

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БАРАНОВИЧСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Ж. В. РЗАЕВА

РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ
У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ
СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Учебно-методическое пособие

Рекомендовано к печати
научно-методическим советом университета

Барановичи
РПО БарГУ
2010

УДК 159.9(075)
ББК 88я73
Р11

А в т о р
Ж. В. Рзаева

Р е ц е н з е н т ы:

Е. И. Бараева, кандидат психологических наук, доцент;
Е. И. Пономарёва, кандидат педагогических наук, доцент

Рзаева, Ж. В.

Р11 Развитие эмпатии у студентов педагогических специальностей:
учеб.-метод. пособие / Ж. В. Рзаева. — Барановичи : РИО БарГУ, 2010. —
90, [6] с. — 55 экз. — ISBN 978-985-498-276-2.

Рассматривается развитие понятия эмпатии, место эмпатии в системе профессиональных и личностных качеств педагога, особенности эмпатии в студенческом возрасте и возможности ее развития в процессе вузовского обучения. Содержится описание диагностических методик и практический блок, в котором представлены методы, способствующие развитию эмпатии.

Издание предназначено студентам педагогических специальностей дневной и заочной форм получения образования, преподавателям, практическим психологам и социальным педагогам высшей школы, кураторам студенческих групп.

УДК 159.9(075)
ББК 88я73

ISBN 978-985-498-276-2

© Рзаева Ж. В., 2010
© БарГУ, 2010

ВВЕДЕНИЕ

Традиционно в искусстве и повседневной жизни гуманизация отношений между людьми связывается с сочувствием, состраданием, умением понять другого человека, проникнуться его горестями и радостями. В психологии эти важнейшие способности обобщаются понятием «эмпатия». Среди профессиональных и личностных качеств, упоминающихся на страницах психолого-педагогических изданий, посвященных изучению личности педагога, эмпатия занимает лидирующую позицию (К. Рождерс, Ф. Н. Гоноволин, Ю. Н. Кулюткин, Г. С. Сухобская, И. П. Подласый, С. А. Козлова, С. Б. Борисенко, Е. А. Ичкаловская, Г. Ф. Михальченко и др.). У педагога эмпатия выражается в эмоциональной отзывчивости на переживания воспитанника, в чуткости, доброжелательности, заботливости, верности своим обещаниям и тактичности. Без эмпатии становится невозможным эмоциональное воспитание. Оно сводится к познанию, и ребенок с самого раннего возраста приучается к рационализму, не получая ни одного урока жизни чувств, ни одного урока сердечности. Такой человек может многого добиться в жизни, но, если не станет заниматься саморазвитием, навсегда останется человеком бесчувственным. Только педагог с эмпатической способностью может понять состояние ребенка, выбрать верный способ педагогического воздействия, обеспечивающего психологическую безопасность. Особенно необходима эмпатия воспитателю детских дошкольных учреждений, поскольку он первым (после родителей) начинает взаимодействовать с маленькими детьми, заменяя воспитанникам мать в ее отсутствие. Следовательно, он должен вести себя по-матерински, не скупясь на внимание, доброе слово, ласку, теплоту, сердечность, на готовность прийти на помощь, оказать эмоциональную поддержку и т. д. Дошкольный возраст также является сензитивным периодом для формирования эмпатии ребенка. Поэтому возникает необходимость целенаправленного формирования и развития эмпатии у будущих педагогов в процессе вузовского обучения.

В предлагаемом учебно-методическом пособии рассматривается генезис понятия эмпатии, место эмпатии в системе профессиональных и личностных качеств педагога, особенности эмпатии в студенческом возрасте и возможности ее развития в процессе вузовского обучения. Издание содержит описание диагностических методик и практический блок, где предлагаются методы, способствующие развитию эмпатии.

Учебно-методическое пособие может быть полезно студентам при изучении таких дисциплин психолого-педагогического цикла, как «Психология», «Педагогика», «Возрастная и педагогическая психология», «Методика преподавания психологии», «Возрастная психология», «Кризисная психология» и другие, а также преподавателям, практикующим психологам и социальным педагогам высшей школы, кураторам студенческих групп при организации работы со студентами педагогических специальностей.

ЧАСТЬ 1

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ

1.1 Генезис понятия эмпатии

Понятие «эмпатия» встречается в описательных работах конца XVII — начала XX в. Однако сам термин заимствован из научной психологии в начале XX в. из философии и восходит к этическому понятию «симпатия». В философских дисциплинах «симпатия» трактуется как понимание, отзывчивость и эмоциональное соучастие. Первым, кто обратил внимание и занялся изучением данной проблемы в XVII в., был нидерландский философ *Б. Спиноза*, который данное явление назвал «подражанием аффектам». В XVIII в. представитель английской философии *А. Смит* определил симпатию как способность человека разделять чувственные проявления другого. В этот же период немецкий философ *И. Кант* это явление называл состраданием и определял как эмоциональную форму межличностного познания. Позже такое же определение состраданию дал *А. Шопенгауэр*. Представители английской философии XIX в. рассматривали данный феномен по-разному: *Г. Спенсер* — как нравственную интуицию, *Г. Льюис* — как «сообщность», т. е. процесс принятия состояния партнера по общению на когнитивном уровне, без участия эмоциональной сферы субъекта. В XX в. активно изучением данного явления занимались представители французской философии *Э. Мунье* и *М. Мерло-Понти*, которые рассматривали симпатию не только как чувственную форму познания людьми друг друга, но и как двусторонний механизм передачи субъективности одного человека другому в процессе построения межличностных отношений и взаимодействия. По мнению философов, способность к эмпатийному реагированию, формируясь и совершенствуясь в процессе становления нравственности человека, является естественным базисом нравственного развития. Следует отметить, что вышеперечисленные философы обращали внимание на тот факт, что эмпатия взаимосвязана с другими психическими свойствами: полом и возрастом индивида, характеристиками человеческой личности и т. д.

Уже к XX в. в западно-европейской философии рассматривались и обсуждались такие аспекты эмпатии, как: а) определение сущности данного явления; б) установление и описание всевозможных форм ее

проявления; в) выявление наличия и характера взаимосвязей с другими показателями психического развития человека [18].

Понятие «эмпатия» в российской философии XIX и XX вв. определялось К. Каутским, С. Л. Франком и др. По мнению *С. Л. Франка*, данное явление относится в большей степени к когнитивной, чем эмоциональной стороне психики. Кроме того, им были выделены два уровня «чувствования»: 1) в форме эмоционального симпатического переживания; 2) в высшей форме «прочувствования чужого». *К. Каутский* придерживался мнения, что сочувствие не может быть присуще всем людям, а является продуктом только определенных исторических условий, т. е. он прослеживал взаимосвязь сочувствия с полом, возрастом и т. д. [18, с. 11].

В научную психологию термин пришел в начале XX в. Словом «эмпатия» *Э. Титченер* (1909) перевел немецкое «Einfühlung» — вчувствоваться в...», которым *Т. Липс* в своей концепции эстетического воспитания описывал процесс понимания произведений искусства, объектов природы, а позже — и человека [11, с. 37]. Первые исследования эмпатии в психологии носили в основном эмпирический характер, что послужило стимулом для разработки специальных методик для ее изучения.

Развитие понятия «эмпатия» в зарубежной психологии связано с именами таких ученых и исследователей, как В. Колер, Дж. Мид, К. Роджерс и др. Так, по мнению *В. Колера*, эмпатия в большей степени является пониманием, чем разделением эмоционального состояния, так как механизмы, благодаря которым люди оказываются способными к сопереживанию, в определенной степени утрачивают свое значение [18; 42]. *Дж. Мид* определяет эмпатию как «способность принять другого человека» [69, с. 37]. *Б. А. Керр*, *Б. Г. Сперов* и *Ф. С. Чапин* придерживаются мнения, что эмпатия основана на возможности правильного представления чужих точек зрения [18]. *Э. Стотлэнд* определил эмпатию как эмоциональную реакцию наблюдателя, вызванную переживаниями другого человека. *Ф. Бэтсон* считает, что в понятие «эмпатия» включаются прежде всего эмоции, ориентированные на человека, выражаемые в виде заботы или сочувствия, которые возникают при наблюдении переживаний другого. *Л. Виспе* утверждает, что сопереживание является состоянием повышенного сознания страдания другого человека как такового, которое должно быть смягчено [45, с. 8—10]. *К. Роджерс* определил эмпатию как способ существования с другим человеком, возможность войти во внутренний мир другого и быть в нем как дома [11, с. 38—39]. По мнению *Р. Даймонда*, эмпатия — это воображаемое переселение

себя в мысли, чувства и действия другого и структурирование мира по его образцу [66, с. 37]. *М. Хоффман* рассматривает данное явление как аффективную реакцию на переживания другого человека [18]. *М. Дэвис* под эмпатией подразумевает совокупность теоретических построений, которые касаются реакции отдельного человека на переживания других [45, с. 11]. Среди этих построений оказались прежде всего процессы, происходящие с наблюдателем, эмоциональные и неэмоциональные последствия, которые появляются в результате таких процессов.

Анализируя существующие определения эмпатии в зарубежной психологии, *Т. П. Гаврилова* выделяет четыре наиболее встречающихся толкований данного термина [10]:

- 1) понимание чувств, потребностей другого;
- 2) вчувствование в событие, объект искусства, природу;
- 3) аффективная связь с другим, разделение состояние другого или группы;
- 4) свойство психотерапевта.

Отечественная психологическая наука также большое внимание уделяет исследованию различных аспектов эмпатии. Первые фундаментальные исследования данного явления были проведены *Т. П. Гавриловой*. Она рассматривает эмпатию как «специфическую способность человека эмоционально отзываться на переживание другого, будь то человек, животное или антропоморфизированный предмет» [10, с. 4]. *А. Г. Ковалев* понимает эмпатию как «всмисливание и вчувствование одного в психическое состояние другого, при котором происходит быстрое определение эмоционального состояния, намерений и мыслей воспринимаемой личности» [28, с. 167]. *К. К. Платонов* под эмпатией подразумевает «способность понимать переживания другой личности и сопереживать ей в процессе межличностных отношений» [45, с. 12]. *Л. П. Стрелкова* рассматривает эмпатию как однонаправленный сложный процесс (от сопереживания к содействию), в котором каждое звено имеет свою определенную функцию и по-разному участвует в общей эмоциональной регуляции поведения [45]. По мнению *С. Б. Борисенко*, полнота выраженности эмпатического процесса у человека зависит от степени развития эмоциональной идентификации и личностной рефлексии, а также сформированности позитивной установки на других людей [45]. *Л. П. Выговская* рассматривает эмпатийные отношения как целостный процесс, в котором выделенные ею структурные компоненты (когнитивный, эмоциональный, конативный) взаимодейст-

вуют и взаимообуславливают друг друга [28]. *Л. Н. Джрнзян* определяет эмпатию как когнитивно-эмоциональный процесс и действенный акт познания и сопереживания, имеющий в составе три компонента (когнитивный, аффективный и поведенческий) и осуществляющий посредством действия операций опознания, интерпретации, эмоционального реагирования и активных поведенческих актов [45, с. 12]. *В. В. Бойко* эмпатией называет форму рационально-эмоционально-интуитивного отражения другого человека, которая позволяет преодолеть его психологическую защиту и постичь причины и следствия самопроявлений — свойств, состояний, реакций — в целях прогнозирования и адекватного воздействия на его поведение [6, с. 117]. Эмпатия, с точки зрения *И. М. Юсупова*, — это целостный феномен, связующий между собой сознательную и подсознательную инстанции психики, цель которого — «проникновение» во внутренний мир другого человека или антропоморфизированного объекта [67].

В работах *Ю. А. Менджеричко* эмпатия определяется как «социально-психологическое свойство личности, состоящее из ряда способностей: способности к эмоциональному отклику, способности к пониманию и распознаванию эмоциональных состояний другого и способности, соответствующей трем компонентам структуры эмпатии: эмоциональному, когнитивному и поведенческому» [69, с. 43—44].

Проблемой изучения эмпатии в Беларуси занимались Я. Л. Коломинский, С. И. Коптева, Е. И. Медведская, М. А. Пономарева, Л. Н. Рожина и др.

Так, *М. А. Пономарева* отмечает, что в отечественной психологии до сих пор отсутствует единство в определении эмпатии, и подчеркивает отличительные особенности трактовки данного феномена: 1) наличие тесной связи между эмпатией и идентификацией; 2) рассмотрение различных видов и форм эмпатийного процесса.

Она рассматривает эмпатию как системное образование и выделяет следующие ее компоненты [42]: когнитивный (понимание эмоционального состояния другого человека); эмоциональный (сопереживание или сочувствие, которые испытывает субъект к другому лицу); конативный (активная помощь объекту эмпатии).

Таким образом, в современной психологии можно выделить *четыре основных подхода* к рассмотрению понятия «эмпатия»:

1) эмпатия как эмоциональный процесс, переживание аффективного состояния другого человека в ответ на его эмоциональное поведение;

2) эмпатия как когнитивный процесс, понимание, осмысление внутренней жизни другого, способности принять роль, перспективу, позицию другого;

3) эмпатия как сложный аффективно-когнитивный процесс;

4) эмпатия как системное образование, которое включает в себя взаимодействие эмоциональных, когнитивных и конативных компонентов.

В данном пособии рассматривается последний подход к определению понятия эмпатии.

1.2 Место эмпатии в структуре профессиональных и личностных качеств педагога

Профессия (лат. profession — объявляю своим делом, официально указанное занятие, специальность) — род трудовой деятельности, требующий определенной подготовки и являющийся обычно источником существования [52]. Профессия — понятие родовое, видовым понятием является специальность [27]. **Специальность** (лат. specialis — особый, особенный; от species — род, вид) — комплекс приобретенных путем специальной подготовки и опыта работы знаний, умений и навыков, необходимых для определенного вида деятельности в рамках той или иной профессии [52]. Е. А. Климов определяет специальность как необходимую для общества, ограниченную вследствие разделения труда область приложения физических и духовных сил человека, дающую ему возможность получить взамен затраченного труда средства существования и развития [27; 52]. Специальности утверждаются Министерством труда (Общегосударственный классификатор «Специальности и квалификации») и соответствуют разновидностям областей труда в пределах определенной профессии. Например: учитель начальных классов, учитель физики, учитель математики, учитель белорусского языка и литературы, учитель иностранного языка и т. д. или слесарь-инструментальщик, слесарь-механик и т. д.

В настоящее время существуют различные классификации профессий по сферам экономики, предмету труда, условиям труда, средствам труда, целям труда и т. д. Общепризнанной и наиболее используемой классификацией профессий (в профориентации, профотборе, при приеме на работу, для определения своих профессиональных интересов и склонностей и т. д.) является психологическая классификация, предложенная

Е. А. Климовым. Суть ее заключается в том, что в зависимости от особенностей основного предмета труда все профессии подразделяются на пять главных типов: «человек — живая природа», «человек — техника и неживая природа», «человек — человек», «человек — знаковая система», «человек — художественный образ». Далее, в соответствии с особенностями основных целей профессиональной деятельности, профессии и специальности подразделяются на классы: гностические (распознавать, определить), преобразующие (обработать, обслужить) и изыскательские (изобрести, придумать) [27; 52].

В разные времена количество профессий значительно менялось. Число профессий неодинаково в странах с различными общественно-экономическими условиями [52]. В настоящее время насчитывается более 50 тысяч профессий. Появление или существование любой профессии зависит от человеческих потребностей и специального заказа общества. Поэтому ежегодно появляется около 500 новых профессий, «жизнь» некоторых составляет приблизительно 5 лет. Средний же срок существования многих профессий приблизительно 8—10 лет, некоторые из них меняются по своему содержанию. Развитие профессии связано с научно-техническим прогрессом, условием ее существования является сохранение функций, социальной значимости и необходимости отвечать требованиям определенной культуры и общества [52]. Однако существует ряд профессий, на длительность существования которых не оказали влияние вышеперечисленные факторы и которые сохранили свои главные признаки и сопровождают человека в течение столетий. Это профессии врача, военного (солдата), педагога, строителя и т. д.

Профессия педагога является одной из древнейших. В ней аккумулирован тысячелетний опыт преемственности поколений. Термин «педагог» с греческого (paidagogos) дословно переводится как «дитя» (paidos, pais) и «веду» (ago), т. е. ведущий ребенка или детоводитель. В Древней Греции первоначально педагогами назывались рабы, которые сопровождали детей в школу и следили за их поведением [20; 47; 63]. Позднее из обычного раба педагог превратился в домашнего воспитателя. Таким образом, слово «педагог» утратило свое первоначальное значение. Педагогами стали называть профессиональных воспитателей, а затем — преподавателей и учителей. Слова «преподаватель», «учитель», «воспитатель» очень близки по значению, поскольку ими называют людей, которые посвятили себя педагогической деятельности. Отличием является только содержание труда. Так, воспитатель детского

дошкольного учреждения работает с детьми дошкольного возраста, организывает жизнь детей в условиях дошкольного учреждения, выполняет с ними все режимные мероприятия; учитель осуществляет обучение и воспитание учеников с учетом специфики преподаваемого предмета, способствует формированию общей культуры личности, использует разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения в рамках государственных стандартов, проводит научно-исследовательскую и методическую работу; преподаватель проводит обучение учащихся и студентов на высоком научном и методическом уровне, используя наиболее эффективные формы, методы и средства обучения, формирует их профессиональные умения и навыки, подготавливает к практической деятельности и т. д. [52; 59].

В современном понимании педагог — это человек, профессионально занимающийся преподавательской и воспитательской работой. Педагог, где бы он не работал — в дошкольном учреждении, школе, колледже, университете, художественной или спортивной секции, на курсах повышения квалификации и т. п., является представителем одной из самых социально значимых человеческих профессий (по классификации Е. А. Климова профессии типа «человек — человек»). Этот тип профессий определяется следующими качествами человека: устойчиво хорошим самочувствием в ходе работы с людьми, потребностью в общении, способностью мысленно ставить себя на место другого человека, способностью быстро понимать намерения, помыслы, настроение других людей, способностью быстро разбираться во взаимоотношениях людей, способностью хорошо помнить, держать в уме знание о личных качествах многих и разных людей и т. д. Однако к этому типу профессий существуют противопоказания: дефекты речи, невыразительная речь, замкнутость, погруженность в себя, необщительность, выраженные физические недостатки, нерасторопность, излишняя медлительность, равнодушие к людям, отсутствие признаков бескорыстного интереса к человеку и т. д. [15].

Кроме общих требований к профессиям типа «человек — человек» для каждой профессии существуют устойчивая совокупность профессиональных характеристик и качеств личности. Ведь к этой группе профессий, кроме педагогов, относятся медицинские и социальные работники, психологи, секретари, работники правоохранительной сферы и сферы обслуживания и т. д. «Качество» определяется как «существенный признак, свойство, отличающее один предмет или одно лицо

от другого» [47, с. 241]. Согласно определению В. Д. Шадрикова профессионально важные качества личности — это индивидуальные качества субъекта деятельности, влияющие на эффективность деятельности и успешность ее освоения. Согласно квалификационным требованиям, профессионально важными качествами педагога являются [52]: наблюдательность, отзывчивость, внимательность, терпеливость, коммуникативные способности и т. д. Однако, наряду с профессиональными, выделяют еще и личностные качества, которые, по мнению многих исследователей, являются неотделимыми от профессиональных качеств педагога. Так, в конце XIX в. П. Ф. Каптеревым было отмечено, что важным фактором успешности педагогической деятельности являются «личностные качества» педагога. К ним он отнес целеустремленность, настойчивость, трудолюбие, скромность, наблюдательность. Специально была подчеркнута необходимость такого качества ума, как остроумие, а также ораторских способностей, артистичность натуры и готовность к эмпатии [15].

Педагог, как считал К. Роджерс, должен обладать [52]: стремлением к максимальной гибкости; способностью к эмпатии, сензитивностью (чувствительность) к потребностям воспитанников; умением придать личную окраску процессу воспитания и обучения; установкой на создание позитивных подкреплений для самовосприятия детей; владением стилем легкого, неформального, теплого общения с детьми; эмоциональной уравновешенностью, уверенностью в себе, жизнерадостностью.

Ученый Ф. Н. Гонаболин выделил следующие профессионально-личностные качества преподавателя [52]: способность понимать ученика; способность доступно излагать материал; способность убеждать людей; организаторские способности; педагогический такт; способность к творческой работе; способность быстро реагировать на педагогические ситуации и гибко вести себя в них; способность к преподаваемому предмету; способность заинтересовать обучаемых; способность предвидеть результаты своей работы; убежденность; целенаправленность; принципиальность.

В свою очередь Ю. Н. Кулюткин и Г. С. Сухобская выделяют следующие качества личности учителя: личностные свойства, которые так или иначе связаны с развитием у педагога эмпатии; способность к активному взаимодействию на ученика, динамизм личности; эмоциональная устойчивость, способность «владеть собой» [52].

Более пятидесяти личностных свойств педагога было выделено Л. М. Митиной, которые, по ее мнению, составляют психологический

портрет идеального педагога [15]: вежливость, вдумчивость, взыскательность, впечатлительность, воспитанность, внимательность, выдержка и самообладание, гибкость поведения, гражданственность, гуманность, деловитость, дисциплинированность, доброта, добросовестность, идейная убежденность, инициативность, искренность, коллективизм, политическая сознательность, наблюдательность, настойчивость, критичность, логичность, любовь к детям, ответственность, отзывчивость, организованность, общительность, порядочность, патриотизм, правдивость, педагогическая эрудиция, предусмотрительность, принципиальность, самостоятельность, самокритичность, скромность, справедливость, сообразительность, смелость, стремление к самосовершенствованию, тактичность, чувство нового, чувство собственного достоинства, чуткость, эмоциональность.

Личностные качества педагога, как считал И. П. Подласый, неотделимы от профессиональных, среди которых он выделил [29; 52] научную увлеченность, любовь к своему профессиональному труду, эрудицию, владение предметом преподавания и методикой преподавания, психологическую подготовку, широкий культурный кругозор, педагогическое мастерство, владение технологиями педагогического труда, организаторские навыки и умения, педагогический такт, владение технологиями общения, ораторское искусство, душевную чуткость и т. д.

В результате исследований С. А. Козлова и Т. А. Куликова были выделены следующие личностные качества как педагога профессионально значимые и обязательные [20]: педагогическую направленность, эмпатию, педагогический такт, педагогическую зоркость, педагогический оптимизм, культуру профессионального общения, педагогическую рефлексию и т. д.

Таким образом, среди профессиональных и личностных качеств, которые чаще всего упоминаются на страницах психолого-педагогических изданий, посвященных изучению личности педагога, лидирующую позицию занимает эмпатия. Ее значение в профессиях «человек — человек» и, особенно, в педагогической профессиональной деятельности, неоднократно подчеркивали С. Б. Борисенко, Е. А. Ичаловская, В. Н. Козлев, С. А. Козлова, Т. А. Куликова, Г. Ф. Михальченко, А. Э. Штейнмец и др.

Рассматривая эмпатию как качество педагога выделяют следующие ее компоненты: когнитивный (понимание эмоционального состояния другого человека); эмоциональный (сопереживание или сочувствие, которые испытывает субъект к другому лицу); конативный (активная помощь субъекту эмпатии) [42; 52].

1.3 Особенности проявления эмпатии в студенческом возрасте

«Студенчество, — это особая социальная категория, специфическая общность людей, организационно объединенных институтом высшего образования. Студенчество включает людей, целенаправленно, систематически овладевающих знаниями и профессиональными умениями, занятых, как предполагается, усердным учебным трудом. Как социальная группа она характеризуется профессиональной направленностью, сформированностью устойчивого отношения к будущей профессии, которые являются следствием правильности профессионального выбора, адекватности и полноты представления студента о выбранной профессии. Последнее включает знание требований, предъявляемых к профессии, и условий профессиональной деятельности» [15, с.183].

