

ЗДАТНІСТЬ ДО ЕМПАТІЇ ЯК КОМПОНЕНТ ПРОФЕСІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНЬОГО ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

During the practical psychologists training, for their professional activity, it is extremely important to form a high level of empathy, as required by the professional and personal competencies of the future specialist. Empathy has an impact on the development of personality in general, increases motivation and efficiency. The development of empathic abilities for future psychologists helps with constructive behavior formation, increases the ability to emotional state understanding of other people and regulate it, also it develops communication skills effectiveness.

Серед професійно значущих якостей психолога одне із провідних місць займає емпатія. Емпатія впливає на формування особистості в цілому, підвищує мотивацію, продуктивність та ефективність її діяльності.

Термін «емпатія» ще у 1909 році був введений у психологію Е. Тітченером – (від грецької *empathia* – співпереживання) – збагнення емоційного стану, проникнення в переживання іншої людини. З того часу це поняття широко розглядається у психології та набуває різного тлумачення. Згідно із І.М. Юсуповим, емпатія – це розуміння внутрішнього світу іншої людини і емоційне залучення до її життя, що дозволяє розглядати емпатію не тільки як результат інтеграції елементів пізнавальних і емоційних процесів, а як прояв ставлення до іншої людини (І.М. Юсупов, 1995).

Ю.А. Менджерицька зазначає, що така властивість особистості, як емпатія, включає наступні можливості: 1) здатність до емоційного реагування і відгуку на переживання іншої людини; 2) здатність до розуміння і розпізнавання стану партнера по спілкуванню; 3) здатність до вибору і використання адекватних способів і прийомів взаємодії, що проявляються в альтруїстичній поведінці по відношенню до інших людей (Ю.А. Менджерицька, 1999). С. Д. Максименко характеризує емпатію як «індивідуально-психологічну властивість, що обумовлює здатність людини до співпереживання й співчуття», як «важливий компонент у спілкуванні, який сприяє збалансованості міжособистісних стосунків, робить поведінку соціально обумовленою» (С.Д. Максименко, 2003).

Як слушно зауважує О. С. Вавринів, емпатія – це багаторівневий, складний феномен, який є сукупністю емоційних, когнітивних та поведінкових здібностей особистості (О.С. Вавринів, 2020).

З точки зору Н.М. Сердюк, емпатію пов'язано з прийняттям іншої людини такою як вона є і виступає емоційним резонансом на переживання іншої людини (Н.М. Сердюк, 2016). Розвиток емпатійних здібностей у майбутніх психологів сприяє формуванню навичок конструктивної поведінки в життєвих ситуаціях, умінню розуміти емоційний стан інших людей та регулювати його, розвивати та формувати взаємну довіру, розвивати навички ефективного спілкування (Н.М. Сердюк, 2021). Ми повністю підтримуємо думку Ічанської О. М. та Гірчук О. В., які розглядають емпатію як одну з провідних якостей у структурі професійно важливих якостей майбутніх психологів, що має статус інтегрального показника і дозволяє прогнозувати компетентність професійної діяльності майбутнього спеціаліста (О.М. Ічанська, О.В. Гірчук, 2019).

Таким чином, психологи визначають емпатію одним з провідних чинників особистісного та професійного розвитку майбутнього фахівця. Проведений теоретичний аналіз бази джерел показує, що емпатія відіграє важливу роль у професійній підготовці кваліфікованих фахівців – практичних психологів. Виходячи з вищезазначеного, дослідження розвитку емпатії у студентів – майбутніх практичних психологів було для нас актуальним. Дослідження було проведено серед студентів 3 і 4 курсів спеціальності 053 «Психологія» освітньо-професійної програми «Практична психологія» Факультету лінгвістики та соціальних комунікацій Національного авіаційного університету. Вибірка – 38 студентів. Для вивчення розвитку емпатії була використана «Методика діагностики рівня емпатичних здібностей» В. В. Бойка.

Психолог В. В. Бойко вважає, що емпатія та емпатійне ставлення використовується людьми для того, щоб вплинути на партнера. Тобто, відкритість людини, яка проявляє співпереживання в спілкуванні, дозволяє виявити її індивідуальні особливості та використати їх у власних цілях. Науковець розглядає поняття емпатії як форму раціонально-емоційно-інтуїтивного відображення іншої людини, що дає можливість подолати її психологічний захист, пізнати властивості, стани та реакції, для того щоб бути здатним прогнозувати та адекватно впливати на її поведінку. Водночас В.В. Бойко не заперечує, що може існувати глибока емпатія, але за умови щирої симпатії до іншої особистості (В.В. Бойко, 1996). На думку В. В. Бойка, структура емпатії складається з шістьох компонентів: раціональний, емоційний, інтуїтивний канали; установки, що сприяють або перешкоджають емпатії; проникаюча здатність в емпатії; ідентифікація в емпатії.

Результати показали, що у студентів значно домінує емоційний канал емпатії (середній бал – 4, 4). Це говорить про здатність входити в емоційний резонанс з оточуючими – співпереживати. Емоційна природа емпатії виявляється саме в тому, що ситуація іншої людини не тільки усвідомлюється розумом, скільки серцем. Емоційна чуйність у цьому випадку стає засобом «входження» в енергетичне поле партнера. За рахунок емоційного підтрювання студенти здатні розуміти внутрішній світ інших, прогнозувати поведінку партнерів по спілкуванню, ефективно впливати на них.

