

ИОНОВА М. С., КУРДЮКОВА А. А.

ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ

У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ СРЕДСТВАМИ КИНОТРЕНИНГА

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования уровня развития эмпатии у студентов-психологов. Сделаны выводы о преобладании у студентов средних и относительно высоких показателей. Учитывая специфику профессиональной деятельности психолога, авторы считают необходимым целенаправленно развивать эмпатические способности у студентов в период обучения в вузе. Эффективным средством для этого является кинотренинг.

Ключевые слова: эмоционально-чувственная сфера личности, эмпатия, кинотренинг, тренинговая группа.

IONOVA M. S., KURDYUKOVA A. A.

OPPORTUNITIES FOR EMPATHY DEVELOPMENT

IN STUDENTS OF PSYCHOLOGY BY MEANS OF CINEMA TRAINING

Abstract. The article presents the results of an empirical study of the level of empathy development in psychology students. Conclusions are drawn about the prevalence of average and relatively high indicators among students. Taking into account the specifics of the professional activity of a psychologist, the authors consider it necessary to purposefully develop empathic abilities of students during their studies at the university. Film training is suggested as an effective means for achieving this goal.

Keywords: emotional and sensory sphere of personality, empathy, film training, training group.

Значимость эмпатических способностей для представителей ряда профессий сферы «человек-человек» переоценить сложно. Так, эмпатия играет существенную роль в структуре личности специалистов-психологов, во многом определяя эффективность профессиональной деятельности. Как профессионально важное качество эмпатия начинает формироваться у студентов с самого начала обучения в вузе и совершенствуется на протяжении всего пути профессионального становления [8; 10]. Следовательно, эмпатия поддается развитию в процессе профессионального становления личности.

Прежде чем применять какие-либо методические средства для развития эмпатии у студентов-психологов, необходимо выявить актуальный уровень эмпатических способностей будущих специалистов. Для этого нами было проведено эмпирическое исследование. Оно осуществлялось на базе Мордовского государственного университета. В исследовании

приняли участие студенты-психологи 1–2 курсов очной и заочной форм обучения в количестве 36 человек (33 девушки и 3 юношей). Возраст респондентов – от 18 до 22 лет.

Применение в исследовании «Шкалы эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн) [9] позволило получить данные, представленные в таблице 1.

Таблица 1

**Распределение студентов-психологов по уровням развития эмпатии
(«Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн))**

Уровень развития эмпатии	Количество студентов	
	абс.	%
Очень высокий	5	13,9
Высокий	14	38,9
Нормальный	15	41,7
Низкий	2	5,5
Очень низкий	0	0

Показатели эмпатии у студентов-психологов нельзя назвать низкими – у 13,9 % студентов был диагностирован очень высокий уровень, высокий – у 38,9 %. Такие люди обладают сильным эмоциональным откликом на чувства, состояния, переживания окружающих, показывают готовность проявить сочувствие, сопереживание, готовность помочь. Они более эмоциональны, уступчивы, альтруистичны, оптимистичны [9].

Нормальный уровень выявлен – у 41,7 %. При данном уровне развития эмпатии студенты обладают способностью понимать эмоциональное состояние окружающих и адекватно реагировать. Они эмоционально устойчивы, открыты к взаимодействию, но в отдельных ситуациях эмоционально поверхностны, не готовы уступить, преследуя свои интересы.

Низкий уровень характерен для у 5,6 % студентов. Они обладают способностью понимать эмоциональное состояние окружающих, но реакция на него непредсказуема. Студенты с низким уровнем эмпатии более эмоциональны, отличаются упрямством, агрессивностью. Им сложно понять окружающих, которые, в свою очередь, отвечают им тем же [9]. Очень низкий уровень эмоционального отклика у студентов-психологов выявлен не был.

