

**Н. С. Тхорик**

*Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», Минск*

## **ЭМПАТИЯ КАК КРИТЕРИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ-ВОЛОНТЁРОВ**

*В статье рассмотрены основные компоненты психологической культуры личности, даётся определение понятиям «волонтерская деятельность», «эмпатия», представлены результаты исследования эмпатии как критерия психологической культуры студентов-волонтеров. Выявление уровня развития эмпатии у студентов-волонтеров позволит подобрать объекты волонтерской деятельности, которые будут оптимально соответствовать потребностям, возможностям студентов-волонтеров, способствовать самореализации и успешному выполнению волонтерской деятельности. Полученные результаты позволяют разработать методические рекомендации, направленные на повышение уровня эмпатии у студентов-волонтеров.*

*Ключевые слова:* аффективный компонент, волонтерская деятельность, психологическая культура личности, студенты-волонтеры, эмпатия.

### **Введение**

Сегодня под термином «психологическая культура личности» понимают интегральное психологическое образование, способствующее деятельности самопознания и сознательной, целенаправленной работе личности по формированию и совершенствованию у себя положительных и устранению отрицательных качеств. Отсюда психологическая культура — универсальный психологический механизм развития личности, саморегуляции человека в различных формах межличностного взаимодействия, обеспечивающий эффективное, безопасное и гуманное взаимодействие с людьми, психологическое здоровье личности [1].

Именно сформированность психологической культуры личности определяет её склонность к выполнению доминирующих видов деятельности, в том числе и волонтерской.

Волонтерская деятельность является добровольческой деятельностью, основанной на идеях бескорыстного служения гуманным

идеалам человечества, не преследующей целей извлечения прибыли, получения оплаты или карьерного роста. В современных социально-экономических условиях волонтерская деятельность обеспечивает своего рода социальный ресурс, позволяющий решить ряд проблем в сфере образования, медицины, социального обеспечения [2]. Включение волонтеров в практическую социально значимую деятельность способствует их эффективной профессиональной социализации, удовлетворению личных и социальных потребностей путём оказания помощи другим людям, позволяет им находить ресурсы личностного совершенствования. В этой связи организация волонтерской деятельности в учреждении высшего образования — приоритетное направление подготовки будущих специалистов [3].

В данном контексте психологическая культура личности не только детерминирует выбор волонтерской деятельности, но и формируется в процессе её осуществления [4]. Психологическая культура личности является интегральным психологическим образованием и включает следующие основные компоненты: рефлексивно-перцептивный, когнитивный, аффективный, волевой, коммуникативный, социальный и ценностно-смысловой опыт [5].

В свою очередь аффективный компонент психологической культуры состоит из эмоциональной стабильности, чувства юмора, великодушия, милосердия, отзывчивости, чувства собственного достоинства, чуткости, доброжелательности, а также эмпатии [6].

Поскольку эффективность волонтерской деятельности определяется наличием комплекса профессионально важных качеств, основополагающее место среди которых занимает способность к эмпатии, представляется необходимым выявление уровня развития эмпатии у студентов-волонтеров.

### **Основная часть**

Цель нашего исследования — изучить уровень развития эмпатии как одного из критериев психологической культуры студентов-волонтеров.

Для достижения цели выдвигались следующие задачи: определить понятие «эмпатия», охарактеризовать особенности эмпатии студентов-волонтеров, обосновать условия развития эмпатии

у студентов-волонтеров, выявить уровень развития эмпатии у студентов-волонтеров.

Методологической основой исследования выступает культурно-историческая концепция развития высших психических функций (Л. С. Выготский), деятельностный подход в психологии (А. Н. Леонтьев), представления о психологической культуре личности (Я. Л. Коломинский, А. А. Селзнёв), представления об эмпатии как механизме профессионального саморазвития студентов-психологов (Д. В. Белых, Д. М. Даудова) [7].

Для решения исследовательских задач на теоретическом уровне применялись методы сравнительного анализа и обобщения, на эмпирическом — тестирование, констатирующий эксперимент, методы математической статистики.

