

ЭМПАТИЯ КАК КОМПЛЕКСНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Проблема диагностики психологического здоровья человека является одной из актуальнейших проблем современной психологической науки. Целенаправленная работа в сфере поддержания, а, при необходимости, и коррекции психологического здоровья не может быть успешной без выработки чётких критериев диагностики, установления наиболее существенных показателей данного психического явления. Первым шагом на пути решения данной непростой задачи должно стать определение тех психических свойств человека, которые могут быть приняты в качестве показателей психологического здоровья.

Термин «психологическое здоровье» в психолого-педагогическом лексиконе расширяет и конкретизирует традиционное представление о гармонично развитой личности. В качестве безусловного показателя психологического здоровья рассматривается определённый комплекс конструктивных личностных качеств. Психологически здоровая личность характеризуется: открытостью, позитивным мировосприятием, чувствительностью, уверенностью в себе, активностью, ответственностью, способностью принимать себя и признавать ценность и уникальность окружающих, наличием этической системы ценностей, стремлением способствовать развитию других людей и с наименьшими потерями адаптироваться к быстро изменяющимся условиям жизни [18].

Младший школьный возраст связан со вступлением человека в специально организуемую общественно-полезную деятельность — учение, что обуславливает актуализацию потребности в организации своего социального поведения. Одной из первостепенных задач педагогов и психологов, работающих с учащимися начальных классов, является оптимизация процесса вхождения ребёнка в социум, что обеспечит становление стабильной, самодостаточной, позитивно развивающейся,

адекватно воспринимающей и воспринимаемой личности. У младших школьников должны быть сформированы качества личности, без которых в дальнейшем невозможна не только реализация потенциальных возможностей детей, но и сохранение их психологического здоровья, это: высокий уровень притязаний, ответственность, стремление к развитию и творчеству.

Данные, полученные в ходе исследования личностных характеристик 296 младших школьников (71 девочка, 67 мальчиков в возрасте 9—10 лет и 90 девочек, 68 мальчиков в возрасте 10—11 лет), проведённого посредством адаптированного модифицированного Детского личностного вопросника Р. Кеттела [2] на базе одной из средних школ г. Минска, говорят о неоднозначности личностного развития детей в изучаемом возрастном периоде. На основании результатов корреляционного анализа 12 личностных характеристик в каждой из выборок испытуемых было установлено формирование двух комплексов личностных качеств. К первому, который может быть назван конструктивным, относятся, по мере убывания степени включённости в структурные взаимоотношения: ответственность, непринуждённость, социальная смелость, общительность, уверенность в себе, уравновешенность, высокий самоконтроль, понимание социальных норм и чувствительность, зависимость от других. Во второй, соответственно — деструктивный комплекс входят: возбудимость, напряжённость, раздражительность, тревожность, пессимизм и склонность к доминированию, противопоставлению себя другим. Зафиксированные во всех выборках положительные взаимосвязи личностных характеристик внутри каждого из комплексов и отрицательные — между показателями, входящими в разные комплексы, свидетельствуют о формировании двух противоположных подструктур в структуре личности как мальчиков, так и девочек 9—11 лет. У каждого из испытуемых качества конструктивной и деструктивной подструктур личности могут быть выражены в различной степени, что в общих чертах отражает картину психологического здоровья ребёнка. Ключевым качеством деструктивной подструктуры является возбудимость, а

конструктивной — ответственность, добросовестность. Действительно оказывается, что, как утверждает американский психолог Г. Крайг, «лучше всего дети адаптированы в тех случаях, когда родители поощряют саморегулирование, чувство разделяемой между родителями и детьми ответственности» [12]. В то же время период среднего детства, соответствующий младшему школьному возрасту, многими психологами признаётся особенно благоприятным для постепенного развития личной ответственности ребёнка, а в широком смысле — формирования совести в системе его самосознания.

Тот факт, что личность психологически здорового человека характеризуется эмоциональной уравновешенностью, самодостаточностью, оптимизмом, активностью, склонностью к творчеству, открытостью, способностью познавать себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, является общепризнанным [6]. На данном основании диагностика психологического здоровья могла бы состоять в выявлении основных характеристик личности посредством вопросника Р. Кеттела или других традиционных методик. Однако для осуществления целенаправленной и планомерной работы по сохранению и коррекции психологического здоровья ребёнка необходимо выяснение глубинных причин формирования в качестве ведущей конструктивной или деструктивной подструктур личности. К таким причинам можно отнести особенности формирования эмпатии как комплексной характеристики, сочетающей как внутренние, так и внешние детерминанты личностного развития ребёнка [8; 11].

