

ЕМПАТІЯ В СТРУКТУРІ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

Актуальність дослідження. Соціально-економічні та політичні процеси, що відбуваються в українському суспільстві в останні десятиліття привели до переоцінки значущості багатьох фундаментальних цінностей, зміни соціальних стереотипів і викликали ефект масового когнітивного дисонансу та необхідність переосмислення свого місця в суспільстві, особистісних ідеалів, цінностей, прийняття особистої відповідальності за результати життєдіяльності.

Проблема ціннісно-смыслової сфери особистості, яку досліджували О. Г. Асмолов, Б. С. Братусь, В. К. Вілюнас, Б. В. Зейгарник, В. П. Зінченко, Д. О. Леонтєв та багато інших, в останній час є гостро дискусійною і вимагає теоретико-методологічного та емпіричного доопрацювання [7].

Однією з провідних особливостей ціннісно-смыслової сфери особистості є сформованість такої властивості як емпатія. Емпатія як інтегральна якість особистості виступає провідним чинником її життєвого самовизначення, становлення її системи цінностей (Л. П. Журавльова), умовою розвитку моральної свідомості (А. Адлер, І. Д. Бех, Л. І. Божович, М. Й. Боришевський), самотрансцендентності (В. А. Петровський, К. Роджерс). Проте, не зважаючи на визнання провідної ролі емпатії як чинника розвитку особистості (Т. М. Гаврилова, С. Д. Максименко, О. А. Орищенко, К. Роджерс, О. П. Саннікова), дана проблема недостатньо розроблена та обґрунтована [3].

Метою нашого дослідження є визначення особливостей емпатії в структурі ціннісно-смыслової сфери особистості.

У дослідженнях проблеми емпатії провідними науковцями виокремилася два основних напрямки: когнітивний та емотивний. Представники когнітивного напрямку розуміють емпатію як інтелектуальний процес пізнання іншої людини через аналіз її особистісних якостей. За такого підходу емпатія визначається як усвідомлення внутрішнього світу іншої людини (Карамуратова Р.). Серед прихильників цього напрямку існує погляд на емпатію як на інтуїтивне пізнання емоційного стану іншої людини (Ковалев А., Шибутані Т.) [7].

Представники другого напрямку трактують емпатію як емоційний стан, що виникає у людини як відгук на переживання іншої особи, як здатність перейматися емоційним станом іншої людини (Гаврилова Т., Пашукова Т.) [3].

У юнацькому віці досягнення високого рівня розвитку

самосвідомості, особистісної зрілості, духовного розвитку та поява переживань кохання (Ш. Бюлер, Е. Еріксон, І. С. Кон, Е. Шпрангер) сприяє формуванню готовності до прояву трансфінітної емпатії, яка є психологічним новоутворенням цього періоду і може проявлятися в діалогічних та трансцендентних емпатійних ставленнях. На межі між пубертатом і постпубертатом найяскравіше проявляється диференціація рівнів розвитку емпатії у школярів. Після 15-16 років відбувається плавна позитивна динаміка розвитку емпатії, яка репрезентує інтеграційні процеси в становленні емпатійності як особистісної якості [6].

Емпатія як психічне особистісне утворення, досягнувши своєї вираженості в період пубертату, є надалі стимулятором просоціальної поведінки і альтруїзму. У ряді зарубіжних досліджень, що стосуються юнацького віку, описаний ефект перенесення емпатійних переживань отрочтва на юність і зрілий вік із збереженням емоційного знаку. "Якщо будучи дитиною і підлітком чоловік мав з батьками емпатійне взаєморозуміння, то в період дорослості емпатійне реагування на оточення не викликає негативних переживань, і навпаки: дехто протягом всього життя переносить на інших людей ненависть до своїх батьків". Ефект перенесення емпатійних переживань виражається також в тому, що, одного дня виявившись у відношенні до якого-небудь об'єкту, емпатія може поширюватися на інші об'єкти, до яких особа до цього була налаштована індіферентно. Стимулювання у досліджуваних емпатійних переживань сприяє виникненню у них дієвої допомоги і посиленню просоціальної поведінки [2].

З кожним наступним віковим етапом відбувається активна трансформація ціннісної системи, яка спонукає особистість до необхідності вносити відповідні корективи в індивідуальну систему цінностей. Можна впевнено стверджувати, що виникнення, становлення, трансформація й продукування цінностей та смислів відбувається протягом усього життя людини. При цьому модифікуються зазначені утворення й механізми їх розвитку залежно від її діяльності [1].