Изучение феномена эмпатии затрудняется отсутствием общего теоретического подхода, а также единого понятийного аппарата, что ограничивает продуктивный анализ и синтез данных, полученных в различных экспериментальных исследованиях [8].

Термин пришёл в научную психологию в начале XX века из философии: словом «эмпатия» Э. Титченер перевёл немецкое слово «*einführung*» («вчувствоваться в...»), которым Т. Липпс в своей концепции эстетического воспитания описывал процесс понимания произведений искусства, объектов природы, а позже — человека [9].

Понятие «эмпатия», войдя в европейские языки, обрело множество как лексических, так и психологических оттенков и значений [10]. В этических системах А. Смита, Г. Спенсера, А. Шопенгауэра (XVIII—XIX века) термин «эмпатия» понимается как свойство человеческой души, способность сострадать другому, испытывать потребность в благополучии другого или как контроль над эмоциями, внимание к переживаниям другого [11].

Анализ психолого-педагогической литературы показывает, что в качестве понятия, идентичного термину «эмпатия», в современной литературе широко употребляются синонимы «эмпатийное взаимодействие», «эмпатийные реакции», «эмпатийные способности», «социальная сензитивность» и др. [12].

Эмпатия вводится в разряд способностей, свойств, умений, процессов и состояний. Например, Т. П. Гаврилова характеризует

эмпатию как способность: раскрывая содержание этого явления, она пишет, что эмпатия — это специфическая способность человека эмоционально отзываться на переживания другого, будь то человек, животное или антропоморфизированный предмет [13].

В конце 70-х годов XX столетия в зарубежных исследованиях эмпатию определяют как понимание чувств, потребностей другого человека; вчувствование в событие, объект искусства, природу; аффективную связь с другим человеком, разделение состояния другого человека или группы; свойство психотерапевта.

Ещё одна позиция представлена в исследовании Л. П. Стрелковой, посвящённом проблеме эмпатии. Подводя итоги серии экспериментов, она конструирует модель «эмпатийного процесса»: сопереживание — сочувствие — импульс к содействию — реальное содействие. Исследователь подчёркивает, что «конечным звеном» этого процесса является «реальное содействие другому» [14].

Анализ определений эмпатии на предмет того, относится ли это психическое явление к разряду чисто когнитивных или эмоциональных явлений, показал, что большинство отечественных учёных-психологов (Т. П. Гаврилова, В. Н. Козиев, Г. Ф. Михальченко и др.) склонны видеть в эмпатии обе стороны в неразрывном слиянии и взаимодействии друг с другом. Нередко в определениях эмпатии выделяется только одна составляющая — аффективная или когнитивная (В. Н. Козиев) [15].

Ряд психологов, изучающих эмпатию, указывают не только на когнитивный и эмоциональный, но и на поведенческий компоненты эмпатического взаимодействия (И. Г. Петерсон, А. В. Петровский, Н. М. Сарджвеладзе, П. В. Симонов). Такой подход получил распространение в отечественной психологии и является вполне обоснованным при анализе социально-психологических аспектов эмпатии. Принято разделять «тёплую» эмпатию (вчувствование), «холодную» (понимание) и действенную (принятие роли) [16].

Анализ публикаций отечественных и зарубежных исследователей позволяет сделать вывод, что описание эмпатии как процесса производится с учётом преобладания в ней одного из трёх компонентов: эмоционального, когнитивного, поведенческого. Между этими элементами обнаруживаются сложные зависимости. Преобладание когнитивного компонента в отражении эмоционального

состояния другой личности обеспечивает её адекватное понимание. Доминирование эмоционального компонента в эмпатии свидетельствует о преимущественно эмоциональном отклике одной личности на переживания другой. В действенной эмпатии преобладает поведенческий компонент, когда субъект не только понимает эмоциональное состояние другого человека, но и оказывает ему активную поддержку [17].

