

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный исследовательский Томский государственный университет»

На правах рукописи



Федоров Игорь Валерьевич

**Респонзивная динамика эмпатической активности:
системно-антропологический подход**

19.00.01 – Общая психология, психология личности,
история психологии

Диссертация
на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Научный руководитель:
доктор психологических наук, доцент
Лукиянов Олег Валерьевич

Томск – 2015

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Глава 1. Транспективный анализ категории «эмпатическая активность» ...	12
1.1. Эмпатия как форма ценностно-смысловой активности	12
1.1.1. Понимание деятельностного аспекта эмпатии в традициях отечественной и зарубежной психологии	12
1.1.2. Категориальный анализ феномена эмпатии и обоснование понятия «эмпатическая активность»	28
Глава 2. Моделирование процесса перехода эмпатического потенциала в эмпатическую активность	45
2.1. Принцип соответствия в анализе эмпатической активности	45
2.1.1. Эмпатия в категориях САП. Базальные соответствия, обеспечивающие условия и возможности совместности	46
2.2. Системный анализ эмпатической активности и обоснование категории эмпатийных дефицитов	58
2.2.1. Согласованность и изолированность элементов эмпатической активности	65
Глава 3. Эмпирическое исследование маркеров эмпатической активности ...	70
3.1. Моделирование ситуации дефицитарности эмпатической активности	70
3.2. Материалы, процедуры и методики исследования респонзивной динамики эмпатической активности	72
3.2.1. Материал эмпирического исследования	74
3.2.2. Процедура эмпирического исследования	75
3.2.3. Методика психометрического исследования	76
3.2.4. Процедура моделирования инициативных фаз эмпатической активности	78
3.2.5. Процедура рефлексивного интервью	79
3.2.6. Процедура измерений КГР	79

3.3. Описание результатов. Типы эмпатической активности	86
Заключение	102
Список использованной литературы и источников	104
Приложение 1	130
Приложение 2	131

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Быстрые изменения в жизни человека, инициированные сменой технологических укладов, развитием процессов, характерных для информационного общества, сопровождающихся «обезличиванием общения» в социальных сетях, развитием «виртуальной идентичности», размыванием границ между человеком и его средой, выводит на первый план проблемы совместности, среди которых можно выделить проблему эмпатии, а точнее эмпатической активности. Можно отметить, что проблема «симпатии / эмпатии» довольно давно находится в поле зрения психологов, но никогда ранее научно обоснованные решения из области этой проблематики не были столь затребованными в социальной практике. Однако своевременность постановки этой проблемы связана не только с социальной значимостью спектра проблем, центрируемых феноменом «эмпатия», но и с развитием теоретико-методологических и парадигмальных установок, отражающих ход развития психологической науки.

Антропологизация выступает сегодня в качестве одной из выраженных тенденций развития психологического познания (Асмолов А.Г., 2002; Братусь Б.С., 1999; Василюк Ф.Е., 2011; Зинченко В.П., 2011, Ключко В.Е., 2014; Слободчиков В.И., 1995 и др.), подтверждая тем самым предсказания о переходе науки к изучению психологических феноменов в контексте «целостного человека», сделанные нашими великими предшественниками (С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев). Тем самым расширяется предметное поле психологии как науки, и, в частности, предметный план рассмотрения эмпатии как психологического феномена. Можно полагать, что расширение методологической рамки позволит преодолеть хотя бы часть противоречий, обнажившихся на тех стадиях, когда психология оперировала эмпирическими определениями эмпатии. До сих пор эмпатия выступает в зависимости от теоретических пристрастий авторов как процесс (перцептивный или эмоциональный), как состояние личности, или как

присущие ей свойство (характерное, например, для психотерапевтов). Именно это порождает смысловые разрывы, проявляющиеся в том, что перцептивный аспект эмпатии рассматривается изолированно от эмоционального, процессуальные теоретические построения оборачиваются изучением эмпатии как свойства индивидов, а эмпатическое взаимодействие интерпретируется как «умственная коммуникация».

Замысел нашего исследования включает в себя два направления поиска. Во-первых, это теоретическое осмысление эмпатии в новом методологическом формате, который определяет системный антропологический подход (Галажинский Э.В., 2012; Ключко В.Е., 2012; Краснорядцева О.М., 2013; Лукьянов О.В., 2010 и др.). Во-вторых, организация экспериментального исследования, основанного на теоретическом анализе, и направленного на изучение особенностей возникновения и проявления эмпатической активности в ситуации появления в жизненном пространстве человека других людей.

Необходимо оговорить, что в нашем исследовании речь идет не об изучении особого вида эмпатии, каковой выступает, например, предикативная эмпатия (Dymond R., 1949; Eisenberg N., 1997 и другие: Feshbach N., Kestenbaum R, Vitaglione G), понимается как свойственная людям способность предсказывать ответы в процессе восприятия друг друга в определенной ситуации. Скорее речь идет о предикативной функции эмпатии, которая опирается на интенционально-установочный (респонзивный) характер, присущий самой эмпатической активности.

Цель исследования заключается в обнаружении и фиксации перехода эмпатической активности из стадии ее простой потенциальности в стадию собственно эмпатической активности, имеющей свое проявление на психологическом и психофизиологическом уровнях.

Объект исследования: эмпатическая активность.

Предмет исследования: интенционально-установочная (респонзивная) динамика эмпатической активности.

Гипотеза исследования:

1. Эмпатическая активность представляет собой одну из форм общей активности человека, связанной с избирательным взаимодействием человека с миром (комплементарным взаимодействием), которая проявляется в сфере взаимодействия человека с другими людьми.

2. Специально организованная экспериментальная ситуация позволяет зафиксировать переход эмпатической активности из потенциальной формы ее существования в системе общей активности человека в форму собственно эмпатической активности при появлении в актуальном секторе жизненного пространства человека «значимых Других».

Задачи исследования:

1. Осуществить транспективный анализ и теоретическое обоснование категории эмпатической активности.

2. Исследовать респонзивный характер динамики эмпатической активности – преобразования потенциального психологического напряжения в актуальное.

3. Проверить возможность маркирования процессов инициации эмпатической активности.

Теоретико-методологической основой работы являются принципы психологической науки, разработанные и конкретизированные в трудах отечественных ученых:

- культурно-историческая теория Л.С. Выготского;
- принципы и положения системной антропологической психологии (Клочко В.Е., Краснорядцева О.М., Галажинский Э.В.);
- положения транстемпоральной психологии (Лукиянов О.В.).

Методы исследования.

Теоретические методы исследования:

- обзорно-аналитический метод, включающий категориальный анализ и анализ тенденций понимания феномена эмпатии (транспективный анализ);

- феноменологический анализ, подразумевающий экспликацию интенциональности и респонзивности эмпатического опыта, смыслов эмпатической активности;

Эмпирические методы исследования:

- исследование случаев (case study) переживания взаимодействия с дефицитом смысла. Эксперимент, моделирующий интернет-коммуникацию с наблюдением за динамикой психологического напряжения (изменением частоты и амплитуды КГР);

- рефлексивное интервью после участия в смоделированном взаимодействии;

- психометрическое исследование посредством теста «Методика диагностики уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко (1995).

Выборка исследования. В исследовании приняли участие 70 человек в возрасте от 19 до 24 лет. Основное разделение всей группы респондентов было произведено по принципу профессиональной ориентации. Первая группа респондентов состояла из студентов юридического факультета ТГУ, 39 человек, из них 12 мужчин и 23 женщин. Вторая группа респондентов состояла из студентов факультета психологии ТГУ, 31 человека, все женского пола.

Надежность и достоверность полученных результатов и основанных на них выводов обеспечивается методологической обоснованностью исходных положений; использованием методов исследования, адекватных цели, задачам и логике исследования, репрезентативностью выборки; применением методов качественного анализа результатов исследования.

Положения, выносимые на защиту:

1. Эмпатия является психологическим общесистемным феноменом, в функциональном плане обнаруживающимся в качестве особой (транстемпоральной) формы решения «задачи на смысл» применительно к человеку или людям, включенным (или только включаемым) в актуальный спектр жизненного пространства человека.

2. Эмпатическая активность существует в двух формах. Она постоянно присутствует в общей активности человека, связанной с избирательным взаимодействием с миром, в виде некоторого эмпатического потенциала. Этот потенциал проявляет себя в форме собственно эмпатической (ситуационно инициируемой) активности, обеспечивающей акты избирательного взаимодействия с людьми, имеющих смысл для человека в плане их возможного влияния на устойчивость развертки человеческого бытия во времени и пространстве.

3. При переходе эмпатической активности из формы «простой потенциальности» в собственно эмпатическую активность обнаруживаются характерные физиологические маркеры этого перехода, что позволяет утверждать интенционально-установочный (респонзивный) характер, присущий эмпатической активности.

Практическая новизна и значимость исследования.

Передовым рубежом современной психологии является вопрос о ценностно-смысловой активности человека. Проведенное нами исследование позволяет, не теряя из вида целостность жизни, различать ценностную (эмпатически реактивную) активность и смысловую (эмпатически инициативную) активность. Интерпретировать взаимодействие с Другим не как набор психологических компонентов (например, аффективный, когнитивный и конативный компоненты эмпатии), а как основание и форму существования человека как психологической (открытой и саморазвивающейся) системы через совместность, диалог, соответствие как воспроизводящееся основание.

Существующее состояние изученности феномена эмпатии позволяет поставить задачу разработки психологической системно-антропологической модели, дополняющей компонентное, функциональное, реактивное понимание эмпатии пониманием, основанным на принципе комплементарности, базального соответствия различных уровней организации жизни, обуславливающего избирательность восприятия и

появление смысла, то есть на основании открытости и саморазвития. Когда психологическая целостность – это не цель понимания (исследования), а его основание.

Такая модель, в свою очередь, позволяет более точно рассмотреть проблемы дефицитов эмпатии, смыслов и потенциалов эмпатии – эмпатийной инициативы и эмпатийных реакций, проблем, лежащих в основе моделирования и интерпретации различных современных образовательных, воспитательных и помогающих практик, формирования экзистенциальных компетенций, изучения многомерности оснований человеческого потенциала и ответственности.

Результаты теоретического и эмпирического исследования позволяют разработать образовательные технологии формирования эмпатической компетенции, а также технологии экспертизы, учитывающей сложность и многомерность эмпатического восприятия.

Научная новизна:

1. В процессе теоретического исследования сформулированы новые гипотезы об эмпатической активности как временном системном образовании, обеспечивающем открытость и саморазвитие человека как психологической системы. Введены категории «эмпатическая активность» и «эмпатический дефицит».

2. В процессе эмпирического исследования зафиксирован переход эмпатической активности из потенциальной формы ее существования в системе общей активности человека в форму собственно эмпатической активности при появлении другого человека и минимальных изменений в поведении другого.

3. Разработаны основы для когнитивной технологии формирования эмпатической компетенции, которая может использоваться в области психологической экспертизы текстов, коррекции познавательной активности (в частности, в работе операторов современных электронных устройств), достаточно точного определения структуры эмпатических дефицитов.

Теоретическая новизна исследования:

1. Проведенный в работе трансспективный анализ эволюции понимания эмпатии показал, что и исторически и содержательно различные аспекты ее значений (проявлений) объединяет идея эмпатии как специфической активности, системного психологического свойства, характерного для человека и обеспечивающего избирательность восприятия при взаимодействии с Другим.

2. Теоретическое исследование подтвердило, что Системно-антропологическая психология, как подход, преодолевающий субъект-объектное разделение человека и мира, позволяет изучать эмпатию не посредством выделения различных видов и компонентов эмпатии, а как интенционально-установочную (респонзивную) активность, многомерность и открытость человека в инициативах, реакциях и рефлексиях.

3. В работе введены и обоснованы новые теоретические категории:

- эмпатическая активность – соответствие различных уровней респонзивности (ответности, способности изменяться в ответ на присутствие Другого);

- эмпатические дефициты – дефициты соответствия респонзивности, выражающиеся в конкретном «количестве» и динамике инициативы, реактивности и рефлексии. Эмпатические дефициты обуславливают переход психологического потенциала взаимодействия в конкретную ситуацию совместности;

- эмпатическая компетентность – способность и готовность понимать актуальные переживания партнера по общению, способность и готовность к осуществлению подлинного соответствия в процессе коммуникаций, готовность быть в этом соответствии.

4. Начата разработка концепции комплементарного понимания эмпатии, открывающей респонзивный характер эмпатической активности. Респонзивность – изменение человека в ответ на присутствие Другого, нахождение смысла в ответе. На данном этапе исследования респонзивный

характер эмпатической активности представлен как система взаимодействующих активностей: преобразования, образования, воображения. Это в свою очередь позволяет выделять и эмпирические маркеры для различных временных масштабов психологических событий, в том числе очень быстрых событий, а так же для ситуаций, характеризующихся высокой степенью неопределенности.

Апробация и внедрение результатов исследования:

Основные результаты диссертационного исследования неоднократно докладывались на конференциях:

1. Международная научно-практическая конференция «Междисциплинарные подходы к исследованию индивидуальных различий в обучении» Interdisciplinary Approaches to the Study of Individual Differences in Learning. Томск (Россия) – Лондон (Великобритания). Национальный исследовательский Томский государственный университет, 12–14 марта 2013 года. Доклад «Изучение индивидуальных особенностей проницательности».

2. II Международная интернет-конференция. Connect – Universum – 2014. Томск, 19 мая 2014 г. Доклад «Микродинамика психологического напряжения в визуальных коммуникациях». В соавторстве с О.В. Лукьяновым, Н.В. Козловой.

3. Антропологическая психология в XXI веке: проблемы и перспективы. V Сибирский психологический форум. Томск, 3–5 октября 2013 г. Построение современной системно-антропологической модели эмпатии. В соавторстве с О.В. Лукьяновым.

Структура и объем работы: диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, выводов, библиографического списка. Общий объем диссертации составляет 135 страниц. В тексте содержится 2 таблицы, 10 рисунков. Список литературы включает 278 источников, из них 36 на иностранном языке.

ГЛАВА 1. ТРАНССПЕКТИВНЫЙ АНАЛИЗ КАТЕГОРИИ «ЭМПАТИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ»

Трансспективный анализ – это метод определения тенденций развития на основании произошедших изменений. Выявляя тенденции становления как потенции, формирующиеся в движении и в этом движении обретающие силу для своей реализации, мы реконструируем моменты, стадии, пространства, периоды, закономерности того как возможность становится действительностью (Клочко В.Е., 2010). Таким образом, мы открываем закономерности, свойственные как бытию изучаемых явлений, так и их эволюции.

1.1. Эмпатия как форма ценностно-смысловой активности

1.1.1. Понимание деятельностного аспекта эмпатии в традициях отечественной и зарубежной психологии

Очень часто современные исследователи обзор понимания эмпатии в психологии двадцатого столетия начинают с анализа вклада Карла Роджерса. Для западной психологии он придал пониманию эмпатии мощный новый импульс, предложив ее в качестве принципа жизни, проявляющегося в способе взаимодействия (соответственно и в способе работы психотерапевта, учителя и т.д.). Обосновывая свои представления об эмпатии как одном из необходимых и достаточных условий личностного развития, он использовал понятие безоценочного, принимающего понимания Другого «как если бы Ты – этот Другой» (Курпатов А.В., 2007; Алехин А.Н., 2007; Håkansson J.E., 2003).

В этом смысле для нас важна следующая цитата из работы К. Роджерса:
«Эмпатический способ общения с другой личностью имеет несколько граней.

Он подразумевает вхождение в личный мир другого и пребывание в нем «как дома». Он включает постоянную чувствительность к меняющимся переживаниям другого – к страху или гневу, или расстроганности, или стеснению, одним словом, ко всему, что испытывает он или она. Это означает временную жизнь другой жизнью, деликатное пребывание в ней без оценивания и осуждения. Это означает улавливание того, что другой сам едва осознает. Но при этом отсутствуют попытки вскрыть совершенно неосознаваемое чувство, поскольку они могут оказаться травмирующими. Это включает сообщение о ваших впечатлениях, о внутреннем мире другого, когда вы смотрите свежим и спокойным взглядом на те его элементы, которые волнуют или пугают вашего собеседника. Это подразумевает частые обращения к другому для проверки своих впечатлений и внимательное прислушивание к получаемым ответам. Вы доверенное лицо для другого, указывая на возможные смыслы переживаний другого, вы помогаете ему переживать более полно и конструктивно. Быть с другим таким способом означает на некоторое время оставить в стороне свои точки зрения и ценности, чтобы войти в мир другого без предвзятости. В некотором смысле это означает, что вы оставляете в стороне свое «я». Это могут осуществить только люди, чувствующие себя достаточно безопасно в определенном смысле: они знают, что они потеряли себя в порой странном и причудливом мире другого и что смогут успешно вернуться в свой мир, когда захотят.

Может быть, это описание делает понятным, что быть эмпатичным трудно. Это означает быть ответственным, активным, сильным, и в то же время – тонким и чутким» (Роджерс К. Эмпатия. URL: <http://www.aquarun.ru/psih/probl/probl20.html> (дата обращения: 14.04.2014)).

Обратим внимание на витающую в этом описании идею эмпатии как процесса временного соответствия. «Быть в то же время» – именно это аспект актуален в современной проблематике. Как быть и «таким», и «вот таким» в одно и то же время?

Современные теории эмпатии строятся, как правило, без учета многомерности времени жизни в подходе, в основании, хотя и на основе намерения системного понимания этого сложного явления, стремления к целостному пониманию. При этом системность часто сводится к моделированию взаимосвязи трех составляющих эмпатического переживания: когнитивного (рационального), аффективного (эмоционального) и конативного (активно-действенного) аспектов. Зачастую эмпатический опыт рассматривается как реактивный, то есть, эмпатия рассматривается как отклик на событие (образ, состояние, ситуацию), способность определенным образом воспринять и отреагировать. При переводе этих теоретических основ в практическую область модели эмпатии сводятся к комплексу практик сопереживания, сочувствия и содействия.

Мы считаем, что сегодня актуально дополнение компонентного понимания вообще и этих компонентов, в частности, модусом ответственности (респонзивности, саморазвития). Это позволит изучить эмпатийность как инициативу, «эмпатию заранее», но не исключать и другими аспектами активности, например, реактивностью и рефлексивностью. Можно проиллюстрировать такой подход аналогией с феноменом инициативной благодарности традиционно выражающейся фразой «заранее благодарен» (в отличие от «благодарен вам за то, что вы уже сделали»). В «благодарности заранее» согласуется и готовность, и ожидание одновременно. Иначе это просто вежливая фраза.

Следует признать, что существующие понимания эмпатии как системы (то есть, образования нового целого, свойства которого не сводимы к сумме частей) отклика человека на событие, не только поднимают нас над редукционистскими представлениями и моделями эмпатии, которые рассматривают эмпатии упрощенно, как сумму факторов или свойств, но и ограничивают, поскольку унифицируя эмпатию (предавая тайну), заставляют игнорировать аспект спонтанности, уникальности и человечности феномена эмпатии. Кроме того, как мы уже писали выше, не позволяют

отрефлексировать иллюзию о «пропасти между Я и Ты», которая есть не основание, а следствие, проявление эмпатийного дефицита.

Мы считаем, что современную модель эмпатии следует дополнить аспектом ответственности, самоорганизации и саморазвития человека. Именно аспект саморазвития в эмпатии отличает эмоциональную ложь от эмоциональной правды.

Для К. Роджерса, родоначальника современной трактовки эмпатии, базовой была позиция ориентированности на Другого. Именно ориентация на видение опыта клиента в его собственной системе отсчета является ядром эмпатии и в его понимании. «Если считать, что доверие к человеку, его силам и возможностям, вытекающее из позитивного видения человека в гуманистической традиции, – это базовая характеристика отношения к человеку, то эмпатия – способ практической реализации этого отношения», – пишет Т.Д. Карягина (2013) о точке зрения К. Роджерса.

Другой важной характеристикой является подчеркиваемая Карлом Роджерсом процессуальность эмпатии («скорее процесс, чем состояние»), разворачивающейся в ситуации, например, психотерапевтической встречи – «здесь и сейчас» процесса. Он говорит о *вхождении* во внутренний мир другого человека, *продвижении* в нем, чувствительности к постоянно *изменяющимся* смыслам. Или, как уточняет К.Р. Роджерс, «эмпатия – это возможность временной жизни другой жизнью, деликатное пребывание в ней без оценивания и осуждения». Похоже писал Станиславский о том, что актер должен прожить на сцене жизнь персонажа, а также про атмосферу сочувствующего зрителя: «Играть при полном и сочувствующем вам зрительном зале – то же, что петь в помещении с хорошей акустикой. Зритель создает, так сказать, душевную акустику. Он воспринимает от нас и, точно резонатор, возвращает нам свои живые человеческие чувствования» (Цитаты и афоризмы Станиславского. URL: <http://citaty.ru/stanislavskij-citaty-i-aforizmy-stanislavskogo> (дата обращения: 2.05.2014)).

Описанная Роджерсом процессуальность эмпатии привела психологов к предположению, что эмпатия может быть произвольной и, следовательно, «профессиональной» (Карягина Т.Д., 2013). Опыт образования в области помогающих профессий говорит, что это действительно так. Но это лишь одна из возможностей формирования эмпатической компетенции. Эмпатия может быть и непроизвольной, и наивной, и непосредственной, и иллюзорной, и спонтанной, и навязчивой (например, как в случае с созависимыми отношениями, описанными Стефаном Карпманом (Karpman S., 1968).

В соответствии с отечественной традицией в психологии изучение эмпатии как высшей психической функции начаты российскими учеными (Е.Л. Бережковская, Н.Г. Радинская, Ф.Е. Василюк, Т.Д. Карягина). Критический анализ понимания эмпатии в историческом и методологическом аспектах осуществлен Т.Д. Карягиной в диссертационном исследовании 2013 года, в котором она отмечает два основных вектора исторически сложившегося понимания эмпатии – как метода познания и как способа отношений.

Эмпатия сегодня является предметом как прямого изучения (как способа взаимодействия и метода профессиональной деятельности), так и рассмотрения в качестве свойства, способности, особенности человека в его жизнедеятельности. Т.Д. Карягина отмечает существующую возможность обучения эмпатии как обучение технике, но при обязательном развитии установки на эмпатичный способ бытия с клиентом. Данная тема является одной из проблематичных (Карягина Т.Д., 2009, 2010; Карягина Т.Д., Матвеева Т.М., 2012).

В работах, посвященных изучению эмпатии, как правило, указывается, что в настоящее время общепринятое и удовлетворяющее исследователей понятие об эмпатии в психологии отсутствует. Представления о природе этого явления и подходы к интерпретации проявлений эмпатии существенно расходятся. В вышеупомянутой диссертации «Эволюция понятия «эмпатия» в психологии» Татьяна Дмитриевна Карягина отмечает богатую историю и

изначальную научность этого термина. Термин «эмпатия» не был взят из повседневного языка, а был специально сконструирован для обозначения явления «вчувствования» человека во внешний, трансцендентный для него предмет или событие.

История термина «эмпатия» богата именами и теориями, к сегодняшнему дню неоднозначность и расплывчатость этого понятия выглядит все более растущей. Но нам представляется более сложным и опасным то, что при отсутствии в подходе аспектов базального соответствия явление эмпатии подвергается риску извращения благодаря все более изощренному описанию и пропаганде эмпатических проявлений. Проблема эмпатийных дефицитов в современном мире становится все более острой, поскольку эмпатия отражает ряд фундаментальных потребностей человека, в частности потребность в перспективе саморазвития, которая игнорируется в одержимости целью.

Мы считаем, что эмпатическая активность – это форма самоорганизации, саморазвития, форма ценностно-смысловой активности. Эмпатическая инициатива в нашей трактовке модели эмпатии воплощает смыслы, а эмпатическая реактивность отвечает ценностям. Таким образом, мы можем говорить не о ценностно-смысловой активности, а об активности смысловой и активности ценностной, ситуативно точно говорить об эмпатических дефицитах.

Значения и смыслы эмпатии. Два основных аспекта понимания эмпатии как отношения соответствуют определению этого слова в толковом словаре русского языка (Ефремова Т.Ф., 2006):

1. Эмпатия – это «способность входить в чужое эмоциональное состояние, сопереживать» (этот смысл эмпатии отражает ее значимость в системе межличностных отношений).

2. Эмпатия – это «интеллектуальная идентификация собственных чувств с чувствами и мыслями другого человека» (этот смысл эмпатии отражает ее значимость в системе самоорганизации человека в открытости другому).

Но не следует забывать, что эмпатия проявляет себя и как способ познания жизни, то есть во взаимоотношениях личности с миром (с предметами) и во взаимоотношениях человека с самим собой. Кроме того, эмпатия проявляется как открытость человека бытию, определяя структуру экзистенции (М. Босс, Л. Бинсвангер, Р. Мэй).

Синтезирующая роль эмпатии проявилась уже в период рассмотрения ее в качестве философской категории. В философии эмпатия рассматривалась как в этическом, так и в эстетическом аспектах. В эстетике с помощью термина «эмпатия» описывался процесс понимания произведений искусства, объектов природы и склонность наблюдателя к отождествлению себя с наблюдаемым предметом, являющимся причиной переживания прекрасного.

Немецкое слово «Einfühlung», смысл которого «вчувствоваться в...», перевел на английский язык Э. Титченер (английским «empathy»), используя для этого греческое слово. И этот термин закрепился в направлении «философии жизни» и описательной (понимающей) психологи В. Дильтея на рубеже XIX–XX столетий. Позже термин «эмпатия» и соответственно феномен эмпатии изучался многими великими мыслителями. Этический аспект отмечался термином «симпатия» – понимание, отзывчивость и эмоциональное соучастие (А. Смит, Г. Спенсер, А. Шопенгауэр, М. Шелер) и сегодня часто в психологических работах смыслы симпатии и эмпатии пересекаются.

Этимологический анализ термина позволяет увидеть, что категория эмпатии допускает смысловую «глубину» и широту значений способности к эмпатии. Эмпатия (греч. *ν* – «в» + греч. *πάθος* – «страсть», «страдание») – «осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека, без потери ощущения внешнего происхождения этого переживания» (Елеференко И.О., 2014). «Эмпатия» не имеет жесткой связи с какими-либо конкретными эмоциями (как, например, в случае со словом «сострадание») и применяется для обозначения сопереживания различным эмоциональным состояниям. Значение термина может различаться в

зависимости от контекста, превращаясь из характерного свойства в особенность и наоборот.

Так, в медицине эмпатией часто называют то, что в психологии называется «эмпатическим слушанием» – понимание эмоционального состояния другого человека и демонстрацию этого понимания. Например, при опросе пациента врачом, проявление эмпатии означает, во-первых, понимание слов, чувств и жестов пациента, а во-вторых, такое проявление этого понимания, что пациенту становится ясно, что врач осознает его переживания (Фрейд З., 2006).

<http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BC%D0%BF%D0%B0%D1%82%D0%B8%D1%8F> - cite note-2 Таким образом, акцент делается на объективной стороне процесса, а обладание навыком эмпатии означает способность собрать информацию о мыслях и чувствах пациента. Цель такого эмпатического слушания – дать понять пациенту, что его слушают, и поощрить его к более полному выражению чувств, позволив врачу, в свою очередь, составить более полное представление по теме рассказа.

С точки зрения психологии, способность к эмпатии считается нормой.

Одно из первых определений эмпатии в психологии двадцатого столетия сделано в 1905 году Зигмундом Фрейдом: *«Мы учитываем психическое состояние пациента, ставим себя в это состояние и стараемся понять его, сравнивая его со своим собственным»* (Фрейд З., 2006).

Развитая способность к эмпатии является профессионально важным качеством для тех, чья работа непосредственно связана с людьми (чиновники, руководители, продавцы, менеджеры персонала, педагоги, психологи, психотерапевты и другие).

Для психотерапевтов развитая способность к эмпатии оказалась настолько важной, что в учебники для психологов вошла техника эмпатического слушания, помогающая понимать эмоциональное состояние собеседника.

В книге «Методология психологии: проблемы и перспективы» В.Ф. Василюк сравнивает эмпатический отклик терапевта с радиоволнами, которые, чтобы их воспринять, нуждаются в радиоприемнике (Василюк Ф.Е., Зинченко В.П., Мещеряков Б.Г. и др., 2012).

В качестве базовой схемы в работе группы московских ученых (Ф.Е. Василюк, В.П. Зинченко, Б.Г. Мещеряков, В.А. Петровский, В.И. Пружинин, Т.Г. Щедрина), дифференцирующей процесс переживания, выбрана схема уровней, или режимов функционирования сознания, «различающая в системе сознания уровни рефлексии, сознания, непосредственного переживания и бессознательного. Каждому из этих уровней переживания и адекватных им методов является выделение четырёх базовых психотехнических единиц: «переживание – майевтика», «сознание – понимание», «непосредственное переживание – эмпатия», и «бессознательное – интерпретация».

В психотерапевтическом контексте каждая из этих единиц составляет нерасторжимое единство, элементы которого не имеют самостоятельного существования. Например, бессознательное не может стать реальностью психотерапии без интерпретации; непосредственное переживание клиента тоже не получит статуса реального события внутри психотерапии без эмпатического отклика терапевта (по аналогии с тем, как для того, чтобы радиоволна превратилась в звуковой сигнал, нужен радиоприемник).