Таким образом, у будущих психологов преобладают средние и относительно высокие показатели эмпатии. Однако, учитывая специфику их будущей профессиональной деятельности, особые требования, предъявляемые к эмпатическим способностям психолога, мы полагаем, что такие показатели нельзя считать оптимальными.

Результаты применения «Методики диагностики уровня эмпатических способностей» (В. В. Бойко) [2] представлены в таблице 2.

Таблица 2

Распределение студентов-психологов по уровням развития эмпатических способностей («Методика диагностики уровня эмпатических способностей» (В. В. Бойко))

Шкалы методики	Уровень развития эмпатии/ количество студентов							
	Высокий		Средний		Заниженный		Очень низкий	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Рациональный канал эмпатии	12	33,3	14	38,9	4	11,1	6	16,7
Эмоциональный канал эмпатии	13	36,1	8	22,2	10	27,8	5	13,9
Интуитивный канал эмпатии	8	22,2	15	41,7	5	13,9	8	22,2
Установки, способствующие или препятствующие эмпатии	7	19,4	15	41,8	7	19,4	7	19,4
Проникающая способность в эмпатии	10	27,8	12	33,3	11	30,6	3	8,3
Идентификация	13	36,1	10	27,8	7	19,4	6	16,7
Общий показатель	16	44,4	10	27,8	8	22,2	2	5,6

Рассмотрим представленные результаты более подробно.

Рациональный канал эмпатии.

Высокий уровень развития рационального канала эмпатии показали 33,3 % студентов. Они характеризуются личностной эмоциональностью в отношениях, открытым интересом и вниманием к чувствам, поведению партнера. Средний уровень развития рационального канала эмпатии выявлен у 38,9 % студентов-психологов. Они могут быть внимательными к партнеру, но их внимание ситуативно. Заниженный уровень развития рационального канала эмпатии характерен для 11,1 % студентов. Внимание к партнеру, его поведению и чувствам проявляется неустойчиво, зависит от его личностной значимости. Очень низкий уровень развития рационального канала эмпатии выявлен у 16,7 % студентов. Такие люди не проявляют глубокий интерес к сущности партнера [2].

Эмоциональный канал эмпатии.

Высокий уровень развития эмоционального канала эмпатии выявлен у 36,1 % студентов. Такие студенты способны эмоционально включаться, сопереживать другому. Они могут правильно понять его внутренний мир и проявить сочувствие. Средний уровень

развития эмоционального канала эмпатии характерен для 22,2 % студентов. Их внимание к партнеру ситуативно. Внутренний мир другого интересен, но ограничено проявление эмоционального соучастия. Заниженный уровень развития эмоционального канала эмпатии показали 27,8 % студентов. Они активно воспринимают внутренний мир другого, но понимание затруднено, соучастие ограничено. Очень низкий уровень развития эмоционального канала эмпатии показали 13,9 % студентов. Для них не свойственно проявление способности к достижению эмоционального резонанса с окружающими, отмечается отсутствие соучастия и сопереживания.

Интуитивный канал эмпатии.

Высокий уровень развития интуитивного канала эмпатии показали 22,2 % студентов. Они свободно могли понять переживания и мысли, ощущения собеседника в условиях дефицита информации о нем, ориентируясь на предшествующий собственный опыт. Средний уровень развития интуитивного канала эмпатии показали 41,7 % студентов. Их внимание к партнеру было ситуативно. Заниженный уровень развития интуитивного канала эмпатии показали 13,9 % студентов. Они имели ограниченный эмпатийный опыт, не всегда могли понять эмоциональное состояние партнера по общению. Очень низкий уровень развития интуитивного канала эмпатии характерен для 22,2 % студентов.

Установки, способствующие или препятствующие эмпатии.

