



*"Особливості розвитку  
емпатії у дітей.  
Рекомендації та практичні  
вправи для розвитку емпатії"*

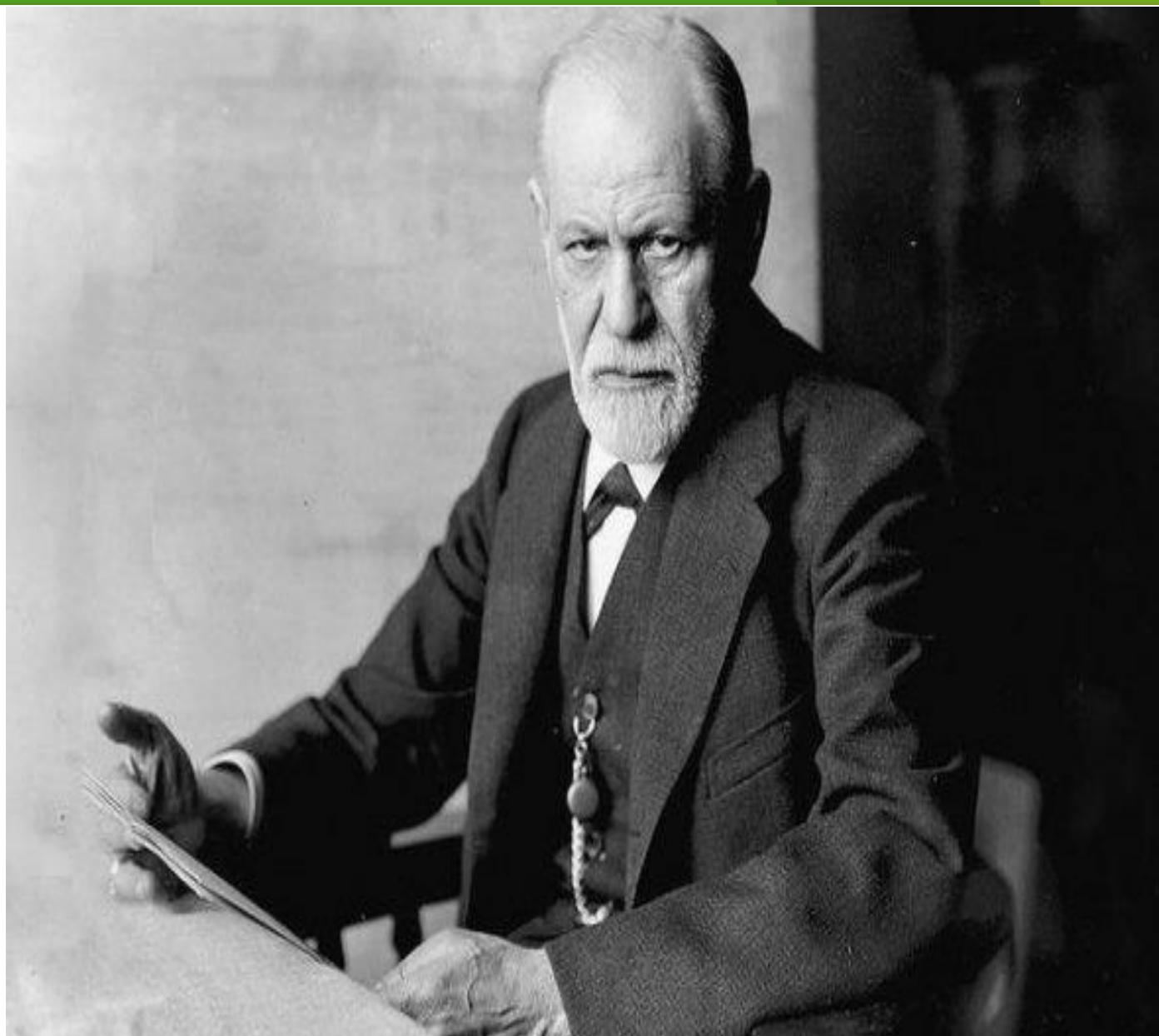
*"Переживи чийсь почуття"*

*Поняття "Емпатія" бере свій початок з давньогрецької філософії, де його розуміли як симпатію і як духовну спільність, завдяки якій люди співчують один одному*