Авторы указывают, что различные психотерапевтические школы признают ведущим уровнем для построения главного метода разные из описанных единиц. Психоанализ, считая в качестве базового уровня бессознательное, полагает главным методическим принципом интерпретацию; клиент-центрированная терапия, ориентируясь на уровень непосредственного переживания опирается на эмпатию; для когнитивной психотерапии ведущий уровень работы – сознание, а главный методический принцип – понимание. Существуют и такие подходы (например, школа парадигматической аналитической психотерапии), которые

главную задачу психотерапевтического метода видят в майевтической стимуляции процесса рефлексии. В понимающей психотерапии, которую и разрабатывают авторы монографии, предполагается использование всей гаммы базовых психотехнических единиц, что позволяет избирательно входить в резонанс с разными слоями целостного процесса переживания клиента, и, вслушиваясь во внутренние ритмы и тенденции, гармонизировать работу переживания, помогая ее выполнить в наиболее концентрированном и полном виде (Василюк Ф.Е., Зинченко В.П., Мещеряков Б.Г., 2012).

В отличие от нашего предположения о базальных соответствиях, Ф. Василюк с соавторами предпочитают говорить об «идеальных формах». Это близко к нашим позициям. Как отмечает Ф.Е. Василюк (2012), «новизна неклассической психологии, согласно Эльконину, состоит в том, что первичные формы аффективно-смысловых образований человеческого сознания существуют *объективно* вне каждого отдельного человека в виде произведений искусства или в каких-либо других материальных творениях людей. Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, Б.Д. Эльконин называют эти объективные аффективно-смысловые образования... идеальной формой... Идеальную форму можно определить как культуру, которую человек застает при своем рождении. Он либо входит в нее (или она входит в него), либо остается вне её». Процесс развития в культурно-исторической психологии Ф.Е. Василюк трактует как драму, разыгрывающуюся по поводу соотношения реальной и идеальной форм, их трансформации и взаимопереходов одной в другую. Идеальная форма усваивается, субъективируется в процессе индивидуального развития, становится формой психики и сознания индивида. «Актером», «драматургом» в аспекте развития является сам субъект. Обратим внимание, что невольно такой подход утверждает реальность субъекта и объекта. Но сегодня мы располагаем подходами, преодолевающими антиномию субъекта и объекта и именно эти подходы, на наш взгляд, позволяют лучше понять феномен эмпатии.

Способность к эмпатии подтверждается и исследованиями физиологии мозга. Активность мозга, отражающая состояние и действия других существ,

описывается как активность зеркальных нейронов. Эти нейроны были впервые зарегистрированы в начале 1990-х годов во фронтальной коре обезьян итальянскими учеными Риццолатти, Галлезе и их коллегами из Пармского университета (Gallese V., Goldman A.I., 1998).

<http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BC%D0%BF%D0%B0%D1%82%D0%B8%D1%8F> - cite_note-11 Предполагается, что зеркальные нейроны участвуют в нейрофизиологических механизмах эмпатии (Gallese V., Goldman A.I., 1998). С крайне ограниченными способностями к эмпатии, затруднениями в различении своих обычных эмоций связывают заболевание алекситимией.

Многообразие проявлений эмпатии привело к выделению различных ее видов.

Например:

- предикативная эмпатия – «способность людей воспринимать друг друга, предсказывать ответы другого в определенной ситуации, принимать роль другого, предсказывать его мысли, чувства и действия» (Dymond R., 1949);
- сочувствие – «переживание субъектом по поводу чувств другого, отличных от его собственных»;
- сопереживание – «переживание субъектом тех же чувств, что испытывает другой, через отождествление с ним» (Гаврилова Т.П., 2012);
- кратковременная эмпатия – «готовность к ограниченному и кратковременному контакту с разделением позиции другого»;
- долговременная эмпатия – «готовность к длительному тесному общению с другим человеком»;
- адекватная и неадекватная эмпатия – «эмоциональный отклик с «прямым» (адекватная) и «противоположным знаком» (неадекватная, например, радость от неблагополучия другого)» (М.А. Пономарева);
- ситуационная и диспозициональная эмпатия (Eisenberg N., 2012).

Характерна для теоретических представлений об эмпатии и идея объединения когнитивного и аффективного аспектов, понимание эмпатии как

эмоционального и поведенческого ответа, основанного на обстоятельствах другого, больше, чем на своих собственных» (Kestenbaum R., 1998).

Среди теоретических представлений о структуре эмпатии наиболее современными являются трехкомпонентные модели. В них эмоциональный и когнитивный компоненты эмпатии представляются как предпосылки, но не сущности эмпатического переживания. Собственно эмпатийность проявляется при интеграции эмоционального и когнитивного компонентов третьим – деятельностным. Такие модели эмпатии, при кратком их представлении, содержат когнитивный, аффективный и конативный компоненты (Л.П. Выговская, М.А. Пономарева, Л.П. Стрелкова).

В отечественной науке представлены разные направления изучения эмпатии как способности в статьях и монографиях исследователей: А.Н. Бражникова «Эмпатия как нравственное качество будущего профессионала»; Ф.Е. Василюк «Семиотика и техника эмпатии», Ю.Б. Гиппенрейтер «Феномен конгруэнтной эмпатии»; Т. Дембо «Приспособление к несчастью – проблема социально-психологической реабилитации»; И.С. Дорошенко «Об опыте формирования у осужденных эмпатийного поведения» (пенитенциарная психология); Дж. Иган «Базисная эмпатия как коммуникативный навык»; В.В. Кайль «Герменевтическая эмпатия в клиенто-центрированной терапии» (клиент-центрированная терапия); М. Кан «Между психотерапевтом и клиентом. Новые взаимоотношения» (психоаналитический подход); Т.Д. Карягина «Специфика эмпатии в процессе консультирования и психотерапии» (клиент-центрированная терапия); В.В. Колпачников «Человекоцентрированный подход в практике психологического консультирования персонала организаций» (клиент-центрированный подход); М.С. Ливингстон «Побудь с этим еще немного: поддерживающая эмпатия, уязвимость и близость в терапии пар» (психоаналитический подход); А.Б. Орлов «Феномены эмпатии конгруэнтности» (клиент-центрированная терапия); А. Палей «Отношения клиент – психотерапевт: “место встречи” и пути к нему» (клиент-

центрированная терапия); В.Ю. Пузыревский «Феномен эмпатии в контексте современной западной философии» (феноменологический анализ); В.Ю. Пузыревский «Образовательные перспективы эмпатии и техники»; В.Ю. Пузыревский «Феномен эмпатии в контексте современной западной философии»; В.Ю. Пузыревский «Эмпатия как предмет исследований в современной западной философии»; М.В. Рагулина «Психологическое консультирование как процесс. Эмпатический контакт – проблема доверия-недоверия. Эффективность консультирования», Карл Роджерс «Эмпатия (Empatic: an unappreciated way of being)» (клиент-центрированная терапия); А. Романов «Интерсубъективный подход в психоанализе: историко-теоретический экскурс» (интерсубъективный подход, психоанализ, интроспекция); О.В. Тютяева «Функциональные механизмы эмпатийного воздействия»; Г. Этчегоен «Эмпатия»; К.В. Ягнюк «Природа эмпатии и ее роль в психотерапии» (в порядке перечисления источников: Psyjournals.ru; pk.mgppu.ru; mary1982.narod.ru; flogiston.ru; www.vipe-fsin.ru; psychol.ras.ru; www.ifkik.ru; pk.mgppu.ru; hpsy.ru; pk.mgppu.ru; pk.mgppu.ru; www.hr-portal.ru; Psyjournals.ru; mary1982.narod.ru; www.psy.su; hpsy.ru; hpsy.ru; gr1631.ru).

Российскими учеными заявлена программа изучения эмпатии как высшей психической функции (Карягина Т.Д., 2013), объединяющей личностный аспект и аспект развития в русле культурно-исторического подхода.

Одним из трендов изучения эмпатии как способности является ее интеграция с высшими психическими функциями, как, например, в модели эмоционального интеллекта, вызывающей различные отношения и критику.

Модель эмоционального интеллекта Рувена Бар-Она (Bar-On R., 2006) была представлена в 1996 году на собрании американской ассоциации психологов в Торонто (Канада). Модель состоит из 5 общих областей и 15 подразделов (шкал):

1. Внутриличностная сфера:

- Способность понимать, что вы чувствуете, и управлять собой.
- Самоанализ – способность понимать свои чувства и то, какое влияние твоё поведение оказывает на окружающих.
- Ассертивность – способность ясно выражать свои чувства и мысли и проявлять твёрдость убеждений, принимая во внимание предпочтения и реакции других людей. Сопряжена с лёгкостью и активностью.
- Независимость – способность самостоятельно принимать решения и контролировать себя, твёрдо стоя на ногах. Быть свободным от эмоциональной зависимости, выполнять свои обязанности, не становясь их рабом.
- Самооценка (самоуважение) – умение оставаться в согласии с собой, уважать себя и воспринимать положительно, но не отрицая минусов. На противоположном конце шкалы – чувство собственной несостоятельности и неполноценности, гипертрофированное чувство собственной важности.
- Самоактуализация – стремления к максимальному развитию и способность реализовывать свой потенциал, связанные с чувством полноценности жизни и удовлетворения собой.

2. Сфера межличностных отношений:

- Способность взаимодействовать с людьми на уровне искусства общения.
- Эмпатия – это умение понимать чувства других и способность дать им понять, что вам известны их чувства.
- Социальная ответственность – способность к взаимовыгодному сотрудничеству, включающая в себя совесть, нравственность и заботу о ближнем.
- Межличностные отношения – навыки конструктивного общения через вербальные и невербальные коммуникации, способность устанавливать и поддерживать взаимовыгодные отношения, основанные на чувстве эмоциональной близости, умение чувствовать себя свободно и комфортно в социальных контактах.

3. Сфера адаптивности:

– Способность быть гибким, реалистичным, адекватно вести себя в любой ситуации и решать проблемы по мере их возникновения.

– Решение проблем – способность выявлять и формулировать проблемы, а также вырабатывать и превращать в жизнь потенциально эффективные пути их решения.

– Оценка действительности – способность верно определять соотношение между своим опытом и тем, что объективно существует (видеть мир таким, какой он есть). Акцент ставится на прагматизм, объективность, адекватность восприятия. Включает способность концентрироваться и сосредотачиваться.

– Гибкость – способность согласовывать свои чувства, мысли и действия с меняющимися обстоятельствами; умение адаптироваться к незнакомым, непредсказуемым и быстро меняющимся обстоятельствам.

4. Сфера управления стрессом:

– Умение противостоять стрессу, контролировать импульсивность, «не расклеиваться», не терять самообладание и не становиться его жертвой.

– Толерантность к стрессу – способность противостоять стрессовым ситуациям без симптомов физического или эмоционального напряжения.

– Контроль импульсивности – умение устоять перед побуждением действовать на волне эмоций («рубить с плеча»).

5. Сфера общего настроения:

– Позитивное восприятие жизни, удовлетворенность в целом.

– Удовлетворённость жизнью – способность веселиться, быть умиротворенным, жизнерадостным, воодушевлённым.

– Оптимизм — энтузиазм в любом виде деятельности, умение видеть светлую сторону во всем и не унывать (Bar-On R., 2006).

Модель эмоционального интеллекта Майера и Салоуэя (Модель способностей: Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R., Sitarenios G., 2001) считается основной на данный момент, именно ее, как правило, используют

для описания понятия эмоционального интеллекта. Дж.Д. Майер и П. Сэловей выделяют всего четыре составляющие:

1. Точность оценки и выражения эмоций. Эмоции являются для нас сигналом о важных событиях, которые происходят в нашем мире, будь это внутренний мир или внешний. Важно точно понимать как свои эмоции, так и эмоции, которые испытывают другие люди. Это умение представляет собой способность определить эмоции по физическому состоянию и мыслям, по внешнему виду и поведению. Кроме того, оно включает в себя и способность точно выражать свои эмоции потребности, связанные с ними, другим людям.

2. Использование эмоций в мыслительной деятельности. То, как мы себя чувствуем, влияет на то, как мы думаем и о чём мы думаем. Эмоции направляют наше внимание на важные события, они готовят нас к определённым действиям и влияют на наш мыслительный процесс. Эта способность помогает понять, как можно думать более эффективно, используя эмоции. Управляя эмоцией, человек может видеть мир под разным углом и более эффективно решать проблемы.

3. Понимание эмоций. Эмоции – не случайные события. Их вызывают определённые причины, они меняются по определённым правилам. Эта способность отражает умение определить источник эмоций, классифицировать эмоции, распознавать связи между словами и эмоциями, интерпретировать значения эмоций, касающихся взаимоотношений, понимать сложные (амбивалентные) чувства, осознавать переходы от одной эмоции к другой и возможное дальнейшее развитие эмоции.

4. Управление эмоциями. Поскольку эмоции содержат информацию и влияют на мышление, имеет смысл принимать их во внимание при построении логических цепочек, решении различных задач, принятии решений и выборе своего поведения. Для этого необходимо принимать эмоции вне зависимости от того, являются ли они желаемыми или нет, и выбирать стратегии поведения с их учётом. Эта способность относится к умению использовать информацию, которую дают эмоции, вызывать эмоции

или отстраняться от них в зависимости от их информативности или пользы; управлять своими и чужими эмоциями.

Характерно, что в немецкой философии на рубеже XIX–XX веков существовала целая группа понятий, «пространственно» описывающих «взаимодействие» с чувствами: *Mitfuehlung*, *Einfuehlung*, *Nachfuehlung* (Scheler, 2011; Stueber, 2006). Такая «пространственная парадигма» (Василук Ф.Е., 1984) при анализе эмпатии является достаточно распространенной и, как показывает анализ феноменологических описаний опыта эмпатии, достаточно эвристичной (Сергунова Ю.В., 2009)», – пишет Т.Д. Карягина (2013).

Таким образом, можно обобщить, что в традициях отечественной психологии эмпатия трактуется как поступок, и соответственно способность к эмпатии – это способность к поступку, важен деятельностный аспект эмпатии. В зарубежной психологии эмпатия трактуется как способность восприятия человека.

Мы считаем, что следует обратиться к общему основанию, без которого ни восприятие, ни поступок не возможны. Это и будет феноменом эмпатии.

1.1.2. Категориальный анализ понятия эмпатии и обоснование категории «эмпатическая активность»

На фоне большой теоретической и практической значимости современного понимания эмпатии особенно проблемным выглядит высокий уровень многозначности, неопределенности как самого понятия, так и отношения к феномену. Одна из первых задач, которая встает перед психологом, задумавшим изучать эмпатию, – это попытка систематизировать удивительно разнородные, разноуровневые явления, упоминаемые как имеющие отношение к эмпатии. На данный момент существует огромное количество определений и описаний тех механизмов, феноменов и структур,

которые принято называть, например, видами эмпатии или процессами, близкими к эмпатии.

Как уже говорилось выше, понятие «эмпатия» имеет длительную историю разработки в научной психологии от Э. Титченера до современных когнитивных подходов (Дж. Мид, Г. Олпорт, С. Престон, Ф. де Вааль, К. Штубер). Эмпатия – важная категория целого ряда направлений консультирования и психотерапии (личностно-центрированный подход, психология самости, интересубъективный подход в психоанализе, так называемые «экспериментальные» подходы и др.).

Т.Д. Карягина пишет, что способность к эмпатии сегодня считается важнейшим профессионально значимым качеством психолога, а проблема развития эмпатии ставится как одна из основных в контексте организации обучения и супервизии профессионалов-практиков. Об этом пишут многие авторы, и даже обезличенные описания стандартов профессионального образования, созданные профессиональными сообществами (например, Федеральный государственный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки 030300 Психология (квалификация (степень) «Бакалавр»)). Среди авторов, серьезно рассматривающих проблему эмпатии: Бенеш, 2007; Боуэн, 1992; Булюбаш, 2004; Грищенко, 2003; Дорошенко, 2007; Иган, 2001; Кохут, 2002, 2004; Кочюнас, 2004; Роджерс, 1994, 2001, 2002, 2009; Щукина и др. (Карягина Т.Д., 2013).

Обычно, проводя категориальный анализ, принято рассматривать инфраструктуру теоретических конструкций – категориальный аппарат науки, выстраиваемый благодаря функционированию специальных научных понятий. В системе категорий выявляются горизонтальные и вертикальные связи. Способность категории служить инструментом научной деятельности не может быть раскрыта, если рассматривать ее изолированно, независимо от других категорий и понятий.

Мы используем логику данного категориального анализа для уточнения и дополнения существующего понимания эмпатии и формулировки понятия «эмпатийная активность».

Как отмечалось в предыдущей главе, наиболее ясно мы можем зафиксировать смысл понятия «эмпатия» через связь с такими категориями как:

1. Познание (эмпатия – феномен познания; эмпатическая активность – аспект познавательной активности).

2. Отношение (эмпатия – феномен отношения; эмпатическая активность – аспект коммуникативной активности).

3. Познающее отношение (эмпатия – это феномен идентичности; эмпатическая активность – аспект ответственности, активной открытости и саморазвития).

Подходы, рассматривающие эмпатию как феномен познания, возникли на пересечении феноменологии, философии жизни, описательной (понимающей) психологии, то есть, в направлениях, заложивших основы неклассической парадигмы гуманитарных наук. Переживание как репрезентирующее, уникальное, смысловое измерение жизни личности рассматривается в этой традиции в качестве предмета гуманитарных наук и психологии. В этом смысле эмпатия как способ доступа к переживанию претендует на статус их метода.

Изначально понятие «вчувствование» Т. Липпса и введенный Э. Титченером термин «эмпатия» как его перевод не были связаны с традицией сопереживания и симпатии. Понятие вчувствования подразумевало проекцию переживаний Я в объекты на основе моторной имитации и решало конкретные гносеологические задачи обоснования непосредственного характера восприятия, объективации индивидуальных смыслов и значений в психической деятельности индивида и тому подобные.

В традиции, рассматривающей эмпатию, в первую очередь, как **феномен познания**, она определяется как:

– вчувствование в объекты познания;

- понимание чувств другого человека;
- понимание другого человека с помощью чувств;
- понимание внутреннего мира другого «изнутри», с точки зрения его внутренней феноменологической перспективы.

На наш взгляд, такая категория как «вчувствование» только отчасти отражает феноменологический аспект эмпатии. Возможно ли предположить, что на этапе вчувствования эмпатический процесс заканчивается? Вчувствование – это стадия, присутствующая в системно-антропологической модели эмпатии, в нашей работе она имеет название «образование» или «насыщение». На этом этапе происходит созерцание, поиск своего в чужом.

Понимание чувств другого человека происходит уже на следующем этапе, на этапе «воображения» или «анализа». Это рефлексивная фаза, она является завершающей в цикле эмпатического процесса. Понимание другого человека с помощью чувств происходит в большой степени на реактивной основе, эмоциональная реакция как отклик присутствует в эмпатическом процессе и является его неотъемлемой частью. Но один только эмоциональный отклик не делает данное проявление законченным эмпатическим процессом. Только согласованность эмпатических инициатив, реакций и рефлексии может сформировать эмпатическую активность.

Понимание внутреннего мира другого «изнутри», с точки зрения его внутренней феноменологической перспективы, осуществляется не только на основе собственного опыта. Без учета самоорганизации и направленности на саморазвитие понимание нельзя считать достаточным. При встрече с человеком, при попытке понимания Другого, происходит качественное изменение ситуации, «преображение». Смыслы начала, середины или конца эмпатического взаимодействия характеризуются инициативой, а не только репертуаром реакций или рефлексии.

Узкая и широкая трактовки понятия «переживание» – как непосредственного испытывания, как событийного переживания, как деятельности – обуславливают существование узких и широких трактовок

сопереживания и эмпатии: от эмоциональной реакции на эмоции до исследования внутреннего мира другого человека.

Обобщение опыта практики в теориях гуманистической психологии К. Роджерса и психологии самости Х. Кохута приводит к формулированию представлений о статусе эмпатии как предмете универсальной потребности развития и условия личностного развития, методе психотерапии и методе психологии. В данных психотерапевтических системах осуществлена попытка интеграций значений и смыслов понятия «эмпатия». И Х. Кохут, и К. Роджерс понимают эмпатию как процесс, ориентированный на понимание и реагирование на внутренний мир другого человека с точки зрения его собственной системы координат, базирующийся на сопереживании, предельной целью которого является развитие личности другого человека. На уровне профессиональных установок и навыков работы психотерапевта эмпатия выступает как особое отношение к клиенту и способ реализации этого отношения.

К. Роджерс (2002) понимает эмпатию как многосторонний и многогранный процесс, предполагающий вхождение в личностный мир другого человека и нахождение в нем «как дома»; повышенную чувствительность к эмоциональным переживаниям другого, временную жизнь его жизнью, частое обращение к нему для проверки собственных впечатлений, внимательное прислушивание к получаемым ответам и прочее.

В нашем исследовании мы утверждаем, что эмпатия – это совпадение, соответствие времен «я» и «Другого» (Лукьянов О.В., 2008). При рассмотрении эмпатии как временного соответствия, появляются категории: «общее время «я» и «другого», «общее пространство», «общие планы» Соответствие выступает как нечто общее подобно слаженности симфонического оркестра: разные инструменты со своей историей создания, особенностями звукоизвлечения и особенностями применения в разных жанрах, начинают звучать в одном произведении.

Мы не ограничиваемся тем фактом, что эмпатия - это временная жизнь чужой жизнью, мы исследуем, как именно происходит эта временная общая жизнь. Мы говорим о том, что нельзя находиться в личностном мире другого человека «как дома», а потом выйти «как будто ничего не случилось». Человек, находящийся во взаимодействии, всегда находит в чужом мире другого человека что-то свое, вследствие чего и происходит дальнейшее саморазвитие.

Представители клиент-центрированного подхода (К. Роджерс) в психотерапии ввели термин «точной эмпатии», которая, по их мнению, предполагает способность не только понимать актуальные переживания партнера по общению, но и передавать их вербально ясным и понятным для него языком. Здесь имеется в виду феноменологический метод, способность увидеть и выразить то, что важно, ясным, понятным языком.

Современные психологи говорят об «эмпатийной личности», которая отличается гибкостью в общении, способностью к позитивному мышлению, развитой способностью к децентрации, выраженностью альтруистических и демократических тенденций во взаимодействии с партнером.

Эмпатические способности личности могут быть развиты в процессе специально ориентированного тренинга. Эмпатия является профессионально важным качеством для специалистов помогающих профессий, в том числе психологов, психотерапевтов, педагогов, медицинских и социальных работников, менеджеров по персоналу, руководителей, ряда чиновников и других. Согласно К. Роджерсу, эмпатия психотерапевта во многом способствует конструктивным изменениям личности клиента.

В нашем исследовании мы говорим не об эмпатической личности, мы говорим об **«эмпатической компетентности»**.

Для начала обозначим понятие «компетенция» (от лат. *competere* – соответствовать, подходить) – это личностная способность специалиста (сотрудника) решать определённый класс профессиональных задач. Также под компетенцией понимают формально описанные требования к

личностным, профессиональным и другим подобным качествам сотрудников компании (или к какой-то группе сотрудников). В данном понимании компетенции используются при оценке персонала.

Совокупность компетенций, наличие знаний и опыта, необходимых для эффективной деятельности в заданной предметной области называют компетентностью (от англ. competence) (Семеняк Е., 2014).

Дадим рабочее определение «**эмпатической компетентности**» – это способность и готовность понимать актуальные переживания партнера по общению, способность и готовность к осуществлению подлинного соответствия в процессе коммуникаций, готовность быть в этом соответствии. Это одна из компетенций традиционно признанной в экзистенциальной психологии, компетенция «взрослости», которая обеспечивает реальное взаимодействие человека с миром.

Эмпатическая компетентность имеет социобиологическое происхождение, формируется в целях выживания человеческого рода. Эмпатическая компетентность, вероятно, помогала решению задач усложненного человеческого мозга: распознавание «своего» и в то же время «другого» («свой» – «чужой», проведение четкой границы в целях выживания рода). Необходимость и возможность видения генетического, личностного и коммуникативного контекста эмпатической компетенции составляет заметный тренд развития психологии эмпатии в конце XX века – начале XXI века.

Однако следует заметить, что чисто механическая интеграция психологических классификаций эмпатических проявлений с нейрофизиологическими подходами без учета оснований, скорее усилит редукционистские тенденции и затормозит развитие понимания эмпатической активности.

Эмпатия и симпатия.

Эмпатия как феномен общения. Рассмотрим определения эмпатии, принадлежащие психологам, изучающим эмпатию как фактор мотивации

морального поведения и альтруизма у детей (М. Хоффман, Н. Айзенберг, Т.П. Гаврилова) и взрослых (Ч.Д. Батсон):

- «аффективный ответ, более соответствующий ситуации другого человека, чем собственной» (Hoffman M., 1987);
- «чувства, ориентированные на другого, конгруэнтные его воспринимаемому состоянию» (Batson C.D., 1994);
- «аффективный ответ, проистекающий из восприятия или оценки эмоционального состояния другого человека и аналогичный тому, что этот человек испытывает или ожидается, что испытывает» (Айзенберг Н., 1987);
- «способность эмоционально отзываться на переживания других людей» (Гаврилова Т.П., 1977).

Таким образом, мы можем очертить круг смыслов и подходов к определению эмпатии, предполагающих, что эмпатия есть то, что происходит между людьми: эмпатия как разделение чувств другого человека; эмпатия как испытывание чувств, соответствующих состоянию другого и способствующих его благополучию. То есть, право называться «эмпатическими» признается только за параллельными чувствами (в первом случае) или за параллельными и частью реактивных чувств (во втором).

Или, более широко: эмпатия – это способность / склонность эмоционально отзываться на переживания других, включая реагирование чувствами, ориентированными на себя, а не на другого.

Интегративный подход к эмпатии развивается в социальной психологии и в различных направлениях консультативной и психотерапевтической практики (Юсупова И.М., 1993; Карягина Т.Д., 2013). Единство познания и отношения, реализуемое в интегративных подходах, осуществляется в них либо на основе категории общения (единство коммуникативного, интерактивного и перцептивного в общении), либо на основе категории личности и личностного развития. В психотерапии реализуется видение эмпатии, во-первых, как «способа доступа» к переживаниям и их развития здесь-и-сейчас и, во-вторых, как феномена интерперсональных отношений и

фактора личностных изменений в целом. Если в качестве основного акцентируется первый фокус видения эмпатии, то при этом представляется важным удерживать и фокусы второго типа, личностный, интерперсональный контекст. В некоторых вариантах имеет место тенденция к потере этой целостности. В целом, в психотерапевтических концепциях реализуется «психотехническое» понимание эмпатии как метода порождения и развития переживания.

Рассмотрение эмпатии в качестве процесса предполагает выделение его стадий или фаз. В. Айкес и Г. Баррет-Леннард разделяют процесс эмпатии на 3 этапа:

- 1) этап эмпатического понимания, предполагающий восприятие и осмысление чувств партнера, эмоциональный резонанс;
- 2) этап сообщения или экспрессивного выражения суждений о переживаниях партнера в непосредственном общении;
- 3) этап эмпатической коммуникации, в течение которого эмпатическое понимание проверяется и корректируется в режиме межличностного диалога.

В данной модели представлен хронологический принцип проявления стадий, когда в качестве целого видится длительное взаимодействие людей.

В нашем исследовании подчеркнем мысль о том, что эмпатия - это нечто целое, система, в которой есть и темпоральная составляющая, например, хронологическое соответствие, и сингулярная, то есть решающий, обуславливающий момент принятия решения относительно реакции и интерпретации.

А.П. Сопиков и Т.П. Гаврилова выделяют две фазы в эмпатическом процессе:

- 1) фаза восприятия объекта эмпатии и получения необходимой информации о его переживаниях (их качестве, содержании, знаке);
- 2) фаза соотнесения полученной информации с ценностно-потребностной сферой самого субъекта эмпатии и построения модели латентной или открытой деятельности.

В нашем исследовании нам бы хотелось подчеркнуть, что ценностно-смысловая сфера проявляется на всех фазах взаимодействия. В начале контакта восприятия вроде и нет, но даже невосприятие обусловлено эмпатией, а воплощенное восприятие очевидно происходит на основе эмпатического взаимодействия. До фазы восприятия человек находится в режиме ожидания и в этой фазе тоже можно говорить о взаимодействии его эмпатической инициативы и эмпатических реакций.

В современной социальной психологии преимущественно реализуется интегративный подход к эмпатии как к сложному социально-психологическому феномену.

В нашей работе мы полагаем в основу нового понимания эмпатии системно-антропологический подход, который говорит об эмпатии не как о сложном социальном феномене, а как о **базальном соответствии, основании человеческого взаимодействия** (В.Е. Ключко).

Ю.А. Менджерицкая (Менджерицкая Ю.А., 2011) рассматривает эмпатию как трехкомпонентное социально-психологическое свойство личности, включающее следующие способности:

- 1) способность к эмоциональному реагированию и отклику на переживания другого человека;
- 2) к пониманию и распознаванию состояния партнера по общению, мысленному перемещению в его мысли, чувства или действия;
- 3) к выбору и использованию адекватных способов и приемов вербального и невербального взаимодействия, проявляющихся в альтруистическом, содействующем поведении по отношению к др. субъекту.

