

ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

Беляєва Т.А.

викладач-методист,

Хмельницький фаховий музичний коледж імені В.І. Заремби

ЕМПАТІЯ – ШЛЯХ ДО ВЗАЄМОДІЇ ЛЮДЕЙ В СОЦІУМІ І МИСТЕЦТВІ

Здатність емоційно відгукуватися, співпереживати, здатність сприймати іншу життєву позицію, світогляд, вірування, манеру поведінки – всі ці складові психіки людини є невід’ємною часткою самого її існування, суспільного буття, соціуму.

У повсякденному житті значення явища емпатії важко переоцінити. Це і один із засобів взаєморозуміння, спілкування, і засіб подолання конфліктів, співпраці. Без високого розвитку емпатійності неможливе існування таких професій, як лікар, педагог, психіатр, актор та ін. Однак і низький рівень розвитку емпатії може бути практично корисним у таких професіях, як військовий, хірург, юрист, пожежник, водій.

Вікові особливості проявів емпатії пов’язані із співпереживанням як через ототожнення з суб’єктом, так і через співчуття. Для їх діагностики застосовують опитувальники з метою визначення рівня розвитку емпатичних тенденцій у дітей (І. Юсупов), емоційного відгуку школярів (А. Мехрабів і Н. Ейштейна), методика «незакінчених розповідей» (Т. Гаврилова).

Вже з раннього дитинства в людини виявляється здатність до звукової імітації, розігрування характерів персонажів у рольових іграх, вживання, рефлексивне сприйняття та інтерпретація образів героїв казок. В сьогоденні така практика отримала назву «казкотерапії». У процесі подальшого входження в суспільство формуються взаємовідносини з батьками, старшими в родині, триває виховання почуттів любові, ніжності, вдячності; турботи щодо тварин та всього живого.

В цілому на розвиток емпатійності впливають такі чинники, як:

- вроджена здатність;
- середовище та умови виховання;
- змістовні, теплі комунікативні зв’язки в сім’ї;
- культурні традиції.

Велике значення має і позиція людини щодо вічних цінностей буття, духовності, ціннісна мотивація особистості. Здатність руйнувати

емпатійність людини закладена у стереотипах мислення та поведінки, що формуються з дитинства, та підкріплюються оточенням. Переживання емпатії дозволяє збагачуватись через спілкування, отримувати і накопичувати власний досвід, результати якого будуть працювати в майбутньому в різних видах діяльності.

Емпатія дозволяє виражати соціальні, суспільні потреби людини, існуючи у формах пасивного споглядання, та активної дії. Позитивним результатом розвитку емпатійності людини є прояв таких якостей особистості, як толерантність та альтруїзм, а символом міжнародного Дня толерантності, заснованого у 1995 році – багатозначний знак веселки.

Проблема емпатії одна з найскладніших та малодосліджених сучасною психологічною наукою через невловимість цього феномена, та зв'язок з моральним, духовним розвитком особистості. Серед вчених досі існують різні тлумачення одних і тих же понять, триває дослідження механізмів прояву емпатії та її впливу на людину.

Серед основних механізмів емпатії визначені такі, як здатність до «емоційного зараження», ідентифікація і проєкція. Вища ж форма емпатії містить когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. На цьому рівні відбуваються реальні дії з надання допомоги і підтримки партнерів. Це такі складні переживання, як дружба, кохання, почуття катарсису через сприйняття витворів мистецтва, творча співпраця, духовні практики (молитва), що сприяють єднанню людей.

До найновіших досліджень гуманістичної психології в області емпатії належить явище інтелектуальної емпатії, або емоційного інтелекту (термін Маргарет Чапмен). Серед складових розвитку емоційного інтелекту дослідники визначають здатність створювати алгоритм праці та відпочинку, передбачати хвороби та підтримувати здоровий стан тіла; інтуїтивне розуміння життєвих подій, баланс в стресових ситуаціях; ділова інтуїція, запобігання професійному «емоційному вигоранню» (термін Х. Дж. Фрейденберга); продуктивність у «важкому» спілкуванні, вміння конструктивно вирішувати конфлікти, зберігаючи цілісність особистості.

Емпатія надає можливість збудувати ділові стосунки, забарвлені емоційною симпатією, що дозволяє створити теплу емоційну атмосферу міжособистісного спілкування. Одним з аспектів сумісності працівників у м спілкуванні психологи вважають соціально-психологічну емпатію членів колективу, що вимагає вмілого підбору кадрів не тільки за професійними, але й за особистісними якостями.

