

9. Седова Н. Е. Новые подходы к подготовке учителей : в 2 ч. – Комсомольск-на-Амуре : Изд-во гос. пед. ун-та, 2003. – Ч. 1. – 254 с.
10. Седова Н. Е. Новые подходы к подготовке учителей : в 2 ч. – Комсомольск-на-Амуре : Изд-во гос. пед. ун-та, 2003. – Ч. 2. – 275 с.

УДК 159. 922 + 37.0 + 316.6

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ У ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ В КОНТЕКСТЕ ВОСПИТАНИЯ И СОЦИАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Я. А. Мазуренко (Новосибирск)

Формирование нравственно развитой личности опирается на эмпатийные способности человека. Исследование особенностей развития эмпатии у подростков и молодых людей позволяет проследить моменты, являющиеся ключевыми в развитии личности, строящей гармоничные отношения с окружающим миром. В качестве характеристик, помогающих оценить роль воспитания и социального взаимодействия, выбраны «актуальные способности» (понятие, введенное Н. Пезешкианом).

Актуальные способности, взаимосвязанные с такой глубинно-психологической категорией, как чувство самооценности, дают нам дополнительные дифференциально-диагностические указания и открывают новые возможности для воспитания, самопомощи и саморегуляции.

Ключевые слова: эмпатия, позитивная психотерапия, механизм доминанты, актуальные способности, эмоциональный резонанс, особенности развития.

SPECIAL FEATURES OF THE EMPATHY DEVELOPMENT FOR TEENAGERS AND YOUNG PEOPLE IN THE CONTEXT OF UPBRINGING AND SOCIAL INTERACTION

Ya. A. Mazurenko (Novosibirsk)

The formation of the morally developed person is based upon the empathic abilities of the person. The research of the special features of the empathy development for teenagers and young persons allows to distinguish the moments which are the key ones in the development of the person building harmonious relations with the world around. As the characteristics which help to estimate the role of upbringing and social interaction, there are considered the «actual abilities» (a concept introduced by N. Pezeshkian).

The actual abilities, interconnected with such deeply psychological categories as the feeling of self-value, provide us with the additional differential-diagnostic hints and open new possibilities of upbringing, self-help and self-control.

Мазуренко Яна Альбертовна – старший преподаватель кафедры педагогики и психологии ГОУ ВПО «Новосибирский государственный технический университет». 630092, г. Новосибирск, пр. Карла Маркса, д. 20.
E-mail: yana_maz@bk.ru

Key words: *empathy, positive psychotherapy, the dominant mechanism, actual abilities, emotional resonance, features of development.*

Способность понимать чувства, мысли и установки другого человека, воспринимать его внутренний мир адекватно, с сохранением эмоциональных и смысловых оттенков, без оценивания и осуждения, означает быть в состоянии эмпатии. Высшая форма эмпатии – действенная – характеризует нравственную сущность человека [7]. Крупным вкладом в разработку эмпатии и ее методологии явилось всемирно известное учение о доминанте А. А. Ухтомского, где автор рассматривает доминанту как «рабочий принцип» духовности человека, объясняющий природу его сознания, как единый общечеловеческий принцип действия, как механизм поведения: «человек начинается лишь там, где у него оказывается что-либо более важное и более ценное для него, чем он сам» [8, с. 25]. Поскольку эмпатия есть, фактически, механизм доминанты, то очевидна и значительная роль эмпатии как в межличностном общении, так и в познании в целом. Познание и межличностное общение находятся в тесной связи с характером доминант человека, и в этих процессах первенство принадлежит не рациональным построениям, а эмоциям, интуиции и нравственным императивам. Принципы доминанты и открытости собеседнику, как и миру в целом, не только делают эмпатию процессом познания, но и преобразуют ее в связь вневременного характера между различными субъектами жизненного взаимодействия. Эти факторы позволяют говорить об эмпатии как о пути приобщения человека к культурному смысловому полю и эмоциональному опыту.