Мы же говорим об эмпатии как проявлении многомерности и открытости человека, и поэтому для ее понимания необходимо учитывать кроме конкретных проявлений **тенденцию человека к саморазвитию**. В ходе исследования нами выделены (см. главу 3) параметры эмпатии, характеризующие степень незатрудненности процесса общения: степень соответствия знака переживаний; уровень точности опознания

эмоционального состояния по выразительному поведению; степень ограниченности модальностью, знаком эмоционального состояния партнера; адекватность выражения своего эмоционального состояния, возникающего в ответ на переживания другого; интенсивность.

В качестве показателей проявления интегральных характеристик эмпатии в ситуации затрудненного общения рассматриваются инверсия, точность, устойчивость, ограниченность проявлений эмпатии.

Имеет место тенденция считать эмпатию социально-психологическим свойством личности, формирующимся в процессе социализации. Мы предлагаем уточнить: в процессе социализации формируется **эмпатическая компетенция**, а собственно эмпатия обуславливает социализацию. Эмпатия сама по себе есть, она не формируется – она только проявляется, как в примере с гравитацией, которую ни один современный физик не может определить саму по себе, но ее проявления наблюдаются и фиксируются.

Мы так же предлагаем отказаться от рассматривания таких свойств проявлений эмпатии как инверсия, точность, устойчивость, а выделять в качестве параметров эмпатического переживания **интенсивность, сбалансированность и тенденцию саморазвития, в частности ее устойчивость или истощаемость.**

На наш взгляд, «единицей» эмпатии следует считать **соответствие** – соответствие внутренним и внешним событиям одновременно; то, насколько быстро оно проявляется или насколько много новообразований оно охватывает, насколько оно адекватное.

Эмпатия проявляется не только как принятие, но и как непринятие – это эмпатия со знаком минус (все равно это эмпатическое проявление). К примеру, мы внутренне говорим чему-то «да», чему-то – «нет». Формы проявления эмпатии разные, потому что эквиваленты соответствия разные.

Иногда это может быть новое, ничем не насыщенное взаимодействие. Мы считаем, что деление на виды и формы эмпатии является в современных

условиях слишком теоретическим, абстрактным, спекулятивным. Системно-антропологический подход позволяет увидеть за многообразием форм проявления эмпатии ее главный неустранимый признак – интенциональное соответствие (см. главу 3).

В основе констатируемых современными исследователями трудностей понимания эмпатии лежат:

- неясность соотношения психологических уровней и порядков, например, эмоционального и когнитивного, «внутреннего» и поведенческого и т.п.;
- отсутствие оснований для определения и дифференциации онтологического статуса эмпатии: она и процесс, и состояние, и установка, и черта или диспозиция и т.п.;
- отсутствие определенности в понимании механизмов эмпатии: в качестве таковых называются как базовые механизмы – восприятие, так и функционально-обусловленные – проекция, интроекция, идентификация, децентрация и т.д.;
- неразличение эмпатии и сходных явлений: в первую очередь, эмпатии и симпатии, эмпатии и идентификации.

Также сложность понимания эмпатии обусловлена неясностью оснований (типа детерминации), рационального и иррационального в эмпатийной активности, соотношения эмоционального и когнитивного, «внутреннего» и поведенческого.

Предлагая рассматривать эмпатию в модели комплементарности, мы отмечаем, что эмпатия – это системное явление, а специфическая для него активность (эмпатийная активность) – это воплощение открытости и саморазвития психологической системы (человека). Согласованность эмпатического процесса возможно представить как соответствие эмоционального и когнитивного, «внутреннего» и поведенческого:

Мы считаем, что, придавая эмпатии определенный статус, следует иметь ввиду категории одновременности и согласованности. Эмпатия проявляется одновременно и как процесс, и как состояние, и как установка, и как черта, и

как диспозиция и т.п. Транстемпоральность (согласованность различных уровней организации жизни) является определяющим фактором в эмпатическом процессе, взаимосвязь разных времен и порядков делает эмпатию в принципе возможной.

В современных исследованиях отсутствует определённая в понимании механизмов эмпатии: в качестве таковых называются и проекция, и интроекция, и идентификация, и децентрация (Гаврилова Т.П., 1979) и так далее. К примеру, проекция в «теории симуляций» (simulation theory (ST)) – это представление внутренних, ментальных процессов других за счет имитации, генерации схожей активности, деятельности в себе. Под симуляцией понимается воображение, постановка на место другого, проекция, принятие роли – практически самые распространенные определения эмпатии или ее механизмов (об этом см.: Нагель Б.Д., 1997; Stueber, 2006; Ференци Ш., 2011; Петровский, В.А., 1973).

Попытка редукции феномена эмпатии является попыткой свести эмпатический процесс к механизму. Механизмы, которые могут присутствовать в эмпатическом процессе, следует учитывать при условии системного соответствия и саморазвития в эмпатическом процессе – здесь и проекция, и интроекция, и идентификация, и децентрация.

Многие психоаналитики понимают эмпатию как разновидность контрпереноса: К. Ясперс (1909) делит контрперенос на рациональный и психологический (эмпатический). Эмпатическое понимание, по его мнению, позволяет понять другого человека, почувствовать то, что чувствует он, и попасть тем самым собственно в контекст. Эмпатия – по К. Ясперсу – основной инструмент понимающей психологии и психотерапии.

В нашей работе предлагается расширить понимание термина эмпатия - это не только способ понять другого, но и быть понятым, то есть, донести до другого СПОСОБ БЫТЬ с другим. **Эмпатия – это основание для взаимодействия, это форма для взаимодействия и одновременно некоторая система для взаимодействия.**

Что касается неразличения эмпатии и сходных явлений, в первую очередь, эмпатии и симпатии, эмпатии и идентификации, то нам не кажется необходимым разделять эмпатию и сходные явления, эмпатия проявляется в них. На наш взгляд, психологические явления переплетены и связаны друг с другом в эмпатическом процессе. Мы делаем акцент не на различии эмпатии и симпатии. Мы утверждаем, что в эмпатии может присутствовать симпатия или антипатия, или амбивалентное отношение. Эмпатический процесс может иметь любую полярность. В эмпатическом процессе не должно быть тотального доминирования одного процесса.

Например, считается, что в эмпатическом восприятии не должно быть критики. Но если рассматривать событие в целом, то критические суждения в определенных фазах неизбежны. На первый взгляд, критическое суждение должно относиться к рефлексивной фазе эмпатического процесса, но это не так: рефлексивная фаза является основой воспроизведения смысла события. Возникает же восприятие в соответствии с фазой преобразования, возникновения образа. В рамках возникшего соответствия, посредством сбора информации, наблюдений, проявлений эмоций, чувств происходит насыщение, уточнение образа восприятия. Последующий анализ не допускает критики, иначе эта фаза понимания станет дефицитарной. После достаточного насыщения образа восприятия наступает фаза воображения, в которой чувства и образы складываются в определенное понимание происходящего, в понимание и идентификацию эмоционального состояния Другого.

На основании современного развития системно-антропологической психологии своевременна и доступна постановка задачи изучения деятельностного аспекта эмпатии (эмпатийной активности) и разработки модели эмпатии, как явления соответствия. До настоящего времени представления (модели) об эмпатии строились в ракурсе редукции сложности и многомерности, упрощения, то есть сведения сути эмпатии к одному главному, или небольшому числу измерений. Существующие представления,

разумеется, с определенной степенью приближения, можно разделить на несколько типов:

- реактивные модели, где эмпатия – эмоциональный отклик на чувства и переживания другого человека или предмета;
- инициативные модели, где эмпатия – сочувственное, понимающее отношение к другому;
- рефлексивные модели, где эмпатия – понимание другого на основе личного опыта.

В психологии принято различать когнитивную (рациональную), эмоциональную (аффективную) и интуитивную (предикативную) эмпатии (Таликова Г.Т.; Елеференко И.О.; Бодалев А.А., 2011).

Рациональная эмпатия основана на мыслительных процессах: аналогии, сравнении и других; она предполагает активную переработку информации о партнере, реализуется через сопричастность и внимание к нему. **Эмоциональная эмпатия** включает отражение как позитивного, так и негативного состояния другого человека, реализуется с помощью эмоционального опыта, задействует механизмы проекции и идентификации. **Интуитивная эмпатия** предполагает интуитивность как средство отражения другого человека; она способствует переработке информации о партнере по общению на бессознательном уровне, помогает предсказать его аффективные реакции.

Н.Н. Обозов выделяет также **поведенческую эмпатию**, характеризующуюся доминированием волевого аспекта, предполагающую побуждение объекта эмпатии к каким-либо действиям, ожидание от партнера ответной эмпатийной реакции.

С нашей точки зрения, эта классификация имеет в основе разные подходы, разные основания и разные уровни. Конкретные проявления в эмпатических проявлениях в конкретных ситуациях обусловлены эмпатическими дефицитами. То, что в вышеприведенной классификации называется «рациональная эмпатия» – это некоторая дефицитарная фаза

эмпатической инициативы. Эмпатическая рефлексия – это эмпатия в избытке, здесь также возможен дефицит эмпатических реакций. В результате получается несбалансированное переживание: в нем большую часть составляет эмпатическая рефлексия.

Все эти понимания, эти модели представляют собой редукцию системности, целостности существования человека. Системно-антропологическая психология позволяет понимать феномен эмпатии в многомерности и целостности, открытости и саморазвитии человека и построить принципиально новую модель – достичь принципиально нового понимания эмпатии как явления динамического соответствия.

Реальная эмпатия всегда дефицитарна, поскольку человек есть открытая саморазвивающаяся система, а для таких систем режим ожидания является способом существования в мире. Эмпатическая активность проявляется посредством эмпатических дефицитов.

Эмпатическая активность определяется эмпатической компетентностью. Эмпатической компетентностью мы называем способность человека находиться в рамках системного соответствия, сбалансированности эмпатических инициатив, реакций и рефлексии, при достаточной степени контролируемости эмпатических дефицитов.

Эмпатическая активность напрямую зависит от смыслов, проявляющихся в эмпатической инициативе. В эмпатической инициативе может присутствовать либо мало смыслов, либо много смыслов. И то и другое снижает уровень эмпатической активности.

Категориальный анализ приводит нас к мысли, что в избытке определений, видов, признаков эмпатии, следует отказаться от попыток ее атрибутивной характеристики и перейти к характеристике модальной. Если воспринимать эмпатию как модус, характеризующий человеческую жизнь, то эмпатическая активность – продуктивный конструкт, который позволяет говорить о количестве и качестве ее проявлений, например, об избытке или

недостатке эмпатической активности, эмпатической направленности, эмпатической напряженности.

Эмпатическая активность – центральная категория нашей работы – трактуется нами как проникновение к основанию совместности бытия, соответствие уровней респонзивности. Такая интерпретация связана с исторически трактуемым понятием эмпатии – способностью преодолевать пропасть между Я и Ты, способностью «вчувствоваться». Совместность есть основа для понимания взаимности.

Эмпатическая активность складывается из суммы проявлений: **«эмпатической инициативы», «эмпатической реактивности» и «эмпатической рефлексии»**. Эмпатическая инициатива задает границы взаимодействия, эмпатическая реактивность задает содержание реакции (это так называемая инструментальная сторона эмпатии), а эмпатическая рефлексия определяет идентичность человека в эмпатическом взаимодействии, замыкая эту модель. Это идеальный конструкт.

В реальности мы имеем дело не с идеальными конструктами, а с дефицитарными системами. Поэтому целесообразно введение категории **«эмпатийного дефицита»** – дефицита эмпатической инициативы, эмпатической реакции и эмпатической рефлексии.

Главное положение комплементарной модели эмпатии – это то, что дефицит эмпатии может быть компенсирован в том модусе, в котором он возник. То есть, в случае дефицита инициативы – компенсировать нужно в модусе инициативы. Если происходит попытка компенсировать дефицит инициативы избытком реакции или рефлексии, то полноценная эмпатия не возникает.

Итак, можно говорить об эмпатической активности, компенсирующей дефициты; эмпатической деятельности; об активности смысловой и активности ценностной; об эмпатических дефицитах. В основе эмпатической рефлексии лежит категория опыта (потому как рефлексировается уже случившееся).

Таким образом, в анализе эмпатической активности прослеживается основной принцип базального соответствия и согласованности.

ГЛАВА 2. МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА ПЕРЕХОДА ЭМПАТИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА В ЭМПАТИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ

2.1. Принцип соответствия в анализе эмпатической активности

Системно-антропологический взгляд на эмпатию связан с предположением о комплементарной природе человеческого бытия. То есть, эмпатия – это не есть нечто, присущее человеку как способность, ситуации или представлениям людей как свойство, не то, что возникает или лежит «между ними» как предмет и т.п., эмпатия – это соответствие, определяющее тенденцию и пределы саморазвития человека в его взаимодействии с другим, соответствие между внутренним и внешним как соответствие между потенцией и активностью. Эмпатия, как соответствие человека миру уже есть, но осознавать это соответствие мы можем лишь посредством смыслов, то есть посредством особой активности, особого, в значительной степени, интуитивного усилия. Проявления эмпатии воспринимаются нами всегда в контексте конкретного события, но здесь важно учитывать масштаб и порядок времени. Контекст события, происходящего сейчас, психологически может задаваться тем, что уже происходило в прошлом, или тем, что происходит постоянно или тем, что ожидается.

Мы предлагаем определить эмпатию как интенциональный эквивалент восприятия, соответствие «своего» и «чужого» в событии. Это отвечает главному основанию системно-антропологической психологии - принципу открытости и саморазвития человека.

2.1.1. Эмпатия в категориях САП. Базальные соответствия, обеспечивающие условия и возможности совместности

В ракурсе системно-антропологической психологии проблему эмпатии можно рассматривать не как процесс «вчувствования» человека в чуждый или другой мир и не как функцию от сочетания различных компонентов психики (эмоций и когний, например), а как воплощение, выражение системности оснований и соответствий усложнения, саморазвития человека. «Эмпатизируя», человек не просто познает мир и себя, но и создает себя и свой жизненный мир. Проблема эмпатии – это и проблема ответственности и устойчивости человека в меняющемся мире (системности саморегуляции, самоорганизации и саморазвития).

Как мы уже писали выше, считаем, что необходимо говорить не об эмпатии, а об эмпатической активности, поскольку смыслы и проявления эмпатии разные, феноменологически же она таинственна, не поддается универсальному описанию. Именно поэтому можно говорить, что эмпирически мы имеем дело с эмпатической активностью, которая, по сути, есть открытость, проникновение к основанию совместности бытия.

Мы не можем свести эмпатию к чему-то меньшему, чем она есть, к ее частям, средствам, функциям или проявлениям. Описание (понимание) структуры эмпатического переживания требует учета сложности существа эмпатии и в конкретно-практических аспектах, и теоретически, в качестве решения задачи аутентичности присутствия, сохранения человека как сущности, организма, индивидуальности, личности. Основная трудность и одновременно гарантия адекватности изучения эмпатии с позиций системно-антропологической психологии связана с предположением о том, что человек существует только в движении взаимодействия, в непрерывном процессе самоизменения, саморазвития. Два условия жизни – меняющийся мир и меняющийся человек – взаимосвязаны, соответствуют друг другу: человек изменяется под воздействием меняющегося мира, но и сам мир меняется под

воздействием человека, поскольку в значительной степени им и создается. Системно-антропологическая психология исходит из положения, что если человек включен в мир и тем самым является одним из условий саморазвития мира, то *«у человека имеются и свои ресурсы (источники) саморазвития»*. «М.М. Бахтин пришел к утверждению того, что к человеку невозможно применить формулу тождества – он постоянно находится в точке несовпадения с собой: в этой точке и творится идентичность, создается подлинное Я» (Клочко В.Е., Лукьянов О.В., 2009).

Мы предполагаем, что эмпатия – это один из «своих ресурсов, источников саморазвития». Поэтому, кроме традиционного рассмотрения эмпатии как реакции, отклика, вклада мы считаем необходимым рассматривать эмпатию как систему открытости, то есть взаимодействующую систему инициатив, реакций и рефлексий в контексте саморегуляции, самоорганизации и саморазвития человека.

Проблема эмпатии в ракурсе системно-антропологической психологии тесно связывается с проблемой самоидентичности – удивительной способности человека меняться, оставаясь при этом самим собой, «изменять себя, не изменяя себе». Великие психологи указывали на то, что в основе психологического понимания человека лежит именно тайна условий устойчивости саморазвития. Еще У. Джеймс говорил, что поток сознания и self являются главными опорами понимания человеческой жизни. Эмпатия является одновременно и средством и условием понимания, то есть, она сама себя развивает. В частности, А.А. Ухтомского привлекала тайна сочетания, изменения масштабов, превращаемость форм бытия, выраженная в понятии хронотопа. «А.А. Ухтомский исходил из того, что гетерохрония есть условие возможной гармонии: увязка во времени, в скоростях, в ритмах действия, а значит и в сроках выполнения отдельных элементов, образует из пространственно разделенных групп функционально определенный “центр”. Вспоминая точку зрения Г. Минковского, можно указать, что пространство в отдельности, как и время в отдельности – лишь “тень реальности”, тогда как

реальные события протекают безраздельно в пространстве и времени, в Хронотопе (М.М. Бахтин). *И в окружающей нас среде, и внутри нашего организма конкретные факты и зависимости даны нам как порядки и связи в пространстве и времени между событиями* (А.А. Ухтомский)» (Зинченко В.П., 2013).

Устойчивость человека в меняющемся мире... осознавалась не как данность, а как задача, – отмечают в своей статье В.Е. Ключко, О.В. Лукьянов (2013). «Преодоление пространства и времени и овладение ими – это экзистенциальная задача, которую человечество решает в своей истории, а человек – в своей жизни. Человек субъективирует пространство и время, разъединяет, объединяет их, трансформирует, обменивает и превращает одно в другое. Хронотоп – это живое синкретичное измерение пространства и времени, в котором они нераздельны. Хронотоп сознания двулик. Это в такой же степени «современность пространства», в какой «опространственность времени»» (Зинченко В.П., 2013).

Проблема понимания феномена эмпатии и ее связь с самоидентичностью открывается в аспектах патологии самоидентичности, утраты целостности себя. Можно предположить, что утрата самоидентичности, ситуации, когда человек знает, кто он, то есть, обладает элементарной личной идентичностью, но субъективно переживает потерю связанности своей жизни, является нарушением эмпатии как «своего источника саморазвития». Теряя связь со своей жизнью, человек либо слишком сильно «вчувствуется» в Другого, либо слишком сильно изолируется от Другого и от себя. То есть, патология в эмпатии соответствует патологии самоидентичности.

Мыслители, которых сегодня относят к так называемому диалогическому подходу (М.М. Бахтин), утверждают, что человек изначально не тождественен самому себе и постоянно находится в точке несовпадения с собой и потому идентичность – это процесс сотворения идентичности в точке несовпадения с собой, но одновременно эта точка есть

место созидания «подлинного Я». Системно-антропологическая психология предлагает особый вид детерминации событий взаимодействия – базальные соответствия, порождающие избирательность восприятия и тем самым делающие возможным событийность (Клочко В.Е., 2013) «М.М. Бахтин практически вплотную приблизился к пониманию развития как способа существования человека. Точки развития располагаются там, где проходит граница человека с предметным миром, но эта граница подвижна, поскольку именно здесь *осуществляется взаимопереход между вещным миром и человеком*, обусловленный их взаимодействием. (Клочко В.Е., Лукьянов О.В., 2009). Таким образом, эмпатия – это основание, обеспечивающее и воплощающее взаимопереход между вещным миром и человеком.

Но системно-антропологическая психология показывает движение науки и дальше – признание того, что взаимодействие мира и человека является не просто взаимопереходом, приводящим к «инкрустации» вещей в человека и «инкарнации» человека в мир. «Взаимопереход есть одновременно порождение нового качества, в котором в системном единстве интегрируются обе взаимодействующие стороны» (Там же). Соглашаясь с этим положением, мы попадаем в дискурс, необходимым предметом рассмотрения в котором делается само взаимодействие, то есть, эмпатия перестает быть только процессом или праксисом, а становится основанием, на котором возникают психологические временные новообразования. То есть, эмпирически имеет смысл говорить об эмпатической активности, проявляющейся в соответствии и дополнительности (комплементарности). Мы не можем знать, что такое эмпатия сама по себе, мы усматриваем ее через проявления, так же как базальные соответствия усматриваем через тенденции саморазвития.

Рассмотрим аксиоматическую базу системной антропологической психологии и рассмотрим проблему эмпатии в ракурсе этих положений.

Необходимость эмпатии. Одно из базовых положений системно-антропологической психологии таково: *Чтобы взаимодействие вообще*

стало возможным, необходимо такое соответствие противостоящих сторон (систем), когда каждая из них видит в другой «свое иное», пусть еще и не ставшее подлинно своим, но, не присвоив которое, то есть, не включив в собственную систему, под сомнением оказывается возможность устойчивого существования системы. (Клочко В.Е., Лукьянов О.В., 2009).

Где нет такого рода соответствий, нет и взаимодействий. «Состоявшееся взаимодействие уже самим своим фактом указывает на соответствие, которое стало причиной взаимодействия» (Там же). Но что это за соответствие, которое является «видением в другом своего “иного”»? Это и есть эмпатия – необходимое условие, причина и форма взаимодействия.

Второе важное положение системно-антропологической психологии – это **положение об открытости**. *«Только открытые системы способны удерживать внутренний порядок за счет отбора из окружающей среды исключительно того, что способно этот порядок обеспечить. Усложняясь в каждом акте взаимодействия за счет принятия в себя «своего иного», переструктурируясь, вписывая его в себя, системы наращивают уровень своей системной организации и потому живут до тех пор, пока могут усложняться. Поэтому самоорганизация является условием саморазвития открытых систем. К числу таковых могут быть отнесены и сам человек, и научная теория, и любая другая система, которую можно считать открытой»* (Клочко В.Е., 2005). Согласно этому положению, эмпатия не только необходима, но и инициативна. То есть, эмпатия проявляется как система реакций (откликов), инициатив (открытостей, саморазвитий) и рефлексий (самоорганизаций, идентичностей).

Эти выводы соответствуют представлениям постнеклассической психологии о психике «не как органе отражения реальности, а как активной составляющей процесса порождения новой реальности» (Клочко В.Е., 2007).

В рамках системно-антропологического подхода вопрос об эмпатии – это и есть вопрос о целостности, то есть, согласованности систем саморегуляции, самоорганизации и саморазвития.

Третье важное положение системно-антропологической психологии – это **положение о становлении человека**. Если эмпатия проявляется в соответствии с ходом жизни человека, то и самоидентичность и коммуникация переживаются как устойчивые и открытые явления, то есть, человек находится в покое (динамическом, активном покое), не смотря на то, что происходят взаимопереходы, перемены, меняются уровни и формы проявления покоя, но человек остается в покое. Если же возникают серьезные угрозы жизни человека, то они угрожают не только отдельным сущностям, но целостности, то есть всему бытию человека, поскольку препятствуют саморазвитию. Говоря об эмпатии, мы можем это же выразить так: системность, целостность, сбалансированность эмпатических инициатив, эмпатических реакций и эмпатических рефлексий свидетельствует об устойчивости в саморазвитии человека. Разумеется, следует признать это утверждение теоретической гипотезой, но наши эмпирические исследования, речь о которых пойдет ниже, эту гипотезу косвенно подтверждают.

Важно признать, что смыслы эмпатии не определяются только состояниями, но отвечают тенденциям устойчивости процессов саморазвития, идентификации, переходам между уровнями сложности организации, то есть, можно сказать, что смыслы эмпатии – это градиенты устойчивости процессов саморазвития системы. Переходы между состояниями в эмпатических переживаниях (пресловутое «от любви до ненависти один шаг») – это не артефакт, а базовое отношение и базовое онтологическое основание.

Транстемпоральная структура эмпатии. Развивая системно-антропологический подход, О.В. Лукьянов (Лукьянов О.В., 2008) предлагает уточнение в отношении многомерности и многоуровневости порядков организации жизни. В транстемпоральном подходе указывается, что сегодня, «как правило, концепции и подходы не рассматривают всей полноты типов динамик бытия, сосредотачиваясь на паре типов или даже на одном типе динамики». Интерпретация многомерности и многообразия динамик типов

бытия опирается на спектр темпоральностей, включающий шесть основных типов уровней самоорганизации:

1. Динамика хаоса – отсутствие порядка, отсутствие начал, границ и законов; прожить в этом времени можно лишь состояния; Соответственно в этой системе интерпретаций эмпатия проявляет себя как некое состояние или импульс напряжения в теле, в обыденном языке и мышлении, выражающееся словами «беспокоиться (чем-то, за кого-то, когда-то и пр.)», «трогает», «задевает», «греет», «напрягает» и пр.

2. Космос – динамика фундаментальных законов; бесконечное, но закономерно повторяющееся время; все повторяется, все бесконечно, но есть законы; в этом времени человек может прожить и состояния, и универсум. Эмпатию в этой системе интерпретаций тоже следует понимать как закономерное, повторяющееся соответствие, например, отражение, узнавание в другом себя. В мышлении выражается появлением некоей «массы». Например, человек может говорить «тяжесть на сердце» или «снял тяжесть с сердца».

3. Хронос – время последовательности, пути, истории, все, имеющее начало, имеет конец; необратимость и последовательность жизни; в этом времени человек проживает свою историю, прошлое, настоящее и будущее, постигает себя как относительное, а не универсальное существо, хотя и космическая универсальность и хаотическая состоятельность ему доступны; эмпатию на уровне этой темпоральности можно описать как родство, органичность, физическую близость, включенность в совместный процесс, организованность. Одним из ярких примеров этого уровня проявления эмпатии является «эффект попутчика» – открытости незнакомому человеку, с которым соединяет только участок пути.

4. Кайрос – время решения, решительного изменения, оперативного смысла; мгновение, вмещающее в себя вечность; в этом времени человек мыслит не только себя в истории, но себя на перекрестках историй, человек «распят на кресте действительности» (Розеншток-Хюсси); Если кайрос –

время решения, то эмпатия в этом контексте – пронизательность, инициатива, воля, стремление. Проявляется, например, как способность не обижаться на несправедливость, решив «Кто он мне, а я ему».

5. Эрос – создание таких форм жизни, которые превышают самого творца; время эроса распространяется не индуктивно, как энергия в хаосе, не посредством диффузии, как вещество в Космосе, не посредством заражения, инфицирования в органическом Хроносе и не посредством преемственности и наследования, как в кайросе; в эросе время распространяется в событиях творчества самого бытия, самоактуализации. Эмпатия в контексте творчества – это канал связи, жизнь «между», эквивалент бытия. Об этом писал, например, Я.Л. Морено вводя понятие о «теле», а так же К. Станиславский, говоря об «атмосфере» чувств, создаваемой актером и охватывающей зрителя.

6. Самое емкое и живое время – Танатос – соединяет все времена в целостность; это время и открывает основания самоорганизации; человек в этом времени постигает все; эмпатия здесь – это, вероятно, вера, совесть, юмор, целостность, чудо, гениальность.

Этот спектр темпоральностей может использоваться при интерпретации смыслов психологических событий подобно тому, как опытный врач диагностирует нарушение в сложной системе человеческого организма по проявлениям различных систем, а так же назначает лечение с учетом динамики различных систем, например, иммунной и ЖКТ.

Согласно положениям транстемпоральной психологии в каждом случившемся событии или взаимодействии есть актуальный уровень организации, время, темпоральность, присущая этому событию. Это не объективное условие, а условие восприятия, избирательности. Мы воспринимаем событие в контексте хаоса, то есть как случайное; в контексте космоса, то есть как закономерное повторяющееся; в контексте хроноса – как последовательное и детерминированное и так далее. В хаосе нет интенциональности, но есть тенденции (нагреть – остудить). В космосе есть

интенциональность, но нет вариативности, выбора. В хроносе есть выбор и мотивация, но нет свободы, в кайросе есть воля, в эросе ответственность, а в танатосе смысл жизни и возможность пережить, а значит, и понять основания, вернуться к основаниям.

Но за нашими актуальными восприятиями мы должны видеть, что жизнь человека не темпоральна, а транстемпоральна (темпоральна и сингулярна), потому, что все времена уже есть, и только для конкретной экзистенции, то есть, в зависимости от формы присутствия (а в нашей работе - в зависимости от проявлений эмпатии) что-то есть, а что-то еще будет или было. Человек проявляет особую ответственность и согласовывает, соотносит, осознает свои времена.

Самоидентификация осознается в темпоральном отношении *«мы можем идентифицировать состояния (хаос), закономерности (космос), нарративы – истории развития (хронос), точки смысловой определенности (кайрос), пространства смысловжизненной полноты (эрос), экстазы духовной целостности (танатос). И как индивиды сознания, деятельности, личности мы идентифицируем себя в определенном темпоральном срезе. Психологическая практика открывает будущее в настоящем и иные времена в моем времени»* (Лукьянов О.В., 2008).

Гомеостаз, характерный для космоса, и гетеростаз, свойственный эросу, кажутся абсолютными противоположностями только в контексте темпорального среза. На самом деле, это внешние формы проявления фундаментального основания – соответствия жизни в устойчивости потока гомеореза.

В современном мировоззрении человек идентифицируется, в основном, с временем хроноса, то есть, с историческим аспектом экзистирования. И именно в этот тип динамики заземляются соответствия всех других форм бытия. Термином, определяющим устойчивость исторического существа, является психологический гомеорез, устойчивость потока бытия. Психологический гомеорез – это и есть современное основание для

понимания идентичности, а формы, смыслы, отношения гомеореза – это конкретные формы идентичности.

