

Мукачівський державний університет
Гуманітарний факультет
Кафедра психології

Кваліфікаційна робота

05 – Соціальні та поведінкові науки / 053 – Психологія

Емпатія як професійна властивість майбутнього психолога

Виконала: студентка 2 курсу, групи П-2м(з)
спеціальності 053 «Психологія»

_____ Желізник Я.І. _____

(прізвище та ініціали)

Керівник _____ Корнієнко І.О. _____

(прізвище та ініціали)

Рецензент _____

(прізвище та ініціали)

Мукачево – 2022 року

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМПАТІЇ В ПСИХОЛОГІЇ	7
1.1. Різні аспекти розуміння емпатії в психології.....	7
1.2. Форми, критерії та компоненти емпатії.....	12
1.3. Вплив емпатії в роботі з клієнтами	18
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ ВНУТРІШНІХ ОЗНАК ЕМПАТІЇ	37
2.1. Опис використаних методик та організація дослідження.....	37
2.1.1.Методика "Рівень самооцінки" С.Будассі	37
2.1.2. Методика «Шкала емоційного відгуку»	40
2.1.3. Методика “Діагностика рівня емпатії” (В.В. Бойко).....	41
2.1.4. Метод саморефлексії “Хто я?” (М. Кун, Т. Макпартленд).....	43
2.1.5. Авторська методика Beta.Version (додаток В).....	44
2.2. Аналіз результатів емпіричних дослідів.....	45
РОЗДІЛ 3 ШЛЯХИ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ ЯК ПРОФЕСІЙНА ВЛАСТИВІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА.....	56
3.1. Організація корекційно - розвивальної програми студентами - психологами.....	56
3.2. Аналіз ефективності психокорекційної програми.....	70
3.3. Практичні рекомендації майбутнім психологам для підвищення та проявленості емпатії.	73
ВИСНОВКИ.....	78
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	81
ДОДАТКИ.....	87

ВСТУП

Актуальність дослідження. Професія психолога останнім часом стає все більш популярною та затребуваною не лише в Україні, а й в цілому світі. У прогресивному світі діджиталізації, внутрішній світ людини часто стає непотрібним іншим, і в результаті люди відчують себе непочутими, незначними та самотніми. Емпатичний психолог являє собою базу для гуманізації особистісних зв'язків людини з навколишнім світом, її гармонійних стосунків з іншими людьми. Емпатія - це глибоке і безпомилкове сприйняття внутрішнього світу іншої людини, її прихованих емоцій і смислових відтінків, емоційне співзвуччя з її переживаннями, використання всієї глибини розуміння цієї людини не у своїх, а в її інтересах[1]. Розвиток емпатії розробляється для вирішення таких практичних завдань як полегшення взаємодії людей у групі, ефективність управління соціальними групами, удосконалення техніки психологічного консультування тощо.

У контексті психологічної та психотерапевтичної практики, що розвивається в суспільстві, проблема емпатійності особистості психолога набуває дедалі вагомішої ролі [2]. При цьому індивідуальні показники особистості фахівця, який працює в цій професії, а також динаміка розвитку професійно-важливих здібностей та якостей психолога у процесі професійної діяльності залишаються мало вивченими.

Однією з центральних характеристик успішного психолога, за визнанням представників різних підходів у психотерапії, є емпатія, проте ця теза, залишає можливість різного тлумачення та емпіричної перевірки його правдивості стосовно різних аспектів персональної та професійної життєдіяльності, його віку та стажу практичної роботи. Найчастіше ігнорується той факт, що конструкт «емпатія» потребує теоретичної специфікації та диференційованого емпіричного розгляду. Емпатія в консультуванні полягає в тому, щоб психолог бачив світ клієнта таким, яким той його бачить. Необхідно розрізняти емпатію як особистісну межу та

емпатію як професійна якість, що виявляється у процесі професійної взаємодії з клієнтом.

На сьогоднішній день емпатія є значущою та важливою компетенцією в контексті підвищення ефективності професійної діяльності фахівців у сфері «людина-людина», що стає ключовим фактором успішності майбутніх психологів, що і надає особливої актуальності темі дослідження [3]. Чому ж емпатія така важлива для психолога?