Психологический взгляд на механизм действия эмпатии, как эмоционального явления, рассмотрен в работах отечественных психологов Т. П. Гавриловой и Л. П. Стрелковой. Т. П. Гаврилова считает эмпатию формой эмоционального переживания. В этом переживании отражается система ценностей индивида. «В эмпатическом переживании принимают участие такие познавательные процессы, как память, восприятие, оценка, воображение, предвосхищение, имеющие определенную специфику. Эта специфика обусловлена отношением индивида к объекту эмпатии» [3, с. 78].

Развитие эмпатии в онтогенезе идет от элементарных форм к высшим формам [6]. По мере развития двигательной активности и развития речи сочувственные проявления у детей становятся все более разнообразными и независимыми от взрослого [1]. Наблюдаются случаи эмоциональной отзывчивости и альтуризма; можно предположить, что такое умение развивается у маленьких детей под влиянием формирования мотиваций, направленных на другого человека и связанных со стремлением принести ему пользу [4]. Накапливая опыт общения, ребенок к пяти годам уже умеет действовать осознанно в пользу других людей. К началу подросткового возраста начинают формироваться убеждения, способствующие коллективистской направленности личности. Для подростков характерно, что сочувствие побуждает их к оказанию помощи [2, с. 54]. Психологи обращают внимание на противоречивость и неустойчивость эмпатии в подростковом возрасте и в то же время отмечают наибольшую сензитивность отрочества к развитию эмпатии (И. С. Кон, Л. П. Стрелкова, С. Холли). Уси-

ление проявлений эмпатии усугубляется тем, что в отношениях с миром у подростка преобладает категория возможного, а не действительного (Ж. Пиаже). Усложнение внутреннего мира и открытие новых «измерений» в осознании бытия в целом способствуют активизации воображения, синтезу различных пластов духовной жизни. В дальнейшем динамика эмпатии зависит от совокупности факторов, влияющих на формирование личности в целом, и определяющую роль в этом процессе играет социокультурная ситуация. Главное содержание подросткового возраста составляет переход от детства к взрослости.

И. И. Мечников указывал на две главные отличительные черты юности. Во-первых, в юности инстинкт самосохранения еще недостаточно обнаруживается. Во-вторых, юности свойственна некоторая природная дисгармония. Так, желания и стремления развиваются ранее, чем воля и сила характера. Проникновение в природу эмпатии, понимание психологической сущности этого явления облегчит изучение формирования личности в процессе развития, возникновения нравственных чувств и их роли в поведении.

Данное исследование имеет целью изучить особенности развития эмпатии в подростковом и юношеском возрасте в контексте таких психодинамических категорий, как чувство самоценности и возможности принятия реальности окружающего мира, позволяющее занимать достойное место полноценного члена общества.

Для исследования уровня эмпатии у подростков 15–16 лет и молодых людей 19–21 лет была использована методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко. В исследовании принимали участие ученики 10-х классов общеобразовательной школы (50 подростков в возрасте от 15 до 16 лет), а также студенты I и II курсов университета технических и гуманитарных факультетов (45 студентов в возрасте от 19 до 21 года).

В целях изучения отношений с окружающим миром была обсуждена и использована теория, обосновывающая существование так называемых актуальных способностей, рассмотренная в позитивной психотерапии Н. Пезешкиана. Актуальные способности исследовались на основании Висбаденского опросника Н. Пезешкиана (полное название – Висбаденский опросник к методу позитивной и семейной психотерапии Н. Пезешкиана) [5]. Актуальные способности дают нам дополнительные дифференциально-диагностические указания, открывающие новые возможности для воспитания, самопомощи, психогигиены.

Итак, уровень эмпатии в подростковом и юношеском возрасте является закономерным и логическим продолжением общения со значимыми фигурами и атмосферой воспитания. Опираясь на вышеописанную теорию актуальных способностей, а также учитывая особенности развития подросткового и юношеского возраста, предположим, что взаимосвязь между уровнем эмпатии и актуальными способностями будет особенно значимой в телесной и социально-коммуникативной сферах.

На первом этапе исследования, после информационной беседы, в которой обсуждались основные теории и особенности проявления эмпатии в обыденной жизни, школьники и студенты, принимавшие участие в иссле-

довании, имели возможность оценить свой уровень эмпатии сами. При этом 58 % опрошенных оценили свой уровень эмпатии, как высокий, 25 % сочли его средним и 17 % затруднились ответить.