З метою визначення особливостей емпатії в структурі ціннісно-сміслової сфери особистості та підтвердження припущення про існування відмінностей в особливостях прояву емпатії в структурі ціннісно-сміслової сфери Інтернет-залежних юнаків, що не мають адикції, було проведено дослідження в якому використано тест Кімберлі-Янг на Інтернет-залежність. В дослідженні приймали участь 40 студентів віком 20-21 рік. В результаті дослідження встановлено, що 25% досліджуваних є звичайними користувачами Інтернету. Їх можна охарактеризувати як особистостей, що вміють раціонально розподіляти свій час і тому, в мережі Інтернету проводять стільки часу, скільки спланували. Вони віддають перевагу безпосередньому спілкуванню з друзями, а не через мережу. Вміють організувати свій відпочинок і

тому надають перевагу проведенню часу в веселій компанії з друзями, аніж сидіти за комп'ютером. Вони не відчують жодних незручностей, коли поруч нема Інтернету, оскільки використовують його, в основному, для роботи чи навчання. Відсутність доступу до інтернету жодним чином не позначається на їх психоемоційному стані.

У 43% досліджуваних спостерігаються певні проблеми, пов'язані з надмірним захопленням Інтернетом. Варто сказати, що всі 43% досліджуваних, на даний момент контролюють своє перебування в мережі інтернет, однак, бувають випадки коли вони можуть пожертвувати сном, домашніми справами чи навчанням, заради того, щоб провести час в соціальних мережах. Вони часто заводять нові знайомства через соціальні мережі, оскільки спілкування з "віртуальним другом" приносить більше задоволення, а ніж безпосередній контакт. На цій основі відчують певний дискомфорт, коли довгий час не мають доступу до Інтернету. В цілому в мережі проводять більше трьох годин на добу, щоразу повторюючи фразу "ще одна хвилинка і все". Однак, не зважаючи на такі результати, ця група досліджуваних, при правильній організації часу та підтримці референтних осіб, може швидко перейти до групи звичайних користувачів, чого не скажеш про 32% досліджуваних, які мають сформовану Інтернет-залежність.

Досліджувані, що мають Інтернет-залежність, весь вільний від навчання час проводять в соціальних мережах. Вони жертвують сном, домашніми справами, прогулянками з друзями, аби лише більше часу знаходитись он-лайн. Такі досліджувані навіть не намагаються скоротити час проведення за комп'ютером, оскільки відчують поживлення, певну ейфорію, коли знаходяться в мережі, і навпаки, почуваються нервово та пригнічено, коли знаходяться поза мережею, або не мають довгий час доступу до неї. Вони вважають, що з людьми легше спілкуватися он-лайн, чим особисто, і тому, як тільки з'являється можливість доступу до Інтернету, в першу чергу перевіряють свою сторінку в соціальній мережі.

Зважаючи на отримані результати, ми розділили всіх досліджуваних на дві групи: до першої групи віднесли досліджуваних, що не мають Інтернет-залежності, загальна кількість який становить 48%; другу групу склали досліджувані, які входять до "групи ризику", тобто ті, які знаходяться на межі Інтернет-залежності та ті, які вже мають Інтернет-залежність, загальна кількість яких становить 52%.

З обома групами досліджуваних ми провели методику "Діагностика рівня емпатії І. М. Юсупова", з метою виявлення уміння поставити себе на місце іншої людини і здібності до довільної емоційної чуйності на переживання інших людей. Першу групу досліджуваних складають студенти, що не мають Інтернет-залежності. Серед них: 16% – мають високий рівень емпатійності, 58% – нормальний рівень та 26% низький рівень емпатійності. Слід відзначити, що дуже високого і дуже низького

рівня емпатійності у даної групи досліджуваних не виявлено. Що стосується другої групи досліджуваних, у яку входять Інтернет-залежні, то серед них у 33% – нормальний рівень емпатійності, у 43% низький рівень та ще у 24% встановлено дуже низький рівень емпатійності, високі показники не притаманні жодному досліджуваному даної групи.

