

УДК 159.942.5

ЕМПАТІЯ ЯК КОМПОНЕНТ ПРОФЕСІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ  
ПСИХОЛОГАШТИХ І.І., СЬОМОЧКІН М.  
Мукачівський державний університет

*У статті йде мова про емпатію як процес осягнення емоційних станів іншої людини, здатність емоційно відгукуватися на переживання інших людей. У науковій літературі існують різні підходи до визначення емпатії як властивості особистості. Актуальним на сьогодні є визначення чинників розвитку емпатії й оптимального рівня її вираженості для ефективної роботи практичного психолога. Метою статті є аналіз дослідження, проведеного серед студентів – майбутніх психологів з визначення рівня їх професійних емпатійних здібностей, ціннісних орієнтацій та спрямованості їх особистості.*

**Ключові слова:** емпатія, емпатійні здібності, комунікативні здібності, співпереживання, співчуття, емоційність, фахові навички, гуманістична спрямованість особистості.

**Актуальність теми.** Розвиток ринкових взаємовідносин у суспільстві вимагає появи конкурентоздатного фахівця. Особливо жорстко визначені критерії відбору за рівнем професійної компетентності молодих спеціалістів тих професій, які тільки завойовують місце на ринку праці. До таких, власне, й належить достатньо «молода» у вітчизняному просторі професія практичного психолога. Складність його роботи зумовлена необхідністю постійного тісного душевного контакту психолога з клієнтами. Тому вже на етапі професійної підготовки повинен забезпечуватись супровід формування професійно–комунікативних здібностей майбутніх психологів.

Професійне становлення значною мірою залежить від самої особистості майбутнього спеціаліста, від його бажання, мотивації та інших характеристик, але створити умови для такого становлення - задача закладу освіти. Сучасна філософія освіти вищої школи окреслила образ студента як творчої, вільної особистості, яка розкриває свій потенціал у науково–дослідній діяльності, вміє самостійно організувати власне навчання та саморозвиток.

Беручи до уваги всю складність розуміння емпатії як психологічного феномена та враховуючи погляди науковців про емпатію, як професійно важливу якість практичного психолога, ми розуміємо доцільність вивчення даної теми в наш час. Актуальним на сьогодні є визначення чинників розвитку емпатії й оптимального рівня її вираженості для ефективної роботи практичного психолога. Окремі уваги потребує розвиток професійної емпатії студентів-психологів у процесі фахової підготовки.

Теоретичні та методологічні засади професійної підготовки майбутніх практичних психологів розглядаються в роботах Т. М. Данилової, Н. М. Дуднік, Л. М. Кобильника, М. О. Коць, Н. Ф. Литовченко, О. В. Літвінової, Л. В. Логінової, О. О. Міненко, В. Г. Панка, Н. І. Пов'якель, Л. П. Скорич, І. Г. Тимощука, О. Л. Туриніної, Н. В. Чепелевої та ін.[1;2;4]

Науковцями розглядаються професійно значущі якості особистості психолога, які потрібно в свою чергу розвивати та вдосконалювати (І. В. Дубровіна, Є. П. Ільїн, Р. В. Овчарова, Г. К. Маркова). Однією з таких якостей виділяють емпатію (М. А. Анімов, В. М. Варталян, П. П. Горностаї, Т. М. Данилова, Н. Ф. Каліна, Х. Когут, Т. В. Мінько, Л. В. Мова, К. Роджерс, О. П. Саннікова, І. Г. Тимошук, Н. В. Чепелева та ін.). [3;4]

У науковій літературі існують різні підходи до визначення емпатії як властивості особистості (Ю.Б. Гіппенрейтер, І.М. Юсупов, К. Роджерс ) та емпатії, як процесу (А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл ), рівнів її розвитку (Ю.Б. Гіппенрейтер, А.Е. Штейнмец, І.М. Юсупов ), механізмів формування (І.Г.Осухова та ін.) [2;3].

Різні аспекти розвитку особистості висвітлювалися в роботах вітчизняних психологів і педагогів (К.О.Абульханова-Славська, М.Й.Боришевський та ін.), що стали методологічним та теоретичним підґрунтям багатьох досліджень цієї проблеми. Особлива увага почала приділятися емоційному розвитку, чутливості, сприйманню та співпереживанню. Низка досліджень привчена окремим аспектам розвитку емпатії та її компонентів (Л.П.Алексєєва, Л.П.Виговська, Т.П.Гаврилова та ін.).

Актуальність дослідження емпатії і, як наслідок, розвиток емпатійних здібностей у представників професій сфери «людини – людина» насамперед пов'язана ще й з тим, що в нашій країні в теперішній час дуже багато агресії, нетерпимості, відсутності толерантності. Складна ситуація в економіці, соціальній структурі, міжособистісних стосунках зумовлює агресивні тенденції в стосунках, конфліктність, поділ на своїх і чужих. А до чужих співчуття нема, відповідно нема емпатії. Тим страшніше розуміння того, як легко можна обмежити, а то й повністю придушити здатність до емпатії-простим поділом на своїх і не своїх.