В нашем эмпирическом исследовании, фиксируя динамику психологического напряжения (кожно-гальванической реакции), мы в качестве данных для анализа берем как раз динамику гомеореза, то есть, устойчивости потока изменений. График изменений КГР показывает, как согласуются различные динамики эмпатического переживания – максимальные всплески, повторяющиеся уровни, тенденции к нарастанию или уменьшению амплитуды и частоты колебаний. В целом получается образ, соответствующий форме самоидентичности человека.

В статье О.В. Лукьянова (Лукьянов О.В., 2008) представлен сравнительный анализ основных методологических соотношений транстемпорального подхода с другими, подходами, близкими к системно-антропологической психологии.

Дополним эту таблицу соответственными представлениями об эмпатии.

Таблица 1 – Специфика транстемпорального подхода в психологическом исследовании (Лукьянов О.В., 2008)

№ п/п	Параметр	Качественно-количественный подход (эмпирический)	Феноменологический подход (качественный)	Действенное исследование (полевое)	Транс-темпоральный подход
1	Язык	Язык операций	Язык коммуникации (акцент на рефлекссию)	Язык коммуникации (акцент на трансценденцию)	Язык коммуникации (акцент на аутентичную постановку вопроса)
2	Материал	Коррелирующие между собой процессы, факты	Содержимое сознания и структуры сознания	Опыт совместного выражения состояний	Форма воспроизводства смысла (жизни)
3	Характер входа в ситуацию	Принятие системы измерения, метрики	Принятие субъективности и возможности пересечения субъективного опыта	Принятие существующих динамических границ	Принятие актуальной неполноты временного соответствия

№ п/п	Параметр	Качественно- количественный подход (эмпирический)	Феноменологи- ческий подход (качественный)	Действенное исследование (полевое)	Транс- темпоральный подход
4	Способ исследования	Логическое построение	Интуитивное усилие в понимании самого главного	Выяснение смысловых перспектив (точек зрения)	Согласование временных горизонтов
5	Цель исследования	Установить причинно- следственную связь	Увидеть и понять смысл связи и интенции ответов	Изменить ситуацию самим процессом исследования и понимания	Обеспечить условия для выполнения временных обязанностей, прежде всего обязанности определять порядок времени-бытия
6	Позиция исследователя	Сторонний наблюдатель, манипулятор	Включенный переживающий соучастник, протагонист	Терапевт, помогающий лидер	Пребывающий в срединной позиции, связывающий различные, до этого отчужденные друг от друга времена
7	Критерий точности	Точность инструмента измерения (тщательность, аккуратность)	Точность уникальности (точность хода в шаматах) (убедительность, честность, чувствительность)	Точность применения множества ключей к одному замку, множества решений одной задачи (действенность, расширение горизонтов свободы и ответственности)	Соответствие полноте временного соответствия, симфонизация времен (жизненная мудрость, свершение «раз и навсегда»)
8	Требование к практике	Аккуратность повторяемости процедуры	Чувствительность и сензитивность, личная важность проблемы, неограниченность во времени	Компетентность в понимании динамических аспектов события, наличие развитой формы коммуникации	Готовность быть в желаемом состоянии, соответствие желаемого и действительного , принятие временных обязанностей
9	Рациональ- ность	Абстрактная цель	Интенциональ- ность	Целесообраз- ность	Смысл целесообраз- ности

№ п/п	Параметр	Качественно- количественный подход (эмпирический)	Феноменологи- ческий подход (качественный)	Действенное исследование (полевое)	Транс- темпоральный подход
10	Достовер- ность	Повторяемость и способность к прогнозировани- ю, обеспечи- ваемые инструментально	Убедительная выраженность прошлого, будущего и настоящего в актуальном контексте	Консенсус в оценке пользы, достигаемый в прямой коммуникации	Рост благополучия в единицах времени, исполненность смысла жизни
11	Тенденция временного порядка	Ретроспектив- ность	Интраспектив- ность	Интерспектив- ность	Трансспектив- ность
12	Данные	Репрезентатив- ная выборка	Случай, описание случая, репрезентация смысла	Событие творческого решения, реформация смысла	Поэтика языка, перманентная революция смысла
13	Масштаб относитель- ности времени (метрика бытия)	Период восприимчивост и, активности, деятельности	Человеческая жизнь и человек как центр переживаний, целостность человеческой жизни	Преимущество поколений и времен человеческой жизни, этическая ответственность	Соответствие вечности и временности, связь и соответствие времен
14	Предельный смысл практики	Производство отвлеченной силы, отчуждение времени жизни в пользу меньшей жизненности	Производство описаний живых целостностей, производство пониманий	Производство социальных систем более живого уровня	Воспроизводство о смыслов жизни, воспроизводство о смысловых соответствиях
15	Эмпатия	Реакция, отклик узнавание себя, вчувствование	Интенция ответа на присутствие другого	Идентификация себя с другим и с ситуацией диалога	Инициация нового уровня порядка, открытости и целостности (саморазвития)

Смысл эмпатического переживания зависит от того, насколько своевременно, современно осуществляются взаимопереходы от себя к другому. Если основанием человеческого присутствия является открытость и саморазвитие, то, попадая в условия, делающие человека временно закрытым, человек «перестает быть эмпатичным» и становится, в некоторой степени, отчужденным, изолированным.

Анализ методологических подходов позволяет нам построить эмпирическое исследование, в котором в качестве данных представлены соответствия различных динамик присутствия. В этом смысле можно говорить об эмпатии как об основании, которое проявляется во взаимодействии эмпатических реакций, эмпатических инициатив и эмпатических рефлексий, в виде эмпатических дефицитов и эмпатических «бурь», тенденций к эмпатической устойчивости и эмпатической истощаемости.

2.2. Системный анализ эмпатической активности и обоснование категории эмпатийных дефицитов

В лаконичном виде комплементарную модель эмпатии можно представить как фазовый переход преобразование – образование – воображение. По аналогии, например, с фазовым переходом прорастания семени, нарастания побега, плодоношением. Или готовностью поймать, усилием в захвате и владении, удержанием.

Рассмотрим утверждаемую в диссертационной работе модель эмпатии «преобразование – образование – воображение» системно, критически описав традиционно принятые представления об эмпатии.

Первый, самый общий смысл эмпатии состоит, на наш взгляд, в **преображении** (преобразить – «изменить образ, форму, вид, сделать иным, лучшим» (Ожегов С.И., Шведова Н.Ю.). Преображающий жест. В основе эмпатического переживания лежит возникающий при восприятии другого новый образ (пространство) себя, мира, жизни, предмета. Эмпатия преобразует экзистенцию человека.

Возникший образ (пространство восприятия, отношения) уточняется, обрastaет интерпретациями и деталями, в буквальном смысле образуется (образуется = «получается» (Ожегов С.И., Шведова Н.Ю.)).

В дальнейшем, когда образ воспроизводится, эмпатическое переживание опирается на воображение. Модель эмпатического переживания в нашем исследовании предстает в последовательно согласующемся алгоритме: ПРЕОБРАЖЕНИЕ – ОБРАЗОВАНИЕ – ВООБРАЖЕНИЕ.

1. Преобразование – это инициативная фаза эмпатии (от слова «инициация» = «внутреннее побуждение к новым формам деятельности» (Ожегов С.И., Шведова Н.Ю.).

2. Образование – реактивная фаза (принятие, восприятие – от «принять» = «Взять, получить даваемое, передаваемое, сдаваемое» (Ожегов С.И., Шведова Н.Ю.), от «восприятие» = «Форма чувственного отражения действительности в сознании, способность обнаруживать, принимать, различать» (Ожегов С.И., Шведова Н.Ю.).

3. Воображение (от «вообразить» = «представить себе мысленно» (Ожегов С.И., Шведова Н.Ю.) – рефлексивная фаза (идентификация = «установить совпадение») (Ожегов С.И., Шведова Н.Ю.).

Это идеальная модель.

Если ситуация не имеет рисков, напряжений, сильных стимулов и воздействий, то, вероятно, нормальное переживание будет происходить именно так.

Но в реальном мире мы имеем дело с ситуациями напряженными, рискованными, требующими издержек и изменений. Мы часто сталкиваемся с неадекватным пониманием, следовательно, нужны усилия, чтобы понять другого. Поэтому реальные эмпатические переживания, как правило, сопряжены с фактором эмпатических дефицитов. Наибольшую роль в детерминации взаимодействия согласно нашей модели играет дефицит эмпатической инициативы. Но не следует считать, что дефицит инициативы тождественен недостатку желания. Мы имеем в виду дефицит инициативы как проявление недостаточности оснований. Необоснованная, неадекватная, несвоевременная инициатива дефицитарна, даже если она напряжена, направлена, воплощена и пр.

В практическом смысле категория эмпатических дефицитов позволяет нам разработать аналитические процедуры по измерению необходимой и реальной степени соответствия. К примеру, молодой психотерапевт хочет быть полезным, но терапия со временем расстраивается: оказалось, что недостаточно доверия, чтобы преодолеть кризис терапии, есть необходимость вернуться к контракту, чтобы обозначить границы встреч. В этом случае поспешность, дефицит инициативы по установлению границ и избыток инициативы «помогать» – делать что-то для клиента, дефицит рефлексии повлияли на ход терапии и сделали невозможной ее продолжительность, не обеспечили устойчивость в кризисных этапах. В таком же ключе можно рассматривать педагогические кейсы о взаимодействии учителя и ученика, по проблемам профессионального сгорания, межличностного общения и так далее. Таким образом, на основе системного анализа эмпатической активности можно наблюдать и в некотором значении измерять дефициты эмпатической инициативы, эмпатических реакций (эмоционального репертуара), эмпатических рефлексий (опытности).

Структура эмпатического переживания может проявляться как дефицит эмпатической инициативы и относительный или абсолютный избыток эмпатических реакций. Могут быть в дефиците и инициативы, и реакции, а переживание может заполняться только рефлексивным содержанием. Предлагаемый нами метод интерпретации эмпатического переживания (с целью формирования эмпатической компетенции) можно сравнить с методом активного слушания.

Вновь обратимся к традиционному значению понятия «эмпатия». Эмпатия – это «проникновение, вчувствование в переживания другого человека или группы людей, осознание и понимание специфических особенностей его (их) эмоционального состояния. Выделяются различные подходы к пониманию эмпатии в психологии: 1) эмпатия как психический процесс; 2) эмпатия как психическая реакция в ответ на действующий стимул; 3) эмпатия как особое свойство личности» (Бодалев А.А., 2011).

Как уже указывалось выше, в нашем исследовании мы предлагаем рассматривать эмпатию как базальное соответствие внутреннего и внешнего, делающее возможным **процессинг (процессуальность) саморазвития во взаимодействии**. Здесь можно вспомнить слова К.Р. Роджерса (2002): «**эмпатия – скорее процесс...**», ведь эмпатия психотерапевта в общении с клиентом – первоначально состояние, затем «скорее процесс» реализации чувствительности к тому, что происходит с другим человеком. Некоторые психические отклики и соответственно рефлексивные свойства, - это то, что формируется в процессе рефлексии, в процессе развития.

Наш подход заключается в том, что эмпатия – это СООТВЕТСТВИЕ, что это некоторый эквивалент «своего» и «другого». (Клочко В.Е., 2010). Эмпатия таинственна и проявления ее многообразны, а ее суть – это соответствие, знак между «своим» и «другим». Продолжая метафору соответствия, можно сказать, представив себе «экзистенциальную арифметику», что знаки могут быть разными: минус, плюс, умножение, равенство, неравенство и т.д.

Можно увидеть проявления эмпатии в психических процессах, но сама эмпатия не является психическим процессом в чистом виде.

Несколько позиций следует обозначить в нашем исследовании относительно «процессуальности» эмпатии:

- Иногда эмпатия – это не процесс, а «праксис» (= «интенционально обусловленный процесс» - «я делаю»). Праксис в нашей интерпретации – это «то, что ведет меня изнутри туда, куда я хочу в состоянии процесса».

- Иногда эмпатия может проявлять себя не процессом, не праксисом, а настроением, атмосферой, основанием. Эмпатия проявляется по-разному, как, например, гравитация. Нельзя сказать, что гравитация - это процесс, есть процессы гравитационных взаимодействий. Мы можем говорить о процессах эмпатического взаимодействия, но сама по себе эмпатия – не процесс.

Конечно, имеются «эмпатические реакции», «эмпатические отклики», но не только они – в эмпатии присутствует еще и человек как открытая

самоорганизующаяся система, присутствует инициатива и присутствует рефлексия. Обычно человек рефлексировывает эмпатически, эмпатически же проявляет инициативу, а не только реагирует.

Можно в некоторых случаях сказать, что «эмпатия – особое свойство личности». Но в общем мы утверждаем, что эмпатия – это свойство человеческой жизни.

Определение структуры эмпатийных дефицитов. Фундаментальное недопонимание феномена эмпатии вносит существенный вклад в проблему нарушения целостности развития современного человека. Проблемы отчуждения, беспомощности, созависимости, отчаяния, скуки, опасного экономического поведения, сферы образования, воспитания, управления и многие другие теснейшим образом связаны с совершенствованием наших теоретических представлений об эмпатии.

Дефициты эмпатии – это дефициты сингулярности (уникальной одновременности), формы несоответствия. Дефицит конкретных сингулярностей назовем фазовым (или темпоральным) дефицитом эмпатии. В соответствии с типами сингулярностей можно выделить четыре фазовых дефицита эмпатии: замысла, восприятия, осмысленности, присутствия.

На более сложном уровне дефициты эмпатии проявляются как дефициты согласованности сингулярностей. Этот тип дефицитов назовем транстемпоральным, поскольку в этом случае дефицит интерпретируется в контексте определенной темпоральности, в которой воплощаются другие темпоральности в виде возможностей. Напомним, что согласно САП человек как открытая саморазвивающаяся система всегда находится в режиме дефицита (режиме ожидания) поэтому понимание структуры актуального дефицита и есть понимание жизни, ситуации, человека.

Фазовые дефициты эмпатии:

Дефицит замысла. Если человек энергетически не эмпатичен, то есть не имеет энергетического интенционального эквивалента для восприятия другого на уровне установки, настроения, предчувствия, то

можно понять его психологическую структуру как несоответствие хаоса космосу, то есть несоответствие спонтанности естественному порядку. Этот дефицит можно определить по динамике напряжения, что мы и делаем в нашем эмпирическом исследовании, фиксируя изменения КГР. Выражается такой дефицит в недостаточном диапазоне амплитуды колебаний напряжения.

Дефицит восприятия, или дефицит организованности. Такое несоответствие проявляет себя в психических расстройствах восприятия, разорванности восприятия (К. Ясперс). Не возникает нового органа восприятия, точнее, не формируется «психический орган» восприятия для нового предмета. И тогда имеет место дефицит осознанности – то есть восприятия, опосредованного контекстом идентичности – историческим, культурным контекстом;

Дефицит осмысленности – дефицит компетенции. Несогласованность между волевым и творческим началом, проявляется как потеря возможностей, скука, лень, созависимость и т.д.

Дефицит присутствия – дефицит юмора, совести, способности любить, целостности. Несогласованность между душевным и духовным аспектом взаимодействия. Нет соединения миров, поэтому в жизни присутствует мало Другого. Переживается как отчаяние.

Транстемпоральные дефициты. Транстемпоральные дефициты выражаются в чрезмерной фиксации на одном из уровней темпоральности. Можно говорить, что такого рода эмпатические дефициты проявляются в форме различного рода эмоциональной боли:

- болезненное напряжение или болезненная пустота;
- болезненная заикленность и повторяемость;
- болезненная затаенность и незавершенность;
- болезненная одержимость целью, насилие;
- болезненная привязанность, подчиненность;
- болезненная смерть.

Отметим, что речь идет о психологических смыслах, и в этом контексте можно говорить не о болезненной смерти, а о смерти с наслаждением, как в переживаниях «умираю от счастья», «умираю от наслаждения» и т.д.). Аналогично и с другими типами темпоральности. Они не обязательно болезненны, при том, что всегда специфически дефицитарны. Наслаждение жизнью «не запрещено».

Эмпирически мы можем иметь дело с фазовыми (темпоральными дефицитами) дефицитами, а транстемпоральные дефициты открываются в опыте феноменологической интерпретации опыта.

Как уже представлялось выше, модель эмпатии вы глядит как согласование фаз эмпатического переживания, а фазы понимаются как согласование эмпатических инициатив, реакций и рефлексий.

Тренинг стрессоустойчивости и инициативы.

Структура когнитивного тренинга эмпатического восприятия.

Важным аспектом транстемпорального подхода в тренинге эмпатии является положение о том, что воображение является конечной, интегрирующей фазой формирования нового поведенческого когнитивного паттерна. В манипулятивных подходах разработчики тренинговых технологий исходят из противоположной (буквально извращенной) позиции, будто воображение первично. В основе этого положения лежит непонимание именно транстемпоральной структуры и транстемпоральных оснований психологических связей.

Первично преобразование, то есть фаза транса, изменения самого воспринимающего, субъекта в отношении его настройки на новую волну (амплитуду изменений и частоту повторений). Преобразование не фиксируется как длительностный процесс, преобразование подобно тому, что в древности практиковалось как магический жест. Преобразование характеризуется спонтанностью нового начала, точки нуля, точки бифуркации, скачка напряжения, потенциала нового порядка, стресса. Воображение напротив, есть фаза фиксации готового уже образованного и насыщенного паттерна

восприятия. Постоянство и повторяемость, непротиворечивость и узнавание по элементу, символу, знаку, автоматизму характерно для этой фазы восприятия. Насыщение образа (образование) соединяет эти две фазы.

Как уже указывалось выше, дефицит эмпатии может возникать как фазовый дефицит – когда одна или несколько фаз восприятия не полноценно реализуются в конкретной ситуации. В этом случае дефицит эмпатии приводит к различным хроническим дефицитам новизны и спонтанности, насыщенности и удовлетворенности, целостности и спокойствия.

Другим основанием возникновения дефицита эмпатии является нарушение симфоничности – последовательности и согласованности фаз восприятия. В этом случае дефицит эмпатии приводит к формированию зависимости (от источника, стимула, предмета) или извращения (придание статуса закона ошибке), что проявляется как некомпетентность.

2.2.1. Согласованность и изолированность элементов эмпатической активности

Эмпатическая активность – базовое свойство человека как открытой саморазвивающейся системы. Как все открытые системы, человек пребывает в фоновом режиме ожидания, создающим «напряженные возможности» (Клочко) для взаимодействия с миром. Это выражается в психологическом напряжении, которое в той или иной мере есть всегда, и которое меняется в соответствии с активностью человека. В отношении эмпатии можно сказать, что смысл фонового психологического режима состоит в ожидании проявления соответствия эмпатизирующего эмпатизируемому. Человек в эмпатической активности открывается возможности встретить, выразить, воплотить соответствие себя с Другим.

В области осознаваемого, наблюдаемого, ощущаемого мы часто имеем дело не с эмпатией как таковой, поскольку достаточная эмпатия

переживается как полное соответствие, идентичность и не объективируется, а с эмпатийными дефицитами, – с относительными несоответствиями, отчуждениями, изоляциями, противоречиями, которые в силу своей проблематичности осознаются и объективируются в речи, мышлении.

Практический аспект эмпатии связан с устранением эмпатийных дефицитов. Как сказано выше, устранить эмпатийные дефициты позволяет эмпатийная компетенция – одна из компетенций «взрослости», которая обеспечивает специфически человеческое взаимодействие человека с миром.

При построении практических моделей и при реализации психологических практик мы имеем дело не только с качеством, но и с количеством эмпатии. О количестве эмпатии можно говорить как о степени напряженности, остроты эмпатийного дефицита.

Фазы эмпатической активности:

Фаза 1. Прерывание. Преображение. Первой фазой, которую можно назвать «возникновением эмпатии» (возникновением интенционального эквивалента взаимодействия), является момент прерывания, транс (время перехода от конца к началу), исчезновение одной целостности и появление целостности иной, собственно, появление Другого. Важным смыслом этой фазы является интенциональность принятия Другого, то есть целого, включающего неявное знание.

Дефицит эмпатии, соответственно, проявляется как непринятие Другого, неспособность прерваться. Упоминаемая часто в качестве синонима эмпатии открытость в этой фазе обретает внятный интенциональный эквивалент. При достаточно ясном феноменологическом описании фазы прерывания можно говорить о возможности тренинга способности к эмпатии именно как способности к прерыванию, преобразению.

Фаза 2. Насыщение. Образование. Второй фазой формирования и проявления эмпатии является фаза насыщения, уточнения, ограничения неявного знания (образа, функционального психического образования).

Смысл этой фазы в том, что целостное взаимодействие с Другим уточняется на границе неявного знания и переживается как интервал, то есть, промежуток, открытый с одного края и закрытый с другого. В этой фазе интенциональность взаимодействия направлена на удержание стабильности «контура», образа целого, его укрепление и воплощение в опыте. Четкость контура проявляется в скорости узнавания. Эксперименты с изменением соотношения количества повторений и времени экспозиции изображения позволяют предположить, что насыщение происходит в динамике волны и эффективность тренинга эмпатии определяется соответствием силы внимания (мотивации) и тенденции взаимодействия в жизненной перспективе. Так, например, родители детей-подростков часто неправы, обвиняя их в отсутствии мотивации к обучению, развитию, жизни. Мотивации у подростков много, но несоответствие их мотивации с тенденцией взаимоотношений, хронический и непреодолимый дефицит эмпатии в этой фазе определяет потерю целостности, смысла, образа и прочее.

Фаза 3. Анализ. Воображение. Фаза анализа сравнима с похоронами дорогого, но умершего человека, от которого остаются образы и воспоминания, а всё живущее физической жизнью устраняется. Опыт этой фазы эмпатии фиксируется в рефлексивных переживаниях. Это артикулированное знание по Полани, артикулированная эмпатия. Смысл этой фазы – формирование такого интенционального эквивалента взаимоотношений, которое можно обозначить как образ покоя, устойчивости, достигающийся в связи с замыканием времени. Время, выступавшее в качестве перехода, длительности события, тенденции и необратимости, замыкается в круг рефлексии. Дефицит эмпатии в этой фазе делает замыкание патологическим.

Модель эмпатической активности складывается из совокупности модусов: эмпатической инициативы, эмпатической реактивности и эмпатической рефлексии.

Эмпатическая инициатива задает смысловые границы взаимодействия, эмпатическая реактивность – ценностные границы, содержание реакции, а рефлексия задает границы самотождественности, определяет идентичность человека в этом эмпатическом взаимодействии.

В реальности мы имеем дело не с идеальными моделями, а с ситуациями, взаимодействиями, ограниченными актуальными обстоятельствами и соответственно с дефицитами эмпатийной активности.

Эмпатийный дефицит может и должен быть компенсирован в том модусе, в котором возник. Несмотря на то, что эмпатия представляет собой систему различных модусов, один эмпатийный дефицит не может быть компенсирован другим (усилием, избытком, напряжением) модусом эмпатийной активности. Хотя психологическая наивность человека часто толкает именно к этому, например, дефицит инициативы наивный человек стремится компенсировать избытком реактивности или рефлексии, чем только увеличивает актуальный эмпатийный дефицит, сужая спектр «напряженных возможностей» взаимодействия.

Дефицит эмпатийной инициативы не может быть компенсирован эмпатийными реакциями. А дефицит эмпатийных реакций – эмпатийной активностью. Аналогично и с эмпатийной рефлексией. Для того, что бы восстановить эмпатийную инициативу может быть необходимо «приостановить» реактивность и рефлексивность, «выровнять» ситуацию относительно базального основания, то есть относительно эмпатии в целом.

Проблемы эмпатийности, совместности – это как раз и есть попытки компенсировать эмпатийный дефицит, возникший в одном модусе активности, напряжением в другом модусе.

Эмпатийные дефициты – это временные системы. Мало понять их как состояния. Надо понять их как основания для активности. Фиксировать, диагностировать эмпатийные дефициты имеет смысл в режиме синхронной регистрации процессов со стороны различных модусов, например,

регистрировать психофизические реакции, интерпретировать рефлексивные описания, отмечать тенденции инициативы. Интерпретировать совокупные данные следует как системы соответствия. Подобно тому, как дирижер симфонического оркестра не может компенсировать слабость или ошибки инструментов струнной группы духовыми, но должен соответственно усилить и отрегулировать звучание всех групп инструментов.

ГЛАВА 3. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ МАРКЕРОВ ЭМПАТИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

3.1. Моделирование ситуации дефицитарности эмпатической активности

Эмпирическое исследование было направлено на поиск неречевых маркеров эмпатической активности. Оно проводилось в виде лабораторного эксперимента посредством моделирования ситуации взаимодействия по типу «ящика Аша» – форма социально-психологического эксперимента, когда испытуемый думает, что участвует в коммуникации, а на самом деле ему экспонируется запись, имитирующая коммуникацию. Анализ полученных данных проводился не в виде анализа корреляций, а посредством феноменологической интерпретации с выделением устойчивых типов структуры переживания.

В исследовании рассмотрена не выборка наблюдений, а множество случаев и их сравнительный анализ. Каждый случай анализировался отдельно и сравнивались результаты анализа случаев. Мы не считаем этот набор случаев выборкой, достаточной для концептуальных утверждений и не ставили целью статистическую обработку данных. Притом, что мы сделали все возможное, чтобы стандартизировать условия экспериментальной ситуации, можно предположить, что на участников влияло множество различных ситуативных (и внешних и внутренних) факторов, кроме тех, которые были созданы в лаборатории. Мы не считаем возможным доказывать «истинность» нашей модели на основании полученных эмпирических наблюдений. Модель разрабатывалась не для доказательства положений САП, а как развернутая гипотеза для проведения мероприятий по развитию и формированию эмпатической компетенции. Нас интересовали не отличия и закономерности поведения людей, а возможность адекватной интерпретации психологических напряжений и понятной экспликации смыслов (оснований) актуальных дефицитов. Мы стремились получить

данные о разных уровнях напряжения в ситуации дефицитарного взаимодействия: о личностном напряжении (психометрический тест способности к эмпатии), о ситуативном напряжении (рефлексивное интервью), о психофизическом напряжении (изменения КГР), что бы исследовать возможность интерпретации различного рода данных.

Анализ результатов проводился не в виде анализа корреляций отдельных параметров и измерений, а посредством интерпретации каждого случая с последующим их сопоставлением и выделением устойчивых типов структуры переживания.

Моделируемая ситуация взаимодействия характеризовалась дефицитом смысла, дефицитом информации, дефицитом определенности (завершенности), дефицитом обратной связи. Ситуация, по существу, не была ситуацией коммуникации, подобно тому, как современный пользователь телекоммуникационных сетей в значительной мере взаимодействует сам с собой, даже если на экране отражается что-то очень похожее на реального собеседника. Тем не менее, имела место ситуация, очень похожая на взаимодействие. Контролируемое основание создавалось посредством того, что респонденту экспонировалась запись человека якобы находящегося на другом конце телекоммуникационной сети, респондент «участвовал» в телекоммуникации, а на самом деле ему экспонировалась видеозапись, имитирующая собеседника в программе «Skype» без звука и без определенной задачи.

Таким образом, для всех случаев мы имели одинаковую ситуацию, в которой могли синхронизировать динамику психологического напряжения с динамикой событий (начало эксперимента, появление на экране человека, активность «собеседника», поведение испытуемого после «взаимодействия» и т.д.). Это позволило сравнивать случаи, обнаруживать их различия и подобия.

3.2. Материалы, процедуры и методики исследования респонзивной динамики эмпатической активности

Наблюдения за динамикой психологического напряжения были опосредованы различными инструментами интерпретации:

1. Тест «Методика диагностики уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко (1995). Психометрическая методика позволяла зафиксировать относительную развитость уровня эмпатии и получить дополнительную информацию о респонденте.

2. Фиксация контура изменений частоты и амплитуды КГР с помощью прибора «РЕАКОР».

Мы графически фиксировали контур изменений частоты и амплитуды изменений КГР и интерпретировал «образ» изменений. Мы не считали площадь колебаний, и не измеряли частоту и амплитуду в прямом смысле слова, но мы достигали «узнавания» образа. Нас интересовал рисунок, образ динамики КГР, а не отдельные значения. Считается, что прибор «Реакор», которым производились измерения, предназначен, в большей степени, для фиксации эмоционального отклика. Мы считаем, что снятые с его помощью измерения, достовернее трактовать как свидетельства динамики (точнее, микродинамики) общего психологического напряжения, то есть, при «чтении» контура изменения частоты и амплитуды КГР предполагать и динамику саморегуляции, а не только реагирования. По профилю изменений напряжения (контура КГР) мы судили о динамике эмпатических инициатив и эмпатических реакций и косвенно о динамике эмпатических рефлексий.

Прибор позволял синхронизировать измерения физиологических показателей с изменениями в ситуации. Поскольку мы располагали очень ограниченными ресурсами для моделирования и проведения исследований, ситуация, которую мы наблюдали и интерпретировали была непродолжительной. Можно сказать, что мы изучали микродинамику напряжения. Очевидно, что более масштабное исследование, позволяющее получить данные о достаточно продолжительных периодах

психологического переживания, позволит существенно скорректировать, полученные нами результаты.

В осуществленном нами масштабе исследования ритмы сердцебиения и дыхания оказались не информативными. Заметная динамика и разнообразие обнаружилась при измерении КГР.

