

На правах рукописи



Ахмедзянова Айгуль Эльвировна

**Актуализация эмпатии личности средствами кинотренинга
(на примере студентов гуманитарного профиля)**

Специальность: 19.00.13 – психология развития, акмеология

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Казань – 2011

Работа выполнена на кафедре психологии личности факультета психологии
Федерального государственного автономного образовательного
учреждения высшего профессионального образования
«Казанский (Приволжский) федеральный университет»

Научный руководитель: доктор психологических наук, профессор
Попов Леонид Михайлович

Официальные оппоненты: доктор психологических наук, профессор
Гинзбург Михаил Романович

кандидат психологических наук,
Ибрагимова Елена Николаевна

Ведущее учреждение: Владимирский государственный университет

Защита состоится «06» апреля 2011 года в 10 часов на заседании диссертационного совета Д 212.081.22 по защите диссертаций на соискание ученой степени доктора и кандидата психологических наук при ФГАОУВПО «Казанский (Приволжский) федеральный университет» по адресу: 420008, г. Казань, ул. Кремлевская, д.18, физический корпус, аудитория 506.

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке им. Н.И.Лобачевского ФГАОУВПО «Казанский (Приволжский) федеральный университет» по адресу: 420008, г. Казань, ул. Кремлевская, 35.

Электронная версия автореферата диссертации размещена на сайте ФГАОУВПО «Казанский (Приволжский) федеральный университет» www.ksu.ru. «__» 2011 года.

Автореферат диссертации разослан «__» 2011 года.

Ученый секретарь диссертационного совета,
кандидат психологических наук, доцент



Габдреева Г.Ш

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы исследования. Настоящее исследование посвящено проблеме эмпатии личности, *теоретическая актуальность* которой обусловлена ее состоянием в современной психологической науке. Несмотря на то, что изучению эмпатии посвящено множество зарубежных и отечественных работ (В.В.Бойко, Д.Бэтсон, Ю.Б.Гиппенрейтер, Дж.Иган, Т.Киф, Е.Н. Козлова, Х.Кохут, Н.Н.Обозов, К.Роджерс, К.Ференци, Р.Шафер, И.М.Юсупов и др.) обнаруживается некоторая неоднозначность в позициях различных авторов как в контексте психологического содержания феномена эмпатии, так и в контексте его научной категоризации.

Вопрос о механизмах проявления эмпатии также не имеет однозначного толкования. Так, Н.Н.Авдеева, Е.М.Дубовская, Дж.Конджер, Р.Л.Кричевский, П.Массен, Н.Ньюкомб выделяют в качестве основного механизм идентификации, а Е.Я.Басин, Н.И.Сарджвеладзе акцентируют внимание на механизмах проекции и интроекции, как компонентах идентификации. Т.П.Гаврилова, О.И.Цветкова, И.М.Юсупов определяют децентрацию как основу подлинной эмпатии, а Г.Баррет-Леннард предлагает рассматривать фазы эмпатического процесса в качестве механизмов проявления эмпатии. Однако, по мнению А.П. Сопикова, выделяемые авторами механизмы эмпатии носят лишь теоретический характер и пока не получили должного эмпирического подтверждения.

Практическая актуальность проблемы эмпатии обусловлена, прежде всего, идеологическим характером современной социальной реальности: наблюдается явный приоритет утилитарно-прагматических ценностей на фоне растущей конкуренции во всех сферах социальной жизни. Одновременно с этим, огромный поток информации и глобализация социальных процессов предъявляют к человеку как социальному субъекту определенные требования, предполагающие его компетентность во взаимодействии с другими. Однако, порой реальные социальные условия не способствуют естественному развитию у него такой важнейшей составляющей этой компетентности, как способность и готовность к эмпатийному реагированию на других. Именно поэтому встает вопрос о поиске эффективных средств и способов, обеспечивающих формирование такого социально важного навыка у современного человека.

Особую важность проблема развития эмпатии приобретает в контексте повышения эффективности профессиональной деятельности специалистов в сфере «человек-человек»: педагогов, психологов, врачей, журналистов и других социономических профессий, что придает особую **актуальность** теме исследования. Это определило специфику выборки экспериментального исследования-студентов гуманитарного профиля обучения.

Необходимость уточнения психологического содержания данного феномена, а также факторов и средств развития готовности и способности личности к эмпатийному реагированию в межличностном взаимодействии у будущих специалистов в сфере «человек-человек» является **проблемой** диссертационного исследования.

В качестве **объекта** исследования выступает психологический феномен эмпатии, а также эмпатийность как психологическая характеристика личности, факторы и средства ее развития.

Предметом исследования является актуализация эмпатии личности студентов-гуманитариев.

Цель исследования: актуализация эмпатии и формирование положительной динамики показателей эмпатийности личности студентов-гуманитариев посредством специально организованной процедуры кинотренинга.

Гипотезу исследования составили следующие предположения:

1. Эмпатия как психологический феномен личности студентов-гуманитариев сопровождается высокой социальной активностью, потребностью в общении и готовностью к ее удовлетворению, склонностью к эмоциональному реагированию на потребности другого человека.

2. Актуализации эмпатии личности может способствовать специально организованная процедура кинотренинга, направленная на активизацию основных механизмов когнитивной, эмоциональной и действенной эмпатии.

Для реализации цели исследования и подтверждения высказанных предположений были сформулированы и последовательно решались следующие **задачи**:

1. Проанализировать теоретические подходы к определению понятий «эмпатия» и сопутствующих ей определений, и выделить основные механизмы эмпатийного реагирования.

2. Выявить основные подходы к определению факторов и средств развития эмпатии личности, и обосновать применение кинотренинга как средства актуализации эмпатии.

3. Эмпирически уточнить психологическое сопровождение эмпатии личности.

4. В процессе просмотра и обсуждения специально подобранных фильмов активизировать механизмы эмпатии (интерпретации, децентрации, эмоционального заражения).

5. Экспериментально обосновать возможность повышения показателей эмпатийности личности в ходе специально организованной процедуры кинотренинга (на примере студентов-гуманитариев).

