

ЭМПАТИЯ ЛИЧНОСТИ КАК ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ

Епихина П.В.

Россия, Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина
EPV14@yandex.ru

Специалисты социальной сферы часто оказываются перед необходимостью психологического понимания другого человека. Без этого невозможно оказывать положительное влияние на человека, добиваться его расположения и доверия, создавать условия для самореализации, побуждать к хорошим поступкам, убеждать быть дисциплинированным и т. д. Часто необходимо разгадать причину его – поступков, свойств, состояний, отдельных реакций. Но человек – будь то ребенок, подросток или взрослый – не доступен для логического анализа, а в некоторых случаях сознательно маскирует свою индивидуальность или неосознанно дает о себе ложную информацию. Часто случается так, что ни формальная логика, ни профессиональные знания, ни воспоминания о типичном и подобном не позволяют понять и упредить человеческую индивидуальность. И тогда в ход идет эмпатия – древнее, испытанное средство рационально-эмоционально-интуитивного отражения Я другого.

Вопросами присутствия у человека эмпатических способностей занимались в своих работах отечественные и зарубежные исследователи.

Термин «эмпатия» впервые был введен в 1909 г. американским психологом Э.Б. Титченером, обобщившим развивавшиеся в философской традиции идеи о симпатии с теориями вчувствования Э.Клиффорда и Т. Липпса. По его мнению, эмпатия – это постижение эмоционального состояния, проникновение – вчувствование в переживания другого человека.

В современной науке можно выделить несколько подходов к пониманию эмпатии (см. таблицу 1).

Таблица 1.

Подходы к пониманию эмпатии в современной науке

№ п/п	Название подхода	Исследователи	Содержание подхода
1	Аффективный	Дж. Морено, Т.Н. Пашунова	Эмоциональная реакция, эмоциональное соучастие в переживаниях других людей, как способность приобщиться к эмоциональной жизни другого, разделить его эмоциональное состояние.
2	Аффективно-когнитивный	О.В. Аллахвердова А.А. Бодалев, А.Г. Ковалев, В.П. Морозов, П. Массен, Л.А. Петровская, Т. Шибутани	Способность понимать переживания другой личности и сопереживать ей в процессе межличностных отношений. Разделенное ответное чувство, возникающее у ребенка при постижении душевного состояния других людей.
3	Когнитивный	В.А. Лабунисая, А.И. Макеева	Способ понимания другого человека, его чувств, потребностей, как интеллектуальная реконструкция его внутреннего мира, понимание и оценка отличия людей друг от друга. В рамках этого направления эмпатия изучается как способность прогнозировать поведение другого человека, предсказывать его реакцию и ответы
4	Интегративный	В.В. Бойко, Т.П. Гарилова, Ю.А. Менджерицкая, К. Роджерс	Единство когнитивного и аффективного аспектов, дополненное действенным аспектом, выражающимся в актах бескорыстной помощи другому,

			коммуникативный, позволяющий передавать партнёру понимание его переживаний.
--	--	--	---

В нашей работе будем рассматривать эмпатию в рамках интегративного подхода. Более подробно проанализируем взгляды представителей данного направления.

Российский ученый В.В. Бойко рассматривает эмпатию как рационально-эмоционально-интуитивную форму отражения, которая является особенно утонченным средством «вхождения» в психоэнергетическое пространство другого человека [1]. По мнению Т.П. Гавриловой эмпатия представляет собой специфическую способность человека эмоционально отзываться на переживание другого, будь то человек, животное или антропоморфизированный предмет. Автор утверждает, что эмпатия может возникать и при непосредственном восприятии переживаний другого человека, и в ситуации неблагополучия индивида, которая переживается как жалость, печаль, сострадание.

Сравнивая отечественные и зарубежные работы, в которых сделаны попытки определения эмпатии, Ю.А. Менджерицкая определяет данное понятие как социально-психологическое свойство личности, состоящее из ряда способностей:

- 1) способности эмоционально реагировать и откликаться на переживания другого;
- 2) способности распознавать эмоциональные состояния другого и мысленно переносить себя в его мысли, чувства и действия;
- 3) способности выбирать адекватный эмпатический ответ (вербального и невербального типа) на переживания другого человека, использовать способы взаимодействия, облегчающие страдания другого [2].

В своих трудах американский психолог К. Роджерс дает определение эмпатии как способности человека к параллельному переживанию тех эмоций, которые возникают у другого человека в процессе общения с ним. «Быть в состоянии эмпатии» означает воспринимать внутренний мир другого точно, с сохранением эмоциональных и смысловых оттенков: как будто становишься этим другим, но без потери ощущения «как будто». Так, ощущаешь радость или боль другого, как он ощущает, и воспринимаешь их причины, как он их воспринимает. Но обязательно должен оставаться оттенок «как будто»: как будто это я радуюсь или огорчаюсь [3, с.167].

Важно подчеркнуть, что эмпатия может быть направлена как на самого себя, так и на другого человека. Форму эмпатии, направленную на себя, обозначают как сопереживание, чувство дискомфорта или личностный дистресс. Форму эмпатии, направленную на другого, обозначают как сострадание, сочувствие или эмпатическая забота. В сочувствии отражается переживание индивидом неблагополучия другого как таковое безотносительно к собственному благополучию. Оно возникает в ситуации, когда воспринимаемое состояние партнера актуализирует нравственные побуждения в его пользу и вызывает потребность помочь ему [4].

