

ЕМПАТІЯ ЯК ЗДАТНІСТЬ СУБ'ЄКТА СПІЛКУВАННЯ

У статті розкрито види, форми і рівні прояву суб'єктом емпатії у процесі спілкування. Емпатія розглядається як цілісна властивість особистості, сукупність її якісних (модальність) і змістовних (емпатійна спрямованість) показників. Розглянуто різні показники емпатії в єдності її формально-динамічних та змістовних характеристик.

Ключові слова: емпатія, емпатійність, емпатійна взаємодія, види, форми і рівні емпатії.

Актуальність дослідження. Для будь-якої людської істоти спілкування є природною потребою, яка формує людину як особистість. Адже людина – істота соціальна. Її комфортне існування у соціумі забезпечується спілкуванням із собі подібними. Через спілкування забезпечується зв'язок з навколишнім світом, формування системи цінностей, виховання почуттів, що відбувається завдяки механізмам, закладеним в структурі особистості. Одним з таких механізмів є емпатія. Сказаним і зумовлюється важливість й актуальність дослідження проблеми емпатійності суб'єкта спілкування.

Виклад основного матеріалу. В наукових працях різних напрямків можна зустріти різні трактування поняття: "соціальний інтерес", "форма розуміння", "вчування" і т.ін. Проте у підґрунтя всіх інтерпретацій цього явища зарубіжними і вітчизняними вченими покладено поняття "вчування" у спілкуванні.

Традиційно категорією "емпатія" займається психологія. Але останнім часом цим терміном стали оперувати й інші науки, що пов'язані з вивченням людини, її діяльності, а також людських взаємин. Нерідко його використовують у мистецтві і літературі, в педагогіці і журналістиці, у психіатрії і просто у повсякденному житті, де стосунки між людьми ґрунтуються на співчутті й умінні розуміти іншу людину.

Спочатку назване поняття вивчалось філософськими дисциплінами – етикою і естетикою – і мало інакшу назву – "симпатія". В етичних системах філософів ХУІІІ – ХІХ ст. – Сміта, Спенсера, Шопенгауера – симпатія розглядалася як "властивість людської душі, що відповідає за регуляцію взаємин між людьми в питаннях совісті, справедливості, альтруїзму" [8].

Власне термін "емпатія" запозичений науковою психологією на початку ХХ століття з філософії. Американський психолог Е. Титченер переклав з німецької слово «Einführung» як «вчування в». Він узагальнив у значенні самого терміна близькі за змістом ідеї про симпатії, а також положення концепції учування [4].

У функціональному синтаксисі термін "емпатія" з'явився порівняно недавно. Першим це поняття використав С. Куно (Kuno, 1976) у своїй праці "Topic, Subject and the Speaker's Empathy" для характеристики та ідентифікації співрозмовника – учасника події [12].

В лінгвістичних науках термін "емпатія" вживається з істотними відмінностями стосовно значення і сфери його функціонування. Він застосовується для опису способів «передавання інформації співрозмовником». На думку І. П. Сусова, в мовознавстві під емпатією розуміють «ідентифікацію співрозмовника з безпосереднім учасником або об'єктом обговорюваної події, виклад чогось з певної точки зору» [9].

Змістовна сторона поняття полягає у здатності людини «уявити себе такою, котра дивиться на світ очима іншої людини або з її позиції, і ця здатність, ймовірно, впливає на вживання мови» [9].

Проте емпатію в якості лінгвістичного терміна не слід розуміти як співчуття або як злиття точок зору співрозмовника з одним з об'єктів спілкування.

Емпатія в лінгвістиці, на нашу думку, має соціальну значущість у міжособистісному спілкуванні, без неї неможливий аналіз природної мови. Згідно зі спостереженнями, вона також відіграє «функціональну роль у формуванні зв'язаної мови».