Важливість емпатійності особистості психолога набуває дедалі вагомішої ролі. Однак у процесі підготовки майбутнього фахівця емоційній та емпатичній стороні особистості приділяється недостатньо уваги. Культура емоційного життя сучасного професіонала ще мало усвідомлюється як спеціальне завдання професійно-психологічної підготовки. Професійне становлення майбутніх психологів потребує подальшого розроблення практичних напрямів формування емпатії, оскільки остання посідає важливе місце в набутті особистістю комунікативної компетентності. Процес розвитку емпатії зумовлений включеністю студентів-психологів в активне соціально-психологічне навчання, що дає змогу задіяти відповідні психологічні механізми (соціально-психологічний тренінг, рольові ігри, дискусії, моделювання ситуацій тощо). Таким чином, у зв'язку зі зростанням ролі емпатії у професійній діяльності психолога, вивчення та розвиток емпатичних властивостей у майбутніх професіоналів набуває особливої уваги.

Поняття «емпатія» у психологію було введене Е. Тітченером як аналог німецького *Einführung*, використовуваного до цього Т. Ліппсом, і тлумачилося близько до співзвучного поняття – «симпатія». Т.Ліппс вважав, що, пізнаючи, людина намагається емоційно відчувати об'єкт, що пізнається, а сприймаючи його, виявляє дещо спільне із собою, і об'єкт розкриває людині свою суть [4]. У сьогоднішній воєнний час актуальність цієї теми є особливо важливою, оскільки розвиток емпатії являє собою невід'ємну частину формування особистості, виховання в індивіда культури міжособистісних відносин і здатності керувати своїми почуттями, переживаннями. Особливого значення

набуває емпатія в структурі професійних здібностей практичного психолога, і відповідно звертає на себе увагу в процесі підготовки студентів – майбутніх психологів.

Об'єктом дослідження є зв'язок емпатії і її професійної компетентності.

Предметом дослідження є студенти психологічних напрямків.

Метою є теоретично проаналізувати різні теорії розуміння емпатії в психології, емпірично дослідити емпатійність майбутніх психологів та проаналізувати її важливість в роботі з клієнтами і корекційному розвитку емпатії в роботі з майбутніми психологами

Згідно з метою дослідження було поставлено такі завдання:

1. Провести теоретичний аналіз літератури стосовно прояву емпатії в роботі з клієнтами та розкрити її важливість.
2. Провести емпіричне дослідження з метою з'ясування зв'язку емпатії і професійної компетентності майбутнього психолога.
3. Підібрати корекційно-розвивальну програму з метою підвищення рівня емпатії у майбутніх колег.

Методи дослідження: з метою визначення емпатії у майбутніх студентів психологічних напрямків використано методи теоретичного аналізу. Також застосовані наступні методи: методика “Рівень самооцінки” С.Будассі, методика “Шкала емоційного відгуку” (А. Меграбян, Н. Епштейн), методика “Діагностика рівня емпатії” (В.В.Бойко) та метод саморефлексії “Хто Я” (М.Кун, Т.Макпартленд) та авторська методика Beta.Version.

База дослідження: дослідження проводилося на базі Мукачівського державного університету. Вибірку склали 50 студентів, спеціальності 053 «Психологія» з 21 до 29 років.

Практичне значення отриманих результатів.

Результати дослідження можуть бути застосовані викладачами закладів вищої освіти, соціальними працівниками, практичними психологами в роботі із студентською молоддю для розкриття особистісного потенціалу, формування адекватної самооцінки, навчання способам цілеспрямованої поведінки, внутрішнього самоконтролю і стримування негативних імпульсів, а також в процесі психодіагностичної, корекційно-розвивальної, консультативної, просвітницької, освітньої діяльності та розробки різних тренінгових програм.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, що закінчуються висновками, загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. Основний зміст викладено на 80 сторінках тексту. Загальний обсяг 96 сторінок.

ВИСНОВКИ

В ході кваліфікаційної роботи ми спробували дослідити емпатійність майбутніх психологів та проаналізувати її важливість в роботі з клієнтами.

Емпатія - це про сприйняття. Щоб під час консультування емпатія була ефективною, потрібно розуміння, що привносить клієнт, і повідомити це у відповідь таким чином, щоб клієнт відчув, що його зрозуміли. Сприйняття без можливості повідомити про своє розуміння не є ефективним і не створює емпатійного зв'язку.

Емпатія також вирізняється тим, що її значення використовується в широкому спектрі емоцій – як негативних, так і позитивних. Різною є і глибина виявлення емпатії. Вона може відбуватися як легкий відгук на почуття іншої людини, і як глибоке занурення у світ її емоцій та почуттів.

