

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПрАТ «ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»
ХЕРСОНСЬКИЙ ІНСТИТУТ**

ШАШКІНИ ЮЛІЇ ЮРІЇВНИ

На правах рукопису

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

**ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У ДІТЕЙ СТАРШОГО
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

подається на здобуття
освітньо-кваліфікаційного рівня «Бакалавр»
Спеціальність «Психологія»

До захисту допущено:
Директор Херсонського інституту
ПрАТ «ВНЗ «МАУП»
_____Петричук С.І., д.е.н.
«__» _____ 2026р.

Науковий керівник

«__» _____ 2026 року

Виконано студенткою групи
ІН 19-8-22 Б1ПС(4,0здс)

Чернівці-2026

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	8
1.1. Сутність поняття емпатії у психології та педагогіці	8
1.2. Психологічна характеристика дітей старшого дошкільного віку	12
1.3. Особливості розвитку емпатії у старшому дошкільному віці	18
1.4. Вплив соціального середовища на розвиток емпатії	26
Висновки до розділу 1	32
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	34
2.1. Організація дослідження	34
2.2. Обґрунтування вибору методики дослідження емпатії	40
2.3. Аналіз результатів діагностики рівнів емпатії у дошкільників.....	45
2.4. Інтерпретація отриманих даних	61
Висновки до розділу 2	72
РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	74
3.1. Розробка програми розвитку емпатії	74
3.2. Методи та засоби розвитку емпатії	79
3.3. Практичні рекомендації для вихователів та батьків	84
3.4.Оцінка очікуваної ефективності запропонованої програми	94
Висновки до розділу 3	96
ВИСНОВКИ.....	97
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	100
ДОДАТКИ.....	105

ВСТУП

Актуальність теми. Сьогодні світ навколо нас змінюється надто швидко. Через постійне використання гаджетів та зменшення живого спілкування діти все рідше мають можливість вчитися розуміти емоції інших людей. Проте саме старший дошкільний вік - це той фундамент, на якому будується весь подальший емоційний та соціальний розвиток дитини. У 5–6 років дитина активно вчиться помічати, що навколишні також мають свої почуття та переживання, і це відкриття є основним для формування емпатії.

На жаль, ми дедалі частіше бачимо, як дітям важко порозумітися з однолітками, що іноді проявляється у надмірній агресії або, навпаки, байдужості. Емпатія - це не просто вміння пожаліти, це своєрідна соціальна навичка, яка допомагає дитині будувати здорові стосунки, працювати в команді та впевнено почуватися в соціумі. Від того, чи навчиться дитина співпереживати зараз, безпосередньо залежить, наскільки легко вона адаптується до школи та знайде друзів у майбутньому.

Особливо актуальним сьогодні є пошук методів, які б допомагали дітям розвивати емпатію легко та цікаво. Саме тому є необхідність звертатися до арт-терапії та ігрових технік. Для дошкільника малювання або гра - це найзрозуміліша мова. Використання таких засобів дозволяє дитині прожити і висловити емоції, для яких вона ще не має слів. Такий підхід робить процес розвитку емпатії природним, безпечним та максимально результативним, що й зумовлює вибір цієї теми для даного дослідження.

Проблема емпатії перебуває у центрі уваги багатьох вітчизняних та зарубіжних науковців. Серед зарубіжних дослідників вагомий внесок у розуміння природи емпатії зробили: К. Роджерс він розглядав емпатію як умову терапевтичного зростання, М. Гоффман який вивчав розвиток емпатії в онтогенезі, а також Е. Тітченер, який одним із перших ввів термін емпатія у

психологічний обіг. Питаннями емоційного розвитку дітей займалися також Ж. Піаже.

Українські науковці активно вивчають різні аспекти емоційної сфери дошкільників. Зокрема, це роботи І. Бега який досліджував виховання особистості та почуттів, О. Кононко та його дослідження соціально-емоційного розвитку дошкільника, В.Люблінська що вивчала психологію розвитку дитини.

Об'єкт дослідження - процес розвитку емпатійної сфери дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження - психологічні особливості та засоби розвитку емпатії у дітей 5-6 років через використання арт-терапевтичних методів та проєктивних методик.

Мета роботи - теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити вплив методів арт-терапії та проєктивних технік на рівень розвитку емпатії у старших дошкільників.

Гіпотеза дослідження ґрунтується на припущенні, що розвиток емпатії у дітей старшого дошкільного віку відбуватиметься значно успішніше за умови впровадження спеціальної програми, яка поєднує методи арт-терапевтичного спрямування (візуалізація емоцій, малювання емоційних станів) та роботу з проєктивними образами. Вважається, що такі інструменти допоможуть дітям краще ідентифікувати власні почуття, що є необхідною умовою для розуміння емоцій оточуючих.

Для реалізації мети роботи визначено такі **завдання**:

1. Проаналізувати стан дослідження проблеми емпатії у сучасній психологічній літературі.
2. Визначити вікові особливості емоційного та соціального розвитку дітей старшого дошкільного віку.
3. Дослідити психологічні механізми, що лежать в основі емпатійної взаємодії.

4. Провести діагностику актуального рівня емпатії у піддослідних дітей, виявивши можливі емоційні бар'єри.

5. Обґрунтувати та розробити систему занять із використанням арт-терапії для підвищення рівня емпатії у дошкільників.

Методи дослідження. У роботі використано комплекс методів: теоретичні, а саме аналіз, узагальнення та систематизація наукових поглядів; емпіричні - спостереження, бесіда, а також психодіагностичні методики: проєктивна методика «Неіснуюча тварина у біді», техніка «Дерево емоцій», робота з діагностичними картками «Емоції»; методика Емоційний квадрат; методи обробки отриманих даних для підтвердження вірогідності результатів.

Наукова новизна дослідження полягає у розширенні уявлень про можливості арт-терапевтичного впливу на емоційну сферу дошкільників, а також у практичному поєднанні діагностичних та розвивальних інструментів для корекції емпатійних проявів у дітей 5-6 років.

Практичне значення. Розроблені методичні рекомендації та програма занять можуть бути використані практичними психологами закладів дошкільної освіти, вихователями та батьками для гармонізації емоційного стану дитини та розвитку її здатності до співпереживання.

Базою дослідження був Юрковецький заклад дошкільної освіти Юрковецької сільської ради Чернівецького району Чернівецької області.

У експериментальній частині дослідження взяли участь 31 респондент.

Матеріали дослідження пройшли апробацію шляхом виступу на V Міжнародній науково-практичній конференції «Scientific development in a changing world» з темою «Особливості розвитку емпатії у дітей старшого дошкільного віку».

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Сутність поняття емпатії у психології та педагогіці

Проблема емпатії на сучасному етапі розвитку психологічної та педагогічної науки посідає одне з центральних місць. Це зумовлено тим, що саме емпатія є основою для побудови гармонійних міжособистісних стосунків, емоційного інтелекту та моральної зрілості особистості. У світі, де соціальні контакти стають дедалі складнішими, здатність людини відчувати іншу людину виступає не лише як психологічний механізм, а й як необхідна умова для виживання та ефективної взаємодії в суспільстві [3, с. 34].

Термін «емпатія» (від грец. *empathia* - співпереживання) ввів Едвард Тітченер на початку XX століття. Він розглядав це явище як процес «вчування» в об'єкт, що спостерігається, під час якого суб'єкт проектує свої почуття та емоції на іншу людину або навіть на навколишні предмети [42, с. 97]. Хоча початкове трактування Тітченера було досить специфічним і обмежувалося лише естетичним досвідом, подальші дослідження суттєво розширили межі цього поняття.

Великий внесок у розуміння емпатії зробив Карл Роджерс, представник гуманістичної психології. Він визначав емпатію як здатність сприймати внутрішній світ іншої людини з усіма емоційними відтінками, ніби ти сам є цією людиною, проте без втрати відчуття якби [46]. Основним у цьому визначенні є саме збереження дистанції, а саме ми розуміємо біль іншого, співчуваємо йому, але не розчиняємося в цьому емоційному стані, що дозволяє залишатися здатним до конструктивної допомоги.

На сьогодні в науці переважає підхід, згідно з яким емпатія є складним багаторівневим утворенням, що включає три взаємопов'язані компоненти:

1. Когнітивний компонент емпатійного сприйняття відображає здатність розуміти та аналізувати емоційний стан іншої людини. [16]. Тут дитина або дорослий намагається вирахувати, що саме відчуває співрозмовник, аналізуючи вираз обличчя, жести, інтонації та контекст ситуації. Це свого роду децентрація, тобто здатність вийти за межі власного «Я» і подивитися на світ очима іншого.

2. Афективний компонент - безпосередній емоційний відгук. Людина якби заражається почуттями іншого, переживаючи радість або смуток разом із ним. Саме цей компонент забезпечує глибину емоційного зв'язку між людьми [33].

3. Поведінковий (дійовий) компонент - готовність надати допомогу або підтримати. Власне, це і є перехід від внутрішнього переживання до реальних дій, спрямованих на полегшення стану іншої людини.

Педагогічний аспект емпатії, який є надзвичайно важливим для даного дослідження, полягає в тому, що емпатія виступає не лише якістю особистості, а й способом навчання. В умовах дошкільної освіти педагог, виявляючи емпатію до дитини, створює безпечне середовище, в якому дитина відчуває себе прийнятим та зрозумілим. Це, своєю чергою, стимулює дитину до відкритості та розвитку власної емпатії у стосунках з однолітками [32, с. 45].

О. Л. Кононко, наголошував що емпатія не є вродженим даром, який дається людині раз і назавжди. Це динамічне утворення, яке розвивається в процесі соціалізації. Основи емпатії закладаються саме в дошкільному дитинстві, коли через гру, казки та перші серйозні соціальні контакти дитина вчиться розрізняти емоції інших людей та зважати на них у своїй поведінці [20, с. 92]. Психологічний вплив у цьому питанні має вирішальне значення, адже саме дорослий є тим «дзеркалом», у якому дитина вчиться бачити не лише себе, а й іншого.

Крім компонентної структури, в науковій літературі виділяють різні рівні прояву емпатії, які мають велике значення для педагогічної практики. Так часто розрізняють когнітивну емпатію - розуміння, емоційну - співпереживання та предиктивну - здатність передбачити реакцію іншого. Для дошкільнят найбільш характерним є саме емоційне «зараження», тоді як когнітивна емпатія лише починає формуватися наприкінці цього вікового періоду [9, с. 145].

Також треба звернути увагу на поняття емпатичного потенціалу. Це сукупність особистісних якостей, які сприяють або, навпаки, заважають вияву емпатії. Серед таких якостей виділяють:

Сензитивність - чутливість до сигналів іншої людини, а саме погляду, зміни тону голосу, постави.

Рефлексія - здатність аналізувати власні емоційні стани, що є передумовою для розуміння почуттів інших.

Емоційна стійкість - це вміння не «втопитися» у переживаннях іншого, зберігаючи здатність допомогти [2, с. 20].

Емпатія в дошкільному віці тісно пов'язана з розвитком ігрової діяльності. У грі дитина бере на себе ролі наприклад матері, лікаря, вчителя, що змушує дитину приміряти на себе переживання іншого персонажа. Це тренує механізм децентрації - здатності відмовитися від власної егоцентричної позиції на користь розуміння позиції партнера по грі [30, с. 62].

Важливим для розуміння сутності емпатії є аналіз її механізмів. Вчені виділяють кілька основних психологічних процесів, що лежать в основі емпатійного акту. Перше, це ідентифікація - процес, при якому суб'єкт на несвідомому рівні уподібнює себе до іншої особи, що дозволяє «приміряти» її почуття. Потім це інтроєкція - механізм, за якого цінності та емоційні стани іншої людини стають внутрішньою частиною особистості самого суб'єкта [26, с. 22]. І також важливим є механізм децентрації, який передбачає відмову

від власної егоцентричної позиції задля сприйняття світу очима іншої людини.

Існує також поділ емпатії на види за характером її спрямованості. Виділяють емпатію до людей, емпатію до тварин та емпатію до героїв художніх творів. У старшому дошкільному віці дитина починає усвідомлено співпереживати не лише реальним людям, а й вигаданим персонажам, що є важливим показником інтелектуального розвитку.

Окремої уваги заслуговує питання гендерних відмінностей у розвитку емпатії. Дівчатка в дошкільному віці демонструють вищу емоційну чутливість, тоді як хлопчики схильні до більш аналітичного, когнітивного підходу до розуміння ситуації [41, с. 112]. Проте варто пам'ятати, що ці відмінності значною мірою зумовлені соціокультурними стереотипами виховання.

Емпатія є мотиваційною основою альтруїстичної поведінки: спочатку дитина відчуває емоційний дискомфорт, бачачи страждання іншого, і це спонукає її діяти: втішити, поділитися іграшкою, покликати дорослого [39, с. 140]. Саме така поведінка є вищим проявом емпатійного розвитку, адже вона перетворює внутрішнє переживання на конкретний соціально корисний акт.

Емпатія виконує такі функції:

- Пізнавальна функція - дозволяє отримувати інформацію про емоційний стан іншого.
- Регулятивна функція - стримує агресивні імпульси та сприяє корекції власної поведінки.
- Комунікативна функція - полегшує налагодження контакту між людьми [13, с. 120].

Сутність поняття емпатії у психологічному дискурсі виходить далеко за межі простого жалю. Це складна багаторівнева система, що поєднує в собі інтелектуальне пізнання та емоційне проживання досвіду іншої людини.

Вона є невід'ємною частиною соціального інтелекту дитини і виступає головним інструментом гуманізації виховного процесу.

1.2. Психологічна характеристика дітей старшого дошкільного віку

Старший дошкільний вік - це найцікавіший період у житті дитини, бо саме в такому віці дитина перетворюється з маленького споживача, якому все треба тут і зараз, на досить свідому особистість, яка вже може контролювати свої почуття та діяти за правилами. Коли говоримо про дітей 5–6 років, то маємо справу з перехідним етапом: вони вже не зовсім малюки, але ще й не школярі. У цей час у них формуються ті цеглинки характеру, які потім будуть дуже важливі для навчання та спілкування. Найголовніше, що відбувається - це перехід від того, що дитина бачить лише себе і свої бажання, до того, що вона починає бачити інших. Це якраз і є той самий момент, коли у дитини прокидається емпатія [36, с. 112].

У період старшого дошкільного віку, а саме 5–6 років, відбуваються якісні зміни у процесах сприйняття та мислення дитини. Якщо на попередніх етапах сприйняття мало переважно фрагментарний та ситуативний характер, то у цьому віці воно стає більш аналітичним. Дитина переходить від простого споглядання об'єктів до їхнього впорядкування, порівняння та встановлення логічних зв'язків. Важливим показником розвитку є здатність дитини до саморефлексії: вона починає аналізувати власну поведінку крізь призму соціальних взаємодій, пов'язуючи власні дії з реакціями оточуючих [18, с. 18].

Паралельно з розвитком мислення спостерігається трансформація довільної уваги. Якщо у молодшому дошкільному віці увага характеризується високою лабільністю, то до 6 років дитина демонструє

здатність до тривалої концентрації на об'єкті, що відповідає її пізнавальним інтересам. Це має визначальне значення для розвитку емпатії. Психологічний механізм співпереживання передбачає попередню спрямованість уваги на стан іншої особи: помічання мімічних ознак, інтонаційних змін, емоційних реакцій. Здатність дитини вийти за межі власного «Я» і зосередитись на стані іншого, є основною задачею, що забезпечує перехід до складніших форм міжособистісної взаємодії [20, с. 88].

Емоції у дітей стають не такими хаотичними, як раніше. У 3–4 роки емоції дитини - це як вибух, тобто як швидко спалахнуло, так і швидко згасло. У старшому дошкільному віці емоції стають більш стійкими і складними. З'являються такі переживання, як сором, почуття обов'язку, гордість за гарний малюнок або досягнення. Дитина вже починає розуміти, що не всі її «хочу» можна реалізувати, і вчиться стримувати свої імпульси. Саме вміння вчасно зупинитися - це основа емпатії. [21, с. 156]. Це зовсім інший рівень соціальної зрілості.

Одним із найважливіших психологічних досягнень у віці 5–6 років є поступовий перехід від егоцентризму до здатності, яку психологи називають децентрацією. Якщо говорити простіше, дитина нарешті починає розуміти, що вона не є центром всесвіту і світ не обертається виключно навколо її потреб. Вона починає усвідомлювати, що оточуючі люди - це окремі особистості, які мають власні, цілком реальні почуття, специфічний настрій та індивідуальні бажання. Важливо, що ці внутрішні стани інших людей можуть кардинально відрізнятися від того, що відчуває чи хоче сама дитина в цей самий момент [14, с. 29]. Якщо раніше малюк щиро дивувався, чому його ровесник не хоче гратися в ту саму іграшку, що й він, то у старшому дошкільному віці приходить прозріння: інша дитина просто має інші вподобання. Замість протесту з'являється готовність до діалогу. Саме така здатність до взаємодії є фундаментом для повноцінного спілкування, без якого розвиток емпатії просто неможливий.

Паралельно з цим процесом відбувається суттєвий розвиток мотиваційної сфери дитини. У неї з'являються перші свідомі соціальні мотиви. Дитина вже не просто діє під впливом миттєвих імпульсів, а прагне відповідати певним соціальним очікуванням, наприклад: бути хорошою в очах вихователя, отримати схвалення від батьків або завоювати авторитет серед однолітків. Цікаво спостерігати за тим, як змінюється поведінка. Дитина вчиняє певні дії не тому, що їй просто так захотілося, а тому, що так прийнято або тому, що вона розуміє що це принесе радість іншому. О. Запорожець писав що емпатія в цьому віці стає нерозривною частиною морального розвитку. Дитина вже не просто механічно засвоює правило на кшталт «не можна битися», а починає глибоко розуміти внутрішній зміст цього обмеження [14, с. 34]. Це принципово новий рівень, де вчинок дитини мотивується вже не страхом перед покаранням, а щирим розумінням емоцій іншої людини, що є прямим шляхом до формування високого рівня емпатійності.

Сюжетно-рольова гра це, по суті, справжній тренувальний майданчик для розвитку емпатії. У 5–6 років дитячі ігри перестають бути хаотичними чи безцільними. Діти починають будувати складні, розгорнуті сценарії: «ми в лікарні», «ми відправляємося у космічну подорож» або «ми граємо в сім'ю, де я мама, а ти - донька». У таких іграх дитина постійно змушена виходити за межі власного «Я». Виконуючи певну соціальну роль, наприклад, лікаря, дитина має поводитися відповідним чином - бути уважною, турботливою, запитувати пацієнта про його самопочуття [28, с. 74]. Дитина немов приміряє на себе різні моделі поведінки, і завдяки постійному повторенню вони поступово стають частиною її характеру. Якщо дитина неодноразово відтворювала роль турботливого лікаря в грі, то в реальній життєвій ситуації, побачивши, як друг упав і розбив коліно, вона значно швидше зорієнтується і відреагує, підбіжить, допоможе, запитає, чи все гаразд. Це і є процес закріплення емпатійної поведінки через багаторазовий ігровий досвід.

У 5–6 років дитина вже чітко усвідомлює себе як окрему особистість. Вона вже не каже про себе в третій особі, а впевнено говорить "Я". Але найцікавіше починається тоді, коли ця самосвідомість доповнюється самооцінкою. Дитина починає дивитися на себе ніби збоку, оцінювати свої успіхи та промахи [21, с. 88]. І тут знову виринає зв'язок з емпатією. Адже той, хто вміє добре розуміти власні почуття - хто знає, коли йому самому сумно, коли образливо, а коли дуже весело, набагато краще розпізнає ці ж емоції в інших. Це свого роду емоційний інтелект, коли дитина вчиться читати свої внутрішні сигнали, і вони стають для неї ключем до розуміння внутрішнього світу однолітків [21, с. 92].

Якщо дитина має адекватну, здорову самооцінку, вона легше йде на контакт, вона відкрита, вона не боїться співпереживати. А от діти з постійно заниженою або, навпаки, дуже завищеною самооцінкою часто зациклені на собі. У них просто немає ресурсу, щоб помітити біль іншого, бо вони постійно зайняті захистом свого "Я". Тому для розвитку емпатії дуже важливо, щоб дорослі, батьки та вихователі допомагали дитині формувати впевненість у собі, вчили приймати свої невдачі спокійно, щоб у майбутньому це не переростало в емоційну черствість [22, с.89].

