

Як видно з рис. 1 в групі підлітків високого рівня тривожності при взаємодії з батьками спостерігається вимогливість, строгість, очікування від підлітка високого рівня відповідальності. Батьки демонструють нав'язливість, високий контроль. Підлітки відчувають емоційну дистанцію, яка проявляється в їх небажанні ділитися своїми найпотаємнішими і найважливішими проблемами. Батьки у своєму ставленні не приймають та заперечують особистісні якості та поведінкові прояви дитини її самооцінку. Встановлено відсутність співпраці між батьками та підлітками, що відображає частоту незгоди, конфлікти та непослідовність між ними у різних життєвих ситуаціях. Виявлено негативне ставлення та низький ступінь задоволеності відносинами, що свідчить про порушення в структурі взаємодії батьків з підлітками та стають чинниками тривожності у підлітковому віці.

В цілому визначено, що у підлітків високого рівня тривожності у взаєминах з батьками проявляється конфліктність, ворожість, відсутність емоційного контакту. Демонструється пред'явлення вимог, які не відповідають можливостям підлітків. У відносинах властиве застосування покарань. Аналіз отриманих результатів демонструє, що у підлітків низького рівня тривожності домінують доброзичливі, позитивні взаємини з батьками, які приймають підлітка як самостійну особистість та проявляють до нього довіру. Таким чином встановлено, що взаємини з батьками слугують певними чинниками високого рівня тривожності у підлітковому віці.

Література:

1. Зайцев Ю. А., Хван А. А., Тревожность в подростковом и раннем юношеском возрасте (Диагностика, профилактика, коррекция), 2006. 112 с.
2. Калюжна Є.М. Психолого-педагогічні чинники тривожності у підлітків, Динаміка наукових досліджень-2005: Матеріали IV Міжн. наук.-практ. конф. 20-30 червня 2005 р. Дніпропетровськ, 2005. Т. 47. С. 20-22.
3. Микляева А. В., Румянцева, П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция, 2004. 248 с.
4. Прихожан А. М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. М.: АНО «ПЭБ», 2007. 56 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМПАТІЙНОСТІ СТУДЕНТІВ – ПСИХОЛОГІВ

Інна Мазоха

кандидат психологічних наук, доцент

Ізмаїльський державний гуманітарний університет

Анна Воробйова

магістратка

Ізмаїльський державний гуманітарний університет

Виявлення психологічної структури емпатії та закономірностей розвитку емпатійних властивостей майбутніх психологів постає як умова ефективної орієнтації їх у професію. Вивчення природи емпатії дає можливість ближче підійти до проблеми взаємозв'язку особистості

та емоційної сфери, що сприяє глибокому вивченню формування особистості, ролі емпатії у поведінці. Аналіз психологічної літератури виявив, що під емпатією розуміється властивість особистості, яка представляє сукупність соціально-психологічних здібностей індивіда, а саме: здатність емоційно реагувати на переживання іншого, здатність розпізнавати емоційні стани іншого та подумки переносити себе в думки, почуття та дії іншого, здатність використовувати способи взаємодії, що полегшують страждання іншої людини [3].

Велика увага за кордоном і дедалі більше у вітчизняній психології приділяється вивченню емпатії у діяльності психологів, лікарів різного профілю, дефектологів, вихователів, вчителів та ін. (Агавелян, 1995; Борисенко, 1988; Василькова, 1998; Гіппенрейтер та ін., 1993; Дорошенка, 2007; Козіна, 1998; Михальченко, 1989; Rogers, 1983 та ін.). Досліджується значення емпатії для успішності їх діяльності, місце емпатії у структурі особистості та мотивації, вивчаються чинники, розробляються методи розвитку емпатії. Усі дослідження визнають важливість емпатії у цих професіях, але й ставлять питання про межі емпатії (наприклад, у профілактиці синдрому емоційного згоряння – Козіна, 1998). Як і в дослідженнях «емпатія-альтруїзм», обговорюється емпатія як джерело безкорисливої мотивації допомоги та поверхнева або спотворена, «хибна» емпатія, що маскує мотивацію впливу, влади чи, навпаки, залежності (Дорошенко, 2007).

