

БЛИЗНЮКОВА О.М.,

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та соціальної роботи
Центральноукраїнського державного університету
імені Володимира Винниченка*

БОЙКО А.О.,

*магістрантка спеціальності «Психологія»
Центральноукраїнського державного університету
імені Володимира Винниченка
м. Кропивницький, Україна*

ЕМПАТІЯ ЯК ІНТЕГРАТИВНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОСОБИСТОСТІ ТА ЇЇ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК З ЕМОЦІЙНИМ ІНТЕЛЕКТОМ

Проблема дослідження емпатії як розуміння внутрішнього світу іншої людини та співпереживання її стану характеризується різноманітністю теоретичних підходів. Необхідність підвищення ролі емпатії в розвитку особистості є предметом наукових дискусій та досліджень у психології. Це пояснюється тим, що емпатія як психологічний феномен має суттєвий вплив на всю особистість в цілому, підвищує продуктивність діяльності та мотивацію.

Дослідники розглядають феномен емпатії як складний афективно-когнітивний процес, раціонально-емоційно-інтуїтивну форму відображення, цілісне утворення когнітивних, емоційних і моторних компонентів, властивість особистості (С. Батсон, К. Дейвіс, М. Голвей, Р. Даймонд, К. Роджерс, М. Хофман, В. В. Бойко, С. Б. Борисенко, О.П. Саннікова, Л.П. Журавльова).

Науковці розрізняють наступні форми емпатії: співпереживання і співчуття, активна та пасивна форма, рефлекторна й особистісна, конгруентна. Виділяють такі види емпатії як емотивну, пізнавальну, поведінкову (А. Валлон, Ф. Олпорт, Е. Стотленд, В. Мак-Дугалл).

З'ясовуються механізми даного феномена. Е. Тітченер зазначав, що емпатії можна вважати здатністю відчувати, уявляти себе та свої переживання в певних ситуаціях. Переживання, на думку Т. Ліппса, це не лише механізм естетичного сприйняття, а й пізнання іншої людини, розуміння емоцій та її ментального стану. На основі праць Т. Ліппса та Е. Тітченера, В. Дільтей стверджує, що поняття повторного переживання чи співпереживання може стосуватися усіх проявів життєдіяльності особистості та є творчим процесом, а вже прогресуюче переживання відображає творчий характер нашого розуміння чужих переживань та створює зв'язок розуміння інших із саморозумінням. Співчуття людей одне до одного переважно ґрунтується на їх почутті своєї спільності. Так, А. Шопенгауер вважав ідентифікацію одним із основних механізмів емпатії. У процесі емпатії людина ототожнює себе з іншими, перетворює переживання інших людей на свої, має прагнення припинити страждання інших, що приносить їй задоволення та відчуття щастя [7].

У психоаналізі і неопсихоаналітичних концепціях феномен емпатії розглядається з погляду взаємозв'язку афективних і когнітивних процесів (З. Фрейд, К. Юнг, Е. Блейер, Е. Фромм, Г.С. Саллівен, К. Хорні, Т. Рейк). З. Фрейд виокремлює значення емпатії під час соціалізації особистості, виділяючи в емпатійному процесі насамперед його імітаційну природу, пов'язуючи наслідувальні механізми з ідентифікацією. Від ідентифікації через наслідування йде шлях до розуміння того механізму, який взагалі робить можливим нашу позицію по відношенню до чужого психічного життя. Ідентифікацію З. Фрейд вважає первинною формою емоційного зв'язку з іншою особою, у зв'язку з чим ідентифікація виступає основним структурним компонентом соціалізації. Він вважав її несвідомою імітацією поведінки дорослих дитиною, що дозволяє йому освоювати моральні норми суспільства. Представник англійської необіхевіористичної школи М. Аргайл розглядає такі фактори, що обумовлюють емпатію: здатність приймати ролі, міжособистісну мотивацію і наявність переживання в емоційній пам'яті того, хто співпереживає.

Найбільш інтегративно емпатія досліджувалася в рамках гуманістичної психології, представники якої вважають, що емпатія є невід'ємним елементом психотерапевтичної та педагогічної взаємодії, умовою для конструктивних змін особистості, а також особистісного зростання та духовного розвитку. К. Роджерс вважав, що емпатія є першою та необхідною умовою особистісного зростання наряду з конгруентністю. Таким чином, емпатія є процесом, який включає чутливість до емоційних станів інших; співпереживанням та усвідомленням; когнітивним

структуруванням емоційних аспектів та установкою, що мотивує допомагати [6].

В. Франкл під поняттям «емпатія» розуміє співчуття однієї людини до іншої, наголошуючи при цьому на необхідності сприйняття відмінності іншої людини з любов'ю. При цьому любов розуміється В. Франклом як визнання права іншої людини на індивідуальний спосіб існування.