Одним із найсуттєвіших досягнень старшого дошкільного віку є поступове формування довільності психічних процесів. Це новий рівень саморегуляції, який означає, що дитина перестає бути заручником власних миттєвих імпульсів, отримуючи здатність свідомо ними керувати. Якщо раніше дитина просто реагувала на зовнішні обставини, то тепер вона все частіше діє відповідно до власних принципів та переконань. Розглянемо це на типовій ситуації, що часто трапляється в освітньому середовищі дитячого садка: хтось випадково руйнує вежу з кубиків, яку довго будувала інша дитина. Молодший дошкільник у такій ситуації, як правило, реагує миттєво та емоційно, дитина або вибухає плачем, або демонструє агресивну відповідь, намагаючись відновити справедливість через удар чи крик. У шестирічній

дитини цей механізм працює інакше. Навіть якщо вона відчуває гостру образу чи розчарування через зруйновану роботу, у неї формується психологічна пауза - можливість зупинитися, замислитися і переоцінити ситуацію. Замість руйнівної емоційної реакції, вона обирає виважений підхід - намагається порозумітися або пропонує допомогу у вирішенні проблеми [24, с. 138].

Саме в цій здатності загасити миттєву негативну емоцію заради того, щоб не образити іншу людину, і полягає вищий прояв емпатії для цього вікового етапу. Довільність дозволяє дитині вибудовувати складнішу лінію поведінки, де власні почуття не блокують, а навпаки, корегуються з урахуванням емоційного стану партнера по грі. Це свідчить про те, що емпатія стає не просто емоційним відгуком, а результатом складної внутрішньої роботи особистості, що вміє робити свідомий вибір на користь доброзичливого ставлення до оточуючих. Такий розвиток довільності є фундаментальним показником зрілості психічних процесів, що готує дитину до успішної адаптації в умовах шкільного навчання та ширшої соціальної взаємодії.

Не можна забувати й про гендерні аспекти та індивідуальні особливості, які проявляються в цей період. Хоча всі діти розвиваються за схожими законами, у кожного свій темп. Хтось від природи більш емоційний, хтось більш спокійний і розважливий. Але незалежно від характеру, саме в старшому дошкільному віці закладається база для гуманного ставлення до всього живого. Це і турбота про кошеня, і жалість до зламаної квітки, і бажання поділитися іграшкою з тим, у кого її немає. Всі ці, на перший погляд, дрібниці - це великі кроки у становленні особистості [23, с. 59].

До кінця дошкільного віку емпатія стає більш вибірковою. Дитина починає розрізняти близьких людей, тобто друзів чи батьків та інших чужих

людей. Це природний етап розвитку, адже дитина вчиться встановлювати глибокі соціальні зв'язки. [23, с. 73].

Психологічна характеристика старшого дошкільного віку вказує на те, що дитина володіє всіма необхідними задатками для повноцінного розвитку емпатії. Довільність психічних процесів, розвиток самосвідомості, здатність враховувати не лише свою думку, а й позицію інших та ігрова діяльність створюють сприятливі умови для переходу від перейняття чужих емоцій до усвідомленого співпереживання. Розуміння цих особливостей дозволяє педагогам та психологам ефективно будувати стратегії виховання, орієнтуючись на психологічні можливості конкретного вікового періоду.

Старший дошкільний вік - це золотий час для розвитку емпатії. Психологічна готовність дитини до розуміння іншого вже є достатньо високою. Дитина вже має розвинене мислення, мовлення, самосвідомість і багатий емоційний досвід, які дозволяють їй вийти за рамки власного «єго» і зробити крок назустріч іншій людині.

1.3. Особливості розвитку емпатії у старшому дошкільному віці

Старший дошкільний вік є сенситивним періодом для становлення емпатійних здібностей. Саме в цей час відбувається перехід від ситуативних емоційних реакцій до складніших, усвідомлених форм співпереживання. Емпатія в цьому віці перестає бути просто механічним віддзеркаленням настрою іншої людини і починає базуватися на елементах розуміння внутрішнього світу іншого [12].

Розвиток емпатії у старших дошкільників характеризується взаємодією двох основних компонентів:

- Емоційний компонент - здатність дитини безпосередньо переймати емоційний стан іншого (радість, смуток, тривога).

- Когнітивний компонент - здатність до вміння дитини стати на позицію іншого, зрозуміти причину його емоцій та спрогнозувати його дії.

Саме у віці 5–6 років діти починають активно використовувати соціальну уяву. Це означає, що дитина здатна не лише бачити слізи однолітка, а й подумки поставити себе на його місце [20, с. 82]. Це свідчить про стрибок у розвитку особистості, коли інша людина стає для дитини суб'єктом, що має власні переживання.

Центральним механізмом розвитку емпатії в цьому віці виступає ігрова діяльність. У сюжетно-рольовій грі діти вчаться виконувати різні соціальні ролі, що вимагає від них узгодження своїх інтересів з інтересами партнерів по грі.

У дошкільному віці емпатія лише формується, тому дітям важливо отримувати досвід емоційного розуміння у безпечному ігровому середовищі. Гра є природним способом навчання для дошкільників, тому саме через ігрові вправи психолог може ефективно розвивати емпатію, емоційну чутливість та навички взаємодії. [15]. Наприклад, граючи в «Лікарню» або «Сім'ю», дошкільник вчиться проявляти турботу, співчуття та підтримку. Це створює основу для розвитку альтруїстичної поведінки, яка стає стійкою рисою характеру, якщо вихователі та батьки підкріплюють ці прояви схваленням.

Процес переходу від егоцентричної позиції до здатності враховувати перспективу іншого є стрижневим для старшого дошкільника. Жан Піаже, розробляючи теорію когнітивного розвитку, вказував, що саме у віці 5–6 років дитина починає долати інтелектуальний егоцентризм [31, с. 34]. Можливість вийти за межі власного «Я» дозволяє дошкільнику зрозуміти, що його одноліток може мати відмінні від його власних бажання, наміри або емоційні реакції. Це усвідомлення стає фундаментом для виникнення справжньої, а не імітаційної емпатії.

У сучасній західній психології цей процес часто описують через концепцію «Моделі психічного». Діти старшого дошкільного віку здатні до так званого співпереживання в стані дистресу. Це означає, що дитина не просто відчуває смуток через те, що хтось поряд плаче, а починає аналізувати обставини, що спричинили цей біль. Вона здатна розрізнити, чи це фізичний біль, чи соціальна образа, і відповідно до цього обирати стратегію допомоги [40, с. 112].

Взаємодія з однолітками в дитячому садку та в межах позашкільної активності, допомагає дитині розвивати емпатію та вчитися піклуватися про інших у реальних ситуаціях. У спільній діяльності діти постійно стикаються з ситуаціями, де їхні особисті інтереси входять у суперечність з інтересами інших. Успішне вирішення таких конфліктів напряду залежить від рівня емпатії, адже саме вона дозволяє дитині зчитати емоційний стан суперника та припинити суперечку до того, як вона переросте у відкриту агресію.

Рівень емпатії у старшому дошкільному віці корелює з розвитком просоціальної поведінки, дій спрямованих на допомогу іншим без очікування винагороди [27, с. 239]. Дитина, яка має вищий рівень розвитку емпатії, частіше демонструє готовність поділитися іграшкою, втішити засмученого друга або захистити меншого за віком. Це свідчить про те, що у віці 5–6 років емпатія перетворюється на дієвий механізм, який допомагає дитині свідомо будувати та регулювати стосунки з оточуючими.

Розвиток емпатії також тісно пов'язаний із поступовим переходом від зовнішніх форм прояву до внутрішніх, опосередкованих емоційним досвідом. Старший дошкільник починає формувати емоційні очікування. Він уже може передбачити, що його певний вчинок викличе у іншої дитини радість або розчарування. Така здатність до передбачення працює як запобіжник, що допомагає вчасно стримати імпульсивні реакції та обрати більш виважену лінію поведінки.

Дитина старшого дошкільного віку здатна співпереживати не лише реально присутнім людям, а й персонажам казок, мультфільмів або навіть тваринам [24, с. 48]. Це свідчить про те, що емпатія стає абстрактною здатністю, не прив'язаною лише до безпосереднього фізичного контакту. Формується внутрішня модель емоційного реагування, яка в майбутньому стане базою для розвиненого емоційного інтелекту та моральної свідомості особистості.

Розвиток емпатії у 5–6 років неможливий без підтримки дорослого, який допомагає дитині розпізнавати та розуміти складний світ емоцій. У цьому віці дитина починає орієнтуватися не лише на зовнішні правила поведінки, а й на внутрішній стан іншої людини, який вона зчитує через реакції батьків чи вихователів. Дорослий стає дзеркалом, у якому дитина вчиться бачити власні переживання та зіставляти їх із переживаннями оточуючих. Якщо в родині панує атмосфера емоційної відкритості, дитина швидше засвоює мову почуттів і стає чутливою до найменших змін у настрої близьких [7, с. 94].

Важливо також є вербалізація емоцій, коли дорослий допомагає дитині назвати те, що вона відчуває. У старшому дошкільному віці це перетворюється на повноцінний діалог про почуття, де обговорюються не лише події дня, а й внутрішні причини вчинків. Такий підхід стимулює розвиток рефлексії, яка є необхідною умовою для глибокої емпатії. Без здатності зазирнути всередину себе дитина не зможе по-справжньому зрозуміти складність внутрішнього світу іншої особи.

Процес морального розвитку в цей період характеризується переходом від страху перед покаранням до усвідомленого бажання допомогти. Це стає можливим завдяки механізму емоційної ідентифікації, коли дитина настільки сильно ототожнює себе з іншою людиною, що біль іншого сприймається як власний. У психологічній літературі це описується як здатність до

співстраждання, що спонукає до активних дій: поділитися, заспокоїти, поступитися [32, с. 58].

У групах дитячого садка емпатія стає регулятором статусу дитини. Старші дошкільники з високим рівнем емпатійності частіше стають лідерами думок, оскільки вони здатні тонко відчувати атмосферу в колективі та запобігати деструктивним конфліктам. Вони виявляють гнучкість у спілкуванні, що дозволяє їм знаходити підхід до різних дітей. Це свідчить про те, що емпатія виступає не лише особистісною якістю, а й ефективним інструментом соціальної адаптації, що полегшує входження дитини в нові соціальні групи.

Особливе місце в структурі емпатії старшого дошкільника займає здатність до передбачення наслідків своїх дій для емоційного стану інших. Дитина вже може зупинити агресивний імпульс, уявивши, як засмутиться її товариш. Це внутрішнє гальмування засноване на попередньому досвіді співпереживання. Формується стійка система мотивів, де турбота про іншого стає вагомішою за миттєве егоїстичне бажання отримати іграшку чи першість у грі [29].

Така перебудова мотиваційної сфери свідчить про початок формування моральної спрямованості особистості. Дитина починає отримувати задоволення від самого факту надання допомоги, що психологи називають альтруїстичним задоволенням. У такий спосіб емпатія стає не просто реакцією на чужий біль, а активною життєвою позицією, яка дозволяє дитині вибудовувати глибокі та щирі стосунки з оточуючим світом. Подальший розвиток цього процесу в молодшому шкільному віці буде засноване саме на тих емоційних утвореннях, що з'явилися на етапі старшого дошкільця [28].

Незважаючи на значні можливості вікового розвитку, шлях становлення емпатії у старших дошкільників не завжди є лінійним і безперешкодним. Існують певні психологічні чинники, які можуть уповільнювати формування цієї здатності. Одним із таких бар'єрів є високий

рівень особистісної тривожності. Коли дитина постійно перебуває в стані стресу або страху, всі її ресурси спрямовуються на захист власного «Я», через що вона втрачає можливість бути чутливою до стану інших [5].

Додатковим гальмуючим фактором виступає емоційна десенсибілізація, викликана надмірним споживанням агресивного візуального контенту. Сучасне інформаційне середовище, насичене сценами насильства в мультфільмах або комп'ютерних іграх, часто виснажує емпатійний ресурс дитини. У таких умовах дитина звикає до демонстрації страждань, сприймаючи їх як буденність, що притуплює природну реакцію співпереживання [24, с.48].

Проблема цифрової соціалізації стає дедалі актуальнішою. Використання гаджетів часто обмежує живе спілкування, яке є основним майданчиком для тренування емпатії. У віртуальному світі емоційні реакції спрощені або виражаються лише графічними символами, що не дозволяє дитині навчитися зчитувати складні відтінки міміки, жестів чи інтонацій.

Натомість, інтерактивні технології, якщо вони використовуються під керівництвом педагога, можуть стати інструментом розвитку. Існують спеціальні розвивальні ігри, де дитина має допомогти персонажу подолати труднощі, що безпосередньо стимулює когнітивний компонент емпатії. Головна мета педагогічного впливу в цьому випадку полягає в тому, щоб перевести фокус уваги дитини з процесу гри на емоційний стан ігрового героя.

Важливо враховувати, що швидкість розвитку емпатії залежить від індивідуального темпераменту дитини. Діти з більш високою чутливістю нервової системи швидше емоційно відгукуються на чужий біль, проте вони також швидше виснажуються, що може призвести до реакції замикання в собі. Натомість діти з інертними процесами потребують більше часу для розпізнавання емоцій, проте їхня емпатійна відповідь є більш стійкою та глибокою [24, с. 78].

Педагогічна підтримка має бути диференційованою. Необхідно створювати умови, де емпатія виступає не вимогою, а внутрішньою потребою дитини. Залучення дошкільнят до спільної діяльності, де результат залежить від допомоги один одному, є найефективнішим методом закріплення емпатійних навичок. У такій діяльності дитина отримує безцінний досвід усвідомлення того, що її дії мають реальний вплив на емоційний стан іншої людини.

Питання статевої відмінностей у розвитку емпатії залишається дискусійним, проте більшість дослідників погоджуються, що певні тенденції в поведінці хлопчиків та дівчаток стають помітними саме до 6 років. Соціалізаційні впливи, що оточують дитину, нерідко спрямовують дівчаток на розвиток м'яких, піклувальних форм емпатії, тоді як хлопчиків орієнтують на стриманість у вираженні почуттів.

Дівчата у старшому дошкільному віці частіше демонструють вербальні форми співпереживання. Вони схильні до більш детального обговорення емоційних станів, частіше використовують слова втіхи, схильні до ідентифікації з об'єктом страждань у рольових іграх [18, с. 5]. Їхня емпатія часто має виражений комунікативний характер. Дівчинка не просто співчуває, вона прагне обговорити біль, знайти соціальне підтвердження своїм емоціям.

Хлопчики натомість, частіше проявляють емпатію через активні дії або пропозицію інструментальної допомоги. Якщо товариш засмучений, хлопчик може запропонувати власну іграшку, допомогти в ремонті зламаної конструкції або просто мовчки розділити простір з іншим, демонструючи підтримку через спільну активність [3, с. 112]. Це не означає меншої інтенсивності переживань, а вказує на інший спосіб реалізації емпатійного імпульсу, який у цей період часто зумовлений очікуваннями суспільства щодо маскулінної поведінки.

Розвиток емпатії безпосередньо впливає на формування структури міжособистісних стосунків у групі дитячого садка. У соціометричних дослідженнях діти з високим рівнем розвитку емпатії часто опиняються в центрі - вони є найбільш бажаними партнерами для ігор, оскільки здатні до компромісів та чуйного ставлення [35, с. 58].

Ці діти тримають колектив разом, бо вміють ставити себе на місце інших і завдяки цьому успішно розв'язують конфлікти між однолітками. Важливо розуміти, що здатність до емпатії у цей період розвивається нерівномірно, спочатку формується емоційне співпереживання, що супроводжується мимовільною реакцією на плач чи сміх іншого, а пізніше це здатність свідомо відгукнутися на потреби однолітка, навіть якщо ці потреби не збігаються з власними.

Старші дошкільники, які опанували навички емпатії, демонструють вищий рівень розвитку довільної поведінки. Вони здатні пригнічувати власні негативні реакції, щоб не зашкодити емоційному комфорту іншого. Ця здатність є критично важливою для успішної адаптації у школі, оскільки в умовах навчання дитині доведеться постійно взаємодіяти з різними людьми, враховуючи їхні особливості та емоційні стани.

Здатність до емоційного передбачення у старшому дошкільному віці також стає більш диференційованою. Якщо раніше дитина могла реагувати лише на безпосередні, очевидні сигнали такі як плач та крик, то тепер вона здатна вловлювати тонші відтінки, розгубленість, невпевненість, смуток, прихований за посмішкою. Це вказує на розвиток здатності до інтерпретації емоційних станів, яка засноване на накопиченому досвіді спілкування [5]. Старший дошкільний вік є визначальним етапом у становленні емпатійної сфери особистості. Саме в цей період емоційні реакції дитини на стан інших людей набувають усвідомленості, що дозволяє їй не лише переймати на себе настрій оточуючих, а й робити висновки про причини їхніх переживань. У віці 5–6 років діти вчаться співпереживати іншим одночасно з тим, як

освоюють навички спілкування. Вони вчаться домовлятися і поступово перестають бути "центром всесвіту", починаючи розуміти почуття інших людей [27, с. 58].

Ефективність розвитку емпатії в цьому віці значною мірою залежить від якості середовища, в якому перебуває дитина. Важливу роль відіграють стосунки з дорослими, які своїм прикладом та спільним обговоренням емоційних ситуацій допомагають дошкільнику впорядкувати власний внутрішній досвід. Сюжетно-рольова гра, як провідна діяльність, забезпечує дитині безпечний простір для тренування навичок співчуття, де вона вчиться враховувати інтереси партнерів та узгоджувати їх із власними бажаннями [23, с. 112]. Не варто ігнорувати і можливі труднощі, такі як надмірна тривожність або вплив цифрового медіасередовища, які можуть виступати бар'єрами на шляху розвитку чуйності. Однак при правильному підході, що враховує індивідуальні особливості дитини, ці перепони є цілком переборними. Успішне формування емпатії в старшому дошкільному віці не лише збагачує емоційний інтелект дитини, а й стає запорукою її соціального успіху, здатності будувати глибокі та довірливі стосунки в майбутньому шкільному та дорослому житті.

Емпатія у старшому дошкільному віці виступає не лише як внутрішній емоційний стан, а як важливий інструмент соціальної адаптації, що дозволяє дитині гармонійно входити в людське суспільство, розуміти його правила та бути гуманною особистістю.

1.4. Вплив соціального середовища на розвиток емпатії

Розвиток емпатії у дитини старшого дошкільного віку нерозривно пов'язаний з тим оточенням, у якому вона перебуває щодня, цей процес невіддільний від того, що дитина бачить, чує і переживає щодня. Родина, дитячий садок, інтернет простір - усе це не просто обставини дитячого життя,

а середовища, які активно формують її здатність відчувати іншого. І залежно від того, що саме дитина отримує з кожного з цих джерел, її емпатія або розвивається, або поступово гальмується.

Сім'я тут стоїть на першому місці - і не тому, що батьки читають дитині «лекції» про доброту. Механізм значно простіший і значно глибший: дитина спостерігає. Вона бачить, як мама реагує на телефонний дзвінок від засмученої подруги, як тато поводить себе, коли хтось із близьких потрапляє у скрутне становище, чи прийнято в домі взагалі говорити про те, що відчуваєш. Дослідження підтверджують: діти, які ростуть у родині, де емоції обговорюються відкрито, демонструють помітно вищий рівень емпатійності [37]. Це не дивно - якщо чуйність є нормою для дорослих поруч, дитина засвоює її як щось природне, а не як щось виняткове.

Чимало залежить і від стилю виховання. Коли батьки поєднують справжнє тепло з послідовністю і готовністю вислухати, дитина отримує відчуття, що її внутрішній світ має значення. Коли дитина знає, що її переживання важливі, вона значно легше починає помічати переживання інших. Зовсім інша картина там, де емоції дитини ігнорують або висміюють. У такому середовищі дитина змушена зосередитися на власному захисті, і для співчуття просто не залишається ні місця, ні ресурсу. Це не характер - це питання безпеки.

Коли дитина вперше переступає поріг дитячого садка, вона опиняється в принципово новій ситуації. Тут немає звичного пріоритету - тут усі рівні, і бажання сусіда по столу так само важливі для нього, як її власні бажання для неї. Щоденна гра, сварки через іграшки, необхідність домовлятися - усе це ставить дитину перед живою необхідністю зважати на іншого [7, с. 68]. І ніякі бесіди про доброту не дадуть того ж ефекту, що один реальний конфлікт, вирішений разом.

Вихователь у цьому процесі - фігура надзвичайно важлива. Він задає тон усьому, що відбувається в групі. Якщо вихователь постійно порівнює

дітей між собою - хто краще намалював, хто слухняніший, хто перший зібрав іграшки - діти починають дивитися одне на одного як на суперників. Натомість там, де вихователь будує атмосферу взаємної підтримки, де успіх одного - це спільна радість, а чиясь невдача - привід підійти і допомогти, колектив поступово перетворюється на середовище, де співпереживання стає нормою. Важливо й те, що педагог може допомагати дітям розуміти одне одного - пояснювати, чому хтось образився, що за цим може стояти, як це можна виправити. Такі розмови поступово формують звичку дивитися на вчинки інших не лише зі своєї сторони.