Современные студенты — это молодые люди в возрасте 18—25 лет. В существующих классификациях периодов жизни человека этот возраст определяется как поздняя юность или ранняя зрелость (Дж. Биррена, В. Квинн, Г. Крайг, Э. Эриксон и др.). Отсутствие единого термина уже говорит о сложности и неоднозначности психологических характеристик этого периода жизни.

В студенческом возрасте достигают максимума в своем развитии не только физические, но и психологические свойства и высшие психические функции: восприятие, внимание, память, мышление, речь, эмоции и чувства. Эмоциональная сфера в студенческом возрасте приходит к некоторому уравновешенному состоянию, «успокаиваясь» после своего бурного развития и «брожения» в подростковом периоде. Но определенные отголоски прошедших «бурь» иногда дают о себе знать [64; 66]. Этот возраст характеризуется специфической эмоциональной чувствительностью. Для эмоциональной жизни характерно не только переживание предметных чувств (направленных на определенное событие, лицо, явление), но и формирование у молодых людей чувств обобщенных (чувства прекрасного, чувства трагического и т. д.). Эти чувства выражают уже общие, более или менее устойчивые мировоззренческие установки личности. Главные проблемы, требующие своего разрешения в студенческом возрасте — достижение идентичности и близости [49]. Поздняя юность и ранняя зрелость — период формирования у молодых людей общей эмоциональной направленности, основ эмоциональной культуры.

Эмоциональная культура — уровень развития эмоций, который предполагает эмоциональную отзывчивость и ответственность за свои переживания перед собой и окружающими. По мнению П. М. Якобсона, одной из основных черт эмоциональной культуры является способность к сопереживанию (эмпатии) чувствам других людей и погружению в мир переживаний героев произведений, искусства и т. д. [49].

По данным исследования С. Н. Максимец [32], было установлено, что среди студентов педагогических специальностей и молодых педагогов со стажем работы до двух лет преобладает средний уровень эмпатии 70% и 68% (контрольная и экспериментальная группы), низкий уровень продемонстрировали 1,4% и 2% испытуемых, очень низкий уровень составил по всей выборке испытуемых только 4%, а высокий — 8% всех испытуемых.

Данные исследования Е. Г. Коваленко [19] свидетельствуют о преобладании у будущих педагогов уровня эмпатии ниже среднего (39,4%), вторую позицию занимают студенты с уровнем выше среднего (35%), третью позицию — с высоким (13,7%) и низким уровнем эмпатии (11,9%).

В результате диссертационного исследования Е. В. Мельник установила [34], что только 25,8% будущих педагогов-психологов можно назвать эмоционально отзывчивыми и особо чувствительными к нуждам и проблемам окружающих, так как 14,2% студентов имеют уровень эмпатии «выше среднего» и 11,6% студентов — «высокий» уровень. Остальные 74,2% испытуемых продемонстрировали низкий уровень эмпатии.

Компонентный состав проявления эмпатии выявила С. Н. Кипурова. Он включает в себя: 1) эмоциональный компонент (эмпатию как профессиональную жизненную ценность, позитивный эмоциональный настрой к ситуации в профессиональной педагогической деятельности, положительное эмоциональное отношение к людям, положительную эмоциональную реакцию к субъектам образовательного процесса и т. д.); 2) когнитивный компонент (знание об эмпатии, ее сущности и месте в профессиональной деятельности, понимание специфики ситуаций в педагогической деятельности, требующих от педагога проявления эмпатии, знание способов выражения эмпатии в различных ситуациях в педагогическом процессе); 3) деятельностный компонент (умение анализировать и адекватно интерпретировать состояние субъекта в образовательном процессе, использовать эмпатическое слушание в диалоге, проявлять эмпатию в невербальных реакциях в речи и т. д.) [17]. Так,

у студентов педагогических специальностей на I и II курсах преобладает эмоциональный компонент эмпатии, затем следуют когнитивный и деятельностный компоненты. У студентов III и IV курсов, наоборот, лидирующим является когнитивный компонент эмпатии, а эмоциональный и деятельностный приблизительно находятся на одном уровне.

Анализируя результаты пилотажного исследования М. Е. Поляковой [41] было отмечено, что происходит количественное и качественное изменение эмпатических способностей в процессе профессионального обучения будущих педагогов-психологов. К IV курсу увеличивается число студентов, проявляющих средний уровень эмпатии, уменьшается процент низкого, высокий уровень не диагностируется. Также в данном возрастном периоде снижается значимость рационального и эмоционального канала эмпатии, идентификации в эмпатии. Но возрастает роль установок, способствующих эмпатии, и интуитивного канала эмпатии. Так, если на I и II курсах преобладает наличие альтруистических тенденций, сочувствия или «тревоги за другого», то к IV курсу возрастает процентное соотношение студентов, демонстрирующих проявление эгоистической тенденции, «тревоги за себя».

Результаты исследования М. А. Пономаревой [44], целью которых было — выявление особенностей развития компонентов эмпатийного процесса у студентов-психологов в процессе профессионального становления, свидетельствуют, что самые низкие показатели у студентов I курса наблюдаются по шкалам «Эмоциональный канал» и «Проникающая способность» эмпатии.

На II курсе происходит снижение роли «рационального канала» эмпатии и наблюдается тенденция к повышению уровня показателей следующих шкал: «Установка, способствующая или препятствующая эмпатии» и «Идентификация в эмпатии». Однако выявленные различия не являются достоверными. Данная тенденция указывает на стремление студентов к личным контактам, желание понять другого на основе сопереживания, чему и способствует постановка себя на место другого.

На III курсе самый высокий показатель характеризует «идентификацию в эмпатии». На данном этапе у студентов возрастает роль «эмоционального канала», уровень которого значительно отличается от уровня продемонстрированного второкурсниками. Однако у них по-прежнему низкий показатель, характеризующий «проникающую способность в эмпатии», но на этом курсе вновь возрастает значение «рационального канала эмпатии».

На IV курсе у студентов наблюдается дальнейшее развитие «эмоционального канала» эмпатии. Высокий уровень «проникающей способности в эмпатии» у студентов данного курса является показателем важного коммуникативного свойства, позволяющего создать в общении открытость и задушевность. Значительная роль на этом этапе обучения также отводится «установкам», что способствует активизации каналов эмпатии. Самые высокие показатели на V курсе характеризуют «интуитивный канал», «установки, способствующие или препятствующие эмпатии», «рациональный канал». Это, по мнению М. А. Пономаревой, связано с накоплением психологических знаний, освоением теоретических и методологических основ психологии. На этом возрастном этапе фиксируется понижение показателя эмоционального уровня эмпатии.

Анализ результатов исследования С. Н. Бегидовой, Ю. А. Иоакимиди, Л. Ф. Сельмидис [4] по выявлению уровня эмпатии у будущих учителей физической культуры показал, что число студентов, имеющих высокий уровень развития данного показателя, изначально низкий на I курсе и практически равен нулю на V курсе. У выпускников вуза преобладает средний уровень развития данного феномена. Интересно отметить, что количество студентов, имеющих средний уровень эмпатии, на III курсе значительно снижается (до 43,93%), но несколько выше становится процент студентов с низким уровнем эмпатии (46,92%). Возможно, этот процесс (по мнению исследователей) связан с прохождением студентами первой педагогической практики, что оказало влияние на увеличение количества студентов с полярными уровнями эмпатии. К V курсу число студентов со средним уровнем эмпатии возрастает до 64,7% за счет снижения высокого уровня. Изменения результатов низкого уровня эмпатии показывают, что его показатели на I и V курсах статистически значительно не отличаются. Следовательно, число студентов с низкой направленностью на педагогическую работу к V курсу не уменьшается. Будущих педагогов с очень высоким уровнем эмпатии в данном исследовании выявлено не было.

В исследованиях С. П. Ивановой, проведенных среди учителей, выявлено, что в наименьшей степени эмпатийность по отношению к детям свойственна студентам — выпускникам педвузов, в большей — учителям-предметникам с опытом работы, в наибольшей степени — учителям, одновременно работающим школьными психологами. Любопытно, что уровень эмпатийности к незнакомым взрослым

людям у педагогов-психологов оказался даже ниже, чем у учителей-предметников [62].

По данным исследования [51], проведенного в 2007 / 2008 учебном году, в котором принимали участие будущие педагоги-психологи и учителя технологии (обслуживающего труда) I—V курсов было установлено, что у 54% будущих педагогов преобладает средний уровень эмпатии, высокий — у 27% и низкий — у 19% испытуемых. Дальнейший анализ полученных результатов показал, что во время обучения в вузе фиксируется скачкообразный характер проявления данного феномена. Так, у студентов II курса показатели высокого уровня эмпатии выше на 26%, у студентов III курса — на 7%, у студентов IV курса — на 3%, у студентов V курса — на 12% по сравнению с первокурсниками, которые продемонстрировали самый низкий результат данного уровня из всей выборки испытуемых. Самый высокий показатель низкого уровня эмпатии зафиксированы у студентов IV курса.

Таким образом, на основе вышеизложенного мы можем констатировать, что в студенческом возрасте у будущих работников системы образования преобладает средний уровень развития эмпатии. Студенты данной группы не относятся к числу особо чувствительных. В межличностных отношениях они склонны судить о других скорее по их поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Им не чужды эмоциональные проявления, но в большинстве своем они находятся под самоконтролем. В общении внимательны, стараются понять больше, чем сказано словами, но при излишнем влиянии чувств собеседника теряют терпение. Предпочитают не высказывать свою точку зрения, не будучи уверенными, что она будет принята. При чтении художественных произведений или просмотре фильмов чаще следят за действием, чем за переживаниями героев. У них могут возникнуть трудности в прогнозе развития отношений между людьми, поэтому поступки окружающих оказываются для студентов неожиданными. Им не свойственна раскованность чувств, что мешает полноценному восприятию людей.

В студенческом возрасте по-разному происходит процесс формирования эмпатии, т. е. наблюдается скачкообразный характер проявления данного феномена. Эти показатели согласуются с исследованиями Б. Г. Ананьева. Он рассматривает возраст студента как пору сложнейшего структурирования интеллекта, что очень индивидуально и характеризуется постоянным чередованием «пиков» или «оптимумов» то одной, то другой из входящих в это ядро функций [66].

1.4 Диагностика эмпатии

Прежде чем формировать и развивать эмпатию у студентов, преподавателю необходимо ее познать, установить для себя реальность, с которой придется иметь дело. Первые исследования эмпатии в психологии носили в основном эмпирический характер, что послужило стимулом для разработки специальных методик для ее изучения. Собственно первым эмпирическим исследованием эмпатии можно считать опрос Бека (результаты его были опубликованы в 1909 г.), который разослал родителям опросные листы с просьбой сообщить о случаях проявления сострадания у детей до 12 лет. Методика Стрейер (Strayer, 1987) представляет собой оценку склонности детей приписывать себе эмоции другого ребенка, показанного в видеофильме, с помощью шкалы ранжирования (для себя и для других) [9]. На современном этапе существующие и часто используемые методики для изучения эмпатии основаны на различных методологических концепциях, что необходимо учитывать при выборе методики и интерпретации полученных результатов исследования. Для диагностики эмпатии в студенческом возрасте чаще всего используются следующие методики: 1) методика диагностики уровня эмпатических способностей (В. В. Бойко); 2) индекс межличностной реактивности М. Дэвиса (адаптация М. А. Пономаревой); 3) методика диагностики уровня развития способности к интерпретации невербального поведения в межличностном общении (В. А. Лабунская); 4) опросник общих эмпатийных тенденций (А. Меграбян, Н. Эпштейн); 5) методика экспресс-диагностики эмпатии (И. М. Юсупов). Охарактеризуем некоторые из них.

Методика диагностики уровня эмпатических способностей (В. В. Бойко)

Методика «Ваши эмпатические способности» диагностирует общий уровень эмпатии, развитие рационального, эмоционального, интуитивного каналов, а также установок, способствующих или препятствующих эмпатии, проникающей способности и идентификации в эмпатии.

В. В. Бойко определяет эмпатию как «форму рационально-эмоционально-интуитивного отражения другого человека, которая является утонченным средством “вхождения” в психо-энергетическое пространство другого человека» [6].

Предлагаемый опросник состоит из 36 суждений, позволяющих не только выявить особенности проявления эмпатических способностей, но и прогнозировать их возможное развитие.

***Индекс межличностной реактивности М. Дэвиса
(адаптация М. А. Пономаревой)***

Принцип построения методики основан на многоаспектном подходе в исследовании эмпатии. По мнению М. Дэвиса [45], явление эмпатии складывается из многих отдельных, не связанных между собой построений: предварительных условий, связанных с характеристикой наблюдателя, наблюдаемого и ситуации; самого эмпатического процесса, благодаря которому проявляются внутриличностные (интерперсональные) последствия, связанные с познавательными и эмоциональными реакциями наблюдателя; последствий межличностных (интерперсональных) — поведенческих реакций по отношению к наблюдаемому.

Методика определения индекса межличностной реактивности представляет собой опросник из 28 утверждений закрытого типа, которые позволяют определить уровень развития отдельных шкал: принятия перспективы, эмпатической заботы, личной обиды и воображения.

***Методика диагностики уровня развития способности
к интерпретации невербального поведения
в межличностном общении (В. А. Лабунская)***

Методика диагностики уровня развития способности к интерпретации невербального поведения в межличностном общении [28] позволяет изучать характеристики когнитивной составляющей эмпатии (уровень развития способности к распознаванию эмоциональных состояний объекта эмпатии и степень точности — инверсии распознавания эмоциональных состояний в зависимости от модальности переживаний и пола объекта эмпатии) и поведенческой (экспрессивной) составляющей эмпатии (уровень развития способности к адекватному выражению эмпатического ответа на переживания объекта эмпатии и степень адекватности — неадекватности эмпатического ответа в зависимости от его типа — вербальный и невербальный — и пола объекта эмпатии). Данная методика состоит из набора фотографий с запечатленными на них базовыми, легко читаемыми эмоциональными

состояниями, эмпагогенный потенциал которых мог бы вызвать у испытуемых эмоциональный отклик, сходный с переживаниями в повседневной жизни.

В качестве показателей проявления эмпатии в ситуациях затрудненного взаимодействия рассматриваются следующие: 1) инверсия эмпатии; 2) точность эмпатии; 3) ситуативность — устойчивость эмпатии; 4) безграничность — ограниченность эмпатии.

Методика состоит из восьми социально-перцептивных задач. *Первая задача* направлена на диагностику адекватности понимания состояний и отношений человека на основе его позы. *Вторая задача* выявляет уровень адекватности понимания эмоциональных состояний человека на основе его мимики. *Третья задача* определяет уровень адекватности понимания интеллектуально-волевых состояний, эмоциональных нюансов этих состояний на основе индивидуального невербального поведения. *Четвертая задача* направлена на диагностику адекватности понимания отношений, взаимоотношений людей, включенных в невербальную интеракцию (диада, группа). Первые четыре задачи отличаются одна от другой формой невербального поведения, направленностью психологической интерпретации. Способ репрезентации решения остается для всех задач общим — вербальная семантическая оценка. *Пятая задача* направлена на диагностику адекватности понимания посредством установления связей и отличий между психологическим содержанием различных элементов невербального поведения, *шестая* — на диагностику адекватности понимания посредством «регуляции» отношений диады и группы в эмоционально-отрицательную сторону. *Седьмая задача* диагностирует адекватность понимания невербального поведения посредством «регуляции» отношений, устанавливающихся в диаде или группе, эмоционально-положительную сторону. *Восьмая задача* направлена на диагностику адекватности понимания невербального поведения посредством установления связей между вербальным и невербальным поведением человека. В результате применения комплекса методик диагностируется 23 параметра описания эмпатии.

Опросник общих эмпатийных тенденций ***(А. Меграбян, Н. Эпштейн)***

Методика общих эмпатийных тенденций разработана А. Меграбяном и Н. Эпштейном [45]. Данная методика может быть использована для диагностики степени выраженности эмоциональной эмпатии. С пози-

ции авторов, **эмоциональная эмпатия** представляет собой сопереживание человека другому лицу. **Сопереживание** — переживание тех же эмоциональных состояний, которые испытывает другой человек на основе идентификации с ним.

Методика исследования общих эмпатийных тенденций представляет собой опросник из 33 суждений закрытого типа. Их формулировка не дает возможности испытуемому догадаться, какую реальную информацию излагает экспериментатор из его ответов.

Методика экспресс-диагностики эмпатии (И. М. Юсупов)

Методика экспресс-диагностики эмпатии разработана казанским психологом И. М. Юсуповым [70] для исследования эмпатии (сопереживания), т. е. умения поставить себя на место другого человека и способности к произвольной эмоциональной отзывчивости на переживания других людей. **Сопереживание** — это принятие тех чувств, которые испытывает другой человек так, как если бы они были нашими собственными. Эмпатия способствует сбалансированности межличностных отношений. Она делает поведение человека социально обусловленным. Развитая у человека эмпатия — ключевой фактор успеха в тех видах деятельности, которые требуют вживания в мир партнера по общению, прежде всего, при обучении и воспитании.

Принцип построения методики основан на том, что сопереживание и сочувствие могут возникать и проявляться со значительной силой не только в отношении людей и животных, которые существуют реально, но и изображенных в произведениях литературы, кино, театра, живописи и т. д.

Опросник состоит из шести диагностических шкал эмпатии, выражающих отношение к родителям, животным, старикам, детям, героям художественных произведений, знакомым и незнакомым людям.

1.5 Развитие эмпатии в процессе вузовского обучения

Проблема развития эмпатии на современном этапе остается актуальной. В. В. Абраменкова, О. С. Богданова, А. Валлон, Н. Н. Власова, Т. П. Гаврилова, М. И. Лисина, Н. И. Лысенко, С. Ю. Мещерякова-Замогильная и другие обращают внимание на то, что развитие эмпатии

протекает в процессе социализации личности, формируется на протяжении жизнедеятельности, в общении с другими людьми, в ходе усвоения определенных ценностей [69]. По мнению И. В. Кашубы, С. Н. Кипуровой, Е. Г. Коваленко, С. М. Максимец, Е. В. Мельник, Г. Ф. Михальченко и др. развитию эмпатии в студенческом возрасте способствует использование в организации учебного процесса вуза методов активного обучения и включение студентов в реальную практическую деятельность. Г. П. Щедровицкий называет активными методами обучения и воспитания те, которые позволяют «учащимся в более короткие сроки и с меньшими усилиями овладеть необходимыми знаниями и умениями» за счет сознательного «воспитания способностей учащегося» и сознательного «формирования у них необходимых деятельностей» [64, с. 170]. Активных методов в педагогике много. В преподавании каждого учебного предмета есть свои специфические методы, которые активизируют работу обучаемых по решению учебных задач в соответствии с профилем дисциплины или специальности. Есть и более общие. Однако все они классифицированы и расписаны в методической литературе с позиции дидактики, т. е. в педагогическом аспекте.

Все методы активного обучения в психологии обычно делят на несколько групп. В. Я. Ляудис [31] выделяет три группы современных активных методов обучения: 1) методы программированного обучения; 2) методы проблемного обучения; 3) методы интерактивного (коммуникативного) обучения. *Методы программированного обучения* направлены на повышение эффективности управления учебным процессом за счет структурирования объективного знания (уточнения и операционализации целей, задач, способов решения, форм поощрения и контроля применительно к предметному содержанию знаний), значительного увеличения доли самостоятельной работы обучаемых (осуществляемой в индивидуальном темпе и под контролем). *Проблемное обучение* рассматривается в качестве одного из действенных средств решения таких сложнейших задач, как развитие познавательной активности, самостоятельности, творчества и т. д.; включает в себя проблемную ситуацию или задачу и эвристические программы. *К методам интерактивного (коммуникативного) обучения* обычно относят такие обучающие и развивающие личность методы, которые построены на целенаправленной, специально организованной групповой (межгрупповой) деятельности, обратной связи между всеми участниками образовательного процесса. Б. Ц. Бадмаев, В. И. Валовик, С. С. Кашлев,

В. Я. Ляудис, О. Ю. Тарская и др. среди методов интерактивного (коммуникативного) обучения выделяют: коллективные дискуссии, имитационные и деловые игры, ролевые упражнения и тренинги, анализ ситуаций и проектирование в процессе коллективного решения проблем, конкурсы практических работ с их обсуждением и т. д.

Эффективность спецкурса «Развитие эмпатического потенциала студентов университета» экспериментально подтверждает И. В. Кашуба [16]. В основу был положен «Тренинг эмпатийных тенденций личности» И. М. Юсупова. На практических занятиях автор спецкурса предлагает использовать ролевые игры на профессионально значимые темы, групповую дискуссию, проигрывание проблем, предложенных участниками занятия и т. д.

Исследования С. Н. Кипуровой [17] экспериментально доказали, что основными стратегиями развития эмпатии в ходе изучения педагогических дисциплин являются: 1) универсальная стратегия (обеспечивает развитие эмпатии у студентов в ходе выполнения всех основных видов деятельности по освоению педагогической дисциплины); 2) стратегия индивидуального развития эмпатии (применение вариативных педагогических технологий, соответствующих специфике каждой типологической группы: для эмоционального типа — игровых и групповых технологий; для интеллектуального типа — развивающих и проблемных технологий; для практического — технологии педагогического проектирования).

Для расширения и углубления знаний, умений и навыков студентов педагогических специальностей Е. Г. Коваленко [19] был разработан и апробирован в педагогическом процессе спецкурс «Эмоциональные аспекты педагогического общения». Автор предлагает на семинарских и практических занятиях активно использовать дискуссию, анализ и решение психолого-педагогических ситуаций.

Для развития эмпатии С. М. Максимец [32] предлагает следующие методы: групповая дискуссия; методы невербального взаимодействия; психогимнастика; анализ различных психолого-педагогических ситуаций; ролевые игры и т. д. Эти методы она включила в программу активного социально-психологического обучения (АСПО), направленную на развитие эмпатии у будущих педагогов. Продуктивность данной программы подтверждена результатами контрольного эксперимента в рамках диссертационного исследования.

Эксперименты Е. В. Мельник [34] подтвердили, что формированию эмпатии способствует комплекс специально созданных психолого-педагогических технологий (информационных сообщений, тренингов, групповых дискуссий, ролевых и деловых игр, психогимнастических упражнений).

В своей работе по формированию эмпатии у старшеклассников, ориентирующихся на педагогическую профессию, Г. Ф. Михальченко [38] экспериментально доказывает эффективность развития эмпатии путем вовлечения будущих педагогов в ролевые педагогические игры, содержанием которых является имитация конкретных педагогических ситуаций, поиск и принятие решений, а также моделирование педагогического процесса.

Об эффективности психологических тренингов свидетельствуют и исследования Ю. Б. Гиппенрейтер, Т. Д. Карягиной, Е. Н. Козловой [11].

Анализ теоретических и эмпирических исследований (Б. Г. Ананьев [3], А. А. Бодалев [5], Л. И. Божович [8], С. В. Кондратьева [23], Л. Н. Рожина [54], С. Л. Рубинштейн [57], Б. М. Теплов [64], Я. Л. Коломинский [22], С. И. Коптева [24], М. А. Пономарева [43] и др.) позволяет утверждать, что серьезная роль в развитии эмпатии отводится художественной литературе.

Так, М. А. Пономарева считает целесообразным использование при работе с художественной литературой эмпатического метода, который впервые в белорусской психологии был апробирован в исследованиях С. И. Коптевой [24]. Эмпатический метод позволяет выделить три уровня сопереживания ситуации: уровень первых реакций, эмоциональное постижение и рациональное постижение. Он предполагает актуализацию всего эмоционального и интеллектуального потенциала участника эмпатийного процесса — личных чувств и переживаний, знаний, ценностных ориентаций, установок, умений систематизировать полученную информацию и на ее основе самостоятельно строить правильное умозаключение. В процессе анализа художественных текстов по эмпатическому методу используются задания, направленные на стимулирование механизмов эмпатии: эмоционального заражения, идентификации, личной рефлексии, эмоциональной и когнитивной децентрации [45]. Важно начинать анализ отрывков художественных произведений со знакомства участников обсуждения с краткими биографическими сведениями об авторе произведения, его мировоззрением, авторским пониманием и взглядом на героев произведения. Это спо-

способствует полному восприятию и пониманию художественного произведения. Согласно данным исследований М. А. Пономаревой используемые художественные произведения должны соответствовать трем требованиям: 1) быть высокохудожественными; 2) быть психологическими; 3) обучаемые им должны отдавать предпочтение.

