

<http://dx.doi.org/10.16926/p.2018.27.03>

Aleksandra KRUSZEWSKA

dr, Uniwersytet Humanistyczno-Przyrodniczy im. Jana Długosza w Częstochowie
e-mail: a.kruszewska@ujd.edu.pl

Empatia jako ważny czynnik w procesie komunikacji i interakcji międzyosobowej dzieci w wieku przedszkolnym

Słowa kluczowe: empatia, empatia emocjonalna i poznawcza, komunikacja i interakcja międzyosobowa, wiek przedszkolny, gotowość szkolna.

Wstęp

Współczesny świat dostarcza dorosłym, ale i dzieciom, wielu informacji, które trzeba przyjąć, przetworzyć – zrozumieć i umieć je wykorzystać. Zdolność sprawnego komunikowania się jest jednym z głównych wyznaczników sukcesu życiowego. Poza wrodzonymi zdolnościami, jakie posiada każdy z nas, należy nabywać umiejętności konieczne w komunikacji i interakcji interpersonalnej¹. Jedną z nich jest empatia. Uważa się, że empatia obok asertywności jest składową inteligencji emocjonalnej, jest jedną z dwóch umiejętności, które powinny charakteryzować współczesnego człowieka. Brak tych umiejętności uniemożliwia prawidłowy proces porozumiewania się, powoduje nawarstwianie się konfliktów, agresję we współżyciu, niemożność dotarcia do motywów działania innych, a tym samym – brak poznania źródeł działania i postaw osób z otoczenia.

Człowiek empatyczny jawi nam się jako ktoś delikatny, bardzo wrażliwy i emocjonalny, czyli podatny na przeżywanie emocji. Nie jest egoistą, lecz chce współodczuwać z kimś. Należy tutaj rozgraniczyć współodczuwanie od współczucia. Chodzi tu o współodczuwanie z kimś, a nie wobec kogoś.

¹ Zob. D. Goleman, *Inteligencja społeczna*, Poznań 2007.

Z języka greckiego empatia (gr. *empátheia*) oznacza cierpienie. Rozumienie tego pojęcia w psychologii oznacza współodczuwanie przykrych stanów emocjonalnych drugiej osoby. Empatia rozumiana jest w sposób ogólny jako zdolność do utożsamiania się z innymi osobami i przeżywania ich uczuć. Mamy do czynienia z dwoma rodzajami empatii. Jeżeli dotyczy ona zdolności odczuwania stanów emocjonalnych innych osób, to jest to empatia emocjonalna. Jeżeli natomiast stanowi umiejętność przyjęcia sposobu myślenia osób z otoczenia, spojrzenia z ich perspektywy na rzeczywistość, wówczas mamy do czynienia z tzw. empatią poznawczą².

Termin „empatia”, jak pisze Nancy Eisenberg, był używany w wielu znaczeniach przy różnych okazjach. Pierwotnie posługiwano się nim w estetyce – dotyczył wtedy bezpośredniego udziału w zmysłowym i emocjonalnym doświadczeniu, np. wczuwania się w sytuację. W XX wieku pojęcie to ewoluowało, definiowane było w kategoriach poznawczych jako zdolność do rozumienia psychicznych i emocjonalnych stanów innych ludzi. W literaturze z dziedziny psychologii rozwojowej i społecznej empatię włączano częściowo w zakres terminu „przyjmowanie perspektywy” lub „przyjmowanie roli”, a umiejętność „codziennego czytania w myślach” określano mianem „trafności empatycznej”³.

Najszerze rozumienie terminu empatia postrzegane jest jako proces porozumiewania się ludzi w temacie ich bieżących przeżyć. Treścią tej komunikacji są doświadczenia poznawcze i emocjonalne. Sam poznawczy komponent empatii, czyli zdolność do wyobrażenia sobie perspektywy myślowej należącej do innej osoby (innymi słowy, rozeznania sposobów rozumowania innej osoby), określane jest mianem decentracji (czemu może, ale nie musi, towarzyszyć komponent emocjonalny empatii, czyli zdolność do jednoczesnego współodczuwania stanów emocjonalnych owej innej osoby)⁴. Potocznie mówi się, że osoby pozbawione elementarnych uczuć empatii są „ślepe emocjonalnie”.