Теоретическим обоснованием такого методического подхода является понимание психологического здоровья как явления психики, обладающего глубоким и многогранным содержанием. Анализ литературы и ряда исследований (И. В. Дубровиной, О. В. Хухлаевой и др.) позволили описать психологическое здоровье как систему, включающую три взаимосвязанных, находящихся в постоянном динамическом взаимодействии компонента: аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный [15;

18]. Аксиологический компонент представляется как безусловное принятие человеком самого себя и других людей при достаточно полном знании объектов. Инструментальному компоненту соответствует умение понимать и описывать собственные эмоциональные состояния и переживания других, осознавать причины и последствия межличностных взаимодействий, а потому свободно выражать свои чувства, не травмируя окружающих. Потребностно-мотивационный компонент психологического здоровья определяется личной ответственностью человека, прежде всего в отношении собственного развития, а также наличием потребности способствовать развитию других людей. Иными словами, психологическое здоровье — это позитивное само- и , если можно так выразиться, взаимочувствие, осознанное проявление этого состояния и использование его в качестве регулятора жизненной активности, индикатора адекватности собственного поведения и поведения другого, подкреплённое устойчивыми этическими взглядами субъекта [7]. Размышляя над тем, какие психические свойства в наибольшей степени задействованы в работе представленной сложной системы психологического здоровья, невозможно не обратиться к феномену эмпатии.

Эмпатия может выступать в качестве комплексной характеристики психологического здоровья, так как позволяет раскрыть существенные черты всех трёх его компонентов.

1. Современными психологами эмпатия в сфере взаимоотношений понимается как проникновение-вчувствование во внутренний мир другого человека, переживание его эмоций, мыслей, поступков и чувств так, как если бы они были своими, не отказываясь, однако, от субъективной условности ситуации [5]. В последние годы всё большее число психологов также приходит к выводу, что «эмпатический метод является наиболее адекватным способом формирования самопознания» [13]. Основным механизмом эмпатии целым рядом учёных признаётся *идентификация* [3; 5; 16], которая в межличностных контактах «позволяет субъекту рефлексировать и быть адекватным социальным

ожиданиям» [13]. При этом считается, что ситуация эмпатирования определяется не столько субъектом и объектом, сколько их *конгруэнтностью* [16]. В тоже время, обязательной характеристикой здоровой личности, по мнению австрийского психолога Альфреда Адлера, является социальный интерес, как способность интересоваться другими людьми, принимать в них участие [1]. Более широкое понимание социального интереса, используемое в книге О. В. Хухлаевой, предполагает как раз «идентификацию с живыми и неживыми объектами, ощущение единства со всем миром» [18].

2. Частные формы проявления эмпатии описываются при помощи понятий: «уровень осознанности» и «основные тенденции в эмпатийном переживании-реагировании». В первом случае имеется в виду относительная выраженность эмоционального или когнитивного компонентов эмпатии. Во втором — сравнительная близость данного конкретного варианта эмпатии к одной из двух сущностно, содержательно разных личностных форм: сопереживанию — безоценочному, безусловному принятию и разделению переживаний, эмоций и психических состояний другого [5], или *сочувствию* — «...восприятию внутреннего мира другого не в его понятиях, а в терминах воспринимающего» [3].

3. В современном научном понимании эмпатия в своём развитом виде представляется как процесс, протекающий от восприятия объекта, через сопереживание, сочувствие, внутреннее содействие к *реальному содействию*. В прикладном плане эмпатия рассматривается как процесс, инициирующий актуальную креативность субъектов общения с целью оптимизации взаимоотношений, повышения эффективности межличностных контактов. В этом смысле она признаётся неотъемлемым свойством личности психотерапевта [17] и учителя-фасилитатора [14].

Практически все исследователи, занимающиеся изучением эмпатии, отводят ей значимую роль в личностном развитии человека, в особенности — в становлении его нравственности [4]. По мнению американского

психотерапевта Карла Рэнсома Роджерса, «быть эмпатичным трудно. Это означает быть ответственным, активным, сильным и, в тоже время — тонким и чутким» [16]. Иначе говоря, человек, способный к проявлению высоко развитой эмпатии, обладает высоким уровнем личностного развития, свидетельствующим, в свою очередь, о его психологическом здоровье. Закономерным выглядит предположение, что в каждом частном случае выяснение индивидуальных свойств эмпатии человека позволит создать более полную картину его психологического здоровья.

