

СЕКЦІЯ 17.

ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХІАТРІЯ

Пребуш Ніколетта Зореславівна, здобувач вищої освіти
факультету суспільних наук

ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Україна

Науковий керівник: Михайлишин Уляна Богданівна, д-р. психол. наук,
професор, завідувач кафедри психології

ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Україна

ЕМПАТІЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ОСОБЛИВІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

У сучасному сьогоденному світі, де людині доводиться пристосовуватися до різких змін навколишньої дійсності, витримувати емоційне напруження, бути свідком багатьох життєвих ситуацій (не завжди позитивних), особливо велике значення набуло вивчення емпатії та емпатійних здібностей особистості.

Однак, поняття емпатія має більш глибоке розуміння внутрішніх процесів людини та більш широке трактування цього поняття у психологічних наукових дослідженнях. По-перше, емпатію розуміють як на свідомому так і несвідомому рівні відчуття людиною емоційних змін оточуючих його людей. По-друге, емпатія розглядається як різновид соціальних (моральних) емоцій на основі взаємодії між людьми, а також дозволяє активно реагувати й усвідомлювати результати своїх позитивних вчинків.

Вперше термін «емпатія» ввів в психологію вчений Тітченер Е., узагальнив це як «співпереживати в ...», яким в естетиці описувався процес розуміння творів мистецтва, об'єктів природи, схильність спостерігача до ототожнення себе з спостерігаючим об'єктом, що є причиною переживання прекрасного.

На початку ХХ століття, поняття «емпатія» стає як психологічним феноменом запозиченої наукової дефініції з психології так і філософії, де в таких філософських дисциплінах як етика та естетика було тотожне за змістом поняття «симпатія». Це знайшло відображення в працях таких вчених як Сміт А., Спенсер Г., Шопенгауер А., Липпс Т. [1]. У деяких визначеннях, підкреслюється емоційні або раціональні сторони емпатії, такі як: «внутрішня чуттєвість», «афективний зв'язок з іншими особистостями» та здатність «відчувати» тонкі, чуттєві, глибокі емоційні стани іншої людини.

Американський психолог Роджерс К. визначав своєрідне поняття емпатії як співіснування з іншою людиною: «Це означає увійти у внутрішній світ іншого і бути в ньому як вдома. Це означає бути чутливим до змін чуттєвих значень, безперервно відбуваються в іншій людині. Це означає тимчасове проживання життя іншого, просування в ній обережно, тонко, без суждень про те що інший усвідомлює...» [5].

На думку психолога Бойко В.В., емпатія є особливим відображенням партнерів

по взаємодії, в основі якого є емоційна чуйність та інтуїція, але також значну роль відіграє раціональне сприйняття [2]. Емпатія дозволяє не стільки зрозуміти, скільки вловити суть мотивів і сенс вчинків іншої людини, джерела його інтересів або апатії, причини брехні або щирості, цілі. Таким чином, Бойко В.В. розглядає емпатію як форму раціонально-емоційно-інтуїтивного відображення іншої людини, яка дозволяє подолати його психологічний захист і збагнути причини і сліdstва проявів з метою прогнозування та адекватного впливу на його поведінку [2]. Емпатичні здібності залежать від емоційного потенціалу особистості, емоційної реактивності і активності. Необхідно зауважити, що емпатія – етичні здатності знижуються при найменших порушеннях в інтелектуальній сфері.

Емпатія для особистості є загальноприйнятою, важливою соціальною емоцією, що розкриває як здатність індивіда емоційно відкликатися на переживання іншої особистості. Вона передбачає суб'єктивне сприйняття іншої особи, проникнення в її внутрішній світ, розуміння її переживань, почуттів та думок. [3].

Тому, насамперед емпатія є як комунікативна властивість особистості, що сприяє її вирішенню глибоких людських питань та відкриває нові можливості для більш ефективного впливу на особистість людини в спілкуванні. Вона є одним із способів встановлення взаємовідносин між людьми, виявляється в прагненні надавати допомогу та підтримку іншим, веде до розвитку гуманістичних цінностей особистості.

