

## СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ЭМПАТИИ КАК НАУЧНОГО ПОНЯТИЯ

Условия современного глобального взаимодействия задают необходимость формирования особых качеств и способностей личности, в частности, поликультурной и межкультурной компетентности, одним из компонентов которых является эмпатия. Это прослеживается в ряде отечественных и зарубежных работ. Среди них – рубрики ценностей Ассоциации американских колледжей и университетов (AAC&U), коллектива экспертов, представляющих сто колледжей и университетов Соединенных Штатов [1]. Для постановки педагогических задач по формированию *эмпатии* требуется уточнение содержательной стороны данного научного понятия.

Э м п а т и я (от греч. *empathia* – сопереживание) определяется как проникновение во внутренний мир другого человека за счет ощущения сопричастности к его переживаниям [2, с. 661]. Сопереживание определяется как переживание вместе с другим его душевного состояния [3]. Оно также объективируется через такие понятия, как *сострадание*, *соболезнование*, *утешение*, *отзывчивость* [4].

Подобная трактовка эмпатии основывается на том смысле, который вложил в него Э. Б. Титченер, впервые применивший это понятие в английской психологической терминологии. До него термин использовался теоретиками эстетики, обозначавшими способность воспринимать субъективное переживание другого человека. Изначальный специальный смысл слова *эмпатия* по Э. Б. Титченеру заключался в моторной мимикрии. Согласно его теории, *эмпатия* «произошла от некоей физической имитации страдания другого, которая затем пробуждает те же самые чувства» [5, с. 186]. Он отличал эмпатию от *сочувствия*, которое можно испытывать к общему положению другого человека, не разделяя его чувств.

В свою очередь, то, насколько должны быть вовлечены чувства в процесс эмпатии, вызывает дискуссии и разногласия. Так, например, П. Блум, автор книги «Против эмпатии: случай для рационального сострадания» («Against empathy: the case for rational compassion»), различает два вида эмпатии: эмоциональную и когнитивную [6]. Эмоциональную эмпатию он рассматривает как то, что философ XVIII в. Адам Смит называл сочувствием (*sympathy*). Проявлять эмпатию в таком понимании – это поставить себя на место другого, почувствовать его боль. Когнитивная эмпатия представляет собой процесс оценивания того, что думают другие, их мотивации, планов и взглядов [Там же].

Ученый П. Блум отмечает, что большинство дискуссий о нравственном воздействии эмпатии сосредоточено на ее эмоциональной стороне. Однако, он заявляет о том, что эмоциональная эмпатия пристрастна в силу того, что «мы более склонны испытывать эмпатию к привлекательным людям и к тем, кто выглядит как мы или имеет одинаковое с нами этническое или национальное происхождение» [Там же]. В связи с этим эмоциональная эмпатия не является объективным основанием для принятия решений.

Кроме того, «большая склонность к эмпатии дорого обходится», как отмечает П. Блум. Например, Вики Хельгесон и Хайди Фритц (Vicki Helgeson and Heidi Fritz) исследовали, почему женщины в два раза чаще страдают от депрессии, чем мужчины. Частичным объяснением этому служит «чрезмерная забота о других и постановка нужд других превыше своих». Барбара Оукли отмечает в своей книге «Хладнокровная доброта» (2011): «Удивительно, как много болезней и синдромов женщин, кажется, связаны с более сильной эмпатией и сосредоточенностью на других» [цит. по: 6].

Данные проблемы имеют отношение к эмоциональной эмпатии или чувствованию боли другого, что ведет к эмпатическому дистрессу и эмоциональному выгоранию. П. Блум сопоставляет это с «неэмпатическим состраданием»: более дистанцированной любовью, добротой и заботой о других. Такое сострадание, по мнению П. Блума, имеет как физические, так и психологические положительные результаты [6].

Еще одну опасность представляет состояние *идентификации*, являющееся одним из основных механизмов эмоциональной эмпатии. Идентификация определяется как «мыслительная операция, посредством которой человек

приписывает себе сознательно или бессознательно характеристики другого человека или группы. Основное место здесь имеет понятие переноса» [7, с. 293]. Известно, что сам К. Роджерс в начале 50-х гг. настолько «вчувствовался» во внутренний мир одной своей клиентки, страдавшей тяжелым расстройством, что вынужден был сам обратиться за помощью психотерапевта [2, с. 661].