Определить содержание эмпатии и основные её механизмы у детей младшего школьного возраста можно при помощи методики В. В. Бойко [19], который рассматривает эмпатию как структурированное явление, а эффективность протекания целостного процесса эмпатии связывает с развитием и местом в общей структуре её отдельных элементов: эмоционального и когнитивного компонентов, идентификации, установок, интуиции и проникающей способности, искренности субъекта, позволяющей устанавливать отношения конгруэнтности с объектом. Выявить основные тенденции эмпатийного переживания-реагирования (сопереживание или сочувствие к животным, взрослым, сверстникам) у младших школьников можно посредством широко известной методики Т. П. Гавриловой «Неоконченные рассказы» [3]. Изучить реальное проявление младшими школьниками эмпатии в действии можно при помощи авторской методики «Отметка», когда испытуемым индивидуально предлагается проверить по образцу три самостоятельные работы своих сверстников, в каждой из которых обязательно присутствует шесть объективных недостатков. Сообщается, что первую работу выполнил ученик, успевающий средне, вторую — ниже среднего, а третью — выше среднего. В каждой работе можно отметить «минусами» не более шести ошибок или погрешностей, а также «плюсами» — не более шести положительных моментов. Как положительные, так и отрицательные замечания делаются исключительно по усмотрению проверяющего, без учёта объективной ценности работы. Однако

в инструкции испытуемым дополнительно оговаривается, что количество выставленных ими «плюсов» и «минусов» соответствующим образом отразится на четвертной оценке автора работы. Данное указание предполагает обеспечение мотивации ответственного выбора в процессе эмпатийного реагирования. Показатели действенной эмпатии выявляются на основе разницы между погрешностями и положительными моментами, отмеченными в каждой «работе» сверстников с разной успеваемостью и суммарной отметки, полученной по всем работам.

Исследование свойств эмпатии проводилось параллельно с изучением особенностей формирования личности в тех же выборках младших школьников [9; 10]. Выявленные основные тенденции в развитии эмпатии младших школьников 9—11 лет будут представлены ниже. Результаты же корреляционного анализа между показателями эмпатии по методикам В. В. Бойко, Т. П. Гавриловой и авторской, с одной стороны, и личностными характеристиками по Р. Кеттелу — с другой позволили сделать следующие выводы. Каждой из выделенных ранее противоположных подструктур в общей структуре личности младших школьников 9—11 лет соответствуют определённые свойства эмпатии. Так, деструктивные черты личности — напряжённость, раздражительность, возбудимость, склонность к доминированию, противопоставлению себя другим, тревожность, пессимистичность, неуравновешенность и неуверенность в себе соотносятся как с эмоциональным, так и с когнитивным компонентами эмпатии, а также с установками на эмпатию и с интуицией. Формирование адаптивной, конструктивной подструктуры, включающей в себя уравновешенность, уверенность в себе, общительность, непринуждённость, социальную смелость, беспечность и весёлый нрав, связано со способностью к идентификации и искренностью субъекта эмпатии. Сопереживающие младшие школьники отличаются склонностью к риску, реактивностью, возбудимостью, тревожностью и пессимизмом, в то время как склонные к сочувствию — чувствительностью, уверенностью в себе,

уравновешенностью, социальной смелостью, непринуждённостью и общительностью. Проявление эмпатии в действии взаимосвязано у младших школьников, прежде всего, с таким качеством личности, как чувствительность, зависимость от других. Обусловленное эмпатией поведение в отношении слабо успевающего сверстника связано с оптимизмом воспринимающего и пониманием им социальных норм, а в отношении сверстника с высоким уровнем школьной успеваемости — с весьма низкой склонностью субъекта к доминированию, противопоставлению себя другим.

Таким образом, можно утверждать, что эмпатия психологически здорового младшего школьника осуществляется в значительной степени за счёт идентификации и проникающей способности, связанной с искренностью и конгруэнтностью, проявляется в форме сочувствия и адекватно реализуется в обусловленном эмпатией поведении, так как в структуре личности ребёнка, эмпатия которого обладает такими свойствами, более выражен комплекс конструктивных личностных характеристик. Выяснение уровня развития соответствующих свойств эмпатии у младших школьников не только откроет новые возможности диагностики психологического здоровья детей, но позволит выявить целый ряд глубинных причин его нарушения и проводить научно-обоснованную коррекционную работу.