Другим за кількістю балів визначено параметр, який В.В. Бойко назвав «проникаюча здатність в емпатії» (середній бал – 3,8). Розцінюється ця здатність як важлива комунікативна властивість людини, що дозволяє створювати атмосферу відкритості, довірливості, задушевності. Автор методики стверджував, що кожний з нас своєю поведінкою і ставленням до партнерів сприяє словесно-емоційному обміну або перешкоджає йому. Розслаблення партнера сприяє емпатії, а атмосфера напруженості, неприродності, підозрливості перешкоджає розкриттю й емпатичному збагненню.

Майже таким же за кількістю балів є параметр «установки, що сприяють або перешкоджають емпатії» (середній бал – 3,6). Це засвідчує, що трохи більше, ніж у половини респондентів в наявності установки, які не перешкоджають, а навпаки, сприяють, дії різних каналів емпатії. У інших студентів ефективність емпатії знижується, тому що вони намагаються уникати особистих контактів, вважають недоречним проявляти цікавість до іншої особи, байдуже ставляться до переживань і проблем оточуючих. Подібні установки обмежують діапазон емоційної чуйності й емпатичного сприйняття.

Ще нижчим (з середнім балам 3,4) є показники раціонального каналу емпатії. Цей параметр характеризує спрямованість уваги, сприйняття й мислення людини на сутність іншої особи – на її стан, проблеми, поведінку. Це спонтанний інтерес до іншого, що дає змогу неупереджено виявляти його сутність.

Проведене дослідження показало доволі низькі показники за компонентом «ідентифікація» (середній бал – 3,3). Цей параметр В.В. Бойко визначає, як неодмінну умову успішної емпатії. Це вміння зрозуміти іншого на основі переживань, постановки себе на місце партнера. В основі ідентифікації є легкість, рухливість і гнучкість емоцій, здатність до наслідування.

Найбільш проблемним виглядає показник інтуїтивного каналу емпатії (середній бал – 2,9). Відомо, що на інтуїтивному рівні формуються відомості про партнерів по спілкуванню і що інтуїція менш залежить від стереотипів, ніж осмислене розуміння партнерів. Низькі показники свідчать про неможливість діяти в умовах нестачі об'єктивної інформації про співрозмовника, передбачати поведінку партнера, спираючись на власний досвід, що зберігається в підсвідомості.

На основі отриманих результатів були визначені рівні розвитку емпатичних здібностей у студентів. В. В. Бойко в своїй методиці визначає чотири рівні розвитку емпатії: високий, середній, занижений та дуже низький.

На основі отриманих даних можна констатувати, що високий рівень розвитку емпатичних здібностей у студентів взагалі не представлений.

Тільки половина респондентів – 50% (19 осіб) має середній рівень. Такі люди у взаємодії швидше схильні робити висновки про інших за їх вчинками, аніж довіряти власним враженням та почуттям, їм притаманні емоційні прояви, які здебільшого контролюються ними.

Занижений рівень розвитку емпатичних здібностей мають 44,7% від всіх респондентів (17 осіб). Це свідчить про складність у налагодженні комунікаційних стосунків, можливість в униканні роботи з людьми.

Дуже низький рівень показали 5,3% (2 студенти). В таких студентів відсутня спрямованість і зацікавленість у сприйнятті іншої людини. Ці люди не вміють співпереживати, емоційно відгукуватися на почуття інших, не розуміють вчинків, скоєних під впливом душевних поривів.

Як доводить наше дослідження, розвиток емпатичних здібностей у майже половини студентів не є достатнім. Беручи до уваги, що ці студенти – майбутні практичні психологи, що вони закінчують 3-й або 4-й курс, проблема розвитку емпатичних здібностей при професійній підготовці набуває особливого значення.

Причин недостатнього розвитку емпатії багато. Слушно зауважує Л.М. Лисенко, що відсутність емпатії чи її вираженість залежить від особистісного досвіду людини, батьківського виховання, прояву почуттів, темпераменту (Л.М. Лисенко, 2021).

Ми погоджуємось з думкою І. Юсупова, який вважає, що до емпатії більш схильні інтерналі, а не екстернали. Також він наголошує на тому, що прояву та формуванню емпатії заважає надмірна тривожність, агресивність, егоїзм, депресивність та такі особистісні установки як: уникання нових контактів, спокійне ставлення до проблем чи хвилювань інших людей, неприйнятність прояву допитливості (Юсупов, 1997).

Ми підтримуємо твердження, що на формування емпатії впливає багато чинників, що маючи справу з вже сформованою особистістю достатньо складно розвинути емпатію до високого рівня. Але водночас не можна не погодитись з І. Г. Тимощуком, який наголошує на недоліках у підготовці сучасних психологів: авторитарний стиль спілкування, низький рівень самоаналізу, нездатність усвідомлювати життєві цілі, переважання теоретичних знань над практичними, низький рівень професійної самоактуалізації, відсутність мотивації на особистісне зростання і невміння професійно сприяти особистісному зростанню інших (І. Г. Тимошук, 2003).

Проведене дослідження доводить необхідність приділяти більше уваги розвитку емпатичних здібностей при викладанні навчальних дисциплін, у виховному процесі. Внаслідок цього, на наш погляд, актуальним залишається вивчення чинників розвитку емпатії, методів і засобів її актуалізації для забезпечення успішної фахової підготовки студентів – практичних психологів.