Методологическая и теоретическая основа работы. Теоретическая база исследования построена с учетом принципа субъекта

(К.А.Абдульханова, Б.Г.Ананьев, А.В.Брушлинский), в соответствии с которым человек рассматривается как автономная, инициативная личность, способная в определенных пределах изменить себя и окружающий мир; принципа детерминизма (С.Л.Рубиштейн), согласно которому все психические явления рассматриваются как зависящие от порождающих их факторов: внешних и внутренних; принципа развития (Л.С.Выготский, З.Фрейд), определяющего изучение психических процессов и свойств с точки зрения их закономерного изменения; модели системно-структурного представления психологической организации человека как субъекта развития, саморазвития (Л.М.Попов); принципа организации коррекционного процесса; теоретических подходов к определению содержания и механизмов феномена эмпатии, факторов и средств развития эмпатийности личности (Т.П.Гаврилова, Н.Н.Обозов, Н.И.Сарджвеладзе, И.М.Юсупов).

Методы исследования и обработки полученных данных включали логико-теоретический анализ, диагностические методы (опрос, тестирование, беседа, наблюдение), формирующий эксперимент, а также статистическую обработку данных (анализ средних значений, корреляционный анализ). В состав эмпирического инструментария для проведения исследования вошли: классический опросник «Эмпатия» (А.Меграбян, С.Эпштейн), для изучения психологического сопровождения эмпатийности личности был использован многофакторный Фрайбургский личностный опросник (FPI) (вариант В).

Надежность и достоверность результатов исследования обеспечивались всесторонним теоретическим анализом проблемы, репрезентативностью выборки испытуемых, принявших участие в эмпирической части исследования; валидностью и надежностью психодиагностического инструментария; использованием адекватных методов статистической обработки данных.

Выборка исследования. Эмпирическую базу исследования составили студенты гуманитарного профиля обучения в количестве 60 человек. Однородность выборки обеспечивалась сходством испытуемых по половому признаку (женский пол), по возрастному признаку (18-20 лет), по профилю обучения в вузе (гуманитарное образование).

Научная новизна исследования заключается в том, что:

1. Теоретически рассмотрена и предложена возможность разведения понятий «эмпатия» и «эмпатийность» личности. Эмпатия как процесс включает в себя когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты: понимание субъектом эмпатии эмоционального состояния другого человека; сопереживание, сочувствие ему, т.е. испытывание сходного с ним чувства; оказание другому поддержки с использованием, в том числе, вербальных и невербальных средств коммуникации. Эмпатийность как психологическая характеристика личности предполагает определенный уровень развития ее

готовности и способности к реализации процесса эмпатии (эмпатийному реагированию на другого).

2. Эмпирически выявлены психологические связи эмпатийности личности студентов-гуманитариев с такими личностными характеристиками как невротичность, спонтанная агрессивность, депрессивность, общительность, реактивная агрессивность, эмоциональная лабильность.

3. Теоретически обосновано и экспериментально доказано, что актуализация основных механизмов эмпатии: интерпретации, децентрации, идентификации, эмоционального заражения, способствует эмпатийному реагированию студентов-гуманитариев и повышению показателя их эмпатии.

4. Экспериментально обосновано, что в условиях специально организованной процедуры кинотренинга актуализируются основные механизмы эмпатии, которые способствуют реализации эмпатийного реагирования.

5. Показано, что в контексте модели человека как субъекта развития и саморазвития, процедура кинотренинга выступает в роли конкретной технологической составляющей перехода от внешнеплановых действий (эмпатийного реагирования) во внутриплановые действия.

Теоретическая значимость исследования. Полученные результаты расширяют и углубляют научные представления современной психологии о феномене эмпатии и эмпатийности личности, а также дополняют имеющиеся в психологии эмоций, когнитивной психологии, психологии межличностного взаимодействия и психологии развития подходы к изучению факторов и средств *развития* этой характеристики.

Практическая значимость исследования определяется тем, что экспериментально доказанная эффективность специально организованной процедуры кинотренинга позволяет использовать ее для актуализации эмпатии и развития эмпатийности при практической подготовке педагогов, психологов, других специалистов в области межличностных отношений. Теоретические и эмпирические положения исследования могут быть отражены в соответствующих учебных курсах.

Положения, выносимые на защиту:

1. На основе анализа понятий, характеризующих феномен эмпатии человека, выявлено отсутствие специального значения в пониманиях «эмпатия» и «эмпатийность». Целесообразно понятие «эмпатия» рассматривать как более широкое и закрепить за ним значение процесса вчувствования в другого, а «эмпатийность» считать результатом вчувствования, который может быть определен как сложившаяся характеристика (свойство) личности.

2. Эмпатийность как психологическая характеристика личности студентов–гуманитариев сопровождается высокой социальной активностью,

потребностью в общении и готовностью к ее удовлетворению, склонностью к эмоциональному реагированию на потребности другого человека. Эмпатия не проявляется или проявляется слабо, если выражены импульсивность поведения, агрессивное отношение к социальному окружению, стремление к доминированию. Проявлению эмпатии способствуют высокая социальная активность, потребность в общении и готовность к ее удовлетворению, склонность к эмоциональному реагированию на потребности другого человека.

3. Эмпатийному реагированию и повышению показателя эмпатии студентов-гуманитариев способствует актуализация основных механизмов когнитивной, эмоциональной и поведенческой эмпатии: интерпретации, децентрации, идентификации, эмоционального заражения. Данные механизмы могут быть актуализированы и реализованы в условиях специально организованной процедуры кинотренинга, которая предполагает использование специальных киносредств, заранее подобранных с учетом наиболее значимых для участников тренинга личных жизненных проблем, и дальнейшее их обсуждение.

4. В контексте модели человека как субъекта развития и саморазвития (Л.М.Попов) внешняя детерминация как совокупность факторов и средств развития субъекта эмпатии определяется условиями специально организованной процедуры кинотренинга (типами объектов: человек, художественный образ; а также микро- и макросредой), а сама процедура кинотренинга, регулирование ее процессуальных и операциональных компонент выступают в роли технологической составляющей перехода внешнеплановых действий эмпатийного реагирования во внутриплановые действия.

Апробация результатов. Основные положения и результаты исследования представлены в материалах Всероссийской научно-практической конференции «Современное образование: теория, практика и перспективы» (Челябинск, 2010), Всероссийской научно-практической конференции «Психологическое сопровождение образования: теория и практика» (Йошкар-Ола, 2010). Диссертационное исследование было обсуждено и рекомендовано к защите кафедрой психологии личности факультета психологии Казанского университета.