Згідно К. Роджерса, «бути в стані емпатії означає сприймати внутрішній світ іншої людини точно, зі збереженням емоційних і смислових відтінків. Як нібито стаєш цим іншим, але без втрати відчуття «як ніби-то». Так, відчуваєш радість чи біль іншої людини, як вона їх відчуває, і сприймаєш їх причини, як вона їх сприймає. Емпатійний психотерапевт проникливо уловлює сенс стану, який переживає пацієнт у даний конкретний момент, і вказує на цей сенс, щоб допомогти пацієнту сконцентруватися на ньому і спонукати пацієнта до подальшого і більш повного безперешкодного переживання».

Також нами було :

1. проаналізовано різні теорії психологічних підходів до вивчення емпатії;
2. розглянуто зміст поняття «емоційний інтелект» та «самооцінка»;
3. проаналізовано особливості впливу саморефлексії на самооцінку та емпатію;
4. для підтвердження важливості емпатії в роботі з клієнтами, нами було проведено методику «Шкала емоційного відгуку» (А. Меграбяна і Н. Епштейна), Методика “Діагностика рівня емпатії” (В.В. Бойко), Метод саморефлексії “Хто я?”.

Проведені дослідження, а саме «Шкала емоційного відгуку» та Методика «Діагностика рівня емпатії» (В.В. Бойко) показали, що у більшості наших майбутніх психологів середній рівень самооцінки, середній рівень проявленості емпатії. А Метод саморефлексії «Хто я?» вказав на досить знижений рівень саморефлексії (в реаліях сьогоdnішніх умов). При зниженому рівні саморефлексії, психологу (особливо молодим психологам) потрібно поглибити знання про себе, свій світ. Це основний навик, який психологи мали би розвивати для своєї практики.

Отже, результати емпіричного дослідження показали необхідність планомірної роботи над самооцінкою, підвищенням рівня емпатії та глибокої саморефлексії у майбутніх психологів. З урахуванням результатів наших досліджень, та на основі сильного теоретичного матеріалу, нами були підібрані важливі та результативні програми, які комплексно будуть розвивати наших молодих студентів.

Проаналізувавши теоретичні положення, нами була сформована корекційно-розвивальна програма, спрямована на підвищення самооцінки, розвиток емпатійності та саморефлексії. Програма розрахована на 1 місяць, 5 занять, тривалістю 1 година кожне. Рекомендована кількість занять 1 раз на тиждень. Також обов'язковим є журнал саморефлексії, для порівняння себе до та після програми. Розроблена нами програма загалом розрахована на 11-14 годин з урахуванням щоденника рефлексії.

Були сформовані експериментальна ЕГ складом із 15 респондентів, та КГ група з 25 респондентами. Ми провели тест Будассі на рівень самооцінки, Методику Шкала емоційного відгуку Меграбяном, Методика «Діагностика рівня емпатії» (В.В. Бойко), Метод саморефлексії «Хто я?» За результатами досліджень, ми можемо стверджувати, що у більшості наших майбутніх психологів середній рівень самооцінки, середній рівень проявленості емпатії та досить занижений рівень саморефлексії (в реаліях сьогоdnішніх умов). 35 учасників дізналися про себе багато нової інформації та підсвітили свої

невідомі якості. Вони змінили свої негативні установки лише за годину. І це свідчить про повну довіру та включеність студентів в роботу.

Тому, до психокорекційної роботи були включені ті завдання, які дають можливість пропрацювати саморефлексію, підвищити рівень самооцінки та розвинути емпатичність. Особливо хотілось би відмітити ЕГ групу, так як ми можемо бачити, як за місяць роботи вони розкрились, як вони почали проявляти емпатію та їх роботу над собою. Це основний навик для психологів в майбутній роботі.