Включить студентов в реальную или приближенную практическую деятельность позволяет предусмотренное учебным процессом вузовского обучения прохождение будущими педагогами разных видов практик. Практика — обязательный компонент высшего образования, целью которой является овладение студентами педагогических специальностей практическими навыками и умениями и подготовка к самостоятельной профессиональной деятельности по выбранной специальности.

Анализ результатов исследований С. Н. Бегидовой, Ю. А. Иоакимиди, Л. Ф. Сельмидис [4] свидетельствует о необходимости активного использования при подготовке студентов к практике дискуссий, бесед, диспутов и т. д.

Об эффективности развития эмпатии путем включения в реальную или приближенную практическую деятельность подтверждают исследования [54], в котором приняли участие студенты I—VI курсов педагогического факультета. Будущим педагогам было предложено выделить наиболее эффективные формы и виды учебных занятий, где происходит формирование и развитие эмпатии как профессионального и личностного качества будущего педагога. Мнения студентов распределились следующим образом: 62% респондентов считают, что формированию и развитию эмпатии способствуют разные виды практик; 16% — практические занятия; 12% — специально организованные тренинговые и развивающие занятия; 4% — лекционные и семинарские занятия; 3% — воспитательные мероприятия и внеаудиторная работа; 3% — общение с детьми, педагогами, родителями и т. д. А на вопрос: «Нужна ли такая форма организации учебных занятий в вузе как практика?» — 2% респондентов ответили, что практика не нужна, поскольку они обучаются заочно и работают по специальности, 98% опрошенных считают, что практика нужна при подготовке будущих специалистов. Положительно ответившие на вопрос анкеты респонденты обосновали свой выбор следующим: 1) теория — это знания, а практика — это умения применить знания в практической деятельности; 2) практика стимулирует развитие профессиональных и личностных качеств специалиста; 3) в ходе прохождения практики появляется уверенность в себе, в своих

силах и знаниях; 4) закрепляются теоретические знания, полученные на лекциях; 5) практика способствует творческому росту; 6) на практике можно увидеть сильные и слабые стороны приобретенных теоретических знаний; 7) практика способствует развитию педагогического мастерства; 8) при подготовке отчетной документации приобретает навык систематизации и структурирования информации; 9) практика учит быть дисциплинированным и самостоятельным; 10) на практике можно наблюдать за разными стилями деятельности (технологиями) уже состоявшихся специалистов; 11) в процессе прохождения практики можно познакомиться со спецификой работы разных типов учебных заведений, а это пригодится в будущем и т. д. Все первокурсники (которые еще не были на практике) отметили, что при подготовке будущих специалистов практика необходима, так как помогает утвердиться в правильности выбранной профессии [53].

Следующий этап нашего исследования был направлен на выявление уровня эмпатии среди будущих воспитателей дошкольных учреждений, учителей английского языка и педагогов-психологов в период психолого-педагогической практики (III курс). Оно проходило на протяжении трех лет (2006 / 2007, 2007 / 2008 и 2008 / 2009 учебные годы) и включало два этапа: диагностика эмпатии до и после прохождения психолого-педагогической практики. В качестве диагностического материала мы использовали методику «Ваши эмпатические способности» В. В. Бойко. Полученные данные в 2006 / 2007 учебном году свидетельствуют, что наблюдается снижение на 6% очень низкого и на 15% среднего уровня эмпатии, а также повышение заниженного уровня эмпатии на 21%. Высокий уровень развития эмпатии не был зафиксирован ни на одном этапе исследования.

Причиной этого, по нашему мнению, может быть следующее: 1) теоретические знания студентов, полученные на лекционных занятиях, не перешли в практические навыки; 2) неоднозначно происходит процесс формирования эмпатии у студентов, т. е. наблюдается скачкообразный характер проявления данного феномена; 3) специфические особенности сфер взаимодействия баз практики, степень подготовленности руководителей практики; 4) программа практики предусматривает необходимость стимулирования стремления студентов к формированию профессиональных и личностных качеств будущего работника системы образования, но целенаправленной работы по этому направлению не проводится.

Полученные результаты дали основание предположить, что повышению качества образования, а в частности развитию эмпатии, будет способствовать специально организованная работа при подготовке студентов к прохождению практики. Для этого в 2007 / 2008 учебном году испытуемые были разделены на контрольную и экспериментальную группы. До психолого-педагогической практики с экспериментальной группой испытуемых была проделана следующая работа: практикантов ознакомили с целью исследования — выявление динамики развития эмпатии у студентов в процессе прохождения психолого-педагогической практики, используя методику «Ваши эмпатические способности» (В. В. Бойко); было проведено занятие по теме «Профессионально значимые качества педагога», на котором рассматривались конкретные психолого-педагогические ситуации, что позволило проанализировать особенности проявления эмпатии в педагогической деятельности.

Достаточно длительный срок практики (пять недель), закрепление за каждым практикантом своего руководителя от базы практики, наличие большого количества этих баз позволили студентам выполнить задание: зафиксировать ситуацию (или несколько ситуаций), которая потребовала бы от воспитателя детского дошкольного учреждения проявления эмпатии во время взаимодействия с детьми, описать и прокомментировать пути решения сложившейся ситуации воспитателем, а также предложить свое видение выхода из нее.

После завершения психолого-педагогической практики было организовано обсуждение зафиксированных ситуаций и путей выхода из них со студентами экспериментальной группы. На заключительном этапе происходило измерение уровня эмпатических способностей в двух выборках испытуемых [55, с. 152—159].

Полученные данные по двум выборкам испытуемых свидетельствуют о том, что более высокие показатели развития эмпатии после прохождения психолого-педагогической практики отмечены в экспериментальной группе. Так, у студентов данной группы зафиксировано повышение на 2,5% высокого и на 10% среднего уровня эмпатии, а также понижение на 5% заниженного и на 7,5% очень низкого уровня эмпатии. В контрольной группе, напротив, зафиксировано снижение общего уровня эмпатии, так как высокий уровень остался неизменным, средний уровень — понизился на 5%, а заниженный и очень низкий уровень — повысился на 2,5%.

Об эффективности использования специально организованной работы со студентами в процессе подготовки и прохождения практики свидетельствуют и результаты, полученные в 2008 / 2009 учебном году. После прохождения практики отмечено повышение на 5% высокого и на 7% среднего уровня эмпатии, понижение на 2% заниженного и на 10% очень низкого уровня эмпатии.

Таким образом, на основе вышеизложенного можно сделать вывод о том, что наиболее эффективно происходит развитие эмпатии у будущих педагогов при наличии специально созданных условий, в которых ведущая роль отведена методам активного обучения.

Репозиторий БарГУ

ЧАСТЬ 2
ПРАКТИКУМ ПО РАЗВИТИЮ ЭМПАТИИ
У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ
СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

2.1 Психолого-педагогические ситуации¹

Задание. Определите, в каких ситуациях речь идет о проявлении эмпатии и почему.

Ситуация 1 «Подарок учителю»

Как обычно, вхожу в класс, здороваюсь, спрашиваю:

— Кто сегодня отсутствует? Впрочем, и так вижу, что двоих нет.

Через некоторое время дверь распахнулась, и в класс ворвались запыхавшиеся дети. В руках — ветки сирени.

— Это вам! — сказали они, протягивая мне цветы.

— Спасибо, но по какому поводу?

— Это вам в день рождения.

— А как вы узнали?

— Ээ... это секрет.

Но оказалось, что есть и еще один секрет. Сирень как-то странно обломана...

— Ребята, а где вы ее взяли?

— Нарвали. За нами дворник до самой школы гнался!

Ситуация 2 «Я уже взрослый»

Сереза учился в четвертом классе. Однажды во дворе старшие ребята подозвали его и стали предлагать выпить из бутылки. Сереза не соглашался, тогда они стали его дразнить, что он еще маленький трус. Мальчик рассердился, выхватил бутылку и стал быстро без остановки пить. Он не понимал, что подростки смеялись над ним. Домой он добрался с трудом, но сразу же за дверью упал. Бабушка испугалась, стала его трясти, но Сереза не шевелился. Вызвали скорую. Серезу отвезли в больницу. Только на второй день он смог поговорить с мамой. Врачи поставили диагноз: сильное отравление.

¹ За основу взяты и переработаны ситуации, предложенные В. С. Богословской, А. И. Янчий, С. Г. Кожарской, И. В. Шматковой и др. Включены ситуации из педагогической практики автора.

Ситуация 3 «Эх, мама...»

Ивану одиннадцать лет. Он живет и учится в детском интернате (его мама, Татьяна Петровна, лишена родительских прав, а папу он вообще не помнит). Но бывают те самые счастливые дни, когда ему, отличнику и активисту класса, разрешают навестить в деревне тетю и бабушку. Вот в один из таких приездов мальчика к родственникам в гости зашла Татьяна Петровна, чтобы «повидать» сына и познакомить родственников со своим новым мужем. Пока тетя и бабушка хлопотали по хозяйству, Татьяна Петровна «уговорила» мальчика вынуть стакан водки за ее счастье. А в случае отказа грозилась сжечь дом бабушки. Когда Иван вернулся в интернат, его наказали за нарушение дисциплины. На рассвете сторож вынул мальчика из петли — он пытался покончить с жизнью. Сейчас Иван находится на обследовании в психиатрической больнице.

Ситуация 4 «Помощницы»

Мама уходила на работу и сказала двум своим дочкам: «Прошу вас убрать комнату и сходить в магазин. Что купить, я написала, а деньги лежат на столе». Сестрички стали спорить после маминого ухода «Почему я должна идти в магазин? Ты пойдешь!» — сказала старшая сестра Оля. «Нет, я буду мыть пол!» — ответила младшая Света. — «Ты всегда упираешься!» — «Да, я такая!» — «Скажу маме!» — «Ябеда!» — «А ты сама?» — «Я не хочу тебя видеть!» — «Ну ладно!» Сестры разошлись по разным комнатам, ничего не сделав. Когда мама пришла, она рассердилась и начала все делать сама. Увидев это, Оля стала упрекать Свету: «Это все из-за тебя! Ты не любишь маму!» Света заплакала, а Оля пошла помогать маме.

Ситуация 5 «Мой друг»

Вика, ученица третьего класса, утром пришла в школу вся в слезах. Марина Николаевна, всегда находившая подход ко всем ученикам, на протяжении трех уроков не могла понять, что случилось с девочкой. С одноклассниками Вика тоже не шла на контакт. На большой перемене на помощь учителю пришел школьный психолог, который после длительного разговора с девочкой узнал причину слез: вечером, когда Вика ложилась спать «умер» ее электронный друг «Тамагучи Том», за которым она ухаживала несколько дней. Том был подарен девочке на день рождения отцом, живущим в другом городе с новой семьей.

Ситуация 6 «Честь имею»

Вариант 1. Молодая учительница литературы, войдя в седьмой класс, в ответ на приветствие услышала: «Честь имею», которое Сергей сопроводил характерным жестом и поклоном. Учитель литературы ответил: «О, вы великолепны и очень вежливы. Жаль, что мы живем не в рыцарские времена».

Вариант 2. Молодая учительница литературы, войдя в седьмой класс, в ответ на приветствие услышала: «Честь имею», которое Сергей сопроводил характерным жестом и поклоном. Учитель литературы ответил: «Снова срываешь урок. Ты должен вести себя как подобает. Если это еще раз повторится, я вызову родителей в школу».

Ситуация 7 «Опоздание»

Вариант 1. Наташа, ученица шестого класса, регулярно опаздывает на первый урок. Вот и сегодня, в очередной раз (неизвестно, какой по счету) она вошла в класс после звонка, когда учитель объяснял новый материал. Наталья Васильевна похвалила Наташу за то, что она пришла на несколько секунд раньше, чем обычно.

Вариант 2. Наташа, ученица шестого класса, регулярно опаздывает на первый урок. Вот и сегодня, в очередной раз (неизвестно какой по счету), она вошла в класс после звонка, когда учитель объяснял новый материал. Наталья Васильевна, прервав урок, обратилась к девочке: «На что это похоже! Никуда не годится! Снова срываешь урок!»

Ситуация 8 «Кошка»

Идет урок, серьезная тема. Вдруг слышится писк, а по проходу бежит кошка и несколько маленьких котят. В классе взрыв хохота, все рады сорванному уроку. Иван Петрович, строгий классный руководитель 5 «А» класса, обрадовался пополнению «ученического состава» и продолжил урок. После урока учитель вместе с ребятами определил и кошку, и котят в живой уголок.

Ситуация 9 «Дежурство»

Классный руководитель в конце урока попросил Настю и Артема остаться подежурить. Прозвенел звонок. Кто-то из ребят поторопился покинуть класс, кто-то подошел к учительскому столу с вопросами. Артем, увидев, что учитель занят своими делами, незаметно ушел домой. На следующий день Артема оставили дежурить. Но в классе не оказалось

веника. Тогда учитель отослал мальчика за веником к уборщице. Под этим предлогом тот снова ушел домой. На следующий день дежурить остался весь класс.

Ситуация 10 «Стул»

Учитель входит в класс и видит, что его стул сильно испачкан мелом. Других стульев нет. Тогда он делится с учениками следующей информацией: «Я недавно слышала, как в одной школе провели эксперимент с учащимися. Весь урок школьники простояли. Не попробовать ли нам?»

Ситуация 11 «Обида»

Петя Иванов обижает Васю Сидорова. Каждый день в классе происходят конфликты. Учитель должен оказать косвенное воздействие и убедить Петю Иванова в неправильности действий. Но убеждения не помогают, и учитель вызывает в школу родителей, которые сразу начинают Петю Иванова воспитывать: «Все дети как дети, а ты опять за свое. Каждый человек должен трудиться, а ты дурака валяешь. Не забывай, сколько мы на тебя денег потратим».

Ситуация 12 «Рентген»

Придя домой, Петя быстро поел и сел за уроки, что на него совсем не похоже. У мамы это вызвало подозрение. Она решила узнать о результатах учебного дня и попросила дневник мальчика. Петя сказал, что дневник забыл в школе, и учитель музыки просит ее завтра зайти в школу. Реакция мамы была мгновенной: «Небось опять подрался! Просто так ничего не бывает. Я тебя насквозь вижу!» Придя в школу, мама узнала о победе мальчика в музыкальном конкурсе и возможности без вступительных испытаний быть зачисленным в музыкальную школу.

Ситуация 13 «Поход в магазин»

Маленький Миша пришел с мамой в большой магазин. Поначалу он с интересом разглядывал все вокруг и шел рядом с мамой. Но вот они подошли к отделу игрушек. На витрине Миша увидел машинку. «Купи, купи!» — стал он просить, показывая пальцем на машинку. «Миша, я не могу купить, у меня нет денег», — ответила мама. «Купи — и — и!» — завыл Миша, со слезами и криком бросился на пол и стал стучать ногами.

Ситуация 14 «Приятного аппетита»

Пришло время обеда. Мама усадила Ваню за стол, дала ложку. Ваня съел две ложки супа и стал ковырять его, размазывать по столу кусочки картошки. «Ваня, кушай», — напоминала мама. Ваня оставил ложку: «Дай печенье». «Сначала съешь суп», — сказала мама. «Нет, дай печенье!» — гневно крикнул Ваня.

Ситуация 15 «Давай почитаем»

Мама усадила Никиту на диван, села рядом, показывая красочную детскую книжку: «Никита, смотри, какую красивую книжку тебе бабушка подарила». Никита посмотрел на книгу несколько секунд, затем оттолкнул ее, залез на колени маме и стал ее обнимать, заглядывать в глаза и целовать.

Ситуация 16 «Мамин помощник»

Антон с машинкой в руках пришел на кухню. Мама в этот момент резала овощи. Антон бросил машинку, подошел к маме и стал просить: «Дай нож». «Нож острый, ты можешь порезаться», — ответила мама. «Дай!» — гневно крикнул Антон. Но мама не выполнила его требование. Тогда он с криком «Ты плохая!» со всей силой ударил маму по ноге.

Ситуация 17 «Случайный попутчик»

Электropоезд был переполнен, и Наташа не могла попасть не только в вагон, даже в тамбуре не было свободного места. Но вдруг ее подзывает молодой парень, и спустя несколько секунд Наташа уже стояла на его ногах. Так они простояли около двух часов. По прибытию молодой человек помог вынести ей из вагона сумку и незаметно положил что-то Наташе в карман. Это была фотография и его номер телефона.

Ситуация 18 «Прости...»

Настенька была очень шустрой и непоседливой девочкой. Она быстрее всех в классе справлялась с заданиями учителя (на результатах учебы это не сказывалось). Насте было скучно сидеть и ждать, пока одноклассники выполняют задание. Однажды, так же быстро решив задачу, девочка с интересом смотрела в окно. Шел первый снег: большие, нежные, пушистые снежинки кружились в зимнем вальсе. Но внезапно танец снежинок закончился, и Наташа услышала голос

учителя: «Без конца не только сама, но и весь класс отвлекаешь. Ты должна вести себя как подобает. Каждый человек должен трудиться...» А Наташе так хотелось всем рассказать о первом зимнем танце снежинок. После этого случая девочка долго с нежеланием ходила в школу... Спустя годы, будучи студенткой выпускного курса педагогического института, Наташа попадает в школу на практику. Там она встречает свою первую учительницу, которая сразу же узнала непоседу Наташу и попросила прощения. Учительница долгие годы вспоминала этот урок.

2.2 Игровые и тренинговые упражнения²

Задачи: содействовать осмыслению понятия «эмпатия», осознанию своих эмоций и чувств; развивать навыки узнавания эмоциональных состояний собеседника; формировать эмпатийные способности, эмпатическое понимание собеседника.

Упражнение 1 «Удержи карандаш»

Цель: развитие эмпатического понимания собеседника, снижение эмоционального напряжения.

Участникам предлагается разбиться на пары и взять ручку или карандаш. Затем они становятся друг против друга, а карандаши или ручки удерживаются указательными пальцами рук, поднятых на уровень плеч и согнутых в локтевом суставе. После этого паре предлагается двигаться по комнате в различных направлениях, не общаясь друг с другом, передавая направление движения напарнику посредством движения пальцев рук, удерживающих карандаш или ручки. При этом необходимо удерживать карандаш только указательными пальцами. Через некоторое время игрокам предлагают объединиться в тройки, пятерки и т. д., пока все участники игры не образуют круг.

Обсуждение. Что помогало удерживать предмет во время движения? Какие чувства испытывали в моменты удачи или неудачи, во время изменения направления движения или изменения числа участников?

² За основу взяты и частично переработаны игровые и тренинговые упражнения, предложенные И. А. Агеевой, Л. Ф. Мирзаяновой, Т. С. Рашевской, Л. И. Станиславчик и др.

Упражнение 2 «Рисуем вдвоем»

Цель: развитие навыков эмпатического понимания партнера по взаимодействию.

В а р и а н т 1. Участники разбиваются по парам и одним карандашом рисуют дом, дерево, человека. При этом необходимо помнить правила: 1) рисовать молча; 2) нельзя вырывать карандаши друг у друга; 3) нельзя толкать друг друга.

В а р и а н т 2. Нарисовать рисунок (предварительно не договариваясь о теме) на свободную, отличную от данной тему, но при этом каждый рисует своим карандашом. Правила те же.

В а р и а н т 3. Взять в руки карандаши и переплести руки, поставить точку на листе бумаги и, не отрывая карандаш от бумаги, провести параллельные линии. Правила те же.

Обсуждение. Какие чувства вы испытывали? Кто какой предмет рисовал? Кто уверенно держал карандаш? Трудно ли было рисовать в предложенных условиях? Была ли согласованность в работе? Чем отличались задания? Что общего?

Упражнение 3 «Слепой и поводырь»

Цель: развитие навыков эмпатического понимания партнера по взаимодействию.

Участники тренинга делятся на пары. Один человек в паре играет роль «слепаца», а второй — «поводыря». «Поводырь» остается с открытыми глазами, а «слепец» закрывает глаза. Контакт осуществляется посредством указательных пальцев двух игроков. Участники игровой пары становятся друг против друга на расстоянии вытянутой руки и накладывают указательные пальцы правых рук (или левых) друг на друга. По команде ведущего пары начинают двигаться по комнате. «Общение» происходит только при помощи движения руки и указательного пальца. Через некоторое (приблизительно 5 минут) время пары меняются ролями.

Обсуждение. Какие чувства и ощущения вы переживали в роли «слепого» и «поводыря»? Что помогало беспрепятственному движению? Что мешало? Оцените своего «поводыря» по пятибалльной системе.

Упражнение 4 «Робот»

Цель: развитие навыков внимательного отношения к собеседнику, выстраивания структуры фразы, навыков эмпатического понимания собеседника.

Создается игровое поле — обширное пространство с разбросанными спичками. Участники разбиваются на пары («Робот» и «Оператор»). Задача «Оператора» — с помощью своего «Робота» собрать как можно больше спичек. Для этого он подает «Роботу» словесные команды, стремясь детально и точно управлять движениями его рук, ног, туловища. Задача «Робота» — беспрекословно и точно выполнять команды своего «Оператора». Глаза «робота» во время игры закрыты. «Робот» лишен собственной воли, желаний, страстей. Исход игры ему глубоко безразличен: он всего лишь послушный, безынициативный инструмент в руках «Оператора». Через 2—3 минуты «Робот» и «Оператор» меняются ролями.

Обсуждение. По завершении упражнения обсудить полученные впечатления. Уточнить у игроков: что помогало пониманию команд? Что мешало и становилось барьером в понимании? Оцените своего «Оператора» по пятибалльной системе.

Упражнение 5 «Слепой танец»

Цель: развитие навыков эмпатического понимания партнера по взаимодействию.

Танец парный (участники группы делятся на пары). Один из партнеров будет «слепым», ему завязывают глаза. Другой остается «зрячим» и может водить «слепого». Партнеры берутся за руки и танцуют друг с другом под музыку. Через 2 минуты меняются ролями.

Обсуждение. Чувствовали вы себя уверенно со своим партнером, когда у вас были завязаны глаза? Как вам больше понравилось танцевать — с открытыми глазами или с закрытыми? Почему? Оцените своего партнера по пятибалльной системе.

Упражнение 6 «Я тебя понимаю»

Цель: развитие навыков эмпатического понимания собеседника; формирование навыков понимания и выявление несоответствия вербального и невербального поведения собеседника.

Каждый член группы выбирает себе партнера и затем в течение 3—4 минут в устной форме описывает его состояние, настроение, чувства, желания в данный момент. Тот, чье состояние описывает партнер, должен подтвердить или опровергнуть их. Работа может происходить как в парах, так и в общем кругу.

Обсуждение. По завершении упражнения обсудить полученные впечатления. Ведущему необходимо обратить внимание участников

тренинга на то, что несоответствие вербального и невербального компонентов общения зачастую обуславливает непонимание собеседников, конфликтную ситуацию в общении и т. д.

Упражнение 7 «Все как один»

Цель: развитие наблюдательности, эмпатии.

Одному или двум участникам предлагается проверить свою психологическую наблюдательность. Добровольцы выходят за дверь. Ведущий просит их придумать вопросы для оставшихся в комнате. Затем он сообщает, что по возвращению в комнату, остальные участники «превратятся» в одного и того же человека. Например, все участники будут Иваном или Таней, или Машей. Задача волонтеров — определить, в кого все «превратились». Ведущий просит придумать такие вопросы, на которые можно реагировать достаточно быстро и спонтанно. Если участникам тренинга придется слишком долго думать, они рискуют выйти из роли. Ведущий просит реагировать прежде всего на вербальные реакции участников, на то, как они сидят, двигаются, смотрят, говорят, а не только на то, что они говорят. Важно помнить, что перед добровольцами стоит не логическая, а психологическая задача.