Окремо варто зупинитися на тому, що сьогодні займає чималу частину дитячого часу - на інтернет-просторі. Мультфільми, відеоігри, ютуб-канали - усе це не просто розвага, а потужне середовище, що формує уявлення про людські стосунки і як проявляється емпатія між людьми [44]. Коли герої на екрані турбуються одне про одного, несуть відповідальність за свої рішення і реагують на чужий біль - дитина отримує живі зразки для наслідування. Але коли контент побудований на агресії, знеціненні болю і швидкій зміні образів без жодних наслідків - це поступово притуплює здатність сприймати реальні переживання серйозно. Тут відповідальність батьків полягає не лише в тому, щоб контролювати перелік мультфільмів, а й у тому, щоб дивитися разом і говорити про побачене.

Є ще один механізм, про який рідко говорять прямо, але який працює постійно - це опосередковане навчання. Дитина не отримує настанов - вона просто спостерігає. Сотні дрібних епізодів щодня: як мама розмовляє з сусідкою, яка чимось засмучена, як вихователь підходить до дитини, що впала, як старший брат реагує на невдачу друга. Ці сцени накопичуються і поступово складають у дитячій голові образ того, як поведуться люди, коли комусь погано. При цьому важлива одна умова: дитина має почуватися в безпеці. Лише тоді вона здатна відкритися до чужих емоцій, не боячись власної вразливості [15].

Соціальний статус дитини в групі теж впливає на розвиток емпатії, хоча і неоднозначно. Той, хто має друзів і регулярно взаємодіє з іншими дітьми, частіше має нагоду проявити турботу і побачити її результат. Саме цей зворотний зв'язок - коли дитина бачить, що її участь щось змінила - є одним із найпотужніших стимулів для подальшого розвитку емпатії. Дитина, що тримається осторонь, нерідко позбавлена цього досвіду не через брак бажання, а через брак можливостей. Тому завдання дорослих - не просто чекати на прояви співчуття, а цілеспрямовано створювати ситуації, де кожен зможе пережити досвід взаємної турботи. Спільні заняття, де результат залежить від внеску кожного, ігри, що вимагають взаємної уваги і координації, - усе це не абстрактне виховання, а конкретне тренування емпатійного досвіду.

Дошкільники надзвичайно чутливі до емоційного тла групи. Сміх одного швидко підхоплює весь колектив, тривога однієї дитини може непомітно, але цілком реально розповсюдитися на інших. Розуміючи цей механізм, педагог може свідомо використовувати його на користь [19, с. 70]. Якщо організувати діяльність так, щоб радість одного ставала приводом для спільного святкування, дитина поступово починає відчувати живий зв'язок між чужим щастям і власним емоційним відгуком на нього.

Сюжетно-рольова гра в цьому сенсі залишається одним із найефективніших інструментів. Граючи лікаря або рятувальника, дитина не просто виконує певні дії - вона приміряє на себе цілу емоційну логіку: турботу, уважність, відповідальність за стан іншого. Навіть якщо в конкретний момент вона нічого особливого не відчуває, сам факт виконання ролі тренує відповідні схеми поведінки. Гра - це безпечний простір, де можна пережити чужий біль або радість без реальних наслідків, і саме ця безпека робить її таким продуктивним середовищем.

Важливу роль відіграє і мовне середовище. Коли дорослі регулярно вживають слова, що позначають тонкі відтінки емоцій - ніжність,

розгубленість, вдячність, образа, тривога - дитина отримує інструменти для впорядкування власного внутрішнього досвіду. Назвати почуття означає вже певною мірою його опанувати. І навпаки: там, де емоційна лексика бідна або де почуття взагалі не прийнято обговорювати, здатність дитини розуміти як власні, так і чужі переживання залишається нерозвиненою [40, с. 99].

Не можна оминати й тему гендерних стереотипів. Установки на кшталт «хлопчики не плачуть» не знищують переживання - вони лише закривають для них вихід назовні. І тим самим поступово звужують емоційний простір, доступний дитині. Саме тому важливо, щоб емпатія була схвалюваною якістю для всіх - незалежно від статі чи темпераменту. Коли дитина отримує визнання за прояв турботи, вона починає пов'язувати чуйність із власною компетентністю, а не зі слабкістю. Це запускає позитивну петлю: чуйна поведінка підкріплюється, повторюється і поступово стає частиною образу «Я».

Завершальним і, мабуть, найважливішим кроком є те, як дитина інтегрує весь цей досвід у власну самосвідомість. У старшому дошкільному віці вона вже не просто наслідує - вона починає усвідомлювати себе як того, хто здатен вплинути на стан іншої людини. Це перехід від імпульсивного, ситуативного співпереживання до свідомого ставлення до людей довкола. І якщо соціальне середовище регулярно давало дитині можливість пережити цей досвід - відчувати, що її участь щось змінила - вона виходить із дошкільного дитинства з внутрішнім переконанням: бути чуйною це добре і природно.

Соціальне середовище, таким чином, є не просто фоном, а активним чинником емпатійного розвитку. Сім'я формує базові емоційні установки, дитячий садок надає простір для їхньої практичної реалізації, а інтернет-простір визначає, що вважається нормою у вияві співчуття. Усі ці складові працюють разом - і лише тоді, коли вони узгоджені між собою, можна

говорити про справжній і стійкий розвиток емпатії як особистісної якості дошкільника.

Висновки до розділу 1.

У першому розділі роботи розглянуто теоретичні засади розвитку емпатії у дітей старшого дошкільного віку. За підсумками опрацювання наукової літератури зроблено такі висновки.

Питання про природу емпатії досі залишається дискусійним, однак більшість дослідників сходяться на тому, що вона не є ні вродженим рефлексом, ні простою реакцією на чужий біль. Це складна психічна здатність, яка охоплює одразу кілька рівнів: дитина не просто помічає, що комусь погано, - вона намагається зрозуміти чому, і при цьому відчуває щось сама. Відповідно до цього в структурі емпатії виділяють три компоненти. Емоційний - коли дитина справді переживає стан іншого, а не лише спостерігає за ним збоку. Когнітивний - коли вона може пояснити собі, через що людина засмутилась або зраділа. Поведінковий - коли за цим розумінням іде бажання щось зробити: потішити, допомогти, побути поруч. У дошкільному дитинстві ці три складові ще не злиті до купи - вони формуються поступово і нерівномірно.

Старший дошкільний вік виявляється в цьому плані вирішальним. Важливий етап відбувається з дитиною між п'ятим і шостим роком життя: вона починає виходити за межі власного "я" і помічати, що інша людина - це теж цілий світ зі своїми переживаннями. Раніше дитина, по суті, бачила довкілля крізь себе - свої бажання, свій настрій, свій голод чи втому. Тепер вона поступово вчиться дивитися інакше. Це стає можливим насамперед через розвиток уяви: дитина може уявити собі, як почувається інший, навіть якщо сама на той момент нічого подібного не переживає. Характерно, що емпатія в цьому віці набуває певної усвідомленості - дитина вже здатна стримати себе, щоб не образити, або відкласти власне бажання заради іншого.

Найбільше простору для розвитку емпатії дає сюжетно-рольова гра. Граючи в лікаря, маму чи рятувальника, дитина вживається в роль - і це не театр для дорослих, а справжнє проживання. Вона діє так, як діяв би її персонаж, зважає на стан партнера по грі, вчиться поступатися і домовлятися. Гра виявляється унікальним середовищем, де дитина тренує здатність до співчуття без ризику - помилитися тут не страшно, можна спробувати ще раз.

Разом із тим розвиток емпатії неможливо розглядати у відриві від того середовища, в якому росте дитина. Сім'я тут відіграє першорядну роль - не через виховні бесіди, а через повсякденну атмосферу. Якщо дорослі поряд чуйні один до одного, якщо в домі прийнято помічати чужий стан і відгукуватися на нього, дитина засвоює це як норму. У дитячому садку важливий і вихователь, і те, який дух панує в групі. Там, де дітей не порівнюють і не підштовхують до змагання між собою, де прийнято підтримувати один одного, емпатія розвивається значно природніше. Окремо варто згадати про медіасередовище - мультфільми й ігри, з якими дитина проводить чималу частину часу. Одні з них справді вчать розуміти почуття героїв і думати про наслідки вчинків, інші - перенасичені агресією - поступово приглушують чутливість.

Нарешті, добре розвинена емпатія - це не просто риса характеру, а основа, на якій будується вся соціальна компетентність дитини. Саме вона допомагає знаходити друзів, залагоджувати непорозуміння і почуватися частиною спільноти. Діти, які вміють чути інших, значно легше адаптуються до школи та знаходять контакт із вчителями й ровесниками.

Таким чином, теоретичний аналіз засвідчив: старший дошкільний вік є тим часом, коли закладається емоційна основа особистості.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Організація дослідження

Практичний розділ роботи присвячений емпіричному вивченню особливостей вияву емпатії у дітей старшого дошкільного віку. Основна мета цього етапу полягає не лише у фіксації кількісних показників, а й у якісному

аналізі здатності дитини розпізнавати емоційні стани оточуючих, виявляти співчуття та здатність до співраді.

Організація діагностичного процесу засновувалась на врахуванні вікових психофізіологічних особливостей дітей 5-6 років. Оскільки в цьому віці провідною діяльністю є гра, всі завдання були адаптовані до ігрової форми. Це дозволило уникнути створення стресових умов, які зазвичай призводять до емоційної закритості дитини [30. с.117]

Для забезпечення об'єктивності та щирості відповідей дослідження проводилося в атмосфері довіри та вільного спілкування. Такий підхід стимулював дітей до проявів фантазії та відвертого висловлення власних думок і почуттів.

Дослідження проводилося у кілька етапів:

1. Підготовчий етап. Було обрано методики, які найкраще підходять для дітей. Важливо було, щоб вони були цікавими, яскравими та не дуже довгими, щоб діти не втомлювалися.
2. Основний етап. Безпосереднє спілкування з дітьми, проведення тестів та ігрових вправ.
3. Аналітичний етап. Обробка результатів, було порівняно відповіді дітей та зроблено висновки про рівень їхньої емпатії.

Для даної роботи було обрано групи дітей старшого дошкільного віку. Цей вік обрано не випадково. Саме у 5-6 років дитина починає активно спілкуватися з однолітками, вчиться дружити та вперше пробує ставити себе на місце іншого. Метою цього етапу було визначити рівень сформованості емоційної сфери, який виступає базою для подальшого гармонійного розвитку та становлення особистості дитини.

Першою важливою частиною організації була підготовка матеріалів. Було використано спеціальні картки, на яких зображені різні емоції. Це допомагало дітям візуалізувати почуття. Оскільки емпатія це здатність

зрозуміти іншого, то дослідження розпочато було з того, чи може дитина взагалі розпізнати, що відчуває людина на картинці.

Під час організації звернено увагу на те, що кожна дитина реагує по-різному. Хтось одразу вмикається в розмову, а комусь потрібен час, щоб звикнути до дорослого та почати відповідати. Тому індивідуальний підхід став основою організації даного дослідження. Під час взаємодії з дітьми дотримувався індивідуальний темп виконання завдань. Досліджуваним надавався достатній час для рефлексії, осмислення запитань та розгорнутого обґрунтування власних відповідей.

Крім того, враховано, що на емпатію впливає і загальний настрій у групі. Якщо в дитячому колективі панує дружня атмосфера, то й діти охочіше проявляють співчуття. І навпаки, якщо дитина постійно відчуває тривогу, її емпатичні здібності можуть бути «заморожені» через внутрішній дискомфорт.

Методики, які використано для діагностики:

1. Методика «Картки емоцій» [17]. Вона допомагає зрозуміти, чи знає дитина назви емоцій та чи може вона їх впізнати. Це перший крок до емпатії - інтелектуальне розуміння почуттів.

2. Методика «Емоційний квадрат». Методика спрямована на виявлення здатності дитини розрізняти емоції за двома показниками: ступенем приємності (позитивні/негативні) та рівнем активності (спокійні/енергійні). Дитині пропонується розподілити емоційні стани за чотирма кольоровими секторами. Це дозволяє діагностувати, чи вміє дошкільник диференціювати складні почуття та оцінювати їхню інтенсивність, що є основою для розвитку саморегуляції.

3. Методика «Дерево емоцій». Це дослідження дозволяє побачити, в якому емоційному стані перебуває дитина в даний момент. Було проаналізовано, що вибирають діти: радість, сум чи нейтральні стани.

4. Проективна методика «Неіснуюча тварина у біді» [34]. Особливу діагностичну цінність мав етап проективного інтерв'ю. Використання сюжетної розповіді про тварину, що опинилася у скрутній ситуації, дозволило змодельовати ситуацію морального вибору. Основна увага приділялася аналізу поведінкових реакцій дитини, її прагненню надати допомогу та здатності до пошуку конструктивних способів розв'язання проблеми. Це дозволило виявити реальний рівень готовності дошкільника до активного співпереживання та дієвої емпатії.

Для того, щоб дане дослідження було якісним і дало правдиві результати, було розділено процес організації на кілька логічних етапів. Кожен із них мав свої завдання та особливості взаємодії з дітьми.

1. Діагностико-підготовчий етап. На цьому етапі було проведено підбір інструментарію. Оскільки робота була з дітьми 5–6 років, важливо було вибрати методики, які не просто вимірюють рівень емпатії, а роблять це у цікавій для дитини формі. Увагу було зосереджено на поєднанні бесід, малювання та ігрових ситуацій. Також на цьому етапі приготовано наочний матеріал: картки з емоційними обличчями, малюнки «дерева» та заготовки для творчих завдань. Організація простору також була важливою, було відведено окреме тихе місце в групі, де дитина могла б почуватися спокійно і не відволікатися на ігри інших дітей.

2. Етап встановлення емоційного контакту. Це один із найважливіших моментів організації. Організація дослідження передбачала обов'язковий етап формування емоційного контакту. Замість безпосереднього анкетування було обрано тактику поступового входження в ігровий простір групи. Це сприяло зниженню психологічного захисту дітей та встановленню довірливих стосунків. Зокрема, при виявленні ознак тривожності або сором'язливості у піддослідних, процедура опитування відтерміновувалася до моменту їхньої повної адаптації до дослідника.

3. Етап проведення діагностичних методик. Безпосередня робота з дітьми проводилася індивідуально. Організовано процес так, щоб кожна методика переходила в іншу природно.

Спочатку запропоновано «Картки емоцій» та «Емоційний квадрат», щоб перевірити, чи розуміє дитина базові стани: радість, сум, гнів. Це допомагало побачити інтелектуальну готовність дитини до співпереживання.

Далі був перехід до «Дерева настрою», де дитина через вибір кольорів та настрою, розповідала про свій внутрішній стан. Організаційно це виглядало як гра в садівників, де кожен створював своє дерево почуттів.

Завершальним етапом була методика «Неіснуюча тварина у біді». Під час реалізації проєктивної методики спостерігалася виражена емоційна залученість дітей. Особлива увага приділялася не лише змісту вербальних відповідей дитини, а й комплексному аналізу її невербальних реакцій. Фіксувалися зміни інтонації голосу та прояви емпатійної поведінки, що свідчили про готовність дитини надати допомогу та захистити персонажа.

4. Етап обробки та інтерпретації даних. При інтерпретації результатів даних досліджень, увагу було зосереджено на якісній характеристиці відповідей. Досліджувалися мотиваційні та емоційні чинники, що впливали на швидкість та зміст реакцій дітей. Виявлена закономірність дозволила згрупувати показники за високим, середнім та низьким рівнями розвитку емпатії. Такий розподіл є важливим для подальшого планування цілеспрямованої корекційно-розвивальної роботи з формування емпатійної сфери дітей віком 5-6 років.

Організація дослідження показала, що розвиток емпатії тісно пов'язаний із тим, наскільки дитина відчувається впевненою. Якщо дитина тривожна, вона може закриватися від почуттів інших, щоб захистити себе. Тому в при роботі з дітьми було враховано ці індивідуальні особливості кожної дитини.

Важливим елементом організації даного дослідження став опис вибірки. У дослідженні брали участь діти старшого дошкільного віку (5–6 років), оскільки саме цей період вважається переломним у розвитку емпатії. Загалом до діагностики було залучено групу діток, серед яких були як хлопчики, так і дівчатка. Це дозволило побачити загальну картину розвитку емпатії у групі, не обмежуючись лише індивідуальними випадками.

Організовуючи роботу, було враховано, що кожна дитина має свій темп розвитку. Наприклад, аналізуючи реакції Респондента 5 чи Респондента 1, було видно високу готовність до контакту, тоді як інші діти потребували більше часу для роздумів. Це підтверджує, що організація дослідження мала бути гнучкою та адаптованою під кожну конкретну дитину.

Для того, щоб перевести отримані відповіді у точні показники, було розроблено систему критеріїв. Кожна дитина оцінювалася за такими параметрами:

1. Когнітивний критерій: наскільки точно дитина розпізнає емоцію на обличчі іншого (за методиками «Картки емоцій» та «Емоційний квадрат»).
2. Емоційний критерій: наявність безпосереднього відгуку на чужу біду чи радість (за методикою «Неіснуюча тварина у біді»).
3. Поведінковий критерій: здатність запропонувати реальну допомогу або спосіб виходу з конфліктної ситуації.

Такий підхід дозволив уникнути однобічності. Було враховано, що дитина може мати сформоване уявлення про назву емоції, проте не виявляти відповідного емоційного відгуку. Водночас спостерігалися випадки, коли дитина демонструвала щире співпереживання на рівні почуттів, але мала труднощі з словесним вираженням свого стану чи ставлення до ситуації.

Організація емпіричного дослідження заснована на принципі «не нашкодь». Особлива увага приділялася дотриманню етичних норм та створенню психологічно комфортних умов для дітей. У процесі діагностики здійснювався постійний моніторинг емоційного стану дітей для запобігання

стресовим реакціям. У випадках виникнення тривожності чи напруження, зокрема, через прояви страху під час відповідей, процедура дослідження оперативно корегувалася шляхом переключення уваги на позитивні стимули або ігрову діяльність.

Усі результати дослідження є конфіденційними та використовуються лише у наукових цілях для розробки подальших рекомендацій щодо виховання дітей. Ретельна організація дослідження, правильний підбір методів та створення довірливої атмосфери дозволили зібрати достатньо матеріалу для подальшого аналізу. Проведена діагностика дозволила виявити як загальні тенденції розвитку емпатії у старших дошкільників, так і індивідуальні особливості кожної дитини. Цим завершувався етап підготовки та проведення діагностики, що дало змогу перейти до детального опису результатів, отриманих за кожною з обраних методик.

2.2. Обґрунтування вибору методики дослідження емпатії

Емпатія у старшому дошкільному віці дуже складне явище. Вона складається з того, що дитина розуміє (голова), те що вона відчуває (серце) і як вона діє (руки). Тому було була необхідність не обмежуватися лише одним тестом. Потрібен був комплексний підхід, який дозволив би охопити всі ці сторони особистості дитини. При формуванні діагностичного комплексу враховувалася необхідність виявлення щирих емоційних реакцій дітей. Такий підхід забезпечує збір достовірних даних, що відображають справжній рівень емпатії, а не ступінь засвоєння дитиною правил етикету чи соціальних норм

У даному дослідженні емпатія розглядалась через 3 компонента:

- Когнітивний (інтелектуальний): здатність розуміти та розпізнавати емоційні стани інших.

- Емоційний (афективний): безпосереднє співпереживання та емоційний відгук.
- Поведінковий (дієвий): готовність до конкретних дій та надання допомоги.

Саме тому було обрано систему методик, яка дозволила всебічно проаналізувати особистість дитини та виявити взаємозв'язок між її знаннями про емоції та реальною здатністю до співчуття.

Методика «Картки емоцій» та «Емоційний квадрат». Першим кроком у дослідженні стало вивчення того, як діти розпізнають емоції за зовнішніми ознаками. Дані методики обрано бо вони є наочними. Для дитини 5-6 років дуже важливо бачити перед собою конкретний образ - вираз обличчя, міміку, очі. Обґрунтування цього вибору полягає в тому, що емпатія неможлива без розуміння мови емоцій. Якщо дитина не може відрізнити сум від гніву на картинці, то їй буде важко зрозуміти реальний стан іншої дитини в групі. Ці методики дозволяють побачити рівень емоційної грамотності.

Методика «Дерево емоцій». Дану методику було обрано, бо вона діє м'яко і не змушує дитину давати чіткі логічні відповіді. Вибір елементів дерева - це природна діяльність для дошкільника. Обґрунтовано цей вибір тим, що малюнки виразів обличчя - це дзеркало душі. Через «Дерево емоцій» можна побачити загальний емоційний фон групи. Було важливо зрозуміти, чи переважає в групі атмосфера радості та спокою, чи є приховані ознаки тривоги. Наприклад, коли дитина вибирає для дерева позитивні емоції картинок обличь, то це вказує на її готовність до позитивного емпатійного відгуку. Якщо ж дитина вибирає похмурі емоції, це може бути сигналом про те, що її власні переживання заважають їй помічати почуття інших.