Тим часом В.З. Дем'янков у своїй роботі "Інтерпретація, розуміння і лінгвістичні аспекти їх моделювання на ЕОМ" дає таке визначення емпатії: «...Це не лише прийняття точки зору того, хто говорить, погляд на речі іншими очима (когнітивна емпатія), а й готовність узаконити («легітимізувати») реальні і потенційні наміри чужого мовлення» [6].

Емпатія як чинник формування іншомовної соціокультурної компетентності розглядається у праці М.О. Ігнатенка [7]. Здійснений ним аналіз результатів емпатійної діагностики дав змогу виявити занижений рівень емпатії у студентів, що вивчають іноземну мову. Виходячи з цього, автор дослідження доходить висновку про потребу в цілеспрямованому розвитку цієї якості у студентів у процесі викладання іноземної мови у ВНЗ. Адже «емпатія уявляється як основа міжкультурного розуміння, прийняття і важлива умова ефективності процесу формування іншомовної соціокультурної компетенції учнів» [7].

Грецьке слово "pathos", що означає сильне і глибоке почуття, близьке до страждання, видозмінилося, поєднавшись із префіксом "em" – "empathos". Звідси емпатія – це складне явище, яке важко піддається визначенню. Більшість авторів погоджується з твердженням Міда (Mead, 1934) про те, що емпатія припускає здатність людини займати позицію іншого. Інакше кажучи, емпатія передбачає «прийняття ролі іншого і розуміння почуттів, думок і настановлень іншої людини» [11].

Розрізняються такі види емпатії, як "емоційна емпатія, заснована на механізмах проєкції і наслідування моторних і афективних реакцій іншої людини; когнітивна емпатія, що базується на інтелектуальних процесах (порівняння, аналогія і т. ін.), і предикативна емпатія, що розглядається як здатність людини передбачати афективні реакції іншого в конкретних ситуаціях" .

Разом з тим аналіз науково-дослідних праць вітчизняних і зарубіжних учених свідчить про багатогранність поняття "емпатія" і відсутність спільної, усталеної думки щодо нього. У зв'язку з цим доцільно виділити основні значення цього поняття. Це передусім:

- 1) здатність або властивість особистості (в цьому випадку емпатія виступає як характеристика людини);
- 2) психічний процес, що дає змогу людині зрозуміти і прийняти переживання іншої людини (тобто емпатія розглядається як механізм пізнання);
- 3) діяльність людини, яка дає можливість особливим чином будувати спілкування з іншою людиною (емпатія постає як особливий вид уваги до іншої людини).

Нині усталеним вважається визначення емпатії, яке описує здатність особистості – завдяки розумінню почуттів іншої людини – емоційно відгукуватися на її переживання. Емпатія – це здатність тонко відчувати, співпереживати, співчувати не лише людям, а й усьому живому. Ця здатність ґрунтується на умінні правильно уявити собі, що відбувається у психічній сфері іншої людини, зрозуміти її переживання, а також на оцінці зовнішнього світу та внутрішніх відчуттів. Рівень емпатійної здатності людини можна порівняти з її здатністю уявити собі сприйняття ситуації іншими людьми. Емпатійна людина проникливо уловлює нюанси стану, в якому перебуває співрозмовник у конкретний момент, і здатна подати дієву допомогу. Емпатійність особистості з точки зору ефективності її прояву в спілкуванні має деякі особливості. У зв'язку з цим дослідники виділяють певні форми і види емпатії.

Значна частина вчених – зокрема, Ю.Б. Гіппенрейтер – схиляється до думки, що за формами емпатію можна поділити на просту, складну і вищу. Проста форма – це зараження. Ця форма передбачає безпосереднє та мимовільне повторення емоції іншої людини. Подібне «зараження» емоцією спостерігається в натовпі, концертному залі тощо. Зараження – несвідома, мимовільна схильність індивіда до певних психічних станів. В цьому контексті зараження виступає як форма природного, запрограмованого пристосувального внутрішнього механізму поведінки людини, що спонтанно виявляється. Механізм соціально-психологічного зараження зводиться до ефекту багатократного взаємного посилення емоційного впливу людей, котрі спілкуються між собою [4].