Обсуждение. По завершении упражнения необходимо провести де-ролизацию, так как было использовано психодраматическое зеркало. Каждый участник круга говорит: «Я не Иван, я такой-то» и т. д. Кроме этого, очень важно обсудить полученные впечатления. Это упражнение лучше выполняют люди, обладающие высокой наблюдательной чувствительностью и эмпатией.

Упражнение 8 «За что мы любим»

Цель: развитие эмпатического понимания собеседника, формирование представлений влияния положительного отношения собеседника на качество коммуникации.

Каждому участнику нужно взять лист бумаги, выбрать в группе человека, который по многим проявлениям импонирует ему. На листке бумаги указать пять качеств, которые особенно нравятся в этом человеке, не называя самого себя.

Обсуждение. По завершении упражнения обсудить с участниками группы полученные впечатления.

Упражнение 9 «Зеркало»

Цель: развитие навыков узнавания эмоциональных состояний собеседника.

Один человек показывает какую-либо гримасу соседу. Тот «передразнивает» его как можно точнее и передает дальше — своему соседу. «Гримаса» движется по кругу. Упражнение заканчивается, когда она возвращается к первому участнику.

Обсуждение. По завершении упражнения обсудить полученные впечатления. Каков механизм узнавания чувства? Какие мышцы задействованы? Что вы чувствуете, когда видите мимическое изображение эмоции?

Упражнение 10 «Скульптура»

Цель: развитие навыков узнавания эмоциональных состояний собеседника.

Все, кроме двух человек, выходят за дверь. Оставшиеся изображают из себя скульптуру и называют ее. Входит третий и пытается отгадать название (вернее, придумывает свое). Он достраивает скульптуру, подстраиваясь к ней в соответствии с придуманным названием.

Обсуждение. По завершении упражнения обсудить полученные впечатления. Отметить, будет ли изменяться первоначальный сюжет и название скульптуры в связи с «пристройкой» к ней других участников.

Упражнение 11 «Побег из тюрьмы»

Цель: развитие навыков эмпатического понимания собеседника, мимики, языка телодвижений.

Участники группы становятся в две шеренги лицом друг к другу. Первая шеренга будет играть преступников, вторая — их сообщников, которые пришли в тюрьму для того, чтобы устроить побег. Между ними звуконепроницаемая перегородка... За короткое время свидания каждый сообщник с помощью жестов и мимики должен «рассказать» преступнику, как он будет спасать его из тюрьмы («сообщник»).

Обсуждение. После окончания игры «преступники» рассказывают о том, правильно ли они поняли план побега. Обсуждают трудности, с которыми столкнулись участники во время игры. Обмениваются полученными впечатлениями.

Упражнение 12 «Два узника»

Цель: развитие навыков эмпатического понимания собеседника.

Все делятся на пары. Каждая пара — обвиняемые. Ведущий — судья. Обвиняемые сидят спиной друг к другу и самостоятельно обдумывают

свои показания. Возможны четыре варианта ответа: 1) виноваты оба; 2) виноват я, а не он; 3) виноват он, а не я; 4) оба невиновны.

Затем каждый рассказывает судье на ухо свой вариант решения задания. Если показания совпадают, то им дается меньший срок. Варианты вердиктов: 1) большой срок, но меньше, чем для одного человека; 2) и 3) отпускают другого, а тебя сажают на большой срок, или наоборот; 4) маленький срок каждому. Затем можно поменяться парами.

Обсуждение. По завершении упражнения обсудить полученные впечатления. Что помогало партнерам чувствовать, понимать и предугадывать ответ другого?

Упражнение 13 «От сумы да от тюрьмы...»

Цель: развитие навыков эмпатического понимания собеседника.

Ведущий: «Давайте вообразим себе ситуацию, когда вам придется выбирать между тюрьмой и сумой — не в прямом смысле, конечно, а в тренинговом. Передо мной на столике вперемешку лежат карточки, на одной части которых — символическое изображение тюремной решетки, а на другой — изображение протянутой руки нищего. Вам нужно выбрать либо ту, либо другую карточку. Каков же будет у нас смысл этой альтернативы? Сейчас разьясню.

Но прежде немного пофилософствуем. Как бы парадоксально это ни звучало, но каждый из нас практически в любой момент жизни является нищим, ожидающим подаяния, и подсудимым, ожидающим приговора. Нищим — потому что нам почти всегда не хватает признания наших заслуг и достоинств и мы хотели бы получить “поглаживания” от окружающих в форме комплиментов, восхищения, разнообразных знаков внимания, подчеркивающих нашу значимость. Кто-то “нищ” постоянно и все время “ходит с протянутой рукой”, добываясь признания, похвалы, чтобы держать свою самооценку на уровне. Кто-то лишь изредка испытывает потребность в подтверждении своей значимости. А почему подсудимым? Потому, что живя среди людей, мы постоянно подвергаемся внешней оценке. Любой наш поступок, любое слово вызывают определенное отношение к нам со стороны наших партнеров по общению — положительное, отрицательное, иногда индифферентное. И в этом смысле — любое наше деяние ожидает какой-то приговор. Разница между нищим и подсудимым в том, что первый сознательно ищет положительных оценок, а второй — готов получить и отрицательный приговор.

В нашей игре человек, выбравший карточку нищего, обеспечивает себе право на три “подавания”. Он может обратиться к любым трем членам группы и услышать от каждого, какими главными достоинствами он, по их мнению, обладает. Всякая критика и даже намек на недостатки “нищего” исключаются. Ведь даже уличный попрошайка желает увидеть в своей шапке банкноту, а не булыжник.

Человек, выбравший карточку подсудимого, должен быть готов предстать перед судом и не тешить себя надеждой выслушивать исключительно дифирамбы. Но в отличие от “нищего” он может получить правдивую информацию обо всех (позитивных и негативных) своих качествах».

Более подробно о процедуре суда ведущий не распространяется и предлагает каждому сделать свой выбор. Эта часть упражнения является во многом диагностикой: она четко разделяет тех, кто готов пойти на риск и получить отрицательные оценки, и тех, кому спокойнее выслушать хвалебные оды. Чтобы избежать конформистских тенденций, необходимо каждому участнику совершить выбор индивидуально, тайно от других. Как сложится ситуация в каждой конкретной группе, предугадать сложно: может оказаться, что большинство участников предпочтут стать «нищими», но не исключено, что почти все готовы будут «пойти под суд».

Ведущий: «Итак, выбор сделан всеми. Теперь прошу встать тех, кто выбрал нищенскую суму. Спасибо. А теперь тех, кто предпочел скамью подсудимых. Спасибо. Начнем с “нищих”. Пусть каждый по очереди выберет троих членов группы и попросит у них “подавание”».

Начинать с «нищих» представляется более разумным в любом случае. Нужно учитывать, что при наличии большого числа «подсудимых» не все из них смогут предстать перед судом — на это может просто не хватить времени. Получение «подавания нищими» проходит быстрее, все они приобретают свою долю «поглаживаний».

Когда сбор «подаваний» закончится, ведущий объясняет дальнейшую процедуру (суд) и предупреждает, что на скамье подсудимых успеют побывать только три человека. Если желающих больше, то можно сначала выбрать прокурора, адвоката и трех судей. Эти пять человек выбираются независимо от того, кто они — «нищие» или «подсудимые». Они и определяют того, кто первым предстанет перед судом. Оставшаяся часть группы делится на «свидетелей обвинения» и «свидетелей защиты». Процедуру этого деления можно организовать,

например, таким образом: «прокурор» и «адвокат» поочередно выбирают членов своей команды. В конце концов все участники группы получают свою роль в этой игре. С начала суда у ведущего — функции независимого арбитра и секретаря.

Всем трем сторонам — «обвиняющей», «защищающей» и «судящей» — дается 15 минут на подготовку, включающую в себя необходимую расстановку мебели, создание соответствующего «судебного» антуража и продумывание содержания выступлений. Вполне естественным и оправданным представляется включение в игру некоторых псевдоюридических формальностей, таких, например, как: команда секретаря «Встать, суд идет!», обращение друг к другу подчеркнуто вежливо и на «вы», клятва выступающих на Библии говорить правду и только правду и т. п.

«Главный судья» сначала предоставляет слово «прокурору». Тот в своей речи требует признания «подсудимого» виновным, апеллируя к реальным (это важно!) фактам проявления им отрицательных качеств во время работы группы. Затем выступает «адвокат», пытаясь опровергнуть обвинения и показать «подсудимого» в лучшем свете.

После этого поочередно выступают «свидетели» обвинения и защиты. Следует заранее договориться о регламенте, допустим выступления ограничить 2 минутами. «Судьи», «прокурор» и «адвокат» могут задавать вопросы свидетелям.

Ведущему следует внимательно следить за ходом судебного процесса, чтобы прервать его в момент спада интереса к игре. Пусть лучше не все будет сказано, что хотелось, чем участники почувствуют скуку. Прервать процесс ведущий может, сообщив судьям в роли секретаря о том, что время, отведенное на процесс, истекает. Тогда предоставляется последнее слово «подсудимому», в котором он вправе выразить согласие или несогласие с выдвинутыми против него обвинениями, а возможно, и с мнением защиты. Судьи удаляются на пятиминутное совещание для вынесения приговора, в котором могут быть лишь две формулировки: виновен или невиновен. Судьям нужно решить, какая сторона — прокурорская или адвокатская — оказалась более убедительной и каких качеств — положительных или отрицательных — обнаружилось в «подсудимом» больше.

Следующий судебный процесс проходит аналогично. При желании можно заменить состав суда, но это необязательно. Бывший «подсудимый» примыкает к обвиняющей или защищающей стороне по своему желанию.

Суд может проходить так увлекательно и азартно, что время пролетает незаметно, и иногда имеет смысл не устраивать новых судилищ, а отложить их на другой день, чтобы не перегружать занятие. Но в любом случае нужно провести обсуждение всей игры «От сумы да от тюрьмы...».

Обсуждение. Необходимо предоставить всем участникам возможность отрефлексировать свои мысли и эмоции не только по поводу суда, но и по поводу «сбора подаяний». Например: Трудно ли было сделать выбор между «нищенством» и «тюрьмой»? Как прогнозировали участники результаты выбора в группе? Почему ты предпочел именно такой выбор? Сложно ли было «просить подаяния»? Понравилось ли их получать? Почему? Хотел бы ты сам оказаться на скамье подсудимых? Как ощущаешь себя в роли «обвинителя»? «Защитника»? Трудно ли было на суде в открытую обсуждать человека? Удалось ли тебе быть искренним во время этого обсуждения? Каково быть «подсудимым»?

Игра может дать всем участникам очень многое. Несмотря на некоторую гротескность игровых процедур и комическую бутафорию, содержание разговора на суде очень серьезно: речь идет о личностных характеристиках конкретного человека, которому бывает нелегко пройти судебный процесс. В то же время остальные участники учатся быть искренними и деликатными, сопереживать и давать поддержку, разбираться в себе и своих чувствах.

Упражнение 14 «Кузнец Родион»

Цель: развитие навыков активного слушания, эмпатического понимания собеседника.

Участники тренинга, объединенные в подгруппы, слушают отрывки из рассказа А. П. Чехова «Новая дача». После прослушивания они должны словами кузнеца Родиона попробовать передать слова инженера Кучерова так, как их понял, по мнению участников, Родион.

Отрывок из рассказа А. П. Чехова «Новая дача»

...В усадьбе по вечерам жгли бенгальские огни и ракеты, и мимо Обрушнова проходила па парусах лодка с красными фонариками.

Однажды утром приехала на деревню жена инженера Елена Ивановна с маленькой дочерью в коляске с желтыми колесами, на паре темно-гнедых пони.

Это было как раз в навозницу, кузнец Родион, высокий, тощий старик, без шапки, босой, с пилами через плечо, стоял около своей грязной,

безобразной телеги и, оторопев, смотрел на пони, и видно было по его лицу, что он раньше никогда не видел таких маленьких лошадей...

Елена Ивановна посматривала на избы, как бы выбирая, потом остановила лошадей около самой бедной избы, где в окнах было столько детских голов, — белокурых, темных, рыжих. Степанида, жена Родиона, полная старуха, выбежала из избы, платок у нее сполз с седой головы.

— Это твоим детям, сказала Елена Ивановна и подала ей три рубля.

Степанида вдруг заплакала и поклонилась в землю. Родион тоже повалился, показывая свою широкую коричневую лысину, и при этом едва не зацепил вилами свою жену за бок...

...Лычковы, отец и сын, захватили у себя на лугу двух рабочих лошадей, одного пони и мордатого альгаузского бычка... и вместе с рыжим Володькой, сыном кузнеца Родиона, пригнал в деревню. Позвали старосту, набрали понятых и пошли смотреть на потраву...

Вечером инженер прислал за потраву пять рублей, и обе лошади, пони и бычок, не кормленные и не поенные, возвращались домой, понуриив головы, как виноватые, точно их вели на казнь...

В деревне бабы не спали всю ночь и беспокоились. Родион тоже не спал.

— Нехорошее дело, — говорил он, ворочаясь с боку на бок и вздыхая.

— Осерчает барин, тягайся потом... Обидели барина... ох, обидели, нехорошо.

Как-то мужики, и Родион в их числе, ходили в свой лес делить покос, и, когда возвращались домой, им встретился инженер...

— Здравствуйте, братцы! — сказал он. Мужики остановились и поснимали шапки.

— Я давно уже хочу поговорить с вами, братцы, — продолжал он. — Дело вот и чем. С самой ранней весны каждый день у меня в саду и в лесу бывает ваше стадо. Все вытоптано, свиньи изрыли луг, портят в огороде, а в лесу пропал весь молодняк. Сладу нет с вашими пастухами; их просишь, а они грубят. Каждый день у меня потрава, и я ничего, я не штрафую вас, не жалуясь: между тем вы загнали моих лошадей и бычка, взяли пять рублей. Хорошо ли это? Разве это по-соседски? — продолжал он, и голос у него был такой мягкий, убедительный и взгляд не суровый. — Разве так поступают порядочные люди? Неделю назад кто-то из ваших срубил у меня в лесу два дубка. Вы перекопали дорогу в Ереснево, и теперь мне приходится делать три версты кругу. За что же вы вредите мне на каждом шагу? Что я сделал вам дурного, скажите. Бога ради? Я и жена изо всех сил стараемся жить с вами в мире и согласии,

мы помогаем крестьянам, как можем... Вы же за добро платите нам злом. Вы несправедливы, братцы. Подумайте об этом. Убедительно прошу вас, подумайте. Мы относимся к вам по-человечески, платите и вы нам тою же монетою.

Повернулся и ушел. Мужики постояли еще немного, надели шапки пошли. Родион, который понимал то, что ему говорили, не так, как нужно, а всегда как-то по-своему, вздохнул и сказал:

— Платить надо. Платите, говорит, братцы, монетой... Инженер, по-видимому, стал раздражителен, мелочен и в каждом пустяке уже видел кражу или покушение... Как нарочно, кто-то (из мужиков или босяков — неизвестно) снял с телеги новые колеса и обменял их на старые, потом, немного погодя, унесли две уздечки и клещи, и даже в деревне начался попот...

Как-то шли толпой из леса, и опять по дороге встретился инженер. Он остановился и, не поздоровавшись, глядя сердито то на одного, то на другого, начал:

— Я просил не собирать грибов у меня в парке и около двора, оставлять моей жене и детям, но ваши девушки приходят чуть свет, и потом не остается ни одного гриба. Проси вас или не проси, — это все равно. Просьба, и ласки, и убеждение, вижу, все бесполезно.

Он остановил свой негодующий взгляд на Родионе и продолжал:

— Я и жена относились к вам как к людям, как к равным, а вы? Э, да что говорить! Кончится, вероятно, тем, что мы будем вас презирать. Больше ничего не остается!

И, сделав над собой усилие, сдерживая свой гнев, чтобы не сказать еще чего-нибудь лишнего, он повернулся и пошел дальше.

Придя домой, Родион помолился, разулся и сел на лавку рядом с женой.

Да... — начал он, отдохнув. — Идем сейчас, а барин Кучеров на встречу... Да...

Вопросы ведущего тренинга: как передал слова инженера Кучерова кузнец Родион своей жене? Что он ей сказал? Попробуйте сформулировать это его словами.

Затем участникам подгрупп дается время на самостоятельную работу, по завершении которой представители подгрупп демонстрируют остальным результаты своей работы. После того, как все участники познакомят друг друга со своим завершением рассказа, ведущий читает продолжение рассказа «Новая дача».

Продолжение рассказа

— Да... — начал он, отдохнув. — Идем сейчас, а барин Кучеров навстречу... Да... Девоч чуть свет видел... Отчего, говорит, грибов не несут... жене, говорит, и детям. А потом глядит на меня и говорит: я, говорит, с женой тебя призирать буду. Хотел я ему в ноги поклониться, да сробел... Дай Бог здоровья... Пошли им, Господи...

Степанида перекрестилась и вздохнула.

— Господа добрые, простоватые... — продолжал Родион. «Призирать будем...» — при всех обещал. На старости лет... оно бы ничего... Вечно бы за них Бога молил... Пошли царица небесная...

Обсуждение. При обсуждении важно обратить внимание на то, как многозначно могут быть истолкованы собственные или чужие слова. Насколько необходимы уточнение и проверка понимания другого человека.

Упражнение 15 «Игрушки»

Цель: развитие эмпатического переживания, проективное выражение своего Я.

Тренеру необходимо иметь столько игрушек-предметов, сколько человек в группе. Это могут быть часы, ручка, мяч, ножницы, нитка, ключи, лист белой бумаги и т. д. Сначала надо дать время рассмотреть все эти предметы и возможность свободно перемещаться вокруг стола или стула, на котором они лежат. Каждый по сигналу выбирает тот предмет, который ему больше всего нравится. Теперь он «становится» этой «игрушкой».

Обсуждение. Предложите каждому участнику: 1) рассказать о себе, как об этом предмете: «Я... часы...»; 2) общий разговор между «игрушками»: «Я хотел бы поиграть...»; 3) обмен чувствами: «игрушки» говорят о том, что они заметили, почувствовали и т. д.

Упражнение 16 «Контакт глазами»

Цель: развитие навыков эмпатического понимания партнера по взаимодействию.

Участники разбиваются на пары. В течение 5 минут партнеры смотрят друг другу в глаза, стараясь понять мысли и чувства другого.

Обсуждение. Что такое эмпатия? Чем отличается эмпатия от эмоциональной идентификации? Как она проявляется в конкретных поступках человека по отношению к другим?

Упражнение 17 «Нарисуй качество»

Цель: закрепление знаний о профессиональных и личностных качествах педагога и стимулирование к их развитию.

Ведущий предоставляет участникам группы список профессиональных и личностных качеств педагога. Затем предлагает выбрать каждому участнику группы одно и нарисовать его. После рисования делается новый список качеств, которые выбрали участники группы.

Обсуждение. Почему вы выбрали именно это качество? Вы считаете, что оно есть у вас? Может вы хотели бы иметь его?

Упражнение 18 «Как ты себя сегодня чувствуешь?»

Цель: развитие навыков узнавания эмоциональных состояний собеседника или партнера по общению.

Участникам тренинга предлагаются карточки с изображением различных оттенков настроений (рис. 1). Они должны выбрать ту, которая в наибольшей степени похожа на его настроение, на настроение отца, матери, брата, сестры, друга, кошки и т. д.

Обсуждение. Почему вы выбрали именно это «настроение»? Как вы определили, что у вашего отца сегодня такое настроение? Как помочь ему его улучшить (если настроение плохое)?

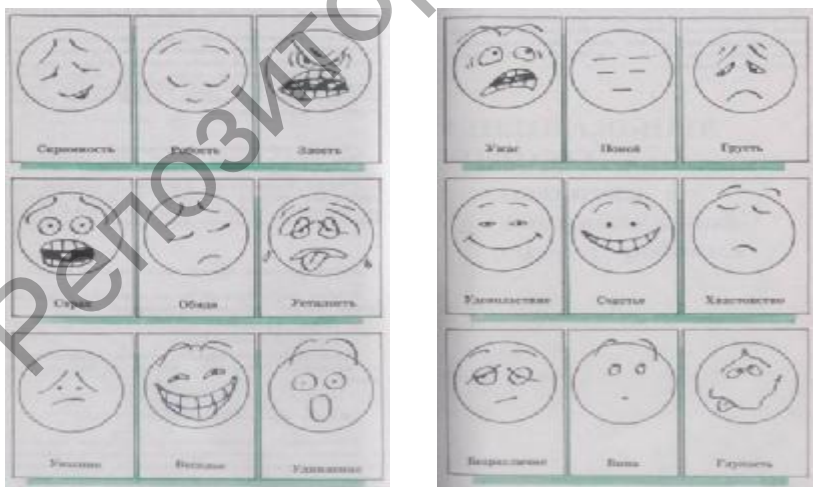


Рисунок 1 — Стимульный материал к упражнению «Как ты себя сегодня чувствуешь?»

Упражнение 19 «Классификация чувств»

Цель: развитие навыков узнавания эмоциональных состояний собеседника или партнера по общению.

Участники группы рассматривают те же карточки (см. рис.1) и раскладывают их по следующим признакам: какие нравятся, какие не нравятся.

Обсуждение. Необходимо назвать эмоции, изображенные на карточках, поговорить о том, почему участники так их разложили.

Упражнение 20 «Встреча эмоций»

Цель: развитие навыков узнавания эмоциональных состояний собеседника или партнера по общению.

Использовать разложенные на две группы карточки (что и в предыдущем упражнении) и попросить участников группы представить, как встречаются разные эмоции: та, которая нравится, и та, которая неприятна. Ведущий изображает «хорошую» эмоцию, участник группы — «плохую». Через 5—7 минут они берут карточку из противоположной кучки.

Обсуждение. Интересно понаблюдать изменение выражений лица при «встрече эмоций» — это может быть удивление, смех, отвращение и т. д. Как можно «помирить» эмоции? Какие эмоции изображать легче?

Упражнение 21 «Волшебные очки»

Цель: развитие навыков положительного эмоционального восприятия партнера по общению, эмпатии и толерантности.

Ведущий объявляет: «Я хочу показать вам волшебные очки. Тот, кто их наденет, видит только хорошее в других, даже то, что человек прячет от всех. Вот сейчас я примерю эти очки... Ой, какие вы все красивые, веселые, умные!» Подходя к каждому участнику группы, ведущий называет какое-либо его хорошее качество. «А теперь мне хочется, чтобы вы по очереди примерили эти очки и хорошенько рассмотрели своего соседа. Может быть, вы заметите то, чего раньше не замечали».

Обсуждение. По завершении упражнения обсудить полученные впечатления. Кроме того, необходимо проводить обсуждение полученных знаний и впечатлений во время всего занятия.

Упражнение 22 «Подарки»

Цель: развитие навыков эмпатического восприятия другого человека, формирование умения преподносить подарки.

Участникам группы предлагается сделать «подарки» всем другим (нарисовать, устно описать, показать и т. п.). «Подарок» — символический, это может быть что угодно: цветы, звезда с неба, вилла на необитаемом острове и т. д. Игра позволяет выразить взаимные пожелания, т. е. определить то, что мешает более полному контакту, угадать желание.

Обсуждение. Приятно ли получать подарки? Какие чувства вы испытываете при получении подарка? Приятно ли дарить подарки? Почему вы выбрали именно этот подарок для...?

Упражнение 23 «Комплименты»

Цель: развитие навыков эмпатии, формирование умения делать комплименты, создание позитивной установки у участников группы друг на друга.

Ведущий дает задание участникам тренинга: «У вас есть возможность свободно передвигаться по комнате, подходить к любому члену группы и обмениваться комплиментами, добрыми пожеланиями, похвалами. Если этот человек чем-то помог вам в процессе тренинга, поблагодарите его. Таким образом обойдите всех участников».