Мы исходим из того, что если эмпатия понимается как личностное свойство, имеет социальную природу, то, как любое социально обусловленное свойство, она поддается целенаправленному формированию. Полагаем, что через актуализацию гуманистической направленности личности осуществляется переход эпизодических эмпатийных состояний в устойчивое личностное свойство — эмпатию [18]. Отсюда следует, что, эмпатию следует понимать и как личностное свойство, производное от условий и задач деятельности (в том числе и волонтерской).

Отметим, что деятельность рассматривается не только в системе «субъект—объект», но и в системе «субъект—субъект». Субъект-субъектному характеру педагогической деятельности адекватно диалогическое общение, предполагающее наличие эмпатийных свойств и в то же время развивающее их. При этом эмпатия выступает как условие продуктивной профессиональной деятельности в тех областях, где объектом деятельности выступает другой человек, а с другой стороны, она предстаёт как объект формирования.

В контексте нашего исследования субъектом волонтерской деятельности являются студенты-волонтеры. При этом основными объектами волонтерской деятельности могут быть:

- социально незащищенные группы, не имеющие равных со всеми членами общества условий для полноценной реализации социальных прав, требующие особых мер защиты (пожилые люди, инвалиды, дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, безработные, матери-одиночки, беженцы, неизлечимо больные);

- отдельные члены общества, нуждающиеся в социальной помощи и поддержке, испытывающие трудности личностного роста, не имеющие возможности реализовывать личностный потенциал (одинокие, социально тревожные, склонные к аффектам в обще-

ственном взаимодействии, к самоубийству, одарённые, талантливые люди, дезадаптированные в силу специфики характера, личностных и национальных особенностей, зависимые от манипулирования (мошенничество, секты, криминальная среда)) [19].

Эмпатия студентов-волонтёров рассматривается нами как вид эмоционального отношения волонтёров к объекту волонёрской деятельности [20].

По нашим представлениям, эмпатия как отношение включает в себя следующие компоненты:

1) когнитивный, который выражается в восприятии эмоций и эмоциональных состояний объекта волонёрской деятельности, их распознавании и оценке их смысла, что находит своё отражение в облегчении или затруднении волонёрской деятельности и общении с объектом, побуждении его к конструктивным формам взаимодействия и поведения;

2) эмоциональный, который состоит в сопереживании студентом-волонёром объекту волонёрской деятельности на основе эмоциональной идентификации с ним. При этом важнейшую роль играет эмоциональность как способность к эмоциональным переживаниям. Она включает в себя эмоциональную чуткость, т. е. эмоциональную откликаемость на переживания другого человека. Важна эмоциональная аутентичность, т. е. способность испытывать и проявлять подлинные эмоции, не пытаясь показывать те, которые диктуются представлением студента-волонёра о должных переживаниях в той или иной ситуации;

3) поведенческий, выражающийся в оказании действенной психологической помощи объекту, попавшему в затруднение, путём воздействия на его эмоциональное состояние или оказания помощи в преодолении проблемной ситуации [21].

Уровень развития этих компонентов определяет уровень развития эмпатии студентов-волонтёров в целом.

Критерии развития когнитивного компонента эмпатии: 1) знание основных эмоций и эмоциональных состояний человека и умение распознавать по их внешним проявлениям; 2) знание механизмов эмоциональной регуляции поведения и деятельности; 3) понимание значения эмоций и эмоциональных состояний.

Критерии развития эмоционального компонента эмпатии:

1) общая эмоциональная возбудимость (чувствительность и эмоциональная отзывчивость);

2) эмоциональная аутентичность, т. е. способность испытывать и проявлять подлинные переживания;

3) способность к эмоциональной идентификации, т. е. способность поставить себя на место другого, прежде всего, мысленно прочувствовать физическую (мышечную) картину эмоций, чтобы понять их содержание и силу [22].

Критерии развития поведенческого компонента эмпатии: психологическая готовность к оказанию действенной помощи; владение приёмами воздействия на эмоциональное состояние другого человека, например, эмпатическим слушанием; умение демонстрировать принятие другого человека и его чувств, пользоваться «Я-высказываниями» [23].