В рамках здоровьесберегающей и профилактической деятельности, как одного из основных аспектов работы педагога-психолога учреждения образования, представляется целесообразным осуществление комплекса коррекционно-развивающих занятий по формированию у младших школьников качественного переживания и проявления эмпатии. Существенную помощь в организации такого рода работы с младшими школьниками 3, 4 классов может оказать следующее заключение, сделанное на основе анализа результатов осуществлённого автором эмпирического исследования:

1. *Эмпатия младшего школьника 9-11 лет развивается как системное, сложно структурированное образование.* Данный возрастной период является этапом систематизации составляющих эмпатии, формирования в рамках общей структуры эмпатии относительно независимых подструктур, интеграции отдельных составляющих эмпатии в структурах устойчивых форм её проявления, соответствующих ситуации восприятия и свойствам объекта. Проявление эмпатии у детей 9-11 лет происходит преимущественно за счёт установок и интуиции. По своему содержанию эмпатия в данном возрасте является, главным образом, эмоциональным процессом: когнитивный компонент находится в стадии развития. Установлены различные по характеру взаимосвязи между отдельными формами проявления эмпатии:

- ◇ сопереживание и сочувствие существуют, как различные по сути, часто взаимоисключающие ведущие формы проявления эмпатии. Выражение сочувствия в меньшей степени, чем сопереживания, зависит от свойств объекта;
- ◇ преобладающая тенденция к становлению эмпатии в форме сочувствия сочетается с развитой предполагаемой эмпатией;
- ◇ интенсивное развитие содействия, расширение круга его объектов происходит одновременно с увеличением количества и разнообразия объектов предполагаемой эмпатии;
- ◇ наиболее частым объектом всех форм эмпатии является животное, наиболее редким - взрослый.

2. *Становление эмпатии младших школьников 9-11 лет самым тесным образом связано с личностным развитием.*

- Становление определённых составляющих эмпатии у младших школьников 3, 4 классов связано с приобретением соответствующих личностных характеристик. Развитию идентификации и проникающей способности сопутствуют конструктивные изменения в структуре личности, а формированию установок и когнитивного компонента -

деструктивные наряду с хорошим пониманием субъектом социальных норм.

- Испытуемые младшие школьники с преобладающей тенденцией к сочувствию гораздо увереннее в себе и в большей степени рассчитывают на поддержку социального окружения, чем склонные к соперничеству. При необходимости предположить эмпатию наиболее актуальными оказываются такие качества личности, как: высокий самоконтроль, понимание социальных норм, не склонность к доминированию, зависимость от других, чувствительность.
- Проявление эмпатии в отношении конкретного объекта, обладающего определёнными свойствами, в свою очередь, обуславливает необходимость наличия у субъекта соответствующих качеств личности. Сочувствие по отношению к взрослому выражают лишь чувствительные, зависимые от других, ответственные, добросовестные младшие школьники 9-11 лет с развитым самоконтролем и пониманием социальных норм. Проявление эмпатии в действии по отношению к слабоуспевающему сверстнику характерно для оптимистичных и понимающих социальные нормы испытуемых, а по отношению к сверстнику с высокой успеваемостью - для несклонных к доминированию и обладающих развитым абстрактным интеллектом, большим объёмом знаний.

3. Структура и формы проявления эмпатии, её взаимоотношения с личностью взаимообусловлены полом младших школьников 9-11 лет.

- Большинство возрастных особенностей становления эмпатии детерминировано полом младших школьников 9-11 лет. У испытуемых-девочек более выражена тенденция к интеграции составляющих эмпатии наряду со сравнительно более высоким развитием основных из них для данного возраста: эмоционального компонента, интуиции и установки. Эмпатия девочек характеризуется большей степенью развития когнитивного компонента и более

выраженным преобладанием тенденции к проявлению в форме сочувствия, что облегчает для них эмпатию в отношении взрослого. У испытуемых-мальчиков активнее идёт структуризация предполагаемой и действенной эмпатии. Мальчики в большей степени склонны к проявлению эмпатии в форме сопереживания. Тенденции к сопереживанию - у девочек и к сочувствию - у мальчиков предоставляют им более широкие возможности для реализации эмпатии в действии, чем склонности, реальное преобладание которых установлено.