*Поняття "Емпатія" було тотожне за смислом таким поняттям, як "співпереживання" і "співчуття"*

*Одне з перших визначень емпатії належить З. Фройдю, який розумів її як "Вміння поставити себе у стан іншого і намагання зрозуміти його"*



*Сучасне розуміння  
коротко, але досить  
змістовно сформулював  
Дж. Іган:*



*"Емпатія - це здатність  
розуміти та проникати у світ  
іншої людини, а також передати  
їй це розуміння"*





*У дітей ,у будь якому віці,  
велика потреба у дружніх  
відносинах, які  
передбачають прагнення до  
повного розуміння і  
прийняття іншого.*



**При цьому емпатія в більшості  
досліджень розглядається, як умова,  
необхідна для успішного здійснення  
міжособистісної взаємодії**

## Рекомендації батькам



Радійте своїй дитині

Будьте терплячими

Розмовляйте з дитиною спокійно

Намагайтесь ставитись до всього з гумором!

Відвідайте разом з дитиною музеї, виставки, бібліотеки

Намагайтесь не відволікатись, не зупиняти, не переривати дитину, не підганяти її, говорячи, що ви все зрозуміли

Намагайтесь не встановлювати для дитини надто багато правил: вона просто перестане звертати на них увагу

Бажано не примушувати дитину робити щось, коли вона стомилась, схвильована або коли її щось відволікає

Намагайтесь не примушувати дитину робити те, до чого вона не готова

Якщо дитина зацікавилась чимось і почала колекціонувати щось - залучайте до її улюбленої справи та допомагайте їй

Заохочуйте зацікавленість і фантазії дитини

Піклуйтесь про те, щоб дитина мала можливість отримувати нові враження, які можуть стати джерелом її фантазії

Намагайтесь не заперечувати, Наприклад, "Ні, вона не синя"; краще стверджувати: "Вона червона"

Бажано не зловживати стимулами для дитячих вражень - іграшками, поїздками та ін

Бажано не критикувати дитину навіть наодинці, а тим більше у присутності інших людей

Бажано не задавати дитині надто багато запитань

Не можна постійно виправляти дитину, повторюючи: "Не так" "Перероби це"

## Ігри та вправи на розвиток емпатії

**Гра "З'єднувальна нитка"**  
Діти сидять по колу, передаючи один одному клубок ниток так, щоб усі, хто вже отримали клубок, узялись за нитку. Передача нитки супроводжується висловленнями про те, що вони відчують, чого хочуть для себе і що можуть побажати іншим



**Гра "Іграшка"**  
Вправа виконується в парах. Одна дитина з пари - власник красивої і улюбленої іграшки, з якою дуже любить грати. Інша дитина дуже хоче пограти з цією іграшкою. Її завдання - умовити власника іграшки дати пограти з нею.

**Вправа "Що зробиш,  
якщо побачиш..."**

**Дітям пропонують картинки з  
проблемними ситуаціями. Діти  
обговорюють варіанти вчинків  
на побачене**



**Вправа "Телефон"**  
Учаснику дається завдання  
мімікою  
і жестками створити  
видимість розмови зі  
співрозмовником.  
Решті потрібно вгадати,  
про що і з ким ведеться  
розмова по телефону