Jean Piaget, szwajcarski psycholog dziecięcy, uważał, że empatia jest pochodną rozwoju poznawczego. Myślenie dzieci w wieku przedszkolnym, i niekiedy we wczesnym wieku szkolnym, związane jest z tak zwanym egocentryzmem myślenia, nieświadomością sobie, że perspektywa widzenia innych ludzi może być inna od naszej. Dziecko, jak sądził, nie potrafi wczuć się w położenie innej osoby, bo wymaga to złożonego procesu poznawczego, dlatego pozbawione jest empatii⁵.

Innego zdania jest węgierska psycholog dziecięca Margaret Mahler, akcentująca istotne znaczenie matki w rozwoju w zachowań empatycznych. Jej zdaniem wczesna relacja między matką i dzieckiem polega między innymi na nieświa-

² D. Goleman, *Inteligencja emocjonalna*, Poznań 1997, s. 160.

³ N. Eisenberg, *Empatia i współczucie*, [w:] *Psychologia emocji*, red. M. Lewis, J.M. Hawiland-Jones, Warszawa 2005, s. 849 i nn.

⁴ Zob. E. Aronson, G. Wiczorkowska, *Kontrola naszych myśli i uczuć*, Warszawa 2001.

⁵ Por. J. Piaget, *Studia z psychologii dziecka*, Warszawa 1966.

domym procesie przepływu emocji i istnieniu „emocjonalnej pepowiny” między matką i dzieckiem. W pierwszych miesiącach życia emocje matki przechodzą na dziecko, natomiast nastroje dziecka udzielają się matce. Jeśli w tym okresie życia następują pewne traumy (na przykład matka przeżywa bardzo negatywne uczucia, jest w depresji) lub matka jest nieobecna (śmierć, choroba, zła opieka), to dziecko buduje „mur ochronny”, którego zadaniem jest niewczuwanie się w emocje matki. W wyniku tego zostaje pozbawione zdolności empatycznego wczucia się w położenie innej osoby⁶.

Czy zatem możemy mówić o empatii wśród dzieci? Czy empatia jest tym uczuciem, emocją, którą mogą odczuwać dzieci? Z obserwacji zachowań dzieci można przyznać, że tak.

Amerykańska psycholog dziecięca Helen Borke zaprzeczyła teorii J. Piageta, zgodnie z którą dzieci między 18 miesiącem a 7 rokiem życia są egocentrykami. Piaget uważał, że dzieci są „nieświadomie skoncentrowane na sobie” i nie są w stanie przyjąć czyjegoś punktu widzenia. Dopiero w wieku 7–12 lat dziecko jest w stanie wyswobodzić się ze swojego punktu widzenia i przyjąć cudzy.

Długo uważano, że świadomość społeczna wzrasta z wiekiem dziecka, w miarę jak jego kontakty międzyosobowe poszerzają się i zdobywa ono coraz większego doświadczenia. Uważano, że wraz z rozwojem poznawczym rozwija się wiedza o myślach, uczuciach i motywach działania innych ludzi.

H. Borke przytacza przykłady z zabaw dziecięcych, kiedy to płaczącemu dwuipółletniemu dziecku drugi dwuipółlatek oddaje swoją zabawkę, by go pocieszyć, bo z pewnością rozumie, że tamten jest nieszczęśliwy.

Maja Kochanowska przeanalizowała przebieg badań prowadzonych przez Borke, które polegały na pokazaniu dzieciom rysunków twarzy (smutnej, szczęśliwej, przestraszonej i złej), prosząc o ich identyfikację. Następnie na podstawie opowiadań dzieci miały określić emocje bohatera poprzez wskazanie rysunku twarzy. Pierwsze zadanie wymagało odpowiedzi werbalnej, a drugie, mimo że trudniejsze poznawczo, umożliwiała odpowiedź behawioralną. Rezultaty potwierdzają hipotezę, że forma zadania użyta do mierzenia rozumienia emocji przez dzieci, znacząco wpływa na zdolność dzieci do zakomunikowania swojej świadomości czyichś emocji⁷.

Autorka zauważa, że wiek determinuje generalny trend do wzrostu wrażliwości społecznej (co jest zgodne z obserwacjami Piageta). Podkreśla jednak, że poprawa zdolności reagowania empatycznie różni się w zależności od emocji, jaka była identyfikowana. Świadomość szczęścia istnieje już w wieku 3 do 3,5 lat. Jako jeden z doniosłych i ważnych wniosków podaje, że jako pierwsza rozwija się u dzieci zdolność do odróżniania sytuacji przyjemnych od nieprzyjemnych.