Методика «Неіснуюча тварина у біді» Ця методика є важлива у дослідженні. Звичайна бесіда часто дає соціально бажані відповіді - дитина каже те, що хоче почути дорослий. Проте у грі з вигаданою тваринкою дитина забуває про контроль і проявляє свою справжню сутність. Обрано

саме цей інструмент, бо він допомагає дослідити афективний компонент емпатії - здатність перейматися почуттями іншого. Використання розповіді про тварину, що опинилася у скрутній ситуації, дозволяє зафіксувати рівень емоційної включеності дитини. Під час діагностики особлива увага приділялася невербальним проявам: міміці, погляду та активності дитини у пошуку варіантів порятунку героя.

Вибір саме цих методик також обґрунтований психологічними особливостями дітей 5–6 років. У цьому віці дитина переходить від простого копіювання емоцій дорослих до власного переживання. Проте вона ще не може аналізувати свої почуття так, як доросла людина. Тому обрано методики, які засновані на принципі наочності та ігрової діяльності.

Кожна обрана методика закриває певну прогалину в розумінні емпатії:

«Картки емоцій» - відповідають за знання. Потрібно переконатися, що дитина розуміє різницю між сумно і страшно. Без цього знання емпатії буде лише випадковою реакцією. Це обґрунтовано теорією про те, що емоційний інтелект починається з ідентифікації.

«Дерево емоцій» - відповідає за стан. Дитина може бути дуже доброю, але якщо вона зараз налякана або втомлена, її емпатія не проявиться. Ця методика допомагає відокремити тимчасовий настрій дитини від її сталих якостей.

«Неіснуюча тварина у біді» відповідає за дію. Потрібно шукати не просто знання про добро, а готовність дитини захистити слабшого. Використання саме неіснуючої тварини дозволяє дитині не прив'язуватися до реальних страхів, наприклад, страху реальних собак чи павуків, а проявити чисте співчуття до живої істоти взагалі.

Також враховано і те що старші дошкільники дуже люблять допомагати дорослим і бути героями. Тому методики побудовані так, щоб дитина відчувала себе важливою. Важливою особливістю проективної методики «Неіснуюча тварина» є перехід від прямого запитання про почуття

до моделювання допоміжної поведінки. Замість абстрактного запитання «що ти відчуваєш?», дитині пропонується практичне питання: «Порадь, що можна зробити, щоб цій істоті стало краще?». Це допомагає побачити не просто співчуття, а реальне бажання дитини допомогти та розв'язати проблему. Саме така активна позиція і свідчить про дієву емпатію.

Вибір діагностичного інструментарію зумовлений необхідністю отримання об'єктивних даних, що відображають реальний рівень розвитку емпатії, а не лише здатність дитини надавати соціально схвалювані відповіді. Свідомо було прийнято рішення відмовитися від складних опитувальників із закритими питаннями «так/ні», оскільки через вікові особливості діти можуть надавати випадкові відповіді в разі втрати інтересу до процедури. Натомість, яскраві картки та цікаві історії тримають увагу дітей протягом усього дослідження. Це гарантує, що отримані дані є щирими та відображають реальний рівень розвитку емпатії у дитини.

Ще одним важливим моментом обґрунтування є можливість порівняння результатів. Використання кількох методик одночасно дозволило зробити перехресну перевірку. Якщо дитина на картках показує високий результат, а в грі з тваринкою залишається байдужою, можна зробити висновок про формальний характер її знань. Така комплексна організація робить дане дослідження вірним і науково обґрунтованим, попри простоту самих ігор для дітей.

Обраний комплекс методик дозволяє зазирнути у внутрішній світ дитини, побачити її здатність до співпереживання з різних сторін і підготувати основу для дальших висновків про стан розвитку емпатії у сучасних дошкільнят.

Важливим критерієм при виборі методик стала їхня здатність адаптуватися до різних типів темпераменту та характерів дітей. При організації дослідження врахувалася неоднорідність дитячого колективу, саме наявність як активних лідерів, так і сором'язливих дітей. Це зумовило

вибір гнучких діагностичних методів, які б дозволили кожній дитині розкритися незалежно від її темпераменту чи рівня соціальної активності. Такий підхід забезпечив адаптацію процедури дослідження під індивідуальні особливості дітей, що сприяло отриманню найбільш об'єктивних результатів.

Наприклад, для дітей з високим рівнем тривожності (які помічено у Респондента №4 та Респондента №24) класичне тестування могло б стати стресом. Саме тому було обрано методики («Дерево емоцій», «Неіснуюча тварина у біді»). Вони не вимагають правильної відповіді. Дитина просто фантазує, що знімає психологічну напругу. Це обґрунтовано тим, що в стані стресу емпатія блокується, а в ігровій формі дитина розслабляється і показує свої справжні почуття.

Для активних та товариських дітей як Респондент №14 чи Респондент №10 методики «Картки емоцій» та «Емоційний квадрат» стали можливістю проявити свої знання. Вони сприймали це як змагання або цікаву вікторину. Обґрунтування такого вибору полягає в тому, що для екстравертів важливо мати візуальний стимул і можливість швидко видати реакцію. Це дозволило побачити швидкість їхніх емпатійних процесів.

Також було ретельно продумано черговість подачі завдань. Це важливо для підтримки працездатності дитини протягом усього дослідження.

1. Розпочато з найпростішого - карток. Це допомагало дитині втягнутися в процес, відчувати успіх і налагодити контакт із дослідником.

2. Далі був перехід до творчості («Дерево емоцій»). Це давало дитині можливість перепочити від запитань і виразити себе через зображення. Психологічно це обґрунтовано як етап емоційного розвантаження.

3. На завершення була найскладніша, але найцікавіша методика - «Неіснуюча тварина у біді». Оскільки дитина вже довіряла і була емоційно розігріта, вона видавала максимально щирі та глибокі реакції.

Така структура дослідження дозволила досліднику не просто зібрати сухі цифри, а побачити живу динаміку почуттів кожної дитини. Такий підхід як найбільш гуманний та етичний стосовно дошкільнят. Також вибір цих методик обумовлений технічними можливостями закладу дошкільної освіти. Вони не потребують складного обладнання чи дорогих матеріалів, що робить їх доступними для даного дослідження. Проте їхня наукова цінність залишається високою, оскільки вони дозволяють виміряти емпатію на трьох рівнях: розумовому, почуттєвому та діяльнісному.

Даний вибір інструментарію є цілісним і системним. Він дозволяє врахувати як загальні вікові закономірності розвитку дітей 5–6 років, так і їхні унікальні особистісні риси. Це створює надійну базу для отримання об'єктивних результатів дослідження емпатії.

Обраний комплекс діагностичних методик є найбільш оптимальним для дослідження емпатії у старших дошкільників. Поєднання когнітивних завдань на розпізнавання емоцій із проєктивними зображеннями та ігровими техніками дозволяє отримати об'єктивні дані, мінімізуючи вплив соціальної бажаності відповідей.

Такий підхід забезпечує глибоке розуміння того, як дитина не лише сприймає, а й проживає емоційні стани оточуючих, що є важливим для формування цілісного уявлення про рівень її емпатії. Обґрунтованість та доступність цих методів створюють надійне підґрунтя для переходу до наступного етапу даної роботи - детального аналізу та інтерпретації результатів, отриманих під час практичного спілкування з дітьми.

2.3. Аналіз результатів діагностики рівнів емпатії у дошкільників

Після завершення практичного етапу дослідження було здійснено детальний аналіз отриманих даних. Робота проводилася серед дітей старшого дошкільного віку з метою вивчення особливостей сприйняття почуттів інших

людей та специфіки емоційного реагування на них. У дослідженні взяли участь 16 дітей, віком 5-6 років. Всі імена в даних змінені з метою конфіденційності, натомість наведені вигадані імена дітей для наочності.

Весь обсяг отриманих даних розподілено відповідно до методик, що дозволило проаналізувати кожен компонент емпатії окремо.

Аналіз результатів за методикою «Картки емоцій»

Ця методика була спрямована на виявлення когнітивного компонента емпатії - здатності дитини впізнати емоцію за зовнішніми ознаками (міміка, погляд). Результати показали, що рівень емоційної обізнаності у групі є неоднорідним.

Більшість дітей продемонстрували результати, що відповідають віковій нормі. Наприклад, Респондент №1, Респондент №3 та Респондент №2, без помилок назвали всі запропоновані емоції. Респондент 3 виявив дуже чітку орієнтацію в емоційних станах, що свідчить про високий рівень сформованості емоційного інтелекту для його віку. Респондент №2 також знає всі базові почуття, що дає їй змогу легко розуміти настрій дорослих та однолітків у садочку.

Проте аналіз протоколів виявив і певні труднощі. Зокрема, Респондент 9 під час діагностики виглядала розгубленою. Вона не змогла дати відповіді на частину карток, що вказує на слабке розпізнавання емоцій. Це може бути пов'язано з тим, що в дитини ще не сформований достатній емоційний словник - вона відчуває стан іншого, але не знає, як його назвати словами. Схожа ситуація спостерігалася у Респондента №8, який взагалі нічого не говорив під час цієї вправи. Це може свідчити або про значні труднощі в ідентифікації почуттів, або про сильну сором'язливість, яка блокує відповіді.

Такі діти, як Респондент №4, Респондент №5 та Респондент №6, показали середній результат - вони впізнали майже всі емоції, за винятком складніших або нейтральних станів. Це свідчить про те, що емпатія у них

розвивається стабільно, але потребує підтримки з боку вихователів через ігри на розвиток уваги до обличчя співрозмовника.

Аналіз результатів за методикою «Дерево емоцій»

Дана методика була спрямована на виявлення здатності дітей до диференціації власних емоційних станів та їхньої емпатичної чутливості.

- Респондент №19: продемонструвала здатність усвідомлювати суперечливі почуття, обравши одночасно сум та веселощі. Це свідчить про достатньо диференційовану емоційну сферу та рівень емпатії, що відповідає віковій нормі.

- Респондент №20 обрала поєднання веселощі та жаль. Така реакція вказує на сформовані елементи емпатії та здатність дитини до розуміння складних емоційних станів інших.

- Респондент №21, Респондент №22 та Респондент №23: надали схожі відповіді, орієнтовані на позитивні переживання, веселощі, радість. Це свідчить про їхню емоційну стабільність, комфорт у соціальному середовищі та сприятливі умови для безперешкодного формування емпатії.

Загальний висновок за методикою: У більшості дітей групи переважає позитивний емоційний фон. Здатність окремих вихованців поєднувати полярні емоції є позитивним показником розвитку їхньої емпатичної включеності.

Аналіз результатів за методикою «Емоційний квадрат»

Методика «Емоційний квадрат» дозволила визначити рівень емоційної обізнаності дітей та їхню здатність адекватно ідентифікувати емоції інших людей.

- Респондент №13, Респондент №10, Респондент №11, Респондент №12 та Респондент №14: повністю впоралися із завданням, правильно назвавши всі запропоновані емоції. Це підтверджує високу впевненість у розпізнаванні емоційних станів та гармонійний розвиток емпатійних здібностей.

- Респондент №15 та Респондент №16: успішно ідентифікували базовий набір емоцій - сум, страх (наляканий) та радість. Такі результати свідчать про розвинене емоційне сприйняття та наявність передумов для подальшого розвитку емпатії.
- Респондент №17: розпізнав основні стани (радість, сум), проте частину емоцій визначив як «нейтральні» або «нічого». Це вказує на певні труднощі у диференціації менш виражених почуттів, що потребує подальшого розвитку емпатійної чутливості.
- Респондент №18: виявив часткове розпізнавання (сум, радість), але у двох випадках утримався від відповіді. Така реакція може бути ознакою невпевненості або недостатнього емоційного словника, що обмежує можливість вербалізації емпатійного відгуку.

Загальний висновок за методикою: Більшість дітей середньої групи продемонстрували високий рівень розпізнавання емоцій. Це створює сприятливий груповий клімат для розвитку емпатії, хоча окремі діти потребують додаткової роботи над вербалізацією своїх почуттів.

Аналіз результатів за методикою «Неіснуюча тварина у біді»

Особлива увага в дослідженні приділялася методиці «Неіснуюча тварина у біді», оскільки вона дозволяє виявити не лише знання про емоції, а й реальну емпатичну чутливість та готовність дитини включитися в ситуацію допомоги. Результати цієї методики виявилися найбільш емоційно забарвленими та індивідуальними.

Високий рівень емпатичної чутливості було зафіксовано у Респондента №25. Під час розповіді сюжету спостерігалось повне емоційне відкриття дитини. Згідно з протоколом, у дитини з'явилися виражені емоції співчуття, вона продемонструвала готовність негайно допомагати персонажу і швидко знайшла рішення для порятунку тварини. Таку реакцію слід інтерпретувати як сформований емоційний контакт та високу здатність до співпереживання.

Схожі результати було отримано при роботі з Респондентом №26 (рисунок 2.3.1). Нею було продемонстровано чудові відповіді на всі запитання. Поведінка дитини свідчила про адекватне сприйняття чужої біди та активне бажання змінити ситуацію на краще. Високий рівень емпатії у таких дітей, часто стає основою для лідерських якостей у групі, оскільки вони здатні відчувати стан інших дітей і регулювати конфлікти.

Середній рівень емпатії, який характеризується наявністю емоційного відгуку, але певною невпевненістю в діях, було виявлено у Респондента №27. Дитиною було надано відповіді на всі запитання, проте в поведінці спостерігалася легка розгубленість. Це свідчить про те, що емпатія як риса особистості перебуває у стадії активного формування і потребує підтримки та схвалення з боку дорослого для переходу в активну дію.

Аналіз результатів Респондента №28 (рисунок 2.3.4) підтвердив раніше виявлену тенденцію до раціоналізації. Дитина дуже довго думала над відповідями, аналізуючи кожную деталь сюжету. Незважаючи на те, що відповіді були правильними і демонстрували добре ставлення до персонажа, сама емпатична реакція була дещо сповільненою через процеси обдумування. Таку особливість можна трактувати як високу рефлексивність, де розум переважає над миттєвим емоційним імпульсом.

Окрему групу склали діти з ознаками підвищеної тривожності, що впливало на їхні емпатичні прояви. Респондент №28 демонструвала страх перед відповіддю та потребувала тривалого часу для роздумів. Однак було зафіксовано, що у безпечному середовищі, створеному дослідником, дитина здатна долати страх і виявляти збережену емпатичну реакцію. Подібна картина спостерігалася і у Респондента №24 (рисунок 2.3.2): незважаючи на виражене почуття страху під час діагностики, ним було надано вичерпні відповіді. Це вказує на те, що тривожність може блокувати зовнішні прояви емпатії, хоча внутрішня здатність до співчуття у дитини розвинена достатньо.

Найнижчі показники за цією методикою було зафіксовано у Респондента №30 (рисунок 2.3.5) та Респондента №29 (рисунок 2.3.3). Дітьми не було знайдено відповідей на більшість запитань, хоча спостерігалися поодинокі реакції на окремі елементи сюжету. Це свідчить про низьку включеність у долю іншого та можливу емоційну відчуженість, що вимагає тривалої корекційної роботи з розвитку соціальних почуттів.

Узагальнення результатів діагностики за методиками «Картки емоцій» та «Емоційний квадрат»

Для проведення кількісного аналізу результатів першого етапу дослідження було складено зведену таблицю, яка відображає здатність дітей до розпізнавання емоційних станів. Це дозволяє оцінити когнітивний компонент емпатії в цілому по групі.

Таблиця 2.1.

Результати розпізнавання емоцій за методикою «Картки емоцій»

Прізвище, ім'я дитини	Рівень розпізнавання	Особливості реакції
Респондент №1	Високий	Чітка ідентифікація всіх базових емоцій
Респондент №2	Високий	Повна обізнаність у назвах емоцій
Респондент №3	Високий	Сформований емоційний інтелект, швидкі відповіді
Респондент №4	Середній	Майже всі відповіді правильні, дрібні труднощі
Респондент №5	Середній	Добре орієнтується, легка невпевненість
Респондент №6	Середній	Нормальний рівень, розпізнає основні стани
Респондент №7	Середній	Висока точність (майже всі відповіді), норма

Респондент №8	Низький	Повна відсутність вербалізації почуттів
Респондент №9	Низький	Розгубленість, обмежений емоційний словник

Аналіз даних таблиці 2.1 дозволяє зробити висновок, що 77% дітей групи мають середній та високий рівень емоційної обізнаності. Проте наявність дітей із низьким рівнем (23%) вказує на необхідність проведення додаткових занять з розвитку вміння називати та розрізняти почуття.

Наступним кроком кількісного аналізу стало дослідження здатності дітей середньої групи до диференціації емоційних станів за допомогою методики «Емоційний квадрат». Цей діагностичний інструментарій дозволив уточнити рівень сформованості когнітивного компонента емпатії, зокрема впевненість у розпізнаванні складніших емоційних проявів.

Таблиця 2.2.

Результати розпізнавання емоцій за методикою «Емоційний квадрат»

Прізвище, ім'я дитини	Рівень розпізнавання	Особливості реакції
Респондент №10	Високий	Чітка та впевнена ідентифікація станів
Респондент №11	Високий	Висока точність, адекватне розуміння емоцій інших
Респондент №12	Високий	Повна обізнаність, швидка диференціація почуттів
Респондент №13	Високий	Сформована здатність до емоційного сприйняття
Респондент №14	Високий	Адекватна та швидка ідентифікація емоцій
Респондент №15	Середній	Правильно розпізнає базові емоції (сум, страх, радість)
Респондент №16	Середній	Демонструє здатність до

		співпереживання через базові емоції
Респондент №17	Низький	Труднощі в розрізненні станів, визначає емоції як нейтральні
Респондент №18	Низький	Часткове розпізнавання, невпевненість, уникнення відповідей

Аналіз даних таблиці 2.2 демонструє, що більшість дітей (близько 78%) успішно справляються з ідентифікацією емоційних станів, що свідчить про гармонійний емоційний розвиток та готовність до формування емпатійних здібностей. У дітей із низьким рівнем (22%) спостерігаються труднощі з вербалізацією або диференціацією почуттів.

Такі результати корелюють із даними методики «Картки емоцій» та підтверджують загальну тенденцію: діти з високим рівнем обізнаності проявляють більшу готовність до емпатійної взаємодії, тоді як діти з низьким показником потребують спеціально спрямованої корекційно-розвивальної роботи для розширення їхнього емоційного досвіду.

Аналіз за методикою «Дерево емоцій»

Наступним кроком стало вивчення того, як діти диференціюють емоції та в якому загальному настрої вони перебувають. Особлива увага приділялася здатності поєднувати різні емоційні відтінки, що є прямим показником розвитку емпатійної чутливості.

Таблиця 2.3.

Характеристика емоційних станів за методикою «Дерево емоцій»

Дитина	Переважаючі емоції	Характер емпатійного відгуку
1	2	3
Респондент №19	Сум, веселощі	Висока диференціація, здатність усвідомлювати суперечливі почуття

Респондент №20	Веселощі, жаль	Сформовані елементи емпатії та розуміння складних станів
Респондент №21	Веселощі, радість	Емоційна стабільність, позитивне самопочуття
продовження таблиці 2.3		
1	2	3
Респондент №22	Веселощі, радість	Емоційна врівноваженість, відсутність перешкод для емпатії
Респондент №23	Веселощі, радість	Емоційна відкритість, стабільний емоційний фон

При аналізі результатів було виявлено, що у більшості дітей переважають позитивні емоції, що свідчить про сприятливий емоційний клімат у групі.

Високий рівень диференціації: Респондент №19 та Респондент №20 продемонстрували здатність поєднувати позитивні та негативні емоції (веселощі та сум/жаль). Це вказує на те, що їхня емоційна сфера достатньо розвинена, щоб розрізняти не лише власні стани, а й співчувати іншим у складних ситуаціях.

Емоційна стабільність: Такі діти як Респондент №21, Респондент №22 та Респондент №23 орієнтовані на позитивні соціальні контакти. Їхній емоційний стан є сприятливим підґрунтям для подальшого формування емпатійних проявів без внутрішніх конфліктів.

Загальний висновок за методикою підтверджує, що емоційна сфера більшості дітей розвинена відповідно до віку. Виявлені поєднання полярних емоцій в окремих вихованців є важливою передумовою для розвитку глибинної емпатії.

Аналіз поведінкового компонента емпатії (Методика «Неіснуюча тварина у біді»)

Для підбиття підсумків емпіричного дослідження було проаналізовано готовність дітей до активної допомоги. Цей етап є вирішальним, оскільки він демонструє перехід від розуміння емоції до конкретної дії.

