

ЗМІСТОВА ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕСІЙНОЇ ЕМПАТІЇ МАЙБУТНЬОГО ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

Стаття присвячена проблемі формування професійно важливих якостей особистості практичного психолога, визначається роль і межі ефективності емпатії в їх структурі.

Ключові слова: особистість психолога, професійно важливі якості психолога, емпатія.

Статья посвящена проблеме формирования профессионально важных качеств личности практического психолога, определяется роль и границы эффективности эмпатии в их структуре.

Ключевые слова: личность психолога, профессионально важные качества психолога, эмпатия.

The article is dedicated to the problem of forming professionally important qualities of a practical psychologist personality, the role and limits of the empathy in their structure are determined.

Keywords: personality of psychologist, professionally important qualities of psychologist, empathy.

Сукупність робіт, присвячених розкриттю проблеми становлення особистості практичного психолога вказує на складність та глибину сутності самої професії, адже плюралізм думок з цього приводу підкреслює багатогранність розуміння образу психолога-професіонала. Професіоналізм практичного психолога обумовлений багатоструктурними компонентами, серед яких Л. В. Логінова [3] окреслює три напрямки: 1) формування особистості психологів; 2) формування професійно важливих властивостей; 3) умови професіоналізації психологів.

Зазначені напрямки можуть забезпечити становлення особистості психолога в цілому, а також задати шлях розвитку будь-якої окремо взятої професійно важливої риси особистості фахівця. В готовому вигляді особистість характеризується цілісністю, та враховуючи складність кожного компоненту, що входить до її структури, необхідним є вивчення професійно важливих рис психолога, умов їх розвитку та формування окремо. Такі вузькоспрямовані дослідження потім утворюють синтез знань про систему професійного становлення особистості практичного психолога.

Проаналізувавши дослідження з проблеми особистісних якостей практичного психолога Н. М. Дідик [1] виділяє такі необхідні якості ефективного практичного психолога як: відповідальність, емпатійність, діалогізм, соціальний інтелект, рефлексія, асертивність, комунікативна компетентність, автентичність, конгруентність, безоціночне ставлення,

саморегуляція мислення.

В нашому дослідженні розкривається зміст такої професійно важливої риси особистості практичного психолога, як емпатія. На емпатійності, як необхідній якості практичного психолога зупиняють нашу увагу П. П. Горностай, Р. Кочюнас, Р. С. Немов, Н. В. Чепелева Р. С. Немов, Н. І. Пов'якель та ін.

Літвінова О. В. [2] зазначає на необхідності виявлення наявності і закономірностей розвитку емпатійних властивостей студентів-психологів, що в свою чергу виступає як умова формування професійної придатності.

Емпатія є складним психологічним феноменом з точки зору розуміння самого явища, адже немає однозначного визначення даного поняття в психологічній літературі. Введенню даного терміну в психологічну науку завдячуємо Е. Тігченеру, який від грецької *empathia* перекладається як співпереживання.

Аналіз наукової літератури дає змогу розрізнити емпатію як індивідуально-психологічну властивість особистості, що полягає у співпереживанні та співчутті, емоційній проникливості до іншої людини; та емпатію, як соціально-психологічний феномен, що виникає при взаємодії з іншими. Зміст соціально-психологічного феномену емпатії ми розглядаємо на рівні когнітивно-емотивно-дієвої взаємодії психолога з клієнтом, де емпатія, за рахунок консультативних технік та прийомів, забезпечує пізнання клієнта, його емоційну підтримку та на дієвому рівні, забезпечується обернений зв'язок системи консультант-клієнт.

Починаючи з 1912 року, термін з'являється в англійському словнику і за своїм змістом є близьким поняттю «симпатія».

Аналізуючи смислове значення понять «емпатія» та «симпатія», приходимо до висновку, що професійному психологу важливішим є здатність до емпатії ніж до симпатії. Симпатія характеризується категоріями «приємно-неприємно»; «подобається-неподобається», що передбачає оцінку в даному випадку людини, яка викликає таку реакцію. В залежності від емоційного забарвлення можемо казати про симпатію або антипатію. В свою чергу професійного психолога має відрізнити неупередженість та безоцінне ставлення по відношенню до клієнта, навіть тоді, коли симпатія, як свого роду прихильність, не виникає. Специфіка роботи практичного психолога пов'язана з конкретними життєвими ситуаціями та клієнтом, як особистістю і не завжди психолог у «внутрішньому плані» буде погоджуватися з діями клієнта, головне щоб було розуміння стану клієнта без оцінки. Абсолютно нормальним є те, що психолог має власні переконання, свою світоглядну позицію і вони не завжди співпадають з картиною світу клієнта, важливо, щоб психолог не нав'язував свої погляди, а намагався зрозуміти клієнта з іншої точки зору, зі світоглядної позиції клієнта. Для забезпечення такого ставлення, власне і є необхідною емпатія ніж симпатія. Емпатія є обов'язковою необхідністю

та умовою вдалої професійної психологічної діяльності, а симпатія є допоміжним засобом. Можна емпатувати людині і без симпатії до неї. Якраз емоціо-нейтральний тон по відношенню до клієнта забезпечує неупередженість дій психолога, дає можливість поглянути на ситуацію зі сторони, під іншим кутом зору.