Особливість цієї форми емпатії полягає у неоднозначності прояву – зараження може бути як позитивним, так і негативним. Спілкуючись з іншою особою, абсолютно несвідомо людина може переймати гарний або поганий настрій партнерів по спілкуванню, якщо її емпатійна здатність дає змогу глибоко проникнути в їхній внутрішній світ і відчувати проблеми співрозмовника. Найбільш яскравою ілюстрацією простої форми емпатії є паніка, коли емпатія виступає як ідентифікація. В умовах паніки особистість потребує величезних зусиль, щоб не втратити своє власне "Я".

Переживання, що пов'язані з ситуацією, в якій перебуває інша людина, відносяться до складної форми емпатії. В реальному житті або при перегляді кінофільму чи спектаклю людина, котра спостерігає за подіями, мимоволі переймається почуттями безпосередніх учасників подій. Така емпатія сприяє розвитку гуманного ставлення до оточуючих і набуттю життєвого досвіду.

До вищої форми емпатії відносять такі прояви людських почуттів, як співчуття, співпереживання. Співчуттям, або співпереживанням, називається

здатність людини відгукуватися на почуття іншого, радіти і засмучуватися разом з ним і за нього. Співчуваючи і співпереживаючи, людина може переживати ті самі почуття, які відчуває інша людина, її може проїняти той самий біль, який мучить інших. Емоційно відгукуючись на чужі переживання, ми можемо переживати і такі почуття, як жалість, співчуття, радість за іншого [8].

Саме завдяки співчуттю і співпереживанню ми здатні допомагати іншому, підтримувати його – не важливо, людина це чи тварина.

Вираженість співчуття, співпереживання багато в чому залежить від об'єкта докладання зусиль. Встановлено, що найчастіше об'єктом співчування і співпереживання стають близькі люди – родичі, знайомі, земляки тощо. До людей своєї статі і віку співчуття виникає значно швидше й легше, ніж до людей протилежної статі або до тих, хто набагато старший або молодший від нас.

Вища форма емпатії – дієва, вона характеризує моральну сутність людини, дає змогу не лише співчувати і співпереживати, а й шукати шляхи та способи виходу з ситуації, що склалася, разом із співрозмовником.

Учені встановили цікавий факт: негативні емоційні переживання іншої людини – горе, сум – легше викликають емпатію, ніж позитивні – приміром, радість чи задоволення. З огляду на значущість або небезпечність подібних чинників це легко стає зрозумілим: всі руйнівні або небезпечні для життєдіяльності організму подразники справляють вплив у значно менших дозах. У той же час подразники, які сигналізують про задоволення потреб чи отримання задоволення, викликають менші збурення. Як для організмів соціальних, для людей характерним є те, що форми емпатії залежать від типу і характеру міжособистісних взаємин. Міжособистісні відносини – це взаємозв'язки між людьми, які суб'єктивно переживаються, а також об'єктивно проявляються в характері та способах взаємних впливів, що здійснюються людьми один щодо одного в процесі спільної діяльності і спілкування. Ці взаємини можуть бути представлені як система настановлень, орієнтацій, очікувань, стереотипів та інших диспозицій, через які люди сприймають і оцінюють один одного.

Форма емпатії, що проявляється у спілкуванні, безпосередньо залежить від характеру міжособистісних взаємин. Наприклад, щодо знайомих і приятелів ми виявляємо зазвичай просту або складну форму емпатії. Стосовно родичів, друзів або дружини, як правило, має місце вища форма емпатії.

Спілкування в учнівських групах відбувається в умовах приятельських і товариських взаємин. «Приятель» – це той, з ким приємно і цікаво спілкуватися, який викликає симпатію. Приятельські стосунки виникають на підставі знайомства. У приятельські стосунки включаються оцінки і емоційні переживання. Тут виявляється подібність думок з тих чи інших питань особистого або громадського життя. Ці стосунки більше вибіркові. Вони залежать від товаришкості людини, від її потреби в контактах з іншими людьми.