Частоту и амплитуду колебаний КГР, как уже отмечалось, мы интерпретировали не посредством подсчета значений амплитуды или площади колебаний, как это обычно принято среди исследователей - биологов, а путем визуальной оценки картины изменений в целом. Это связано с тем, что мы считаем психологическое напряжение интегральной характеристикой, а КГР свидетельством комплексных изменений. Мы не располагаем достаточно убедительной и разработанной системой интерпретации численных значений КГР, но сравнение образа изменений в целом как хронотопа (профиля) позволяет нам предположить подобие и специфику психологических процессов у разных людей.

3. Лабораторное испытание завершалось рефлексивным интервью после ситуации смоделированного взаимодействия. Датчики «РЕАКОР» при этом оставались на испытуемом. Интервью у испытуемого брали сразу после его «встречи по Skype». Датчики РЕАКОР при этом не были сняты, поэтому мы могли судить о динамике напряжения и в ситуации реальной коммуникации. Анализируя тексты и интонации рефлексивного интервью, мы понимали направленность отношения респондента к ситуации эксперимента и собственному опыту. Наиболее явными, как правило, были проявления агрессивных импульсов или желание сдерживать свои эмоции.

Исследователь, проводивший интервью, мог наблюдать за невербальными реакциями. Некоторые из этих сигналов давали дополнительные сведения об эмоциональном состоянии респондента. Тексты интервью и наблюдения позволяли судить о тенденции самоидентичности по принципу «Слова Павла о Петре больше говорят о Павле, чем о Петре».

Три параметра – характеристики по психометрическому тесту, интенциональность и содержание рефлексивного интервью, образ динамики напряжения (частоты и амплитуда колебаний КГР), – рассматривались нами в свете понимания их соответствия. Мы пришли к выводу, что комплементарная модель эмпатической активности позволяет делать интересные предположения о соответствии различных аспектов напряжения в эмпатическом переживании. Обнаруженные нами соответствия косвенно подтверждают справедливость нашей гипотезы относительно системного характера эмпатии и эмпатийных дефицитов.

К таким косвенным подтверждениям мы относим выявленные нами повторяющиеся профили напряжения и соответствующие им смыслы интервью и показатели психометрии.

Как уже было сказано в теоретической части, эмпатическое переживание обусловлено не только ситуацией коммуникации, но и ситуацией существования человека, поэтому мы предполагаем, что динамика напряжения в эмпатическом переживании не определяется содержанием взаимодействия, а определяется особой психологической активностью – эмпатической. Мы предполагаем, что такая активность складывается из соответствия инициативы преобразования, реактивности образования и рефлексии воспроизводства (воображения).

3.2.1. Материал эмпирического исследования

В исследовании приняли участие 70 человек в возрасте от 19 до 24 лет. Социально, респонденты различались по признаку профессиональной ориентации. Основное разделение всей группы респондентов было произведено по принципу профессиональной ориентации. Первая группа респондентов состояла из студентов юридического факультета ТГУ, 39 человек, из них 12 мужчин и 23 женщин. Вторая группа респондентов

состояла из студентов факультета психологии ТГУ, 31 человека, все женского пола. Кроме этого были исследованы малочисленные дополнительные группы респондентов в возрасте от 18 до 45 лет. В этих случаях мы наблюдали такие же соответствия, что и у участников основного исследования.

3.2.2. Процедура эмпирического исследования

Респонденты приглашались для участия в исследовании по изучению психологии взаимодействия. Точный смысл измерений им не сообщался, но и сказать, что респонденты были введены в заблуждение тоже нельзя, поскольку мы действительно изучаем психологию взаимодействия. Этим мы по возможности избегали влияния фактора социальной желательности. Пришедшему в лабораторию испытуемому еще раз говорилось, что он будет принимать участие в эксперименте, в течение которого будет необходимо выполнять следующие действия: ему надо быть за монитором, на котором через некоторое время в программе «Skype» должен появиться человек. В это время экспериментатор имитировал команду человеку «на том конце сети» начинать взаимодействие. Испытуемому так же сообщалось, что данная коммуникация будет происходить при отсутствии звука (то есть, будет отсутствовать звук, исходящий из компьютера). Сообщалось, что после общения с «собеседником» в программе «Skype» надо будет ответить на несколько вопросов авторского интервью, после чего заполнить тест. Эта ситуация была смоделирована так, что бы мы могли точно синхронизировать изменения в ситуации внешней и изменения напряжения в ситуации внутренней.

После вводного инструктажа на руки участника исследования присоединялись датчики прибора биологической обратной связи «Реакор». После завершения процедуры датчики снимались, фиксировались личные

данные испытуемого. Большинство испытуемых проявили интерес и любопытство к исследованию, просили о возможности узнать результаты.

3.2.3. Методика психометрического исследования

Мы использовали самый распространенный и широко используемый тест для того, что бы получить данные об уровне эмпатических способностей в том понимании, в каком это принято в современной психологии. Участникам исследования предлагалось заполнить тест «Методика диагностики уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко (1995).

В этой методике анализируются показатели отдельных шкал и общая суммарная оценка уровня эмпатии. В структуре эмпатии различаются 6 тенденций (шкал):

1. Рациональный канал эмпатии.
2. Эмоциональный канал эмпатии.
3. Интуитивный канал эмпатии.
4. Установки, способствующие или препятствующие эмпатии.
5. Проникающая способность в эмпатии.
6. Идентификация.

Рациональный канал эмпатии характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на любого другого человека — на его состояние, проблемы, поведение. Это спонтанный интерес к другому, открывающий шлюзы эмоционального и интуитивного отражения партнера. В рациональном компоненте эмпатии не следует искать логику или мотивацию интереса к другому. Партнер привлекает внимание своей бытийностью, что позволяет эмпатирующему непредвзято выявлять его сущность.

Эмоциональный канал эмпатии. Фиксируется способность эмпатирующего входить в одну эмоциональную «волну» с окружающими —

сопереживать, соучаствовать. Эмоциональная отзывчивость в данном случае становится средством «вхождения» в энергетическое поле партнера. Понять его внутренний мир, прогнозировать поведение и эффективно воздействовать возможно только в том случае, если произошла эмоциональная подстройка к эмпатируемому. Соучастие и сопереживание выполняют роль связующего звена, проводника от эмпатирующего к эмпатируемому и обратно.

Интуитивный канал эмпатии. Балльная оценка свидетельствует о способности человека видеть поведение партнеров, действовать в условиях нехватки объективной информации о них, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании. На уровне интуиции формируются различные сведения о партнерах. Интуиция менее зависит от стереотипов, чем осмысленное понимание партнеров.

Установки, способствующие или препятствующие эмпатии, соответственно, облегчают или затрудняют действие всех эмпатических каналов. Эффективность эмпатии снижается, если человек старается избегать личных контактов, считает неуместным проявлять любопытство к другой личности, убедил себя спокойно относиться к переживаниям и проблемам окружающих. Подобные умонастроения резко ограничивают диапазон эмоциональной отзывчивости и эмпатического восприятия. Напротив, различные каналы эмпатии действуют активнее и надежнее, если нет препятствий со стороны установок личности.

Проникающая способность в эмпатии расценивается как важное коммуникативное свойство человека, позволяющее создавать атмосферу открытости, доверительности, задушевности. Каждый из нас своим поведением и отношением к партнерам способствует словесно-эмоциональному обмену или препятствует ему. Расслабление партнера содействует эмпатии, а атмосфера напряженности, неестественности, подозрительности препятствует раскрытию и эмпатическому постижению.

Идентификация – еще одно неперемнное условие успешной эмпатии. Это умение понять другого на основе сопереживаний, постановки себя на

место партнера. В основе идентификации легкость, подвижность и гибкость эмоций, способность к подражанию.

В нашем исследовании мы интерпретируем основной показатель – общее количество баллов по тесту.

Шкальные оценки выполняют вспомогательную роль и интерпретации основного показателя – уровня эмпатии. Суммарный показатель теоретически может изменяться в пределах от 0 до 36 баллов.

Нормы теста Бойко на уровень эмпатии: 30 баллов и выше – очень высокий уровень эмпатии; 29–22 – средний; 21–15 – заниженный; менее 14 баллов – очень низкий.

3.2.4. Процедура моделирования инициативных фаз эмпатической активности

Часть исследования, моделирующая телекоммуникацию, имела продолжительность три минуты.

На самом деле, как уже отмечалось, в ходе первой части эксперимента происходило не реальное взаимодействие в программе «Skype», а квазивзаимодействие – таким образом, все испытуемые взаимодействовали с одной и той же ситуацией. Участник эксперимента наблюдал за воспроизведением видеозаписи. Некоторые участники достаточно быстро догадывались о том, что это была запись. Эти факты так же учитывались при интерпретации. Материал, воспроизводившийся на видеозаписи, имитировал максимально приближенное визуальное общение по интернету.

Видеозапись была сделана в такой последовательности, что в течение шестидесяти секунд предполагаемый собеседник отсутствует и появляется точно после истечения первой минуты. Этим собеседником является женщина 34 лет. Она садится за монитор, ее взгляд направлен вниз в течение тридцати секунд. По истечении этого времени девушка поднимает голову, и смотрит испытуемому прямо в глаза, неотрывно.

Так проходит еще тридцать секунд эксперимента. Далее девушка спрашивает: «Как вы себя чувствуете?» (это происходит при отсутствии звука) и продолжает рассматривать испытуемого.

Проходит еще тридцать секунд. После чего девушка начинает улыбаться. Через пятнадцать секунд девушка встает из-за компьютера и уходит.

3.2.5. Процедура рефлексивного интервью

Интервью записывалось на диктофон, затем расшифровывалось и интерпретировалось.

Испытуемому предлагается ответить на несколько вопросов:

1. Что с вами происходило сейчас. Чем это для вас было?
2. Что было для вас трудным, неудобным, проблематичным? Какого рода эти трудности?
3. О чем вы пытались поговорить, если пытались? Что восприняли, увидели, слышали, поняли?

3.2.6. Процедура измерений КГР

Использованная аппаратура. Для оценки уровня активности вегетативных компонентов эмоциональных реакций в данной работе использовался Комплекс реабилитационный психофизиологический для тренинга с биологической обратной связью «Реакор». Он предназначен для проведения реабилитационных курсов на основе функционального биоуправления с биологической обратной связью. В программном обеспечении производителями данной аппаратуры была заложена возможность изменения стандартного визуального стимула на авторский, чем мы и воспользовались.

Определяя процедуру измерений мы опирались на исследование Шишковой Н.Р., описанном в диссертационной работе (Шишкова Н.Р., 2004). В нем она подробно рассматривает специфику проведения диагностики по КГР. Определим несколько важных для нашего исследования позиций:

1. Точная обработка полученных результатов, измерение величины амплитуды. Н.Р. Шишкова пишет: «Несмотря на более чем вековую историю исследований КГР, исследователи до сих пор не имеют однозначного решения вопроса о способах точной обработки полученных результатов. В связи с этим возникает ряд трудностей, например, при измерении величины амплитуды колебания. Что считать точкой отсчета при определении высоты амплитуды: отклонение от некой произвольной средней линии или, принимая во внимание, что физиологической основой возникновения колебания КГР является нервный импульс, считать истинным подъемом амплитуды колебания любое отклонение кривой КГР, независимо от момента начала «всплеска»? Какая величина амплитуды колебания КГР является характерной для определения эмоционального отклика? И далее: какое с точки зрения определения эмоционального реагирования человека имеет значение частота появления спонтанных колебаний? Является ли частота появления спонтанных колебаний КГР отражением лишь скорости протекания нервных импульсов – индивидуальной особенностью нервной системы человека – или она характеризует наличие повышенной тревожности?» (Шишкова Н.Р., 2004). Выше мы уже описывали наш вариант измерения и интерпретации данных КГР. Мы предлагаем рассматривать профиль изменения напряжения как свидетельство процесса самоорганизации человека как открытой и, следовательно, всегда дефицитарной системы. То есть колебания КГР свидетельствуют и об индивидуальных особенностях человека и о его активности относительно ситуации.

2. Интерпретация изменения колебаний на кривой КГР. Н.Р. Шишкова отмечает: «В процессе наблюдения за изменениями колебаний на кривой КГР отмечается резкий всплеск амплитуды колебания в ответ на любой

внешний или внутренний раздражитель. Как правило, у здоровых людей при регистрации их спокойного фоновое состояние, то есть состояния, при котором отсутствует любая инструкция, запись КГР имеет вид плавно изменяющейся по вертикали кривой линии (А) с редкими всплесками колебаний невысоких амплитуд (от 0 до 5 у.е.)» (рисунок 1) (Шишкова Н.Р., 2004).

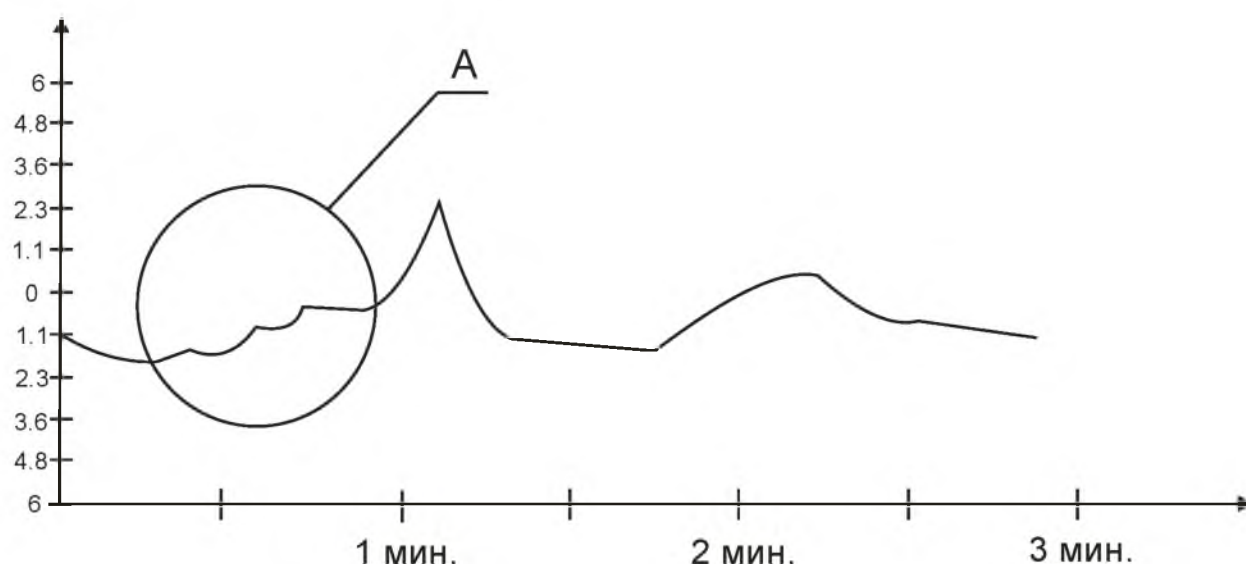


Рисунок 1 – Плавно изменяющаяся кривая КГР

На рисунке 2 видно, что некоторые зафиксированные колебания КГР имеют структуру монолитного всплеска амплитуды, имеющего в экстремуме одну вершину с последующим спадом (В), что можно принять как ответ на единичный нервный импульс.

Некоторые зафиксированные колебания КГР имеют по несколько вершин колебаний – многоступенчатые, что можно интерпретировать как ответ на множественный нервный импульс, сопутствующий эмоциональным реакциям организма (рисунок 3). Более того, спонтанные всплески колебаний амплитуд могут начаться как на фоне общего подъема кривой КГР, так и при ее спаде.

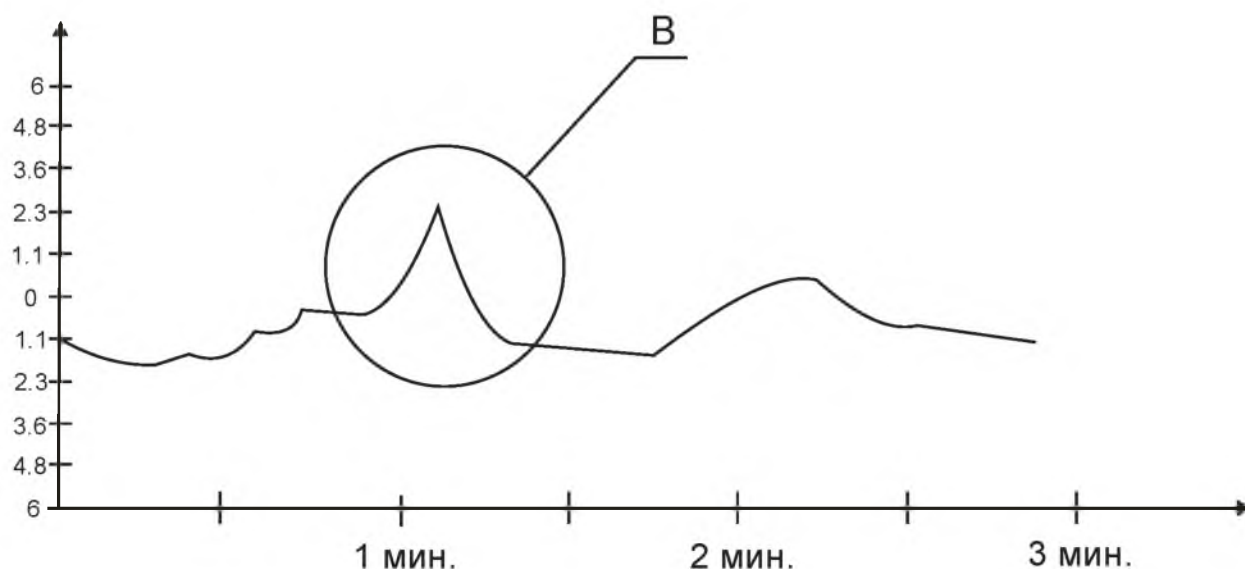


Рисунок 2 – Монолитный всплеск амплитуды КГР

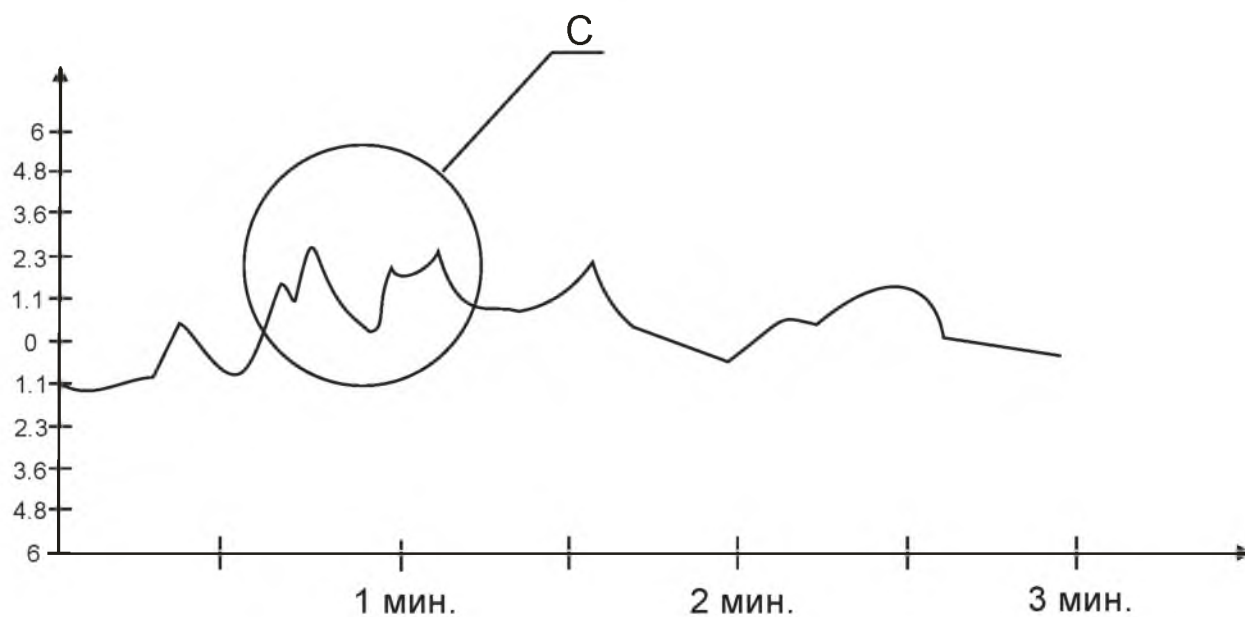


Рисунок 3 – Многоступенчатая кривая КГР

Мы предлагаем рассматривать не отдельные всплески амплитуд, а образ, то есть соответствие частоты, амплитуды и изменения, «ландшафт» напряжения).

3. Индивидуальный подход к интерпретации результатов.

Н.Р. Шишкова по этому поводу отмечает: «В ответ на один раздражитель на кривой КГР может быть зарегистрировано несколько

подъёмов и спадов амплитуд. В зависимости от качества раздражителя может наблюдаться либо угасание амплитуд (например, при ориентировочной реакции), либо их нарастание (например, при углублении в эмоциональную проблему). Какой конкретно внутренний раздражитель в процессе интеллектуальной деятельности человека при обдумывании эмоциональных проблем вызвал изменение направления кривой КГР определить практически невозможно. Такой анализ может быть подвластен лишь самому человеку, прошедшему предварительное обучение по использованию биологической обратной связи.

В нашем исследовании мы анализировали колебания, регистрировавшиеся в течение трех минут контролируемых условий. Наблюдения показали факты возникновения спонтанных колебаний, не связанных напрямую с внешним стимулом, то есть возникающих в ответ на внутренний раздражитель. Таким образом, мы можем принять необходимость индивидуальной интерпретации значений частоты и амплитуды колебаний КГР для каждого человека и каждой ситуации.

В работе Н.Р. Шишковой предлагается за единицу колебания принимать любое отклонение вверх кривой КГР от ее плавного горизонтального течения или от любого другого уровня, резкого спада или подъема, имеющее на вершине подъема либо пик с последующим спадом, либо равное плато. Мы же рассматривали в качестве единицы измерения профиль, «ландшафт» напряжения и при интерпретации сравнивали профили, смыслы рефлексивного интервью, значения по психометрическому тесту. Мы считаем, что такое «иллюстративное» использование КГР вполне адекватно и точные измерения изменений КГР будут иметь смысл тогда, когда мы более подробно изучим структуру и динамику психологического напряжения в связи с эмпатической активностью.

Использование измерений КГР для изучения психологического напряжения, обусловленного эмпатической активностью. Как уже описывалось выше для того, что бы проследить динамику соответствия

эмпатической активности внешним обстоятельствам и ситуации мы экспериментально воспроизвели ситуацию взаимодействия, характеризующуюся дефицитами активности с внешней стороны. Ситуация, в которую попадал испытуемый «встречала» его рядом эмпатических дефицитов со стороны «собеседника».

Дефицит инициативы. Неопределенность Другого. На экране нет никого. Испытуемый демонстрирует готовность, режим ожидания. Очевидно, что определенная степень эмпатической инициативы имеет место (ведь человек внимателен), но неопределенность и отсутствие реальных соответствий делает эту инициативу «напряженной возможностью», а не процессом. В картине изменения напряжения мы предполагаем увидеть компенсацию этого дефицита.

Дефицит реакций 1. На экране появляется молодая женщина, но она не смотрит на испытуемого. Испытуемый не знает как на это реагировать, как быть с собеседником, который не проявляет сам активности. Слишком большая неопределенность в системе эмпатических реакций заставляет человека компенсировать ее своей активностью. Мы предполагаем, что в этот промежуток времени прибор БАС зафиксирует напряжение, связанное с компенсацией дефицита эмпатических реакций. Но не изолированно от активности, связанной с эмпатической инициативой, а напряжение с ней согласующегося.

Дефицит реакций 2. Дефицит несколько иного характера. Молодая женщина на экране поднимает глаза и смотрит в лицо испытуемому. Что-то в ситуации происходит, но по прежнему неопределенность этого положения довольно высока.

Дефицит реакций 3. Женщина улыбается, но не понятно что она видит, кому или чему улыбается.

Дефицит реакций 4. Женщина произносит короткую фразу, но ее голоса не слышно и что она сказала не понятно.

Дефицит реакций 5. Женщина уходит, на экране опять никого нет.

Эти дефициты мы обозначили на горизонтальной шкале (шкале времени).

Разделив профиль КГР на временные отрезки, мы сравнили образы динамики психологического напряжения у наших респондентов.

Рефлексивную активность мы оценивали на основании рефлексивного интервью. Образ динамики КГР интерпретировали так: инициативный модус активности проявляется на всем протяжении контролируемой ситуации. Но наиболее показательны в отношении инициативы крайние значения амплитуд. В остальном времени напряжение свидетельствует о совокупном вкладе реактивного и инициативного напряжения (рисунок 4).

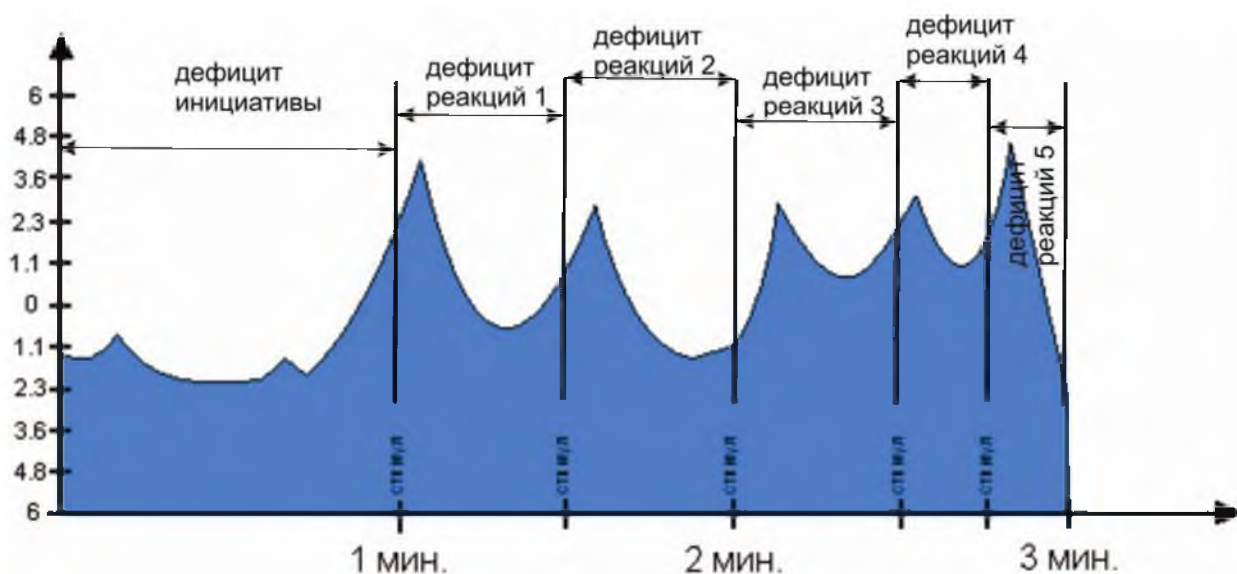


Рисунок 4 – Зафиксированные проявления психологического напряжения на профиле КГР

Мы считаем, что осуществленное нами эмпирическое исследование, не доказывает истинность наших теоретических построений, но косвенно подтверждает возможность разработки коэффициента, позволяющего наблюдать эмпатическую активность человека посредством неречевых маркеров. Уже сейчас мы можем гипотетически уточнять и интерпретировать психологическую структуру эмпатической активности не

только посредством анализа текстов, но и посредством синхронизации и измерения данных о психологическом напряжении при организации практик формирования эмпатической компетенции.

3.3. Описание результатов. Типы эмпатической активности

а. Результаты теста. В соответствии с психометрическими характеристиками участников эксперимента исследованные нами случаи были распределены на четыре группы в соответствии с нормами ключа теста Бойко на уровень эмпатии:

30 баллов и выше – очень высокий уровень эмпатии – 3 человека.

29–22 – средний – 21 человек.

21–15 – заниженный – 35 человек.

Менее 14 баллов – очень низкий – 11 человек.

Мы предполагаем, что результаты теста свидетельствуют о специфике эмпатической инициативы и специфике в структуре эмпатических дефицитов.

б. Результаты интерпретации рефлексивных интервью. Такие фразы из интервью как:

– *Интересно, что она думает.*

– *Мне было интересно, то, что здесь происходило.*

– *Хотелось понять, что она сказала.*

Мы интерпретировали как свидетельствующие о направленности на проявление интереса и понимания.

– *Непонятно, что она хочет от меня.*

– *Она на меня не смотрела – меня что – видеть не хотят?*

– *Не понимаю смысл того что происходит, скажите...*

– *Такое ощущение, что она смотрит на тебя и всю разглядывает.*

В этих фразах по нашему мнению можно увидеть свидетельство агрессивной составляющей.

– Хотелось улыбнуться, но я сдерживался каким-то образом.

– Просто наблюдаю за человеком, вижу его эмоции, но со мной ничего не происходит. Смотрит на меня, мне нужно как то отреагировать, но я сдерживаюсь.

– Я пыталась сохранять спокойствие. Надо не улыбаться, не привлекать к себе внимания.

– Обратила внимание на образ, макияж и причёску. Хотелось улыбнуться, но я себя сдерживала.

– Было тяжело эмоции сдерживать и так далее.

Мы интерпретировали как свидетельствующие о направленности на сдерживание эмоций.