Результаты, полученные в ходе исследования подростков с помощью опросника эмпатических способностей В. В. Бойко, показали, что у подростков преобладают средний (40 %) и заниженный (50 %) уровни эмпатии (высокий – 4 % и низкий – 6 %). Средний уровень эмпатии у молодых людей составляет 34 %, заниженный 49 % (высокий уровень эмпатии 2 % и низкий 15 %). Итак, при психологическом тестировании уровня эмпатии подростки и молодые люди обнаруживают достаточно низкие показатели по всем шкалам-составляющим эмпатии по сравнению с тем, как они сами себя оценивают.

Исследование взаимосвязи между составляющими эмпатии и актуальными способностями (для выявления значимых связей был применен метод математической статистики – критерий Спирмена) позволило сделать следующие выводы.

В подростковой аудитории выявились связи между особенностями воспитания и развитием способностей, позволяющих совершенствовать личностные характеристики, делающие процесс взаимодействия наиболее эффективным. Чем более проявляются в воспитании родительские установки, позволяющие избегать личных контактов, чем спокойнее родитель (или другая значимая фигура взрослого) относится к переживаниям и проблемам окружающих, считая «неуместным» проявлять любопытство к людям и ситуациям; тем слабее развивается способность проявлять терпение. Чем большую эмоциональную включенность позволяет проявлять себе взрослый, тем в большей мере у ребенка, а затем и у подростка развивается осознание ценности каждого участника взаимодействия, и это обеспечивает ему способность полноценно проявляться в каждой ситуации межличностного общения.

Чем выше способность применять нестандартные гибкие решения для решения жизненных ситуаций, тем больше подросток способен создавать атмосферу открытости, доверительности, эффективно общаться с разными людьми в любых, даже самых нестандартных ситуациях.

Кроме социально-коммуникативной, особенно важное значение приобретает для подростка телесная сфера. Результаты исследования показали, что чем выше способность принимать свое меняющееся тело и переживания, связанные с этим развитием, тем гармоничнее становится способность входить в эмоциональный резонанс с окружающими – сопереживать, соучаствовать. Соучастие и сопереживание исполняют роль связующего звена, проводника от одного человека к другому. Интересные результаты получены в сфере, связанной с отношениями веры. Способность устанавливать отношения с неизведанным в самом себе, в окружающем мире и неземным (Богом), а также интересоваться вопросом о смысле жизни становится актуальной с наступлением подросткового возраста. Чем больше у подростка возможностей получать ответы на интересующие его вопросы в этой сфере, тем выше интуитивный канал эмпатии – способность анализировать предполагаемое поведение партнеров, действовать в условиях дефицита исходной информации о них, опираясь

на опыт, хранящийся в подсознании. На уровне интуиции замыкаются и обобщаются различные сведения о партнере, развивается способность создавать собственную стратегию поведения.

Переход в следующую возрастную категорию сопровождается изменениями в различных областях развития. Эмпатические тенденции продолжают развиваться, теперь уже в большей независимости от процесса воспитания. Становление эмпатической личности становится все более осознанным и все еще зависимым от основных сфер, наиболее значимых в юношеском возрасте.

Результаты исследования у молодых людей показывают, что общий уровень эмпатии имеет обратную связь с послушанием. Чем выше уровень эмпатии, тем меньше молодой человек склонен слепо следовать приказам внешнего авторитета, а также требовать подобного поведения от других. Чем больше развит интуитивный канал эмпатии (способность предвидеть поведение партнеров, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании), тем меньше проявляется качество, рассматриваемое в контексте актуальных способностей, например «верность»: длительное следование само собой разумеющимся» подсознательным или осознанным нормам и концепциям, в крайнем проявлении – ригидность, закоренелость. Полученные результаты показывают, что молодые люди с развитой эмпатией меньше предрасположены следовать внешним ригидным установкам, они обладают более развитой интуицией и больше доверяют себе.

Построение близких интимных отношений, в первую очередь в сексуальной сфере, тесно связано с эмпатией. Результатом нашего исследования стало установление факта значимых связей эмпатии и актуальной способности «сексуальность – нежность». Под сексуальностью и нежностью мы понимаем отношение к физическому контакту, способность принимать и дарить полноценные сексуальные отношения.