Переходячи до досліджень емпатії в контексті професій, що допомагають, ми попадаємо на територію, де методологія досліджень змінюється. З'являється аналіз транскрипцій «живих» психотерапевтичних сесій, уроків, бесід з пацієнтами тощо. Емпатія описується феноменологічно, оцінюється за допомогою шкал експертної оцінки, моделей. Широко відомі масштабні дослідження емпатії вчителів, зроблені К.Роджерсом та його однодумцями з метою доказу універсальності емпатії як фактора особистісного зростання (Rogers, 1983) [6].

Однак у значній масі досліджень емпатія розуміється як властивість особистості, установка, тобто, йдеться мова про емпатійний потенціал (Гончаренко, 2003; Панкова, 2003; Тютяєва, 2002; Hall та ін, 2000). У більшості досліджень розглядається роль емпатії, її вплив на процес психотерапії або консультування, на терапевтичні відносини та зміни стану клієнта. Також існує безліч посібників, які описують форми вираження емпатичного розуміння (активне слухання, відображення почуттів, віддзеркалення, перефразування тощо).

У психотехнічній системі розуміючою психотерапії Ф.Є. Василюка розвитку емпатії майбутніх консультантів / психотерапевтів приділяється особлива увага. Як психотехнічна одиниця, тобто одиниця, що описує не свідомість, а роботу-з-свідомістю, у розуміючій психотерапії виділено базова одиниця «переживання-емпатія», аналізується структура емпатії як комунікативного акта психотерапевта [2]. Під час навчання задаються деякі «правила-засоби», що дозволяють не просто висловити своє розуміння, але

оволодіти емпатичним процесом, який розгортається, направити його в «професійно придатне» русло. При цьому під час навчання відбувається інтеріоризація цих засобів, і, відповідно, сам емпатичний процес протікає за вже зміненими законами. Структура засобу – правила побудови та застосування фрази – відповіді на висловлені чи передбачувані переживання клієнта – є, власне, орієнтовною основою емпатичної дії, організуючи не лише відповідь реакцію, а й увагу та сприйняття консультанта/психотерапевта.

Емпатія є однією із важливих професійно значимих особистісних якостей психолога. Він сам налаштовує себе на спілкування з опонентом. Процес емпатії будується на суперечності – в емоційному світі людини між власними переживаннями та сприйнятими переживаннями іншої особи. Американський психотерапевт Ненсі Мак-Вільямс пояснює термін «емпатія» у його буквальному значенні, яке вказує на здатність емоційно сприйняти душевний стан клієнта. Ця здатність залежить від здатності тимчасово та частково ідентифікуватися з іншим людиною. Для успішної роботи здатність до емпатії має бути і у психолога, і в клієнта. У своїх роботах А.А. Бодальов та Т.Р. Каштанова підбили якийсь підсумок – високий рівень розвитку емпатії викликає зацікавленість та чуйність на адресу об'єкта емпатії, а також формує страх образити інших. Автори вказують на прямий зв'язок емпатії із психічним здоров'ям людей [1].

Є.П. Ільїн включає емпатію в ціле поняття «допомагаюча діяльність», яке є базовим у медичній, соціальній, педагогічній та психологічній діяльності [4]. Емпатія сприяє збалансованості міжособистісних стосунків, робить людину соціально адаптованою, розвиненою емпатією – ключовим фактором успіху в тих видах діяльності, які вимагають розуміння власного «я», емоційного відчуття партнера і особливо у навчанні та вихованні. Тому ми розглядаємо емпатію як професійно важливу якість психолога.

Емпатія передбачає вміння слухати та чути. У ході слухання вирішуються два завдання: сприйняття змісту повідомлення та уловлювання емоційних проявів співрозмовника. Емпатійне слухання містить у собі функції зворотнього зв'язку. Зворотний зв'язок допомагає партнеру зрозуміти, як слухають його, як ставляться до його повідомлень, зрештою, зрозуміти, як ставиться слухач до його особистості в цілому.