⁶ E. Aronson, G. Wieczorkowska, dz. cyt.

⁷ M. Kochanowska, *Empatia u dzieci. Piaget nie miał racji*, <http://neuroskoki.pl/empatia-u-dzieci/> [dostęp: 19.02.2018].

Identyfikowania różnych emocji dzisiejsze dzieci uczą się z książek, czytanych początkowo przez dorosłych, z telewizji, gdzie oglądają bajki i z rozwoju własnych doświadczeń. Pierwszą emocją, z którą się mierzą, jest strach. Gdy uświadomią go u siebie, będą w stanie współodczuwać go u innych. Z czasem wzrasta wachlarz doświadczanych emocji i uczuć, dzieci uświadamiają sobie, że i inni mają uczucia, które różnią się w zależności od sytuacji, w jakiej się znajdujemy.

W wieku przedszkolnym empatia przyjmuje charakter bardziej emocjonalny niż poznawczy. Pod koniec pobytu w przedszkolu dzieci potrafią zidentyfikować radość, smutek, strach i gniew – cztery podstawowe stany emocjonalne⁸. Najpierw jednak powinny nauczyć się tłumić złość, otrząsać z przygnębienia, i co ważne, panować nad impulsami, by osiągnąć pewien poziom samokontroli i umiejętność opanowania. Dzięki zdolności panowania nad emocjami, nad sobą, formuje się i rozwija umiejętność obcowania z innymi ludźmi. Są to ważne umiejętności społeczne, które decydują o skuteczności w relacjach z innymi i dotyczą nie tylko dzieci, ale także dorosłych.

Umiejętność porozumiewania się z otoczeniem dla dziecka w wieku przedszkolnym ma bardzo duże znaczenie, gdyż w ten sposób zaspokaja wiele ważnych dla siebie potrzeb, takich jak poczucie bezpieczeństwa, przynależności, potrzebę akceptacji, przyjaźni i miłości, jak również potrzebę dominacji (która to jest obecna w zachowaniu dzieci w tym wieku). Pozwala także na satysfakcjonujące funkcjonowanie w różnych sytuacjach społecznych, przede wszystkim w grupie rówieśniczej podczas zabawy. Poziom empatii, jaki osiągnie dziecko jeszcze w okresie przedszkolnym, pozwoli mu na prawidłowe działania i funkcjonowanie w środowisku szkolnym, ułatwi komunikację i interakcje w grupie rówieśniczej, czy z dorosłymi, zarówno w domu, jak i szkole.

Z badań

Przedmiotem podjętych badań były zachowania empatyczne w grupie dzieci przedszkolnych. Starano się odpowiedzieć na pytania: czy dzieci w wieku przedszkolnym wykazują zachowania empatyczne?, czy wiek i płeć determinuje poziom empatii?, czy ich zachowania emocjonalne są adekwatne do określonych sytuacji?

Posłużono się metodą sondażu diagnostycznego przy użyciu techniki obserwacji. Do realizacji badań wykorzystano arkusz obserwacji pedagogicznej własnego autorstwa. Pominęto w badaniach opinie rodziców, gdyż uznano, że nie będą obiektywne. Rodzice zwykle gloryfikują zachowania swoich dzieci i przy-

⁸ Zob. A. Skowrońska, *Identyfikacja przez dzieci 6-cio i 7-letnie wyrazów mimicznych wybranych emocji*, [w:] *Tradycja i nowoczesność w edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej (wybrane aspekty)*, red. U. Ordon, A. Pękala, Częstochowa 2008.

znają im wyższe oceny. Ponadto w szerszej grupie, jaką jest społeczność rówieśników, zauważyć można wiele interesujących sytuacji, które pozwalają na ocenę stopnia empatii. Wachlarz działań, gestów, bezpośrednich kontaktów dzieci w zabawie dostarcza wielu sytuacji, przyjemnych i nie, wesołych i smutnych. Do tych konkretnych zdarzeń dzieci odnoszą się czasami bezwiednie, reagując emocjonalnie. To tu ujawniają się tzw. dobre i złe charaktery.