Одним з критеріїв професіоналізму психолога може виступати вміння використовувати емпатію в процесі діяльності. Емпатія може бути базисною рисою особистості і виступати як певний потенціал, яким володіє психолог, та можна бути природно емпатійним, десь глибоко в душі розуміти, співчувати клієнтові, та не мати змоги таке ставлення виказати через нестачу технічної сторони забезпечення емпатійності. В свою чергу не завжди добрим є значна емоційна проникливість в стан клієнта, адже таке відношення може стати на заваді об'єктивності дій психолога. К. Роджерс з цього приводу висловив думку, що бути в стані емпатії (згодом поняття «стан емпатії» замінює на «процес емпатії») означає сприймати внутрішній світ іншого точно, із збереженням емоційних і смислових відтінків. Неначе стаєш цим іншим, але без втрати відчуття «неначе» [4, с. 235-237].

Говорячи про емпатію, як про особистісну якість, необхідно визначити критерії її ефективності у професійному плані. Нас саме цікавить емпатія, як професійно важлива риса особистості практичного психолога, як показник його професіоналізму, тому надалі будемо оперувати терміном «**професійна емпатія**», під яким розуміємо систему індивідуально-психологічних характеристик, а саме: компонентів емпатії, емпатійної спрямованості, модальності, рівня вираженості емпатії та її видів і т.і.; та процесуальних характеристик емпатії на рівні когнітивно-емотивно-дієвої взаємодії в контексті циклів емпатійного реагування, технічних аспектів емпатії, структури емпатійної репліки та ін.

Важливо визначити необхідний рівень вираженості індивідуально-психологічної характеристики професійної емпатії. Мається на увазі границі норми для психолога, адже низький рівень емпатії передбачає емоційну черствість, а високий — емоційну уразливість і виходячи зі специфіки професії, необхідний рівень, розташований десь посередині зазначеного інтервалу. В науковій літературі часто говорять про емпатію, як індивідуально-психологічну властивість, в структурі професійних рис практичного психолога та незрозумілим залишається необхідний рівень її вираженості. Так, метою нашого дослідження було з'ясувати необхідний індивідуально-психологічний рівень вираженості професійної емпатії практичного психолога.

Для діагностики емпатії валідним та надійним інструментарієм можна вважати такі методики, як діагностика рівня емпатійних здібностей В. В. Бойко, дослідження рівня емпатійних тенденцій І. М. Юсупова та опитувальник для діагностики емпатії А. Меграбяна та Н. Епштейна. Серед

зазначених психодіагностичних методик в нашому дослідженні використовуються шкали запропоновані І. М. Юсуповим [5]. На нашу думку, саме методика І. М. Юсупова відрізняється детальною якісною характеристикою рівнів вираженості емпатії, які є необхідними для нашого дослідження. В методиці розкриваються 5 рівнів емпатії:

1. Дуже низький рівень емпатійності характеризується тим, що важко першим почати розмову, тримаєтеся особно серед товаришів по службі. Особливо важкі контакти з дітьми і особами, які набагато старше за вас. У міжособових відносинах нерідко опиняєтесь в ніяковому положенні. Багато в чому не знаходите взаєморозуміння з оточуючими. Любите гострі відчуття, спортивним змаганням надаєте більшу перевагу, ніж мистецтву. У діяльності дуже сконцентровані на собі. Ви можете бути дуже продуктивні в індивідуальній роботі, у взаємодії ж з іншими не завжди виглядаєте в кращому світлі. Хворобливо переносите критику в свою адресу, хоча можете на неї бурхливо не реагувати. Необхідна гімнастика відчуттів.

2. Низький рівень емпатійності. Ви відчуваєте труднощі у встановленні контактів з людьми, незатишно відчуваєте себе у великій компанії. Емоційні прояви у вчинках оточуючих часом здаються вам незрозумілими і позбавленими сенсу. Віддаєте перевагу відокремленим заняттям конкретною справою, а не роботі з людьми. Ви – прихильник точних формулювань і раціональних рішень. Ймовірно, у вас мало друзів, а з тих хто є, цінуєте більше ділову якість і ясний розум, ніж чутливість та чуйність. Люди платять вам тим же. Буває, коли відчуваєте свою відчуженість, оточуючі не дуже дарують вам увагу. Але це можна виправити, якщо ви розкриєте панцир і почнете пильніше вдивлятися в поведінку близьких і приймати їх проблеми як свої.