Обсуждение. По завершении упражнения обсудить полученные впечатления. Кроме того, необходимо проводить обсуждение полученных знаний и впечатлений во время всего занятия.

Упражнение 24 «Обзывалки»

Цель: развитие навыков узнавания эмоциональных состояний собеседника или партнера по общению, умений делать комплименты.

Участники становятся в круг и соседка слева называют разными обидными словами. Это могут быть, например, названия цветов, ягод и т. д. Каждое обращение должно обязательно начинаться так: «А ты, Марина...» Например: «А ты, Марина, вишенка». После того, как проиграла круг, в обратном порядке начинают друг другу говорить что-нибудь приятное, например: «А ты, Маша, мое солнышко (радость, бусинка и т. д.)». Упражнение будет полезно, если проводить его в быстром темпе. Перед началом следует предупредить, что это только игровое упражнение и обижаться друг на друга не надо.

Обсуждение. Что было необычного? Обиделся ли кто-либо? Что труднее: придумать название фруктов, ягод, цветов или сказать приятное слово соседу? Какие чувства вы испытывали в первой части выполнения упражнения, а какие — во второй?

2.3 Упражнения на осознание и развитие эмпатии³

Задачи: развивать навыки узнавания своих эмоциональных состояний и партнера; формировать эмпатические способности.

Упражнение 1 «Я в данный момент»

Подумайте, способны ли вы отвечать на такие вопросы: что я сейчас переживаю? Чего я в данный момент хочу? Зачем я это делаю? Если вы умеете отдавать себе в этом отчет, значит, у вас есть способность мыслить за других.

Упражнение 2 «Мои действия»

Подумайте и решите, почему в одинаковых ситуациях вы иногда действуете одним образом, а иногда — другим. Вспомните конкретные события. Нужно знать причины своих действий. Это поможет вам понимать причины действий других.

Упражнение 3 «Причины и следствия»

Вспомните имя человека, который вам неприятен. Решите, в чем здесь причина.

Упражнение 4 «Тайные мысли вслух»

Вариант 1. Вспомните случай, когда ваш собеседник отстаивал, как вам думается, совсем абсурдную точку зрения. Почему он это делал?

Вариант 2. Были ли случаи, когда вы, слушая оратора, думали, что он говорит одно, а подразумевает другое? Почему вы так думали?

Упражнение 5 «Мои наблюдения»

Если вы хотите развить свою способность понимать переживания и намерения других людей, выработайте у себя привычку наблюдать:

– обратив внимание на какого-нибудь человека, оцените его эмоциональное состояние;

– научитесь слушать других людей (попробуйте хотя бы 5 минут только кивать и «угукать» в течение чьего-то монолога, не вставляя ни слова);

³ Данный параграф содержит упражнения, предложенные Е. И. Медведской, Л. И. Митиной, Л. Н. Ружиной, Е. М. Семеновской.

– перед тем, как что-нибудь предлагать или высказать просьбу, подумайте, могут ли вам возразить;

– наблюдая за человеком, попробуйте угадать, во что этот человек будет одет в следующий раз. Проанализируйте часто, ли подтверждаются ваши прогнозы;

– когда смотрите по телевизору художественные фильмы, периодически выключайте звук. При этом старайтесь не терять нить событий. Это поможет вам развить способность идентифицировать себя с другими лицами;

– когда будете в картинной галерее, понаблюдайте за людьми, которые будут внимательно рассматривать картину изображающую: радостное событие, печальные или трагические события. Сравните поведение двух групп людей, обратив внимание на их лица, осанку, жесты, характер переговоров между ними. В чем разница?

Упражнение 6 «Моя семья»

Понаблюдайте за собой в процессе взаимодействия с близкими вам людьми, которых вы очень хорошо чувствуете. Как часто их переживания, мысли вы отождествляете со своими? Способны ли вы осуществлять самоконтроль, сохраняя позицию невовлеченного наблюдателя?

Упражнение 7 «Разведка»

Для выполнения этого задания вам нужен партнер, которым может быть абсолютно любой человек. Ваша задача: незаметно для другого узнать у него посредством диалога некие личные данные. Например: есть ли у него дома кружка с цветочком? Был ли человек отличником в школе?

Упражнение 8 «Эпитеты»

Рассматривая фотографии людей в журналах или газетах, попробуйте охарактеризовать их. Однако опишите не какие-то отдельные части лица, а дайте характеристику личности в целом. Постарайтесь подобрать не менее семи эпитетов, характеризующих характер человека и его эмоциональное состояние. Например: спокойный, уживчивый, слабый, дружелюбный, покладистый, веселый и т. д.

Упражнение 9 «Сыщик»

Наметьте себе среди учеников объект образной «слежки». Минут через пять постарайтесь выяснить, какое у «подследственного» ученика сегодня настроение и почему. Для этого обратитесь к нему с вопросом.

Например: «Петя, ты сегодня чем-то расстроен? Почему?» или «Таня, у тебя сегодня очень хорошее настроение, даже глаза горят — в чем причина?».

Упражнение 10 «Могу ли представить?»

В а р и а н т 1. Выберите себе какого-либо ученика и постарайтесь представить его в разных эмоциональных состояниях: плачущим, растерянным, обиженным, страдающим, хитрым, веселым и т. д. Прodelайте это с несколькими разными учениками. Кого было легко увидеть в различных состояниях, а кого — трудно? Почему?

В а р и а н т 2. Мысленно поэкспериментируйте со своими учениками, примеряя им разные роли: романтика, продавца на рынке, шута, королевы, ученого и т. п.

Упражнение 11 «Позитивный образ»

Закройте глаза и вспомните ученика, с которым вам трудно установить нормальные взаимоотношения. Подумайте о нем некоторое время, стараясь мысленно увидеть и услышать его. Когда появится четкий образ, откройте глаза и постарайтесь найти в действиях и характере этого ученика не менее пяти стабильных сторон или позитивных черт. Попробуйте описать его позитивным языком. Например: вместо «ленивый» — способный отказаться от завышенных требований; вместо «упрямый» — способный сказать «нет», возразить авторитетам, имеющий свою точку зрения; вместо «пугливый» — способный избегать угрожающих событий»; вместо «агрессивный» — способный реагировать на что-либо спонтанно и прямо, защитить себя и т. п.

Упражнение 12 «Построение монологов от лица другого»

Для выполнения этого упражнения вы можете использовать те случаи, которые приведены ниже. А затем перенести этот способ в непосредственные ситуации общения с другими людьми, т. е. мысленно попытайтесь построить монолог от другого лица.

1. Два человека хотят пройти через лес. Одному из них очень страшно. Что будет делать тот человек, который боится? Как он будет успокаивать другого?

2. Вы ведете ребенка в процедурный кабинет на укол. Ребенок упирается и плачет. Постройте свое обращение к нему, продумайте слова утешения.

3. Ученица на уроке отвечает невпопад. На предыдущем уроке, когда ее спрашивали, молчала. Сегодня она сказала, что к занятию готова, но отвечает неуверенно. Учитель обвиняет ее в лени. Что чувствует девочка?

2.4 Анализ художественных текстов по эмпатическому методу⁴

2.4.1 Алгоритм реализации эмпатического метода по К. Флейк-Хобсону [45]

1. *Уровень первичных реакций* (непосредственное впечатление).

Прочитай художественное произведение и зафиксируйте ваши впечатления от прочитанного.

Опишите те моменты из собственного жизненного опыта, которые помогли вам прочувствовать ваши впечатления, первую реакцию на прочитанное.

2. *Уровень эмоциональных реакций* (эмоциональное переживание).

Постарайтесь почувствовать себя в роли действующего лица в данной ситуации. Последовательно поставьте себя на место каждого из действующих лиц (художника или писателя, поэта, художественного персонажа) и проникнитесь его чувствами.

Будьте осторожны с оценками: не осуждайте, не порицайте, только описывайте свои ощущения.

Сравните собственные чувства с чувствами этих лиц. Попробуйте объяснить, в чем и почему они различны.

3. *Уровень рационального постижения.*

Определите основные, ключевые моменты в описанной ситуации.

Актуализируйте научную информацию по проблемам, затронутым в художественном произведении.

Используйте полученную информацию для осмысления рассматриваемой ситуации и объяснения поведения ее участников. Попробуйте спрогнозировать поведение каждого из них в иной ситуации. Избегайте осуждения поступков. Основывайте прогноз на всей имеющейся у вас информации.

⁴За основу взята программа развития эмпатии в юношеском возрасте М. А. Пономаревой. Используются фрагменты произведений: «Преступление и наказание» Ф. М. Достоевского; «Война и мир» Л. Н. Толстого; «Невеста», «Переполох», «Учитель словесности», «Случай из практики», «Попрыгунья» А. П. Чехова.

Подумайте, чем вы похожи на участника ситуации. Как бы вы вели себя в такой же или аналогичной ситуации? Что в вашем жизненном опыте обусловило бы именно такое поведение?

2.4.2 Стимулирующий материал для развития эмпатии

О т р ы в о к 1

Свидание Андрея и Пьера после долгой разлуки

Пьер ничего не говорил; он удивленно, не спуская глаз, смотрел на своего друга. Его поразила происшедшая перемена в князе Андрее. Слова были ласковы, улыбка была на губах и лице князя Андрея, но взгляд был потухший, мертвый, которому, несмотря на видимое желание князь Андрей мог придать радостного и веселого блеска. Не то, что похудел, побледнел, возмужал его друг; но взгляд этот и морщинка на лбу, выражавшие долгое сосредоточение на чем-то одном, поражали и отчуждали Пьера, пока он не пришли к ним.

При свидании после долгой разлуки, как это всегда бывает, разговор долго не мог установиться; они спрашивали и отвечали коротко о таких вещах, о которых они сами знали, что надо было говорить долго. Наконец разговор стал понемногу останавливаться на прежде отрывочно сказанном, но вопросам о прошедшей жизни, о планах на будущее, о путешествии Пьера, о его занятии, о войне и т. д. Та сосредоточенность и убитость, которую заметил Пьер во взгляде князя Андрея теперь выражалась еще сильнее и в улыбке, с которой он слушал Пьера, в особенности тогда, когда Пьер говорил с одушевлением радости о прошедшем или будущем. Как будто князь Андрей и желал бы, но не мог принимать участия в том, что он говорил. Пьер начинал чувствовать, что перед князем Андреем восторженность, мечты, надежды на счастье и на добро неприличны. Ему совестно было высказывать все свои новые, масонские мысли, в особенности подновленные и возбужденные в нем его последним путешествием. Он сдерживал себя, боялся быть наивным; вместе с тем ему неудержимо хотелось поскорее показать своему другу, что он был теперь совсем другой, лучший Пьер, чем тот, который был в Петербурге.

— Я не могу вам сказать, как много я пережил за это время. Я сам бы не узнал себя.

— Да, много, много мы изменились с тех пор, — сказал князь Андрей.

— Ну, а вы? — спрашивал Пьер. — Какие ваши планы?

— Планы? — иронически повторил князь Андрей. — Мои планы? — повторил он, как бы удивляясь значению такого слова. — Да вот, видишь, строюсь, хочу к будущему году переехать совсем...

Пьер молча, пристально вглядывался в состарившееся лицо Андрея.

— Нет, я спрашиваю, — сказал Пьер, но князь Андрей перебил его:

— Да что про меня говорить... Расскажи же, Расскажи про свое путешествие, про все, что ты там наделал в своих имениях?

Пьер стал рассказывать о том, что он сделал в своих имениях, стараясь как можно более скрыть свое участие в улучшениях, сделанных им. Князь Андрей несколько раз подсказывал Пьеру вперед то, что он рассказывал, как будто все то, что сделал Пьер, была давно известная история, и слушал не только не с интересом, но даже как будто стыдился за то, что рассказывал Пьер.

Пьеру стало неловко и даже тяжело в обществе своего друга. Он замолчал.

— Ну вот что, моя душа, — сказал князь Андрей, которому, очевидно, было тоже тяжело и стеснительно с гостем, — я здесь на биваках, я приехал только посмотреть. И нынче еду опять к сестре. Я тебя познакомлю с ними. Да ты, кажется, знаком, — сказал он, очевидно занимая гостя, с которым он не чувствовал теперь ничего общего. — Мы поедем после обеда. А теперь хочешь посмотреть мою усадьбу? — Они вышли и проходили до обеда, разговаривая о политических новостях и общих знакомых, как люди мало близкие друг другу. С некоторым оживлением и интересом князь Андрей говорил только об устраиваемой им новой усадьбе и постройке, но и тут в середине разговора, на подмостках, когда князь Андрей описывал Пьеру будущее расположение дома, он вдруг остановился. — Впрочем, тут нет ничего интересного, пойдем обедать и поедем. — За обедом зашел разговор о женитьбе Пьера.

— Я очень удивился, когда услышал об этом, — сказал князь Андрей.

Пьер покраснел так же, как он краснел всегда при этом, и торопливо сказал:

— Я вам расскажу когда-нибудь, как это все случилось. Но вы знаете, что это кончено, и навсегда.

— Навсегда? — сказал князь Андрей. — Навсегда ничего не бывает.

— Но вы знаете, как это все кончилось? Слышали про дуэль? — Да, ты прошел и через это.

— Одно, за что я благодарю бога, это за то, что я не убил этого человека, — сказал Пьер.

— Отчего же? — сказал князь Андрей. — Убить злую собаку даже очень хорошо.

— Нет, убить человека нехорошо, несправедливо...

— Отчего же несправедливо? — повторил князь Андрей. — То, что справедливо и несправедливо — не дано судить людям. Люди вечно заблуждались и будут заблуждаться, и ни в чем больше, как в том, что они считают справедливым и несправедливым.

— Несправедливо то, что есть зло для другого человека, — сказал Пьер, с удовольствием чувствуя, что в первый раз со времени его приезда князь Андрей оживлялся и начинал говорить и хотел высказать все то, что сделало его таким, каким он был теперь.

— А кто тебе сказал, что такое зло для другого человека? — спросил он.

— Зло? Зло? — сказал Пьер. — Мы все знаем, что такое зло для себя.

— Да, мы знаем, но то зло, которое я знаю для себя, я не могу сделать другому человеку, — все более и более оживляясь, говорил князь Андрей, видимо, желая высказать Пьеру свой новый взгляд на вещи. Он говорил по-французски. — *Je ne connais dans da vie que maux bien reels: c'est le remond et la maladie. Il n'est de bien que l'absence de maux*⁵. Жить для себя, избегая только этих двух зол, — вот вся моя мудрость теперь.

— А любовь к ближнему, а самопожертвование? — заговорил Пьер. — Нет, я с вами не могу согласиться! Жить только так, чтобы не делать зла, чтоб не раскаиваться, этого мало. Я жил так, я жил для себя и погубил свою жизнь. И только теперь, когда я живу, по крайней мере стараюсь (из скромности поправился Пьер) жить для других, только теперь я понял все счастье жизни. Нет, я не соглашусь с вами, да и вы не думаете того, что вы говорите. — Князь Андрей молча глядел на Пьера и насмешливо улыбался.

— Вот увидишь сестру, княжну Марью. С ней вы сойдетесь. — сказал он. — Может быть, ты прав для себя, — продолжал он, помолчав немного, но каждый живет по-своему: ты жил для себя и говоришь, что этим чуть не погубил свою жизнь, а узнал счастье только, когда стал жить для других. А я испытал противоположное. Я жил для славы. (Ведь что же слава? Та же любовь к другим, желание сделать для них что-нибудь, желание их похвалы.) Так я жил для других и не почти, а совсем погубил свою жизнь. И с тех пор стал спокоен, как живу для одного себя.

⁵ Я знаю в жизни только действительные несчастья: угрызение совести и болезнь. И счастье есть только отсутствие этих двух зол.

— Да как же жить для одного себя? — разгорячаясь, спросил Пьер. — А сын, сестра, отец?

— Да это все тот же я, это не другие, — сказал князь Андрей, — а другие, ближние, le prochain, как вы с княжной Марьей называете, это главный источник заблуждения и зла. Le prochain — это те киевские мужики, которым ты хочешь делать добро.

И он посмотрел на Пьера насмешливо-вызывающим взглядом. Он, видимо, вызывал Пьера.

— Вы шутите, — все более и более оживляясь, говорил Пьер. — Какое же может быть заблуждение и зло в том, что я желал (очень мало и дурно исполнил), но желал сделать добро, да и сделал кое-что? Какое же может быть зло, что несчастные люди, наши мужики, люди так же, как мы, вырастающие и умирающие без другого понятия о боге и правде, как образ и бессмысленная молитва, будут поучаться в утешительных верованиях будущей жизни, возмездия, награды, утешения? Какое же зло и заблуждение в том, что люди умирают от болезни без помощи, когда так легко материально помочь им, и я им дам лекаря, и больницу, и приют старику? И разве не ошутительное, несомненное благо, что мужик, баба с ребенком не имеют дни и ночи покоя, а я дам им отдых и досуг?.. — говорил Пьер, торопясь и шепелявя. — И я это сделал, хоть плохо, хоть немного, но сделал кое-что для этого, и вы не только меня не разуверите в том, что-то, что я сделал, хорошо, но и не разуверите, чтобы вы сами этого не думали. А главное, — продолжал Пьер, — я вот что знаю, и знаю верно, что наслаждение делать это добро — единственное верное счастье жизни.

Отрывок 2

Первый бал Наташи Ростовой

Вдруг все зашевелилось, толпа заговорила, подвинулась, опять раздвинулась, и между двух расступившихся рядов, при звуках заигравшей музыки, вошел государь. За ним шли хозяин и хозяйка. Государь шел быстро, кланяясь направо и налево, как бы стараясь скорее избавиться от этой первой минуты встречи. Музыканты играли польский, известный тогда по словам, сочиненным на него. Слова эти начинались: «Александр, Елизавета, восхищаете вы нас». Государь прошел в гостиную, толпа хлынула к дверям; несколько лиц с изменившимися выражениями поспешно прошли туда и назад. Толпа опять отхлынула от дверей гостиной,

в которой показался государь, разговаривая с хозяйкой. Какой-то молодой человек с растерянным видом наступал на дам, прося их посторониться. Некоторые дамы с лицами, выражавшими совершенную забывчивость всех условий света, портя свои туалеты, теснились вперед. Мужчины стали подходить к дамам и строиться в пары польского.

Все расступились, и государь, улыбаясь и не в такт ведя за руку хозяйку дома, вышел из дверей гостиной. За ним шли хозяин с М. А. Нарышкиной, потом посланники, министры, разные генералы, которых, не умолкая, называла Перонская. Больше половины дам имели кавалеров и шли или приготовлялись идти в польский. Наташа чувствовала, что она оставалась с матерью и Соней в числе меньшей части дам, оттесненных к стене и не взятых в польский. Она стояла, опустив свои тоненькие руки, и с мерно поднимающеюся, чуть определенной грудью, сдерживая дыхание, блестящими испуганными глазами глядела перед собой, с выражением готовности на величайшую радость и на величайшее горе. Ее не занимали ни государь, ни все важные лица, на которых указывала Перонская, — у ней была одна мысль: «Неужели так никто не подойдет ко мне, неужели я не буду танцевать между первыми, неужели меня не заметят все эти мужчины, которые теперь, кажется, и не видят меня, а ежели смотрят на меня, то смотрят с таким выражением, как будто говорят: «А! это не она, так и нечего смотреть!» Нет, это не может быть! — думала она. — Они должны же знать, как мне хочется танцевать, как я отлично танцую и как им весело будет танцевать со мною».

Звуки польского, продолжавшегося довольно долго, уже начали звучать грустно — воспоминанием в ушах Наташи. Ей хотелось плакать. Перонская отошла от них. Граф был на другом конце зала, графиня, Соня и она стояли одни, как в лесу, в этой чуждой толпе, никому не интересные и не нужные. Князь Андрей прошел с какой-то дамой мимо них, очевидно их не узнавая. Красавец Анатолий, улыбаясь, что-то говорил даме, которую он вел, и взглянул на лицо Наташи тем взглядом, каким глядят на стены. Борис два раза прошел мимо них и всякий раз отворачивался. Берг с женою, не танцевавшие, подошли к ним.

Наташе показалось оскорбительным это семейное сближение здесь, на бале, как будто не было другого места для семейных разговоров, кроме как на бале. Она не слушала и не смотрела на Веру, что-то говорившую ей про свое зеленое платье.

Наконец государь остановился подле своей последней дамы (он танцевал с тремя), музыка замолкла; озабоченный адъютант набежал на

Ростовых, прося их еще куда-то посторониться, хотя они стояли у стены, и с хор раздались отчетливые, осторожные и увлекательные мерные звуки вальса. Государь с улыбкой взглянул на залу. Прошла минута — никто еще не начинал. Адъютант-распорядитель подошел к графине Безуховой и пригласил ее. Она, улыбаясь, подняла руку и положила ее, не глядя на него, на плечо адъютанта. Адъютант-распорядитель, мастер своего дела, уверенно, неторопливо и мерно, крепко обняв свою даму, пустился с ней сначала глицсадом, по краю круга, на углу залы подхватил ее левую руку, повернул ее, и из-за все убыстряющихся звуков музыки слышны были только мерные щелчки шпор быстрых и ловких ног адъютанта, и через каждые три такта на повороте как бы вспыхивало, развеваясь, бархатное платье его дамы. Наташа смотрела на них и готова была плакать, что это не она танцует этот первый тур вальса.

Князь Андрей в своем полковничьем, белом мундире (по кавалерии), в чулках и башмаках, оживленный и веселый, стоял в первых рядах круга, недалеко от Ростовых. Барон Фиргоф говорил с ним о завтрашнем, предполагаемом первом заседании Государственного совета. Князь Андрей, как человек близкий Сперанскому и участвующий в работах законодательной комиссии, мог дать верные сведения о заседании завтрашнего дня, о котором ходили различные толки. Но он не слушал того, что ему говорил Фиргоф, и глядел то на государя, то на собиравшихся танцевать кавалеров, не решавшихся вступить в круг.

Князь Андрей наблюдал этих робевших при государе кавалеров и дам, замиравших от желания быть приглашенными. Пьер подошел к князю Андрею и схватил его за руку.

— Вы всегда танцуете. Тут есть моя protegee, Ростова молодая, пригласите ее, — сказал он.

— Где? — спросил Болконский. — Виноват, — сказал он, обращаясь к барону, — этот разговор мы в другом месте доведем до конца, а на бале надо танцевать. — Он вышел вперед, по направлению, которое ему указывал Пьер. Отчаянное, замирающее лицо Наташи бросилось в глаза князю Андрею. Он узнал ее, угадал ее чувство, понял, что она была начинающая, вспомнил ее разговор на окне и с веселым выражением лица подошел к графине Ростовой.

— Позвольте вас познакомить с моей дочерью, — сказала графиня, краснея.

— Я имею удовольствие быть знакомым, ежели графиня помнит меня, — сказал князь Андрей с учтивым и низким поклоном, совер-

шенно противоречащим замечаниям Перонской о его грубости, подходя к Наташе и заноса руку, чтоб обнять ее талию еще прежде, чем он договорил приглашение на танец. Он предложил ей тур вальса. То замирающее выражение лица Наташи, готовое на отчаяние и на восторг, вдруг осветилось счастливою, благодарною, детскою улыбкой.

«Давно я ждала тебя», — как будто сказала эта испуганная и счастливая девочка своей просиявшей из-за готовых слез улыбкой, поднимая свою руку на плечо князя Андрея. Они были вторая пара, вошедшая в круг. Князь Андрей был одним из лучших танцоров своего времени. Наташа танцевала превосходно. Ножки ее в бальных атласных башмачках быстро, легко и независимо от нее делали свое дело, а лицо ее сияло восторгом счастья. Ее оголенные шея и руки были худы и некрасивы в сравнении с плечами Элен. Ее плечи были худы, грудь неопределенна, руки тонки; но на Элен был уже как будто лак от всех тысяч взглядов, скользивших по ее телу, а Наташа казалась девочкой, которую в первый раз оголили и которой бы очень стыдно это было, ежели бы ее не уверили, что это так необходимо надо.