в. Типы профилей КГР. В соответствии с результатами измерения КГР мы распределили случаи на три группы динамики напряжения (рисунков колебаний частоты и амплитуды КГР) и типов эмпатической активности.. Мы назвали их в соответствии со специфическими для этих случаев свойствами, которые эксплицировали посредством феноменологической интерпретации наблюдавшихся нами медиаторов опыта – поведения психометрических значений, рефлексивных текстов.

На рисунках представлены схемы, представляющие типичные контуры профилей динамики психологического напряжения.

Профиль № 1

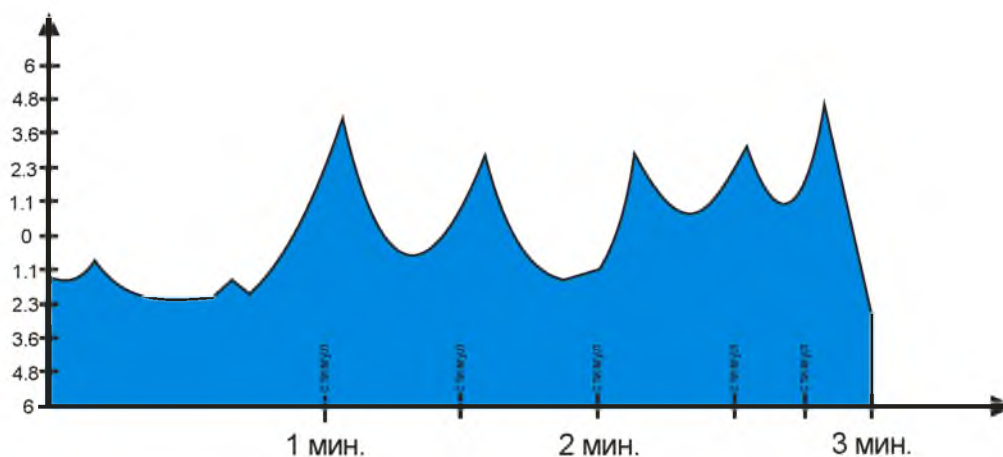


Рисунок 5 – Диаграмма КГР № 1

Этот профиль характерен наличием редких всплесков с достаточно высокой амплитудой и, – самое главное, – стабильной реакцией на внешние стимулы. Это профиль имеют 19 человек из общего количества испытуемых в 70 человек.

Профиль № 2

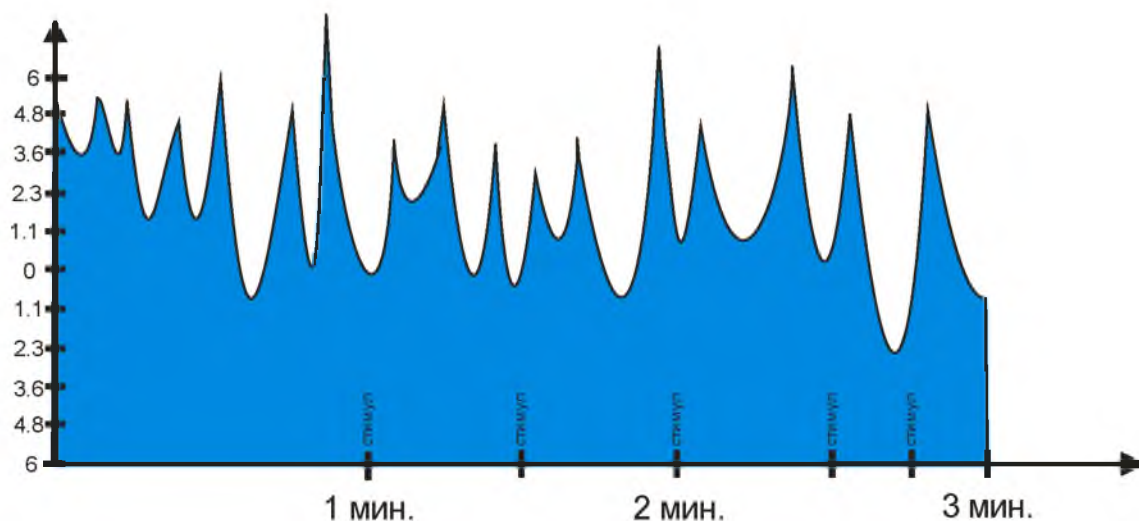


Рисунок 6 – Диаграмма КГР № 2

На рисунке изображен профиль КГР, который своеобразен значительной высотой и значительной частотой амплитуды. Данный профиль принадлежит шестнадцати испытуемым.

Профиль № 3

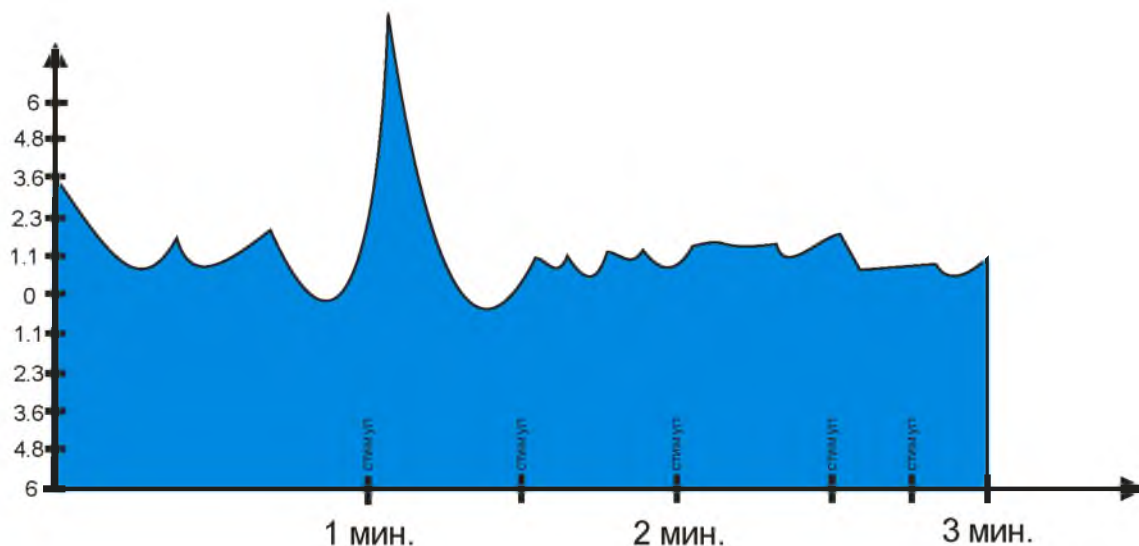


Рисунок 7 – Диаграмма КГР № 3

Своеобразие профиля № 3 заключается в отчётливой, и в то же время очень высокой, амплитуде, отвечающей на первый внешний стимул, но дальнейший ландшафт уплощается до конца ситуации, либо стремится к уплощению, либо уплощение происходит в момента начала эксперимента, либо изменения амплитуды в сторону увеличения происходит после окончания первой части и переходу ко второй части – рефлексивному интервью. У этого профиля самое большое количество обладателей – 35 человек.

Типы эмпатической активности с иллюстрацией динамикой изменения КГР. Сопоставив интенциональность рефлексивных интервью с профилями КГР в исследовании мы обнаружили определенное соответствие, например между агрессивной направленностью рефлексии и профилем КГР № 2, или сдерживающей направленностью и профилем КГР № 3. На этом основании мы выделяем три типа эмпатической активности.

Типы эмпатической активности:

1. *Идеальный тип эмпатической активности (интенсивный сбалансированный)*¹ (рисунок 8)

Данный тип динамики психологического напряжения отражается на профиле КГР соответствием значений амплитуд и частоты колебаний событиям, происходящим во взаимодействии. Мы назвали этот тип интенсивным сбалансированным, имея ввиду сбалансированность напряжения относительно ситуативных аспектов и аспектов инициативных, реактивных, рефлексивных, адекватность динамики психологического напряжения как по отношению к событиям, так и по отношению к интерпретациям событий.

Такая динамика, на наш взгляд, соответствует нормальному процессу эмпатического переживания с точки зрения системно-антропологической модели эмпатической активности – о «преображении» свидетельствует первый и последний пики КГР, а также структура возникшего пространства

¹ Все типы профилей имеют авторское название.

для «образования» между первым и последним пиками. Умеренная динамика напряжения внутри обозначенных пиками границ говорит о сбалансированной рефлексии.

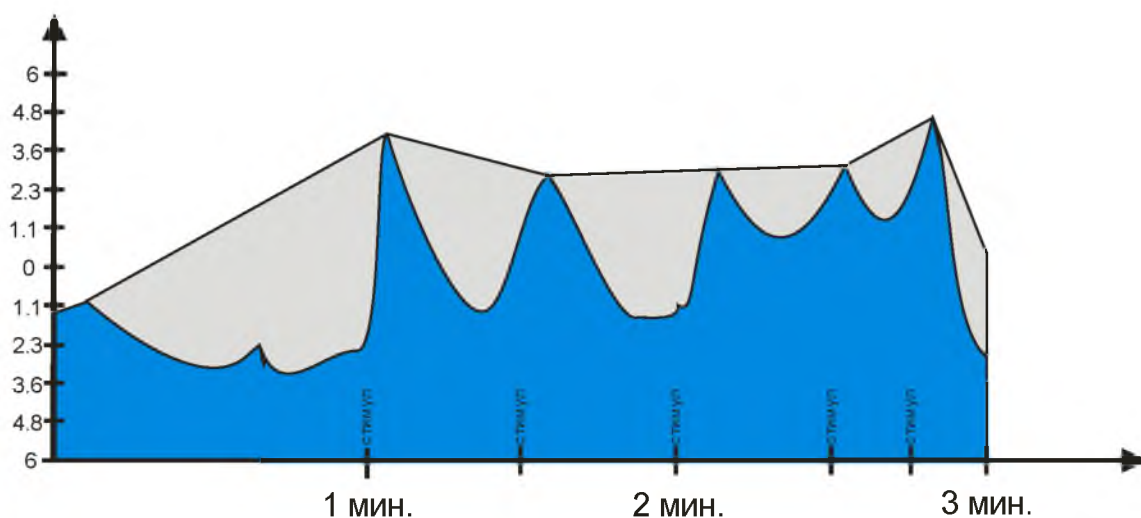


Рисунок 8 – Идеальный тип динамики напряжения

Поясним еще раз суть нашей интерпретации этого типа динамики напряжения: колебания КГР синхронизированы с событиями изменения ситуации, то есть напряжение «внутреннее» соответствует «внешнему напряжению», активности «собеседника», мы можем предположить, что респондент эмоционально открыт и готов воспринимать. При этом он не «впадает в ситуацию», не теряет себя, степень его устойчивости остается достаточной. Свидетельства напряжения минимизируются или практически исчезают в моменты отсутствия внешних изменений, человек активен и спокоен. Между моментами напряжения, которые мы интерпретируем как моменты прерывания, преобразования, возникает пространство для инициативы — можно по-своему воспринять, преобразить как свое восприятие, так и возникающее при этом напряжение.

Этот рисунок динамики напряжения в нашем исследовании характерен для 19 случаев из 70. Для них в среднем характерно и значение по тесту, которое рекомендуется считать средним – 21,37 балла. Этот тип динамики напряжения встречается довольно часто. В нашем исследовании частота

встречаемости не является достоверным параметром, все же можно учесть ее при построении гипотез дальнейшего исследования. Рефлексия респондентов, показавших такой тип изменения напряжения, в значительной степени направлена на расширение активности, интереса, удивления. Мы считаем, что именно такой тип динамики психологического напряжения характерен для человека со сформированной эмпатической компетенцией.

2. Интенсивный несбалансированный тип эмпатической активности (эмпатический реактивно-заполняющий тип) (рисунок 9).

Колебания КГР возникают соответственно динамике стимульных событий, но «теряются» на фоне сильных реакций на незначительные внешние или «внутренние» стимулы. По такому профилю нельзя с уверенностью сказать, что психологическое напряжение соответствует пониманию и восприятию человека того, что перед ним. При этом колебания КГР (реакции), располагающиеся между основными всплесками, также являются мощными и частыми.

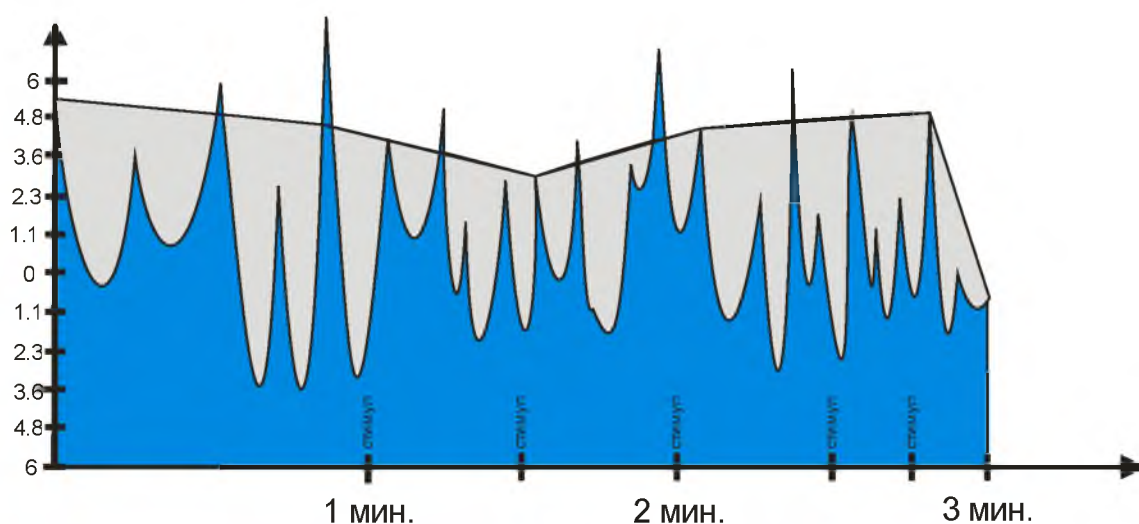


Рисунок 9 – Интенсивный несбалансированный тип динамики напряжения

Очень частая и мощная реакция, не синхронизированная с явным внешним стимулом, а также при отсутствии реального, внешнего стимула, говорит о том, что эти напряжения свидетельствуют о внутренних

психических процессах, и о том, что их сила действия равна либо превышает силу действия реального внешнего стимула. Среднее значение по психометрическому тесту у испытуемых, показавших такой тип динамики напряжения – 19,25 балла, то есть ниже нормы. Такой тип напряжения был характерен для 16 из 70 человек. В их рефлексивном интервью прослеживается направленность на выражение агрессии. Об агрессии свидетельствуют нетерпеливые требования быстрее понять происходящее, стремление как можно быстрее избавиться от этого контакта.

3. Самоограничивающий тип эмпатической активности. (Эмпатический реактивно-спадающий тип) (рисунок 10).

Рисунок динамики напряжения в этом случае позволяет предположить, что внешние события не определяют динамику напряжения на всем протяжении переживания, разве что только очень опосредованно. А тенденция психологического напряжения задается контролем и блокированием открытости. При появлении «собеседника», – мы рассматриваем это как начало взаимодействия, – фиксируется мощная реакция, которая моментально как будто подавляется, и дальнейшая фиксация КГР дает картину резкого изменения динамики в сторону уменьшения амплитуды колебаний до возможного минимума. Реакции на изменения во внешней ситуации становятся очень мелкими, по сравнению с первой реакцией на начало события. Но можно предположить, что и реакции на внутренние стимулы так же слабо выражены. Мы полагаем, что такая динамика психологического напряжения свидетельствует о подавлении реакций, инициативном подавлении. Этим смыслом инициатива и исчерпывается. Пространство для формирования новых инициатив не формируется. Очевидно, что инициатива, направленная на подавление реакций, задает особый уровень эмпатии, заниженный. Это подтверждается значениями по психометрии. В среднем для респондентов, показавших такой тип динамики напряжения, значение по тесту – 18,25. Такой рисунок напряжения присущ в 35 случаях из 70. Этот тип напряжения является

наиболее частым в нашем исследовании. Не исключено, что он связан с догадкой испытуемых о том, что они имеют дело с записью. В рефлексивном интервью этих респондентов присутствует ориентация на эмоциональное сдерживание и рациональное, обобщенное суждение об опыте.

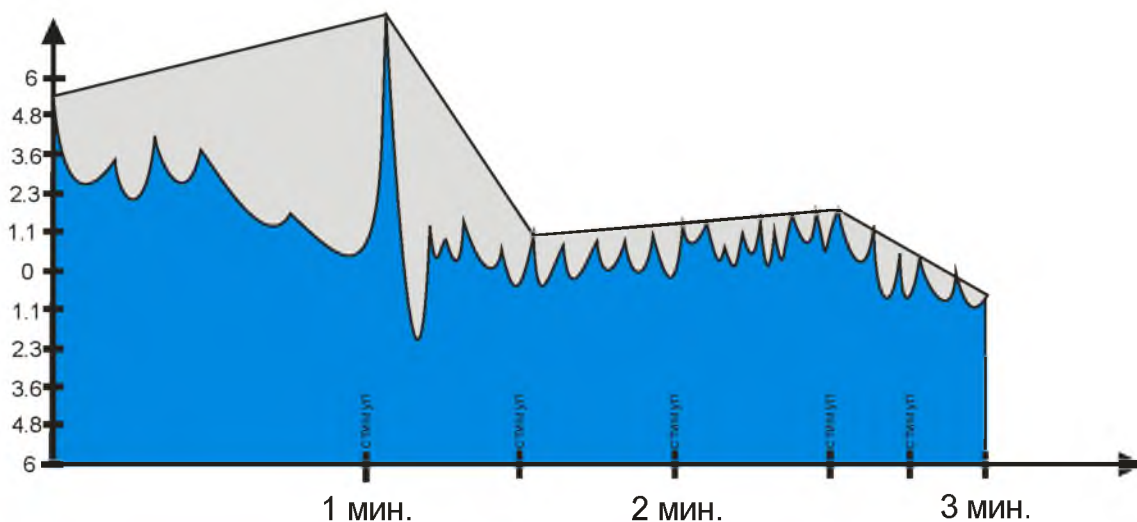


Рисунок 10 – Самоограничивающийся тип динамики напряжения

Для того, чтобы уточнить, характерны ли динамики напряжения, зафиксированные нами в эксперименте, для ситуаций реального взаимодействия, мы проанализировали и рисунки КГР после того, как для испытуемого «эксперимент закончился». Датчики прибора «РИАКОР» продолжали снимать измерения, когда исследователь проводил рефлексивное интервью. То есть, в этом случае ситуация была действительно ситуацией взаимодействия, в которой один из участников (исследователь) действительно интересовался другим. Хотя и весьма «по-своему». Надо сказать, что в некоторых случаях картина динамики напряжения менялась, а в некоторых случаях оставалась прежней.

Изменение структуры психологического напряжения (частоты и амплитуды КГР) было отмечено в 47 случаях из 70. В 23 случаях рисунок изменений КГР оставался тем же. Можно предположить, что структура напряжения не определяется однозначно внешними или внутренними факторами. Человек может практиковать эмпатию как в границах

собственных установок, например, в соответствии со своим темпераментом, так и более открыто, даже вопреки своему темпераменту. При этом варианты изменения структуры психологического напряжения при переходе от одной ситуации к другой позволяют предположить, что некоторые типы динамики напряжения в большей степени обусловлены индивидуальными характеристиками человека на данный период времени жизни.

Ситуация, которую мы моделировали, отличалась недостаточностью смысла, информации, определенности. То, что в большинстве случаев микродинамика психологического напряжения изменялась (в 47 случаях из 70) позволяет предположить, что реактивная составляющая в структуре взаимодействия занимает значительное место, но и возможности для эмоциональной инициативы и для рефлексии (воспроизводства представлений и восприятий) тоже следует принимать в расчет.

Динамика интенсивного несбалансированного типа оставалась неизменной и в ситуации смоделированной ситуации и в ситуации реального интервью. Возможно, это следует объяснить тем, что чувствительность прибора бала такова, что он не мог зафиксировать действительно изменяющиеся параметры. Амплитуда и частота изменений КГР у этих респондентов были велики и во время переживания смоделированной ситуации и во время реального интервью, поэтому динамика казалась неизменной. Но не исключено, что интенсивный несбалансированный тип в динамике напряжения представляет собой вариант эмоциональной «универсализации», то есть действительно имеет место в ситуациях взаимодействия и характеризует некоторую форму проявления эмпатии.

Изменения динамики напряжения при переходе от эмоционально неопределенной ситуации к эмоционально нормальной в большинстве случаев происходили в сторону увеличения значений амплитуды. В 16 случаях значения амплитуды КГР были предельно высоки, и частота тоже была велика настолько, что уловить какую-то закономерность было невозможно.

Так называемый «идеальный тип динамики» – интенсивный сбалансированный (19 случаев) – при изменении ситуации практически всегда трансформировался в интенсивный несбалансированный (12 случаев), изредка напоминал сдерживающий тип (4 случая), а еще реже оставался похожим на идеальный тип (3 случая). Вероятно, стоит предположить, что при изменении ситуации респонденты реагировали на большее количество внешних событий и стимулов, чем в смоделированной ситуации интернет-коммуникации. Иногда принимали эмоциональную стратегию сдерживания и самоограничения. Мы считаем высокую вероятность изменения сбалансированного типа появления активности при изменении ситуации одним из подтверждений нашей гипотезы о комплементарной природе эмпатической активности и значимости эмпатийных дефицитов.

Сдерживающий тип динамики напряжения (35 случаев) чаще всего переходил в вариант интенсивного несбалансированного типа (27 случаев), в трех случаях типичная структура сдерживающего типа сохранялась, а еще в трех случаях динамика была больше похожа на аутоактивный тип. Последний переход, на наш взгляд, говорит о возможности сдерживания и контроля своего эмоционального состояния до такой степени, что реакции на внешние, реальные и множественные в отличие от модельной ситуации, стимулы подавляются на глубоком уровне самоорганизации. В таких случаях мы можем предположить возрастающую степень психологической закрытости.

Разнообразие вариантов переходов от одного типа динамики напряжения к другому при радикальном изменении ситуации позволяет предположить, что, во-первых, эмоциональные реакции могут быть обусловлены различными уровнями самоорганизации психологической системы; а во-вторых, кроме реактивной активности, существенный вклад вносит инициативная и рефлексивная составляющая. Проведенные нами исследования случаев косвенно подтверждают прагматическую ценность нашей модели.

Сравнительный анализ типов эмпатической активности

Таблица 2 – Сводная таблица полученных данных

Наименование типа эмпатической активности	Число участников	Количество баллов по психометрическому тесту	Направленность рефлексии
Идеальный тип	19	21,37	Проявление открытости, интереса, удивления
Интенсивный несбалансированный	16	19,25	Проявление агрессии и экспрессии
Самоограничивающий	35	18,25	Контроль эмоций с тенденцией к сдерживанию и желание когнитивного понимания происходящего

Большая часть участников эксперимента, которые имели тенденцию к проявлению агрессии имели балл по тесту в диапазоне от 19,25 но не ниже 18,25. То есть наблюдалась тенденция в соответствии с уменьшением значений психометрии в рефлексивных интервью менялась направленность от проявления интереса через проявление агрессии до проявления сдерживания своих чувств.

На наш взгляд кажется интересным тот факт, что агрессия в возможных отношениях между людьми не делает их менее проницательными, чем людей сдерживающих свои эмоции. То есть при всем внешнем спокойствии, сдерживающий себя человек, возможно, менее эмпатичен, чем человек агрессивный.

Достаточно выражено дефицитарность эмпатической активности в рефлексивном интервью проявляется в тенденции к проявлению агрессии. Мы считаем, что в случае агрессии можно говорить об избытке эмпатических реакций и дефиците в эмпатической инициативы.

Что касается тенденции к сдерживанию, то здесь речь может идти о дефиците эмпатических реакций, который в свою очередь определяется избытком эмпатической рефлексии.

Интерпретация данных:

1. Интерпретация результатов позволяет подтвердить значимость психологической открытости. Участники исследования, показавшие первый и второй типы динамики напряжения, в интервью не проявляли желания сдерживать эмоции, в то время как испытуемые, показавшие третий тип динамического профиля, наоборот, в большинстве выразили желание эмоции сдерживать.

На наш взгляд, такое соответствие свидетельствует о системе согласованности инициатив, реакций и рефлексий. Большая открытость характерна для респондентов, показавших динамику напряжения, характеризующуюся силой и интенсивностью изменений в соответствии с внешними стимулами, а между внешними стимулами присутствуют мелкие и редкие напряжения, свидетельствующие о минимальной реакции на внутренние стимулы. То есть, сдерживания открытости не наблюдается не только в рефлексивном интервью, но и в динамике КГР, свидетельствующих о психологическом напряжении. В случае же, когда присутствует много мощных промежуточных реакций, непосредственные реакции на внешние стимулы не выражены, а доминируют реакции на внутренние стимулы, то есть собственные мысли, образы. Сдерживание и в речи свидетельствует о динамике закрытости.

2. Тенденция снижения психометрических показателей по направлению от первого к третьему профилю напряжения, вероятно, не является случайностью. Первый тип профиля – самый активный по признаку возможности эмпатического взаимодействия, проявления эмпатической инициативы.

Респонденты, имеющие сбалансированный, идеальный тип (№ 1), имеют средний балл по тесту – 21,37, что соответствует среднему уровню эмпатии, составляющему 22 балла. Показатель ниже 22 баллов свидетельствует о «заниженном» уровне эмпатии. В нашем исследовании самые высокие баллы характерны для респондентов, показавших именно первый тип профиля изменений КГР.

Представители, показавшие тип профиля № 2 – интенсивный несбалансированный тип эмпатической активности, имеют в среднем на 2,12 балла меньше. Множество всплесков с высокой амплитудой, свидетельствующих о внутреннем напряжении, между внешними стимулами, оставляют мало места для проявления эмпатической инициативы и проявления большего диапазона соответствий.

Респонденты, имеющие самоограничивающий тип эмпатической активности, показывающие третий тип динамики напряжения имеют в среднем психометрический показатель на 3,12 балла ниже, чем представители, показывающие сбалансированный тип, и на 1 балл меньше, чем у интенсивного несбалансированного типа (№ 2).

Это можно интерпретировать как наличие внутренней необходимости сдерживать эмпатические реакции, чтобы не допустить эмпатической инициативы. Как мы писали в теоретической части, мы считаем, что эмпатия проявляется как системное основание во взаимодополнительности инициатив, реакций и рефлексий. Если блокировать эмпатические реакции, то и эмпатическая инициатива тоже не возникнет.

Сравнительный анализ стилей эмпатической активности у студентов психологического факультета и юридического факультета. Это сравнение мы провели для проверки гипотезы о том, что эмпатическая компетентность имеет свои особенности в различных профессиях. Различия между группами юристов и психологов оказались довольно яркими. Средние данные по тесту: ФП – 20,4 балла, ЮФ – 18,22 балла. Мы не утверждаем объективности этих различий, поскольку работаем не с выборкой, а со случаями и наша цель – не проверка, а выдвижение исследовательских гипотез. Анализ случаев позволяет нам выдвигать и уточнять гипотезы, что достаточно для разработки практических форм работы над проблемой эмпатической компетенции в контексте профессиональных особенностей.

Можно было бы сказать, что студенты юридического факультета менее эмпатичны, чем студенты факультета психологии. Но это слишком грубое

предположение. Ведь и юрист, и психолог, если они эффективны в понимании, значит и достаточно эмпатичны. По-своему эмпатичны. Мы полагаем, что их эмпатические компетенции отличаются.

№ 1 Идеальный тип эмпатической активности (сбалансированный). По нашим данным студенты факультета психологии и студенты юридического факультета могут быть в потенциале одинаково эмпатичны, поскольку показывают сбалансированный тип динамики психологического напряжения. Но отличия в направленности их рефлексии говорит, что эмпатическую активность они проявляют и понимают по-разному. Вероятно, юристы преодолевают неопределенность и недостаток смысла ситуации взаимодействия в направлении «дознания» (разобраться, выяснить, понять). А студенты-психологи в направлении установления контакта (открыться, отозваться, установить связь).

№ 2 Интенсивный несбалансированный тип эмпатической активности. Интенсивный несбалансированный тип динамики напряжения отражает частые аффективные реакции, которые регистрируются в виде частых высокоамплитудных всплесков. Можно предположить, что этот тип напряжения соответствует гипотезе о когнитивном диссонансе и инициатива в данном случае направлена на преодоление это диссонанса, но с определенной тенденцией соответствия.

У студентов юридического факультета количество людей, показывающий этот профиль, меньше, чем у студентов факультета психологии. Можно предположить, что это говорит о возможном неприятии в профессиональных кругах юридических профессий эмоционального реагирования на жизненные ситуации.

По результатам теста у студентов факультета юриспруденции в среднем показатели на 4,67 балла меньше, чем у студентов факультета психологии. Вероятно, тенденция сдерживать свои эмоциональные импульсы связана и с эмоциональным дистанцированием.

Рефлексивное интервью содержит агрессивную составляющую в обеих группах. Студентов факультета юриспруденции отличает то, что они

показали стремление как можно быстрее вынести заключение, суждение относительно ситуации, понять, что это было. Студенты психологи проявили склонность к сомнениям и пониманию того, что происходило с ними самими, как они себя чувствовали.

№ 3. Самоограничивающий тип эмпатической активности.

Количество баллов по тесту у обеих групп студентов, показавших этот тип, фактически одинаковое. Что предполагает похожие способы и формы проявления эмпатии.