Итак, чем больше установок, способствующих – или препятствующих – эмпатии, снижающих ее эффективность (что проявляется в том случае, если человек старается избегать личных контактов, считает «неуместным» проявлять любопытство к другой личности, предпочитает «спокойно относиться» к переживаниям и проблемам окружающих), тем меньше развита сексуальность, тем более «зажатым», защищающимся является человек. Опираясь на предыдущее исследование и вышеописанные теории, можно проследить, как эмоциональная не включенность значимых в воспитательном процессе взрослых, не позволяя формировать эффективную эмпатию, сначала способствует развитию нетерпимости и сосредоточенности на себе в подростковом возрасте, а затем формируется как нетерпимость и зажатость в сфере сексуальных отношений.

По результатам исследования, сексуальность в юношеском возрасте также связана с эмпатией – качеством, позволяющим создавать атмосферу открытости, доверительности, задушевности. Расслабленность партнера содействует эмпатии, а атмосфера напряженности препятствует раскрытию и эмпатическому постижению. Согласно результатам исследования, существует взаимосвязь между общим уровнем эмпатии и сексуальностью. Это означает, что чем выше общий уровень эмпатии, тем больше у человека развита сексуальность – качество, позволяющее дарить и прини-

мать физические контакты, строить полноценные, эмоционально окрашенные отношения в юношеском возрасте.

В сфере, связанной с отношениями веры, у молодых людей были получены следующие результаты: способность устанавливать отношения с неизведанным в самом себе, в окружающем мире положительно связана с рациональным каналом эмпатии. Рациональный канал является составляющей, участвующей в формировании общего уровня эмпатии, которая характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность любого другого человека – на его состояние, проблемы, поведение. Это спонтанный интерес к другому, открывающий «шлюзы» для эмоционального и интуитивного отражения партнера. По данным исследования получается: чем больше проявляется этот направленный спонтанный интерес к другому человеку, тем выше у личности интерес к вопросам веры (общепринятые материалистические каноны обыденной жизни уже не удовлетворяют, представляются недостаточными).

Способность посвящать себя другим, поиск общения, связь, близость, привязанность, интимность зависят от уровня развития эмоционального канала эмпатии – способности эмпатирующего входить в эмоциональный резонанс с окружающими, сопереживать, соучаствовать.

В наше время отчужденность стала социальной нормой поведения – другой человек обычно начинает нас интересовать в том случае, если от него что-либо зависит или тогда, когда он препятствует удовлетворению наших потребностей. В таком функционально-оценочном подходе много личного интереса, предвзятости и меркантилизма – всего того, что препятствует проявлению эмпатии, делает ее фрагментарной и поверхностной. Цель нашего исследования – не только проследить развитие эмпатии в эмоционально сложном, переходном от подросткового к юношескому возрасту, но и сделать попытку найти связи между формирующимся уровнем эмпатии и основными сферами жизнедеятельности личности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. **Алексеева Н. И.** Особенности развития готовности к сопереживанию у детей шестилетнего возраста в детском саду и школе : Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1975. – 23 с.
2. **Араканова Т. Г.** Учителям и родителям о психологии подростка: учебник. – М. : Высш. шк., 1990.
3. **Гаврилова Т. П.** Понятие эмпатии в зарубежной психологии // Вопр. психологии. – 1975. – № 2. – С. 147–158.
4. **Гаврилова Т. П.** Экспериментальное изучение эмпатии у детей младшего и старшего школьного возраста // Вопр. психологии. – 1974. – № 5. – С. 107–114.
5. **Пезешкиан Н.** Психосоматика и позитивная психотерапия. – М.: Медицина, 1996. – 464 с.
6. **Сопиков А. П.** Механизм эмпатии // Вопросы психологии познания людьми друг друга и самопознания : сб. ст. – Краснодар : Изд-во Кубан. ун-та, 1977. – С. 89–95.
7. **Орлова Б. К.** Роджерс и современный гуманизм // Вестн. МГУ. – 1990. – № 2. – Сер. 14: Психология. – С. 55–58.
8. **Ухтомский А. А.** Доминанта.– СПб. : Питер, 2002. – 448 с.