Товариські стосунки будуються на спільності поглядів, діяльності, способу життя. Ці стосунки значно більш вибіркові і припускають взаємодопомогу і взаємовиручку. Іноді їх суб'єктивно оцінюють як наявність дружби між партне-

рами. Отже, для приятельських або товариських школярських взаємин характерними є прояви простої та складної форм емпатії.

Особливо значущими в підлітково-юнацьких групах стають форми взаємодії, що набувають рис деструктивних взаємин. Це відбувається, як правило, тоді, коли хтось намагається стверджувати своє "Я". При цьому існує об'єктивна потреба перебування ворогуючих партнерів в одному колективі. Деструктивні взаємини утруднюють виникнення емпатії в міжособистісному спілкуванні. Звідси виникає нагальна потреба у реалізації заходів, спрямованих на формування дружніх та приятельських стосунків у навчальних групах, що вивчають іноземну мову. Такі заходи актуальні для оптимізації формування навичок іншомовного спілкування і мають бути спрямовані на те, щоб навчання відбувалося в умовах ефективного прояву емпатії.

Різні види емоційної емпатії у працях різних авторів – зокрема, Т.П. Гаврилової, – іноді інтерпретуються як рівні емпатії:

I. Емоційна реакція у відповідь за типом зараження, примітивна емоційна ідентифікація.

II. Співпереживання і співчуття як більш складні форми співучасті в емоціях іншого, здатність поділяти їх [3].

На підставі цього емпатію розглядають у таких аспектах:

а) як складне функціональне утворення, в якому пізнавальні та емоційні процеси перебувають у взаємообумовленій єдності, опосередковуючи дію і розвиток актуальних потреб, що, у свою чергу, набувають розвитку під їх впливом;

б) як процес розвитку емоцій та їх когнітивізації: при цьому процес формування моральних мотивів спрямований на користь іншої людини;

в) здатність відгукуватися на переживання іншої людини, тісно пов'язана зі структурою особистості індивіда, його цінностями.

Тим часом, більшість психологів, особливо зарубіжних, до середини минулого століття схилилася до думки, що емпатія має тільки суто емоційний характер. Розвиток уявлень про емпатію поступово поповнився розумінням того, що прояв емпатії не може бути тільки емоційним – відтак, до афективного елемента додається когнітивний. З'явилися праці, в яких осмислювалися ідеї про «ідентичність ментальних процесів суб'єкта і об'єкта»; «когнітивну реконструкцію внутрішнього світу іншої людини»; «здатність передбачати поведінку інших людей» [1]. Отже, розвиток уявлень про емпатію йде від її розуміння як реагування почуттями на почуття до афективно-когнітивного процесу проникнення у внутрішній світ іншої людини.

Взаємозв'язок усіх трьох компонентів емпатії: емоційного, когнітивного і поведінкового – характерний для вищої форми емпатії.

Таким чином, для більш ефективного спілкування потрібна емпатія, що включає прояв усіх трьох компонентів у їх тісному взаємозв'язку. Проте без глибокого знання структурних особливостей самої емпатії неможливо визначити успішність прояву її основних складових та їх взаємозв'язок.

Аналізу структури емпатії присвячено значну кількість досліджень. Серед них найгрунтовнішою можна визнати працю В.В. Бойка, в якій автор виділяє декілька каналів емпатії : раціональний, емоційний та інтуїтивний [2].

Раціональний канал емпатії передбачає спрямованість уваги, сприйняття і мислення суб'єкта на сутність іншої людини – на її стан, проблеми, поведінку. Це спонтанний інтерес до емоційного й інтуїтивного віддзеркалення партнера по спілкуванню. У раціональному каналі не слід шукати логіку чи мотивацію на інтерес до партнера. Емоційний канал забезпечує здатність суб'єкта емпатії емоційно резонувати з оточенням – співпереживати, бути співучасником. Емоційна чутливість у цьому випадку стає засобом входження в енергетичне поле партнера. Зрозуміти його внутрішній світ, прогнозувати поведінку й ефективно впливати на іншу людину можна тільки у тому разі, коли сталося енергетичне підлаштування до того, кому адресована емпатія. Інтуїтивний канал дає можливість бачити партнера по спілкуванню, спираючись на досвід, що зберігається у підсвідомості.