Структура диссертации отражает логику исследования и состоит из введения, двух глав – теоретической и эмпирической, заключения, списка литературы (170 источников, из них 18 иностранных) и иллюстративного материала в виде 5 таблиц и 5 рисунков, приведенных в тексте диссертации и приложении. Основное содержание диссертации изложено на 138 страницах машинописного текста.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **введении** обосновывается актуальность темы, формулируется проблема исследования; обозначаются объект и предмет; сформулированы цель, задачи и положения, выносимые на защиту; показаны научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы; описываются ее исследовательская база и методическое обеспечение.

Первая глава «Теоретические основы изучения феномена эмпатии и средств развития эмпатийности личности» включает пять параграфов.

Первый параграф посвящен анализу подходов к определению эмпатии в современной психологической науке. В зарубежной психологии эмпатия понимается как «внутренняя активность, результатом которой становится интуитивное понимание чувств другого» (Э.Титченер), «способность поставить себя на место другого, сопереживать ему, передающая духовное единение с другим» (Р.Мей, А.С.Бозарт), «способность определять и понимать эмоциональное состояние другого» (Д.Бюе). Наиболее разработанным в зарубежной психологии является понимание эмпатии в контексте психотерапевтической практики. Такой прикладной аспект изучения этого феномена позволил исследователям детализировать отдельные стороны эмпатии. Так Т.Тэхке, Г.Гринсон, Х.Кохут, Ш.Ференци рассматривают эмпатию терапевта, как средство «построения, проверки и разработки рабочих моделей пациента», «целостного представления о его душевной жизни», способ «проникнуть в чувства и внутреннюю жизнь другого человека», «пережить с ним», и «ослабить его эмоциональное напряжение». Особо следует выделить исследования К.Роджерса, в которых автор акцентирует внимание на эмпатии, как «конгруэнтности терапевта» т.е. его способности «приходить в контакт со своими чувствами и умении их выражать», ответственности, активности, чуткости субъекта эмпатии.

В отечественной психологии понимание феномена эмпатии оказывается в основном сходным с позициями зарубежных исследователей. Эмпатия рассматривается как «способность к произвольной эмоциональной отзывчивости и вчувствованию в скрытый смысл слов и действий другого» (И.М.Юсупов), «форма рационального, эмоционального и интуитивного отражения другого человека» (В.В.Бойко), «заинтересованность в других» (Т.П.Гаврилова).

Несмотря на достаточную однозначность в понимании смысла феномена эмпатии как отечественными, так и зарубежными психологами, остается открытым вопрос об отнесении эмпатии к конкретной психологической категории: психическому процессу или психическому свойству. Наиболее целостной в определении психологического содержания эмпатии и более четкой в плане психологической категоризации представляется позиция Н.Н.Обозова, в соответствии с которой эмпатия как

процесс включает в себя когнитивный (понимание психического состояния другого без изменения своего состояния), эмоциональный (понимание состояния другого и сопереживание на основе децентрации), действенный (понимание, сопереживание и поддержка) компоненты. Опираясь на данное определение возможно развести понятия «эмпатия» и «эмпатийность», и под эмпатийностью личности понимать такую характеристику личности, которая предполагает определенный уровень развития готовности и способности человека к реализации им процесса эмпатии.

Во *втором параграфе* приводится обзор и обобщение подходов к выделению психологических механизмов эмпатии. Функциональные механизмы эмпатийного реагирования выделены теоретически и не получили достойного эмпирического подтверждения (А.П.Сопиков).

Наиболее сходными являются позиции зарубежных и отечественных исследователей в отношении механизма идентификации при реализации эмпатийного процесса (Н.Н.Авдеева, Е.Я.Басин, Т.П.Гаврилова, Е.М.Дубовская, Дж.Конджер, Р.Л.Кричевский, П.Массен, Н.Ньюкомб, Н.И.Сарджвеладзе и др.). Содержание данного механизма наиболее полно представлено в исследованиях Е.Я.Басина, Н.И.Сарджвеладзе, где идентификация рассматривается как процесс реализации проекции и интроекции, в результате чего и формируется идентичность субъекта эмпатии с другим. Н.И.Сарджвеладзе особо отмечает, что эмпатия будет адекватной только при условии равной представленности в механизме идентификации как проекции, так и интроекции, обеспечивающих эмоциональное заражение, как вчувствование субъекта эмпатии в другого.

Кроме этого, исследователями подчеркивается роль механизма децентрации, как перехода от эгоцентрической ориентации к установке на партнера по общению, что является необходимым условием полноценного эмпатийного реагирования (Г.Баррет-Леннард Т.П.Гаврилова, О.И.Цветкова, и др.). И.М.Юсупов рассматривает эгоцентриацию и децентрацию как установки, определяющие характер механизма интерпретации (понимание субъектом эмпатии эмоционального состояния другого).

Представляется возможным соотнесение рассмотренных механизмов с уровнями реализации эмпатии, выделенными Н.Н.Обозовым:

- когнитивная эмпатия, где присутствует механизм интерпретации (понимание субъектом эмпатии эмоционального состояния другого без изменения своего состояния);

- эмоциональная эмпатия, где реализуется не только механизм интерпретации (понимания), но на основе децентрации осуществляются идентификация (проекция-интроекция), а также заражение субъекта эмпатии эмоциональным состоянием другого;

- действенная эмпатия, при которой на основе понимания, вчувствования осуществляется выражение идентичности субъекта эмпатии в реальных действиях по оказанию поддержки и помощи другому человеку.

В *третьем параграфе* анализируются факторы и средства развития эмпатийности личности. Следует отметить, что все авторы (В.В.Бойко, Д.Майерс, И.М.Юсупов и др.) однозначно утверждают, что эмпатийность как психологическую характеристику личности можно развивать.

Вопрос о внешних и внутренних факторах проявления эмпатии и средствах развития эмпатийности в подходах различных авторов не решается столь однозначно, однако обнаруживается сходство в представленных позициях. Так, Д.Майерс, К.Роджерс, Н.И.Сарджвеладзе и другие авторы отмечают необходимость развития сферы самосознания: понимания своих чувств, самоопределенности, самоидентичности. Кроме этого, для подлинного эмпатийного взаимодействия необходимо обладать эмпатийной внимательностью, памятью, воображением и уметь интерпретировать интонации, содержание, эмоциональные окраски и мотивы партнера по общению, что обеспечивает субъекту эмпатии необходимый уровень когнитивной сложности, понимание многообразия других, расширение и принятие социального разнообразия, ориентированность на других и искренний неподдельный интерес к ним. Осознание своего сходства с объектом (возможность даже частичной идентификации), доброжелательное отношение к нему, субъективная значимость, привязанность, аттракция, целостное принятие личности другого, по мнению всех исследователей, способствует проявлению эмпатии.