Досліджувані, що мають високий рівень розвитку емпатійності в спілкуванні як барометр, тонко реагують на настрій співбесідника. В той же час самі дуже ранимі. Вони чутливі до потреб і проблем оточуючих, великодушні, схильні багато що їм прощати. З непідробленим інтересом відноситься до людей. Їм подобається читати їх особистості і заглядати в їх майбутнє. Вони емоційно чуйні, товариські, швидко встановлюють контакти з оточуючими і знаходять спільну мову. Прагнуть не допускати конфлікти і знаходити компромісні рішення. Добре переносять критику на свою адресу. В оцінці подій більше довіряють своїм відчуттям і інтуїції, ніж аналітичним висновкам. Вважають за краще працювати з людьми, ніж поодинці. Постійно потребують соціального схвалення своїх дій. При всіх перерахованих якостях такі особистості не завжди акуратні в точній і копіткій роботі. Їх можна легко вивести з рівноваги.

Досліджуваних, яким притаманний нормальний рівень емпатійності, не можна назвати товстошкірим, але в той же час вони і не відносяться до числа особливо чутливих осіб. В міжособистісних відносинах судити про інших більш схильні по їх вчинках, ніж довіряти своїм особистим враженням. Для них властиві емоційні прояви, але в більшості своїй вони знаходяться під самоконтролем. В спілкуванні уважні, прагнуть зрозуміти більше, ніж сказано словами, але при зайвому впливі відчуттів співбесідника втрачають терпіння.

Вважають за краще делікатно не виказувати свою точку зору, не будучи упевненим, що вона буде прийнята. При читанні художніх творів і перегляді фільмів частіше стежать за дією, ніж за переживаннями героїв. Їм складно прогнозувати розвиток відносин між людьми, тому, іноді, їх вчинки виявляються для них несподіваними. Такі особистості не наділені розкутістю відчуттів, і це заважає їм повноцінному сприйняттю людей.

Низький рівень емпатійності притаманний досліджуваним, які важко встановлювати контакти з людьми, незатишно відчують себе у великій компанії. Емоційні прояви у вчинках оточуючих часом здаються їм незрозумілими і позбавленими значення. Віддають перевагу відокремленим заняттям конкретною справою, а не роботі з людьми. Вони – прихильники точних формулювань і раціональних рішень. Ймовірно, що у них мало друзів, а і тих, хто є, вони цінують більше за ділові якості і ясний розум, ніж за чуйність. Часто, такі люди відчувають свою відчуженість, коли оточуючі не дарують їм увагу. Але це можна виправити, якщо вони розкриють панцир і стануть пильніше

вдивлятися в поведінку близьких і приймати їх потреби так само, як свої.

Досліджуваним, у яких дуже низький рівень емпатійності дуже важко першими почати розмову, тому вони тримаються осібно серед товаришів. Особливо важкі контакти з дітьми і особами, які набагато старші. В міжособистісних відносинах нерідко опиняються в ніяковому положенні. Багато в чому не знаходять взаєморозуміння з оточуючими. В діяльності дуже центровані на собі. Вони можуть бути дуже продуктивні в індивідуальній роботі, у взаємодії ж з іншими не завжди виглядають в кращому світлі. Хворобливо переносять критику на свою адресу, хоча можуть на неї бурхливо не реагувати.

З метою підтвердження отриманих результатів ми провели ще одну методику на визначення емпатії, а саме, методику діагностики рівня емпатійних здібностей В. В. Бойко. Результати даної методики відображено в табл. 1.

Таблиця 1.

Шкала	Рівні емпатії, відповідно до шкали (%)					
	Високий		Середній		Низький	
	I група	II група	I група	II група	I група	II група
Раціональний канал емпатії	10	0	74	71	16	29
Емоційний канал емпатії	10	0	84	76	6	24
Інтуїтивний канал емпатії	21	0	68	67	11	33
Установки, що сприяють або перешкоджають емпатії	5	29	79	71	16	0
Проникаюча здатність в емпатії	21	0	79	76	0	24
Ідентифікація	32	0	53	71	15	29

Раціональний канал емпатії характеризує спрямованість уваги, сприйняття і мислення людини, що проявляє емпатію на сутність будь-якої іншої людини – на її стан, проблеми, поведінку. Це спонтанний інтерес до іншого, відкриває шлюзи емоційного і інтуїтивного відображення партнера. У раціональному компоненті емпатії не слід

шукати логіку чи мотивацію інтересу до іншого. Партнер привертає увагу своєю буттєвістю, що дозволяє неупереджено виявляти його сутність. Даний канал емпатії на високому рівні розвинений у 10% досліджуваних, що не мають Інтернет-залежності, ще у 74% знаходиться на середньому рівні розвитку, а у 16% на низькому. Середній рівень розвитку раціонального каналу емпатії притаманний для 71% Інтернет-залежних досліджуваних та на низькому рівні для – 16%.