Интересным выглядит количество участников, имеющих самоограничивающий тип эмпатической активности. При практически схожем числе участников с двух сторон (ПФ – 32 человека, ЮФ – 38 человек), количество человек, имеющих данный тип динамики напряжения, у студентов факультета юриспруденции больше на 16 человек.

Мы предполагаем, что студенты юридического факультета имеют склонность контролировать свои эмоции после первоначальной эмоциональной эмпатической реакции. Установки, ориентирующие студентов на безэмоциональное реагирование при любой ситуации, нацелены на соответствие внешним обстоятельствам и, в то же самое время, на максимальное игнорирование или подавление собственных чувств. В рефлексивном интервью у участников обеих групп присутствует тенденция к сдерживанию и контролю.

Аналитическое обобщение. Студенты факультета юриспруденции и студенты психологического факультета выглядят по-разному в измерениях согласно комплементарной модели эмпатии. Если мы сравниваем психометрические показатели и направленность рефлексии у респондентов, показывающих похожий тип динамики психологического напряжения, то обнаруживаем отличия, свидетельствующие о специфике эмпатических проявлений. На основании применения комплементарной модели эмпатии мы можем уточнять и понимать особенности эмпатической компетенции, характерные для различных профессиональных сообществ. Мы можем

предположить, что дефициты в модусе эмпатической инициативы более «травматичны» для эмпатической активности, чем дефициты эмпатических реакций.

Профессиональное образование накладывает отпечаток на формирование эмпатических компетенций. У студентов факультета психологии это способность к эмоциональному погружению в происходящее, у студентов юридического факультета, наоборот, стремление как можно меньше реагировать эмоционально и как можно больше рационально, что достигается постоянным сдерживанием и подавлением эмоциональных эмпатических реакций. Характеристика «более эмпатичен» или «менее эмпатичен» не отражает реальности без учета ситуации соответствия всех модусов эмпатической активности, респонзивности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании результатов транспективного анализа категории «эмпатическая активность» мы осуществили эмпирическое исследование по поиску маркеров процесса перехода эмпатического потенциала в эмпатическую активность. Мы использовали анализ случаев для выдвижения и уточнения гипотез об эмпатической активности и эмпатической компетенции. Наше исследование не подразумевало количественную проверку закономерностей эмпатических проявлений на больших выборках. Тем не менее, полученные нами данные косвенным образом подтверждают ценность комплементарного понимания процессов перехода эмпатии как напряженной возможности в эмпатию как специфическую активность, то есть, понимания эмпатии как базового основания человеческого присутствия, а эмпатической активности как системы проявлений этого основания, которая определяется соответствием различных модусов активности эмпатизирующего и эмпатизируемого – респонзивности, в частности соответствием модусов инициативности, реактивности и рефлексивности.

Поставленные в исследовании задачи были решены и на основании полученных результатов можно сделать следующие выводы:

1. Транспективный анализ категории «эмпатическая активность» позволяет предположить, что эмпатическая активность – это интенциональный эквивалент восприятия Другого, устанавливающийся в темпоральном отношении. Эмпатическая активность имеет различный смысл на различных уровнях организации индивидуальной жизни:

- эквивалент увеличения, сохранения или уменьшения напряжения;
- эквивалент определенности, надежности, постоянства;
- эквивалент взаимопонимания, доверия, общности целей;
- эквивалент взаимной ответственности;
- эквивалент непосредственности, интимности;
- эквивалент целостности, чуда, веры.

2. Эмпатическая активность имеет респонзивный характер и представляет собой преобразование потенциального психологического напряжения в актуальную активность. Дефициты эмпатической активности определяют дефициты восприятия, принятия, понимания. Конкретную жизнеформу эмпатическая активность приобретает в темпоральном соответствии, то есть в отношении момента прерывания потока восприятия и в отношении дления восприятия.

3. Динамика эмпатической активности может маркироваться на различных уровнях, включая психофизиологические, на основании соответствия эмпатических дефицитов в императиве и в ответе. Эмпатическая активность есть интенциональный эквивалент восприятия другого, устанавливающийся в транстемпоральном отношении: эмпатия имеет различный смысл в связи с тенденцией согласования различных уровней организации жизни.

Теоретическим результатом исследования является обоснование категории эмпатической активности, практическим – разработка методических оснований для решения задач по формированию эмпатических компетенций.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ

1. Авдеева Н. Н. Понятие идентификации и его применение к проблеме понимания человека человеком // Теоретические и прикладные проблемы познания людьми друг друга / под ред. А. А. Бодалева. – М. : АПН СССР, 1975. – С. 6–9.
2. Агавелян Р. О. Эмпатия как фактор психологической готовности дефектолога к профессиональной деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 1995. – 16 с.
3. Андреева Г. М. Социальная психология : учебник. – 2-е изд., доп. и перераб. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 432 с.
4. Андреева Г. М. Психология социального познания. – М. : Аспект Пресс, 2007. – 288 с.
5. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С. 57–65.
6. Аракелов Г. Г., Шотт Е. К. КГР при эмоциональных, ориентировочных и двигательных реакциях // Психологический журнал. – 1998. – № 4. – С. 45–47.
7. Аракелов Г. Г., Шишкова Н. Р. Объективный метод оценки снятия тревожности, вызванной длительными стрессовыми воздействиями // Методы психологии : материалы конференции. – Ростов н/Д, 1997. – Т. 3, вып. 1. – С. 14.
8. Арсеньев А. С., Библер В. С., Кедров Б. М. Анализ развивающегося понятия. – М. : Наука, 1967. – 440 с.
9. Архангельская В. В. Значение идей Дильтея для современной практической психологии: «жизненные понятия» и «категории жизни» // Московский психотерапевтический журнал. – 2005а. – № 1. – С. 30–42.
10. Архангельская В. В. Проблема понимания в современной индирективной психотерапии : дис. ... канд. психол. наук. – М., 2005б. – 194 с.

11. Асмолов А. Г. По ту сторону сознания: методологические проблемы неклассической психологии. – М. : Смысл, 2002. – 480 с.
12. Бассин Ф. В. О развитии взглядов на предмет психологии // Вопросы психологии. – 1971. – № 4. – С. 101–113.
13. Бассин Ф. В. «Значащие» переживания и проблема собственно-психологической закономерности // Вопросы психологии. – 1972. – № 3. – С. 105–124.
14. Бауэр И. Почему я чувствую, что ты чувствуешь: интуитивная коммуникация и секрет зеркальных нейронов / пер. с нем. И. Тарасовой. – СПб. : Изд-во Вернера Регена, 2009. – 111 с.
15. Бенеш Н. Л. Актерская психотехника как психологическое средство развития личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Хабаровск, 2007. – 23 с.
16. Бережковская Е. Л., Радинская Н. Г. Культурно-историческая и гуманистическая психология: возможные точки схода (эмпатия как высшая психическая функция) // Вестник РГГУ. – 2006. – № 1. – С. 126–145.
17. Бинсвангер Л. Экзистенциально-аналитическая школа мысли [Электронный ресурс]. – URL: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/Article/bins_ekz.php. (дата обращения: 30.06.2014).
18. Бодалев А. А. Личность и общение. – М. : Педагогика, 1983. – 272 с.
19. Бодалев А. А., Каштанова Т. Р. О разработке проблем эмпатии // Групповая психотерапия при неврозах и психозах / под ред. Б. Д. Карвасарского, В. А. Мурзенко. – Л. : Изд-во Ленинградского науч.-исслед. психоневролог. ин-та им. В. М. Бехтерева, 1975. – С. 11–19.
20. Бодалев А.А. Эмпатия [Текст] // Психология общения. Энциклопедический словарь / под общ. ред. А.А. Бодалева. – М. : Когито-Центр, 2011. – С. 54. [Электронный ресурс]. – URL: <http://vocabulary.ru/dictionary/1095/word/yempatija> (дата обращения: 16.04.2014).

21. Борисенко С. Б. Методы формирования эмпатии учителей : дис. ... канд. психол. наук. – Л., 1988. – 283 с.
22. Боуэн М. В.-Б. Духовность и личностно-центрированный подход // Вопросы психологии. – 1992. – № 3–4. – С. 24–33.
23. Босс М. Недавние размышления о дазайн-анализе // Московский психотерапевтический журнал. 2009. № 2. С. 147–167.
24. Босс М. Влияние Мартина Хайдеггера на возникновение альтернативной психиатрии [Электронный ресурс]. – URL: <http://maryl982.narod.ru/boss.html> (дата обращения: 14.04.2014).
25. Бохарт А. К. Эмпатия в клиент-ориентированной психотерапии: сопоставление с психоанализом и Я-психологией // Иностранная психология. – 1993. – Т. 1, № 2. – С. 57–64.
26. Боцарт Д. Не обязательно необходимые, но всегда достаточные // К. Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века / под ред. Д. Брэзиера ; пер. с англ. – М. : Когито-центр, 2005. – 315 с.
27. Братусь Б.С. Психология и этика. Опыт построения дискуссии. М.: Бахрах, 1999. – 128 с.
28. Бреслав Г. М. Психология эмоций. – 3-е изд., стер. – М. : Смысл, 2007. – 544 с.
29. Будаговская Н. А. Адаптация многофакторного опросника эмпатии М. Дэвиса: анализ факторной структуры: дипломная работа. – М. : МГППУ, 2011. – 75 с.
30. Булюбаш И. Д. Руководство по гештальт-терапии. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2004. – 768 с.
31. Бусыгина Н. П. Философские основания гуманитарной психологии // Московский психотерапевтический журнал. – 2007. – № 4. – С. 26–46.
32. Бусыгина Н. П. «Трудная» проблема сознания в современной философии психологии // Психотерапия. Сознание. Культура : Труды по консультативной психологии и психотерапии. – М. : ПИ РАО ; МГППУ, 2008. – Вып. 2. – С. 9–38.

33. Ванершот Г. Эмпатия как совокупность микропроцессов // К. Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века / под ред. Д. Брэзиера ; пер. с англ. – М. : Когито-центр, 2005. – С. 52–78.
34. Васильева С. В. Антропология, теория познания и этика в философии Макса Шелера : автореф. дис. ... канд. филос. наук.. – М., 2008. – 20 с.
35. Васильева С. В. Ценностный мир личности: к истокам антропологии Макса Шелера. – Петрозаводск : Изд-во ПетрГУ, 2011. – 145 с.
36. Василькова А. П. Эмпатия как один из специфических критериев профессиональной пригодности будущих специалистов-медиков : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 1998. – 17 с.
37. Василюк Ф.Е., Зинченко В.П., Мещеряков Б.Г. и др. Методология психологии: проблемы и перспективы. М. ; Спб., 2011. С. 274–278.
38. Василюк Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
39. Василюк Ф. Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи // Вопросы психологии. – 1988. – № 5. – С. 27–37.
40. Василюк Ф. Е. Методологический анализ в психологии. – М. : МГППУ ; Смысл, 2003. – 240 с.
41. Василюк Ф. Е. Переживание и молитва: опыт общепсихологического исследования. – М. : Смысл, 2005. – 191 с.
42. Василюк Ф. Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система : дис. ... д-ра психол. наук. – М., 2007а. – 407 с.
43. Василюк Ф. Е. Семиотика и техника эмпатии // Вопросы психологии. – 2007б. – № 2. – С. 3–14.
44. Вебер В. Важные шаги к помогающему диалогу. Программа тренинга, основанная на практическом опыте / пер. с англ. С. М. Адамовой ; под общ. ред. В. Е. Кагана, Е. С. Креславского. – СПб. : РАТЭПП, 1998. – 41 с.
45. Власова Т. В. Эмпатия: от психологии к феноменологии. – Владивосток : ДВГМА, 2000. – 84 с.

46. Выготский Л. С. Исторический смысл психологического кризиса // Выготский Л. С. Собр. соч. : в 6 т. – М. : Педагогика, 1982. – Т. 1. – С. 291–436.
47. Выготский Л. С. Кризис семи лет // Выготский Л. С. Собр. соч. : в 6 т. – М. : Педагогика, 1984. – Т. 4. – С. 376–385.
48. Гаврилова Т. П. Экспериментальное изучение эмпатии у детей младшего и среднего школьного возраста // Вопросы психологии. – 1974. – № 5. – С. 107–114.
49. Гаврилова Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии // Вопросы психологии. – 1975. – № 2. – С. 147–158.
50. Гаврилова Т. П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста : дис. ... канд. психол. наук. – М., 1977. – 149 с.
51. Гаврилова Т. П. Социальная децентрация и ее роль в развитии эмпатии личности // Теоретические и прикладные проблемы познания людьми друг друга (в семье, школе, производственных коллективах) : тезисы докладов II Всероссийской конференции в г. Краснодаре / под ред. А. А. Бодалева. – М. : АПН СССР, 1979. – С. 10–11.
52. Гадамер, Х. М. История понятия переживание // Истина и метод. – М. : Прогресс, 1988. – С. 36–50.
53. Гайденко П. П. Человек и история в экзистенциальной философии Карла Ясперса // Ясперс К. Смысл и назначение истории / пер. с нем. – 2-е изд. – М. : Республика, 1994. – С. 5–28.
54. Галажинский Э. В., Ключко В. Ю. Системная антропологическая психология: методологические основы // Психология в России: современное состояние. – 2012. – Т. 5. – С. 81–98.
55. Гиппенрейтер Ю. Б., Карягина Т. Д., Козлова Е. Н. Феномен конгруэнтной эмпатии // Вопросы психологии. – 1993. – № 4. – С. 61–68.
56. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? – М. : Масс-Медиа, 1995. – 240 с.

57. Гончаренко Е. С. Развитие эмпатийного потенциала личности: На материале исследования детей 7–8 лет : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Краснодар, 2003. – 22 с.
58. Грищенко Д. Ю. Мотивация выбора профессии психолога : дис. ... канд. психол. наук. – Краснодар, 2003. – 217 с.
59. Гуссерль Э. Картезианские размышления / пер. с нем. Д. В. Складнева. – СПб. : Наука : Ювента, 1998. – 315 с.
60. Гуссерль Э. Логические исследования / пер. с нем. В. И. Молчанова. – М.: Академический проект, 2011. – 352 с.
61. Гуревич П. С. Шандор Ференци // Ференци Ш. Тело и подсознание. Снятие запретов с сексуальности / под ред. П. С. Гуревича ; пер. с нем. Д. Г. Копелянский, Л. Сувойчик. – М. : NOTA BENE, 2003. – С. 5–45.
62. Джендлин Ю. Фокусирование: Новый психотерапевтический метод работы с переживаниями / пер. с англ. А. С. Ригина. – М. : Независимая фирма «Класс», 2000. – 488 с.
63. Джрнзян Л. Н. Механизмы эмпатии в межличностных отношениях : дис. ... канд. психол. наук. – Тбилиси, 1984. – 162 с.
64. Дильтей В. Описательная психология / пер. с нем. Е. Д. Зайцевой ; под ред. Г. Г. Шпета. – СПб. : Алетейя, 1996. – 160 с.
65. Дильтей В. Построение исторического мира в науках о духе // Дильтей В. Собр. соч. : в 6 т. / под ред. А. В. Михайлова, Н. С. Плотникова ; пер. с нем. под ред. В. А. Куренного. – М. : Три квадрата, 2004. – Т. 3. – С. 10–413.
66. Дормашев Ю. Б., Романов В. Я. Внимание и отбор // Психология внимания : хрестоматия. – М. : Тривола, 1999. – С. 47–77.
67. Дорошенко Т. В. Эмпатия как фактор мотивации в профессиональном становлении личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Хабаровск, 2007. – 24 с.
68. Дубровская С. В. Адаптация многофакторного опросника эмпатии М. Дэвиса: конструктивная валидность: дипломная работа. – М. : МГППУ, 2011. – 105 с.

69. Ефремова Т.Ф. Современный толковый словарь русского языка. М. : Астрель, 2006. - 973 с.
70. Елеференко И. О. Подготовка специалистов социометрических профессий с учётом рациональности эмпатии (рус.) (html) [Электронный ресурс] // Журнал «Фундаментальные исследования». – URL: <http://www.rae.ru/fs/?section=content&op=articles&month=12&year=2010> (дата обращения: 2.05.2014).
71. Елеференко И. О. Синергизм эмпатии [Электронный ресурс]. – URL: http://www.terrahumana.ru/arhiv/07_04/07_04_07.pdf. (дата обращения: 16.04.2014).
72. Ждан А. Н. История психологии. От античности до наших дней : учебник. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1990. – 367 с.
73. Журавлев И. В. Методические проблемы классической и неклассической психологии // Фундаментальная психология у истоков неклассической парадигмы / сост., предисл. и заключ. ст. И. В. Журавлева. – М. : КомКнига, 2007. – С. 161–197.
74. Зимин, В. Эдип и Нарцисс: к вопросу о комплементарности конфликта и дефицита [Электрон. ресурс] // Сайт «Психологическая помощь». – URL: http://www.psychol-ok.ru/lib/zimin_v/envkkd.html (дата обращения: 01.12.12).
75. Зинченко В.П. Мир словарей [Электронный ресурс] – URL: http://mirslovarei.com/content_psy/XRONOTOP-2604.html (дата обращения: 24.11.2013).
76. Зотов А. Ф. Современная западная философия : учебник. – М. : Высшая школа, 2005. – 781 с.
77. Иган, Дж. Базисная эмпатия как коммуникативный навык [Электрон. ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2001. – № 1. – URL: http://www.ipras.ru/ippp_pfr/journal/numbers/99001/papers/05.htm (дата обращения: 01.12.12).

78. Иган Дж. Слушание и понимание вербальных сообщений: практические рекомендации [Электрон. ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2004. – № 1. – URL: <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20040106> (дата обращения: 01.12.12).

79. К. Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века / под ред. Д. Брэзиера. – М. : Когито-центр, 2005. – 315 с.

80. Кан М. Между терапевтом и клиентом. Новые взаимоотношения. – СПб.: Б.С.К., 1997. – [Электрон. ресурс]. – URL: http://www.analitikk-nn.ru/texts/Kahn_mezdu_therapevtom_i_klientom.htm (дата обращения: 01.12.12).

81. Карягина Т. Д. Некоторые проблемы изучения эмпатии в контексте психологического консультирования и психотерапии // Культурно-историческая психология. – 2009а. – № 4. – С. 115–124.

82. Карягина Т. Д. Философские и научные контексты проблемы эмпатии // Московский психотерапевтический журнал. – 2009б. – № 4. – С. 50–74.

83. Карягина Т. Д. Проблема формирования эмпатии // Консультативная психология и психотерапия. – 2010. – № 1. – С. 38–54.

84. Карягина Т. Д. Откуда в психотерапии эмпатия: К. Роджерс и его психоаналитические предшественники и последователи // Консультативная психология и психотерапия. – 2012. – № 1. – С. 8–31.

85. Карягина Т. Д., Матвеева К. М. Проблема измерения и оценки эмпатии в психотерапии // Психологическая наука и образование. – 2012. Специальный выпуск (в печати).

86. Карягина Т.Д. Эволюция понятия «эмпатии» в психологии : дис. канд. психол. наук. – М., 2013. – 175 с.

87. Климова И. В. Значение эмпатийного потенциала в регуляции поведения : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 2002. – 21 с.

88. Ключко В .Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности. Томск, 2005. –

[Электрон. ресурс]. – URL: <http://rutracker.org/forum/viewtopic.php?t=3802370> (режим доступа – свободный; дата обращения: 16.04.2014).

89. Ключко В. Е. Постнеклассическая транспектива психологической науки. – [Электрон. ресурс]. – URL: http://prepod.nspu.ru/file.php/148/Klochko_V.E (дата обращения: 16.04.2014).

90. Ключко В.Е. Суверенность личности как основание психологического здоровья. – [Электрон. ресурс]. – URL: <http://hpsy.ru/public/x2476.htm> (дата обращения: 16.04.2014).

91. Ключко В.Е., Галажинский Э. В. Инновационный потенциал личности: системно-антропологический контекст. – [Электрон. ресурс]. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/innovatsionnyy-potentsial-lichnosti-sistemno-antropologicheskiiy-kontekst> (дата обращения: 16.04.2014).

92. Ключко В.Е., Краснорядцева О.М. Особенности операционализации понятия «инновационный потенциал личности». – [Электрон. ресурс]. – URL: <http://sun.tsu.ru/mminfo/000063105/339/image/339-151.pdf> (дата обращения: 16.04.2014).

93. Ключко В. Е., Лукьянов О. В. Личностная идентичность и проблема устойчивости человека в меняющемся мире: системно-антропологический ракурс. – [Электрон. ресурс]. – URL: <http://sun.tsu.ru/mminfo/000063105/324/image/324-333.pdf> (дата обращения: 14.04.2014).

94. Козина Н. В. Исследование эмпатии и ее влияния на формирование «синдрома эмоционального сгорания» у медицинских работников : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 1998. – 25 с.

95. Колпачников В. В. Человекоцентрированный подход в практике психологического консультирования персонала организаций // Вопросы психологии. – 2000. – № 3. – С. 49–56.

96. Кольцова В. А. Теоретико-методологические основы истории психологии. – М. : Ин-т психологии РАН, 2004. – 416 с.

97. Копьев А. Ф. О диалогическом понимании психологического контакта // Общение и диалог в практике обучения, воспитания и

психологической консультации / под ред. А. А. Бодалева. – М. : АПН СССР, 1987. – С. 50–57.

98. Копьев А. Ф. Взаимоотношение «Я» – «Другой» и его значение для практической психологии // Московский психотерапевтический журнал. – 1999. – № 2. – С. 48–60.

99. Корнилова Т. В., Смирнов С. Д. Методологические основы психологии. – СПб. : Питер, 2006. – 320 с.

100. Короткова Н. Е. Адаптация многофакторного опросника эмпатии М. Дэвиса: основные психометрические показатели: дипломная работа. – М. : МГППУ, 2011. – 111 с.

101. Кохут Х. Интроспекция, эмпатия и психоанализ: исследование взаимоотношений между способом наблюдения и теорией // Антология современного психоанализа : в 2 т. / под ред. А. В. Рассохина. – М. : Ин-т психологии РАН, 2000а. – Т. 1. – С. 282–299.

102. Кохут Х. Психоаналитическое лечение нарциссических расстройств личности: принципы систематического подхода // Антология современного психоанализа : в 2 т. / под ред. А. В. Рассохина. – М. : Ин-т психологии РАН, 2000б. – Т. 1. – С. 409–429.

103. Кохут Х. Восстановление самости / пер. с англ. А. М. Боковой. – М. : Когито-центр, 2002. – 316 с.

104. Кохут Х. Анализ самости / пер. с англ. А. М. Боковой. – М. : Когито-центр, 2003. – 369 с.

105. Кочюнас Р. Психологическое консультирование и групповая психотерапия. – 3-е изд., стер. – М. : Академический проект ; Трикста, 2004. – 464 с.

106. Кричевский Р. Л., Дубовская Е. М. О функции и механизме идентификации во внутригрупповом межличностном общении) // Психология межличностного познания / под ред. А. А. Бодалева. – М. : Педагогика, 1981. – С. 92–122.

107. Краткий словарь психоаналитических терминов и понятий [Электрон. ресурс] // Сайт «Психоанализ.Ру». – URL: <http://www.pschoanalyse.ru/idea/> (дата обращения: 01.12.12).
108. Кун Т. Структура научных революций. – М. : АСТ, 2011. – 605 с.
109. Куренной В. А. К вопросу о возникновении феноменологического движения // Логос. – 1999. – № 11/12 (21). – [Электрон. ресурс]. – URL: http://www.ruthenia.ru/logos/number/1999_11_12/11.htm (дата обращения: 01.12.12).
110. Куренной В. А., Плотников Н. Е-mail переписка по проблеме перевода некоторых терминов в рамках работы над собранием сочинений В. Дильтея // Логос. – 2001. – № 2 (28). – [Электрон. ресурс]. – URL: http://www.ruthenia.ru/logos/number/2001_2/12_2_2001.htm (дата обращения: 01.12.12).
111. Курпатов А. В., Алехин А. Н. Индивидуальные отношения: теория и практика эмпатии. – М. : Эксмо, 2007. – 370 с.
112. Лабунская В. А. Невербальное поведение: (социально-перцептивный подход). – Ростов : Изд-во Ростовского ун-та, 1986. – 135 с.
113. Леонтьев. А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.psy.msu.ru/science/public/leontev/> (дата обращения: 25.06.2014).
114. Липпс Т. Основные вопросы логики / пер. с нем. Н. О. Лосского. – СПб. : Изд-во О. Н. Попова, 1902. – 301 с.
115. Липпс Т. Руководство к психологии / пер. с нем. М. А. Лихарева. – СПб. : Изд-во О. Н. Попова, 1907. – 394 с.
116. Липпс Т. Самосознание, ощущение и чувство / пер. с нем., предисл. и прим. М. А. Лихарева. – СПб. : Слово, 1910. – 84 с.
117. Липпс, Т. Пути психологии // Фундаментальная психология у истоков неклассической парадигмы / сост., предисл. и заключ. ст. И. В. Журавлева. – М. : КомКнига, 2007. – С. 116–145.

118. Лейбин В. М. Словарь-справочник по психоанализу. – СПб. : Питер, 2001. – 688 с.
119. Лейбин В. М. Постклассический психоанализ : энциклопедия : в 2 т. – М. : Территория будущего, 2006. – Т. 1. – 472 с.; Т. 2. – 568 с.
120. Лейтц, Г. Психодрама: теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено / пер. с нем. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Когито-центр, 2007. – 380 с.
121. Лосский Н. О. Чувственная, интеллектуальная и мистическая интуиция. – Париж : УМСА, 1938. – 226 с.
122. Лукьянов О. В. Принцип транстемпоральности в решении вопроса успешности и актуальности психологической практики // Сибирский психологический журнал. – 2006. – № 25. – С. 59.
123. Лукьянов О. В., Неяскина Ю. Ю. Смысловые детерминанты временной перспективы личности // Вестник Томского государственного университета. – 2010. – № 360. – С. 152–157.
124. Лукьянов О. В., Шмырёва М. А. Высокий инновационный потенциал – форма деградации высокого личностного потенциала // Вестник Томского государственного университета. – 2012. – № 359. – С. 157–159.
125. Лукьянов О. В., Щеглова Э. А., Балашова (Аркан) М. Ю. Исследование риска развития психологической зависимости от работы (трудоголизма) в современной России // Вестник Томского государственного университета. – 2012. – № 363. – С. 183–187.
126. Лукьянов О. В. Фактор времени в системе психологических интерпретаций // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2010. – Т. 7, № 2. – С. 46.
127. Лукьянов О.В. Управление образовательными рисками – актуальная социально-психологическая практика // Сибирский психологический журнал. – 2010. – № 35. – С. 72–76.

128. Лукьянов О.В. Транстемпоральная супервизия. – [Электрон. ресурс]. – URL: <http://www.lib.tsu.ru/mminfo/000085170/30/image/30-014.pdf> (дата обращения: 14.04.2014).

129. Ключко В. Е., Лукьянов О. В. Личностная идентичность и проблема устойчивости человека в меняющемся мире: системно-антропологический ракурс // Вестник Томского государственного университета. – 2009. – № 324. – С. 333–336.

130. Лукьянов О. В. Тенденция понимания личностной идентичности в системно-антропологическом ракурсе // Сибирский психологический журнал. – 2009. – № 34. – С. 18–23.

131. Лукьянов О. В. Феноменологическая психология в университете. Об опыте преподавания одноименного спецкурса студентам-психологам // Консультативная психология и психотерапия. – 2009. – № 2. – С. 168–190.

132. Лукьянов О. В. Транстемпоральная супервизия // Сибирский психологический журнал. – 2008. – № 30. – С. 14–17.

133. Лукьянов О. В. Экзистенциально-феноменологическое исследование в социальной психологии. Проблема современности и ответственности // Сибирский психологический журнал. – 2008. – № 29. – С. 41–46.

134. Лукьянов О. В. Экзистенциальный анализ и природа времени. Транстемпоральный характер экзистенциального опыта // Вестник Томского государственного университета. – 2007. – № 299. – С. 164–170.

135. Лукьянов О. В. Актуальность изучения транстемпоральных аспектов социального и психологического опыта // Вестник Томского государственного университета. – 2007. – № 298. – С. 179–185.

136. Лукьянов О.В. Идентичность – элемент транстемпорального мира и фронт экзистенциального опыта // Сибирский психологический журнал. – 2007. – № 26. – С. 31–35.

137. Лукьянов О. В. Принцип транстемпоральности в решении вопроса успешности и актуальности психологической практики // Сибирский психологический журнал. – 2007. – № 25. – С. 59–66.