Высокий уровень развития установок, способствующих эмпатии, показали 19,4 % студентов. Их личностные установки способствовали установлению эмпатийного контакта с окружающими. Их отличала коммуникативная инициативность, высокая восприимчивость, любопытство и др. Средний уровень развития установок, способствующих эмпатии, выявлен у 41,8 % студентов. У них отмечались установки как способствующие эмпатии, так и затрудняющие ее. Заниженный уровень развития установок, способствующих эмпатии, показали 19,4 % студентов. У них преобладают установки, ограничивающие эмпатийный канал: ограниченность контактов, высокая их избирательность, низкий интерес к окружающим. Очень низкий уровень развития установок, способствующих эмпатии, показали 19,4 % студентов.

Проникающая способность в эмпатии.

Высокий уровень развития проникающей способности в эмпатии показали 27,8 % студентов. Во взаимоотношениях с окружающими для них характерна открытость, расслабленность, душевность. Средний уровень развития проникающей способности в эмпатии показали 33,3 % студентов. У них проявлялось напряжение с незнакомыми людьми. Заниженный уровень развития проникающей способности в эмпатии выявлен у 30,6 %

студентов. Их отличает напряженность в общении, неестественность поведения, подозрительность. Очень низкий уровень развития проникающей способности в эмпатии показали 8,3 % студентов. Им свойственна сверхподозрительность.

Идентификация.

Высокий уровень развития идентификации проявили 36,1 % студентов. Такие люди могут поставить себя на место окружающих, прочувствовать их переживания, проявить сочувствие. Средний уровень развития идентификации характерен для 27,8 % студентов. Они, как правило, напряжены в общении с незнакомыми людьми. Заниженный уровень развития идентификации показали 19,4 % студентов. Они не могут соотнести себя с партнером по общению, отмечается отсутствие способности идентификации себя с ним. Очень низкий уровень развития идентификации показали 16,7 % студентов [2].

Общий показатель.

Согласно общим результатам, высокий уровень эмпатии был диагностирован у 44,4 % студентов, средний – у 27,8 % респондентов, заниженный – у 22,2 %, а низкий – у 5,6 % будущих психологов.

Таким образом, проведенное эмпирическое исследование позволило сделать вывод о сформированности эмпатии у большинства студентов-психологов. Студенты имеют полное представление об эмпатии, обладают навыками распознавания эмпатии, могут идентифицировать себя с окружающими, вчувствоваться в мир другого, принять его мысли, поведение и адекватно отреагировать.

Значительное количество студентов-психологов обладает довольно развитыми эмпатическими способностями. Преобладают высокие и средние показатели. Однако, учитывая специфику их будущей профессиональной деятельности, особые требования, предъявляемые к эмпатическим способностям психолога, такие показатели нельзя считать оптимальными. Соответственно, необходимо целенаправленно развивать эмпатию у студентов-психолога в период обучения в вузе. Эффективным средством развития эмпатии является кинотренинг. Участие в нем способствует расширению эмоционально-чувственной сферы личности, развитию механизмов эмпатии, осознанию себя, вчувствованию в состояние другого, формированию эффективной модели поведения. Однако в настоящее время в психологии проблема развития эмпатии у студентов средствами кинотренинга все еще недостаточно изучена.

М. В. Белоногова, Е. И. Захарова, О. А. Карабанова и др. указывают на преимущества кинотерапии как доступного широкому кругу лиц, относительно не затратного и достаточно успешного метода работы [1; 3]. Кинотренинг расширяет взгляд человека на мир и самого

себя, помогает проработать комплекс личных проблем; развить навыки интерпретации символов бессознательного; способствует актуализации основных механизмов когнитивной, эмоциональной и поведенческой эмпатии (интерпретации, децентрации, идентификации, эмоционального заражения); обеспечивает развитие толерантности по отношению к другим. Участие в нем позволяет существенно повысить уровень эмпатии [11–13].

На основе разработок, существующих в данной области, нами была составлена программа кинотренинга «Чувственный мир», ориентированная на развитие эмпатии у студентов-психологов, имеющих средний и низкий уровень развития эмпатических способностей.