Таким чином, успішність комунікації вимагає активної діяльності цих каналів, що сприятиме створенню атмосфери довіри, відкритості, задушевності.

Важко переоцінити важливість характеру прояву емпатії для конкретної особистості. Багато вчених вважають, що особистість може мати декілька рівнів емпатійної здатності.

Так, І.М. Юсупов [10] класифікував рівні емпатійної здатності особистості, розробивши тест з визначення емпатії. На його думку, існують п'ять рівнів емпатійної здатності: дуже високий, високий, нормальний, низький і дуже низький, що характеризують ступінь її вияву. Наприклад, перший рівень (дуже високий) характеризує особистість як таку, що хворобливо сприймає чужі проблеми. У спілкуванні, подібно до барометра, вона тонко реагує на настрої співрозмовника, що ще не встиг сказати жодного слова. Зазвичай оточення використовує таку особистість з дуже високою емпатійністю в якості громовідводу, обрушуючи на неї свій емоційний стан. Така людина погано відчувається у присутності «важких» людей. Дорослі й діти охоче довіряють їй свої таємниці та йдуть за порадою. Нерідко такі люди страждають від комплексу провини, побоюючись заподіяти людям клопіт; не лише словом, а навіть поглядом, бояться зачепити їх. За такого ставлення до життя уразлива людина досить часто близька до стану невротичних зривів.

Другий рівень (високий) притаманний особистості, що виявляє чутливість до потреб і проблем оточення. Така людина зазвичай великодушна, схильна багато-що прощати іншим. З непідробним інтересом ставиться до людей. Їй подобається «читати» за їхнім обличчям і «заглядати» в їх майбутнє. Вона емоційно чуйна, товариська, швидко встановлює контакти з оточенням і віднаходить спільну мову. Оточення цінує її душевність. Її намагання не допускати конфліктів і знаходити компромісні рішення легко втілюються в життя. Критика на свою адресу сприймається адекватно. В оцінці подій ці люди більше довіряють своїм почуттям й інтуїції, ніж аналітичним висновкам. Вважає за краще працювати з людьми, ніж самотійно. Постійно потребує соціального схвалення

своїх дій. За наявності всіх названих якостей подібні люди не завжди акуратні в точній і копійчій роботі. Не потребує особливих зусиль виведення їх з рівноваги.

Третій рівень (нормальний) властивий більшості людей. Оточення не може назвати таку людину «товстошкірою», але водночас вона не належить до особливо чутливих осіб. Їй не чужі емоційні прояви, але, у більшості своїй, вони перебувають під самоконтролем. У спілкуванні вона уважна, намагається зрозуміти більше, ніж сказано словами, але при надмірному впливі почуттів співрозмовника втрачає терпіння. Вважає за краще делікатно не висловлювати свою точку зору, не маючи певності, що вона буде прийнята. Вона не має розкутості почуттів, і це заважає їй повноцінному сприйманню людей, прогнозуванню розвитку взаємин між ними.

Четвертий рівень (низький) характерний для людини, що зазнає труднощів у встановленні контактів з людьми, вона незатишно почувається у великій компанії. Емоційні прояви у вчинках оточення часом здаються їй незрозумілими і позбавленими сенсу. Віддає перевагу усамітненим заняттям або виконанню конкретної справи, а не роботі з людьми. Вона схильна до точних формулювань і раціональних рішень. Ймовірно, у неї мало друзів, а тих, хто є, вона цінує більше за ділові якості та ясний розум, ніж за чуйність. Люди платять їй тим самим, не обдаровуючи її надмірною увагою. Але це легко виправити за умови «розкривання панцира» і більш пильного спостереження за поведінкою близьких і сприймання їхніх проблем як своїх.