Результати було згруповано за рівнями сформованості активного співчуття:

1. Високий рівень (Респондент №25, Респондент №26): Характеризується миттєвим емоційним залученням. Дитина не лише бачить біду, а й проживає її. Було зафіксовано, що ці діти пропонували кілька варіантів порятунку персонажа, що свідчить про гнучкість емпатичної поведінки.

2. Середній рівень (Респондент №27, Респондент №28, Респондент №31, Респондент №24): Дитина розуміє ситуацію, виражає співчуття словами, але може вагатися у виборі способу допомоги. Емоційний контакт є стабільним, але дія потребує стимулювання з боку дорослого («А як ми можемо допомогти?»).

3. Низький рівень (Респондент №29, Респондент №30): Характеризується відстороненістю. Дитина може зафіксувати факт «бід», але вона не викликає у неї внутрішнього дискомфорту або бажання щось змінити.

Узагальнюючи дані за всіма методиками, було розраховано загальний рівень емпатії у досліджуваній групі, що відображено у фінальному розподілі.

Таблиця 2.4.

Загальний розподіл рівнів емпатії у групі старших дошкільників

Рівень емпатії	Кількість дітей (абс.)	Кількість дітей (%)	Коротка характеристика
Високий	13	42%	Активне співчуття, висока рефлексія, миттєве емоційне залучення.
Середній	12	39%	Стабільне розпізнавання емоцій, але дія потребує стимулювання з боку дорослого.
Низький	6	19%	Емоційна відчуженість, тривожність або труднощі з вербалізацією почуттів.

Для кращої візуалізації отриманих результатів та наочного представлення співвідношення часток кожного з рівнів нами було побудовано кругову діаграму (див. рис. 2.1).

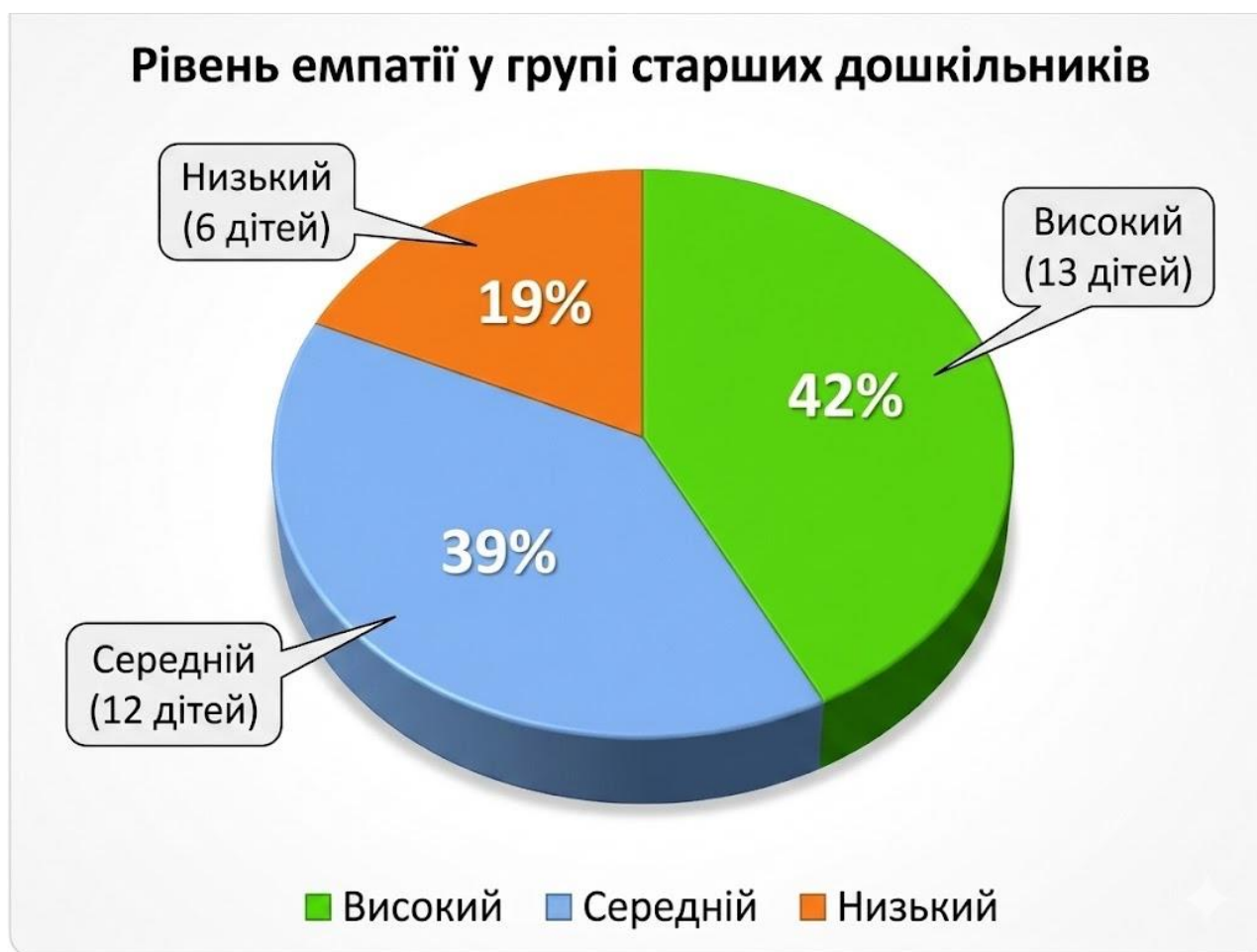


Рис. 2.1 Рівень емпатії у групі старших дошкільників.

Індивідуально-типологічні профілі розвитку емпатії

Для глибшого розуміння природи емпатійних проявів було доцільно розглянути окремі випадки, що є репрезентативними для кожного виділеного рівня. Це дозволяє простежити зв'язок між когнітивним, афективним та поведінковим компонентами емпатії.

Профіль високого рівня: на прикладі Респондента №25 та Респондента №26.

У дітей цієї підгрупи спостерігається гармонійне поєднання всіх компонентів емпатії. Аналіз відповідей Респондента №25 за методикою свідчить про те, що вона не лише безпомилково ідентифікує емоції, а й демонструє глибоку внутрішню включеність у переживання іншого.

Характерною особливістю є здатність до диференціації складних почуттів дитиною було виявлено здатність відчувати суміш радості за успіх та жалю за невдачу персонажа. Поведінковий компонент проявляється у швидкості прийняття рішень - Респондент №26 миттєво пропонувала конструктивні способи допомоги тварині у біді, що вказує на сформованість активної життєвої позиції та високу емоційну лабільність.

Профіль середнього рівня.

Для цієї групи характерна спрямованість на дорослого. Наприклад, Респондент №27 демонструє добрі знання емоційних станів, проте в ситуаціях, що потребують самостійного прийняття рішення (методика «Неіснуюча тварина»), вона проявляє розгубленість. Інтерпретація такої поведінки вказує на те, що емпатійний імпульс у дитини присутній, але вона потребує зовнішнього підтвердження своєї правоти від дорослого. Респондент №12, який показав високі результати у розпізнаванні емоцій, у поведінковому аспекті залишається більш стриманим. Це свідчить про те, що інтелектуальне розуміння емоцій (когнітивна емпатія) у нього розвинене краще, ніж безпосередній емоційний відгук (афективна емпатія).

Профіль низького рівня.

У даній групі спостерігаються значні труднощі у вербалізації та усвідомленні емоцій. Респондент №29 продемонстрував низьку включеність у сюжетні ситуації, що може бути інтерпретовано як прояв дитячого егоцентризму, коли дитина ще не здатна вийти за межі власних інтересів і відчувати стан іншої істоти. Респондент №17, який нічого не говорив під час діагностики, може мати як труднощі в ідентифікації емоцій, так і глибокі комунікативні бар'єри. У таких випадках емпатія блокується браком соціального досвіду або особливостями темпераменту.

Якісний аналіз впливу особистісних рис на прояви емпатії:

Під час емпіричного дослідження було зафіксовано, що значний вплив на результати діагностики мають такі риси, як тривожність та рефлексивність.

Вплив тривожності на прикладі Респондента №28 та Респондента №24

Було виявлено, що високий рівень тривожності може спотворювати результати діагностики, створюючи ілюзію низької емпатії. Респондент №28 та Респондент №24 продемонстрували страх перед відповіддю, що на перший погляд могло здатися байдужістю або незнанням. Проте подальший аналіз показав, що ці діти є надзвичайно чутливими, але їхня емпатія «паралізована» страхом помилки. Коли досліднику вдавалося створити атмосферу повної безпеки, ці діти видавали глибокі та правильні емпатичні реакції. Це дозволяє зробити висновок, що для тривожних дітей емпатія є ресурсом, який відкривається лише за умови емоційного комфорту.

Вплив рефлексивності на прикладі Респондента №23. Випадок є унікальним для даної вибірки через виражену тенденцію до раціоналізації. Дитина дуже довго думала над відповідями, що свідчить про залучення мисленнєвих операцій до процесу емпатування. Її співчуття не є стихійним; вона спочатку аналізує причини біди персонажа, а вже потім приймає рішення про допомогу. Такий тип емпатії є більш стійким у довгостроковій перспективі, хоча зовні може здаватися менш емоційним.

Статистичне порівняння результатів за різними компонентами

Для підтвердження логічної послідовності дослідження було проведено порівняння успішності виконання завдань на когнітивному та афективному рівнях

Таблиця 2.5.

Порівняльний аналіз компонентів емпатії у досліджуваній групі

Компонент емпатії	Показник успішності (%)	Характерні труднощі
Когнітивний (розуміння)	82%	Труднощі з назвами складних емоцій
Афективний (відчуття)	68%	Блокування почуттів через тривожність
Поведінковий (дія)	54%	Невпевненість, очікування вказівок

Дані таблиці 2.5 вказують на існуючий розрив між розумінням та дією. Діти значно краще знають, як виглядає емоція, ніж знають, що з нею робити в реальній ситуації. Це підтверджує гіпотезу про те, що розвиток емпатії у старшому дошкільному віці потребує спеціального педагогічного супроводу, спрямованого на переведення знань у практичні навички допомоги.

Завершальним етапом аналізу результатів діагностики, стало зіставлення даних, отриманих за всіма використаними методиками. Це дозволило виявити певні закономірності у структурі емпатії старших дошкільників. Було встановлено, що успішність розпізнавання емоцій за зовнішніми ознаками - когнітивний рівень не завжди прямо пропорційна глибині співпереживання -афективний рівень.

Наприклад, такі діти, як Респондент №3 та Респондента №1, які продемонстрували зразкові знання емоційних станів. Водночас Респондент №19, маючи аналогічні когнітивні показники, виявила значно вищу емоційну

лабільність та готовність до безпосередньої допомоги. Це свідчить про те, що емпатія як особистісна якість може мати різну спрямованість від «холодного» розуміння до «гарячого» співчуття.

Особливе місце в аналізі займають результати дітей із труднощами у вербалізації почуттів. Відсутність розгорнутих відповідей на перших етапах діагностики могла бути помилково трактована як повна відсутність емпатії. Проте використання методики Емоційний квадрат дозволило зафіксувати наявність внутрішнього емоційного відгуку, який просто не знаходив виходу через мовленнєві бар'єри. Це підтверджує важливість використання саме комплексу методів у роботі з дошкільнятами.

На основі проведеного емпіричного дослідження було сформульовано такі висновки:

1. Неоднорідність рівнів емпатії. У досліджуваній групі переважає середній рівень сформованості емпатії, що є характерним для даного вікового періоду.

2. Вплив вікового чинника та індивідуальних особливостей. Високий рівень притаманний дітям із розвиненою рефлексією та стабільним емоційним фоном. Низький рівень зафіксовано у дітей з ознаками емоційної незрілості або високої особистісної тривожності.

3. Розрив між знанням та дією. Діагностика виявила, що більшість дошкільників володіють інформаційною базою про емоції (впізнають радість, сум, гнів), проте лише третина вибірки здатна самостійно перетворити це розуміння у конкретну поведінкову дію - надання допомоги без підказки дорослого.

4. Вплив індивідуальних рис. Було доведено, що такі чинники, як тривожність та схильність до раціоналізації, суттєво коригують зовнішні прояви емпатії. Тривожність виступає блокатором емпатійного імпульсу, тоді як розвинена рефлексія робить співчуття більш усвідомленим, але менш спонтанним.

Отримані результати підтверджують потребу у впровадженні цілеспрямованої програми розвитку емпатії. Особливої уваги потребують діти з низьким рівнем для подолання егоцентричної позиції, а також діти із середнім рівнем для закріплення навичок активного співчуття.

Результати аналізу діагностичних даних дозволяють стверджувати, що старший дошкільний вік є сенситивним для розвитку емпатії, проте цей процес не відбувається стихійно. Виявлені індивідуальні особливості та труднощі стають підґрунтям для розробки та обґрунтування комплексу психолого-педагогічних заходів, спрямованих на гармонізацію емоційної сфери дітей.

2.4. Інтерпретація отриманих даних

Інтерпретація результатів дослідження - це той етап, без якого цифри залишаються просто цифрами. Саме тут стає зрозуміло, що насправді стоїть за поведінкою дитини в ситуаціях емоційної взаємодії та як у неї формується здатність відчувати іншого. Старший дошкільний вік у цьому сенсі є особливо цікавим: дитина вже починає усвідомлювати, що інші люди можуть мати власний погляд на речі, відмінний від її власного. Тому результати дослідження цієї вікової групи допомагають чітко зрозуміти, як саме у дітей формується та проявляється емпатія.

Аналіз результатів за методикою «Картки емоцій» показав, що когнітивний компонент емпатії у досліджуваній групі загалом сформований на достатньому рівні. Респондент №3, Респондент №2, Респондент №1, Респондент №25 та Респондент №7 впевнено розпізнавали основні емоційні стани - радість, суму, гнів - що свідчить про розвинену емоційну пильність. Для цих дітей соціальне середовище є зрозумілим і значною мірою передбачуваним: вони зчитують емоційні сигнали оточуючих і можуть спиратися на них у спілкуванні. Ця здатність - бачити, що саме переживає

інша людина - є тим фундаментом, на якому надалі вибудовується безконфліктна і чуйна комунікація.

Інша картина спостерігалася у Респондента №9 та Респондента №8. Труднощі з розпізнаванням емоцій у цих дітей можна інтерпретувати як прояв емоційної нечутливості початкового рівня. Важливо розуміти: це не означає, що дитина байдужа до стану інших. Найімовірніше, вона відчуває щось, але не може ні пояснити це собі, ні перетворити на конкретну дію. Така внутрішня розгубленість нерідко виглядає зовні як пасивність або відмова від відповіді - і саме це може хибно сприйматися дорослими як відсутність емпатії там, де вона насправді є, просто не знаходить виходу.

Методики «Дерево емоцій» та «Емоційний квадрат» дозволили побачити те, що діти зазвичай не показують відкрито - справжні, неприкрашені переживання, які нерідко ховаються за звичною ввічливістю або мовчанням.

Респондент №19, наприклад, одночасно відчувала і радість, і жаль - і це дуже показово. Така суміш емоцій говорить про те, що дитина не просто підлаштовується під чужий настрій, а по-справжньому його осмислює. Вона вже вміє розрізняти, що належить їй, а що - іншій людині, і це свідчить про те, що дитячий егоцентризм вона значною мірою пододала.

Окремо варто зупинитися на дітях із високою рефлексивністю - їхні результати виявилися особливо цікавими для інтерпретації. Респондент №22 демонструє те, що можна назвати інтелектуальною емпатією. Її тривалі паузи перед відповіддю - це не розгубленість і не байдужість, а ознака того, що вона справді думає над тим, що відчуває інший, замість того щоб реагувати автоматично. Якщо у Респондента №19 емпатія спалахує майже миттєво, то у Респондента №22 вона проходить через внутрішнє осмислення. Обидва шляхи ведуть до розуміння іншої людини - просто різними дорогами, і кожен із них потребує свого психологічного підходу.

Чи не найбільше запитань під час аналізу викликали результати методики «Неіснуюча тварина у біді». Тут особливо виразно проявився розрив між розумінням і дією: дитина може цілком щиро співчувати персонажу, але при цьому не знати, що з цим співчуттям робити далі. Слова є - дія не виникає. Респондент №27, що показала середній рівень, саме так і поводитися: вона розуміла ситуацію, говорила доречні речі, але сама нічого не робила. Найімовірніше, це пов'язано з тим, що вдома і в садочку дівчинка звикла: усі труднощі вирішують дорослі. Тож і під час діагностики вона просто чекала - підказки, дозволу, сигналу від експериментатора, що вже можна починати допомагати.

На рисунку 2.4.1 Респондент №27 намалювала тварину, яку оточують небезпечні вогняні кулі. За словами дівчинки, тварина знаходиться у пастці та дуже сильно боїться. Також вона додала, що тварина сама не зможе вибратися із цієї біди. Видно, що дитина глибоко розуміє важкість становища свого персонажа. Проте, на папері вона не зобразила жодної допомоги: ані втечі, ані захисту, ані рятувальників.

Найімовірніше, це пов'язано з тим, що вдома і в садочку дівчинка звикла: усі труднощі вирішують дорослі. Тож і під час діагностики вона просто чекала - підказки, дозволу, сигналу від експериментатора, що вже можна починати допомагати.



Рис.2.2 - Малюнок неіснуючої тварини у біді Респондента №27.

Зовсім інакше поводитися Респондент №26 та Респондент №25. Ці дівчатка не зупинялися на співчутті - вони одразу переходили до конкретики: що можна зробити, як саме допомогти герою. На рисунку респондента №25 бачимо неіснуючу тварину, яка виглядає дуже дружелюбною та спокійною. Дитина зобразила персонажа з усмішкою, великими добрими очима та невеликим рогом, що додає образу казковості. Під твариною дівчинка намалювала яскраву помаранчеву опору, схожу на хмаринку або острівцець. Це свідчить про те, що дитина підсвідомо прагне створити для героя безпечне середовище та надійну основу. Такий малюнок демонструє впевненість дівчинки у тому, що будь-яку складну ситуацію можна виправити через турботу. За цим стоїть щось важливе - відчуття власної спроможності змінити ситуацію на краще. Саме це усвідомлення, що від тебе

щось залежить, і є тим, що відрізняє справжню готовність допомагати від простого співчуття на словах.



Рисунок 2.3- Малюнок неіснуючої тварини у біді Респондента №25.

Окремої уваги потребують результати тривожних дітей - і тут інтерпретація виявилася найскладнішою. У цих випадках емпатія набуває своєрідної форми: дитина реагує на чужу біду настільки гостро, що це обертається на власний страх. Замість того щоб зосередитися на тому, хто потребує допомоги, вона починає захищати саму себе - замовкає, відсторонюється, уникає відповіді. Це не байдужість і не жорстокість, а навпаки - надто сильне переживання, з яким дитина просто не справляється. Вона ніби тоне в чужих емоціях, не маючи внутрішньої опори, щоб залишитися на поверхні і діяти. Для таких дітей розвиток емпатії має йти не через вправи на співчуття, а насамперед через зміцнення впевненості в собі.

Якщо підсумувати все побачене в ході дослідження, вимальовується така картина: діти вже добре знають що таке емпатія і можуть назвати емоції, але між розумінням і щирим переживанням, між переживанням і реальною дією - досі лежить відчутна відстань.

Таблиця 2.6.

Інтерпретація рівнів емпатії за компонентами

Компонент	Високий рівень (характеристика)	Низький рівень (характеристика)	Психологічний зміст переходу
Когнітивний	Точна ідентифікація, розширений словник емоцій	Плутанина в поняттях, емоційна «сліпота»	Формування емоційних схем
Афективний	Глибоке співпереживання, емоційна лабільність	Байдужість, егоцентрична позиція	Розвиток децентрації
Поведінковий	Ініціативна допомога, пошук рішень	Пасивне спостереження, ігнорування	Становлення просоціальності

Ще один момент, який не можна оминути в інтерпретації - це помітний вплив виховання і гендерних очікувань на те, як саме діти проявляють емпатію. Кількісна різниця між хлопчиками і дівчатками у вибірці була невеликою, але якісний аналіз відкрив цікаву картину. Дівчатка значно частіше вдавалися до слів: вони деталізували емоційний стан персонажа, шукали пояснення, намагалися підтримати. Хлопчики ж частіше рухалися в бік практичного рішення - навіть якщо зовні їхня реакція виглядала

стриманішою, за нею нерідко стояло цілком реальне бажання щось виправити. Це говорить про те, що вже у дошкільному віці емпатія починає вдягатися в ті форми, які середовище вважає прийнятними для хлопчика чи дівчинки.

Окремо варто зупинитися на Респонденті №29. Його відстороненість і фактична відсутність відповідей за більшістю методик - це не впертість і не небажання співпрацювати. Найімовірніше, тут ідеться або про затримку емоційного дозрівання, або про наслідки гіперопіки: коли всі потреби дитини задовольняються раніше, ніж вона встигає їх відчутти, у неї просто не виникає потреби в іншому. Поки однолітки виявляли зацікавленість і включалися в завдання, він залишався в межах власного простору. Такі результати є прямим сигналом до індивідуальної корекційної роботи.