Dane uzyskane z analizy odpowiedzi udzielonych przez wychowawczynię posłużyły do określenia stopnia zachowań empatycznych dzieci pod względem płci i wieku. Obserwacje pedagogiczne czynione były podczas swobodnych zajęć i zabaw dzieci w przedszkolu. Prowadzone były w przedszkolach na terenie Częstochowy przed zakończeniem semestru zimowego 2017/18. Nauczyciele różnych grup wiekowych zaznaczali w arkuszu płeć dziecka i oceniali na skali punktowej (od 0 do 3) stopień natężenia obserwowanego zachowania. Empatia jest emocją, uczuciem, które przeżywane i odczuwane jest wewnątrz, ale jej zewnętrzne objawy uwidaczniają się szybko w zachowaniu. Zatem nauczycielki były proszone o uchwycenie tych zachowań dzieci i zanotowanie ich w arkuszu.

Łącznie obserwacjom poddano 154 dzieci w wieku od 3 do 6 lat, w tym 79 dziewczynek i 75 chłopców. Szczegółowe dane zawarto w zestawieniach poniżej.

Dane, które mogłyby świadczyć o zachowaniach empatycznych dzieci, pogrupowano według następującego klucza:

- A. Relacje z rówieśnikami
- B. Adekwatność zachowań emocjonalnych w określonych sytuacjach
- C. Umiejętność panowania nad emocjami

Ad A. Dzieci od najmłodszych lat wyrażają chęć do przebywania z innymi dziećmi. Odpowiednio zorganizowana aktywność wyzwala u nich dobre samopoczucie, przez co ich zachowania stają się pozytywne i zrównoważone. Częste kontakty z rówieśnikami rozwijają towarzyskość, zdolność empatii, uczą współdziałania i prawidłowego współżycia, uczą stosowania się do norm i zasad, a także dyskrecji i solidarności. Dzięki grupie dziecko tworzy obraz własnej osoby, umacnia się poczucie jego własnej wartości. W ten naturalny sposób uczy się kształtowania więzi z innymi, dialogu, aktywnego słuchania, kompromisu, negocjacji i rozwiązywania nieporozumień i konfliktów. Grupy rówieśnicze stanowią naturalną formę współżycia dzieci, poprzez uczestnictwo w nich uwidacznia się ich dążenie do działania i samodzielności.

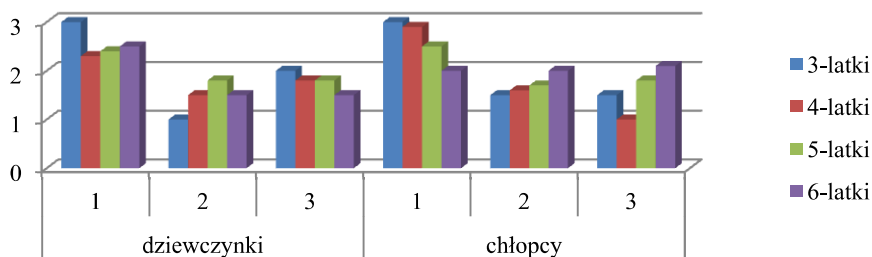
Poproszono nauczycielki, by oceniły takie zachowania, jak:

- 1) czy dziecko garnie się do innych, chętnie przebywa w grupie?
- 2) czy dziecko łatwo ustępuje innym?
- 3) czy dziecko chętnie się dzieli np. zabawkami?

Tabela 1. Relacje dzieci w grupie rówieśniczej – wyniki średnie dla dziewczynek i chłopców według wieku

grupa wiekowa	dziewczynki N=79			chłopcy N=75		
	numer pytania			numer pytania		
	1	2	3	1	2	3
3-latki – dz N=18/ch N=15	3,0	1,0	2,0	3,0	1,5	1,5
4-latki – dz N=23/ch N=21	2,3	1,5	1,8	2,9	1,6	1,0
5-latki – dz N=20/ch N=17	2,4	1,8	1,8	2,5	1,7	1,8
6-latki – dz N=18/ch N=22	2,5	1,5	1,5	2,0	2,0	3,0

Źródło: badania własne.



Wykres 1. Zestawienie średnich odpowiedzi nauczycielek dotyczących relacji dzieci w grupie rówieśniczej

Źródło: badania własne.