Багатозначність розгляду емпатії дослідниками дає підставу виділити в структурі емпатії наступні компоненти:

1. Емоційний – здатність розпізнавати і розуміти емоційні стани іншої. Характеризується як пасивне співчуття, форма співучасті в емоційному стані партнера, за яким немає дієвого початку («я бачу, що йому погано»).

2. Когнітивний – здатність подумки переносити себе в думки, почуття і дії іншого. Характеризується сприйняттям і розумінням внутрішнього світу іншої людини, проявом співчуття («мені шкода його, мені небайдуже, що йому погано»).

3. Поведінковий – здатність використовувати способи взаємодії, що полегшують страждання іншої людини; допомагаючи, сприятлива поведінка як відповідь на переживання іншого. Характеризується як прагнення до надання дієвої допомоги («я допоможу, я спробую допомогти»).

Існують різні критерії виділення видів і форм емпатії, наприклад :

1) генезис емпатії (на основі цього критерію виділяють глобальну, егоцентричну і просоціальну емпатію);

2) диспозиційність емпатії (особистісна й ситуативна емпатія);

3) рівень розвитку емпатії (елементарно – рефлекторні та особистісні форми емпатії).

Такий критерій визначення форм емпатії, як напрям емпатичних переживань, пов'язаний із загальною спрямованістю особистості та її ціннісними орієнтаціями. Згідно з цим критерієм, емпатія ділиться на співчуття і співпереживання.

У сучасній психології вже не заперечується той факт, що емпатія може бути спрямована як на самого себе, так і на іншу людину. Форму емпатії, спрямовану на себе, позначають як співпереживання, почуття дискомфорту або дистрес. Вона виникає в ситуації, коли сприймається стан партнера викликає напругу і фрустрацію власних міжособистісних потреб суб'єкта емпатії, і він опиняється емоційно вразливим. При цьому індивід відчуває подібні з об'єктом емпатії переживання, але вони звернені на себе.

Форму емпатії, спрямовану на іншого, позначають як співчуття, співпереживання чи емпатичну турботу. У співчутті відбивається переживання індивідом неблагополуччя іншого безвідносно до власного благополуччя. Воно виникає в ситуації, коли сприймається стан партнера актуалізуються моральні спонукання на його користь і викликається потреба допомогти йому. Досліджень ролі емпатії в професійній діяльності практичного психолога небагато, тому ця тема є актуальною у наш час. Ми провели дослідження емпатійних здібностей у студентів

першого та п'ятого курсу спеціальності «Практична психологія» за методикою А. Мехрабяна і Н. Епштейна.

Нами виявлено, що у першокурсників низький і дуже низький рівень емпатії складають 46,1 % досліджуваних, а серед п'ятикурсників лише 8,3%. Середній рівень у першокурсників показали 46,1 % студентів серед п'ятикурсників – 66,7%. Високий рівень емпатії теж репрезентований більшою кількістю респондентів – 16,6% серед п'ятикурсників, проти 8,5 % на першому курсі. Можемо припустити, що за час навчання емпатійні здібності студентів – психологів систематично формуються психолого – педагогічними засобами навчально – виховного процесу, а також завдяки самовихованню, саморозвитку студентів через усвідомлення значення емпатійних здібностей у власній професійній діяльності. Діагностична та переддипломна практика, за час якої слід провести і корекційно - розвивальну роботу, сприяє налагодженню контактів з дітьми навчального закладу, з колегами, батьками, спонукає застосовувати свої комунікативні навички, соціальну перцепцію і такі її механізми як ідентифікація, рефлексія, без яких емпатія немислима.

Здатність до емпатії розвиває проникливість - здатність до швидкого і адекватного пізнання людей і відносин, до прогнозування поведінки людини. На рівні особистісних характеристик проникливість припускає наявність гуманістичної спрямованості людини, ціннісних орієнтацій, вольових рис характеру. Як компонент висококваліфікованого спілкування проникливість припускає ряд умінь: уважно слухати людей, враховувати вікові та індивідуальні особливості співбесідників і ін.

Як бачимо, емпатія пов'язана з гуманістичною спрямованістю особистості. Гуманність розуміють як дотримання принципів рівності між всіма людьми, пошани і справедливості, а також вимогливості у виконанні цих принципів. Поняття «гуманність» знімає протиставлення "альтруїзм - егоїзм", що припускає або жертвність, або корисливе себелюбство. Для людей високорозвинених і соціально здорових властива гуманістична спрямованість, яка виявляється в співпереживанні людині, що потрапила в біду, в готовності прийти їй на допомогу, в потребі творити добро і протистояти злу. Гуманна людина вміє не тільки розділити горе, але і порадіти успіхам, визнати досягнення інших людей. Їй чуже відчуття заздрості і зловтіхи, вона бореться проти жорстокості, насильства, знехтування гідності людини, вона поважає всіх людей незалежно від їхнього віку, статі, соціального стану, національної приналежності. Гуманістична спрямованість проявляється у спілкуванні і поведінці: у сприянні, співучасті, допомозі.