Исходя из сказанного выше, мы предлагаем следующее определение эмпатии: эмоциональное отношение к другому человеку, которое состоит в восприятии, распознавании и оценке его эмоциональных переживаний и состояний, сопереживании и оказании действенной помощи ему в преодолении возникших трудностей и негативных переживаний.

При этом разные уровни развития эмпатии характеризуются следующим образом. Низкий уровень развития: студент-волонтёр не обращает внимания на эмоциональное состояние и переживания объекта волонёрской деятельности, действует с эгоцентрических позиций, учитывая лишь собственные мотивы, цели и переживания. Средний уровень: студент-волонтёр воспринимает и пытается учесть эмоциональные состояния и переживания объекта волонёрской деятельности, но не понимает их значения, пытается осмыслить их, исходя из своего здравого смысла. Высокий уровень: студент-волонтёр проявляет высокую чувствительность к эмоциональному состоянию объекта волонёрской деятельности, знает законы эмоциональной регуляции поведения и деятельности. Он понимает смысл переживаемых объектом эмоций [24].

Различают следующие уровни сформированности эмпатии студентов-волонтеров:

1) «квазиэмпатия» — неадекватная эмоциональная экспрессия, ригидность, интровертность, сдержанность, эгоцентричность;

2) «эмпатия-сочувствие» — состояние сострадательного безучастия, отстранённости, отчуждённости от происходящих событий, нежелание вмешиваться своими действиями в жестокую ситуацию;

3) «эмпатия-отзывчивость» — эмоциональность, отзывчивость, общительность, душевность;

4) «конгруэнтная эмпатия» — эмоциональная реактивность, последовательное выражение понимания другого в речи и действии, устойчивость взглядов и вкусов, стремление к покровительству [25].

Процесс формирования эмпатии у студентов-волонтеров определяется следующими условиями:

- реализацией принципа педагогического гуманизма в подборе методов и форм обучения и взаимодействия со студентами-волонтерами (признание уникальности каждой личности студента, создание условий для проявления его индивидуальности, для самоактуализации, саморазвития личности студента-волонтера);

- наличием у преподавателей эмпатического понимания студентов-волонтеров, их эмоционального состояния, вооружение их опытом эмпатического понимания другого человека через осознание собственных переживаний, перевоплощение, эмпатическое слушание;

- диалогизмом учебного процесса (такое межличностное взаимодействие, в котором один человек воспринимает другого как такую же ценность, как он сам);

- личной эмпатийной позицией преподавателя, степенью его обладания способностью к обостренному сопереживанию, готовностью оказать помощь тому, кто в ней нуждается [26].

В констатирующем эксперименте приняли участие 200 студентов в возрасте от 18 до 22 лет II, III, IV курсов учреждения образования «Барановичский государственный университет» (факультет педагогики и психологии), обучающихся по специальности «Практическая психология», «Дошкольное образование».

Для этого в соответствии с целью и задачами исследования была использована методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко. В целом результаты исследования свидетельствуют о том, что у большинства испытуемых (70,0%) наиболее развит эмоциональный канал, у 40,5% респондентов развит рациональный канал эмпатии. Интуитивный канал значим

у 30,5% испытуемых. Менее значимыми параметрами в структуре эмпатии оказались установка, способствующая эмпатии (20,0%), идентификация в эмпатии (25,5%) и проникающая способность к эмпатии (15,5%).

Затем мы выявили уровни эмпатии у студентов-волонтеров, подсчитав суммарный показатель (таблица 1).

У студентов преобладает средний уровень эмпатии (65,0%).

Таким образом, у большинства студентов эмоциональная отзывчивость становится средством вхождения в энергетическое поле партнёра, что позволяет им понимать внутренний мир другого человека, прогнозировать его поведение и воздействовать в случае, если произошла энергетическая подстройка.