Jak wynika z przedstawionych danych, chęć przebywania w grupie z innymi dziećmi cechowała wszystkie dzieci, a w szczególności te najmłodsze, choć wyraźny jest również ich egoizm i egocentryzm (np. niechęć do dzielenia się zabawkami). Dzieci młodsze nadal są skupione na sobie i na tym, co je zajmuje, niełatwo ustępują innym. Relacje z rówieśnikami są bardzo zróżnicowane i zależą prawdopodobnie od sytuacji, dyspozycji psychicznej w ciągu dnia i kontekstu zabawy. Jeżeli porównamy różnice w zachowaniu pod względem płci, zauważymy, że dziewczynki osiągały niższe wartości w ocenie nauczycielek. Zaznaczał się u nich w większym niż u chłopców egoizm i widoczna była wyższa agresja społeczna, wyrażająca się w nieustępowaniu innym dzieciom. Wydaje się, jakby potrzebowały wsparcia emocjonalnego.

Ad B. Typowe emocje przejawiane przez dzieci w wieku przedszkolnym to lęk, gniew, złość, zazdrość, radość, żal, miłość, ciekawość. Mieszą się one praktycznie w każdej nadarzającej się sytuacji. Bywają bardzo gwałtowne, ale szybko przemijają, i to jest cechą charakterystyczną dla wieku dziecięcego. Istnieją także emocje pośrednie, najczęściej odczuwane: niepewność, zdenerwowanie, wściekłość, przerażenie, poczucie winy, strach, panika, wstyd, rozczaro-

wanie, upokorzenie oraz wiele innych⁹. Emocje dziecka w wieku 5–6 lat są zazwyczaj raptowne, powodują awanturę, przechodzą w krzyk, potem płacz. Obrażanie się bywa częste, choć krótkotrwałe. Pojawia się histeria, a nawet agresja fizyczna, plucie czy bicie zdarzają się nader często. Emocje przeplatają się, przechodząc z jednych w drugie, trwają krócej lub dłużej, z różną częstotliwością i w różnych okresach czasu. To czas labilności emocjonalnej, bywa, że szybko się pojawiają i szybko znikają, przechodząc w inne. Ta zmienność nastrojów nie przeszkadza w zawieraniu stosunków koleżeńskich, które też w zależności od sytuacji bywają bardziej lub mniej trwałe. Wraz z wiekiem zauważalna jest też pewność w działaniu, zwłaszcza u tych dzieci, które są ekspansywne i mają cechy przywódcze.

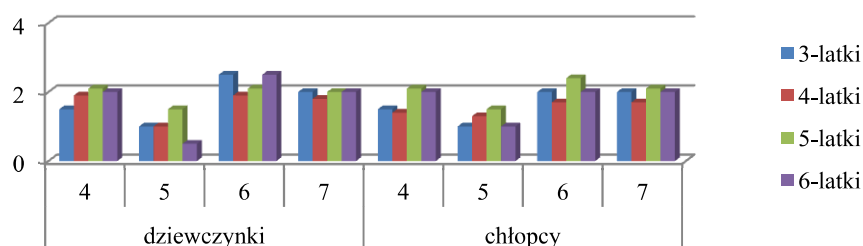
Poproszono zatem o ocenę następujących zachowań:

- 1) czy dziecko mówi o swoich stanach emocjonalnych, przeżyciach i odczuciach na jakiś temat?
- 2) czy często zdarza się, że dziecko naśladuje bohaterów bajek?
- 3) czy dziecko z łatwością nawiązuje nowe kontakty z innymi dziećmi?
- 4) czy dziecko jest pewne siebie w działaniu, w kontaktach?

Tabela 2. Adekwatność zachowań emocjonalnych w określonych sytuacjach – wyniki średnie dla dziewczynek i chłopców według wieku

grupa wiekowa	dziewczynki N=79				chłopcy N=75			
	numer pytania				numer pytania			
	4	5	6	7	4	5	6	7
3-latki – dz N=18/ch N=15	1,5	1,0	2,5	2,0	1,5	1,0	2,0	2,0
4-latki – dz N=23/ch N=21	1,9	1,0	1,9	1,8	1,4	1,3	1,7	1,7
5-latki – dz N=20/ch N=17	2,1	1,5	2,1	2,0	2,1	1,5	2,4	2,1
6-latki – dz N=18/ch N=22	2,0	0,5	2,5	2,0	2,0	1,0	2,0	2,0

Źródło: badania własne.



Wykres 2. Zestawienie średnich wyników odpowiedzi nauczycielek dotyczących adekwatności zachowań emocjonalnych w określonych sytuacjach

Źródło: badania własne.