Если рассмотреть особенности психологической природы эмпатии, то можно предложить классификацию по различным признакам.

В качестве одного из классификационных признаков можно предложить - *глубину протекания*. Производить оценку намерений и поступков другого индивида с позиции своего собственного «Я» представляет собой элементарный случай эмпатии. В соответствии с тем, какая затронута сторона психики другого индивида, можно выделить следующие виды эмпатии (*см. схему 1*):



СхС

хема 1. Классификация эмпатии по признаку глубины протекания

Эмоциональная. В свою очередь делится на эмпатию как сопереживание, эмпатию как сочувствие. Сочувствие – это переживание собственных состояний эмоциональных в связи с чувствами другого человека. Сопереживание – это переживание тех же состояний эмоциональных, что испытывает другой, через отождествление с ним. Эмпатия сочувствия начинает интенсивно развиваться лишь в подростковом возрасте. Она в полной мере выражает межличностную идентификацию, которая является не только мысленной (воспринимаемой и понимаемой) и чувственной (сопереживаемой), но и действенной. На этом уровне эмпатии проявляются реальные действия и поведенческие акты по оказанию помощи и поддержки партнеру по общению (иногда такой стиль поведения называют помогающим). В этом разрезе эмпатия была подробно исследована Т.П. Гавриловой [5].

Примером сопереживания может служить переживание учеником волнения отвечающего на экзамене товарища во время ожидания своей очереди. Ребенок может сочувствовать старому человеку, испытывать к нему чувство жалости, хотя его переживания непосредственно не являются для него близкими.

При сочувствии субъект переживает без соотнесения с собой, в то время как при сопереживании субъект переживает чувства другого как бы за себя, поскольку они имели место в прошлом опыте субъекта, или если они связаны с предвосхищением им подобной возможности для себя, особенно в ближайшем будущем [5].

Оценочная эмпатия - это способность одного оценивать свои действия, высказывания или личностные качества с позиции другого. В отличие от эмоциональной, оценочная относится к разновидности «понимающей» эмпатии, хотя имеет этическую окраску. Наличие оценочной эмпатии обосновано М.М. Мукановым [6].

Когнитивная. Способность индивида предвидеть замысел другого. В основе иерархической структурно-динамической модели лежит когнитивная эмпатия, проявляющаяся в виде понимания индивидом психического состояния другого человека без изменения своего собственного состояния. Когнитивная эмпатия заключается в готовности одного человека принять точку зрения другого человека, тогда как эмоциональная эмпатия связана с готовностью откликнуться на чисто эмоциональном уровне. Иногда когнитивную эмпатию характеризуют как эмпатию познавательную. Этот вид эмпатии был исследован Р. Даймондом.

В качестве следующего классифицирующего признака можно обозначить - *длительность протекания* (см. схему 2).



Схема 2. Классификация эмпатии по признаку длительности протекания.

Необходимость в эмпатии возникает в тех случаях, когда надо выявить, понять, предвосхитить индивидуальные особенности другого и затем воздействовать на него в нужном направлении. В таком смысле эмпатия – ценнейшее орудие познания человеческой индивидуальности, а не просто способность демонстрировать соучастие и сопереживание.

В.В. Бойко в своих исследованиях выделяет следующие каналы эмпатии:

Рациональный канал эмпатии характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность любого другого человека — на его состояние, проблемы, поведение. Это спонтанный интерес к другому, открывающий шлюзы эмоционального и интуитивного отражения партнера. В рациональном компоненте эмпатии не следует искать логику или мотивацию интереса к другому. Партнер привлекает внимание своей бытийностью, что позволяет эмпатирующему непредвзято выявлять его сущность

Эмоциональный канал эмпатии связан с пониманием другого на основе своего эмоционального опыта, посредством эмоциональных ассоциаций и переносов: я бы переживал, реагировал так (не так); обычно воспринимаю, оцениваю это так (не так); меня обычно это волнует (не волнует) и т. д.

Интуитивный канал эмпатии сводится к подсознательной обработке информации о партнере. Обобщение и вывод о нем осуществляются без участия логики, но на основе бессознательных сопоставлений с прошлым опытом.

Эмпатия способствует развитию межличностных отношений и стабилизирует их, позволяет оказывать поддержку человеку не только в обычных, но и в трудных экстремальных условиях, когда он особенно в ней нуждается. Особенно эти качества соотносятся с требованиями к профессиональным и личностным компетенциям профессий сферы «Человек-Человек», к которым относится профессия специалиста по социальной работе.

Литература

1. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М., 1996.
2. Менджеричкая Ю.А. Эмпатия личности и ее роль в возникновении ситуаций затрудненного и незатрудненного общения // Психология затрудненного общения. М., 2001. С. 165-179.
3. Роджерс К. Эмпатия // Психология эмоций. М., 1984. С.235-237.
4. Гаврилова, Т.П. Экспериментальное изучение эмпатии у детей младшего и среднего школьного возраста // Вопросы психологии. 1974. №5. С. 107–114.
5. Гаврилова Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии // Вопросы психологии. 1975. № 2. С. 147-157.
6. Муқанов М.М. Учет индивидуальных особенностей в общении. Алматы, 1961.