Представники біхевіористичної теорії та небіхевіористи вважають емпатію результатом соціального навчіння. Тобто, суб'єкт емпатії може проявляти співпереживання лише за умови наявності в його досвіді реакцій на подібний стимул-реакцію. У диспозиційній теорії особистості емпатійність суб'єкта розглядають як чинник його співучасті, поведінки, спрямованої на допомогу іншим людям.

У радянській психології емпіричне дослідження феномена емпатії першою здійснила Т. П. Гаврилова. На основі змістовного теоретичного аналізу вона визначила основні підходи до експериментального вивчення емпатії. Згідно її дослідження, форми прояву емпатії ґрунтуються на розумінні та співчутті іншої людини, особистості з високим рівнем емпатійності є гнучкими, оптимістичними та проявляють інтерес до інших людей. Емпатія як механізм формування міжособистісних відносин сприяє їх розвитку, стабілізує, дозволяє надавати підтримку партнераві не тільки в звичайних, але й у екстремальних умовах [3].

Сучасні українські психологи О. Саннікова, О. Орищенко розглядають емпатію як складну багаторівневу інтегральну властивість особистості та виділяють три рівні в структурі емпатії. У формально-динамічний рівень входять якісні (модальні) та динамічні (особливості виникнення та протікання емпатійних реакцій) властивості емпатії. Змістовно-особистісний включає ті аспекти емпатії, що стосуються вибору простору для емпатійних переживань і морально-етичного змісту її об'єкта. Соціальні та індивідуальні уявлення про існуючі соціокультурні «норми» емпатійних проявів відображає соціально-імперативний рівень [4].

На думку Л. Журавльової, розвиток емпатійного процесу залежить від соціальних, вікових, індивідуально-психологічних, статевих відмінностей. До системи детермінуючих факторів генезису емпатії Л. П. Журавльова відносить психофізіологічні (чутливість, емоційна лабільність нервової системи, розвиток першої сигнальної системи, невротизація), індивідуально-психологічні (чутливість, депресивність, реактивна агресивність, сором'язливість, відвертість, самотність, ставлення до себе, самооцінка, «Я-концепція», потреби, цінності), типологічні (соціальний тип, акцентуації характеру – емотивність, педантичність, тривожність, циклотимність, демонстративність,

екзальтованість, спрямованість особистості) та соціокультурні (умови соціалізації, тип батьківського виховання) чинники [2].

Отже, емпатія як здатність сприймати та розуміти емоційний стан іншої людини за допомогою співпереживання, проникнення в її суб'єктивний світ є багатограним поняттям, взаємопов'язаним з навичками управління власними емоціями та реакціями. Вміння розуміти та співпереживати з іншими впливає на розвиток емоційного інтелекту, що забезпечується процесами постановки та вирішення задач з розпізнавання, розуміння, використання та усвідомлення емоцій. Задачі регуляції емоцій, які інтелект розв'язує у кожному конкретний момент, актуалізують необхідні для цього процесуальні засоби метакогніції.

Як зазначає О. Ляц, емоційний інтелект є метакогнітивним утворенням, ієрархізованою системою здібностей людини до обробки емоцій як інформації, що передбачає функціональну єдність емоційних та інтелектуальних процесів щодо постановки та вирішення задач сприйняття та розуміння власних емоцій, емоцій інших людей, управління емоційними проявами та зумовлює більш високу адаптивність і ефективність особистості в спілкуванні і діяльності [3].

Перспективи подальшого дослідження полягають у розробці моделей взаємозв'язку між конструктами у контексті міжособистісних відносин, комунікації, лідерського стилю. Розуміння емпатії як емоційного та когнітивного процесу та розвиток емоційного інтелекту відкривають шлях до покращення якості міжособистісних взаємин та соціальної адаптації, що має велике значення для розвитку особистості та суспільства в цілому.

Список використаних джерел

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Vivat, 2018. 512 с.
2. Журавльова Л. П. Методологічні засади дослідження емпатії людини. Вісник Прикарпатського ун-ту. Філософські та психологічні науки. Спец. випуск, 2008. С. 152–155.
3. Ляц О.П. Генеза емоційного інтелекту в юнацькому віці: монографія. Вінниця : ТОВ «Твори», 2019. 448 с.
4. Орищенко О.А. Дифенційно-психологічний аналіз емпатії : автореф. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія». Одеса, 2004. 21 с.
5. Солодухова Л. В. Емпатія в світлі різних теоретичних підходів. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія, 2011. Вип. 41. С. 204–211. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/UJRNhnpu_psykhol_2011_41_25.
6. Rogers C.R. Empatic: an unappreciated way of being. The Counseling Psychologist, 1975. V. 5, N 2. P. 2–10.
7. The Selected Works of Arthur Schopenhauer, 2012. 1168 с.