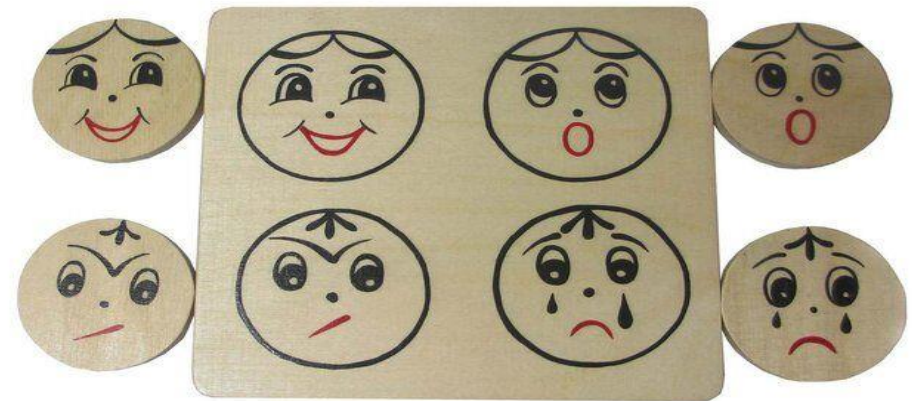


### **Вправа "Мавпа і дзеркало"**

**Учасники діляться на пари, в якій один є мавпою, інший - дзеркалом. За допомогою міміки, жестів мавпа зображує різні почуття, емоції. Дзеркало їх копіює.**

**Потім учасники змінюються місцями**

**Вправа "Що трапилось з героєм"?  
Дітям пропонується скласти розповідь про події, що викликали емоційний стан зображеного персонажа. Вправ проводиться після бесіди з питань: "Як ти думаєш, що трапилось з героєм"?  
"Що він відчуває"?**





### Вправа "Тінь"

Під музику двоє дітей ідуть по дорозі через поле: один попереду - другий - н два-три кроки позаду. Друга дитина - це "тінь" першої. "Тінь" повинна точно повторити всі дії першої дитини. Дитина вчиться відчувати іншу дитину

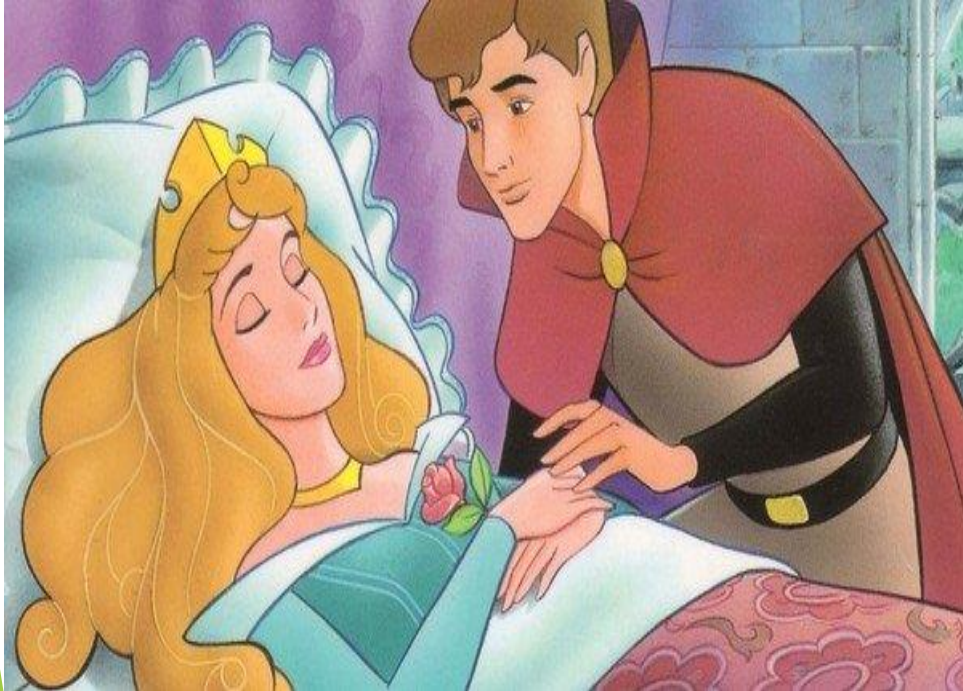
### Вправа "Запам'ятай своє місце"

Діти стоять в колі один за одним. Кожен повинен запам'ятати своє місце. Під музику всі розбігаються, а з її закінченням повертаються на свої місця. Діти вчать не штовхатися, поважати одне одного



## *Ігрова вправа "Зачарована красуня"*

*Вправу проводять усім класом. Вибирають учасницю, яка вдає зачаровану красуню (заплющує очі й не подає голос доки, доти не почує приємні слова від яких прокинеться і подякує своєму "рятівникові") Інші учасники гри по одному наближаються до "зачарованої красуні" і намагаються підбирати такі приємні лагідні слова, щоб розбудити її. "Рятівник" бере на себе роль красуні, і гра триває.*