3. Нормальний рівень емпатійності характеризується тим, що оточуючі не можуть назвати вас «товстошкірим», але в той же час ви не належите до особливо чутливих осіб. У міжособових відносинах судити про інших більш схильні по їх вчинках, чим довіряти своїм особистим враженням. Не чужими для вас є емоційні прояви, але в більшості своїй вони знаходяться під самоконтролем. У спілкуванні уважні, прагнете зрозуміти більше, ніж сказано словами, але при зайвому впливі відчуттів співбесідника втрачаєте терпіння. Вважаєте за краще делікатно не висловлювати свою точку зору, не будучи упевненим, що вона буде прийнята. При читанні художніх творів і прогляданні фільмів частіше стежите за дією, ніж за переживаннями героїв. Важко прогнозувати розвиток відносин між людьми, тому, трапляється, що їх вчинки виявляються для вас несподіваними. У вас немає розкутості відчуттів, і це заважає вашому повноцінному сприйняттю людей.

4. Висока емпатійність — ви чутливі до потреб і проблем оточуючих, великодушні, схильні багато що їм пробачати. З

непідробленим інтересом ставитеся до людей. Вам подобається «читати» їх обличчя і «заглядати» в їх майбутнє, ви емоційно чуйні, товариські, швидко встановлюєте контакти з оточуючими і знаходите спільну мову. Мабуть, і діти тягнуться до вас. Оточуючі цінують вашу душевність. Ви прагнете не допускати конфліктів і знаходити компромісні рішення. Добре переносите критику в свою адресу. В оцінці подій більше довіряєте своїм відчуттям та інтуїції, чим аналітичним висновкам. Вважаєте за краще працювати з людьми, ніж поодиночі. Постійно потребуєте соціального схвалення своїх дій. При всіх перерахованих якостях ви не завжди акуратні в точній й кропіткій роботі. Не важко вивести вас з рівноваги.

5. Дуже високий рівень емпатійності має таку характеристику: у вас хворобливо розвинене співпереживання. У спілкуванні, як барометр, тонко реагуєте на настрої співбесідника, який ще не встиг сказати ні слова. Вам важко від того, що оточуючі використовують вас як громовідвід, обрушуючи на вас емоційний стан. Погано відчуваєте себе у присутності «важких» людей. Дорослі і діти охоче довіряють вам свої таємниці і йдуть за порадою. Нерідко випробовуєте комплекс провини, побоюючись заподіяти людям клопіт, не тільки словом, але навіть поглядом боїтеся зачепити їх. В той же час самі дуже ранимі. Можете страждати побачивши покалічену тварину або не знаходити собі місця від випадкового холодного вітання вашого шефа. Ваша вразливість деколи довго не дає заснути. Будучи в засмучених відчуттях, потребуєте емоційної підтримки інших. При такому відношенні до життя ви близькі до невротичних зривів. Потурбуйтеся про психічне здоров'я.

Дослідження полягало у опитуванні професорсько-викладацького складу випускових кафедр, які готують практичних психологів, на предмет їхньої оцінки необхідного та небажаного рівнів вираженості емпатії фахівців за шкалами методика І. М. Юсупова. Експериментальну вибірку склали викладачі Криворізького державного педагогічного університету кафедри загальної та вікової психології, кафедри психології та педагогічних технологій, а також кафедри соціології та психології Криворізького факультету Запорізького національного університету. Загальна кількість респондентів склала 40 осіб.

В ході дослідження респондентам пропонувалося ознайомитися з якісними характеристиками рівнів вираженості емпатії за методикою І. М. Юсупова та обрати серед них такі, які були б професійно значущими в діяльності практичного психолога, а також ті, що є небажаними і можуть обтяжити професійну діяльність. З метою уникнення упередженості вибору, список якісних характеристик надавався у довільній послідовності і без конкретизації про відповідні рівні емпатії (дуже низький, низький, нормальний та ін.). В результаті нами було отримано дані про частотні характеристики виборів, які зручно розглядати у вигляді гістограми (див. рис. 1).