Князь Андрей любил танцевать и, желая поскорее отделаться от политических и умных разговоров, с которыми все обращались к нему, и желая поскорее разорвать этот досадный ему круг смущения, образовавшегося от присутствия государя, пошел танцевать и выбрал Наташу потому, что на нее указал ему Пьер и потому, что она первая из хорошеньких женщин попала ему на глаза; но едва он обнял этот тонкий, подвижный, трепещущий стан, и она зашевелилась так близко от него и улыбнулась так близко от него, вино ее прелести ударило ему в голову: он почувствовал себя ожившим и помолодевшим, когда, переводя дыханье и оставив ее, остановился и стал смотреть на танцующих.

Отрывок 3

Известие о гибели Пети Ростова

Кроме общего чувства отчуждения от всех людей, Наташа в это время испытывала особенное чувство отчуждения от лиц своей семьи. Все свои: отец, мать, Соня, были ей так близки, привычны, так будничны, что все их слова, чувства казались ей оскорблением того мира, в котором она жила последнее время, и она не только была равнодушна, но враждебно смотрела на них. Она слышала слова Дуняши о Петре Ильиче, о несчастьи, но не поняла их.

«Какое там у них несчастье, какое может быть несчастье? У них все свое старое, привычное и покойное», — мысленно сказала себе Наташа.

Когда она вошла в залу, отец быстро выходил из комнаты графини. Лицо его было сморщено и мокро от слез. Он, видимо, выбежал из той комнаты, чтобы дать волю давившим его рыданиям. Увидав Наташу, он отчаянно взмахнул руками и разразился болезненно судорожными всхлипываниями, исказившими его круглое, мягкое лицо.

— Пе...Петя... Поди, поди, она... она... зовет... — И он, рыдая, как дитя, быстро семеня ослабевшими ногами, подошел к стулу и упал почти на него, закрыв лицо руками.

Вдруг как электрический ток пробежал по всему существу Наташи. Что-то страшно больно ударило ее в сердце. Она почувствовала страшную боль; ей показалось, что что-то отрывается в ней и она умирает. Но вслед за болью она почувствовала мгновенно освобождение от запрета жизни, лежавшего на ней. Увидав отца и услышав из-за двери страшный, грубый крик матери, она мгновенно забыла себя и свое горе. Она подбежала к отцу, но он, бессильно махая рукой, указывал на дверь матери. Княжна Марья, бледная, с дрожащей нижней челюстью, вышла из двери и взяла Наташу за руку, говоря ей что-то. Наташа не видела, не слышала ее. Она быстрыми шагами вошла в дверь, остановилась на мгновение, как бы в борьбе самой собой, и подбежала к матери.

Графиня лежала на кресле, странно-неловко вытягиваясь, и билась головой об стену. Соня и девушки держали ее за руки.

— Наташу, Наташу!.. — кричала графиня. — Неправда, неправда... Он лжет... Наташу! — кричала она, отталкивая от себя окружающих. — Подите прочь все, неправда! Убили!.. Ха-ха-ха-ха! Неправда!

Наташа стала коленом на кресло, нагнулась над матерью, обняла ее, с неожиданной силой подняла, повернула к себе ее лицо и прижалась к ней.

— Маменька!.. Голубчик!.. Я тут, друг мой, маменька, — шептала она ей, не замолкая ни на секунду.

Она не выпускала матери, нежно боролась с ней, требовала подушки, воды, расстегивала и разрывала платье матери.

— Друг мой, голубушка... маменька, душенька, — не переставая шептала она, целуя ее голову, руки, лицо и чувствуя, как неудержимо, ручьями, щекоча ей нос и щеки, текли ее слезы.

Графиня сжала руку дочери, закрыла глаза и затихла на мгновение. Вдруг она с непривычною быстротой поднялась, бессмысленно оглянулась

и, увидав Наташу, стала из всех сил сжимать ее голову. Потом она повернула к себе ее морщившееся от боли лицо и долго вглядывалась в него.

— Наташа, ты меня любишь, — сказала она тихим, доверчивым шепотом. — Наташа, ты не обманешь меня? Ты мне скажешь правду?

Наташа смотрела на нее налитыми слезами глазами, и в лице ее была только мольба о прощении и любви.

— Друг мой, маменька, — повторяла она, напрягая все силы своей любви на то, чтобы как-нибудь снять с нее на себя излишек давившего ее горя.

И опять в бессильной борьбе с действительностью мать, отказываясь верить в то, что она могла жить, когда был убит цветущей жизнью ее любимый мальчик, спасалась от действительности в мире безумия.

Наташа не помнила, как прошел этот день, ночь, следующий день, следующая ночь. Она не спала и не отходила от матери. Любовь Наташи, упорная, терпеливая, не как объяснение, не как утешение, а как призыв к жизни, всякую секунду как будто со всех сторон обнимали графиню. На третью ночь графиня затихла на несколько минут, и Наташа закрыла глаза, облокотив голову на ручку кресла. Кровать скрипнула. Наташа открыла глаза. Графиня сидела на кровати и тихо говорила.

Отрывок 4 *Прощание Андрея с отцом*

Когда князь Андрей пошел в кабинет, старый князь в отцовских очках и в своем белом халате, в котором он никого не принимал, кроме сына, сидел за столом и писал. Он оглянулся.

— Едешь? — И он опять стал писать.

— Пришел проститься.

— Целуй сюда, — он показал щеку, — спасибо, спасибо!

— За что вы меня благодарите?

— За то, что не просрочиваешь, за бабью юбку не держишься. Служба прежде всего. Спасибо, спасибо! — И он продолжал писать, так что брызги летели с трещавшего пера. — Ежели нужно сказать что, говори. Эти два дела могу делать вместе, — прибавил он.

— О жене... Мне и так совестно, что я вам ее на руки оставляю...

— Что врешь? Говори, что нужно.

— Когда жене будет время родить, пошлите в Москву за акушером... Чтoб он тут был.

Старый князь остановился и, как бы не понимая, уставился строгими глазами на сына.

— Я знаю, что никто помочь не может, коли натура не поможет, — говорил князь Андрей, видимо смущенный. — Я согласен, что из миллиона случаев один бывает несчастный, но это ее и моя фантазия. Ей наговорили, она во сне видела, и она боится.

— Гм... гм... — проговорил про себя старый князь, продолжая дописывать. — Сделаю.

Он расчеркнул подпись, вдруг быстро повернулся к сыну и засмеялся. — Плохо дело, а?

— Что плохо, батюшка?

— Жена! — коротко и значительно сказал старый князь.

— Я не понимаю, — сказал князь Андрей.

— Да нечего делать, дружок, — сказал князь, — они все такие, не разжениться. Ты не бойся, никому не скажу; а ты сам знаешь.

Он схватил его за руку своею костяною маленькою кистью, потряс ее, взглянул прямо и лицо сына своими быстрыми глазами, которые, как казалось, насквозь видели человека, и опять засмеялся своим холодным смехом.

Сын вздохнул, признаваясь этим вздохом в том, что отец понял его. Старик, продолжая складывать и печатать письма с своею привычною быстротой, схватывал и бросал сургуч, печать и бумагу.

— Что делать? Красива! Я все сделаю. Ты будь покоен, — говорил он отрывисто во время печатания.

Андрей молчал: ему и приятно, и неприятно было, что отец понял его. Старик встал и подал письмо сыну.

— Слушай, сказал он, — о жене не заботься: что возможно сделать, то будет сделано. Теперь слушай: письмо Михаилу Иларионовичу отдай. Я пишу, чтоб он тебя в хорошие места употреблял и долго адъютантом не держал: скверная должность! Скажи ты ему, что я его помню и люблю. Да напиши, как он тебя примет. Коли хорош будет, служи. Николая Андреевича Болконского сын из милости служить ни у кого не будет. Ну, теперь поди сюда.

Он говорил такую скороговоркой, что не доканчивал половины слов, но сын привык понимать его. Он подвел сына к бюро, откинул крышку, выдвинул ящик и вынул исписанную его крупным, длинным и сжатым почерком тетрадь.

— Должно быть, мне прежде тебя умереть. Знай, тут мои записки, их государю передать после моей смерти. Теперь здесь вот ломбардный билет и письмо: это премия тому, кто напишет историю суворовских

войн. Передать в академию. Здесь мои ремарки, после меня читай для себя, найдешь пользу.

Андрей не сказал отцу, что, верно, он проживет еще долго. Он понимал, что этого говорить не нужно.

— Все исполню, батюшка, — сказал он.

— Ну, теперь прощай! — Он дал поцеловать сыну свою руку и обнял его. Помни одно, князь Андрей: коли тебя убьют, мне, старику, больно будет... — Он неожиданно замолчал и вдруг крикливым голодом продолжал: — А коли узнаю, что ты повел себя не как сын Николай Болконского, мне будет... стыдно! — взвизгнул он.

— Этого вы могли бы не говорить мне, батюшка, — улыбаясь, сказал сын.

Старик замолчал.

— Еще я хотел просить вас, — продолжал князь Андрей, — ежели меня убьют и ежели у меня будет сын, не отпускайте его от себя, как я вам вчера говорил, чтоб он им рос у вас... пожалуйста.

— Жене не отдавать? — сказал старик и засмеялся.

Они молча стояли друг против друга. Быстрые глаза старика прямо были устремлены в глаза сына. Что-то дрогнуло в нижней части лица старого князя.

— Простились... ступай! — вдруг сказал он. — Ступай! — закричал он сердитым и громким голосом, отворяя дверь кабинета.

— Что такое, что? — спрашивали княгиня и княжна, увидев князя Андрея и на минуту высунувшуюся фигуру кричавшего сердитым голосом старика в белом халате, без парика и в стариковских очках.

Князь Андрей вздохнул и ничего не ответил.

О т р ы в о к 5

Знакомство с Соней Мармеладовой

В эту минуту дверь тихо отворилась, и в комнату, робко озираясь, вошла одна девушка. Все обратились к ней с удивлением и любопытством. Раскольников не узнал ее с первой взгляда. Это была Софья Семеновна Мармеладова. Вчера видел он ее в первый раз, но в такую минуту, при такой обстановке и в таком костюме, что в памяти его отразился образ совсем другого лица. Теперь это была скромно и даже бедно одетая девушка, очень еще молоденькая, почти похожая на девочку, с скромною

и приличною манерой, с ясным, но как будто несколько запуганным лицом. На чей было очень простенькое домашнее платьице, на голове старая, прежнего фасона шляпка; только в руках был, по-вчерашнему, зонтик. Увидав неожиданно полную комнату людей, она не то что сконфузилась, но совсем потерялась, оробела, как маленький ребенок, и даже сделала было движение уйти назад.

— Ах... это вы? — сказал Раскольников в чрезвычайном удивлении и вдруг сам смутился.

Ему тотчас же представилось, что мать и сестра знают уже вскользь, по письму Лужина, о некоторой девице «отъявленного» поведения. Сейчас только он протестовал против клеветы Лужина и упомянул, что видел эту девицу в первый раз, и вдруг она входит сама. Вспомнил тоже, что несколько не протестовал против выражения: «отъявленного поведения». Все это неясно и мигом скользнуло в его голове. Но, взглянув пристальнее, он вдруг увидел, что это приниженное существо до того уже принижено, что ему вдруг стало жалко. Когда же она сделала было движение убежать от страха, — в нем что-то как бы перевернулось.

— Я вас совсем не ожидал, — заторопился он, останавливая ее взглядом. — Сделайте одолжение, садитесь. Вы, верно, от Катерины Ивановны. Позвольте, не сюда, вот тут сядьте...

— При входе Сони Разумихин, сидевший на одном из трех стульев Раскольникова, сейчас подле двери, привстал, чтобы дать ей войти. Сначала Раскольников казал было ей место в углу дивана, где сидел Зосимов, но, вспомнив, что этот диван был слишком фамильярное место и служит ему постелью, поспешил указать ей на стул Разумихина.

— А ты садись здесь, — сказал он Разумихину, сажая его и угол, где сидел Зосимов.

Соня села, чуть не дрожа от страха, и робко взглянула на обеих дам. Видно было, что она и сама не понимала, как могла она сесть с ними рядом. Сообразив это, она до того испугалась, что вдруг опять встала и в совершенном смущении обратилась к Раскольникову.

— Я... я... зашла на одну минуту, простите, что вас обеспокоила, — заговорила она, запинаясь. — Я от Катерины Ивановны, а ей послать было некого... А Катерина Ивановна приказала вас очень просить быть завтра на отпевании, утром... за обедней... на Митрофаниевском, а потом у нас.. у ней... откушать... Честь ей сделать ... Она велела просить.

Соня запнулась и замолчала.

— Постараюсь непременно... непременно, — отвечал Раскольников, встав тоже и тоже запинаясь, и не договаривая... — Сделайте одолжение, сядите, — сказал он вдруг, — мне надо с вами поговорить. Пожалуйста, вы, может быть, торопитесь, сделайте одолжение, подарите мне две минуты...

И он подвинул ей стул. Соня опять села и опять робко, потерянно, поскорей взглянула на обеих дам и вдруг потупилась.

Бледное лицо Раскольникова вспыхнуло; его как будто всего пере-дернуло; глаза загорелись.

— Маменька, — сказал он твердо и настойчиво, — это Софья Семеновна Мармеладова, дочь того самого несчастного господина Мармеладова, которого вчера в моих глазах раздавили лошади и о котором я уже вам говорил...

Пульхерия Александровна взглянула на Соню и слегка прищурилась. Несмотря на все свое замешательство перед настойчивым и вызывающим взглядом Роди, она никак не могла отказать себе в этом удовольствии. Дунечка серьезно, пристально уставилась прямо в лицо бедной девушки и с недоумением ее рассматривала. Соня, услышав рекомендацию, подняла было глаза опять, но смутилась еще более прежнего.

— Я хотел вас спросить, — обратился к ней поскорей Раскольников, — как это у вас сегодня устроилось? Не обеспокоили ли вас ... например, от полиции?

— Нет-с, все прошло... Ведь уж слишком видно, отчего смерть была; не беспокоили; только вот жильцы сердятся.

— Отчего?

— Что тело долго стоит... ведь теперь жарко, дух... так что сегодня, к вечерне, на кладбище перенесут, до завтра, в часовню. Катерина Ивановна сперва не хотела, а теперь и сама видит, что нельзя...

— Так сегодня?

— Она просит вас сделать нам честь на отпевании в церкви быть завтра, а потом уж к ней прибыть, на поминки.

— Она поминки устраивает?

— Да-с, закуску; она вас очень велела благодарить, что вы вчера помогли нам... без вас совсем бы нечем похоронить. — И губы и подбородок ее вдруг запрыгали, но она скрепилась и удержалась, поскорей опять опустив глаза в землю.

Между разговором Раскольников пристально ее разглядывал. Это было худенькое, совсем худенькое и бледное личико, довольно неправильное, какое-то востренькое, с востреньким маленьким носом и подбородком.

Ее даже нельзя было назвать и хорошенькою, но зато голубые глаза ее были такие ясные, и, когда оживлялись они, выражение лица ее становилось такое доброе и простодушное, что невольно привлекало к ней. В лице ее, да и во всей ее фигуре, была сверх того одна особенная характерная черта: несмотря на свои восемнадцать лет, она казалась почти еще девочкой, гораздо моложе своих лет, совсем почти ребенком, и это иногда даже смешно проявлялось в некоторых ее движениях.

Отрывок б

Прощание Раскольников с матерью

В тот же день, но уже вечером, часу в седьмом, Раскольников подходил к квартире матери и сестры своей — к той самой квартире в доме Бакалеева, где устроил их Разумихин. Вход на лестницу был с улицы. Раскольников подходил, все еще сдерживая шаг и как бы колеблясь: войти или нет? Но он бы не воротился ни за что; решение его было принято. «К тому же все равно, они еще ничего не знают, — думал он, — а меня уже привыкли считать за чудака...» «Костюм его был ужасен: все грязное, пробывшее всю ночь под дождем, изорванное, истрепанное. Лицо его было почти обезображено от усталости, непогоды, физического утомления и чуть не суточной борьбы с самим собою. Всю эту ночь провел он один, бог знает где. Но, по крайней мере, он решился.

Он постучал в дверь; ему отперла мать. Дунечки дома не было. Даже и служанки на ту пору не случилось. Пульхерия Александровна сначала онемела от радостного изумления; потом схватила его за руку и потащила в комнату.

— Ну вот и ты! — начала она, запинаясь от радости. — Не сердись на меня. Родя, что я тебя так глупо встречаю, со слезами: это я смеюсь, а не плачу. Ты думаешь, я плачу? Нет, это я радуюсь, а уж у меня глупая привычка такая: слезы текут. Это у меня со смерти твоего отца, от всего плачу. Садись, голубчик, устал, должно быть, вижу. Ах, как ты испачкался.

— Я под дождем вчера был, мамаша... — начал было Раскольников.

— Да нет же, нет! — вскинулась Пульхерия Александровна, перебивая его, — ты думал, я тебя так сейчас и допрашивать начну, по бабьей прежней привычке, не тревожся. Я ведь понимаю, все понимаю, теперь я уж выучилась по-здешнему и, право, сама вижу, что здесь, умнее. Я раз навсегда рассудила: где мне понимать твои соображения и требовать у

тебя отчетов? У тебя, может быть, и бог знает какие дела и планы в голове, или мысли там какие-нибудь зарождаются; так мне тебя и толкать под руку: об чем, дескать, думаешь? Я вот... Ах господи! Да что же это я толкусь туда и сюда, как угорелая... Я вот, Родя, твою статью в журнале читаю уже в третий раз, мне Дмитрий Прокофьич принес. Так я и ахнула, как увидела: вот дура-то, думаю про себя, вот он чем занимается, вот и разгадка вещей! У него, может, новые мысли в голове, на ту пору; он их обдумывает, я его мучаю и смущаю. Читаю, друг мой, и, конечно, много не понимаю; да оно, впрочем, так и должно быть: где мне?

— Покажите-ка, мамаша.

Раскольников взял газетку и мельком взглянул на свою статью. Как ни противоречило это его положению и состоянию, но он ощутил то странное и язвительно-сладкое чувство, какое испытывает автор, в первый раз видящий себя напечатанным, к тому же и двадцать три года сказались. Это продолжалось одно мгновение. Прочитав несколько строк, он нахмурился, и страшная тоска сжала его сердце. Вся его душевная борьба последних месяцев напомнилась ему разом. С отвращением и досадой отбросил он статью на стол.

— Но только, Родя, как я ни глупа, но все-таки я могу судить, что ты весьма скоро будешь одним из первых людей, если не самым первым в нашем ученом мире. И смели они про тебя думать, что ты помещался. Ха-ха-ха! Ты не знаешь — ведь они это думали! Ах, низкие червяки, да где им понимать, что такое ум! И ведь Дунечка тоже чуть не верила — каково! Покойник отец твой два раза отсылал в журналы — сначала стихи (у меня и тетрадка хранится, я тебе когда-нибудь покажу), а потом уж и целую повесть (я сама выпросила, чтоб он дал мне переписать), и уж как мы молились оба, чтобы приняли, — не приняли! Я, Родя, дней шесть-семь назад убивалась, смотря на твое платье, как ты живешь, что ешь и в чем ходишь. А теперь вижу, что опять-таки глупа была, потому захочешь, все теперь себе сразу достанешь, умом и талантом. Это ты покамест, значит, не хочешь теперь и гораздо важнейшими делами занимаешься...

— Дуни дома нет, мамаша?

— Нету, Родя. Очень часто ее дома не вижу, оставляет меня одну. Дмитрий Прокофьич, спасибо ему, заходит со мной посидеть и все об тебе говорит. Любит он тебя и уважает, мой друг. Про сестру же не говорю, чтоб она уж так очень была ко мне непочтительна. Я ведь не жалуясь. У ней свой характер, у меня свой; у ней свои тайны какие-то

завелись; ну у меня тайн от вас нет никаких. Конечно, я твердо уверена, что Дуня слишком умна и, кроме того, и меня и тебя любит... но уж не знаю, к чему все это приведет. Вот ты меня осчастливил теперь, Родя, что зашел, а она-то вот и прогуляла; придет, я и скажу: а без тебя брат был, а ты где изволила время проводить? Ты меня, Родя, очень-то и не балуй: можно тебе — зайди, нельзя — нечего делать, и так подожду. Ведь я все-таки буду знать, что ты меня любишь, с меня и того довольно. Буду вот твои сочинения читать, буду про тебя слышать ото всех, а нет-нет — и сам зайдешь проведать, чего ж лучше? Ведь вот зашел же теперь, чтоб утешить мать, я ведь вижу...

Тут Пульхерия Александровна вдруг заплакала.

— Опять я! Не гляди на меня, дуру! Ах господи, да что ж я сижу, — вскричала она, срываясь с места, — ведь кофей есть, а я тебя и не потчую! Вот ведь эгоизм-то старушечий что значит. Сейчас, сейчас!

— Маменька, оставьте это, я сейчас пойду. Я не для того пришел. Пожалуйста, выслушайте меня.

Пульхерия Александровна робко подошла к нему.

— Маменька, что бы ни случилось, что бы вы обо мне ни услышали, что бы вам обо мне ни сказали, будете ли вы любить меня так, как теперь? — спросил он вдруг от полноты сердца, как бы не думая о своих словах и не взвешивая их.

— Родя, Родя, что с тобою? Да как же ты об этом спрашивать можешь! Да кто про тебя мне что-нибудь скажет? Да я и не поверю никому, кто бы ко мне ни пришел, просто прогоню.

— Я пришел вас уверить, что я вас всегда любил, и теперь рад, что мы одни, рад даже, что Дунечки нет, — продолжал он с тем же порывом, — я пришел вам сказать прямо, что хоть вы и несчастны будете, но все-таки знайте, что сын ваш любит вас теперь больше себя и что все, что вы думали про меня, что я жесток и не люблю вас, все это была неправда. Вас я никогда не перестану любить... Ну и довольно; мне казалось, что так надо сделать и этим начать...

Пульхерия Александровна молча обнимала его, прижимала к своей груди и тихо плакала.

— Что с тобой, Родя, не знаю, — сказала она наконец, — думала я все это время, что мы просто надоедаем тебе, а теперь вижу по всему, что тебе великое горе готовится, оттого ты и тоскуешь. Давно я уже предвижу это, Родя. Прости меня, что об этом заговорила; все об этом думаю и по ночам не сплю. Эту ночь и сестра твоя всю напролет в бреду про-

лежала и все о тебе вспоминала. Расслушала я что-то, а ничего не поняла. Все утро как перед казнью ходила, чего-то ждала, предчувствовала и вот дождалась! Родя, Родя, куда же ты? Едешь, что ли, куда-нибудь?

— Еду.

— Так я и думала! Да ведь и я с тобой поехать могу, если тебе надо будет. И Дуня; она тебя любит, она очень любит тебя, и Софья Семеновна, пожалуй, пусть с нами едет, если надо; видишь, я охотно ее вместо дочери даже возьму. Нам Дмитрий Прокофьевич поможет вместе собраться... но... куда же ты... едешь?

— Прощайте, маменька.

— Как! Сегодня же! — вскрикнула она, как бы теряя его навеки.

— Мне нельзя, мне пора, мне очень нужно...

— И мне нельзя с тобой?

— Нет, а вы станьте на колени и помолитесь за меня богу. Ваша молитва, может, и дойдет.

— Дай же я переkreщу тебя, благословлю тебя! Вот так, вот так. О боже, что это мы делаем!

Да, он был рад, он был очень рад, что никого не было, что они были наедине с матерью. Как бы за все это ужасное время разом размягчилось его сердце. Он упал перед нею, он ноги ей целовал, и оба, обнявшись, плакали. И она не удивлялась и не спрашивала на этот раз. Она уже давно понимала, что с сыном что-то ужасное происходит, а теперь приспела какая-то страшная для него минута.