*Ігрова вправа "Зіпсоване люстерко"  
Учні утворюють коло. Один учасник демонструє сусіду за допомогою експресивних засобів певну емоцію. Той визначає вголос, яку саме емоцію передано, і сам передає по колу іншу емоцію, і так до першого гравця.*

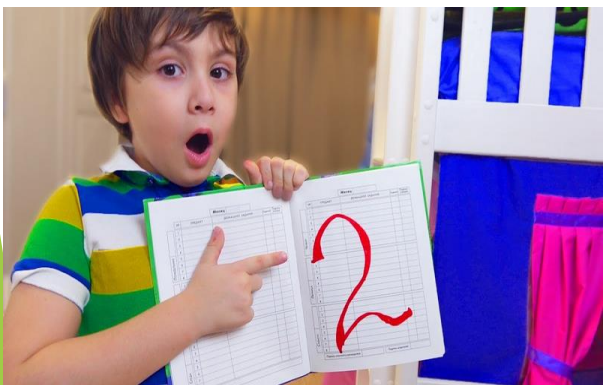
*Правила гри: урізноманітнювати, не повторювати міміку, пози, рухи, жести*

Орієнтовні образи для виконання вправи:

1. Маленький горобчик, що випав із гнізда;



5. Учень, який отримав незадовільну оцінку;



2. Хлопчик, що заблукав у лісі;



3. Собака, який загубився на великій людній вулиці;



4. Рибка, яку упіймали в річці та переселили до акваріуму;



## Оповідання «Дивовижний сніжок»

Того року зима видалася лютою та сніжною. Роман повертався зі школи додому, ідучи, натягував каптур куртки на в'язаний капелюшок. Він трошки заздрив меншому брату Івану, який зараз насолоджувався теплом домівки, бо молодші класи в такий лютий мороз заняття не відвідують.

Яскраве січневе сонце підсилювало білизну снігу, не випромінюючи бажаного тепла. Раптом Роман помітив якусь дивну невеличку грудку, яка темною плямою виділялася на холодному білосніжному килимі. Нахилившись, хлопчик зойкнув: то був замерзлий горобчик. Маленька істота мала жалюгідний вигляд: очі заплющені, лапки піджаті. «Чи живий ще?» — промайнула думка в Романа. Йому пригадалися розповіді товаришів про те, як замерзлі птахи поверталися до життя, коли їх зігрівали.

Обережно піднявши горобця, хлопчик заховав його під куртку й мерщій подався додому. Малий Іванко дивився «телики» і не звернув жодної уваги на повернення брата.

Роман лише скинув куртку і, тримаючи пташку між стуленими долонями, вмовстився на кріслі.

— Що там у тебе? — нарешті малий помітив брата.

— Сніжок із морозу приніс, — пожартував Роман, притискаючи пташку до грудей.

— А що це ти з ним робиш — з тим сніжком? Він же розтане, — здивувався Іван.

— Може й так, — з надією відказав старший брат. Хвилини сприймалися Романом, як години. Аж ось теплі руки хлопчика відчувли слабкі рухи пташки. Роман трохи розтулив долоні й побачив маленькі блискучі перелякані оченята горобчика.

— Не бійся, — хлопчик намагався заспокоїти пташку. Але звук людського голосу, що знаходився так близько, ще більше налякав маленьку істоту: горобець щосили змахнув крильцями й вилетів з Романових долонь.

Ще довгий час Іванко розповідатиме друзям історію про те, як його старший брат врятував від морозу «дивовижний сніжок».



**Індійська приказка говорить: «Не засуджуй людину, поки не проходиш дві весни в її мокасінах».**

**Глибока думка, висловлена простими словами: відчуй іншого, зрозумій його потреби і болі, радощі та смутки і лише тоді зможеш осягнути, оцінити і прийняти.**

**Це все про неї, емпатію, — вміння зрозуміти й відчутти інших.**



**БОЯРСЬКА ЗОШ №2**



**З повагою, психологічна  
служба Боярської ЗОШ №2  
Виконали: Наконечна Т.М.  
Прокопенко А. В**