В своей педагогической практике преподаватель, стимулирующий развитие эмпатических способностей обучающегося, должен учитывать приведенные выше особенности эмпатии. Вероятно, не исключая эмоциональной составляющей, все же больший акцент стоит сделать на когнитивной стороне эмпатии, когнитивной осведомленности и понимании эмоций и чувств другого человека. Основной коннотацией данного термина в таком понимании является интеллектуальное или концептуальное понимание аффектов другого [7]. В этом случае идентификация рассматривается как «способ признания сходства или тождества событий, объектов или людей. Здесь приблизительными синонимами являются понятия навешивания ярлыков или классификации» [Там же, с. 293]. По словам К. Роджерса, правильное слово слушающего задействует правильный ярлык или фразу, помогающую понять точное значение потока, который происходит внутри говорящего. Это способствует осознанию его настоящего значения [8]. Однако, если уделять больше внимания когнитивной составляющей эмпатии, не потеряет ли она своего изначального предназначения «сопереживания», лишенная эмоциональной стороны?

Вернемся к исследованиям К. Роджерса, благодаря которому произошло внедрение понятия *эмпатия* в отечественную психологическую терминологию в конце 80-х гг. [2, с. 661]. В своей лекции К. Роджерс ассоциирует эмпатическое состояние с умением слушать. Он говорит о том, что слушать чувства и рефлексировать их – это чрезвычайно сложный опыт. Свое определение эмпатии он основывает на понимании того, что в организме человека происходит постоянный поток переживания, к которому человек может снова и снова возвращаться как к референту (определяемому объекту) для того, чтобы понять значение того, что он переживает. Слушатель, обладающий эмпатией, деликатно указывает на то чувство, которое переживает говорящий в этот конкретный момент [8].

По мнению К. Роджерса, эмпатия предполагает временную жизнь как бы другой жизнью, деликатное, без предвзятых оценок и суждений, пребывание в личностном мире другого, чувствительность к его постоянно меняющимся переживаниям. Совместная интерпретация волнующих или пугающих проблем помогает их более полному и конструктивному переживанию и, в конечном счете, такому изменению структуры «я», которое делает его более гибким, творческим, открытым позитивному опыту [Там же].

В рубрике «Межкультурное знание и компетентность» Ассоциации американских колледжей и университетов (главными разработчиками рубрики являются с М. Беннет и Д. Деардорф) эмпатия рассматривается как воображаемое участие в опыте другого человека, включая эмоциональное и интеллектуальное измерения, представляет его перспективы (но не приня-

тие на себя положения другого). Высшим уровнем эмпатии является интерпретация межкультурного опыта с перспективы собственного (и более чем одного) мировоззрения, демонстрация способности действовать в стиле поддержки, которая признает чувства другой культурной группы [1].

На наш взгляд, такая трактовка наиболее приближенно отражает роджерсианское понимание эмпатии, при которой во время беседы личность наталкивается на мысль о множественности собственных тактик. Более того, особенностью подхода является предоставление поддержки для того, чтобы личность могла сама найти выход, решение своих трудностей. При таком понимании эмпатия не остается исключительно когнитивным концептом интерпретации и навешивания ярлыков, что в свою очередь выхолащивает то понимание, которое прежде всего ассоциируется с понятием *эмпатия* – сочувствие. С другой стороны, к нему не сводится, не является императивом для принятия решений, но позволяет сохранить самобытность взаимодействующих личностей и оказывать необходимую поддержку при решении проблем.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Intercultural Knowledge and Competence VALUE Rubric [Electronic resource] // Washington, DC : Assoc. of American Colleges and Univ. – 2009. – Mode of access: <https://www.aacu.org/value/rubrics/intercultural-knowledge>. – Date of access: 12.07.2019.
2. Степанов, С. С. Популярная психологическая энциклопедия. / С. С. Степанов. – М. : Изд-во Эксмо, 2005. – 672 с.
3. Ожегов, С. И. Словарь русского языка / С. И. Ожегов ; под общ. ред. Л. И. Скворцова. – 24-е изд. испр. – М. : ОНИКС 21 век : Мир и образование, 2003. – 896 с.
4. Баранов, О. С. Идеографический словарь русского языка / О. С. Баранов. – М. : Изд-во ЭТС, 1995.
5. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Д. Гоулман ; пер. с англ. А. П. Исаевой. – 6-е изд. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 544 с.
6. Bloom, P. Against Empathy [Электронный ресурс] / P. Bloom // Boston review – a political and literary forum. – Sept. 10, 2014. – Режим доступа: <http://bostonreview.net/forum/paul-bloom-against-empathy>. – Дата доступа: 28.10.2018.
7. Артур, Р. Большой толковый психологический словарь : пер. с англ. / Р. Артур. – АСТ ; Вече, 2001. – Т. 1 : А – О. – 592 с.
8. Rogers, C. On empathy [Electronic resource] / C. Rogers // American personnel and guidance association, copyright. – 1974. – Mode of access: <https://www.youtube.com/watch?v=iMi7uY83z-U>. – Date of access: 23.06.2019.