Когнітивний аспект дослідження показав, що діти по-різному справляються з розумінням чужих емоцій. Частина з них вже впевнено орієнтується в емоційних станах: швидко впізнає почуття на зображеннях, може пояснити їхні причини, а не просто назвати. Це означає, що емоції для них - не просто слова, а щось осмислене. Такі діти помічають настрій дорослих і однолітків і досить гнучко підлаштовують під нього власну поведінку.

Інша частина групи стикалася з помітними труднощами. Розгубленість під час завдань, мовчання, невпевнені або відсутні відповіді - усе це не означає, що дитина нічого не відчуває. Швидше за все, відчуває - але не може ні назвати це словами, ні впоратися з цим самотійно. Такий стан точніше за все описується як емоційна розгубленість: переживання є, але воно ніби застрягає всередині і не знаходить виходу.

Те, наскільки добре дитина розпізнає емоції, напряду позначається на її повсякденному спілкуванні. Якщо вона не може зрозуміти, чому одноліток образився або відмовився грати, - виникають непорозуміння, які важко

залагодити. Тому вміння розуміти емоційні стани інших - це не просто приємна якість, а справжня умова нормального соціального розвитку.

Методики «Дерево емоцій» та «Емоційний квадрат» дозволили побачити те, що діти рідко можуть висловити словами. Найбільше в цьому плані вразила Респондент №25. Коли вона поєднувала у своїх відповідях радість і жаль одночасно, це було не протиріччям, а ознакою зрілості. Вона вже не просто заражається чужим настроєм - вона ніби стає на місце іншого, залишаючись при цьому собою. Розуміти, що одна й та сама ситуація може бути водночас і гарною, і сумною - це дуже високий показник для дитини дошкільного віку, який свідчить про те, що егоцентризм вона значною мірою пододала.

Інакше, але не менш цікаво проявила себе Респондент №23. Її довгі паузи перед відповіддю спочатку могли здатися невпевненістю, але насправді за ними стояло інше: вона ніби сканувала ситуацію - чи безпечно відкритися, що саме варто сказати, як це буде сприйнято. Її емпатія йде не через імпульс, а через осмислення. І це нагадує про важливу річ: вже у п'яти-шість років діти діляться на тих, хто відчуває серцем, і тих, хто відчуває розумом. Обидва шляхи цілком нормальні - але кожен потребує свого підходу.

Методика «Неіснуюча тварина у біді» виявилася чи не найточнішим індикатором реальної, а не декларативної емпатії. Тут стало видно те, що в інших завданнях залишалося прихованим: багато дітей щиро співчують - але губляться, щойно треба перейти від слів до дії. Запропонувати, що конкретно зробити - значно важче. У більшості випадків емпатія залишалася пасивною: дитина переживала, але чекала, поки хтось інший - найімовірніше, дорослий - вирішить, що робити далі. Це звична модель поведінки для тих, хто звик, що поруч завжди є хтось, хто розбереться. У результаті дитина просто не усвідомлює, що сама теж здатна щось змінити.

Поряд із цим у групі спостерігалися діти з активною, дієвою емпатією - ті, що не зупинялися на співчутті, а одразу думали, що можна зробити. Вони вигадували різні варіанти: захистити, допомогти, полегшити стан персонажа. За цим стоїть щось важливіше за просту доброту - відчуття власної причетності та відповідальності. Для таких дітей емпатія - це не кінцева точка, а початок дії.

Особливо запам'яталися результати Респондента №23 та Респондента №24. Обоє продемонстрували те, що можна описати як тривожне співпереживання. Страх помилитися виявився настільки сильним, що перекривав усе інше. Респондент №24 відповідав на запитання, але щоразу озирався на дослідника - шукав підтвердження, що робить усе правильно. Насправді такі діти можуть бути надзвичайно чутливими - навіть занадто. Чужий біль вони переживають настільки гостро, що самі починають боятися. І замість того щоб допомогти, обирають мовчання або відсторонення. Тут важливо спочатку попрацювати над впевненістю дитини в собі - щоб вона перестала боятися власних почуттів і могла спертися на них, а не тікати від них.

Найбільше питань під час аналізу викликав Респондент №30. Повна відмова від відповідей і очевидна відстороненість від усього, що відбувалося навколо, - це не примха і не впертість. Поки інші діти включалися в гру і намагалися допомогти персонажам, він залишався у власному світі. Найімовірніше, йдеться про затримку розвитку соціальних почуттів - можливо, пов'язану з надмірною опікою вдома, де всі бажання задовольняються раніше, ніж дитина встигає відчувати потребу в іншому. Інша людина для нього поки що не стала цінністю. Це складний випадок, який не вирішується розмовами - тут потрібні тривалі ігрові ситуації, де взаємодія з іншими стає умовою досягнення власної мети.

За підсумками аналізу у групі виділено чотири основні типи:

1. Дієві альтруїсти - відчувають і одразу діють.

2. Раціональні спостерігачі - все розуміють, але тримають емоції при собі.
3. Тривожні емпати - відчують надто сильно і через це бояться діяти.
4. Емоційно закриті - поки що не навчилися помічати почуття інших.

Цей поділ важливий насамперед тому, що він нагадує: виховувати емпатію у всіх однаково - не вийде. Комуś потрібні знання, комуś - сміливість, а когось треба спочатку витягнути із власного замкненого світу.

Загалом інтерпретація отриманих даних підтверджує: розвиток емпатії визначається не лише природною схильністю дитини, а й якістю її стосунків із дорослими та однолітками. Стабільні результати більшості групи свідчать про загалом сприятливий емоційний клімат у закладі. Водночас виявлені індивідуальні труднощі - тривожність, егоцентризм, емоційна закритість - вказують на потребу в спеціальній програмі психолого-педагогічного супроводу.

Висновки до розділу 2.

В даному розділі показало дослідження - діти старшого дошкільного віку проявляють емпатію дуже по-різному, і зводити їх до єдиної картини просто не вийде. Більшість із них непогано орієнтується в емоціях: можуть назвати, що відчуває інша людина, розпізнати сум чи страх на обличчі. Але між тим, щоб помітити чужий стан, і тим, щоб щось із цим зробити - відстань виявляється чималою. Розуміння є, а звички діяти - ще немає.

Емоційне співпереживання у більшості дітей групи знаходиться на середньому рівні. Одні жаліють щиро, відразу і без вагань. Інші реагують стримано або просто чекають, поки дорослий дасть сигнал, що вже можна. Окрему групу складають тривожні діти - вони, як виявилось, нерідко відчувають чужий біль навіть гостріше за інших, але страх і невпевненість у собі змушують їх замикатися. Зовні це виглядає як байдужість, хоча насправді все навпаки.

Найважчим для дошкільників виявився саме поведінковий крок - перейти від співчуття до конкретної дії. Багато дітей можуть сказати мені шкода, але самостійно підійти і щось зробити - вже ні. Тут майже завжди потрібен або приклад дорослого, або прямий дозвіл. Лише невелика частина групи демонструє повний цикл: побачили - відчули - зробили, без жодних підказок ззовні.

Помітно і те, що прояви емпатії дуже залежать від того, як дитина почувається в цілому - чи є в неї відчуття безпеки, чи довіряє вона дорослим навколо. Там, де є довіра і спокій, діти відкриваються набагато легше. Тривожність і брак живого соціального досвіду, навпаки, зачиняють дитину в собі.

Дошкільний вік справді є важливим часом для розвитку емпатії - але сама по собі вона не розвивається. Результати діагностики досить чітко показують: дітям потрібні спеціально організовані ігри та вправи. Причому

не просто на впізнавання емоцій, а на те, як саме підтримати людину в конкретній ситуації - що сказати, що зробити, як підійти.

РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

3.1. Розробка програми розвитку емпатії

Для того, щоб ефективно розвивати емпатію у старших дошкільників, недостатньо просто проводити окремі бесіди. Потрібна чітка та послідовна система роботи. Саме тому була розроблена спеціальна програма, яка спрямована на те, щоб навчити дітей не лише розпізнавати емоції, а й адекватно на них реагувати та допомагати іншим.

Мета програми - створити умови для розвитку чуйності, доброзичливості та здатності до співпереживання у дітей 5–6 років. Виходячи з того, що емпатія складається з трьох частин: розуміння (що відчуває інший), співпереживання (відчути те саме) та допомога (зробити щось корисне) [35, с. 82].

Програма побудована на основі ігрових методів та арт-терапії. Оскільки для дитини цього віку гра є основним видом діяльності, всі завдання подаються у цікавій, ненав'язливій формі. Програма розрахована на 12 занять, по 2 заняття на тиждень, тривалістю 25–30 хвилин кожне. Це оптимальний час, протягом якого діти можуть зберігати увагу та не втомлюватися [16, с. 114].

Структура кожного заняття включає три обов'язкові частини:

1. Привітання. Воно допомагає налаштувати дітей на позитивний лад та створити атмосферу довіри.
2. Основна частина. Тут проводяться ігри, вправи, читання казок або малювання. Саме на цьому етапі діти вчаться розуміти емоції персонажів або один одного.
3. Прощання та рефлексія. Дитина має можливість сказати, що їй сподобалося найбільше, або як змінився її настрій.

Реалізацію програми розділено на три логічні етапи.

Перший етап - Ознайомчий. Його головне завдання - познайомити дітей зі світом емоцій. Вчимо їх розрізняти радість, сум, гнів, страх та подив. На цьому етапі використовуються такі вправи, як «Дзеркало емоцій» або «Вгадай настрій за картинкою». Дитина вчиться читати обличчя іншої людини, що є першим кроком до емпатії [19, с. 74]. Важливо, щоб діти зрозуміли, що немає поганих емоцій, всі вони важливі, але треба знати, як з ними справлятися.

Другий етап - Розвивальний. Тут робота стає складнішою. Переходимо від простого впізнавання емоцій до розуміння причин їх виникнення. Діти вчать ставити себе на місце іншого. Наприклад, розігруються ситуації: «Що відчуває дівчинка, у якої забрали ляльку?» або «Який настрій у хлопчика, який вперше прийшов у садок і нікого не знає?». Це допомагає дитині зрозуміти, що її дії можуть впливати на стан інших людей. На цьому етапі активно використовується казкотерапія - читаємо історії, де герої потрапляють у важкі ситуації, і разом шукаємо вихід.

Третій етап - закріплювальний. Основна увага приділяється дієвій емпатії - тобто конкретним вчинкам. Вчимо дітей не просто жаліти того, хто плаче, а підійти, обійняти, запропонувати іграшку або покликати дорослого на допомогу. На заняттях використовуються ігри на співпрацю, де перемогти можна тільки разом, допомагаючи один одному. Це формує у дошкільнят звичку бути уважними до потреб оточуючих.

Варто зазначити, що важливу роль у програмі відіграє роль психолога. Психолог не просто дає завдання, він сам є зразком емпатії. Якщо психолог помічає настрій дитини, співчуває їй та підтримує, дитина автоматично копіює таку поведінку.

Особливу увагу в даній програмі приділили добору методів, які б не перевантажували дітей, а викликали у них щире зацікавлення. Для цього інтегровано в структуру занять елементи арт-терапії, які допомагають дитині

розкритися без тиску з боку дорослого. Малювання емоцій пальчиками, робота з пластиліном або створення «Колажу доброти» дозволяють дітям візуалізувати свої внутрішні переживання [1].

Нижче наведено зміст основних блоків занять, які пропонується впровадити:

Блок 1. «Я та мої емоції». Мета цього блоку - навчити дитину розуміти себе. Вважається, що неможливо співчувати іншому, якщо ти не розумієш, що відбувається з тобою. На заняттях діти вчать розпізнавати тілесні прояви емоцій: як стискаються кулаки, коли ми злі, або як з'являється усмішка, коли нам приємно. Важливо сформувати в дитини відповідного віку уявлення про те, що немає поганих і хороших емоцій, а натомість є позитивно й негативно забарвлені. [37]. Використовується вправа «Погода всередині мене», де дитина порівнює свій настрій із природними явищами (сонечко, дощик, гроза).

Блок 2. «Таємниці настрою інших». Тут навчається дітей спостережливості. Використовуючи картки з виразами облич та піктограми, дошкільнята вчать визначати емоційний стан за мімікою, жестами та інтонацією голосу [6]. Цікавим засобом є гра «Німе кіно», де одна дитина без слів показує якусь емоцію, а інші мають її вгадати та пояснити, чому вони так вирішили. Це розвиває уважність до оточуючих.

Блок 3. «Світ чарівних казок». Активно використовуються казки як інструмент розвитку емпатії. Але потрібно не просто читати їх, а проводити емоційну реконструкцію. Зупиняємося на напружених моментах і запитуємо дітей: «Що зараз відчуває герой?», «Як би ви вчинили на його місці?». Важливо пропонувати дітям придумати інше закінчення казки, де герої проявляють турботу та милосердя [25, с. 53]. Це допомагає дітям зрозуміти, що будь-який конфлікт можна розв'язати через співпрацю.

Блок 4. «Ми разом». Цей блок є фінальним і спрямований на групову взаємодію. Використовується колективні творчі справи, наприклад,

створення спільного плаката «Наше дерево дружби», де кожна дитина має знайти місце для свого листочка, не заважаючи іншим. Такі заняття вчать дітей домовлятися, поступатися та підтримувати одне одного.

Важливою складовою програми є робота з батьками. Адже сімейне виховання є фундаментом емпатії. Радимо батькам частіше обговорювати з дітьми не лише те, що вони робили в садочку, а й те, що вони при цьому відчували.

При розробці програми також враховано принцип індивідуального підходу. Відомо, що деякі діти за своєю природою є більш сором'язливими, а інші - імпульсивними. Тому в програмі передбачені завдання різного ступеня складності: від простого спостереження до активного розігрування сценки.

Для того, щоб програма була успішною, виділено основні показники, за якими психолог може відстежувати прогрес дітей:

- дитина почала частіше використовувати слова, що описують емоції;
- дитина помічає, коли хтось із дітей засмучений, і намагається підійти;
- зменшилася кількість агресивних проявів під час ігор;
- дитина може пояснити причину свого настрою.

Завершуючи опис розробленої програми, варто наголосити на тому, що її ефективність залежить не лише від змісту занять, а й від того, наскільки систематично вона впроваджується у повсякденне життя дитячого садка. Розвиток емпатії не повинен обмежуватися лише часом проведення занять. Важливо, щоб психолог підтримував прояви чуйності у дітей протягом усього дня: під час прогулянок, обідів чи самостійних ігор [19, с. 72].

Передбачено, що після завершення впровадження програми у дітей відбудуться позитивні зміни в усіх компонентах емпатії. У когнітивному плані діти навчаться краще розуміти зв'язок між подією та емоцією (наприклад, «він сумує, бо зламалася іграшка»). В емоційному плані - діти

стануть більш відкритими до переживань інших, у них з'явиться здатність до емоційного відгуку. У поведінковому плані - зросте кількість випадків безкорисливої допомоги та підтримки однолітків.

Особливе значення має те, що запропонована програма є гнучкою. Психолог може змінювати казки або ігри залежно від інтересів конкретної групи дітей. Проте незмінним має залишатися головний принцип - гуманізм та повага до особистості дитини. Дитина, яка відчуває, що її люблять і розуміють, набагато швидше навчиться проявляти ці ж почуття до оточуючих.

Розроблена дана програма «Світ емпатії» є комплексною моделлю виховної роботи. Вона поєднує в собі теоретичні знання про емпатію, практичні ігрові навички та творчу діяльність. Це дозволяє зробити процес формування емпатії природним для дитини-дошкільника, перетворюючи співчуття з обов'язку на внутрішню потребу дитини.

Розроблена програма створює міцну основу для подальшої соціалізації дитини в школі. Адже саме розвинена емпатія допомагає майбутньому першокласнику швидше знайти друзів, уникати конфліктів та успішно працювати в команді [27, с. 157]. Це робить дану розробку актуальною та необхідною в сучасних умовах освітнього процесу.

3.2. Методи та засоби розвитку емпатії

Розвиток емпатії у старших дошкільників неможливий без використання різноманітних методів, які зачіпають не тільки розум дитини, а й її серце. На сьогодні в педагогіці та психології накопичено багато інструментів, але для роботи зі старшими дошкільниками обираються ті, що найкраще відповідають їхньому віку та особливостям сприйняття.

Одним із провідних методів є ігровий метод. Гра для дитини - це не просто розвага, а спосіб зрозуміти, як влаштований світ людей. Найкраще

використовувати ігри-драматизації, де діти розігрують сюжети знайомих казок. Наприклад, граючи роль скривдженого козеняти або самотнього чебурашки, дитина фізично і емоційно відчуває стан героя. Це вчить її входити в чужий стан, що і є основою емпатії [7, с. 91]. Важливо після гри обговорити з дитиною: «Що ти відчував, коли був у цій ролі?», «Чи хотілося тобі, щоб тебе хтось пошкодував?».

Ще одним важливим методом є бесіда на етичні теми. Проте це не має бути нудна лекція. Психолог або вихователь має будувати бесіду навколо реальних випадків із життя групи. Наприклад, якщо хтось із дітей впав або загубив іграшку, це чудовий привід зупинитися і запитати групу: «Подивіться на Сашка, як ви думаєте, йому зараз весело чи сумно? Як ми можемо йому допомогти?». Такі бесіди допомагають дітям пов'язувати зовнішні ознаки (сльози, похмурий погляд) із внутрішнім болем людини.

Велику роль відіграє метод імітаційних ігор. Дітям пропонується вправа «Дзеркало емоцій». Одна дитина показує обличчям радість, гнів чи страх, а інша має повторити цей вираз [8]. Коли дитина копіює міміку іншої людини, тоді вона починає краще розуміти її настрій на біологічному рівні. Це допомагає дітям стати більш уважними до виразів обличчя своїх друзів та батьків.

До засобів розвитку емпатії також відносимо художнє слово. Вірші, оповідання та казки є незамінними у вихованні чуйності. Твори вчать помічати красу душі та співчувати не тільки людям, а й квітам, деревам, пташкам. Читання творів, де добро перемагає завдяки допомозі та небайдужості, формує у дитини правильні моральні орієнтири [25, с. 55].

Арт-терапевтичні засоби також посідають важливе місце. Серед них виділено:

1. Малювання настрою. Дітям пропонується намалювати, як виглядає доброта або співчуття. Це дозволяє перетворити абстрактні поняття на конкретні образи.

2. Музикотерапія. Прослуховування сумної чи веселої музики з подальшим обговоренням: «Яку історію розповіла нам ця скрипка? Кому було сумно у цій музиці?».

3. Робота з піском. Створення світу в пісочниці, де герої миряться або допомагають один одному будувати дім.

Окремо слід виділити метод створення проблемних ситуацій. Психолог навмисно створює умови, де дитині треба зробити вибір: погратися самому новою іграшкою чи поділитися з другом, який теж хоче її спробувати. Обговорення таких моментів без критики, а через заохочення до роздумів, дає дитині можливість самостійно прийти до емпатичного рішення [35, с. 134].

Важливим засобом є також екранні мистецтва - мультфільми. Сучасні короткометражні мультфільми про дружбу та взаємодопомогу сприймаються дітьми дуже емоційно. Головне - не просто подивитися, а розібрати вчинки героїв: «Чому герой так вчинив? Чи було йому страшно? Як він переборов свій страх заради друга?» [24, с. 22].

Це лише частина методів. Кожен із них працює краще, якщо вони чергуються, не даючи дітям занудьгувати.

Крім перелічених методів, велике значення мають наочні засоби, які допомагають дитині візуалізувати емоції. Оскільки мислення дошкільника є наочно-образним, йому простіше зрозуміти почуття, якщо він їх бачить. Одним із таких засобів є «Куточок настрою» у групі. Це спеціальне місце, де кожна дитина, приходячи зранку, може позначити свій стан за допомогою кольорової картки або прикріпивши свою фотографію до певного смайлика. Це привчає дітей звертати увагу на настрій однолітків: «Чому сьогодні Оленка обрала сіру хмаринку? Може, варто її розвеселити?».

Ще одним дієвим засобом є ляльковий театр. На відміну від звичайної гри, де дитина грає сама, у ляльковому театрі вона керує персонажем. Це створює певну дистанцію, яка дозволяє навіть найбільш сором'язливим дітям

проявляти емоції від імені ляльки. Коли лисичка на руці дитини просить вибачення у зайчика, дитина на підсвідомому рівні засвоює модель примирення та співчуття.

Особливе місце серед методів займає психогімнастика. Це комплекс вправ, спрямованих на розвиток міміки та пантоміміки. Наприклад, вправа «Сумна тваринка»: діти мають показати тільки рухами тіла, як почувається покинута тварина. Це допомагає розвивати так звану соматичну емпатію - здатність відчувати стан іншого через власне тіло. Чим краще дитина володіє своїм тілом, тим легше їй розпізнати напруження або розслабленість іншої людини.