Щоб закріпити результати наших колег, були надані практичні рекомендації для збереження, розвитку та поглиблення свого розуміння.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Роджерс К. – Эмпатия / К. Роджерс // Психология мотивации и эмоций ; под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. – М. : ЧеРо, 2002. – 452 с
2. Аминов Н.А., Молоканов М.В. О компонентах специальных способностей будущих школьных психологов / Н. А. Аминов, М. В. Молоканов // Психологический журнал. – 1992.– Т. 13. – № 5. – С. 104-110
3. Юсупов И.М. Психология взаимопонимания / И.М. Юсупов. – Казань : Изд-во Казанского ун-та, 1991. – 202 с
4. Christa Dunst: Empathie im Wandel. Eine retrospektive Betrachtung hin zu einer Erweiterung des Terminus in der Personenzentrierten Psychotherapie durch die Erkenntnisse der Neurowissenschaften. Diplomarbeit. Wien 2012, S. 15f
5. Bar-On R. The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i). Technical Manual. Toronto : Multi-Health Systems, 1997
6. Daniel Goleman, Ph.D., author of the New York Times bestseller Emotional Intelligence and Social Intelligence: The New Science of Human Relationships
7. Daniel Goleman, Ph.D., author of the New York Times bestseller Emotional Intelligence and Social Intelligence: The New Science of Human Relationships
8. В. М. Матвієнко. Емпатія // Українська дипломатична енциклопедія: У 2-х т./Редкол.:Л. В. Губерський (голова) та ін. — К: Знання України, 2004— Т.1 — 760с. ISBN 966-316-039-Х
9. Rogers C.R. Empatic : an unappreciated way of being // The Counseling Psychologist. 1975. V. 5, N 2. P. 2–10
10. В. М. Матвієнко. Емпатія // Українська дипломатична енциклопедія: У 2-х т./Редкол.:Л. В. Губерський (голова) та ін. — К: Знання України, 2004 — Т.1 — 760с. ISBN 966-316-039-Х

11. Vilayanur Subramanian Ramachandran, *Ecce «Mirror neurons and imitation learning as the driving force behind the great leap forward in human evolution»* <https://www.edge.org/conversation/mirror-neurons-and-imitation-learning-as-the-driving-force-behind-the-great-leapforward-in-human-evolution>
12. Ильин Е. П. Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2013. – 304 с. – (Серия «Мастера психологии»)
13. Роджерс К. – Эмпатия / К. Роджерс // Психология мотивации и эмоций ; под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. – М. : ЧеРо, 2002. – 452 с
14. Гаврилова Т. П. Анализ эмпатийных переживаний младших школьников и младших подростков // Психология межличностного познания / под ред. А. А. Бодалева. Москва: Педагогика, 1981. С. 122–138
15. Бочкарева С.В. Размышления об эмпатическом познании. Челябинск: Цицеро, 2011. 179 с
16. Аткинсон М. Пошаговая система: Наука и искусство коучинга, ст 28.
17. Роджерс К. Эмпатия // Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фалик-ман. – М.: ЧеРо, 2002. – С. 428–430
18. Шопенгауэр А. Избранные произведения / А. Шопенгауэр [пер. с нем.; сост., авт. вступ. ст. и примеч. И.С. Нарского]. М. : «Просвещение», 1992. 479 с
19. Основні принципи інтерперсональної теорії Г. Саллівана
20. В. М. Матвієнко. Емпатія // Українська дипломатична енциклопедія: У 2-х т./Редкол.:Л. В. Губерський (голова) та ін. — К: Знання України, 2004 — Т.1 — 760с. ISBN 966-316-039-X
21. Ильин Е.П. — «Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия» (скачать) · Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия.

22. Чепа М.-Л. А. Ментальність. Духовність. Саморозвиток особистості. // Тези доп. Та матеріали Міжнародн. н.-практ. Конференції. — Луцьк, 1994. I част., III розд. — 171 с
23. Кузьмина В. П. Теоретический аспект исследования эмпатии как актуальная проблема современной психологии [Электронный ресурс] / В.П. Кузьмина // Вестник ВятГУ. — 2007. —№17.— Режимдоступа:URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskiy-aspekt-issledovaniya-empatii-kak-aktualnaya-problema-sovremennoy-psihologii>.
24. Орищенко О.А. Дифенційно-психологічний аналіз емпатії : автореф.канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія» / О.А.Орищенко. Одеса, 2004. 21 с
25. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2 кн. / І. Д. Бех. — К. : Либідь,2003. —Кн. 1. — 280 с
26. Коломінський Я. Л. Психологія особистих взаємин в дитячому колективі.
27. Цимбалюк І.М.Психологічне консультування та корекція:навч.посібн., модульно-рейтинговий курс / Цимбалюк І. М. — [2-е вид.,випр. і доп.]. — К. : Професіонал, 2007. — 544 с
28. Арт-терапия в эпоху постмодерна / [сост. и общ. ред. А. И. Копытина.] — СПб. : Питер ; Семантика, 2002. — 224 с
29. Роджерс К. Эмпатия // Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фалик-ман. — М.: ЧеРо, 2002. С. 428–430.
30. Осипова А. А. Общая психокорекция : учеб. пособие / Осипова А. А. — М. : СФЕРА, 2002. — 510 с.
31. Филиппов А.В., Романова Н.Н., Летягова Т.В. Тысяча состояний души. Краткий психолого-филологический словарь. 2011
32. Роджерс К. Эмпатия // Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М. В. Фалик-ман. — М.: ЧеРо, 2002. С. 428–430