⁹ W interesujący sposób przedstawione jest to na tzw. kole emocji Roberta Plutchika, gdzie na trójwymiarowym diagramie przedstawione są diady emocji (mieszane są dwie dowolne emocje pierwotne, w wyniku których powstaje nowa emocja)

Prezentacja danych pozwala stwierdzić, że wraz z wiekiem dzieci zaczynają dostrzegać wartość więzi z innymi, rozumieć, że może to mieć dla nich duże znaczenie i wpływ na nie i ich zachowanie. Zaznacza się tutaj większe zainteresowanie bycia z grupą, nawiązywania szerszych i bliższych relacji z innymi dziećmi. Jak widać, daje to dzieciom pewność siebie. Wiadomym jest, że wraz z rozwojem społeczno-emocjonalnym wzrasta ciekawość i dostrzeganie przez dzieci więzi międzyludzkich oraz rozumienie relacji międzyosobowych. Niemniej jednak jest to jeszcze nie w pełni uświadomione i nie można tu oczekiwać od dzieci pełnej świadomości i konsekwencji w tej kwestii. Wyniki, jakie uzyskano z odpowiedzi na poszczególne pytania, nie różnicują dzieci pod względem płci – różnice są znikome. Adekwatność zachowań wobec zaistniałych sytuacji można rozpatrywać również z punktu widzenia wychowania rodzinnego. Rozmów na temat przeżywanych emocji i uczuć dzieci uczą się od swoich rodziców, którzy ujawniają je w codziennym życiu. Tu badanie pokazało, że wraz z wiekiem dzieci starają się uzewnętrzniać przeżycia, ale przychodzi im to z trudem.

Ad C. Dzieci im dłużej uczęszczają do przedszkola, tym lepiej poznają swoje reakcje emocjonalne, potrafią je trafniej rozpoznawać u siebie, u innych koleżanek czy kolegów. Zaczynają poznawać się nawzajem, swoje reakcje i usposobienia. Często zauważa się, że dzieci przyglądają się sobie z boku. Wraz z wiekiem, nabierając zdolności kontrolowania i regulowania emocji, zdobywają również umiejętności radzenia sobie z nimi w różnych sytuacjach. Zaczynają dysponować różnymi strategiami obronnymi, stosują różne wybiegi po to, by osiągnąć cel. Jednak jeszcze trudno jest im opanować emocje, będące wynikiem reakcji na daną, nową sytuację. Dzieci, odczuwając coraz więcej różnorodnych emocji, często nie potrafią sobie jeszcze z nimi dać rady, nie potrafią ich wszystkich nazwać. Dzieci prostymi, swoimi słowami potrafią wyartykułować radość, szczęście, miłość, czy też uczucia niezadowolenia i gniewu. Częściej jednak emocje nie są wyrażane słowami, lecz zachowaniem, mimiką twarzy, gestem. Szczególnie widoczne jest to u dzieci młodszych, których zasób słownictwa nie pozwala na manifestację słowną – posługują się ekspresją niewerbalną. Wraz ze wzrostem kontaktów międzyosobowych, obserwacją zachowania innych, często współodczuwają to, co inni, choć nie są w pełni tego świadome. Wciąż dzięki rozwojowi poznawczemu potrafią, a przynajmniej starają się, dostosować swoje zachowania emocjonalne do określonych sytuacji. Jednak nie zawsze to się udaje, wybuchają płaczem w sytuacjach nagłego wzburzenia (np. gdy zabierze im się zabawkę) czy zagrożenia (np. gdy rodzic zostawia dziecko w przedszkolu). Z biegiem czasu starsze dzieci potrafią panować nad emocjami, odpowiednio je okazywać w stosunku do zaistniałej sytuacji. Czas przedszkolny to czas, w którym rodzice i wychowawcy wymagają od dzieci kontroli reakcji emocjonalnych, nie pozwalają na wybryki i wybuchowe zachowania. Każda niesubordynacja jest w jakiś sposób piętnowana i dyskutowane są skutki braku samokontroli. W tym czasie wdraża się dziecko do kulturalnego i odpowiedzialne-

go wypowiedziania się, bez używania nadmiernych emocji, szanowania i respektowania innych w dyskusji. Wraz z wiekiem wymagania w stosunku do dzieci zmieniają się. Piętnuje się tzw. obraźliwość i wszelkie zachowania egoistyczne, dominację.