Також пропонується використовувати метод колективного обговорення ілюстрацій. Психолог показує картину, де зображена конфліктна або сумна ситуація (наприклад, дитина розбила вазу або хтось впав з велосипеда). Замість того, щоб просто сказати це погано, важливо запитати:

- «Що відчуває цей хлопчик?»
- «Хто з героїв на картині міг би йому допомогти?»
- «Що б ви сказали йому, якби були поруч?».

Такий підхід стимулює дитину до аналізу чужих переживань і пошуку виходу з емоційно важкої ситуації.

Не варто забувати про музичний супровід як засіб впливу на підсвідомість. Музика здатна викликати прямий емоційний відгук. Використання класичних творів у поєднанні з розповідями про почуття створює особливий фон для розвитку емпатії. Коли дитина слухає ніжну колискову, вона відчуває спокій і захищеність, що є базою для подальшої здатності віддавати це тепло іншим.

Важливим засобом розвитку емпатії у старших дошкільників є спільна праця. Наприклад, виготовлення квітів або подарунків для молодших груп. У процесі такої діяльності діти вчаться бачити результат своєї турботи. Коли

дитина бачить радість в очах того, кому вона допомогла, вона отримує позитивне підкріплення своєї емпатичної поведінки.

Окрему увагу в системі засобів приділено проєктивним методикам, які в руках психолога перетворюються на цікаву гру. Однією з таких є робота з піктограмами емоцій. Це набір карток, де схематично зображені обличчя. Використання схем замість фотографій дозволяє дитині не відволікатися на зовнішність людини, а зосередитися саме на емоції. Психолог може запропонувати дітям таку гру: дитина отримує листа (картку з піктограмою) і має без слів показати групі, який настрій їй прийшов, а інші мають запропонувати спосіб, як розрадити цього персонажа, якщо йому сумно.

Також важливим методом - є метод емоційного розвантаження. Емпатія не може розвиватися у дитини, яка перебуває у стресі або затиснута. Тому використання вправ на релаксацію є необхідною умовою. Наприклад, вправа «Квітка доброти»: діти заплющують очі, уявляють у своїх руках маленьку тендітну квітку, яку треба зігріти своїм диханням і обережно передати другу. Такі вправи вчать дітей дбайливому ставленню до всього живого на рівні відчуттів.

Також можна використовувати метод моделювання моральних ситуацій. Наприклад, вихователь розповідає історію без кінця: «Хлопчик прийшов на майданчик зі своєю новою машиною. Інша дитина випадково її зламала...». Дітям пропонується не просто придумати кінець, а розіграти його. Цінність цього методу в тому, що діти самі шукають шляхи до примирення та вчаться вибачати. Це формує дієву емпатію - готовність до конкретних вчинків заради іншого.

Серед засобів розвитку емпатії велике значення має використання творів образотворчого мистецтва. Розгляд репродукцій картин, де яскраво виражені людські почуття, наприклад, материнська любов, дитяча радість чи стареча втома, допомагає дітям зрозуміти універсальність людських переживань. Рекомендується супроводжувати такий розгляд запитаннями:

«Як ви думаєте, про що мріє ця людина?», «Що вона відчувала хвилину тому?» [38].

Не можна оминати і метод особистого прикладу. Для дошкільника вихователь чи дитячий психолог - це головний авторитет. Якщо педагог щиро дякує няні за чистоту, висловлює співчуття дитині, яка забилася, або відкрито ділиться своєю радістю від гарної погоди - діти вбирають ці реакції як норму. Емпатичне середовище створюється насамперед через культуру спілкування у групі.

Нарешті, вважається доцільним використання елементів казкотерапії. Спеціально підібрані казки допомагають дитині ідентифікувати себе з героєм, який проходить через випробування. Коли дитина рятує героя казки, виконуючи певні завдання, вона отримує досвід успішної допомоги, що підвищує її впевненість у власних силах і бажанні бути корисною іншим.

Тому методи та засоби, які запропоновані вище, охоплюють усі сторони життя дитини. Вони спрямовані на те, щоб зробити емпатію не просто знанням про емоції, а внутрішньою якістю особистості, яка проявляється у повсякденній поведінці. Це дозволяє забезпечити цілісний підхід до формування емоційної культури старших дошкільників.

Завдяки комплексному використанню методів таких як ігри, бесіди, арт-терапії та засобів таких як іграшки, картини, музика, дає стійкий результат. Головне, щоб кожен із цих методів був наповнений щирістю з боку дорослого, адже «емпатія - це те, що передається від серця до серця» [11].

3.3. Практичні рекомендації для вихователів та батьків

Розвиток емпатії у дітей старшого дошкільного віку є тривалим і послідовним процесом, який відбувається поступово під впливом різних чинників. Важливу роль у цьому процесі відіграє узгоджена взаємодія

дорослих, які оточують дитину. Саме в цей період життя активно формується здатність розуміти емоції інших людей, співпереживати їм і відповідно реагувати. Оскільки дитина значною мірою орієнтується на поведінку дорослих, вирішального значення набуває створення позитивного емоційного середовища, у якому підтримуються доброзичливість, взаємоповага та відкритість у вираженні почуттів [11].

Рекомендації для психологів та вихователів закладів дошкільної освіти:

Вихователь чи психолог у дитячому садку, є основною людиною у формуванні міжособистісних відносин у дитячому колективі. Саме від організації спільної діяльності, стилю спілкування та емоційного клімату в групі залежить рівень розвитку емпатії у дітей. У зв'язку з цим доцільно приділяти особливу увагу створенню умов, які сприяють усвідомленню та прийняттю емоційних станів інших людей.

1. Створення «Екрану емоцій». Впровадження регулярних практик, спрямованих на усвідомлення власного емоційного стану, який сприяє розвитку емпатії. Постійне використання наочних засобів дозволяє дітям навчитися розпізнавати різні емоції, порівнювати їх та встановлювати зв'язок між переживаннями і подіями. Така діяльність допомагає поступово сформувати вміння звертати увагу на внутрішній стан інших, що є важливим кроком у розвитку емпатії.

2. Використання казкотерапії. Робота з художніми текстами має значний вплив для розвитку емоційної сфери дитини. Під час обговорення змісту казок відбувається формування здатності розуміти мотиви поведінки персонажів, усвідомлювати їхні почуття та емоції. Це допомагає дитині розвинути вміння дивитися на ситуацію з різних позицій, що є важливим для емпатійного реагування. Постійне звернення до такого виду діяльності допомагає закріпити навички аналізу емоційних станів.

3. Стимулювання гуманних вчинків. Важливим напрямом роботи є підтримка позитивних форм поведінки у дитячому колективі. Вчасне

схвалення проявів турботи, уваги та допомоги іншим допомагає закріпити морально прийнятні моделі взаємодії. У дітей з часом формується розуміння значущості доброзичливого ставлення до оточуючих, що позитивно впливає на розвиток емпатійних якостей.

4. Організація спільної діяльності. Велику роль у розвитку емпатії відіграє - залучення дітей до колективних ігор та завдань. У процесі спільної діяльності виникає необхідність враховувати інтереси інших, узгоджувати власні дії з діями однолітків, і це сприяє формуванню навичок взаєморозуміння. Така взаємодія допомагає дітям краще розуміти почуття інших та розвиває здатність до співпереживання.

5. Розвиток мовлення. Вміння називати свої почуття словами дуже важливе для розвитку співчуття. Коли словниковий запас дитини поповнюється назвами різних емоцій, стає легше описувати свій стан та розуміти, що відчувають оточуючі. Це допомагає краще усвідомлювати стосунки з людьми та робить спілкування простішим.

6. Формування навичок саморегуляції. Важливим аспектом у вихованні є навчання дітей керувати власними емоційними станами. Уміння стримувати різкі спалахи гніву або образи та спокійно висловлювати свої почуття створює міцну основу для розвитку доброзичливої поведінки. Коли дитина опановує здатність заспокоюватися, у неї з'являється внутрішній ресурс для того, щоб помітити стан іншої людини.

Поступове оволодіння такими навичками дозволяє дитині не просто спостерігати за іншими, а більш усвідомлено реагувати на їхні переживання. Якщо дитина вміє впоратися зі своїм роздратуванням, їй легше проявити терпіння та підтримку до однолітка, який опинився у складній ситуації. Тому здатність дитиною володіти своїми емоціями, стає необхідним для розуміння чужих емоцій, що значно покращує якість взаємодії в дитячому колективі.

7. Підтримка позитивного емоційного клімату. Коли в дитячому колективі панує спокій та довіра, дітям легше ділитися своїми почуттями. У

такому середовищі зникає страх проявляти емоції, що допомагає вчитися розуміти переживання інших людей. Це дозволяє емпатії стати постійною рисою характеру для дитини.

8. Використання ігор на розвиток емоційної сфери. Гра є природним заняттям для дитини, тому її варто використовувати для розвитку вміння співчувати. Під час ігор діти вчаться розуміти емоції інших, підлаштовувати свою поведінку та разом взаємодіяти.

Розвиток емпатії у дітей старшого дошкільного віку не відбувається саме по собі, а потребує постійної та продуманої роботи з боку вихователя чи то психолога. Дуже важливою є щоденна увага до того, як діти спілкуються між собою. Створення приємного та спокійного емоційного середовища у групі стає основою на якій будується довіра. Також потрібно організовувати різні види діяльності - від малювання до колективної праці, щоб дитина мала більше можливостей проявити турботу. Підтримка доброзичливих стосунків та заохочення позитивної взаємодії між дітьми, забезпечує успішному розвитку емпатії у дітей. Тільки завдяки такому комплексному підходу здатність відгукуватися на чужі емоції стає звичною частиною поведінки дитини.

Рекомендації для батьків

Сім'я вважається головним місцем, де дитина вперше дізнається, як спілкуватися з іншими та як поводитися в суспільстві. Саме в родинному колі закладається вміння розрізняти чужі емоції та правильно на них відгукуватися. Завдяки постійному спілкуванню з батьками та спостереженню за їхніми діями починає розвиватися емпатія. Тому для виховання дитини важливо, щоб удома панувала спокійна та щира атмосфера, де не бояться показувати власні почуття.

1. Проговорювання власних емоцій. Постійне озвучування власних емоцій дорослими допомагає дитині краще зрозуміти світ людських почуттів. Коли кожне переживання називається конкретним словом, стає легше

розрізняти емоції, розуміти їхні причини та значення. Такий підхід дозволяє дитині не лише розібратися у власних станах, а й почати помічати, що відчують інші люди. Завдяки регулярному використанню назв почуттів у щоденному спілкуванні поступово розвивається чутливість до емоційного стану оточуючих.

2. Уникнення заборон на почуття. Визнання права дитини на різні емоційні стани є важливою умовою розвитку емпатії. Обмеження або заперечення почуттів може призводити до труднощів у їх розумінні та вираженні. Підтримка з боку дорослих допомагає дитині навчитися приймати власні переживання без страху та напруження. У результаті розвивається здатність з розумінням ставитися до емоцій інших людей, що є важливим для емпатійної поведінки.

3. Спільний догляд за рослинами або тваринами. Участь дитини в справах, що потребують турботи про когось, допомагає розвивати відповідальність і чуйність. Під час такої діяльності приходить розуміння того, наскільки важливими є підтримка та допомога іншим. Поступово закріплюється усвідомлення того, що власні вчинки прямо впливають на настрій чи стан оточуючих. Це стає основою для формування доброго ставлення до людей та вміння співпереживати.

4. Розвиток уважного слухання. Важливим є вміння уважно вислуховувати співрозмовника. Коли дитина бачить, що її власні думки та почуття цікаві дорослим, вона починає копіювати таку модель поведінки. У майбутньому це допомагає дитині уважніше ставитися до слів інших людей, краще помічати їхні переживання та вчасно на них реагувати. Саме такий підхід закладає надійну основу для взаєморозуміння та побудови довірливих стосунків з оточенням.

5. Підтримка емоційного контакту. Постійна взаємодія з дитиною, побудована на довірі та повазі, допомагає їй здобути позитивний емоційний досвід. Коли дитина відчувається в безпеці, вона може вільно виражати свої

почуття та обговорювати їх без страху. Це сприяє розвитку вміння відкрито сприймати емоції оточуючих і правильно на них реагувати. Саме завдяки такому досвіду формується готовність до щирого спілкування та розуміння потреб інших людей.

6. Формування моральних уявлень. Пояснення значення доброзичливості, взаємодопомоги та поваги до інших сприяє розвитку емпатійних якостей. Засвоєння таких норм відбувається поступово в процесі спілкування та спільної діяльності. Дитина починає розуміти важливість підтримки та співчуття у взаєминах між людьми.

7. Регулювання поведінки через пояснення. Замість жорстких заборон треба використовувати пояснення причин і наслідків певних вчинків. Це допомагає дитині зрозуміти, як саме її поведінка впливає на інших людей. У результаті формується більш відповідальне ставлення до спілкування з оточуючими та розвивається вміння враховувати їхні почуття. Такий підхід вчить дитину не просто виконувати правила, а усвідомлювати значення своїх дій для спокою та комфорту інших.

8. Підтримка позитивних моделей поведінки. Заохочення дитини до турботи, уваги та доброзичливості допомагає закріпити навички чуйного спілкування. Поступово такі дії стають звичними й перетворюються на постійні риси характеру. Це створює надійну базу для подальшого розвитку емпатії як важливої якості особистості. Завдяки підтримці позитивних вчинків з боку дорослих, дитина звикає допомагати іншим і ставитися до оточуючих із розумінням.

Сімейне середовище має вирішальне значення у формуванні емпатії у дітей старшого дошкільного віку. Постійна увага до емоційної сфери дитини, підтримка відкритого спілкування та створення атмосфери довіри сприяють розвитку здатності до співпереживання та розуміння інших людей.

Також важливим кроком є налагодження співпраці між дитсадком і родиною. Вихователі можуть проводити тематичні батьківські збори або

готувати пам'ятки доброти, де будуть описані ігри на розвиток емпатійної сфери, в які можна грати вдома (наприклад, гра «Вгадай емоцію за обличчям» або «Компліменти») [21, с. 12].

Ефективною є методика обговорення дня, коли і вихователі, і батьки привчають дитину згадувати не лише те, що вона їла чи у що грала, а й те, кого вона сьогодні порадувала, чи кому допомогла. Це зміщує фокус з власного «Я» на оточуючих людей [25, с. 14].

За умови щирості дорослих, відсутності психологічного тиску та постійної уваги до внутрішнього світу дитини можна сформувати стійку здатність до співпереживання, яка стане основою її подальшого успішного життя в соціумі.

Також варто додати наскільки важливі ігрові методи розвитку емпатії в домашніх умовах. Батькам важливо розуміти, що розвиток емпатії не повинен перетворюватися на уроки про доброту. Найкращий ефект дають спільні ігри. Рекомендовано пропонувати батькам такі прості вправи:

1. Гра «Скарбничка добрих справ». Вдома заводиться прозора баночка, куди за кожну допомогу чи виявлене співчуття (наприклад, дитина сама принесла капці татові або поділилася цукеркою з другом) кладеться кольорова кулька чи наклейка. Коли баночка наповнюється, сім'я разом святкує це походом у парк чи переглядом мультфільму. Це візуалізує цінність турботи про інших.

2. Вправа «Дзеркало емоцій». Батько чи мати показують мімікою певну емоцію: сум, радість, подив, переляк, а дитина має вгадати її та спробувати відтворити. Потім вони обговорюють: «А коли ти востаннє так почувався? Що ми можемо зробити, коли хтось так виглядає?».

3. Техніка «Лист вдячності». Навіть якщо дитина ще не вміє писати, вона може намалювати малюнок-подяку бабусі за смачні пиріжки або вихователю за цікаву гру. Це вчить зосереджувати увагу на позитивних діях інших людей щодо себе.

У дитячому садку психолог має приділяти особливу увагу конфліктним ситуаціям, розглядаючи їх як точки росту емпатії. Замість того, щоб просто покарати винного, рекомендується використовувати метод «активного слухання»:

- Крок 1. Озвучення почуттів сторін. «Максime, ти зараз сердишся, бо Сашко забрав твою машину. Сашко, а ти засмучений, бо теж хотів нею погратися».

- Крок 2. Пошук емпатійного рішення. «Подивіться, Максимку сумно. Як ми можемо виправити ситуацію, щоб ніхто не плакав?».

Такий підхід навчає дітей не просто виконувати правила, а розуміти причини поведінки іншої людини.

Рекомендації щодо використання художнього слова та мистецтва

Мистецтво є потужним інструментом впливу на емоційну сферу старшого дошкільника. Вихователям та батькам варто звертати увагу на:

- Музичне сприймання. Прослуховування мелодій з різним настроєм (веселим, тривожним, колисковим) допомагає дитині відчувати емоційний тон без слів. Важливо питати: «Яка це музика? Вона добра чи сумна? Кого ти уявляєш під неї?».

- Спільне малювання. Можна запропонувати дитині намалювати «радість» або «доброту». Це допомагає матеріалізувати абстрактні поняття та краще їх зрозуміти.

Співпраця закладу дошкільної освіти з родиною (Таблиця 3.1)

Для систематизації роботи розроблено орієнтовний план взаємодії, який допоможе вихователю налагодити контакт із батьками у питанні виховання емпатії.

Таблиця 3.1.

Форми роботи з батьками щодо розвитку емпатії дітей

Форма роботи	Зміст діяльності	Очікуваний результат
Батьківський лекторій	Консультація на тему: «Чому дитина не ділиться? Психологія егоцентризму».	Розуміння батьками вікових особливостей дитини.
Майстер-клас	Виготовлення «куточка настрою» для дому.	Залучення батьків до щоденного обговорення емоцій.
Анкетування	Виявлення рівня емпатійних проявів дитини вдома.	Отримання зворотного зв'язку для корекції плану роботи.
Спільні свята	Проведення «Дня доброти» за участю батьків та дітей.	Зміцнення емоційних зв'язків та спільний позитивний досвід.

Дані практичні рекомендації зводяться до того, що дорослі мають стати емоційними провідниками для дитини. Головне правило - щирість. Якщо дитина бачить, що дорослий справді співчуває розбитому коліну малюка, чи щиро дякує за допомогу, то тоді дитина засвоює ці уроки швидше, ніж через будь-які повчання.

3.4. Оцінка очікуваної ефективності запропонованої програми

Оцінюючи ефективність будь-якої педагогічної чи психологічної програми, потрібно розуміти, що результати у роботі з дітьми не завжди з'являються миттєво. Розвиток емпатії - це глибока внутрішня перебудова дитини [29]. Тому, аналізуючи очікувану ефективність даної програми, потрібно розглядати її як поетапний процес, який поступово змінює те, як дитина бачить світ і людей навколо себе. Очікувано, що в результаті впровадження запропонованих методів, діти старшого дошкільного віку не просто стануть добрішими, а оволодіють цілим комплексом навичок, які допоможуть їм у майбутньому житті.

Першим і дуже важливим очікуваним результатом є суттєве покращення здатності дітей розпізнавати емоційні стани інших. Часто проблема дітей цього віку полягає не в тому, що вони злі, а в тому, що вони просто не розуміють, що іншій людині боляче або прикро. Дана програма через ігри та картки емоцій вчить дитину зчитувати дрібні деталі: насуплені брови, тремтячий голос, опущені плечі, тощо. Очікуваним результатом занять є те, що дитина навчиться помічати зміни в настрої близьких за зовнішніми ознаками. Це проявляється у здатності розпізнати сум або втому за поглядом та висловити це простими словами. Такі спостереження свідчать про розвиток уважності до емоційного стану інших людей. Навички, здобуті під час курсу, дозволяють самостійно аналізувати вираз обличчя та робити висновки про почуття співрозмовника. Це і є когнітивний рівень емпатії - розуміння стану іншого без слів [22, с. 48]. Коли дитина починає розуміти причину чужого настрою, вона перестає реагувати на нього агресивно або байдуже.

Далі очікувано серйозних зрушень в емоційній реактивності дітей. Це означає, що дитина почне приміряти ситуацію іншого на себе. Якщо раніше дитина могла просто пройти повз однолітка, який впав, то після реалізації даної програми очікувано появи природного імпульсу зупинитися і поспівчувати. Це не означає, що дитина має плакати разом із постраждалим,

але вона має відчувати певний внутрішній дискомфорт від того, що комусь поруч погано. Це дуже важливий етап, адже саме це внутрішнє почуття стає головним регулятором поведінки. Дитина починає діяти добре не тому, що її сварить дорослий, а тому, що їй самій хочеться, щоб іншому стало краще.