Взаємне сприйняття, взаємне розуміння мають змістовну, процесуальну та особистісну сторони. Перше включає усвідомлення позиції партнера щодо загального об'єкта, що представляє інтерес для обох партнерів та у даній ситуації, у цій розмові, у цій зустрічі. Чим ближче погляди (позиції) партнерів щодо відношенню об'єкта, тим краще їхнє порозуміння. Процесуальна сторона взаєморозуміння виявляється у адекватному проведенні своєї позиції через суперечки, розбіжності. Особистісна сторона взаєморозуміння виявляється у стані емпатії, в психологічній готовності одного стати на позицію іншого або разом відпрацювати прийнятне рішення. Сказане може бути виражене

в структурній-функціональній моделі взаємовідносин партнерів, що мають спільний предмет взаємодії (навчальна, професійна) діяльність, спільне проведення відпочинку та ін) [5].

Так, А.А. Головіна у своїй роботі «Розвиток емпатичного спілкування психолога з клієнтом» розкрила своєрідність емпатичного спілкування психолога з клієнтом, яке полягає в тому, що кожен із структурних компонентів цього процесу на першому етапі освоєння професією виявляється спочатку усвідомлений психологом, інтеріоризований, а потім інтуїтивно використаний у професійних цілях.

Емпатичне спілкування змінюється залежно від психологічних особливостей психолога, що задають предметний зміст емпатичного спілкування, визначаючи загальні тенденції його здійснення. Високий рівень розвитку сензитивності, нуклеарності, гнучкості у поведінці, соціального інтелекту, самоприйняття, прийняття цінностей особи, що самоактуалізується, наявність емпатійної установки корелюють з високим рівнем розвитку емпатії у психологів [7].

Особливості перебігу емпатичного спілкування психолога з клієнтом залежить як від особистісних особливостей, так і від цілей, завдань, умов, характеру ситуації взаємодії із клієнтом. Аналізуючи ситуацію емпатичного спілкування, слід виділяти у ній, насамперед, особливості того специфічного взаємозв'язку, який встановився між психологом і клієнтом. Суб'єктивне сприйняття даних особливостей визначає оцінку ними своїх можливостей у цій ситуації, компетентність, самостійність, впевненість у собі тощо. Результатом подібної оцінки є позиція, зайнята психологом щодо клієнту.

Рівень емпатичного спілкування психолога і клієнта багато в чому визначається ступенем адекватності уявлень про нього, характером інтерпретації та відповідністю суб'єктивних уявлень об'єктивним особистісним характеристикам. Високий професіоналізм психолога, здатного до ефективного емпатичного спілкування, передбачає яскравий розвиток професійних здібностей, глибокі знання у психології, нестандартне володіння вміннями, що є необхідними для успішного виконання цієї діяльності.

Метою нашого дослідження було виявлення рівня емпатії у студентів- психологів. Нами були використані наступні методика, спрямовані на вимір емпатії: «Шкала емпатичного відгуку» А. Мехрабяна, у модифікації П. Епштейна, «Діагностика рівня полікомунікативної емпатії» І. М. Юсупова. Всього в дослідженні брало участь 20 осіб, студенти – психологи Ізмаїльського державного гуманітарного університету (віком від 18 до 20 років).

Результати за першою методикою «Шкала емоційного відгуку» А. Мехрабяна та Н. Епштейна наведені у (Табл.1., Рис .1.):

Результати дослідження рівня емпатії (методика «Шкала емоційного відгуку» А. Меграбяна та Н. Епштейна)

Рівень емпатії	Кількість осіб	% показник
високий	6	30
нормальний	12	60
низький	2	10

Отримані дані зобразимо у вигляді кругової діаграми:

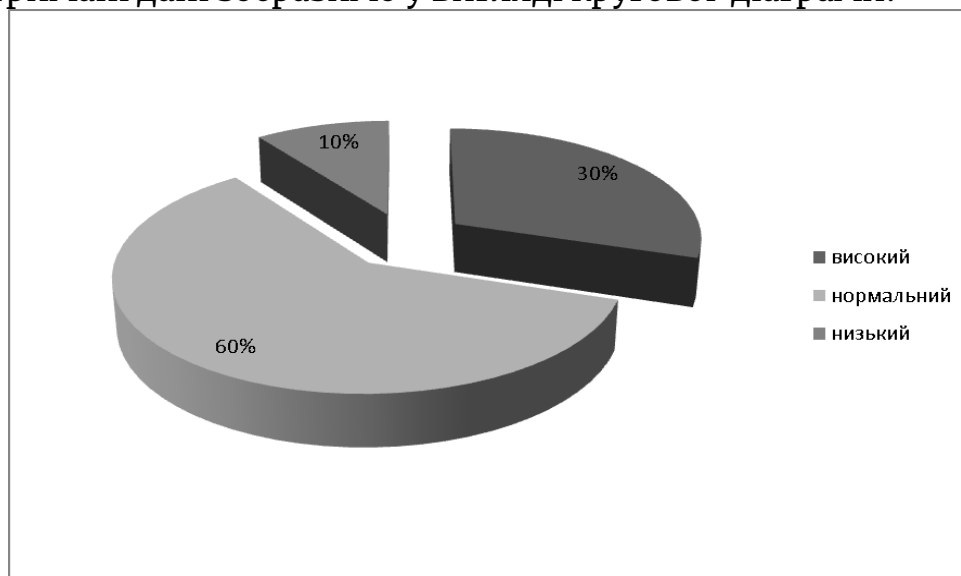


Рис.1. Співвідношення рівнів емпатії(методика «Шкала емоційного відгуку» А. Меграбяна та Н. Епштейна)

Високий рівень емпатії мають 30% (6 осіб) студентів-психологів. Такі суб'єкти мають більш виражену позитивну емоційну реакцію у спілкуванні з людьми, виявляють альтруїзм у реальних діях, схильні активно допомагати іншим. 60% (12 осіб) випробовуваних мають нормальний рівень. Як правило, спілкуючись з людьми, вони судять про них за вчинками, а не за довірою до особистих вражень. Як правило, вони добре контролюють власні емоційні прояви, але це часто буває важко. Низький рівень емпатії було виявлено у 10% (2 особи). Студент-психолог, який має мінімальну здатність до співпереживання, вважає, що показувати і виявляти свої почуття можна лише у стані афекту, дуже рідко погоджується з думкою учасників освітнього процесу. В результаті йому дуже складно встановити теплі та довірчі стосунки зі своїми однокурсниками.

Результати за другою методикою «Діагностика рівня емпатії» І.М. Юсупова відображені у (Табл. 2., Рис.2.)

Високий рівень емпатії мають 25% (5 осіб) майбутніх психологів. Така категорія піддослідних чутлива до потреб та проблем оточуючих. Студенти емоційно чуйні, товариські, швидко встановлюють контакти та знаходять спільну мову з приятелями та одногрупниками. Вони

намагаються не допускати конфлікти у групі чи компанії та знаходять компромісні рішення.

Середній рівень мають 60% (12 осіб) студентів-психологів. Вони намагаються у групі тримати свої почуття та емоції під контролем. У спілкуванні з оточуючими уважні, намагаються зрозуміти більше, ніж сказано словами, але при надмірному висловлюванні почуттів співрозмовника втрачають терпіння.

Низький рівень емпатії було виявлено у 15% (3 особи). Студенти з низьким рівнем емпатії не здатні поглянути на ситуацію під іншим кутом, вважають свою думку єдиною вірною. Їм не комфортно спілкуватися з одногрупниками на абстрактні теми.

Таблиця 2.

Результати дослідження рівня емпатії (методика «Діагностика рівня емпатії» І.М. Юсупова)

Рівень емпатії	Кількість осіб	% показник
високий	5	25
середній	12	60
низький	3	15

Отримані дані зобразимо у вигляді кругової діаграми:

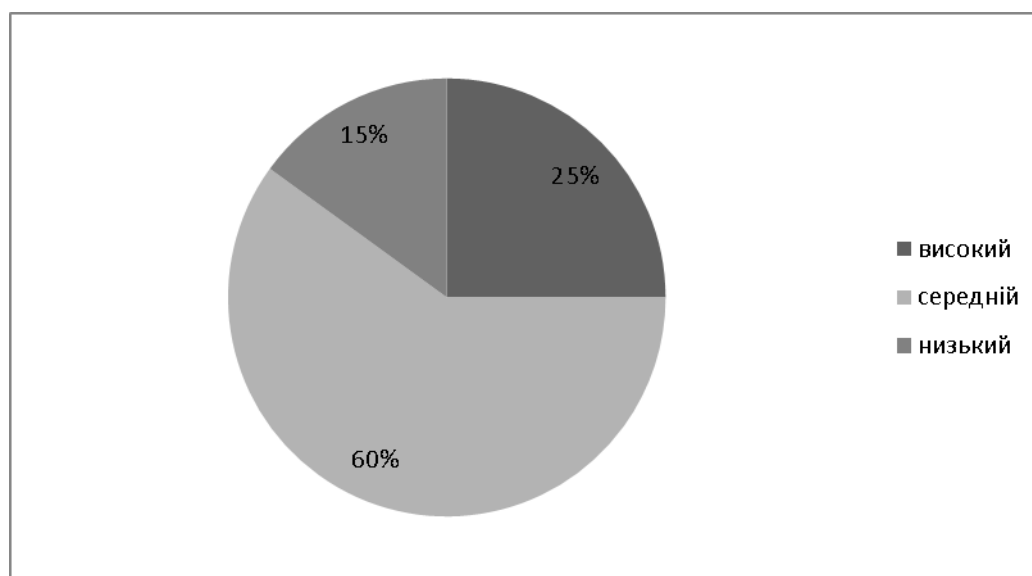


Рис.2. Співвідношення рівнів емпатії(методика «Діагностика рівня емпатії» І.М. Юсупова)

Таким чином, на основі проведених методик можна зробити висновок у тому, що переважно студенти – психологи мають середній рівень емпатії, але у деяких майбутніх психологів проглядається відсоток низького рівня емпатії. Тому для цієї категорії студентів-психологів рекомендовано програму тренінгів з підвищення рівня емпатії та надано рекомендації щодо її розвитку.

Література:

1. Бодалев А.А., Каштанова Т.Р. Теоретико-методологические аспекты изучения эмпатии. Групповая психотерапия при неврозах под ред. Б.Д. Карвасарского, В.А. Мазуренко. Ленинград, 1975. С. 11-19.
2. Василюк Ф.Е. Семиотика и техника эмпатии. *Вопросы психологии*. 2007. № 2. С. 3-14.
3. Гаврилова Т.П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. М., 1977. 149 с.
4. Ильин Е. П. Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия. -СПб.: Питер, 2013. 304 с.
5. Максимець С. М. Місце емпатії в професіограмі вчителя. *Психологія: Зб.наук.праць НПУ ім. М.П.Драгоманова*. Київ, 1999. С.67-72.
6. Роджерс К. Клиент-центрированная психотерапия. Москва : Апрель Пресс ; ЭКСМО, 2002. 512 с.
7. Чаплак Я.В. Проблема емпатії в психології та її важливість у професійному становленні психолога. *Психологічний часопис*. 2018. № 5 (15). С. 24-39.

ПІДЛІТКОВИЙ СУЇЦИД: ПРИЧИНИ, ДІАГНОСТИКА І ПРОФІЛАКТИКА

Світлана Генчу

студентка з курсу факультету управління, адміністрування
та інформаційної діяльності,
Ізмаїльський державний гуманітарний університет
Науковий керівник – викл. Проданова О.М.

Суїцид є одним із найбільш трагічних видів суспільної поведінки, пов'язаної зі втратою сенсу життя. Особливо трагічний суїцид дітей та підлітків. Суїцидальна превенція полягає не лише у турботі та участі, а й у здатності розпізнати ознаки майбутньої небезпеки.

За даними загальної статистики, найбільша кількість суїцидів відбувається восени (у жовтні) та навесні (у квітні, травні). За віком пік суїцидів посідає 15-16 років і мало зустрічається в дітей віком до 8 років. За статевою приналежністю більше схильні до суїцидів хлопчики, причому 92% дітей та підлітків, які вчинили суїцид, ніколи не перебували на обліку у психіатра.

Д. С. Ісаєв і К. В. Шерстнєв відзначають: «Зростання суїцидів і суїцидальних спроб пов'язані зі збільшенням темпу нашого життя, підлітки, як і їхні батьки, не справляються з кризовими ситуаціями» [8, с. 114]. Вивчення проблеми суїциду серед молоді показує, що в низці випадків підлітки вирішувалися на самогубство з метою звернути увагу батьків, педагогів на свої проблеми та протестували таким чином проти бездушності, байдужості та жорстокості дорослих. Психологія самогубства – це, передусім, психологія безнадійності, образи на життя, інших людей, весь світ, втрата сенсу життя.