— Родя, милый мой, первенец ты мой, — говорила она, рыдая, — вот ты теперь такой же, как был маленький, так же приходил ко мне, так же и обнимал, и целовал меня; еще когда мы с отцом жили и бедовали, ты утешал нас одним уже тем, что был с нами, а как я похоронила отца, — то сколько раз мы, обнявшись с тобой вот так, как теперь, на могилке его плакали. А что я давно плачу, то это сердце материнское беду предузнало. Я как только в первый раз увидела тебя тогда, вечером, помнишь, как мы только что приехали сюда, — то все по твоему взгляду одному угадала, так сердце у меня тогда и дрогнуло, а сегодня как отворила тебе, взглянула, ну, думаю, видно пришел час роковой. Родя, Родя, ты ведь не сейчас едешь?

— Нет.

— Ты еще придешь?

— Да... приду.

— Родя, не сердись, я и расспрашивать не смею. Знаю, что не смею, но так, два только словечка скажи мне, далеко куда ты едешь?

— Очень далеко.

— Что же там, служба какая, карьера, что ли, тебе?

— Что бог пошлет... помолитесь только за меня...

Раскольников пошел к дверям, но она ухватилась за него и отчаянным взглядом смотрела ему в глаза. Лицо ее исказилось от ужаса.

— Довольно, маменька, — сказал Раскольников, глубоко раскаиваясь, что вздумал прийти.

— Не навек? Ведь еще не навек? Ведь ты придешь, завтра придешь?

— Приду, приду, прощайте.

Отрывок 7

Признание Раскольникова в совершенном преступлении

Эта минута была ужасно похожа в его ощущении, на ту, когда он стоял за старухой, уже высвободив из петли топор, и почувствовал, что уже «ни мгновенья нельзя было терять более».

— Что с вами? — спросила Соня, ужасно обробевшая.

Он ничего не мог выговорить. Он совсем, совсем не так предполагал объявить и сам не понимал того, что теперь с ним делалось. Она тихо подошла к нему, села на постель подле и ждала, не сводя с него глаз. Сердце ее стучало и замирало. Стало невыносимо: он обернул к ней мертво-бледное лицо свое; губы его бессильно кривились, усиливаясь что-то выговорить. Ужас прошел по сердцу Сони.

— Что с вами? — повторила она, слегка от него отстраняясь.

— Ничего, Соня. Не пугайся... Вздор! Право, если рассудить, вздор, — бормотал он с видом себя не помнящего человека в бреду. — Зачем только тебя-то я пришел мучить? — прибавил он вдруг, смотря на нее. — Право. Зачем? Я все задаю себе этот вопрос, Соня...

Он, может быть, и задавал себе этот вопрос четверть часа назад, но теперь проговорил в полном бессилии, едва себя сознавая и ощущая беспрерывную дрожь во всем своем теле.

— Ох, как вы мучаетесь! — со страданием произнесла она, вглядываясь в него.

— Все вздор!.. Вот что, Соня (он вдруг отчего-то улыбнулся, как-то бледно и бессильно, секунды на две), — помнишь ты, что я вчера хотел тебе сказать?

Соня беспокойно ждала.

— Я сказал, уходя, что, может быть, прощаюсь с тобой навсегда, но что если приду сегодня, то скажу тебе... кто убил Лизавету.

Она вдруг задрожала всем телом.

— Ну так вот, я и пришел сказать.

— Так вы это в самом деле вчера... — с трудом прошептала она, — почему ж вы знаете? — быстро спросила она, как будто вдруг опомнившись.

Соня начала дышать с трудом. Лицо становилось все бледнее и бледнее.

— Знаю.

Она помолчала с минуту.

— Нашли, что ли, его? — робко спросила она.

— Нет, не нашли.

— Так как же вы про это знаете? — опять чуть слышно спросила она, и опять почти после минутного молчания.

Он обернулся к ней и пристально-пристально посмотрел на нее.

— Угадай, — проговорил он с прежнею искривленною и бессильною улыбкой.

Точно конвульсии пробежали по всему ее телу.

— Да вы... меня... что же вы меня так... пугаете? — проговорила она, улыбаясь как ребенок.

— Стало быть, я с ним приятель большой... коли знаю, — продолжал Раскольников, неотступно продолжая смотреть в ее лицо, точно уже был не в силах отвести глаз, — он Лизавету эту... убить не хотел... Он ее... убил нечаянно... Он старуху убить хотел... когда она была одна... и пришел... А тут вошла Лизавета... Он тут... и ее убил.

Прошла еще ужасная минута. Оба все глядели друг на друга.

— Так не можешь угадать-то? — спросил он вдруг, с тем ощущением, как бы бросался вниз с колокольни.

— Н-нет, — чуть слышно прошептала Соня.

— Погляди-ка хорошенько.

И как только он сказал это, опять одно прежнее, знакомое ощущение оледенило вдруг его душу: он смотрел на нее и вдруг, в ее лице, как бы увидел лицо Лизаветы. Он ярко запомнил выражение лица Лизаветы, когда он приближался к ней тогда с топором, а она отходила от него к стене, выставив вперед руку, с совершенно детским испугом в лице, точь-в-точь как маленькие дети, когда они вдруг начинают

чего-нибудь пугаться, смотрят неподвижно и беспокойно на пугающий их предмет, отстраняются назад и, протягивая вперед ручонку, готовятся заплакать. Почти то же самое случилось теперь и с Соней: так же бессильно, с тем же испугом, смотрела она на него несколько времени и вдруг, выставив вперед левую руку, слегка, чуть-чуть, уперлась ему пальцами в грудь и медленно стала подниматься с кровати, все более и более от него отстраняясь, и все неподвижнее становился ее взгляд на него. Ужас ее вдруг сообщился и ему: точно такой же испуг показался и в его лице, точно так же и он стал смотреть на нее, и почти даже с тою же детскою улыбкой.

— Угадала? — прошептал он наконец.

— Господи! — вырвался ужасный вопль из груди ее. Бессильно упала она на постель, лицом в подушки. Но через мгновение быстро приподнялась, быстро придвинулась к нему, схватила его за обе руки и, крепко сжимая их, как в тисках, тонкими своими пальцами, стала опять неподвижно, точно приклеившись, смотреть в его лицо. Этим последним, отчаянным взглядом она хотела высмотреть и уловить хоть какую-нибудь последнюю себе надежду. Но надежды не было; сомнения не оставалось никакого; все было так! Даже потом, впоследствии, когда она припоминала эту минуту, ей становилось и странно, и чудно: почему именно она так сразу увидела тогда, что нет уже никаких сомнений? Ведь не могла же она сказать, например, что она что-нибудь в этом роде предчувствовала? А между тем, теперь, только что он сказал ей это, ей вдруг показалось, что в действительности она как будто это самое и предчувствовала.

— Полно, Соня, довольно! Не мучь меня! — страдальчески попросил он.

О т р ы в о к 8

Возрождение к новой жизни

Вдруг подле него очутилась Соня. Она подошла едва слышно и села с ним рядом. Было еще очень рано, утренний холодок еще не смягчился. На ней был ее бедный, старый бурнус и зеленый платок. Лицо ее еще носило признаки болезни, похудело, побледнело, осунулось. Она приветливо и радостно улыбнулась ему, но, по обыкновению, робко протянула ему свою руку.

Она всегда протягивала ему свою руку робко, иногда даже не подавала совсем, как бы боялась, что он оттолкнет ее. Он всегда как бы с отвращением брал ее руку, всегда точно с досадой встречал ее, иногда упорно молчал во все время ее посещения. Случалось, что она трепетала и уходила в глубокой скорби. Но теперь их руки не разнимались; он мельком и быстро взглянул на нее, ничего не выговорил и опустил свои глаза в землю. Они были одни, их никто не видел. Конвойный на ту пору отворотился.

Как это случилось, он и сам не знал, но вдруг что-то как бы подхватило его и как бы бросило к ее ногам. Он плакал и обнимал ее колени. В первое мгновение она ужасно испугалась, и все лицо ее помертвело. Она вскочила с места и, задрожав, смотрела на него. Но тотчас же, в тот же миг она все поняла. В глазах ее засветилось бесконечное счастье; она поняла, и для нее уже не было сомнения, что он любит, бесконечно любит ее и что настала же наконец эта минута...

Они хотели было говорить, но не могли. Слезы стояли в их глазах. Они оба были бледны и худы; но в этих больных и бледных лицах уже сияла заря обновленного будущего, полного воскресения в новую жизнь. Их воскресила любовь, сердце одного заключало бесконечные источники жизни для сердца другого.

Они положили ждать и терпеть. Им оставалось еще семь лет; а до тех пор столько нестерпимой муки и столько бесконечного счастья! Но он воскрес, и он знал это, чувствовал вполне всем обновившимся существом своим, а она — она ведь и жила только одною его жизнью!

Вечером того же дня, когда уже заперли казармы, Раскольников лежал на нарах и думал о ней. В этот день ему даже показалось, что как будто все каторжные, бывшие враги его, уже глядели на него иначе. Он даже сам заговаривал с ними, и ему отвечали ласково. Он припомнил теперь это, но ведь так и должно было быть: разве не должно теперь все измениться?

Он думал об ней. Он вспомнил, как он постоянно ее мучил и терзал ее сердце; вспомнил ее бледное, худенькое личико, но его почти и не мучили теперь эти воспоминания: он знал, какую бесконечную любовь искупит он теперь все ее страдания.

Да и что такое эти все, все муки прошлого! Все, даже преступление его, даже приговор и ссылка, казались ему теперь, в первом порыве, каким-то внешним, странным, как бы даже и не с ним случившимся фактом. Он, впрочем, не мог в этот вечер долго и постоянно о чем-нибудь думать, сосредоточиться на чем-нибудь мыслью; да он ничего

бы и не разрешил теперь сознательно; он только чувствовал. Вместо диалектики наступила жизнь, и в сознании должно было выработаться что-то совершенно другое.

Под подушкой его лежало Евангелие. Он взял его машинально. Эта книга принадлежала ей, была та самая, из которой она читала ему о воскресении Лазаря. В начале каторги он думал, что она замучит его религией, будет заговаривать о Евангелии и навязывать ему книги. Но, к величайшему его удивлению, она ни разу не заговаривала об этом, ни разу даже не предложила ему Евангелия. Он сам попросил его у ней незадолго до своей болезни, и она молча принесла ему книгу. До сих пор он ее и не раскрывал.

Он не раскрыл ее и теперь, но одна мысль промелькнула в нем: «Разве могут ее убеждения не быть теперь и моими убеждениями? Ее чувства, ее стремления, по крайней мере...».

Она тоже весь этот день была в волнении, а в ночь даже опять захворала. Но она была до того счастлива, что почти испугалась своего счастья. Семь лет, только семь лет! В начале своего счастья, в иные мгновения, они оба готовы были смотреть на эти семь лет, как на семь дней. Он даже и знал то, что новая жизнь не даром же ему достается, что ее надо еще дорого купить, заплатить за нее великим, будущим подвигом.

Отрывок 9

Огонь любви

Какие неинтересные, незаметные дни! Неистовая игра в карты, обжорство, пьянство, постоянные разговоры все об одном. Ненужные дела и разговоры все об одном отхватывают на свою долю лучшую часть времени, лучшие силы, и в конце концов остается какая-то куца, бескрылая жизнь, какая-то чепуха, и уйти, и бежать нельзя, точно сидишь в сумасшедшем доме или в арестантских ротах!

Гуров не спал всю ночь и возмущался, и затем весь день провел с головной болью. И в следующие ночи он спал дурно, все сидел в постели и думал или ходил из угла в угол. Дети ему надоели, банк надоел, не хотелось никуда идти, ни о чем говорить.

В декабре на праздниках он собрался в дорогу и сказал жене, что уезжает в Петербург хлопотать за одного молодого человека — и уехал в С. Зачем? Он и сам не знал хорошо. Ему хотелось повидаться с Анной Сергеевной и поговорить, устроить свидание, если можно.

Приехал он в С. утром и занял в гостинице лучший номер, где весь пол был обтянут серым солдатским сукном и была на столе чернильница, серая от пыли, со всадником на лошади, у которого была поднята рука со шляпой, а голова отбита. Швейцар дал ему нужные сведения: фон Дидериц живет на Старо-Гончарной улице, в собственном доме, — это недалеко от гостиницы, живет хорошо, богато, имеет своих лошадей, его все знают в городе. Швейцар выговаривал так: Дрыдыриц.

Гуров не спеша пошел на Старо-Гончарную, отыскал дом. Как раз против дома тянулся забор, серый, длинный, с гвоздями.

«От такого забора убежишь», — думал Гуров, поглядывая то на окна, то на забор.

Он соображал: сегодня день неприсутственный и муж, вероятно, дома. Да и все равно, было бы бестактно войти в дом и смутить. Если же послать записку, то она, пожалуй, попадет в руки мужу, и тогда все можно испортить. Лучше всего положиться на случай. И он все ходил по улице и около забора и поджидал этого случая. Он видел, как в ворота вошел нищий и на него напали собаки, потом, час спустя, слышал игру на рояле; и звуки доносились слабые, неясные. Должно быть, Анна Сергеевна играла. Парадная дверь вдруг отворилась, и из нее вышла какая-то старушка, а за нею бежал знакомый белый шпиц. Гуров хотел позвать собаку, но у него вдруг забилося сердце, и он от волнения не мог вспомнить, как зовут шпица.

Он ходил, и все больше и больше ненавидел серый забор, и уже думал с раздражением, что Анна Сергеевна забыла о нем и, быть может, уже развлекается с другим, и это так естественно в положении молодой женщины, которая вынуждена с утра до вечера видеть этот проклятый забор. Он вернулся к себе в номер и долго сидел на диване, не зная, что делать, потом обедал, потом долго спал.

«Как это глупо и беспокойно, — думал он, проснувшись и глядя на темные окна: был уже вечер. — Вот и выспался зачем-то. Что же я теперь ночью буду делать?»

Он сидел на постели, покрытой дешевым серым, точно больничным, одеялом, и дразнил себя с досадой:

«Вот тебе и дама с собачкой... Вот тебе и приключение... Вот и сиди тут».

Еще утром, на вокзале, ему бросилась в глаза афиша с очень крупными буквами: шла в первый раз «Гейша». Он вспомнил об этом и поехал в театр.

«Очень возможно, что она бывает на первых представлениях», — думал он.

Театр был полон. И тут, как вообще во всех губернских театрах, был туман повыше люстры, шумно беспокоилась галерка; в первом ряду перед началом представления стояли местные франты, заложив руки назад; и тут, в губернаторской ложе, на первом месте сидела губернаторская дочь в боа, а сам губернатор скромно прятался за портьерой, и видны были только его руки; качался занавес, оркестр долго настраивался. Все время, пока публика входила и занимала места, Гуров жадно искал глазами.

Вошла и Анна Сергеевна. Она села в третьем ряду, и когда Гуров взглянул на нее, то сердце у него сжалось, и он понял ясно, что для него теперь на всем свете нет ближе, дороже и важнее человека; она, затерявшаяся в провинциальной толпе, эта маленькая женщина, ничем не замечательная, с вульгарною лорнеткой в руках, наполняла теперь всю его жизнь, была его горем, радостью, единственным счастьем, какого он теперь желал для себя; и под звуки плохого оркестра, дрянных обывательских скрипок, он думал о том, как она хороша. Думал и мечтал.

Вместе с Анной Сергеевной вошел и сел рядом молодой человек с небольшими бакенами, очень высокий, сутулый; он при каждом шаге покачивал головой и, казалось, постоянно кланялся. Вероятно, это был муж, которого она тогда в Ялте, в порыве горького чувства, обозвала лакеем. И в самом деле, в его длинной фигуре, в бакенах, в небольшой лысине было что-то лакейски-скромное, улыбался он сладко, и в петлице у него блестел какой-то ученый значок, точно лакейский номер.

В первом антракте муж ушел курить, она осталась в кресле. Гуров, сидевший тоже в партере, подошел к ней и сказал дрожащим голосом, улыбаясь насильно:

— Здравствуйте.

Она взглянула на него и побледнела, и потом еще раз взглянула с ужасом, не веря глазам, и крепко сжала в руках вместе веер и лорнетку, очевидно борясь с собой, чтобы не упасть в обморок. Оба молчали. Она сидела, он стоял, испуганный ее смущением, не решаясь сесть рядом. Запели настраиваемые скрипки и флейта, стало вдруг страшно, казалось, что из всех лож смотрят. Но вот она встала и быстро пошла к выходу; он — за ней, и оба шли бестолково, по кори-

дорам, по лестницам, то поднимаясь, то спускаясь, и мелькали у них перед глазами какие-то люди в судейских, учительских и удельных мундирах, и все со значками; мелькали дамы, шубы на вешалках, дул сквозной ветер, обдавая запахом табачных окурков. И Гуров, у которого сильно билось сердце, думал: «О господи! И к чему эти люди, этот оркестр...».

И в эту минуту он вдруг вспомнил, как тогда вечером на станции, проводив Анну Сергеевну, говорил себе, что все кончилось и они уже никогда не увидятся. Но как еще далеко было до конца!

На узкой, мрачной лестнице, где было написано «ход в амфитеатр», она остановилась.

— Как вы меня испугали! — сказала она, тяжело дыша, все еще бледная, ошеломленная. — О, как вы меня испугали! Я едва жива. Зачем вы приехали? Зачем?

— Но поймите, Анна, поймите... — проговорил он вполголоса, торопясь. — Умоляю вас, поймите...

Она глядела на него со страхом, с мольбой, с любовью, глядела пристально, чтобы покрепче задержать в памяти его черты.

— Я так страдаю! — продолжала она, не слушая его. — Я все время думала только о вас, я жила мыслями о вас. И мне хотелось забыть, забыть, но зачем, зачем вы приехали?

Повыше, на площадке, два гимназиста курили и смотрели вниз, но Гурову было все равно, он привлек к себе Анну Сергеевну и стал целовать ее лицо, щеки, руки.

— Что вы делаете, что вы делаете? — говорила она в ужасе, отстраняя его от себя. — Мы с вами обезумели. Уезжайте сегодня же, уезжайте сейчас... Заклинаю вас всем святым, умоляю... Сюда идут!

По лестнице снизу вверх кто-то шел.

— Вы должны уехать... — продолжала Анна Сергеевна шепотом. Слышите, Дмитрий Дмитрич? Я приеду к вам в Москву. Я никогда не была счастлива, я теперь несчастна и никогда, никогда не буду счастлива, никогда! Не заставляйте же меня страдать еще больше! Клянусь, я приеду в Москву. А теперь расстанемся! Мой милый, добрый, дорогой мой, расстанемся!

Она пожала ему руку и стала быстро спускаться вниз, все оглядываясь на него, и по глазам ее было видно, что она в самом деле не была счастлива... Гуров постоял немного, прислушался, потом, когда все утихло, отыскал свою вешалку и ушел из театра.

Отрывок 10

Тайные встречи

И Анна Сергеевна стала приезжать к нему в Москву. Раз в два-три месяца она уезжала из С. и говорила мужу, что едет посоветоваться с профессором насчет своей женской болезни, — и муж верил и не верил. Приехав в Москву, она останавливалась в «Славянском базаре» и тотчас же посылала к Гурову человека в красной шапке. Гуров ходил к ней, и никто в Москве не знал об этом.

Однажды он шел к ней таким образом в зимнее утро (посыльный был у него накануне вечером и не застал). С ним шла его дочь, которую хотелось ему проводить в гимназию, это было по дороге. Валил крупный мокрый снег.

— Теперь три градуса тепла, а между тем идет снег, — говорил Гуров дочери. — Но ведь это тепло только на поверхности земли, в верхних же слоях атмосферы совсем другая температура.

— Папа, а почему зимой не бывает грома?

Он объяснил и это. Он говорил и думал о том, что вот он идет на свидание, и ни одна живая душа не знает об этом и, вероятно, никогда не будет знать. У него были две жизни: одна явная, которую видели и знали все, кому это нужно было, полная условной правды и условного обмана, похожая совершенно на жизнь его знакомых и друзей, и другая — протекавшая тайно. И по какому-то странному стечению обстоятельств, быть может случайному, все, что было для него важно, интересно, необходимо, в чем он был искренен и не обманывал себя, что составляло зерно его жизни, происходило тайно от других, все же, что было его ложью, его оболочкой, и которую он прятался, чтобы скрыть правду, как, например, его службе в банка, споры в клубе, его «низшая раса», хождение с женой на юбилеи, — это было явно. И по себе он судил о других, не верил тому, что видел, и всегда предполагал, что у каждого человека под покровом тины, как под покровом ночи, проходит его настоящая, самая интересная жизнь. Каждое личное существование держится на тайне, и, быть может, отчасти поэтому культурный человек так нервно хлопочет о том, чтобы унижалась личная тайна. Проводив дочь в гимназию, Гуров отправился в «Славянский базар». Он снял шубу внизу, поднялся наверх и тихо постучал в дверь. Анна Сергеевна, одетая в его любимое серое платье, утомленная дорогой и ожиданием, поджидала его со вчерашнего вечера; она была бледна, глядела на него

и не улыбалась, и едва он вошел, как она уже припала к его груди. Точно они не виделись года два, поцелуй их был долгий, длительный.

— Ну, как живешь там? — спросил он. — Что нового?

— Погоди, сейчас скажу... Не могу.

Она не могла говорить, так как плакала. Отвернувшись от него и прижала платок к глазам.

«Ну, пускай поплачет, а я пока посижу», — подумал он и сел в кресло.

Потом он позвонил и сказал, чтобы ему принесли чаю; и потом, когда пил чай, она все стояла, отвернувшись к окну... Она плакала от волнения, от скорбного сознания, что их жизнь так печально сложилась; они видятся только тайно, скрываются от людей, как воры! Разве жизнь их не разбита?

— Ну, перестань! — сказал он.

Для него было очевидно, что эта их любовь кончится еще не скоро, неизвестно когда. Анна Сергеевна привязывалась к нему все сильнее, обожала его, и было бы невысказано сказать ей, что все это должно же иметь когда-нибудь конец; да она бы и не поверила этому.

Он подошел к ней и взял ее за плечи, чтобы приласкать, пошутить, и в это время увидел себя в зеркале.

Голова его уже начинала седеть. И ему показалось странным, что он так постарел за последние годы, так подурнел. Плечи, на которых лежали его руки, были теплы и вздрагивали. Он почувствовал сострадание к этой жизни, еще такой теплой и красивой, но, вероятно, уже близкой к тому, чтобы начать блекнуть и вянуть, как его жизнь. За что она его любит так? Он всегда казался женщинам не тем, кем был, и любили они в нем не его самого, а человека, которого создавало их воображение и которого они в своей жизни жадно искали; и потом, когда замечали свою ошибку, то все-таки любили. И ни одна из них не была с ним счастлива. Время шло, он знакомился, сходил, расставался, но ни разу не любил; было все, что угодно, но только не любовь.

И только теперь, когда у него голова стала седой, он полюбил как следует, по-настоящему — первый раз в жизни. Анна Сергеевна и он любили друг друга, как очень близкие, родные люди, как муж и жена, как нежные друзья; им казалось, что сама судьба предназначила их друг для друга, и было непонятно, для чего он женат, а она замужем; и точно это были две перелетные птицы, самец и самка, которых поймали и заставили жить в отдельных клетках. Они простили друг другу то, чего стыдились в своем прошлом, прощали все в настоящем и чувствовали, что эта их любовь изменила их обоих.

Прежде в грустные минуты он успокаивал себя всякими рассуждениями, какие только приходили ему в голову, теперь же ему было не до рассуждений, он чувствовал глубокое сострадание, хотелось быть искренним, нежным...

— Перестань, моя хорошая, — говорил он, — поплакала — и будет... Теперь давай поговорим, что-нибудь придумаем.