На рівні емоційного каналу емпатії фіксується здатність входити в емоційний резонанс з оточуючими – співпереживати, бути спільником. Емоційна чуйність у даному випадку стає засобом "входження" в енергетичне поле партнера. Співучасть і співпереживання виконують роль сполучної ланки, провідника від людини, яка отримує емпатію до людини, яка передає і назад. Даний канал емпатії на високому рівні розвинений у 10% досліджуваних, що не мають Інтернет-адикції, у 84% знаходиться на середньому рівні розвитку та у 6% на низькому. Середній рівень розвитку емоційного каналу емпатії притаманний для 76% Інтернет-залежних досліджуваних та на низькому рівні для – 24%.

Інтуїтивний канал емпатії. Висока оцінка, яка притаманна для 21% досліджуваних, що не мають інтернет-залежності, свідчить про їх здатність бачити поведінку партнерів, діяти в умовах дефіциту результатів інформації про них, спираючись на досвід, що зберігається в підсвідомості. На рівні інтуїції замикаються і узагальнюються різні відомості про партнерів. Інтуїція, менш залежить від оціночних стереотипів, ніж уявне сприйняття партнерів. Цей канал емпатії на середньому рівні розвинений у 68% досліджуваних, що не мають Інтернет-залежності та на низькому рівні у 11%. 67% Інтернет-залежних досліджуваних мають середній рівень розвитку інтуїтивного каналу емпатії, а ще 33% мають низький рівень його розвитку.

Установки, що сприяють або перешкоджають емпатії, відповідно, полегшують або ускладнюють дію всіх емпатичних каналів на високому рівні проявляються у 5% досліджуваних, що не мають Інтернет-адикції, на середньому рівні у 79% та на низькому у 16% досліджуваних юнаків. Ефективність емпатії, ймовірно, знижується, якщо людина намагається уникати особистих контактів, вважає недоречним виявляти цікавість до іншої особистості, переконує себе спокійно ставитися до переживань і проблем оточуючих. Подібні дії різко обмежують діапазон емоційної чуйності і емпатичного сприйняття. Навпаки, різні канали емпатії діють активніше і надійніше, якщо немає перешкод з боку установок особистості. Даний канал емпатії на високому рівні розвинений у 29% досліджуваних з Інтернет-залежністю, у 71% знаходиться на середньому рівні розвитку, низькі показники не діагностуються у жодного досліджуваного з Інтернет-залежністю.

Проникаюча здатність в емпатії розцінюється як важлива комунікативна властивість людини, що дозволяє створювати атмосферу

відкритості, довірливості, задушевності. Кожна особистість своєю поведінкою і ставленням до партнерів сприяє інформаційно-енергетичному обміну або перешкоджає йому. Розслаблення партнера сприяє емпатії, а атмосфера напруженості, неприродності, підозрливості перешкоджає розкриттю емпатичного розуміння. Проникаюча здатність в емпатії на високому рівні простежується у 21% досліджуваних, що не мають Інтернет-залежності, ще у 79% знаходиться на середньому рівні розвитку. Для 76% Інтернет-залежних досліджуваних характерним є середній рівень розвитку проникаючої здатності в емпатії, а для 24% низький рівень.

Ідентифікація – ще одна неодмінна умова успішної емпатії. Це вміння зрозуміти іншого на основі співпереживань, постановки себе на місце партнера. В основі ідентифікації легкість, рухливість і гнучкість емоцій, здатність до наслідування. Високий рівень розвитку ідентифікації притаманний для 32% юнаків, що не мають Інтернет-залежності, для 53% характерним є середній рівень та ще для 15% низький. Високим рівнем розвитку ідентифікації юнаки з Інтернет-адикцією не характеризуються, натомість середній рівень досліджено у 71% студентів, а низький у 29%.

В загальному підсумку за методикою встановлено, що в першій групі, в яку входять юнаки, що не мають Інтернет-залежності, 11% досліджуваних мають високий рівень емпатії, 68% середній та 21% – занижений. Юнаки, які мають Інтернет-залежність проявляють нижчі показники, порівняно з тими, що не мають такої залежності, а саме, у жодного досліджуваного з Інтернет-залежної групи не виявлено високих показників емпатії, натомість, середній рівень характерний для 28% досліджуваних, занижений для – 52%, дуже низький для 20% юнаків. Зважаючи на такі результати можна сказати, що юнаки, які надають перевагу спілкуванню в соціальних мережах мають низький рівень розвитку емпатії, порівняно з юнаками, що надають перевагу безпосередній міжособистісній взаємодії.