Емпатія є одним з найважливіших чинників у формуванні професійної компетенції музиканта та педагога, журналіста, медика, психолога. Так педагогічна практика багато в чому пов'язана із завданнями медичної

діяльності. Це і вміння «читати» експресивні моменти в поведінці пацієнтів чи учнів, швидко проникати в їх емоційний стан та віддзеркалювати почуття іншої людини у співпереживанні, проєкції.

Яскраво виявлена емпатійність у принципі інтерактивного навчання вчителя – фасилітатора, (термін К. Роджерса), здатного до емоційної відкритості, щирості, «справжності» та взаєморозуміння. Основи фасилітаційного підходу розкривали в своїй діяльності педагоги – новатори, такі, як Ш. Амонашвілі, Б. Шаталов, В. Сухомлинський та ін. Здатність до вияву емпатії таких методів, як когнітивний метод навчання, що полягає у перевтіленні, та креативний метод, що ґрунтується на емпатійності та рефлексії.

Кращі твори мистецтва акцентують увагу слухача на вічних цінностях людського життя, спонукаючи до розуміння суб'єктивного світу героїв, допомагають вживатися в перипетії їх життя, ідентифікуючи себе з ними, розвивати чуттєвість, образно-емоційне сприймання, уяву. На досягнення естетичної, художньої емпатії публіки спрямований як задум художнього твору, так і його драматургія, засоби виразності.

Естетична емпатія – це процес побудови внутрішнього ціннісно-смыслового образу реальності, на основі якого мистецтво створює художню дійсність. На виявлення цілого спектру емпатійних переживань націлена діяльність лектора, в якій мета досягається завдяки мистецтву переконувати, відчувати хід думок та сприймати відгук слухачів, створюючи позитивний емоційний зв'язок за допомогою міміки, жестів, постави, поведінки, тембру та гучності голосу.

Лектор в певній мірі ідентифікує себе як із змістом промови, так і зі слухачами, підкріплюючи контакт позитивними репліками, ствердженнями. Ефект «емоційного зараження» досягається у взаємодії лектора та слухачів, стимулюючи всі органи чуття.

Те саме можна сказати і про діяльність композитора, музиканта-виконавця, актора, майстра художньої інтерпретації ідейного та образного змісту твору, яка особливо яскраво виявляється у всіх сценічних жанрах. Артистизм, акторська психотехніка як сукупне явище, що містить засоби вербального і невербального спілкування створює підґрунтя для виникнення емпатійного отождолення з роллю.

Важливим фактором є також емпатійне проникнення видів мистецтва, відоме, як поняття синтезу мистецтв. Однак творчі особистості, що приймають участь у творенні та інтерпретації мистецьких задумів з високим рівнем емпатійності, втілюючи задумане, нерідко отримують психічні травми від своєрідного переважання. Тому неоціненним є вміння майстерно вибудовувати діалог носія та публіки.

Цікавим є феномен ще одного виду мистецької емпатії – слухачької, який знаходиться в стані дослідження. Поряд з активним та пасивним

видами слухання емпатичне слухання характеризують такі ознаки, як здатність співпереживати, здатність до рефлексії, «емоційного зараження», перебуваючи в якому людина не прагне критикувати, надавати поради, оцінювати. Отже, пізнання інших дозволяє людині пізнавати себе.

Список використаних джерел:

1. Маценко Ж.М. Духовність: феномен психології та об'єкт виховання. – К. : Освіта України, 2010. – 100 с.
2. Психологічні закономірності розвитку громадянської свідомості та самосвідомості особистості у 2-х т. / М.Й. Боришевський, М.І. Алексеєва, В.В. Антоненко та ін. За заг. ред. М. Й. Боришевського. – К., 2001. – т. 2. – С. 120-139.
3. Розвиток емпатії. URL: <http://stylezhinki.ru/osobistist/8235-empatija-ce-rozvitok-empatii.html>
4. Томан І. Мистецтво говорити / Пер. з чес. – 2-е видан. – К.: Політвидав України, 1989.
5. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості: Навч. пос. – К.: Либідь, 2007. – 256 с.
6. Юсупов И. М. Психология эмпатии (Теоретические и прикладные аспекты) : дис. д-ра. психол. наук. С.-Петербург. гос. ун-т. СПб., 1995. 252 с.