Особый интерес представляют выделенные авторами внешние факторы проявления эмпатии: моделирование эмпатийного взаимодействия, обучение, воздействие положительным примером различными средствами, в том числе и средствами массовой информации (Д.Майерс); воспитание эмоционального отклика средствами культуры (И.М.Юсупов).

Четвертый параграф посвящен теоретическому обоснованию возможности использования кинотренинга, как разновидности кинотерапии, в качестве средства актуализации эмпатии и эмпатийности личности.

В *пятом параграфе* представлена психологическая модель субъекта развития (Л.М.Попов) как методологическая основа настоящего исследования. Модель человека как субъекта развития и саморазвития основывается на общефилософских и общепсихологических принципах (детерминизма, субъекта, развития, системно-структурной организации психики и др.) и в полной мере отвечает целям настоящего исследования.

В контексте проблемы актуализации эмпатии (как процесса) и развития эмпатийности (как характеристики) личности конкретизированы отдельные положения данной модели и, тем самым, теоретически обосновано

предположение о возможности использования кинотренинга как средства актуализации эмпатии личности.

В качестве «действительного» выступает реальное состояние человека как субъекта эмпатии: его готовность и способность к эмпатийному реагированию в ситуации взаимодействия с другими, т.е. уровень развития эмпатийности как его личностного качества.

«Должное», как нравственно-ценное, предполагает более высокий уровень развития эмпатийности личности. В ситуации экспериментального развития этого качества (в данном случае – в ситуации специально организованной процедуры кинотренинга) тренер, обладая теоретической и практической подготовкой, ориентируется на возможные достижения человека в плане эмпатического реагирования. Сами условия кинотренинга выступают в качестве внешней детерминации: киносредства с использованием художественных образов, их выбор и организация процедуры тренером, который управляет интеллектуально-действенными процессами участников тренинга. Внутреннюю детерминацию обуславливают реальные и возникающие состояния различных личностных сфер: самосознания (как представления человека о себе), мировоззренчески-установочной (как представлений о других, о мире в целом), эмоционально-волевой (как личностных особенностей протекания эмоциональных и волевых процессов), нравственно-этической (как ценностных ориентиров в жизни).

На определенном этапе статическая составляющая пространственно-временного комплекса, представленная в виде субъективных образов, понятий, также выполняет функцию внутренней детерминанты.

Что касается динамической компоненты пространственно-временного комплекса, то она осуществляется в контексте актуализации эмпатии посредством кинотренинга прежде всего за счет внешнеплановых действий. Последовательная реализация основных механизмов эмпатии (когнитивной, эмоциональной, поведенческой) предполагает субъективное освоение человеком индивидуальных техник для проявления эмпатии (технологический аспект) и более качественных в межличностных отношениях эмпатийных реакций (содержательный аспект). Процессы, осуществляемые во внутреннем и внешнем плане, и создаваемые продукты, их взаимопереходы обеспечивают актуализацию эмпатийности, как качественной характеристики личности.

Данные теоретические построения были положены в основу разработки процедуры кинотренинга используемой для актуализации эмпатии студентов-гуманитариев с учетом их индивидуальных особенностей.

Вторая глава «Экспериментальное исследование актуализации эмпатии личности (на примере студентов гуманитарных специальностей)»

состоит из четырех параграфов. В *первом параграфе* описаны организация и методы исследования, дана характеристика исследуемой выборки, обоснован выбор методик. Эмпирическое исследование для проверки заявленных гипотез осуществлялось в несколько этапов.

На первом этапе для выявления индивидуально-психологических особенностей личности, сопровождающих проявление эмпатии, проведено эмпирическое исследование взаимосвязи показателя эмпатийности личности студентов-гуманитариев с показателями личностного опросника FPI (n=60).

Второй этап исследования состоял в разработке программы кинотренинга для актуализации эмпатии личности. Специально организованные беседы и интервью позволили получить информацию, необходимую для набора материалов кинотренинга.

Третий этап – экспериментальное исследование актуализации эмпатии и эмпатийности личности студентов-гуманитариев средствами специально организованного кинотренинга.

Во *втором параграфе* представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи показателя эмпатии с личностными характеристиками студентов-гуманитариев (рис.3).

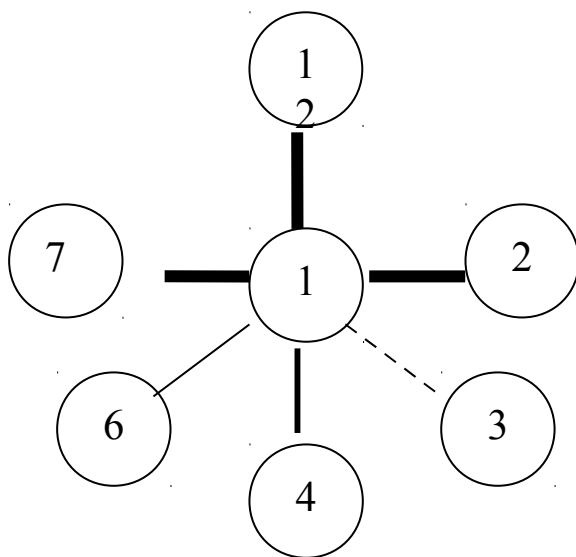


Рисунок 3

Взаимосвязь эмпатии с личностными характеристиками

1 - Эмпатия; 2 - Невротичность; 3 - Спонтанная агрессивность; 4 - Депрессивность; 6 -Общительность; 7 - Реактивная агрессивность; 12 - Эмоциональная лабильность.

Значимость коэффициента корреляции:

- Прямая связь ($p \leq 0,05$) _____
- Прямая связь ($p \leq 0,01$) _____
- Прямая связь ($p \leq 0,001$) _____
- Обратная связь ($p \leq 0,01$) _____
- Обратная связь ($p \leq 0,001$) _____

По данным корреляционного анализа эмпатия имеет положительные корреляционные связи с невротичностью ($p \leq 0,001$), общительностью ($p \leq 0,05$), эмоциональной лабильностью ($p \leq 0,001$) и обратные – со спонтанной агрессивностью ($p \leq 0,05$), депрессивностью ($p \leq 0,01$) и реактивной агрессивностью ($p \leq 0,001$).