П'ятий рівень (дуже низький) характеризує особистість з нерозвиненою емпатійною здатністю. Надзвичайну складність становить для них потреба першим розпочати розмову, зазвичай такі люди тримаються усамітнено серед співробітників. Особливо важко їм налагоджувати контакт з дітьми і особами, які набагато є старші за віком. У міжособистісних взаєминах нерідко опиняються в незручному становищі. Багато в чому особи з дуже низьким рівнем емпатійної здатності не знаходять взаєморозуміння з оточенням. Водночас вони люблять гострі відчуття, надають перевагу спортивним змаганням перед мистецтвом. У діяльності занадто сконцентровані на собі. Значну продуктивність демонструють в індивідуальній роботі, у взаємодії ж з іншими не завжди виглядають добре. Вони хворобливо переносять критику. Відтак, конче потребують гімнастики почуттів.

Висновки. Теоретичне дослідження і спостереження за поведінкою суб'єктів емпатії дають нам підстави вважати, що рівні вияву емпатійної здатності можуть суттєво змінюватися залежно від різних життєвих ситуацій. Оптимального рівня прояв емпатійності може досягати внаслідок вживання потрібних психолого-педагогічних заходів, що сприяють позитивним зрушенням у розвитку емпатійної здатності особистості.

Література

1. Атватер И. Эмпатия, эмпатическое слушание / И. Атватер // Психология влияния; сост. А.В.Морозов. – СПб., 2000. – С. 290-294.

2. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В.В.Бойко. – М.: Информационно – издательский дом «Флинт» – 1996. – 294 с.
3. Гаврилова Т.П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии / Т.П. Гаврилова // Вопр. психол. – 1975. – №2. – С.147-158.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Феномен конгруэнтной эмпатии / Ю.Б. Гиппенрейтер, Т.Д. Карягина, Е.М. Козлова // Вопросы психологии, 1993. –№ 4. – С. 61-68.
5. Головина А.А. Психологическая технология развития эффективного эмпатического общения: учебно-методическое пособие / А.А. Головина. – Тамбов: ТГТУ, 2004. – 28 с.
6. Демьянков В. З. Интерпретация, понимание и лингвистические аспекты их моделирования на ЭВМ. –М.,1989. – 172 с.
7. Игнатенко Н.А. Факторы формирования иноязычной социокультурной компетенции будущего учителя: Автореф. дисс... Канд. пед. Наук/ Н.А. Игнатенко – Воронеж, 2000. – С.17
8. Роджерс К. Психология эмоций / К. Роджерс – под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер– М.,1993. – 304 с.
9. Сусов И.П. Прагматическая структура высказывания // Языковое общение и его единицы: сборник научных трудов / И.П. Сусов – Калинин, 1986. – С. 7-11.
10. Юсупов И.М. Психология взаимопонимания / И.М. Юсупов – Казань, 1991. – 192 с.
11. Mead G. Mind, Self and Society / G. Mead – Chicago: University of Chicago Press, 1934. – p. 62.
12. Kuno Subject, Topic and the Speaker's Empathy / Kuno, Susumo // Li,C.,ed. Subject and topic. Academic Press. -New York, 1976. – p. 45.

В статье раскрыты виды, формы и уровни проявления субъектом эмпатии в процессе общения. Эмпатия рассматривается как целостное свойство личности, единство ее качественных (модальность) и содержательных (эмпатийная направленность) показателей. Рассмотрены различные показатели эмпатии в сочетании формально-динамических и содержательных характеристик. Исследованы общие закономерности и индивидуальные различия проявлений психологических характеристик эмпатии.

Ключевые слова: эмпатия, эмпатийность, эмпатийное взаимодействие, виды, формы и уровни эмпатии.

In the article the types, forms and levels of manifestation of empathy, where empathy is considered as an integral feature of personality, combined its quality (modality) and content indicators (empathical direction). The different indices of empathy combined formal and dynamic content features. The general patterns and individual differences of psychological characteristics of empathy.

Keywords: empathy, empathical interaction, forms, levels of manifestation of empathy.