Отже, поняття «гуманність» та «гуманістична спрямованість» тісно пов'язані з поняттям емпатії. В перспективі передбачається дослідження зв'язку гуманістичної спрямованості особистості студентів з їх здатністю до емпатії.

У всіх є загальний базовий рівень емпатії, саме завдяки їй встановлюється зв'язок між дитиною і батьками, а пізніше - між дітьми. Співчуття, здатність прощати, входити в чуже становище, чуйність, альтруїзм, жалість, допомогу, здатність отримувати задоволення від акторської гри - все це базується на емпатії. Іншими словами, емпатія - це не "я розумію, що ти відчуваєш", а "я відчуваю твої переживання". "Я відчуваю, що ти боїшся, що ти радієш, дивишся, злишся". При цьому своє "Я" зберігається, воно доторкається до переживань іншого, але не розчиняється в ньому.

**Висновки.** Проаналізувавши існуючі визначення поняття «емпатія», ми розглядаємо емпатію як соціально – психологічну властивість особистості, що представляє сукупність соціально – психологічних здібностей індивіда, за допомогою яких дана властивість розкривається як по відношенню до об'єкта, так і до суб'єкта емпатії. До низки таких здібностей входять: здатність емоційно реагувати на

переживання іншої людини, здатність розпізнавати емоційний стан іншого і подумки переносити себе в думки, почуття і дії іншої людини, здатність використовувати способи взаємодії, що полегшують страждання іншої людини.

Отже, проблема емпатії – одна з найскладніших у психологічній науці, через невловимість цього феномена для дослідників, про що свідчить розмаїття у визначення її суті, механізмів, функцій, та її важливої ролі у моральному розвитку особистості. Накопичений матеріал потребує певної систематизації, узагальнень та доповнень.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Гаврилова Т.П. Эмпатия как специфический способ познания человека человеком / Теоретические и прикладные проблемы психологи познания людьми друг друга: Тез. докл. // Т.П. Гаврилова.– Краснодар: КГУ, 1975. – С. 17-19.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Феномен конгруэнтной эмпатии / Вопросы психологии / Ю.Б. Гиппенрейтер, Т.Д. Карягина, Е.Н. Козлова. – 1993. - № 4. - С. 61-68.
3. Журавльова Л.П. Психологія емпатії: Монографія / Л.П.Журавльова. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім.І.Франка, 2007. – 328 с.
4. Кротенко В.І. Розвиток емпатії в психологічній літературі / Психологія: Зб. наук.пр. - Вип.. 12. (НПУ ім.. М.П.Драгоманова) // В.І. Кротенко. – Київ, 2001. С. 89-96.
5. Роджерс К. Эмпатия. Психология эмоций / К.Роджерс. – М.: Мир, 1984. – С. 234 – 238.

#### АННОТАЦИЯ

##### **ЭМПАТИЯ КАК КОМПОНЕНТ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ПСИХОЛОГА**

*В статье идет речь о эмпатии как процессе постижения эмоционального состояния другого человека, способности эмоционально реагировать на переживания других людей . В научной литературе существуют различные подходы к определению эмпатии как свойства личности. Актуальным сегодня является определение причин развития эмпатии и оптимального уровня ее выраженности для эффективной работы практического психолога. Целью данной статьи является анализ исследования, проведенного среди студентов - будущих психологов по определению уровня их профессиональных эмпатических способностей, ценностных ориентаций и направленности их личности.*

**Ключевые слова:** эмпатия, эмпатические способности, коммуникативные способности, сопереживание, сострадание, эмоциональность, профессиональные навыки, гуманистическая направленность личности.

#### SUMMARY

##### **EMPATHY AS A COMPONENT OF PROFESSIONAL ABILITY OF PSYCHOLOGISTS**

*The article is devoted to the empathy as a process of understanding the emotional state of another person, the ability to respond to the emotional experiences of others. In the literature there are different approaches to the definition of empathy as individual property. Determining factors in the development of empathy and the optimal level of it's severity are relevant today for effective work of Psychologist. The purpose of the article is an analysis of a study conducted among students - future psychologists to determine their level of professional empathy abilities, values and direction of their personality.*

**Key words:** empathy, empathy skills, communication skills, compassion, emotional, professional skills, humanistic orientation of the individual.

УДК 159.923.2

## **САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

**ШТИХ І.І., МАРУШКА В.Я.**  
Мукачівський державний університет

*У статті висвітлюється проблема самовизначення особистості в юнацькому віці. Розглянуто короткі характеристики юнацького віку, новоутворення та соціальну ситуацію розвитку. Самовизначення - центральне особистісне новоутворення раннього юнацького віку, що виявляється як формування його представниками подальшого життєвого плану та способів його реалізації. Юнацьке*