Данные взаимосвязи показывают, что эмпатия не проявляется или проявляется слабо, если выражены импульсивность поведения, агрессивное отношение к социальному окружению, стремление к доминированию, а также характеристики, свойственные депрессивному состоянию личности.

Проявлению эмпатии способствуют высокая социальная активность, потребность в общении и готовность к ее удовлетворению, склонность к эмоциональному реагированию на потребности другого человека, нейротизм. При этом наиболее значимы положительные взаимосвязи с невротичностью и эмоциональной лабильностью, что вполне логично, поскольку эти характеристики личности свидетельствуют о ее высокой чувствительности и эмоциональной подвижности.

Таким образом, выявлены психологические характеристики как способствующие формированию эмпатии, так и препятствующие ее проявлению. *Выявленный характер взаимозависимостей позволяет говорить о том, что развитие эмпатийности личности, кроме актуализации ее основных функций, должно способствовать снижению ее агрессивности и смягчению депрессивных тенденций, с одновременным повышением общительности и эмоциональной чувствительности.*

В *третьем параграфе* описана **программа кинотренинга, направленная на актуализацию эмпатии личности студентов-гуманитариев.** В качестве теоретико-методологической основы кинотренинга выбрана структурно-динамическая модель Н.Н.Обозова, включающая три уровня эмпатии: когнитивную эмпатию, эмоциональную эмпатию и действенную эмпатию. Цель кинотренинга – актуализация механизмов, способствующих реализации человеком эмпатийного процесса в целом.

Процедура кинотренинга предполагает системное отслеживание вербальных и невербальных реакций испытуемых, в том числе интерпретируемых как эмоциональные:

1. воспаленные глаза – переживание острых эмоциональных моментов;
2. специфическая, неконструктивная вербализация;
3. соматизация;
4. мышечное напряжение («мышечная броня» по В.Райху).

В предварительной беседе с испытуемыми, выполняющей одновременно роль инструкции к экспериментальной процедуре, дается основная информация об условиях проведения кинотренинга и возможных результатах. При этом выполняются следующие процедуры:

- ознакомление с различными социальными типажам (выделенными соответственно типам темперамента, социальным ролям) и обучение взаимодействию с ними;
- тренировка внимания, памяти, наблюдательности;
- тренировка навыков самоанализа;
- определение собственных чувств (рефлексии) и эмоциональных состояний партнера по общению (или киногероя);
- формирование навыков релаксации, снятия эмоционального напряжения и стресса.

При **подготовке кинотренинга**, для запуска механизмов эмпатии необходимо было учесть, что:

- с одной стороны, для актуализации эмоциональных состояний необходим провоцирующий материал, но, в тоже время, лабильный эмоциональный фон любой киноленты должен быть позитивным;
- то, что вызывает эмоции у одного человека, не вызывает эмоционального отклика у других, – это существенным образом ограничивает выбор материала;
- эмоциональная сфера любого человека очень уязвима, поэтому далеко не все участники способны «афишировать» эмоциональные переживания в групповом тренинге.

Были использованы методы беседы, интервью с целью выявления актуальных проблем испытуемых, по результатам которых наиболее острыми для испытуемых являются проблемы одиночества, смысла жизни, преодоления себя, апатия, депрессия и пр.). Кроме этого, были выявлены киноприоритеты испытуемых по следующим критериям:

- история, рассказанная в фильме (сценарий);
- нравственная проблематика (морально-этические аспекты);
- игра актеров;
- визуальный ряд картины (особенности съемки, монтажа, спецэффекты);
- оригинальные сюжетные повороты (сложность драматургической композиции);
- динамика действия, экшн;
- использование музыкальных средств, звука в целом;
- диалоги.

На основании выявленных актуальных проблем и приоритетов испытуемых экспериментальной группы были выбраны фильмы,

соответствующие по своему содержанию целям тренинга: «Билли Эллиот», «Запах женщины», «Саймон Бирч», «Нашествие варваров», «Война». Следует отметить, что выбранные киноленты просматривались испытуемыми впервые.

Во избежание возможных искажений и артефактов экспериментальное исследование было организовано следующим образом: в течение пяти дней осуществлялось **проведение кинотренинга**, в ходе которого испытуемые просматривали кинофильмы, подобранные с учетом проблемы исследования (сеансы носили групповой характер, проводились в одно и то же время, в одном месте). В процессе обсуждения отмечались особенности эмоциональных состояний, факторы, влияющие на их появление, задавались вопросы, предполагающие запуск механизмов идентификации, децентрации и др. На шестой день проводилась групповая диагностика уровня эмпатии. Дополнительная контрольная диагностика уровня эмпатии осуществлялась через 10 дней (контрольное измерение).

В *четвертом параграфе* представлены результаты экспериментального исследования актуализации эмпатии личности студентов-гуманитариев средствами специально организованного кинотренинга.

Используя результаты предварительной диагностики, из общей выборки (n=60) была сформирована экспериментальная группа (n=20) участвующая в тренинге, и контрольная группа (n=20), в состав обеих вошли испытуемые с низким уровнем эмпатийности.

Основой кинотренинга является интеллектуальный анализ ситуации (выстраиваются версии увиденного, разбираются действия героев, выявляется мотивация их поступков и т. п.). Основной целью просмотра является включение механизмов понимания и идентификации, что проявляется в эмоциональных реакциях участников тренинга, поэтому основное внимание было направлено на эмоциональное состояние как персонажей фильма, так и самих участников тренинга.

После просмотра каждого фильма участникам кинотренинга в процессе беседы было предложено описать негативные эмоциональные переживания, ощущения эмоционального дискомфорта и пр. Участники высказывали чувства, которые у них вызвал фильм, и указывали на наиболее запомнившиеся эпизоды, описывая вызванную этими эпизодами эмоциональную реакцию. Таким образом, происходило настраивание группы на работу с чувствами, ставился акцент на эмоциональный способ восприятия. В ходе обсуждения регистрировались особенности эмоциональных состояний («раздражение», «хочется спать», «хочется плакать» и пр.), факторы, влияющие на их появление, в том числе и просмотр фильмов («сентиментальные сцены», «события, совпадающие с личным опытом» и пр.). Испытуемым предлагалось составить список их любимых

фильмов, объяснить, почему они им нравятся, и в какие моменты жизни у них возникает желание посмотреть тот или иной фильм.

