(cc) BY

Салдеева Вероника Вакильевна
студентка
Швецова Ольга Юрьевна
канд. культурологии, доцент
ФГБОУ ВО «Нижневартовский государственный университет»
г. Нижневартовск, ХМАО – Югра

ПОНЯТИЕ «ЭМПАТИЯ» В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аннотация*: в статье рассмотрено понятие эмпатия в отечественной и зарубежной психологии. Авторы отмечают, что, описывая структуру эмпатии, исследователи предлагают рассматривать эмпатию как целостное явление, в котором автор выделяет три взаимодействующих компонента: когнитивный, аффективный и конативный.*

Ключевые слова*: эмпатия, отечественная психология, зарубежная психология.*

В современных условиях дефицита «теплоты» человеческих отношений, резких негативных изменений политической и социально-экономической ситуации в обществе перед людьми остро встает проблема безразличия и одиночества. Эмпатия является феноменом межличностного взаимодействия, регулирующим взаимоотношения людей и во многом определяющим нравственные качества индивида. В связи с этим проблема эмпатии как способности к сопереживанию и сочувствию становится актуальной в контексте социально-психологической проблемы нашего времени. Развитие личности, способной к сопереживанию, сочувствию, восприятию эмоциональных переживаний и проявлений других людей, обеспечивает успешную адаптацию человека в современном социокультурном пространстве.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

В современных психологических исследованиях эмпатия изучается в контексте социально-нравственного развития детей младшего школьного возраста, воспитания у детей чувства коллективизма и гуманности, и принимает формы: взаимопомощи и сотрудничества (И.А. Рудовская, Ф.С. Левин-Ширина), доброжелательности (Т.И. Бабаева), дружбы (А.А. Аржанова), отзывчивости (Л.А. Пеньевская), положительных взаимоотношений (И.М. Поспехов, В.П. Залогина). На современном этапе развития психологии эмпатия и ее эквиваленты – эмпатийные переживания, сопереживания, сочувствие – исследуются многими психологическими школами, течениями, которые связаны с проблемами изучения общения, развития личности, ее взаимодействия в различных видах деятельности.

В настоящее время отсутствует единая общепринятая трактовка понятия «эмпатия». Среди отечественных и зарубежных исследователей существуют значительные расхождения в интерпретации и определении сущности этого понятия. Анализ психологической литературы позволил выделить наиболее распространенные определения понятия «эмпатия» в зарубежной науке. Так, согласно точке зрения К. Роджерса, эмпатия – это временная жизнь другой жизнью, деликатное в ней пребывание без осуждения и оценивания. Под эмпатией М.В. Стовер понимает способность проникать в психику другого, понимать аффективные ориентации других. С. Бергер, Е. Стотлэнд характеризуют эмпатию как аффективную связь, разделение состояния другого человека [3].

В отечественной психологии понятие эмпатии изучалось и рассматривалось в работах Ю.А. Менджерицкой, С.Л. Рубинштейна, Т.П. Гавриловой, М.А. Пономаревой, И.М. Юсупова и др. Часто термин «эмпатия» заменяется терминами «сопереживание», «сострадание», «социальная сензитивность», «чуткость», «доброжелательность», «сочувствие», «просоциальное поведение». Современные психологии характеризуют эмпатию с нескольких сторон: как процесс понимания, как эмоциональное явление, как вчувствование в другого, в его переживания и мысли. Рассмотрим некоторые точки зрения отечественных психологов.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Термином «эмпатия» в энциклопедии определяется личностная черта – способность к такого рода пониманию и сопереживанию [2]. По мнению М.А. Пономаревой, эмпатия – это механизм межличностного познания, который реализовывается через заражение, идентификацию, моторное подражание, проекцию [3]. С.Л. Рубинштейн считал эмпатию одним из компонентов любви человека к человеку, как эмоционально опосредованное отношение к окружающим [4]. А.Г. Басова проведя анализ имеющихся подходов к определению сущности эмпатии в зарубежной и отечественной психологии, предлагает за основу взять следующее определение: эмпатия – это перцептивное действие, которое неразрывно связано с пониманием неповторимости и уникальности другого человека, это эмоциональный отклик на состояние другого человека [6]. С точки зрения А.А. Бодалева, эмпатия – это способность понимать переживания другой личности и сопереживать ей в процессе межличностных отношений [6]. Исследования А.С. Раздьяконовой и В.А. Тургель позволяют рассматривать эмпатию как способность индивида к адекватной интерпретации выразительного поведения другого человека [2]. Н.Н. Обозов, характеризуя роль эмпатии, отмечает, что благодаря эмпатии формируется система ценностей человека, которая в будущем определяет поведение человека по отношению к другим людям [5].