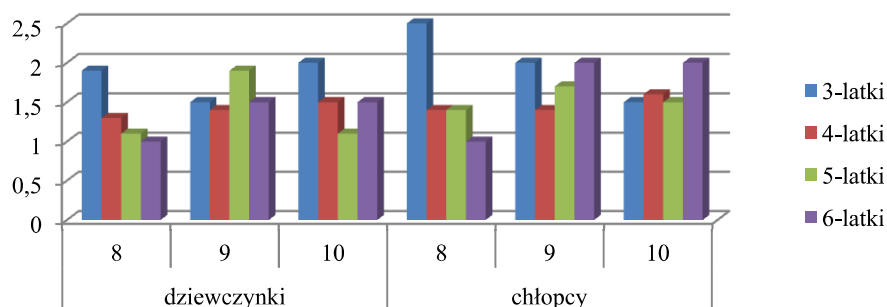
Poproszono wychowawczyń o określenie następujących zachowań:

- 1) czy dziecko często mówi podniesionym głosem?
- 2) czy dziecko jest w stanie panować nad emocjami, kontrolować swoje emocje?
- 3) czy dziecko w sytuacjach nieznanymi lub przykrych okazuje lęk?

Tabela 3. Umiejętność panowania nad emocjami – wyniki średnie dla dziewczynek i chłopców według wieku

grupa wiekowa	dziewczynki N=79			chłopcy N=75		
	numer pytania			numer pytania		
	8	9	10	8	9	10
3-latki – dz N=18/ch N=15	1,9	1,5	2,0	2,5	2,0	1,5
4-latki – dz N=23/ch N=21	1,3	1,4	1,5	1,4	1,4	1,6
5-latki – dz N=20/ch N=17	1,1	1,9	1,1	1,4	1,7	1,5
6-latki – dz N=18/ch N=22	1,0	1,5	1,5	1,0	2,0	2,0

Źródło: badania własne.



Wykres 3. Zestawienie średnich odpowiedzi nauczycielek dotyczących umiejętności panowania nad emocjami

Źródło: badania własne.

Manifestacja emocji jest widoczna u dzieci młodszych, chociaż i one zaczynają obserwować rzeczywistość wokół, empatyczne zachowania innych i próbują naśladować innych. Z wiekiem zaznacza się dbałość o uczucia innych, a także zaczyna się różnicowanie rodzajów emocji. Dzieci coraz częściej potrafią odróżniać emocje pozytywne od negatywnych. Różnicują emocje podstawowe. Nie dziwi fakt głośnego mówienia dzieci młodszych (tu wyraźnie wskazywano na chłopców). One, jak wspomniano wcześniej, mają taką tylko możli-

wość zmanifestowania siebie i zwrócenia na siebie uwagi. To, jak widać, wraz z wiekiem ma tendencję spadkową. Stopień kontroli emocji dzieci we wszystkich grupach wiekowych nie był zaskoczeniem. Długo jeszcze, nawet w okresie wczesnej i późnej adolescencji, zauważalne będą problemy z kontrolą emocji.

Jeżeli chodzi o odczuwanie lęku, jako jednej z podstawowych i najbardziej adekwatnie dekodowanych emocji u dzieci, należy zauważyć, że dzieci uświadamiały sobie go wraz z wiekiem, choć odwrotnie proporcjonalnie przedstawiało się to względem płci. Szczególnie zauważyć to można na przykładzie chłopców – im starsi chłopcy, tym większa bojaźliwość.

Zakończenie i wnioski

Psychologowie uważają, że pomimo stereotypu, w myśl którego uważa się, że (kobiety) dziewczynki wykazują większą empatię niż (mężczyźni) chłopcy, dane dotyczące tej kwestii nie są jednoznaczne. Jest bardzo prawdopodobne, że doświadczenia nabywane przez dzieci w domu i w innych kontekstach społecznych wpływają na ich reakcje emocjonalne na innych ludzi. Jak uważa N. Eisenberg, „rodzicielskie praktyki socjalizacyjne mogą w pewnym stopniu odzwierciedlać strukturę genetyczną rodziców, która jest przekazywana potomstwu i oddziałuje na zdolność dziecka do empatii”¹⁰. Uważa się, że związane z empatią reagowanie dzieci prawdopodobnie kształtuje się jako funkcja czynników konstytucyjnych i środowiskowych. Wszystko dzieje się według teorii rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona¹¹. Pod wpływem środowiska, w którym żyje dziecko, przebiega proces ewolucyjny – poprzez kryzysy psychospołeczne człowiek osiąga coraz to wyższy poziom integracji. Następuje tu sprzężenie zwrotne: dziecko dostosowuje się do środowiska, a środowisko do dziecka. Jednak każdy następny etap w życiu dziecka zależy od jakości poprzedniego etapu. Należy dbać o ten okres rozwoju dziecka ze szczególną atencją, gdyż błędy popełnione w tym okresie mogą mieć skutki już w niedalekiej przeszłości dziecka – w środowisku szkolnym.