Поскольку во время просмотра каждый член группы обычно психологически «сливается» с кем-либо из героев (с тем из них, который наиболее близок по поведенческим и эмоциональным реакциям), то следующий шаг – указать ситуации в фильме, при которых он наиболее сильно сопереживал герою, ощущал себя на его месте. Дается задание обсудить эти ситуации с точки зрения эмоциональной значимости – чем они вызваны, почему слияние было наиболее полным именно в этих случаях. Таким образом, актуализировались механизмы интерпретации (как понимания) и децентрации.

Задача следующего этапа – побудить испытуемых эмпатически «сливаться» с абсолютно различными людьми, которые могут быть эмоционально и поведенчески совершенно не близкими участнику тренинга. Для этого, выбрав одного из психологически «чуждых» персонажей, необходимо найти в нем что-то эмоционально близкое (вспомнить ситуации, в которых он был наиболее эмоционально близким) и затем попытаться ощутить его чувства (и описать) в различные моменты фильма, что способствует актуализации механизмов идентификации. Диагностика успешности психологического сближения проводится с двух сторон: с одной стороны ведущим, а с другой – тем из участников, которому этот герой наиболее психологически близок (надо отметить, что эта задача не всегда решается сразу даже у наиболее эмпатически развитых участников группы). Предваряя обсуждение материала, ведущий просит участников тренинга вспомнить понравившиеся им высказывания героев.

Ярко выраженная динамика вербализационной активности в процессе обсуждения фильма отмечена у 60% испытуемых. Этот результат подтверждает действие механизма идентификации, требующего вербальной рефлексии и отработки избыточных эмоциональных переживаний испытуемых. Кроме этого, в процессе вербализации происходит подкрепление установленной эмоциональной связи в группе (на основе сходства мнений, реакций и пр.). Прорабатываются базовые навыки коммуникативной эмпатии испытуемых.

Борьба, подавление острых эмоциональных реакций (слезы, переживание негативных эмоциональных состояний) характерны для 30% испытуемых. Это явление объясняется:

- особенностями личности (неуравновешенностью, эксцентричностью),
- усвоенным стилем поведения (имитацией одобряемых реакций, что соответствует теории предикативной эмпатии),
- выражением равнодушия, сопереживания и сочувствия в острые, трагические моменты,

- социальными стереотипами поведения и коммуникации.

Именно этот момент интерпретируется нами как проявление эмпатии, когда переживание становится конструктивным и полезным для субъекта эмпатийного взаимодействия.

Отсутствие «избыточных» эмоциональных реакций демонстрируют 20% испытуемых. В данном случае это может означать перенос переживаний во «внутренний» эмоциональный план, что говорит о завуалированном характере эмпатических переживаний.

Доказательство эффективности кинотренинга осуществлялось путем выявления динамики исследуемых показателей в процессе формирующего эксперимента.

После обработки данных повторной диагностики был использован метод статистического сравнения по t-критерию Стьюдента. Результаты обработки представлены в таблице 2.

Таблица 2

Динамика значений показателей эмпатии испытуемых экспериментальной (ЭГ) и контрольной групп (КГ)

Предварительное измерение				После пятидневного курса кинотренинга				Контрольное измерение спустя десять дней			
ЭГ	КГ	t	p	ЭГ	КГ	t	p	ЭГ	КГ	t	p
33,2	34,2	1,02	-	40,55	34,8	3,27	$p \leq 0,01$	47,6	33,95	6,5	$p \leq 0,001$

Примечание: t – значение t-критерия Стьюдента; p – уровень достоверности выявленных различий.

Выявлены статистически значимые различия ($p \leq 0.001$) в уровне эмпатии у испытуемых экспериментальной группы до и после тренинга, а также у испытуемых контрольной группы в те же моменты времени.

Значимых различий в уровне эмпатии у испытуемых контрольной и экспериментальной группы до тренинга не выявлено.

На рисунке 4 представлена динамика эмпатии студентов-гуманитариев в экспериментальной группе на разных стадиях диагностики.

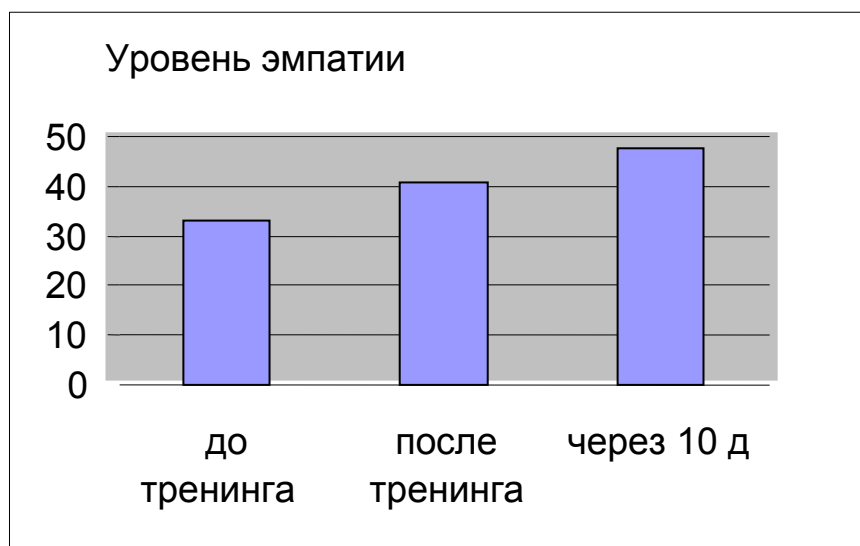


Рисунок 4

Динамика показателя эмпатии испытуемых экспериментальной группы

Результаты статистического анализа данных, полученных в экспериментальной группе, на членов которой оказывалось кинотерапевтическое воздействие, подтверждают положительную динамику средних значений эмпатии: предварительное измерение, после пятидневного курса кинотренинга, контрольное измерение спустя 10 дней. Так, после тренинга в экспериментальной группе прирост показателя эмпатии составил 7,35 балла ($p \leq 0,001$), тогда как при повторном срезе в контрольной группе изменений практически не произошло, различие в 0,6 балла статистически не значимо. Спустя 10 дней прирост показателя эмпатии в экспериментальной группе составил 7,05 балла ($p \leq 0,01$) при статистически не значимом уменьшении показателя эмпатии (0,85 балла) в контрольной группе.