138. Малый академический толковый словарь русского языка : в 4 т. – М. : Русский язык, 1999.
139. Марцинковская Т. Д. История психологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 4-е изд., стер. – М. : Academia, 2004. – 544 с.
140. Менджерицкая Ю. А. Особенности эмпатии субъектов затрудненного и незатрудненного общения в ситуациях затрудненного взаимодействия : дис. ... канд. психол. наук. – Ростов н/Д, 1998. – 289 с.
141. Менджерицкая Ю.А. Психология общения // Психология общения : энциклопедический словарь / под общ. ред. А.А. Бодалева. – М. : Когито-Центр, 2011. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://vocabulary.ru/dictionary/1095/word/yempatija> (дата обращения: 16.04.2014).
142. Менжулин В. Путь героя // Ранк О. Миф о рождении героя / сост. С. Л. Удовик ; пер. с англ. А. П. Хомик, М. Кобылинская. – М. : Рефл-бук; Киев: Ваклер, 1997. – С. 7–21.
143. Михальченко Г. Ф. Формирование эмпатии у старшеклассников, ориентирующихся на педагогическую профессию : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 1989. – 20 с.
144. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / пер. с англ. Т. К. Кругловой. – М. : Класс, 1994. – 144 с.
145. Нагель Т. Каково быть летучей мышью? – [Электрон. ресурс] // Сайт «Библиотека Гумер-философия». – URL: http://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Philos/Article/nag_kak.php (дата обращения: 01.12.12).
146. Насиновская Е. Е. Альтруистический императив // Современная психология мотивации / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2002. – С. 152–172.
147. Национальный корпус русского языка. – [Электрон. ресурс] // Сайт Национального корпуса русского языка. – URL: <http://www.ruscorpora.ru/> (дата обращения: 01.12.12).

148. Национальный центр сертификации управляющих. – [Электрон. ресурс]. – URL: www.ncsf.ru. Режим доступа – свободный (дата обращения: 14.04.2014).
149. Обозов Н.Н. Симпатия и притяжение. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://psychology-online.net/articles/doc-1096.html>. (дата обращения: 30.06.2014).
150. Обухова Л. Ф. Концепция Жана Пиаже: за и против. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1981. – 191 с.
151. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Словарь современного русского языка. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.ozhegov-shvedova.ru/17/%D0%BF%D1%80#tabview=tab16> (дата обращения: 6.12.2013).
152. Орлов А. Б., Хазанова М. А. Феномены эмпатии и конгруэнтности // Вопросы психологии. – 1993. – № 4. – С. 68–73.
153. Панкова М. В. Особенности эмпатии больных неврозами : дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 2003. – 201 с.
154. Пашукова Т. В. Эмпатия как компонент общения // Теоретические и прикладные проблемы познания людьми друг друга (в семье, школе, производственных коллективах): тезисы докладов II Всероссийской конференции в г. Краснодаре / под ред. А. А. Бодалева. – М. : АПН СССР, 1979. – С. 62–63.
155. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Основы теоретической психологии. – М. : ИНФРА-М, 1998. – 528 с.
156. Петровский, В. А. Эмоциональная идентификация в группе и способ ее выявления // К вопросу о диагностике личности в группе / под ред. А. В. Петровского, Т. А. Полозовой. – М. : АПН СССР, 1973. – С. 69–78.
157. Психологическая теория коллектива / под ред. А. В. Петровского, В. В. Шпалинского, И. А. Оботурова и др. – М. : Педагогика, 1979. – 239 с.
158. Психологический словарь / под ред. В. В. Давыдова, А. В. Запорожца, Б. Ф. Ломова и др. – М. : Педагогика, 1983. – 448 с.

159. Психология : словарь / под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Политиздат, 1990. – 494 с.
160. Пуговкина О. Д., Никитина И. В., Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г. Научные исследования процесса психотерапии и ее эффективности: история проблемы // Московский психотерапевтический журнал. – 2009. – № 1. – С. 35–68.
161. Пузыревский В. Ю. Феномен эмпатии в контексте современной западной философии : дис. ... канд. филос. наук. – СПб., 2001. – 214 с.
162. Пузыревский В. Ю. Эмпатия как предмет исследований в современной западной философии. – [Электрон. ресурс] // Сайт гуманистической и экзистенциальной психологии. – URL: <http://hpsy.ru/public/x2655.htm> (дата обращения: 01.12.12).
164. Радзиховский Л. А. О практической деятельности в области психологии // Вопросы психологии. – 1987. – № 3. – С. 122–127.
165. Радзиховский Л. А. Логический анализ и проблема понимания в психологии // Вопросы психологии. – 1989. – № 5. – С. 99–106.
166. Ранк О., Захс Х. Значение психоанализа в науках о духе / пер. с нем. М. Кобылинской. – СПб., 1910. – 178 с.
167. Ранк, О. Миф о рождении героя / сост. С. Л. Удовик ; пер. с англ. А. П. Хомик, М. Кобылинская. – М. : Рефл-бук; Киев: Ваклер, 1997. – 252 с.
168. Риццолатти Дж., Синигалья К. Зеркала в мозге. О механизмах совместного действия и сопереживания / пер. О. Куликовой, М. Фаликман. – М. : Языки славянских культур, 2012. – 222 с.
169. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / пер. с англ., общ. ред. и предисл. Е. И. Исениной. – М. : Прогресс – Универс, 1994. – 480 с.
170. Роджерс, К. Человеко-центрированный подход в терапии: сессия с Джен // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2000. – № 4. – [Электрон. ресурс]. – URL: http://gendocs.ru/v13813/журнал_практической_психологии_и_психоанализа_2000,_4?page=9 (дата обращения: 01.12.12).

171. Роджерс К. Клиентоцентрированный/человекоцентрированный подход в психотерапии // Вопросы психологии. – 2001. – № 2. – С. 48–58.
172. Роджерс К. Эмпатия // Психология мотивации и эмоций ; под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фаликман. – М. : ЧеРо, 2002. – С. 428–430.
173. Роджерс К. Консультирование и психотерапия: Новейшие подходы в области практической работы. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2006. – 512 с.
174. Роджерс К. Роджерс, Кохут, Эриксон: Личный взгляд на некоторые сходства и различия. – [Электрон. ресурс] // Сайт гуманистической и экзистенциальной психологии. – URL: <http://rogers.hpsy.ru/projects/> (дата обращения: 01.12.12).
175. Роджерс К., Мидор Б. Личностно-центрированная терапия. – [Электрон. ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2002. – № 4. – URL: <http://ifkik.ru/docs/lcterapy.doc> (дата обращения: 01.12.12).
176. Ромашкевич М. В. Сложности лингвистики или психологии? // Кохут Х. Восстановление самости / пер. с англ. А. М. Боковой. – М. : Когито-центр, 2002. – С. 295–299.
177. Рубинштейн С. Л. Предмет психологии // Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Глава 1. – М. : Учпедгиз, 1946. – С. 5–27.
178. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии : в 2 т. – М. : Педагогика, 1989. – Т. 1 – 488 с.
179. Руткевич А. М. Понимающая психология К. Ясперса // История философии. – М. : ИФ РАН, 1997 Вып. 1. – [Электрон. ресурс]. – URL: http://philosophy.ru/iphrras/library/i_ph_1.html#2 (дата обращения: 01.12.12).
180. Савенко Ю. С. Что такое «феноменологическое описание»? // Независимый психиатрический журнал. – 2008. – № 3. – [Электрон. ресурс]. – URL: <http://www.npar.ru/journal/2008/4/05-savenko.htm> (дата обращения: 01.12.12).
181. Сарджвеладзе Н. И. О балансе проекции и интроекции в процессе эмпатического взаимодействия // Бессознательное: природа, функции,

методы исследования : в 4 т. / под общ. ред. А. С. Прангшвили, А. Е. Шерозия, Ф. В. Бассина. – Тбилиси : Мецниереба, 1978. – Т. 3. – С. 485–490.

182. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Психология человека. Введение в психологию субъективности : учеб. пособие для вузов. – М. : Школа-Пресс, 1995. – 384 с.

183. Семеняк Е. Все о компетенциях и компетентности. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.hr-portal.ru/article/model-kompetenciya-glazami-polzovatelya-zachem-ili-dlya-chego> (дата обращения: 14.04.2014).

184. Сенющенко С. П. Проблема интериоризации в истории отечественной психологии : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2009. – 34 с.

185. Сергунова Ю. В. Позиционный анализ эмпатии: дипломная работа. – М. : МГППУ, 2009. – 73 с.

186. Словарь русского языка / под ред. С. И. Ожегова. – М. : Оникс, 2010. – 1376 с.

187. Соколова Е. Е. Тринадцать диалогов о психологии. – 4-е изд., перераб. – М. : Смысл, 2003. – 687 с.

188. Степанов С. С. Век психологии: имена и судьбы. – М. : ЭКСМО, 2002а. – 592 с.

189. Степанов С. Проникновенное сопереживание // Школьный психолог. – 2002б. – № 21.

190. Степин В. С. Теоретическое знание: Структура, история, эволюция. – М. : Прогресс-Традиция, 2003. – 744 с.

191. Стерн Д. Н. Межличностный мир ребенка: взгляд с точки зрения психоанализа и психологии развития / пер. с англ. О. А. Лисиной. – СПб. : Восточно-Европейский ин-т психоанализа, 2006. – 376 с.

192. Столороу Р., Брандшафт Б., Атвуд Д. Клинический психоанализ: интерсубъективный подход. – 2-е изд., испр. / пер. с англ. – М. : Когито-центр, 2011. – 256 с.

193. Стрелкова Л. П. Психологические особенности развития эмпатии у дошкольников : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 1987. – 24 с.
194. Субботский Е. В. Исследование проблем взаимопомощи и альтруизма в зарубежной психологии // Вопросы психологии. – 1977. – № 1. – С. 164–174.
195. Таликова Г. Т. Теоретический анализ изучения характеристик эмпатии в психолого-педагогической науке. – [Электронный ресурс]. – URL: http://www.rusnauka.com/29_DWS_2012/Psihologia/8_120828.doc.htm (дата обращения: 16.04.2014).
196. Теплов Б. М. Способности и одаренность // Теплов Б. М. Избр. тр. : в 2 т. – М. : Педагогика, 1985. – Т. 1. – С. 15–42.
197. Титченер Э. Учебник психологии. Ч. 1–2 / пер. с англ. и предисл. прив.-доц. А. П. Болтунова. – М. : Изд-во товарищества «Мирь», 1914. – 250 с.
198. Тэхкэ В. Психика и ее лечение: психоаналитический подход / пер. с англ. – М. : Академический проект, 2001. – 464 с.
199. Тютяева О. В. Психологические особенности эмпатии у детей среднего и старшего школьного возраста : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Ярославль, 2002. – 26 с.
200. Улановский А. М. Феноменологический метод в психологии, психиатрии и психотерапии // Методология и история психологии. – 2007. – Т. 2, вып. 1. – С. 130–150.
201. Федеральный государственный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки 030300 Психология (квалификация (степень) «Бакалавр»). Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №759 от 21.12.2009 // Сайт Центра содействия трудоустройству выпускников МГППУ. – [Электрон. ресурс]. – URL: http://www.rabota.mgppu.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=133&Itemid=179 (дата обращения: 01.12.12).

202. Ференци Ш. Теория и практика психоанализа / пер. с нем. – М. : ПЕР СЭ ; СПб. : Университетская книга, 2000.
203. Ференци Ш. Тело и подсознание. Снятие запретов с сексуальности / пер. с нем. Д. Г. Копелянский, Л. Сувойчик. – М. : NOTA BENE, 2003. – 592 с.
204. Ференци Ш. Интроекция и перенос / пер. с нем. – Ижевск : ERGO, 2011. – 60 с.
205. Флоренская Т. А. Диалогические принципы в психологии // Общение и диалог в практике обучения, воспитания и психологической консультации / под ред. А. А. Бодалева. – М. : АПН СССР, 1987. – С. 27–36.
206. Фрейд З. Остроумие и его отношение к бессознательному. – М. : Азбука, 2012. – 288 с. – 15 000 экз. – ISBN 978-5-352-02127-9, ISBN 5-352-01541-6.
207. Хараши А. У. Восприятие человека как воздействие на его поведение (к разработке интересующего подхода в исследованиях познания людьми друг друга) // Психология межличностного познания / под ред. А. А. Бодалева. – М. : Педагогика, 1981. – С. 25–42.
208. Хатеррер Р. Эклектизм: кризис идентичности человекоцентрированных терапевтов // К. Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века / под ред. Д. Брэзиера. – М. : Когито-центр, 2005. – С. 293–306.
209. Хеккхаузен Х. Мотивация и деятельность : в 2 т. – М. : Педагогика, 1986. – Т. 1. – 408 с.
210. Шевеленкова Т. Д. Методологический анализ гуманистического направления в зарубежной психологии : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М.: 1989. – 24 с.
211. Шелер М. Избранные произведения. – М. : Гнозис, 1994. – 413 с.
212. Шелер М. Рессентимент в структуре моралей / пер. с нем. А. Н. Малинкина. – СПб. : Наука, 1999. – 233 с.

213. Шибутани Т. Социальная психология / пер. с англ. В. Б. Ольшанского. – Ростов н/Д : Феникс, 1999. – 544 с.
214. Шишкова Н.Р. Психофизиологическая оценка уровня стресса : дис. ... канд. психол. наук. М., 2004. – 134 с.
215. Шлиен Д. Контртеория переноса // Консультативная психология и психотерапия. – 2010. – № 2. – С. 25–56.
216. Шпет Г. Г. Язык и смысл // Логос. – 1996. – № 7. – С. 81–122.
217. Щукина Ю. В. Функции супервизии в обучении методу понимающей психотерапии. – [Электрон. ресурс] // Сайт факультета психологического консультирования МГППУ. – URL: http://pk.mgppu.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=269&Itemid=1 (дата обращения: 01.12.12).
218. Цитаты и афоризмы Станиславского. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://citaty.su/stanislavskij-citaty-i-aforizmy-stanislavskogo> (дата обращения: 2.05.2014).
219. Эра контрпереноса: Антология психоаналитических исследований (1949–1999) / сост., науч. ред. и предисл. И. Ю. Романова. – М. : Академический проект, 2005. – 576 с.
220. Этчегоен Г. Контрперенос // Эра контрпереноса: Антология психоаналитических исследований (1949–1999) / сост., науч. ред. и предисл. И. Ю. Романова. – М. : Академический проект, 2005. – С. 71–148.
221. Юревич А. В. Психология и методология. – М. : Ин-т психологии РАН, 2008. – 312 с.
222. Юсупов И. М. Вчувствование, проникновение, понимание. – Казань, 1993. – 199 с.
223. Юсупов И. М. Психология эмпатии : дис. ... докт. психол. наук. – СПб., 1997. – 252 с.
224. Ягнюк К. В. Анатомия терапевтического вмешательства: типология техник // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2000. – № 3. –

[Электрон. ресурс]. – URL: <http://rudocs.exdat.com/docs/index-320528.html> (дата обращения: 01.12.12).

225. Ягнюк К. В. Сессия Карла Роджерса с Глорией: анализ вербальных вмешательств // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2001. – № 1–2. – [Электрон. ресурс]. – URL: <http://hpsy.ru/public/x054.htm> (дата обращения: 01.12.12).

226. Ягнюк К. В. Природа эмпатии и ее роль в психотерапии // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2003. – № 1. – [Электрон. ресурс]. – URL: <http://hpsy.ru/public/x728.htm> (дата обращения: 01.12.12).

227. Ярошевский М. Г. История психологии. – 3-е изд., дораб. – М. : Мысль, 1985. – 575 с.

228. Ярошевский М. Г., Идеи Б. М. Теплова о переживании как феномене культуры. – [Электрон. ресурс] // Сайт «Белорусская цифровая библиотека». – URL: http://library.by/portalus/modules/psychology/readme.php?subaction=showfull&id=1107524552&archive=1120045935&start_from=&ucat=27& (дата обращения: 01.12.12).

229. Ярошевский М. Г., Анцыферова Л. И. Развитие и современное состояние зарубежной психологии. – М. : Педагогика, 1974. – 304 с.

240. Ясперс, К. Смысл и назначение истории / пер. с нем. М. И. Левиной ; вступ. ст. П. П. Гайденоко. – 2-е изд. – М. : Республика, 1994. – 527 с.

241. Ясперс К. Общая патопсихология / пер. с нем. Л. О. Акопяна. – М. : Практика, 1997. – 1056 с.

242. Agosta L. Heideggarian interpretation of empathy // Agosta L. Empathy in the context of philosophy (Renewing philosophy). – Palgrave Macmillan, 2010. – 208 p.

243. Allport G. W. Personality: A psychological interpretation. – London : Constable&Company Ltd, 1949 (reprint). – 588 p.

244. Angus L., Kagan P. Empathic relational bonds and personal agency in psychotherapy: implications for psychotherapy supervision, practice and research

// Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. – 2007. – Vol. 44 (4). – P. 371–377.

245. Ansel G. Developing empathy in nurses: An inservice training program // Archives of Psychiatric Nursing. – 2006. – Vol. 20 (6). – P. 249–257.

246. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI) // Psicothema. 2006. Vol. 18, supl. P. 13–25. Oviedo (Spain). – URL: <http://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf> (accessed: 10.05.2014).

247. Baron-Cohen S., Wheelwright S. The empathy quotient: an investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences // Journal of Autism and Developmental Disorders. – 2004. – Vol. 34. – P. 163–175.

248. Barrett-Lennard G. T. The empathy cycle: Refinement of a nuclear concept // Journal of Counseling Psychology. – 1981. – Vol. 28. – P. 91–100.

249. Batson Ch. D. Why act for the public good? Four answers // Personality and Social Psychology Bulletin. – 1994. – Vol. 20. – P. 603–610.

250. Batson Ch. D. Self-other merging and the empathy-altruism hypothesis: Reply to Neuberg et al. // Journal of Personality and Social Psychology. – 1997. – Vol. 73. – P. 517–522.

251. Batson Ch. D., Batson J. G., Griffitt C. A., Barrientos S., Brandt J. R., Sprengelmeyer P., Bayly M. J. Negative-state relief and the empathy – altruism hypothesis // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 56 (6). – P. 922–933.

252. Batson Ch. D., Dyck J. L., Brandt J. R., Batson J. G., Powell A. L., McMaster M. R., Griffitt C. Five studies testing two new egoistic alternatives to the empathy – altruism hypothesis // Journal of Personality and Social Psychology. – 1988. – Vol. 55 (1). – P. 52–77.

253. Batson Ch. D., Early S., Salvarani G. Perspective taking: Imagining how another feels versus how you would feel // Personality and Social Psychology Bulletin. – 1997. – Vol. 22. – P. 751–758.

254. Brown L. Empathy, genuineness and the dynamics of power: A feminist responds to Rogers // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. – 2007. – Vol. 44 (3). – P. 257–259.
255. Cialdini R. B., Neuberg S. L., Brown S. L., Luce C., Sagarin B. J., Lewis B. P. Does empathy lead to anything more than superficial helping? Comment on Batson et al. // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1997. – Vol. 73 (3). – P. 510–516.
256. Davis M. H. A multidimensional approach to individual differences in empathy // *JSAS Catalog of selected documents in psychology*. – 1980. – Vol. 10. – P. 85.
257. Davis M. H. Measuring individual differences in empathy: evidence for a multidimensional approach // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1983a. – Vol. 44 (1). – P. 113–126.
258. Davis M. H. The effects of dispositional empathy on emotional reactions and helping: a multidimensional approach // *Journal of Personality*. – 1983b. – Vol. 52 (2). – P. 167–184.
259. Davis M. H. *Empathy: A social psychological approach*. – Boulder, CO : Westview Press, 1996. – 260 p.
260. Duan Ch., Hall C. The current state of empathy research // *Journal of Counseling Psychology*. – 1996. – Vol. 43 (3). – P. 261–274.
261. Dymond, R. A scale for measurement of empathic skill / R. Dymond // *Journal of Consulting Psychology*. – 1949. – Vol. 14. – P. 127–133.
262. Eisenberg, N. The development of empathy-related responding / N. Eisenberg // *Nebraska symposium on motivation*. – 1997. – Vol. 45. – P. 73–117.
263. Feshbach N. *Empathy training: a field study in affective education*. – New York : Praeger, 1979. – 36 p.
264. Elliott R., Friere E. Classical person-centered and experiential perspectives on Rogers (1957) // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. – 2007. – Vol. 44 (3). – P. 285–288.

265. Empathy and its development / ed. by N. Eisenberg, J. Strayer. – Cambridge ; New York : Cambridge University Press, 1987. – 407 p.
266. Empathy reconsidered. New directions in psychotherapy / ed. by A. C. Bozarth, L. S. Greenberg. – Washington, DC : APA, 1997. – 477 p.
267. Farber B. On the enduring and substantial influence of Carl Rogers' not-quite necessary nor sufficient conditions // Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. – 2007. – Vol. 44 (3). – P. 289–294.
268. Ferenczi Sh. The elasticity of psychoanalytic technique // The evolution of psychoanalytic technique / ed. by M. Bergmann, F. Hartman. – New York : Columbia University Press, 1990. – P. 216–229.
269. Gallese V. The «Shared Manifold» hypothesis: from mirror neurons to empathy // Journal of Consciousness Studies. – 2001. – № 8. – P. 33–50.
270. Gallese V., Goldman A.I. Mirror neurons and the simulation theory // Trends in Cognitive Sciences. – 1998. – № 2. – P. 493–501.
271. Goldfried M. What has psychotherapy inherited from Carl Rogers? // Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. – 2007. – Vol. 44 (3). – P. 249–252.
272. Goldstein A. P., Michaels G. Y. Empathy: development, training, consequences. – Hillsdale, NJ : Erlbaum, 1985. – 287 p.
273. Håkansson J. E. Exploring the phenomenon of empathy : Doctoral Dissertation. – Stockholm University, 2003. – 140 p.
274. Hall J., Davis M., Connelly M. Dispositional empathy in scientists and practitioner psychologists: group differences and relationship to self-reported effectiveness // Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. – 2000. – Vol. 37 (1). – P. 45–56.
275. Karpman S. Fairy tales and script drama analysis // Transactional Analysis Bulletin. – 1968. – № 7(26). – P. 39–43.
276. Kestenbaum R. et al. Individual differences in empathy among preschoolers: relation to attachment history // New Directions for Child Development. – 1989. – Vol. 44. – P. 51–64.

277. Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. Emotional Intelligence As a Standard Intelligence. – Emotion, 2001.

278. Vitaglione G., Barnett M. Assessing a new dimension of empathy: empathic anger as a predictor of helping and punishing desires // Motivation and Emotion. – 2003. – Vol. 27, №4. – P. 301–325.

ВОПРОСЫ К РЕФЛЕКСИВНОМУ ИНТЕРВЬЮ

Мы просим поучаствовать вас в научном эксперименте. После настройки аппаратуры в скайпе на том конце сети появится человек. Вы побудете с ним на связи несколько минут, он вас слышать не будет и вы его не будете слышать, а потом мы просим ответить вас на несколько вопросов.

1. Что с вами происходило сейчас?

Чем это для вас было?

Назовите несколькими словами случившееся с вами сейчас событие.

2. Что было для вас трудным, неудобным, проблематичным?

Какого рода эти трудности?

3. О чем вы пытались поговорить, если пытались?

Что восприняли, увидели, услышали, поняли?

ТЕСТ

Методика диагностики уровня эмпатических способностей В.В. Бойко

Ф.И.О. _____ возраст _____

Оцените, свойственны ли вам следующие особенности, согласны ли вы с утверждениями (ответ «да» или «нет»).

№		да	нет
1	У меня есть привычка внимательно изучать лица и поведение людей, чтобы понять их характер, наклонности, способности		
2	Если окружающие проявляют признаки нервозности, я обычно остаюсь спокойным		
3	Я больше верю доводам своего рассудка, чем интуиции		
4	Я считаю вполне уместным для себя интересоваться домашними проблемами сослуживцев		
5	Я могу легко войти в доверие к человеку, если потребуется.		
6	Обычно я с первой же встречи угадываю «родственную душу» в новом человеке.		
7	Я из любопытства обычно завожу разговор о жизни, работе, политике со случайными попутчиками в поезде, самолете.		
8	Я теряю душевное равновесие, если окружающие чем-то угнетены.		
9	Моя интуиция – более надежное средство понимания окружающих, чем знания или опыт.		
10	Проявлять любопытство к внутреннему миру другой личности – бестактно.		
11	Часто своими словами я обижаю близких мне людей, не замечая того.		
12	Я легко могу представить себя каким-либо животным, ощутить его повадки и состояния.		
13	Я редко рассуждаю о причинах поступков людей, которые имеют ко мне непосредственное отношение.		
14	Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей.		

№		да	нет
15	Обычно за несколько дней я чувствую: что-то должно случиться с близким мне человеком, и ожидания оправдываются.		
16	В общении с деловыми партнерами обычно стараюсь избегать разговоров о личном.		
17	Иногда близкие упрекают меня в черствости, невнимании к ним.		
18	Мне легко удается копировать интонацию, мимику людей, подражая им.		
19	Мой любопытный взгляд часто смущает новых партнеров.		
20	Чужой смех обычно заражает меня.		
21	Часто, действуя наугад, я, тем не менее, нахожу правильный подход к человеку.		
22	Плакать от счастья глупо.		
23	Я способен полностью слиться с любимым человеком, как бы растворившись в нем.		
24	Мне редко встречались люди, которых я понимал бы без лишних слов.		
25	Я невольно или из любопытства часто подслушиваю разговоры посторонних Людей.		
26	Я могу оставаться спокойным, даже если все вокруг меня волнуются.		
27	Мне проще подсознательно почувствовать сущность человека, чем понять его, «разложив по полочкам».		
28	Я спокойно отношусь к мелким неприятностям, которые случаются у кого-либо из членов семьи.		
29	Мне было бы трудно задушевно, доверительно беседовать с настороженным, замкнутым человеком.		
30	У меня творческая натура – поэтическая, художественная, артистичная.		
31	Я без особого любопытства выслушиваю исповеди новых знакомых.		
32	Я расстраиваюсь, если вижу плачущего человека.		
33	Мое мышление больше отличается конкретностью, строгостью, последовательностью, чем интуицией.		
34	Когда друзья начинают говорить о своих неприятностях, я предпочитаю перевести разговор на другую тему.		
35	Если я вижу, что у кого-то из близких плохо на душе, то обычно воздерживаюсь от расспросов.		
36	Мне трудно понять, почему пустяки могут так сильно огорчать людей		

Ключ к тесту.

Подсчитывается число правильных ответов по каждой шкале, а затем определяется суммарная оценка. Оценки по каждой шкале могут варьировать от 0 до 6 баллов и указывают на значимость конкретного параметра в структуре эмпатии.

1. *Рациональный канал эмпатии*: +1, +7, -13, +19, +25, -31.
2. *Эмоциональный канал эмпатии*: -2, +8, -14, +20, -26, +32.
3. *Интуитивный канал эмпатии*: -3, +9, +15, +21, +27, -33.
4. *Установки, способствующие эмпатии*: +4, -10, -16, -22, -28, -34.
5. *Проникающая способность в эмпатии*: +5, -11, -17, -23, -29, -35.
6. *Идентификация в эмпатии*: +6, +12, +18, -24, +30, -36.

Интерпретация результатов.

Анализируются показатели отдельных шкал и общая суммарная оценка уровня эмпатии.

В данной методике в структуре эмпатии различаются 6 тенденций (шкал).

Рациональный канал эмпатии характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность любого другого человека — на его состояние, проблемы, поведение. Это спонтанный интерес к другому, открывающий шлюзы эмоционального и интуитивного отражения партнера. В рациональном компоненте эмпатии не следует искать логику или мотивацию интереса к другому. Партнер привлекает внимание своей бытийностью, что позволяет эмпатирующему непредвзято выявлять его сущность.

Эмоциональный канал эмпатии. Фиксируется способность эмпатирующего входить в одну эмоциональную «волну» с окружающими — сопереживать, соучаствовать. Эмоциональная отзывчивость в данном случае

становится средством «вхождения» в энергетическое поле партнера. Понять его внутренний мир, прогнозировать поведение и эффективно воздействовать возможно только в том случае, если произошла эмоциональная подстройка к эмпатируемому. Соучастие и сопереживание выполняют роль связующего звена, проводника от эмпатирующего к эмпатируемому и обратно.

Интуитивный канал эмпатии. Балльная оценка свидетельствует о способности человека видеть поведение партнеров, действовать в условиях нехватки объективной информации о них, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании. На уровне интуиции формируются различные сведения о партнерах. Интуиция менее зависит от стереотипов, чем осмысленное понимание партнеров.

Установки, способствующие или препятствующие эмпатии, соответственно, облегчают или затрудняют действие всех эмпатических каналов. Эффективность эмпатии снижается, если человек старается избегать личных контактов, считает неуместным проявлять любопытство к другой личности, убедил себя спокойно относиться к переживаниям и проблемам окружающих. Подобные умонастроения резко ограничивают диапазон эмоциональной отзывчивости и эмпатического восприятия. Напротив, различные каналы эмпатии действуют активнее и надежнее, если нет препятствий со стороны установок личности.

Проникающая способность в эмпатии расценивается как важное коммуникативное свойство человека, позволяющее создавать атмосферу открытости, доверительности, задушевности. Каждый из нас своим поведением и отношением к партнерам способствует словесно-эмоциональному обмену или препятствует ему. Расслабление партнера содействует эмпатии, а атмосфера напряженности, неестественности, подозрительности препятствует раскрытию и эмпатическому постижению.

Идентификация – еще одно неперенное условие успешной эмпатии. Это умение понять другого на основе со переживаний, постановки себя на

место партнера. В основе идентификации легкость, подвижность и гибкость эмоций, способность к подражанию.

Шкальные оценки выполняют вспомогательную роль и интерпретации основного показателя – уровня эмпатии. Суммарный показатель теоретически может изменяться в пределах от 0 до 36 баллов.

Нормы теста Бойко на уровень эмпатии: 30 баллов и выше – очень высокий уровень эмпатии; 29–22 – средний; 21–15 – заниженный; менее 14 баллов – очень низкий.