- Различный характер у испытуемых разного пола носят также взаимосвязи между формами проявления эмпатии и личностными характеристиками. Становление предполагаемой эмпатии у девочек связано с формированием конструктивного комплекса личностных характеристик, а у мальчиков – деструктивного. Проявить эмпатию в действии оказываются способными, прежде всего, чувствительные, зависимые от других испытуемые-мальчики.

4. *Существует три основных типа индивидуально-личностного становления эмпатии младших школьников 9-11 лет.*

- Высоко и гармонично развитая эмпатия с преобладающей тенденцией к проявлению в форме сочувствия (тип А.) характерна большинству девочек и мальчиков 3, 4 классов с позитивным личностным развитием. Эмпатия данного типа осуществляется преимущественно за счёт эмоционального компонента при условии сохранения значимой роли проникающе-идентификационной составляющей. Она легко предполагается и проявляется в действии.
- Эмпатия с тенденцией к проявлению в форме сопереживания (тип В.), присуща, главным образом, испытуемым-мальчикам с определёнными невротическими и феминистическими тенденциями в формировании личности. Такая эмпатия отличается недостаточным развитием установок и слабым когнитивным компонентом. Испытуемые-

мальчики, склонные к эмпатии этого типа, сталкиваются с определёнными проблемами в области её предположения и, особенно - реального проявления в действии.

- Эмпатия с выраженной тенденцией к проявлению в форме сочувствия (тип С.) встречается только у испытуемых-девочек 3, 4 классов, обладающих комплексом деструктивных личностных характеристик, определяющих невротические тенденции в формировании их личности. Такое эмпатийное переживание-реагирование базируется на недостаточном развитии проникающе-идентификационной составляющей. Девочки, склонные к эмпатии данного типа, неплохо предполагают её проявление, но оказываются практически неспособными реализовать в действии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М., 1995.
2. Адаптированный модифицированный вариант детского личностного вопросника Р. Кеттела. Л., 1985.
3. Гаврилова Т. П. Экспериментальное изучение эмпатии у детей младшего и среднего школьного возраста // Вопросы психологии. 1974. № 5.
4. Гаврилова Т. П. О воспитании нравственных чувств. М., 1984.
5. Кан М. Между психотерапевтом и клиентом: новые взаимоотношения. СПб., 1997.
6. Кавалеўская А. Эмпатыя ва ўзаемаадносінах з дзіцем як фактар станаўлення псіхалагічна здаровай асобы // Пралеска. 2003. № 11. С. 34.
7. Ковалевская А.В. Эмпатия как показатель психологического здоровья// Психологическое здоровье в контексте развития личности: Материалы Респ. научн.-практ. конф. Брест, 2004. С. 68-70.
8. Ковалевская А.В. Изучение эмпатии как комплексной характеристики психологического здоровья детей младшего школьного возраста. Пути усовершенствования психолого-педагогического сопровождения развития личности дошкольника и младшего школьника: Тезисы научно-практ. конф., Гродно, 2004.

9. Ковалевская А.В. Опыт психологического исследования феноменов эмпатии у младших школьников 9-11 лет // Психалогія. Мн. 2004. № 4. с. 35-42
10. Ковалевская А.В. Опыт психологического исследования феноменов эмпатии у младших школьников 9-11 лет // Психалогія. Мн. 2005. № 2. с. 31-37
11. Ковалевская А.В., Леганькова О.В. Изучение эмпатии и ценностных ориентаций как комплексных характеристик психологического здоровья детей младшего школьного возраста: Методические рекомендации. Мн., БГПУ им. М. Танка, 2005.
12. Крайг Г. Психология развития. СПб., 2001.
13. Крысько В. Г. Социальная психология: словарь-справочник. Мн., М., 2001.
14. Орлов А. Б. Перспективы гуманизации обучения // Вопросы психологии. 1988. № 6.
15. Практическая психология образования / Под ред. И. В. Дубровиной. М., 1998.
16. Роджерс К. Клиенто-центрированная терапия. М., 1997.
17. Флорентская Т. А. Диалог как метод психологии консультирования (духовно-ориентированный подход) // Психологический журнал. Т. 15. 1994. № 5.
18. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. М., 2001.
19. Энциклопедия популярных психологических тестов. М., 1997.