Результаты диагностики доказывают возможность актуализации эмпатии и формирования ее положительной динамики в условиях кинотерапевтической работы.

В ходе анализа результатов исследования выделена тенденция пролонгирования эффекта кинотренинга, выраженного в увеличении показателей эмпатии в дополнительном контрольном тестировании (после 10 дней). Этот эффект связан с тенденцией накопления особого эмоционального опыта и кумуляцией эмоциональной и когнитивной эмпатии, требующей больших ресурсов времени.

В качестве дополнительного эффекта кинотренинга выявлены достоверные положительные изменения невротичности, спонтанной агрессивности, депрессивности, раздражительности, общительности, реактивной агрессивности, застенчивости, открытости, эмоциональной лабильности, представленные на рисунке 5.

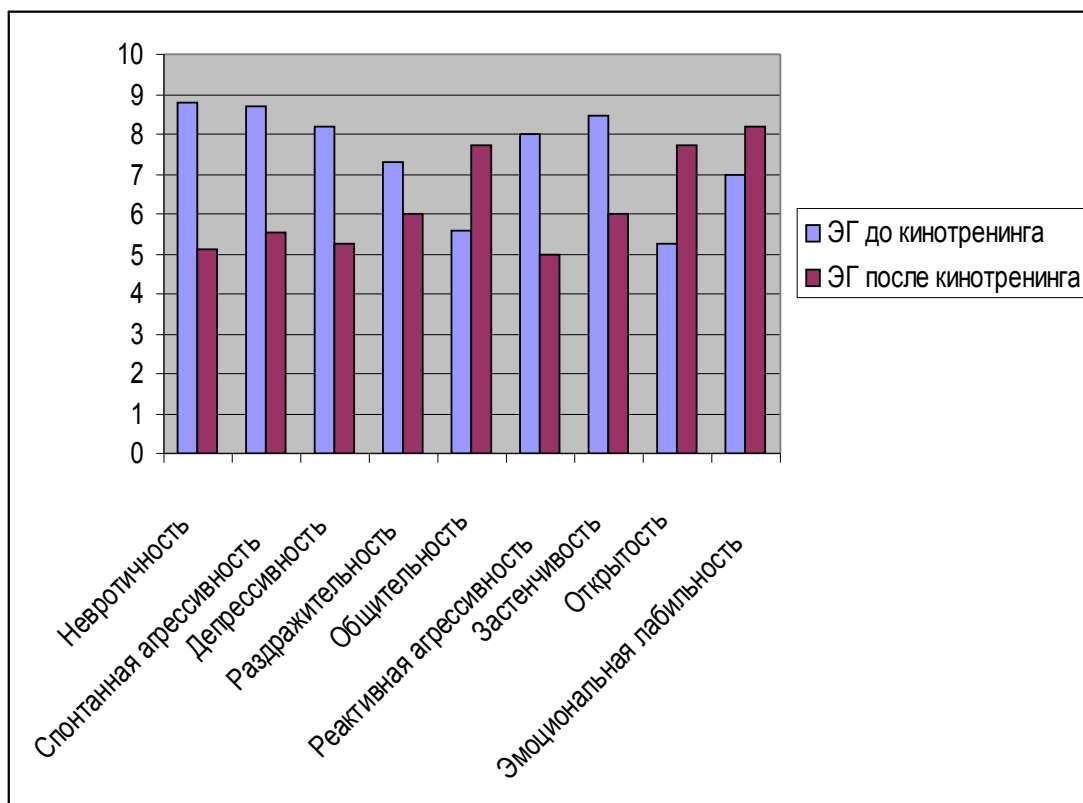


Рисунок 5

Показатели личностных качеств у испытуемых экспериментальной группы до и после кинотренинга

После кинотренинга у испытуемых экспериментальной группы повысились результаты по шкалам общительности, открытости, эмоциональной лабильности. Это говорит о том, что у испытуемых уменьшилась предрасположенность к стрессовому реагированию на обычные жизненные ситуации, они стали более раскованными в общении, у них появилось стремление к доверительному взаимодействию с окружающими людьми.

В результате анализа показателей эмоциональной сферы испытуемых установлено, что под влиянием кинотерапевтического воздействия снизился уровень значений невротичности, раздражительности, застенчивости, спонтанной и реактивной агрессивности, депрессивности.

Таким образом доказано, что кинотренинг способствует повышению уровня эмпатии, а также оказывает положительное влияние на эмоциональную сферу личности испытуемых.

Результаты математической обработки данных диагностики подтверждают положительную динамику эмпатийности испытуемых на эмоциональном и поведенческом уровне.

Полученные результаты позволили сформулировать **практические рекомендации:** теоретические и практические основы процедуры кинотренинга, как средства актуализации механизмов эмпатии и повышения показателя эмпатийности личности, могут использоваться при проведении факультативных занятий в процессе подготовки специалистов гуманитарного профиля. Кроме этого, изучение эмпатийности личности различных специалистов-профессионалов в сфере деятельности «человек-человек» в связи с показателями их эффективности позволяет определить характер оптимальных психолого-педагогических условий их подготовки.

Перспективные направления исследования. Поскольку в настоящее время в условиях радикальных преобразований в системе современного российского образования актуализируется роль профессиональной компетентности педагогов средней школы, постольку изучение и оптимизация формирования такого профессионально-важного качества личности будущих и действующих школьных учителей как эмпатийность представляется крайне важным.

Несомненно, актуальным представляется изучение эмпатийности личности в контексте становления новой отрасли психологического знания – этической психологии. Тот факт, что эмпатийное реагирование предполагает определенный характер состояния мотивационной и ценностной сферы личности, позволяет предположить возможность выделения в содержании феномена эмпатии, помимо рассмотренных аспектов (мотивационного, когнитивного, эмоционального и деятельностного), также и нравственно-этического. Социально-психологический контекст изучения проблемы феномена эмпатии предполагает исследование развития готовности и способности к эмпатийному реагированию личности как социального субъекта, а именно в связи с ее включенностью в различные социальные группы – семейные, профессиональные, религиозные, политические, этнические и др.

Особо важную роль приобретает проблема эмпатийности личности в контексте развивающейся в современном российском обществе психологической и психотерапевтической практики.

Выводы:

1. Теоретический анализ зарубежных и отечественных подходов к определению эмпатии личности обнаружил их неоднозначность, как в аспекте психологического содержания данного феномена, так и в аспекте его научной категоризации.