У психології виникли два підходи у поглядах на емпатію. З позицій першого підходу, емпатія розглядається як процес або стан (О. Сопіков, І. Юсупов, Т. Райк); для другого підходу характерним є уявлення про цей феномен як про здатність або стійку властивість особистості (М. Муканов, В. Лабунська, О. Саннікова). У межах другого підходу науковці по-різному визначають емпатію: деякі дослідники розглядають її в контексті моральних почуттів (Т. Гаврилова, Ю. Гільбух, В. Шадриков); інші акцентують увагу на тому, що емпатія відіграє центральну роль у гармонізації міжособистісних стосунків (В. Абраменкова, В. Агеев, Ю. Гіпенрейтер). Для М. Ермолової емпатія – складний механізм, незамінний у людській взаємодії [4]

Більшість вчених, узагальнюючи інформацію щодо різних визначень емпатії у вітчизняній і зарубіжній психології, виділяють у структурі емпатії трьох основних компонентів:

- емоційний: здатність розпізнавати та розуміти емоційні стани іншої людини, що характеризується як пасивне співчуття, форма співучасті в емоційному стані партнера зі спілкування;

- когнітивний: здатність подумки переноситися у думки, почуття та дії іншої людини; сприймати та розуміти внутрішній світ іншої людини, співчувати їй;

- поведінковий: здатність допомагати іншій людині, полегшуючи її страждання [6].

В. В. Бойко у структурі емпатії виділяє:

- раціональний канал, що характеризує спрямованість уваги, сприйняття і мислення емпатійної людини на іншу людину – її стан, проблеми, поведінку; проявляється як прояв спонтанного інтересу до іншої людини, який відкриває «шлюзи» емоційного й інтуїтивного її відображення;

- емоційний канал емпатії, що визначає здатність людини входити до

емоційного резонансу з оточуючими: співпереживати, проявляти співчуття; емоційна чутливість у цьому разі стає засобом «входження», «підстроювання» до енергетичного поля партнера;

- інтуїтивний канал емпатії, як здатність людини помічати поведінку партнерів, діяти в умовах дефіциту вихідної інформації про них, спираючись на досвід підсвідомості.

Висновок

Емпатія – це усвідомлення емоційного стану іншої людини і здатність розділити її досвід. В останньому випадку ми фактично відчуваємо ті ж емоції, що є дуже важливим для розуміння та допомоги людині, яка перебуває в складній життєвій ситуації.

Структура емпатії представлена великою кількістю компонентів, кожен з яких має важливе значення. Вона має багаторівневий поділ на види, в залежності від форми прояву емпатії, від напрямку емпатії та інших критеріїв.

Емпатія є важливою складовою міжособистісних взаємин і соціальної адаптації особистості, оскільки сприяє розумінню інших людей, формуванню ефективної комунікації, розвитку співчуття та взаєморозуміння.

Список використаних джерел:

1. Басов А. Г. Поняття емпатії в вітчизняній та зарубіжній психології / А. Г. Басов. – Одеса: Молодий вчений, 2012. – 256 с. – (8).
2. Бойко В. В. Енергія емоцій в спілкуванні / В. В. Бойко. – Київ: Піраміда, 2014. – 230 с.
3. Деркач І. Ю. Емпатія та її роль у процесі міжособистісної взаємодії / І. Ю. Деркач. – Київ: Педагогіка і психологія, 2017. – 172 с.
4. Ермолова М. Ю. Що таке емпатія: когнітивна теорія та моделі / М. Ю. Ермолова., 2016. – 66 с.
5. Роджерс К. Р. Емпатія. Психологія мотивації та емоцій / К. Р. Роджерс., 2002. – 151 с.
6. Штих І. І. Здатність до емпатії як компонент професійних здібностей психолога / І. І. Штих. – Мукачево: Науковий вісник Мукачівського державного університету, 2015. – 180 с.