опрацьовують, використовуючи ключ.

Загальні висновки стосовно ступеня виразності кожного з чинників роблять після підсумовування результатів за кожним із чинників в обох варіантах. Отримані результати зіставляють із стеновими нормами, що наведені у спеціальних вікових таблицях. Стенові оцінки, що містяться у проміжку від 4 до 7, характеризують середню виразність чинника; 8-10 - високий; 1-3 – низький.

## Результати кореляції

## Корреляції

	Юсулов	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	N	O	Q4
Юсулов	1	,833**	,155	,633**	-,492**	,622**	,322**	,509**	,319**	,630**	,455**	,417**	-,425**	-,252**
Корреляція Пірсона														
знач. (двухстороння)		<,001	,207	<,001	<,001	<,001	,007	<,001	,008	<,001	<,001	<,001	<,001	,038
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
A	Корреляція Пірсона	,833**	1	,666**	-,569**	,627**	,386**	,548**	,432**	,728**	,506**	,435**	-,516**	-,323**
знач. (двухстороння)		<,001	,250	<,001	<,001	<,001	,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	,007
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
B	Корреляція Пірсона	,155	1	,217	-,226	,323**	,506**	,179	,391**	,140	,219	,368**	-,336**	-,162
знач. (двухстороння)		,207	,076	,064	,007	<,001	<,001	,145	<,001	,254	,073	,002	,005	,187
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
C	Корреляція Пірсона	,633**	,666**	1	-,796**	,618**	,420**	,478**	,470**	,465**	,435**	,456**	-,550**	-,426**
знач. (двухстороння)		<,001	<,001	,076	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
D	Корреляція Пірсона	-,492**	-,569**	-,226	1	-,395**	-,294**	-,359**	-,318**	-,380**	-,290**	-,345**	,476**	,352**
знач. (двухстороння)		<,001	<,001	,064	<,001	<,001	,015	,003	,008	,001	,017	,004	<,001	,003
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
E	Корреляція Пірсона	,622**	,627**	,323**	,618**	1	,666**	,690**	,727**	,560**	,604**	,594**	-,625**	-,445**
знач. (двухстороння)		<,001	,007	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
F	Корреляція Пірсона	,322**	,386**	,506**	,420**	-,294**	1	,684**	,742**	,401**	,576**	,545**	-,616**	-,444**
знач. (двухстороння)		,007	,001	<,001	<,001	,015	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
G	Корреляція Пірсона	,509**	,548**	,179	,478**	-,359**	,690**	1	,646**	,621**	,707**	,632**	-,605**	-,364**
знач. (двухстороння)		<,001	<,001	,145	<,001	,003	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	,002
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
H	Корреляція Пірсона	,319**	,432**	,391**	,470**	-,318**	,727**	,742**	,646**	1	,433**	,623**	,676**	-,732**
знач. (двухстороння)		,008	<,001	<,001	<,001	,008	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
I	Корреляція Пірсона	,630**	,728**	,140	,465**	-,380**	,560**	,621**	,433**	1	,558**	,511**	-,468**	-,360**
знач. (двухстороння)		<,001	<,001	,254	<,001	,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	,003
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
J	Корреляція Пірсона	,455**	,506**	,219	,435**	-,290**	,604**	,576**	,623**	,558**	1	,628**	-,620**	-,297**
знач. (двухстороння)		<,001	<,001	,073	<,001	,017	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	,014
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
N	Корреляція Пірсона	,417**	,435**	,368**	,456**	-,345**	,594**	,545**	,632**	,676**	,511**	,628**	1	-,741**
знач. (двухстороння)		<,001	<,001	,002	<,001	,004	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
O	Корреляція Пірсона	-,425**	-,516**	-,336**	-,550**	,476**	-,625**	-,616**	-,732**	-,468**	-,620**	-,741**	1	,656**
знач. (двухстороння)		<,001	<,001	,005	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68
Q4	Корреляція Пірсона	-,252**	-,323**	-,162	-,426**	,352**	-,445**	-,444**	-,364**	-,360**	-,297**	-,478**	-,656**	1
знач. (двухстороння)		,038	,007	,187	<,001	,003	<,001	<,001	,002	<,001	,003	,014	<,001	<,001
N	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68

\*\* Корреляція значима на рівні 0,01 (двухстороння).

\* Корреляція значима на рівні 0,05 (двухстороння).