Важливим аспектом ефективності є зміна клімату в самій групі дитячого садка. Старший дошкільний вік - це період активної підготовки до школи, де конкуренція часто виходить на перший план [14, с.17]. Очікується, що завдяки впровадженню програми рівень конфліктності між дітьми знизиться.

Діти почнуть частіше використовувати мову як інструмент примирення. Замість того, щоб виривати іграшку, дитина, яка пройде навчання за даною програмою, спробує домовитися або запропонує спільну гру. Це відбувається тому, що вона починає бачити в іншому не суперника за ресурс, а таку ж людину зі своїми бажаннями та почуттями.

Окремо слід виділити очікувану ефективність у роботі з агресивними дітьми. Для них розвиток емпатії є свого роду терапією. Коли така дитина вчиться розуміти, що її штовханці викликають справжній біль і сум у товариша, у неї з'являється вибір. Дана програма спрямована на те, щоб цей вибір був зроблений на користь співпраці. Очікувано, що кількість спалахів гніву зменшиться, а діти стануть більш терплячими один до одного. Це особливо важливо для інклюзивних груп, де діти з різними можливостями мають знайти спільну мову.

Також розраховано на значний прогрес у саморегуляції дітей. Емпатія тісно пов'язана з умінням контролювати власні емоції. Коли дитина вчиться розуміти почуття інших, вона мимоволі починає краще розуміти і себе [45]. Очікується, що діти почнуть рідше впадати в істерики, адже вони зможуть назвати свій стан: «Я зараз сердитий, тому що мені не дали олівець». Вміння назвати емоцію - це вже перший крок до керування нею, це стане міцною базою для психологічної стійкості у кризові моменти.

Передбачається, що закріплення позитивних змін відбудеться завдяки залученню батьків до освітнього процесу. Коли дитина бачить підтримку та розуміння не лише в дитячому садку, а й удома, нові звички стають частиною її характеру. Спільна робота вихователів і родини дозволяє дитині відчувати стабільність, де емпатія є природною нормою спілкування. Зрештою, це створює умови для формування зрілої особистості, здатної будувати здорові стосунки з людьми в майбутньому школі та в житті загалом. Тільки за умови такої комплексної взаємодії можна розраховувати на те, що отримані знання перетворяться на стійкі моральні цінності дитини.

Висновки до розділу 3.

Запропонована програма для розвитку емпатії побудована так, щоб навчити дитину розуміти власні почуття, переживати їх та допомагати іншим. Завдяки іграм, казкам і малюванню створюються умови, за яких дітям легше розпізнати чужий настрій і вчасно підтримати того, хто поруч. Навчання проходить поетапно: спочатку засвоюються назви різних почуттів, після чого формується здатність розуміти стан іншої людини та без сторонньої допомоги знаходити вихід із суперечок. Результат занять залежить від поведінки дорослих, які мають власним прикладом показувати, що таке емпатія. Використання спеціальних карток чи малюнків із настроєм допомагає дітям побачити почуття, які складно пояснити словами, і зробити їх зрозумілими для кожного. Коли дитина знає більше слів для опису свого стану, вона менше проявляє агресію і краще контролює власну поведінку.

Велику увагу потрібно приділити батькам у спілкуванні з дитиною, адже саме домашня атмосфера є основою для засвоєння цих навичок. Якщо замість суворих заборон пояснювати дитині наслідки її дій, у неї швидше з'являється відповідальність за власні вчинки. Передбачається, що після виконання даних методик у дітей буде краще розвиватися емпатія. Такі зміни допоможуть дітям швидше знайти друзів і краще підготуватися до навчання у школі.

ВИСНОВКИ

Здійснене дане дослідження проблеми особливостей розвитку емпатії у дітей старшого дошкільного віку дозволило сформулювати такі висновки.

1. Відповідно до першого завдання дослідження було проаналізовано стан досліджуваної проблеми в психолого-педагогічній теорії та уточнено зміст поняття емпатії. З'ясовано, що емпатія є складним психологічним феноменом, який розглядається як здатність особистості розуміти емоційний стан іншої людини та емоційно відгукуватися на нього. Сучасні науковці виділяють три основні рівні емпатії: когнітивний (розуміння почуттів), афективний (співпереживання) та поведінковий (реальна допомога та підтримка). Аналіз літератури засвідчив, що емпатія не є вродженою рисою, а формується в процесі соціалізації та спілкування дитини з дорослими та однолітками, виступаючи основою для побудови позитивних стосунків у соціумі.

2. Відповідно до другого завдання було охарактеризовано психологічні особливості дітей старшого дошкільного віку як базу для розвитку емпатійних процесів. Вік 5–6 років є сенситивним періодом для становлення емоційної сфери, оскільки в цей час відбувається перехід від егоцентризму до здатності враховувати позицію іншої особи. Основними механізмами розвитку емпатії у дошкільників виступають ідентифікація та рефлексія, які дозволяють дитині подумки ставити себе на місце іншого. Особливу роль у цьому процесі відіграє сюжетно-рольова гра, де через

прийняття різних соціальних ролей дитина вчиться розпізнавати емоційні стани та моделювати адекватні способи реагування на них.

3. Відповідно до третього завдання дослідження було проведено діагностику рівнів сформованості емпатії у дітей старшого дошкільного віку. Експериментальна частина роботи базувалася на застосуванні комплексу проєктивних та практичних методик. Використання методики «Картки емоцій» дозволило визначити здатність дітей розпізнавати базові емоційні стани за зовнішніми ознаками. Завдяки техніці «Дерево емоцій» було проаналізовано самопочуття дітей у колективі та їхнє бачення власного емоційного місця серед однолітків. Застосування «Емоційного квадрата» допомогло оцінити інтенсивність переживань та вміння дітей диференціювати різні за змістом емоції. Проєктивна методика «Неіснуюча тварина» дала змогу виявити приховані аспекти емоційної сфери, наявність тривожності чи агресивних тенденцій, які впливають на якість емпатійної взаємодії. Результати констатувального етапу засвідчили, що значна частина дітей має труднощі з глибоким розумінням причин чужих емоцій та виявом дієвої підтримки.

4. Відповідно до четвертого завдання дослідження було обґрунтовано та розроблено систему занять для розвитку емпатійних здібностей дошкільників. Встановлено, що використання результатів проведеної діагностики дозволяє точково впливати на слабкі сторони емоційної сфери дитини. Основним засобом розвитку було обрано ігрові ситуації та творчі вправи, що базуються на візуалізації почуттів. Робота з емоційним станом через творчість допомагає дітям краще розуміти внутрішній світ іншої людини, розвиває спостережливість та здатність до безконтактного зчитування настрою партнера по спілкуванню.

5. Відповідно до п'ятого завдання було визначено педагогічні умови, за яких розвиток емпатії у дітей буде найбільш успішним. Такими умовами є: використання різноманітного наочного матеріалу (карток,

пiктограм); створення ситуацiй морального вибору в iгровiй дiяльностi; активне залучення проєктивних методик для зняття емоцiйних бар'єрiв. Зроблено висновок, що регулярне використання дiагностичного iнструментарiю, як-от «Емоцiйного квадрата» чи творчих завдань, дозволяє вчасно коригувати мiжособистiснi стосунки в групi та формувати у дiтей сталу звичку до спiвчуття та взаємодопомоги. Виконана робота пiдтверджує, що цiлеспрямований розвиток емпатiї значно покращує загальний психологiчний клiмат у дитячому колективi та готує дошкiльникiв до подальшого навчання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арт-Терапія У Дитячому Садку: Як Малювати Емоції Та Будувати Стійкість. Експертний Гід Для Батьків Та Педагогів. URL: <http://veseli-elfi.dp.ua/art-terapiya-u-dityachomu-sadku-yak-malyuvati-emoci%D1%97-ta-buduvati-stijkist-ekspertnij-gid-dlya-batkiv-ta-pedagogiv/>
2. Березюк Г. Емоційний інтелект як детермінанта внутрішньої свободи особистості. Психологічні студії Львівського університету. С. 20–23.
3. Бех І. Д. Виховання особистості : монографія. 2-ге вид. Київ : Либідь, 2016. 272 с.
4. Венера В. Є. Психологічна служба в закладах освіти. Практикум : навч. посіб. Тернопіль : ВАТ «ТВПК «Збруч», 2008. 560 с.
5. Вишневський В. В., Корінь М. З. Соціальне середовище як чинник емоційного розвитку дошкільників. Вісник психологічної науки. 2023. URL: https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/43812/2/MNPK_2023_Vyshnovskiy_V_V-Emotional_environment_319-320.pdf
6. ВПРАВИ СПРЯМОВАНІ НА РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ. URL: <https://vseosvita.ua/blogs/vpravy-spryamovani-na-rozvytok-emotsiinoho-intelektu-35122.html>
7. Гриценко В. В. Розвиток емпатії в умовах ігрової взаємодії. Київ : Видавничий дім «Освіта», 2023. 145 с.
8. Дидактична гра - презентація "Дзеркало емоцій" або "Вгадай емоції". URL: <https://vseosvita.ua/library/dydaktychna-hra-prezentatsiia-dzerkalo-emotsii-abo-vhadai-emotsii-733636.html>
9. Дитяча психологія : навч. посіб. / Р. В. Павелків, О. П. Цигипало. Київ : Академвидав, 2008. 432 с.
10. Емпатійне сприйняття це... URL: <https://www.psykholoh.com/post/%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B0%D1%82%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B5->

%D1%81%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%B9%D0%BD%D1%8F%D1%82%D1%82%D1%8F-%D1%86%D0%B5

11. Емпатія у вихованні та розвитку особистості дитини – сенс, актуальність. Роль батьків, педагогів, соціуму. URL: <http://school19.zp.ua/wpcontent/uploads/2020/01/Leshhenko-A.M..pdf>

12. Емпатія, або навіщо говорити з дітьми про почуття. URL: <https://nus.org.ua/articles/empatiya-abonavishhogovoryty-z-ditmy-pro-pochuttya/>

13. Журавлева Л. П. Психологія емпатії : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2017. 328 с.

14. Запорожець О. В. Емоційний розвиток дошкільника. 2021. 180 с.

15. Ігри для розвитку емпатії у дітей 3–6 років: практичні інструменти для психолога ЗДО. URL: <https://golosiiv.irc.org.ua/news/13-09-02-16-03-2026/>

16. Ілійчук Л. Педагогічні умови використання арт-терапії в освітньо-виховному просторі. Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя. Психолого-педагогічні науки. 2016. № 2. С. 114–115.

17. Картки емоцій . URL: <https://vseosvita.ua/library/kartky-emotsii-993949.html>

18. Коган І. М. Емпатія і особливості її розвитку у дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2015. 18 с.

19. Колошин В. Ф. Вплив емпатії на ефективність освітнього процесу. Практична психологія та соціальна робота. 2018. № 1. С. 70–74.

20. Кононко О. В. Соціально-емоційний розвиток дошкільника. Київ : Початкова школа, 2020. 256 с.

21. Корнієнко Н. А. Емоційні механізми морального формування особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Суми, 2012. 208 с.

22. Кротенко В. І. Розвиток емпатії в психологічній літературі. Психологія : зб. наук. пр. НПУ ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2001. Вип. 12. С. 89–96.
23. Люблінська Г. О. Дитяча психологія : навч. посіб. Київ : Вища школа, 2017. 350 с.
24. Мельник Т. В. Вплив інформаційного простору на емоційний розвиток дошкільників. 2024. 128 с.
25. Миронова Н. А. Добрі почуття, емоційна культура – це осередок людяності.... Художня література як розвиток емоційного світу дитини. Дошкільне виховання. 2015. № 3. С. 53–60.
26. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект як інтегральна особистісна властивість. Практична психологія і соціальна робота. 2008. № 6. С. 22–27.
27. Олійник О. М. Культивування емоційної культури як ціннісної потреби дитини дошкільного віку. Інноватика у вихованні : зб. наук. праць / упоряд. О. Б. Петренко. Рівне, 2018. Вип. 7, т. 2. С. 239–247.
28. Основи формування емоційно-чуттєвої сфери дошкільників. Практичні підходи. URL: <https://vseosvita.ua/c/pedagogy/post/47618>
29. Особливості розвитку емпатії у дітей молодшого шкільного віку. URL: https://www.researchgate.net/publication/398279683_OSOBLIVOSTI_ROZVITKU_EMPATII_U_DITEJ_MOLODSOGO_SKILNOGO_VIKU
30. Петренко І. І. Ігрова діяльність як чинник формування моральних якостей дитини. Львів : Каменярь, 2021. 198 с.
31. Піаже Ж. Мова та мислення дитини / пер. з фр. Київ : Основи, 2024. 312 с.
32. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка : підручник. Київ : Академвидав, 2006. 456 с.

33. Природа та процесуальність емпатії. URL: https://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/2_2018/10.pdf
34. Проективна методика “Неіснуюча тварина”. URL: <https://dytpsyholog.com/2015/02/14/B8/>
35. Психолого-педагогічна діагностика старшого дошкільника напередодні його вступу до школи : метод. посіб. / за заг. ред. Н. В. Намінат, Т. Г. Андрєвої. Кривий Ріг, 2011. 296 с.
36. Розвиток емоційної сфери дошкільників / упоряд. І. В. Молодушкіна. 2-ге вид. Харків : Вид. група «Основа», 2011. 207 с.
37. Розпізнавання та вираження емоцій, як своїх, так і інших людей, розвиток емоційного інтелекту. URL: <https://numo.mon.gov.ua/skills/ya-ta-emociyi>
38. Роль мистецтва у розвитку емпатійності дітей дошкільного віку. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/49226/>
39. Савчин М. В. Психологія дитини : навч. посіб. Київ : Академія, 2019. 368 с.
40. Соціально-моральний розвиток і виховання дитини дошкільного віку : кол. монографія / уклад.: О. Л. Кононко та ін. ; за заг. ред. О. Л. Кононко. Ніжин, 2020. 287 с.
41. Терлецька Л. Г. Психологія дитинства: практикум. Київ : Главник, 2018. 144 с.
42. Термінологічні аспекти емпатії. URL: <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v14/i1/11.pdf>
43. Формування емоційної компетентності в умовах ЗДО. Ресурс «Всеосвіта». URL: <https://vseosvita.ua/library/proiekt-na-temu-formuvannia-emotsiinoi-kompetentnosti-807432.html>
44. Цифрові медіа руйнують здатність дітей сприймати емоції - дослідження. URL:

<https://ms.detector.media/mediadoslidzhennya/post/11414/2014-08-27-tsyfrovi-media-ruynuyut-zdatnist-ditey-spryymaty-emotsii-doslidzhennya/>

45. Що таке емпатія простими словами та чому вона важлива у вихованні дітей. URL: <https://pifagor-school.com.ua/blog/shho-take-empatiya-prostymy-slovamy-ta-chomu-vona-vazhlyva-u-vyhovanni-ditej/>

46. Empathy in Carl Rogers theory. URL: https://www.researchgate.net/publication/367304468_EMPATHY_IN_CARL_ROGERS_THEORY

ДОДАТОК А

Методика «Дерево настрою»

Мета завдання: оцінити актуальний емоційний стан, виявити ознаки тривожності та рівень самооцінки.

Інструменти: картинка дерева + 6 різних картинок - облич із різними емоціями.

Інструкція:

«Обери, який настрій зараз у тебе, та приклей/поклади його на дерево».

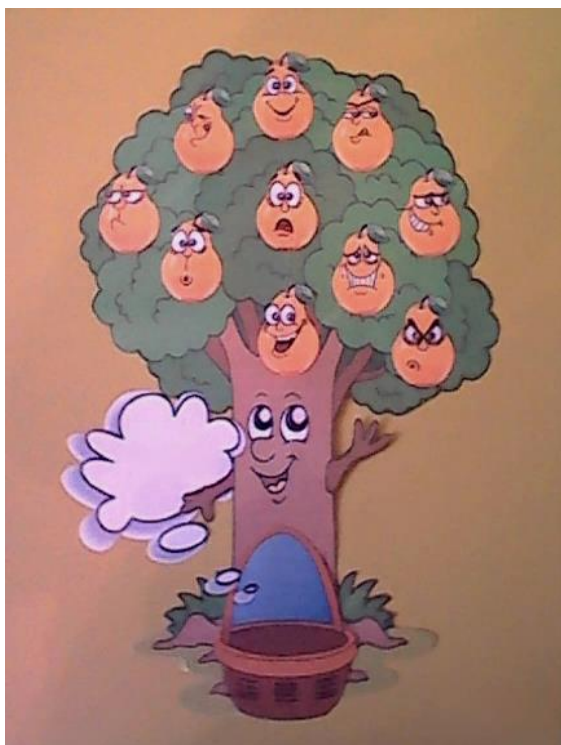
Що можна аналізувати:

Дитина обирає позитивні емоції → стабільний стан;

У дитини лише негативні → тривога, емоційна напруга;

Зміна вибору після розмови → сугестивність, імпульсивність.

Переваги методики для дослідження: : Діти дуже люблять, зацікавлені.



ДОДАТОК Б**Методика «Емоційний квадрат»**

Матеріали: крейда або скотч + 4 емоції.

Як проводити:

Робимо 4 зони (кола або квадрати): радість, сум, страх, злість.

Читаємо дітям короткі ситуації:

«Дитині подарували іграшку»

«Хлопчик загубив рукавичку»

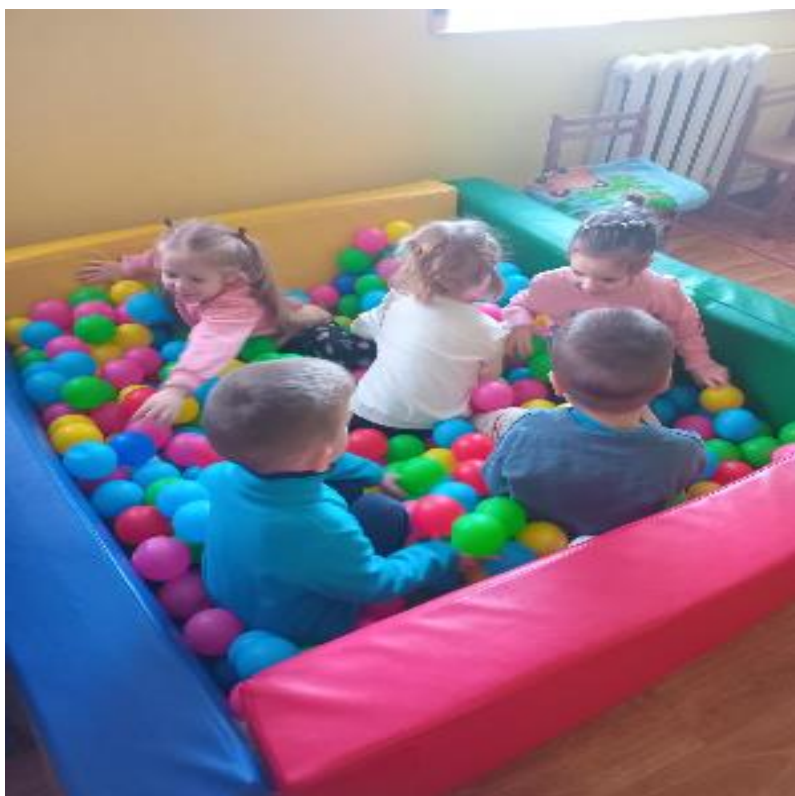
«Дівчинку налякала собака»

«Малюка хтось штовхнув»

Діти стають у те коло, яке відповідає емоції.

Що оцінюємо:

- чи розпізнає емоцію
- чи правильно відповідає на соціальні ситуації
- чи дитина йде за групою або самостійно





ДОДАТОК В

Діагностичні методики на емпатію «Картки емоцій»

Мета: визначити, чи дитина розпізнає чужі емоції, чи співпереживає.

Як проводити:

- показуємо картинки: сумна дитина, зла, налякана, радісна.

- питаємо:

«Що ти думаєш вона відчуває?»

«Що б ти зробив, щоб їй допомогти?»

Що оцінюєш:

чи впізнає емоцію,

чи дає адекватну реакцію («погладив би», «пожалію» і т.д).





ДОДАТОК Г

Методика «Неіснуюча тварина у біді»

Мета: оцінка здатності співчувати й пропонувати допомогу.

Хід:

Діти малюють зображення фантазійної тваринки.

Розказуємо історію: «Вона загубила маму і плаче».

Питаємо:

«Що з нею сталося?»

«Як ти думаєш, як вона себе відчуває?»

«Що можна зробити, щоб їй стало краще?»



Рисунок 2.3.1. Малюнок неіснуючої тварини у біді Респондента №26



Рисунок 2.3.2. Малюнок неіснуючої тварини у біді Респондента №24



Рисунок 2.3.3. Малюнок неіснуючої тварини у біді Респондента №29



Рисунок 2.3.4. Малюнок неіснуючої тварини у біді Респондента №28



Рисунок 2.3.5. Малюнок неіснуючої тварини у біді Респондента №30