Empatii można uczyć od najmłodszych lat. Dobrym sposobem jest głośne czytanie literatury dziecięcej, rozmowa o uczuciach i aktualnie przeżywanych emocjach. Nieprawdą jest, że trzylatki nie są empatyczne – z sukcesem różnicują proste emocje, takie jak radość. Nabywanie doświadczeń ilościowych i jakościowych prowadzi do poszerzania się wzorców i modeli zachowania. Należy podkreślić fakt, że nie tylko przebywanie dziecka w grupie rówieśniczej ma istotny wpływ na rozwój zachowań empatycznych, jak i innych zachowań prospołecznych – istotną rolę pełni tutaj także rodzina.

¹⁰ N. Eisenberg, dz. cyt., s. 859.

¹¹ Zob. E. Erikson, *Tożsamość a cykl życia*, Poznań 2004; L. Witkowski, *Rozwój i tożsamość w cyklu życia. Studium koncepcji Erika H. Eriksona*, Łódź 2009.

Należy również pamiętać, że empatia to podstawa inteligencji emocjonalnej, która ma przemożny wpływ nie tylko na relacje dziecka z innymi osobami z otoczenia, ale również na to, jak będzie ono radziło sobie w dalszym życiu. Bez niej (empatii) rozwój społeczno-emocjonalny każdego dziecka będzie „ubogi”. Umiejętność, zdolność bycia wrażliwym na innych, rozumienia postępowania i intencji ludzi z otoczenia, trafnego odczytywania emocji innych osób, to jedne z podstawowych czynników w procesie komunikacji i obcowania z ludźmi.

Bibliografia

- Aronson E., Wieczorkowska G., *Kontrola naszych myśli i uczuć*, Wydawnictwo Santorski, Warszawa 2001.
- Erikson E., *Tożsamość a cykl życia*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2004.
- Goleman D., *Inteligencja emocjonalna*, Wydawnictwo Media Rodzina, Poznań 1997.
- Goleman D., *Inteligencja społeczna*, Wydawnictwo Rebis, Poznań 2007.
- Kochanowska M., *Empatia u dzieci. Piaget nie miał racji*, <http://neuroskoki.pl/empatia-u-dzieci/>.
- Piaget J., *Studia z psychologii dziecka*, tom 65 serii wydawniczej OMEGA, Warszawa 1966.
- Psychologia emocji*, red. M. Lewis, J.M. Hawiland-Jones, GWP, Warszawa 2005.
- Skowrońska A., *Identyfikacja przez dzieci 6-cio i 7-letnie wyrazów mimicznych wybranych emocji*, [w:] *Tradycja i nowoczesność w edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej (wybrane aspekty)*, red. U. Ordon, A. Pękala, Wydawnictwo AJD w Częstochowie, Częstochowa 2008.
- Witkowski L., *Rozwój i tożsamość w cyklu życia. Studium koncepcji Erika H. Eriksona*, Wydawnictwo WSEZ, Łódź 2009.

Empathy as an important factor in communication and interpersonal interaction among pre-school children

Summary

Empathy means as much as compassion, ability, and the ability to understand the emotional state of another person. It would seem that if it is a feeling, an emotion, it does not depend on us whether we will feel it or not. Nothing more wrong. We can teach and learn empathy throughout our lives. In upbringing, it is mainly about shaping a socially, emotionally sensitive human being for all kinds of changes in the environment. This can be expected to some extent from pre-school children. The child's emotional processes depend to a large extent on the functioning of his nervous and hormonal systems – on the general health, and perhaps mainly from contacts with the closest family members, from early social experiences and later from the atmosphere prevailing in the

peer environment. The pre-school period is the time preparing the child to study at school, stay in a wider environment. The level of empathy that he presents in pre-school age will greatly facilitate his communication and interaction at school. The presented research results were aimed at determining the degree of empathy in pre-school children. Analysis of the research material allowed to determine the empathic behavior of preschoolers in terms of age and gender and their maturation to empathy.

Keywords: empathy, emotional and cognitive empathy, communication and interpersonal interaction, pre-school age, school readiness.