Анализ научно-исследовательских трудов отечественных и зарубежных ученых свидетельствует о многогранности понятия «эмпатия» и отсутствие общего, устоявшегося мнения относительно него. В связи с этим целесообразно выделить основные значения этого понятия. Это, прежде всего:

1) способность или свойство личности (в этом случае эмпатия выступает как характеристика человека);

2) психический процесс, позволяющий человеку понять и принять переживания другого человека (эмпатия рассматривается как механизм познания);

3) деятельность человека, которая позволяет особым образом строить взаимоотношения с другим человеком (эмпатия предстает как особый вид внимания к другому человеку).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Таким образом, эмпатия – это способность тонко чувствовать, сопереживать, сострадать не только людям, но и всему живому. Эта способность основывается на умении правильно представить себе, что происходит в психической сфере другого человека, понять ее переживания, а также на оценке внешнего мира и внутренних ощущений. Уровень эмпатийных способностей человека можно сравнить с его способностью представить себе восприятие ситуации другими людьми. Эмпатичный человек проницательно улавливает нюансы состояния, в котором находится собеседник в конкретный момент, и способна подать действенную помощь. В связи с этим исследователи выделяют определенные формы и виды эмпатии.

Значительная часть ученых склоняется к мысли, что по формам эмпатию можно разделить на простую, сложную и высшую. Простая форма – это заражение. Эта форма предполагает непосредственное и непроизвольное повторение эмоции другого человека. Переживания, связанные с ситуацией, в которой находится другой человек, относятся к сложной форме эмпатии. Такого рода эмпатия способствует развитию гуманного отношения к окружающим и приобретению жизненного опыта. К высшей форме эмпатии относят такие проявления человеческих чувств, как сострадание, сопереживание. Сочувствием или сопереживанием, называется способность человека откликаться на чувства другого, радоваться и грустить вместе с ним и за него.

Описывая структуру эмпатии, исследователи предлагает рассматривать эмпатию как целостное явление, в котором автор выделяет три взаимодействующих компонента: когнитивный (фактическое знание об объекте или человеке, лице мыслительные операции); аффективный (чувства, эмоции, переживания, эмоциональные реакции на объект или лицо); конативный (поступки, действия, моторные реакции, поведенческое намерение человека по отношению к объекту отношения или лицу) [1].

Большое значение на развитие эмпатии человека имеет музыка. Музыка расширяет «эмоциональное поле» человека, воспитывает эмоциональную культуру, формирует его эмоционально-эстетический опыт. Эмоциональная отзывчивость

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

на музыку у людей формируется и развивается в процессе слушания различных по эмоционально-образному содержанию произведений. Значительное влияние музыки на человека обусловливается глубоким взаимосвязью элементов музыки (ритма, такта, гармонии, мелодии, лада и др.) со всеми важными сферами человека – физической (волевой) деятельностью, эмоциональной (чувственной) или психической и умственной деятельностью. Именно звучание определенных интервалов вызывает у человека душевное движение (внутрь и снаружи), а сочетание тонов в аккорде вызывает рождения разных чувств и эмоций, эмпатии. Мелодия, как линия движения музыки, обращается к сфере восприятия человека, к мыслительной деятельности. Во время активного восприятия музыки, определенных музыкальных интервалов, человек находится то в переживании своего внутреннего душевного мира, то в переживании внешнего мира – как «вдох-выдох» – своеобразное дыхание в «музыке». Мелодичное переживания музыки также связано с движением чувств человека – движение мелодии вверх вызывает душевный выход вовне (в мир), а движение мелодии вниз – душевное возвращение к себе [5].

Таким образом, теоретический анализ различных точек зрения отечественных и зарубежных авторов, занимающихся проблемами эмпатии, позволяет сделать вывод, что феномен эмпатии рассматривается как способность индивида эмоционально отзываться на переживания; как феномен, который характеризуют: выражение сочувствия, соучастия и сопереживания собеседнику; установление эмоциональной идентификации, эмоциональное проникновение, вчувствование в собеседника, сонастроенность на единую эмоциональную волну; как значимое качество личности; как процесс безоценочного сопереживания одного человека реальным и актуальным переживаниям другого при соблюдении эмпатирующими условия «как если бы» и при его невмешательстве в процесс осознания своих переживаний эмпатируемым; как свойство личности, которое проявляется в ситуациях межличностного общения и представляет собой синтез эмоционального, когнитивного и поведенческого компонентов. Музыка является катализатором развития душевной (эмоциональной) жизни человека. Именно

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

благодаря музыке люди имеют возможность выразить свой внутренний мир, свое понимание окружающего мира, свое «Я».

Список литературы

1. Колосунин И.А. Роль эмпатических способностей в профессиональном становлении личности / И.А. Колосунин, М.Г. Савочкина, О.В. Родин, Н.Г. Токарева // Электронный научно-образовательный вестник Здоровье и образование в XXI веке. – 2017. – Т. 19. – №12. – С. 141–143.

2. Николова А. Эмпатия в понимании отечественных и зарубежных психологов // Актуальные проблемы этнической, социальной и дифференциальной психологии. – 2016. – С. 292–297.

3. Пономарева М.А. Эмпатия: теория, диагностика, развитие: Монография. – Минск: Бестпринт, 2014. – 76 с.

4. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. – СПб.: Питер, 2017. – 720 с.

5. Рыбакова Н.А. Развитие эмоционального интеллекта средствами музыки // Психология и психотехника. – 2015. – №2. – С. 150–158.

6. Царенкова Е.А. Исследование проблемы эмпатии // Категория «социального» в современной педагогике и психологии материалы. – Ульяновск, 2015. – С. 307–312.

7. Юдина Т.О. Анализ современных подходов к изучению эмпатии // Успехи современной науки. – 2017. – Т. 5. – №4. – С. 151–155.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)