33. Гаврилова Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии (Исторический обзор и современные проблемы) // Вопросы психологии. 1975. № 2. С. 147–158.
34. Ирвин Ялом "Дар психотерапии" Глава 6. Эмпатия: взгляд из окна пациента
35. Эмпатия // Степанов С.С. Популярная психологическая энциклопедия / С.С. Степанов. – М.: Эксмо, 2005. – С.661-664.
36. Гаврилова Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии (Исторический обзор и современные проблемы) // Вопросы психологии. 1975. № 2. С. 147–158.
37. Кащенко О.В. Психологічні детермінанти професійної самооцінки суддів: автореф. дис. ... канд. психол. наук / О.В. Кащенко. – Харків, 2008. – 24 с.
38. Сизикова М.В. Эмпатия как фундаментальное измерение работы психолога-консультанта / М.В. Сизикова // Общество: социология, психология, педагогика. - 2016 – №. 9. – С. 28-31. (Авторский вклад -0,41п.л.)
39. Upside Down: How the Left has Made Right Wrong, Truth Lies, and Good Bad Mark Davis, Regnery Publishing, 2016
40. Д.Батсон, «Две формы взгляда на перспективу: представление о том, что чувствует другой, и представление о том, что почувствуете вы». Handbook of Imagination and Mental Simulation (стр. 267–279).
41. Бурлачук Л. Ф. Основы психотерапии: учеб. пособие [для студ. вузов, которые обучаются по спец. “Психология”, “Соц.педагогика”] / Л. Ф. Бурлачук, И. А. Грабская, А. С. Кочарян. – К. :Ника–Центр ; М. : Алетейа, 1999. – 320 с.
42. Джордж Рики, Тереза Кристиани; Издательство: Эксмо; Год: 2002 г. ISBN: 5-699-01175-7;

43. Кащенко О. В. Психологічні детермінанти професійної самооцінки суддів: автореф. дис. ... канд. психол. наук / О. В. Кащенко. – Харків, 2008. – 24 с.
44. Кун М., Макпартленд Т. Эмпирическое исследование установок личности на себя / Современная зарубежная социальная психология. Тексты. – М., 1984
45. Френдзюк О.М. Самооцінка на шляху до життєвого успіху студентської молоді / О.М. Френдзюк // Управління в освіті : зб. матер. V міжнар. наук.-практ. конф., 14-16 квітня 2011 р. / Інститут інноваційних технологій і змісту освіти [та інші]. – Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2011. – С. 326-328.
46. Гаврилова Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии (Исторический обзор и современные проблемы) // Вопросы психологии. 1975. No 2. С. 147–158.
47. Ірина Грицюк. Професія психолога як сфера соціальної реалізації особистості
48. Павленко П.Д. (ред.) (1999) Основы социальной работы. — М. — 368 с
49. Бурлачук Л. Ф. Психотерапия : учебник для вузов / Л. Ф. Бурлачук, О. С. Кочарян, М. Е. Жидко. – [2-е изд., стер.]. – СПб. : Питер, 2007. – 480 с. (Учебник для вузов).
50. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Роджерс К. ; под общ. ред. Исениной Е. И. – М. : Прогрес, Универс, 1994.– 480 с.
51. From Cognitive Behavior Therapy To Psychotherapy Integration: Marvin R. Goldfried, Springer Publishing Company, 1995
52. Ирвин Ялом "Дар психотерапии" Глава 6. Эмпатия: взгляд из окна пациента

53. Консультирование: теория и практика / Р. Джордж, Т. Кристиани; [Пер. с англ. А. Шадура]. - 4-е междунар. изд. - М. : ЭКСМО, 2002. - 447 с. ; 22 см.



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>