Отметим, что основной суммарный показатель, т. е. уровень развития эмпатии у большинства студентов-волонтеров — средний, что указывает на их способность воспринимать и попытку учитывать эмоциональные состояния и переживания других людей, но они не понимают их значения для волонтерской деятельности, пытаются осмыслить их, исходя из своего здравого смысла. Остальные испытуемые отличаются низким уровнем развития эмпатии, они не обращают внимания на эмоциональное состояние и переживания других, действуют с эгоцентрических позиций, учитывая лишь собственные мотивы, цели и переживания.

### **Заключение**

При подготовке и проведении занятий со студентами-волонтерами необходимо подбирать задания, направленные на развитие таких параметров в структуре эмпатии, как установок, способствующих эмпатии, проникающих способностей к эмпатии, идентификации;

Т а б л и ц а 1 — Уровни эмпатии у студентов-волонтеров по результатам методики диагностики уровня эмпатических способностей (В. В. Бойко)

Уровень эмпатии	Студенты-психологи, %	Критерий $t$ Стьюдента	Вероятность ошибки, $p$
Средний	65,00	19,27	$< 0,001$
Заниженный	30,50	9,37	$< 0,001$
Очень низкий	4,50	3,07	$< 0,01$

обучать законам эмоциональной регуляции поведения и деятельности. Это в свою очередь будет повышать уровень развития эмпатии студентов-волонтеров, позволит им проявлять высокую чувствительность к эмоциональному состоянию других людей, понимать смысл переживаемых ими эмоций для эффективного осуществления волонтерской деятельности.

### Список цитируемых источников

1. Селезнёв А. А. Психология здоровья : учеб.-метод. пособие / под ред. Я. Л. Коломинского. Барановичи : БарГУ, 2006. 132 с.
2. Тхорик Н. С. Социально-психологические характеристики студентов-волонтеров // Научные труды Республиканского института высшей школы : сб. науч. ст. : в 2 ч. / Респ. ин-т высш. шк. ; под ред. ред. М. И. Демчук. Минск, 2015. Ч. 2 : Исторические и психолого-педагогические науки. Вып. 15. С. 198—206.
3. Там же.
4. Селезнёв А. А. Психология здоровья ; Тхорик Н. С. Социально-психологические характеристики студентов-волонтеров.
5. Селезнёв А. А. Психология здоровья.
6. Там же.
7. Селезнёв А. А. Психология здоровья ; Выготский Л. С. Психология развития человека. М. : Смысл, Эксмо, 2003. 1136 с. ; Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Тамбов, 2004. 169 л. ; Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Махачкала, 2005. 155 л.
8. Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей ; Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов ; Белых Д. В. Способы педагогического воздействия на студентов с различным уровнем эмпатии // Материалы науч. конф. преподавателей и аспирантов. Тамбов : ТГУ, 2003. С. 9—10.
9. Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов.
10. Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей ; Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов ; Белых Д. В. Способы педагогического воздействия на студентов с различным уровнем эмпатии.
11. Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей ; Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов ; Белых Д. В. Психология развития эмпатии у студентов педколледжа — будущих учителей // Материалы науч. конф. преподавателей и аспирантов. Тамбов : ТГУ, 2004. С. 98—99.

12. Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов.

13. Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей ; Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов ; Белых Д. В. Способы педагогического воздействия на студентов с различным уровнем эмпатии.

14. Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей ; Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов ; Белых Д. В. Способы педагогического воздействия на студентов с различным уровнем эмпатии ; Белых Д. В. Психология развития эмпатии у студентов педколледжа — будущих учителей.

15. Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей ; Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов ; Белых Д. В. Способы педагогического воздействия на студентов с различным уровнем эмпатии.

16. Там же.

17. Там же.

18. Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов.

19. Тхорик Н. С. Социально-психологические характеристики студентов-волонтеров

20. Тхорик Н. С. Социально-психологические характеристики студентов-волонтеров ; Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей.

21. Там же.

22. Там же.

23. Там же.

24. Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей ; Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов .

25. Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов.

26. Тхорик Н. С. Социально-психологические характеристики студентов-волонтеров ; Белых Д. В. Психологические условия развития педагогической эмпатии у студентов педколледжей ; Даудова Д. М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов.

Материал поступил в редколлегию 20.05.2016