Досить інформативною виявилася методика "Дослідження емоційного відгукування", метою якої є виявлення рівня емпатичних тенденцій. Емоційна чутливість на хвилювання інших, яка в психології називається емпатією, належить до моральних почуттів. Високий рівень емоційного відгукування притаманний для 21% досліджуваних юнаків, що не мають Інтернет-залежності, середній рівень виявлено у 68%, низький у 11% досліджуваних. Юнаки, що мають Інтернет-залежність характеризуються дещо іншими показниками, зокрема, високий рівень емоційного відгукування не продіагностовано у жодного досліджуваного даної групи, середній рівень притаманний для 66%, а на низькому рівні воно виявлене у 33% досліджуваних.

Досліджувані у яких виявлено високий рівень емоційного відгукування дуже чутливі до впливу зовнішнього середовища. Вони

сильно переймаються проблемами близьких людей, тонко відчують на собі їх настрій, почуваються пригніченими коли бачать несправедливість. Вони вміють не лише слухати, але й чути свого співрозмовника. Однак, їм слід звернути увагу на цю особливість, оскільки, таких емоційно чутливих людей можуть експлуатувати егоїстично виховані особистості, котрі користуються їхньою добротою, створюючи цим самим основу для реалізації власної мети.

Досліджуваним з низьким рівнем емоційної чутливості варто розвивати вміння правильно сприймати як вербальну, так і невербальну інформацію про стан людини. Такі досліджувані вважають, що оточуючі часто переймаються через дрібниці, вони не люблять коли їм нав'язують свої проблеми, їм не приємно коли люди не вміють контролювати свої емоційні прояви. Крім того, вони можуть зберігати повний спокій, коли навколо всі хвилюються, що може бути пов'язано з низьким рівнем міжособистісної взаємодії та невміння аналізувати навколишню ситуацію.

Висновки. За даним проведеної методики можна сказати, що досліджувані юнаки, які мають Інтернет-залежність, проявляють менший рівень емоційної чутливості, порівняно з юнаками, що не мають Інтернет-адикції. Такий результат можна пояснити через низький рівень у Інтернет-залежних безпосередньої вербальної взаємодії, оскільки спілкування відбувається в мережі, то втрачається велика кількість інформації, яка передається невербально, а тому не формується повна картина про співрозмовника та його настрій на момент спілкування, що значно збіднює досвід емоційного взаєморозуміння.

В результаті проведеного дослідження визначено, що існують відмінності в особливостях прояву емпатії в структурі ціннісно-сислової сфери Інтернет-залежних юнаків та юнаків, що не мають адикції. Перспективою подальших досліджень є розробка тренінгової програми зі зниження Інтернет-залежності та розвитку емпатії.

Список використаних джерел

1. Бех І. Ціннісна сфера сучасної людини в контексті пріоритетів виховного процесу / І. Бех // Шлях освіти: науково-методичний журнал. – 2010. – №4 (58). – С. 8-12.
2. Журавльова Л. П. Динаміка особистісно-сислової емпатії в ранньому онтогенезі / Л. П. Журавльова // Наука і освіта. – 2008. – № 3. – С. 109 – 112.
3. Максимець С.М. Вплив емпатійності на соціально-психологічну адаптацію майбутніх учителів. Автореф. дис... канд. психол. наук. — Одеса, 2000. – 21 с.
4. Онищенко Г. І. Ціннісно-сислові орієнтири сучасної молоді: особливості, умови і психологічна допомога / Г. І. Онищенко, Т. С. Гурлева // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С.

Костюка Національної АПН України / за ред. С. Д. Максименка. – Т. 13. – Ч. 4. – К.: "ГНОЗІС", 2011. – С. 200.

5. Павелків Р. В. Вікова психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / Р. В. Павелків. – К.: Кондор, 2011. – 468 с.

6. Савчин М. В. Вікова психологія: навч. посіб./ М. В. Савчин, Л. П. Василенко. – [2-ге вид., стереотип.] – К.: Академвидав, 2009. – 360 с.

7. Феніна О. Я. Структура, функції, форми та види емпатії. Їх роль у міжособистісних стосунках / О. Я. Феніна // Психологія: Зб. наук. праць. – К, 2009. – Вип. 14. – С. 109-117.