Потом они долго советовались, говорили о том, как избавиться себя от необходимости прятаться, обманывать, жить в разных городах, не видеться подолгу. Как освободиться от этих невыносимых пут?

— Как? Как? — спрашивал он, хватая себя за голову. — Как?

И казалось, что еще немного — и решение будет найдено, и тогда начнется новая, прекрасная жизнь; и обоим было ясно, что до конца еще далеко-далеко и что самое сложное и трудное только еще начинается.

2.5 Анализ стихотворений

Задание. Прочитайте (послушайте) внимательно приведенные ниже стихотворения и дайте ответы на следующие вопросы: в каком из стихотворений речь идет о проявлении эмпатии? Почему вы так решили? Легко ли быть эмпатичным?

Думают иные

Думают иные — те, кто звуки слышат,
Те, кто видят солнце, звезды и луну:
— Как она без зренья красоту опишет?
Как поймет без слуха звуки и весну!?

Я услышу запах и весны прохладу,
Легкий шелест листьев пальцами ловлю.
Утопая в сумрак, я пойду по саду,
И мечтать готова, и казать: люблю...

Пусть я не увижу глаз его сиянье,
Не услышу голос, ласковый, живой,

Но слова без звука — чувства трепетанье —
Я ловлю и слышу быстрою рукой.

И за ум, за сердце я любить готова,
Так, как любят запах нежного цветка.
Так, как любят в дружбе дорогое слово,
Так, как любит трепет сжатая рука.

Я умом увижу, чувствами услышу,
А мечтой привольной мир я облечу...
Каждый ли из зрячих красоту опишет,
Улыбнется ль ясно яркому лучу?

Не имею слуха, не имею зренья,
Но имею больше — чувств живых простор:
Гибким и послушным, жгучим вдохновеньем
Я соткала жизни красочный узор.

Если вас чаруют красота и звуки —
Не гордитесь этим счастьем передо мной!
Лучше протяните с добрым чувством руку,
Чтоб была я с вами, а не со стеной.

О. Скороходова

Английская народная песенка «Котята»

Два маленьких котенка поссорились в углу,
Сердитая хозяйка взяла свою метлу
И вымела из кухни дерущихся котят,
Не справившись при этом, кто прав, кто виноват.
А дело было ночью, зимою, в январе,
Два маленьких котенка озябли на дворе.
Легли они, свернувшись, на камень у крыльца,
Носы уткнули в лапки и стали ждать конца.
Но пожалилась хозяйка и отворила дверь.
«Ну что, — она спросила, — не ссоритесь теперь?»
Прошли они тихонько в свой угол на ночлег,

Со шкурки отряхнули холодный мокрый снег,
И оба перед печкой заснули сладким сном,
А выюга до рассвета шумела за окном.

перевод с англ. С. Маршака

Когда заболела нога у коня,
Тогда заболела нога у меня...
Когда у кошки болело ушко,
Мне тоже больно было немножко.

А сегодня была переменка,
Я упал —
Заболела коленка.
И вот у кровати мама стоит
И у мамы коленка болит.

Э. Машковская

В классе

Скомкали фартук холодные ручки,
Вся побледнела, дрожит баловница.
Бабушка будет печальна: у внучки
Вдруг — единица!

Смотрит учитель, как будто не веря
Этим слезам в опустившемся взоре.
Ах, единица — большая потеря!
Первое горе!

Слезка за слезкой упали, сверкая,
В белых кругах уплывает страница...
Разве учитель узнает, какая
Боль — единица?

М. Цветаева

Разными были учителя
В человеческом общежитии,
Но на них держалась земля,
Наши открытия...
Они не ожидали от нас
Непременной известности.
Но предпочитали известный запас
Порядочности и честности.

Многие морщились от болтовни,
Пустопорожной бойкости,
Личным примером учили они
Элементарной стойкости...
Имели крепкий душевный костяк,
Уважали свое призвание.
Некоторые — Заслуженные, прочие — так,
Без всякого звания.

Охраняли нас — спасибо скажи! —
В годы немыслимой сложности.
И — в большинстве! — избегали лжи
По мере возможности.

Когда постигнешь, что в личной судьбе
Не все теоремы докажутся, —
Старые учителя тебе
Такими родными покажутся!
Незримо поддерживают плечом
Птенцов своего племени.
Поговорить бы с ними — и есть о чем!
Да все как-то нет времени...

Выросли школьные тополя.
И мы живем, не теряемся:
Ныне сами — учителя,
Как умеем — стараемся...

Л. Куклин

Не одна

Мы не ели, мы не пили,
Бабу снежную лепили.

Снег февральский, слабый, слабый,
Мялся под рукой,
Но как раз для снежной бабы
Нужен нам такой.

Нам работать было жарко,
Будто нет зимы,
Будто взял февраль у марта
Теплый день займы.

Улыбаясь, как живая,
В парке, в тишине,
Встала баба снеговая
В белом зипуне.

Но темнеет — вот досада! —
Гаснет свет зари,
По домам ребятам надо,
Что не говори!

Вдруг нахмурилась Наталка,
Ей всего лет пять,
Говорит: — Мне бабу жалко,
Что ж ей тут стоять?

Скоро стихнет звон трамвая
И взойдет луна,
Будет баба снеговая
Под луной одна?!

Мы столпились возле бабы,
Думали — как быть?
Нам подружку ей хотя бы
Нужно раздобыть.

Мы не ели, мы не пили,
Бабу новую лепили.

Скоро стихнет звон трамвая
И взойдет луна,
Наша баба снеговая
Будет не одна.

А. Барто

Игра в стадо

Мы вчера играли в стадо,
И рычать нам было надо.
Мы рычали и мычали,
По-собачьи лаяли,
Не слышали замечаний
Анна Николаевны.

А она сказала строго:
— Что за шум такой у вас?
Я детей видала много,
Таких я вижу в первый раз.

Мы сказали ей в ответ:
— Никаких детей тут нет!
Мы не Пети и не Вовы,
Мы собаки и коровы!

И всегда собаки лают,
Ваших слов не понимают!
И всегда мычат коровы,
Отгоняя мух.

А она в ответ: — Да что вы?
Ладно, если вы коровы,
Я тогда — пастух!
И прошу иметь в виду:
Я коров домой веду!

А. Барто

Птенцы

В недостроенную дачу
Мы приехали весной.
Я проснулась на рассвете,
Вижу — небо надо мной.

В кухне кровля не покрыта,
В потолке у нас дыра.
Подставляем мы корыто,
Медный таз и два ведра.

Просыпаешься в грозу —
Дождик булькает в тазу,
Через щель блеснет зарница —
Над тобой грохочет гром...

А вчера влетела птица
Через крышу прямо в дом.

Обыскала я везде,
Вижу — птенчики в гнезде.

На подстилке пять птенцов,
Пять пушистых близнецов.

У детей такие рты —
Слышен писк за полверсты.

Если мать не прилетает,
Писк несется все сильней!
Что мне делать, я не знаю.
Хоть самой лететь за ней!
Вдруг от бабушки я слышу,
Что печник нам сложит печь,
А потом починит крышу,
И она не будет течь.

Что же станется с гнездом?
Как вернется птичка в дом?

Я стою и чуть не плачу —
К нам печник идет на дачу,
Он кричит издалека:
— Вы искали печника?

— Нет, — кричу ему в ответ, —
Печника искал сосед!
Там из печки дым идет,
Не почищен дымоход.

Я боялась — он вернется,
Я дошла с ним до колодца,
Проводила до угла,
С нашей дачи увела.

Вьется птичка над гнездом,
Прилетает прямо в дом.
Льется дождик с потолка,
Но птенцы растут пока.

А. Барто

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. *Агавелян, Р. О.* Умение сопереживать / Р. О. Агавелян, В. С. Агавелян // Дошкольная педагогика. — 2007. — № 12 — С. 47—50.
2. *Агеева, И. А.* Успешный учитель: тренинговые и коррекционные программы / И. А. Агеева. — СПб. : Речь, 2006. — 208 с.
3. *Ананьев, Б. Г.* О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. — 2-е изд. — СПб. : Питер, 2001. — 260 с.
4. *Бегидова, С. Н.* Педагогическая установка в профессиональной подготовке специалиста по физической культуре и спорту: детерминанты, процесс, условия : моногр. / С. Н. Бегидова, Ю. А. Иоакимиди, Л. Ф. Сельмидис. — Майкоп : [б. и.], 2006. — 122 с.
5. *Бодалев, А. А.* Личность и общение. Избранные психологические труды / А. А. Бодалев. — 2-е изд., перераб. — М. : Международ. пед. акад., 1995. — 326 с.
6. *Бойко, В. В.* Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В. В. Бойко. — М. : Филинь, 1996. — 472 с.
7. *Богословская, В. С.* Программа САН (самочувствие, активность, настроение) : пособие для психологов, соц. педагогов, воспитателей / В. С. Богословская, А. И. Янчий. — Минск : ИВЦ Минфина, 2004. — 136 с.
8. *Божович, Л. И.* Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. — М. : Просвещение, 1968. — 464 с.
9. *Бреслав, Г. М.* Психология эмоций / Г. М. Бреслав. — [б. м.] : Академия, 2006. — 544 с.
10. *Гаврилова, Т. П.* Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста : автореф. ... дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / Т. П. Гаврилова ; НИИ общей и педагогической психологии СПН СССР. — М. : [б. и.], 1977. — 23 с.
11. *Гиппенрейтер, Ю. Б.* Феномен конгруэнтной эмпатии / Ю. Б. Гиппенрейтер, Т. Д. Карягина, Е. Н. Козлова // Психологическое консультирование и психотерапия : сб. ст. / сост. А. Б. Орлов. — М. : Вопр. психологии, 2004. — С. 37—45.
12. *Грецов, А. Г.* Лучшие упражнения для развития креативности : учеб.-метод. пособие / А. Г. Грецов. — СПб. : СПбНИИ физ. культуры, 2006. — 44 с.
13. *Демидова, И. Ф.* Педагогическая психология : учеб. пособие / И. Ф. Демидова. — М : Акад. Проект ; Трикта, 2006. — 224 с.
14. *Дьяченко, М. И.* Психология высшей школы : учеб. пособие / М. И Дьяченко, Л. Я. Кандыбович. — Минск : Тесей, 1993. — 352 с.
15. *Зимняя, И. А.* Педагогическая психология : учеб. пособие / И. А. Зимняя. — Ростов н/Д : Феникс, 1997. — 480 с.
16. *Кашуба, И. В.* Развитие эмпатического потенциала студентов университета в процессе профессиональной подготовки : автореф. ... дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / И. В. Кошуба ; Магнитогор. гос. техн. ун-т им. Г. И. Носова. — Магнитогорск : [б. и.], 2004. — 24 с.
17. *Кипурова, С. Н.* Развитие эмпатии будущего учителя в процессе изучения педагогических дисциплин : автореф. ... дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / С. Н. Кипурова ; Тул. гос. ун-т им. Л. Н. Толстого. — Тула : [б. и.], 2006. — 22 с.
18. *Ковалевская, А. В.* Проблема эмпатии в философии и психологической науке / А. В. Ковалевская // Психалогія. — 2001. — № 2 (23) — С. 10—24.

19. Коваленко, Е. Г. Развитие эмпатии и аттракции будущего педагога как условий профессионального общения : автореф. ... дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / Е. Г. Коваленко ; Полтав. гос. пед. ун-т им. В. Г. Короленко. — Полтава : [б. и.], 2004. — 21 с.

20. Козлова, С. А. Дошкольная педагогика : учеб. пособие для студентов сред. учеб. заведений / С. А. Козлова, Т. А. Куликова. — М. : Академия, 2000. — 416 с.

21. Коломинский, Я. Л. Психологическая культура или психологическая цивилизация? / Я. Л. Коломинский // Психологія. — 2001. — № 3. — С. 65—69.

22. Коломинский, Я. Л. Человек: психология / Я. Л. Коломинский. — 3-е изд., перераб. и доп. — Минск : Універсітэцкае, 1998. — 287 с.

23. Кондратьева, С. В. Психолого-педагогические проблемы общения : учеб. пособие / С. В. Кондратьева. — Гродно : [б. и.], 1982. — 140 с.

24. Коптева, С. И. Самопознание личности в процессе постижения художественных текстов / С. И. Коптева // Сенсорно-перцептивные процессы в общей и педагогической психологии : метод. пособие. — Витебск, 1997. — С. 20—30.

25. Коррекционно-обучающие программы повышения уровня профессионального развития учителя : учеб. пособие / под. ред. Л. М. Митиной. — М. : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2001. — 304 с.

26. Куратору, работающему с первокурсниками : метод. пособие / сост. Л. И. Станиславчик. — Барановичи : Баранович. гос. высш. пед. колледж, 2001. — 150 с.

27. Кухарчук, А. М. Человек и его профессия : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / А. М. Кухарчук, В. В. Лях, А. Б. Широкова. — Минск : Соврем. слово, 2006. — 544 с.

28. Лабунская, В. А. Психология затрудненного общения: Теория. Методы. Диагностика. Коррекция : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В. А. Лабунская, Ю. А. Менджеричка, Е. Д. Бреус. — М. : Академия, 2001. — 288 с.

29. Лобанова, Е. А. Дошкольная педагогика : учеб.-метод. пособие / Е. А. Лобанова. — Балашов : Николаев, 2005. — 76 с.

30. Лызь, Н. А. Методика преподавания психологии : учеб. пособие / Н. А. Лызь. — Ростов н/Д : [б. и.], 2009. — 414 с.

31. Ляудис, В. Я. Методика преподавания психологии / В. Я. Ляудис. — 5-е изд. — СПб. : Лидер, 2007. — 192 с.

32. Максимец, С. М. Влияние эмпатийности на социально-психологическую адаптацию будущих учителей : автореф. ... дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / С. М. Максимец ; Южноукраин. гос. пед. ун-т им. К. Д. Ушинского. — Одесса : [б. и.], 2000. — 20 с.

33. Медведская, Е. И. Понимание мотивации учащихся педагогами с различными уровнями развития эмпатии / Е. И. Медведская // Адакцацы і выхаванне. — 2008. — № 4 — С. 48—57.

34. Мельник, Е. В. Влияние эмпатии на формирование профессиональной коммуникативной компетентности будущих педагогов психологов : автореф. ... дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / Е. В. Мельник ; Челябин. гос. пед. ун-т. — Казань : [б. и.], 2007. — 23 с.

35. Мирзаянова, Л. Ф. Общая психология в дидактических спектаклях / Л. Ф. Мирзаянова. — Барановичи : БарГУ, 2005. — 244 с.

36. Мирзаянова, Л. Ф. Подготовка к профессиональной деятельности: адаптационные тренинги : учеб.-метод. пособие / Л. Ф. Мирзаянова, Т. С. Рапшевская, Л. И. Станиславчик ; под общ. ред. Л. Ф. Мирзаяновой. — Барановичи : БарГУ, 2008. — 202 с.

37. *Мірзаянава, Л. Ф.* Урок псіхалогіі : вучэб.-метад. дапаможнік / Л. Ф. Мірзаянава. — Мн. : Бел. навука. — 2003. — 221 с.
38. *Михальченко, Г. Ф.* Формирование эмпатии у старшеклассников, ориентирующихся на педагогическую профессию [Электронный ресурс] : автореф. ... дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / Г. Ф. Михальченко. — Электрон. дан. — М. : [б. и.], 1989. — Режим доступа: <http://www.humanities.edu.ru/db/msg/48617/>.
39. *Обозов, Н. Н.* Психология межличностных отношений / Н. Н. Обозов. — Киев : Лыбедь, 1990. — 192 с.
40. *Подростковый конфликт* / сост. С. Г. Кажарская. — Минск : Красико-Принт, 2006. — 64 с.
41. *Полякова, М. Е.* Изучение способности к эмпатии у студентов-психологов [Электронный ресурс] / М. Е. Полякова. — Электрон. дан. — [Б. м.] : [б. и.], 2008. — Режим доступа: http://www.rusnauka.com/7_DN_2007/Psihologija/20502.doc.htm.
42. *Пономарева, М. А.* Психологическая диагностика личности: теория и практика / М. А. Пономарева. — Минск : Изд-во Грецова, 2008. — 240 с.
43. *Пономарева, М. А.* Роль художественной литературы в развитии эмпатии / М. А. Пономарева // Псіхалогія. — 2007. — № 4. — С. 14—20.
44. *Пономарева, М. А.* Эмпатия как профессионально значимое свойство будущего психолога / М. А. Пономарева // Актуальные проблемы профориентации и профадаптации : межвуз. сб. науч. ст. / под науч. ред. Л. Ф. Мирзаяновой, А. М. Кухарчук. — Барановичи : РИО БарГУ, 2008. — Вып. 6. — С. 110—118.
45. *Пономарева, М. А.* Эмпатия: теория, диагностика, развитие : моногр. / М. А. Пономарева. — Минск : Бестпринт, 2006. — 76 с.
46. *Практическая психология для преподавателей* / М. К. Тутушина [и др.] ; под общ. ред. М. К. Тутушиной. — М. : Филинь, 1997. — 328 с.
47. *Прокопьев, И. И.* Педагогика. Основы общей педагогики. Дидактика : учеб. пособие / И. И. Прокопьев, Н. В. Михалкович. — Минск : ТетраСистемс, 2002. — 544 с.
48. *Профессиональная ориентация учащихся* / сост. О. А. Хаткевич. — Минск : Красико-Принт, 2004. — 176 с.
49. *Психология человека от рождения до смерти* / редкол.: А. А. Реан [и др.]. — СПб. : прайм-Еврознак, 2001. — 656 с.
50. *Развиваем эмпатию* [Электронный ресурс] / сост. Н. Д. Ладанов. — Электрон. дан. — [Б. м.] : [б. и.], — 2008. — Режим доступа: <http://webcommunity.ru/359/> <http://webcommunity.ru/359/>.
51. *Рзаева, Ж. В.* Динамика формирования эмпатии у будущих педагогов-психологов в процессе вузовского обучения / Ж. В. Рзаева // Наука. Образование. Технологии — 2009 : материалы II Междунар. науч.-практ. конф., Барановичи, 10—11 сентября 2009 г. : в 2 ч., / Баранович. гос. ун-т ; редкол. : В. И. Кочурко [и др.]. — Барановичи : РИО БарГУ, 2009. — Ч. 1. — С. 77—78.
52. *Рзаева, Ж. В.* Место эмпатии в структуре профессиональных и личностных качеств педагога / Ж. В. Рзаева // Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки : сб. науч. ст. : в 2 ч. / под ред. В. Ф. Беркова. — Минск : РИВШ, 2009. — Ч. 2. — Вып. 8 (13). — С. 258—264.
53. *Рзаева, Ж. В.* Практика как показатель качества подготовки будущих специалистов / Ж. В. Рзаева // Мониторинг качества педагогического образования: теоретико-методологические основы и пути решения : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Барановичи, 21—22 марта 2007 г. / БарГУ ; редкол. : Е. И. Пономарева (гл. ред.) [и др.]. — Барановичи, 2007. — С. 150—151.

54. *Рзаева, Ж. В.* Практика как часть учебного процесса вуза направленная на формирование эмпатии / Ж. В. Рзаева // Психология и современное общество: взаимодействие как путь взаиморазвития : материалы IV Международ. науч.-практ. конф., Санкт-Петербург, 10—11 апреля 2009 г. : в 2 ч./ С-Петербург. ин-т управления и права ; редкол. В. Н. Дежкин [и др.]. — СПб. : СПбИУиП, 2009. — Ч. 2. — С. 287—289.

55. *Рзаева, Ж. В.* Развитие эмпатических способностей у будущих воспитателей детских дошкольных учреждений во время прохождения психолого-педагогической практики / Ж. В. Рзаева // Актуальные проблемы профориентации и профадаптации : межвуз. сб. науч. ст. / под науч. ред. Л. Ф. Мирзаяновой, А. М. Кухарчук. — Барановичи : РИО БарГУ, 2009. — Вып. 7. — С. 152—159.

56. *Рожина, Л. Н.* Развитие эмоционального мира личности / Л. Н. Рожина. — Минск : Універсітэцкае, 1999. — 257 с.

57. *Рожина, Л. Н.* Художественная литература в курсе психологии : метод. пособие / Л. Н. Рожина. — Минск : [б. и.], 1994. — 137 с.

58. *Рожина, Л. Н.* Художественное познание человека и развитие личности старшеклассника / Л. Н. Рожина. — Минск : МГПИ, 1993. — 147 с.

59. *Романова, Е. С.* 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы / Е. С. Романова. — СПб. : Питер, 2006. — 464 с.

60. *Рубинштейн, С. Л.* Основы общей психологии : в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. — М. : Педагогика, 1989. — 322 с. — Т. 2.

61. *Семенова, Е. М.* Тренинг эмоциональной устойчивости педагога / Е. М. Семенова. — М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. — 224 с.

62. *Сергеев, И. С.* Основы педагогической деятельности / И. С. Сергеев. — СПб. : Питер, 2004. — 316 с.

63. *Сластенин, В. А.* Педагогика : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов. — М. : Академия, 2002. — 576 с.

64. *Смирнов, С. Д.* Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / С. Д. Смирнов. — М. : Академия, 2003. — 304 с.

65. *Степанов, С. С.* Популярная психологическая энциклопедия / С. С. Степанов. — М. : Эксмо, 2005. — 672 с.

66. *Талайко, С. В.* Психология высшей школы: курс лекций : учеб-метод. пособие / С. В. Талайко. — Мозырь : Белый ветер, 2006. — 202 с.

67. *Теплов, Б. М.* Психологические вопросы художественного воспитания / Б. М. Теплов // Известия АПН РСФСР. — Вып. 11. — М. : [б. и.], 1947. — С. 7—26.

68. Философский энциклопедический словарь / гл. ред. Л. Ф. Ильичев [и др.]. — М. : Совет. энцикл., 1983. — 838 с.

69. *Щербакова, Н. А.* Эмпатические способности студентов-психологов / Н. А. Щербакова. — М. : МОДЭК, 2006. — 236 с.

70. *Юсупов, И. М.* Диагностический опросник склонности к сопереживанию / И. М. Юсупов. — Казань : Казан. гос. пед. ин-т., 1988. — 23 с.

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Введение</i>	3
Часть 1 Теоретические основы изучения и развития эмпатии	4
1.1 Генезис понятия эмпатии	4
1.2 Место эмпатии в структуре профессиональных и личностных качеств педагога	8
1.3 Особенности проявления эмпатии в студенческом возрасте	13
1.4 Диагностика эмпатии	18
1.5 Развитие эмпатии в процессе вузовского обучения	21
Часть 2 Практикум по развитию эмпатии у студентов педагогических специальностей	29
2.1 Психолого-педагогические ситуации	29
2.2 Игровые и тренинговые упражнения	34
2.3 Упражнения на осознание и развитие эмпатии	49
2.4 Анализ художественных текстов по эмпатическому методу	52
2.4.1 Алгоритм реализации эмпатического метода по К. Флейк-Хобсону	52
2.4.2 Стимулирующий материал для развития эмпатии	53
2.5 Анализ стихотворений	80
Список источников	88

Учебное издание

Рзаева Жанна Вячеславовна

**РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ
У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ
СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

Учебно-методическое пособие

Технический редактор *М. Л. Потапчик*

Корректор *И. И. Ананько*

Компьютерная верстка *О. В. Ваницкой*

Ответственный за выпуск *Е. Г. Хохол*

Подписано в печать 04.02.2010.

Формат 60 × 84 1/16. Бумага офсетная.

Гарнитура Тайме. Отпечатано на ризографе.

Усл. печ. л. 5,58. Уч.-изд. л. 4,65.

Заказ 13. Тираж 55 экз.

ЛИ 02330/0133468 от 09.02.2005

Издатель и полиграфическое исполнение:

учреждение образования

«Барановичский государственный университет»,

225404, г. Барановичи, ул. Войкова, 21.

Репозиторий Баргу

Репозиторий Баргу

Репозиторий Баргу