В основу настоящего исследования положено следующее обобщенное понимание ключевых категорий:

- эмпатия (как процесс) включает в себя: на основе ориентации на другого понимание человеком его эмоционального состояния; сопереживание,

сочувствие ему, т. е. испытывание сходного с ним чувства; оказание ему поддержки с использованием вербальных или невербальных средств коммуникации.

- эмпатийность (как качественная характеристика личности) предполагает определенный уровень развития готовности и способности человека к реализации им процесса эмпатии в межличностном общении.

2. Основными психологическими механизмами эмпатийного реагирования в межличностном взаимодействии являются: интерпретация, идентификация, децентрация, и эмоциональное заражение. Эти механизмы реализуются на разных уровнях эмпатийного реагирования. На первом уровне (когнитивная эмпатия) предполагается механизм *понимания*, в процессе которого происходит интерпретация субъектом эмоционального состояния объекта эмпатии без изменения своего состояния. На втором уровне (эмоциональная эмпатия) эмпатия реализуется посредством механизмов *проекции и интроекции*, которые обеспечивают *идентификацию* субъекта с эмпатируемым объектом. Обязательным условием не простейшего сочувствия, а полноценной эмпатии является *децентрация*, как ориентация на эмпатируемый объект, благодаря которой субъект оказывается способен стать в позицию другого и осознанно отождествить себя с объектом, сопереживать ему. На третьем уровне (когнитивная, эмоциональная и действенная эмпатия) включается механизм *эмоционального заражения*, который выражает межличностную идентификацию («воспринимаемую», «понимаемую», «сопереживаемую» и «действенную»). Субъект оказывает помощь и поддержку объекту эмпатии.

3. На основе эмпирического исследования взаимосвязей показателя эмпатийности личности и показателей невротичности, спонтанной агрессивности, депрессивности, общительности, реактивной агрессивности и эмоциональной лабильности было обнаружено подтверждение первой гипотезы исследования:

- слабая выраженность эмпатийности личности сопровождается ее агрессивным отношением к социальному окружению, стремлением к доминированию, выраженной импульсивностью поведения;

- достаточно высокая эмпатийность личности предполагает ее потребность в общении и стремление к социальной активности, склонность к эмоциональному реагированию на потребности и действия другого.

4. На основе обобщения теоретических подходов к проблеме факторов и средств развития эмпатийности личности выявлено:

- эмпатийность как психологическую характеристику личности можно развивать;

- психологическими факторами развития эмпатийности личности являются: понимание своих чувств, самоопределенность, самоидентичность;

эмпатийная внимательность, память и воображение; когнитивная сложность, искренний интерес и доброжелательное отношение к людям;

- внешними факторами развития эмпатийности выступают: моделирование эмпатийного взаимодействия, обучение эмпатии, воздействие положительным примером, что может быть достигнуто различными средствами, в том числе средствами массовой информации и культуры.

5. В результате формирующего эксперимента, направленного на актуализацию эмпатии личности студентов-гуманитариев средствами кинотренинга с запуском механизмов интерпретации, идентификации, децентрации, эмоционального заражения была выявлена положительная динамика показателей эмпатии у испытуемых экспериментальной группы по сравнению с показателями испытуемых контрольной группы (на уровне $p \leq 0.001$).

6. Статистически значимо ($p \leq 0.001$) повысились показатели, сопутствующие эмпатии (общительность, открытость, эмоциональная лабильность) при одновременном снижении показателей препятствующих эмпатийному проявлению личности (невротичность, спонтанная и реактивная агрессивность, депрессивность и раздражительность).

7. В контексте модели человека как субъекта развития и саморазвития (Л.М.Попов) специально организованная процедура кинотренинга задает характер внешней детерминации развития субъекта эмпатии и выступает в роли технологической составляющей перехода внешнеплановых действий эмпатийного реагирования (актуализации механизмов эмпатии) во внутриплановые действия.

Основное содержание работы отражено в **6 публикациях** автора.

В издании, рекомендованном ВАК:

1. Ахмедзянова А.Э. Влияние кинотренинга на развитие эмпатии / А.Э.Ахмедзянова // Образование и саморазвитие. Научный журнал. – Казань: Изд-во «Центр образовательных технологий», 2009. – № 5 (15). – С.186-190 (0,313п.л).

В других изданиях:

2. Ахмедзянова А.Э. Кинотренинг как средство актуализации эмпатии /А.Э.Ахмедзянова, Л.М.Попов // Бехтеревские психологические традиции в Казанском университете /отв. ред. Л.М.Попов. – Казань: Изд-во «Отечество», 2010. – С. 99-104 (0,375 п.л.) (авторский вклад 50%).

3. Ахмедзянова А.Э. Кинотренинг развития эмпатии студентов гуманитарных специальностей / А.Э. Ахмедзянова // Современное образование: теория, практика и перспективы. Всероссийск. науч.-практ. конф. – Челябинск: Изд-во «Матрица», 2010. – С. 10-13 (0,250п.л.).

4. Ахмедзянова А.Э. Изучение эмпатии личности: определение понятия, механизмы проявления /А.Э. Ахмедзянова // Ученые записки

Института социальных и гуманитарных знаний – Казань: Изд-во «Юниверсум», 2010. – № 2 (8). – С. 14-19 (0,375 п.л.).

5. Ахмедзянова А.Э. Развитие эмпатийности средствами кинотренинга / А.Э.Ахмедзянова // Психологическое сопровождение образования: теория и практика. Матер. Всероссийск. науч.-практ. конф. – Йошкар-Ола: Изд-во ООО «Стринг», 2010. – С.190-195 (0,313 п.л.).

6. Ахмедзянова А.Э. Исследование влияния кинотренинга на развитие эмпатии / А.Э.Ахмедзянова // Инф. науч.-аналит. журнал «Казанский социально-гуманитарный вестник». – Казань: Изд-во «Научный издательский дом», 2010. – №2. – С. 40-42 (0,188 п.л.).

Отпечатано в полном соответствии с представленным оригинал-макетом

Подписано в печать 21.02.2011.
Форм. 60 × 84 1/16. Гарнитура «Таймс». Печать ризографическая.
Печ. л. 1,5. Тираж 150. Заказ 22/2.

Лаборатория оперативной полиграфии Издательства КФУ
420045, Казань, Кр. Позиция, 2а
Тел. 233-72-12