Так, максимальну кількість позитивних виборів (частота =24

виборам) отримала характеристика №4, яка відповідає високому рівню вираженості емпатії, інші вибори відрізняються значним відривом від домінуючого, не перевищуючи при цьому частоту на рівні 8. Негативні вибори мають більш виражений розподіл показників, який ми пов'язуємо з тим, що респонденти серед позитивних виборів робили 1, а негативних обирали декілька варіантів (найчастіше ті, що залишилися, хоча ніяких обмежень не було). Якщо розглядати співвідношення лише негативних виборів, то з найбільшою частотою, яка дорівнює 25 виборам, домінує характеристика №2 — це відповідно низький рівень вираженості емпатії. Виходить, що для психолога, бути з низьким рівнем емпатії менш привабливо, ніж з дуже низьким, що не є логічним. Тому вважаємо доцільним аналізувати частотні характеристики не відокремлено, а у відповідності, як з позитивними так і негативними виборами.

Отже, однаково небажаними для психолога є і перша і друга характеристики, т.я. друга має найбільшу частоту виборів, а перша не має жодного позитивного (доречі це єдиний випадок такого розподілу позитивних і негативних виборів). Якщо розглянути в цілому розподіл частот, то 1-3 та 5 характеристики мають більше негативну тенденцію оцінювання, ніж позитивну, а 4, навпаки більше позитивну ніж негативну.

Враховуючи мету нашого дослідження, а саме з'ясувати необхідний індивідуально-психологічний рівень вираженості професійної емпатії практичного психолога, приходимо до висновку, що він має відповідати високому показникові. Всі інші рівні вираженості емпатії, які пропонуються за методикою І. М. Юсупова, є однаково негативними, різниця лише в тому, хто страждає більше: сам психолог, який стає беззахисним при наявності дуже високого рівня емпатійності чи клієнт, який зустрів психолога з дуже низьким рівнем емпатії. В обох випадках психолог не може забезпечити ефективного виконання професійної діяльності. Тому, одним з показників професіоналізму є високий рівень емпатійності практичного психолога, який значною мірою полягає у чутливості до потреб і проблем оточуючих.

Література

1. Дідик Н. М. Особливості особистісних характеристик майбутніх психологів / Н.М. Дідик // Проблеми сучасної психології Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д.Максименка, Л.А. Онуфрієвої – Вип. 4. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2009. – С.97-106.
2. Літвінова О. В. Соціально-психологічна проблема розвитку професійно важливих якостей студентів-психологів / О.В. Літвінова // Теоретичні і прикладні проблеми психології Збірник наукових праць. — Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля. — 2009. — №1.
3. Логінова Л. В. Феномен соціально-професійної зрілості майбутніх психологів / Л.В. Логінова // Теоретичні і прикладні проблеми психології Збірник наукових праць. — Східноукраїнський національний університет ім. В. Даля. — 2009. —

- №1.
4. Роджерс К. Эмпатия // Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. — 288 с.
 5. Тестируем детей / Составитель Т. Г. Макеева. — Ростов н/Д: Феникс, 2006. — С.296-301.

Стаття надійшла до редакції 18.03.2010 р.

І. С. Дереза
*аспірантка каф. психології і педагогічних технологій,
Криворізький ДПУ*

САМООСВІТА ЯК ОСНОВА ПРОФЕСІЙНОГО САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ

У статті розглядається самоосвіта як основа професійного саморозвитку особистості майбутнього вчителя.

Ключові слова: саморозвиток, самоосвіта, готовність до самоосвіти.

В статье рассматривается самообразование как основа профессионального саморазвития личности будущего учителя.

Ключевые слова: саморазвитие, самообразование, готовность к самообразованию.

In the article are disclosed self-education as the basis of professional self-development of the person of the future teacher.

Key words: self-development, self-education, readiness to the self-education.

Сучасний етап розвитку суспільства характеризується значними змінами у сфері політики, економіки, культури, освіти. Цей процес вимагає реформування всіх соціально-економічних відносин, у тому числі й системи вищої освіти, яка повинна змінити структуру підготовки кадрів відповідно до запитів ринку праці, що оновлюється. Сучасна освіта вже не має на меті навчити на все життя, актуальною проблемою стає організація навчально-виховного процесу, який би сприяв розумінню студентом усього обсягу інформаційного простору, який оточує сучасну людину та неможливість його засвоєння без самоосвіти, самовдосконалення, розвитку творчої особистості, тобто навчання та саморозвиток впродовж усього життя.

Сьогодні суспільству потрібні ініціативні та самостійні люди, здатні постійно удосконалювати себе і власну діяльність, виявляти готовність до швидкого оновлення знань, розширення навичок і вмінь, освоєння нових сфер діяльності. В основі такого безперервного саморозвитку лежить процес самоосвіти, який забезпечує не тільки оволодіння засобами набуття необхідних знань і досвіду, але й формування самостійності як якості особистості.

Самоосвіта є особливо важливою для студента – майбутнього педагога, коли професія вимагає багато знань, життєвих умінь, мислительних і практичних навичків: учитель повинен навчити вчитися