Основные задачи программы:

- расширить представления участников об эмпатии;
- способствовать развитию самосознания и накоплению эмоционально-чувственного опыта;
- повысить уровень психологической наблюдательности;
- развить механизмы эмпатии;
- способствовать личностному росту участников.

Групповая работа в ходе кинотренинга позволяет увидеть новое другими глазами, проанализировать иную точку зрения. В ходе тренинга развиваются навыки «чтения» невербальных и вербальных сигналов партнера, сопереживания, сочувствия. Совершенствуется способность прогнозировать поведение другого [4–7].

Программа кинотренинга рассчитана на 8 занятий. Рекомендуется проводить их 1 раз в неделю в свободное от основной учебной деятельности время. Общая продолжительность занятия – 1,5 часа (фильм участникам рекомендуется посмотреть заранее). Каждое занятие включает вводную часть (цель: введение в тему, настрой на совместную деятельность, снятие эмоционального напряжения, достижение контакта участников), основную часть (цель: развитие эмпатии студентов на основе анализа и обсуждения художественных фильмов) и заключительную часть (цель: подведение итогов занятия, осознание собственных изменений, закрепление положительных эмоций).

Основой развития эмпатии студентов-психологов в рамках данной программы является интеллектуальный анализ эмоционального состояния героев или ситуации из фильмов. В ходе просмотра фильма, анализа и обсуждения осуществляется осознание и проявление эмпатических способностей. Реализация данной программы возможна на базе кино клубов и психологических клубов для студентов.

Подводя итоги проведенного исследования, можно сделать следующие выводы.

У студентов-психологов преобладают средние и относительно высокие показатели эмпатии. Соответственно, можно говорить о сформированности эмпатии у большинства из них. В то же время, среди участников исследования есть студенты, отличающиеся заниженным уровнем эмпатических способностей. Учитывая специфику профессиональной деятельности психолога, такие показатели нельзя расценивать как оптимальные. Следовательно, эмпатию необходимо целенаправленно развивать у будущих психологов в период обучения в вузе.

Распространенной в научной литературе является точка зрения о целесообразности развития эмпатических способностей у студентов-психологов средствами кинотренинга. Мы предполагаем, что реализация составленной нами тренинговой программы в практике работы Психологической службы вуза будет способствовать развитию эмпатии у студентов. Результаты формирующего эксперимента мы планируем представить в наших последующих работах.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белоногова М. В. Влияние кинотренинга на развитие рефлексивности и эмпатии у студентов-психологов // Научная инициатива в психологии: межвузовский сборник научных трудов студентов и молодых ученых / под ред. П. В. Ткаченко. – Курск: КГМУ, 2016. – С. 11–18.
2. Бойко В. В., Клиценко О. А. Оценка эмпатии личности. – СПб.: Сударыня, 2002. – 32 с.
3. Захарова Е. И., Карабанова О. А. Кинотерапия: современный взгляд на возможности применения // Национальный психологический журнал. – 2018. – № 2 (30). – С. 57–65.
4. Ионова М. С. Совершенствование коммуникативной компетенции будущих психологов в процессе развития профессионального мышления // Актуальные проблемы науки: материалы Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы науки», 30 сентября 2011 г. – Кузнецк, КИИУТ, 2011. – С. 29–32.
5. Ионова М. С., Ковалева Н. А. Формирование коммуникативной компетентности будущих психологов в процессе развития профессионального мышления // Профессиональное образование в современных экономических условиях. Проблемы и перспективы развития: материалы Всероссийской научно-практической конференции

с международным участием «Профессиональное образование в современных экономических условиях. Проблемы и перспективы развития», 26 марта 2013 г. – Саратов: Саратовский источник, 2013. – С. 194–197.

6. Кабанов К. В. Развитие социально-психологических компетенций у студентов-педагогов посредством работы с художественными фильмами // Знак: проблемное поле медиаобразования. – 2019. – № 1 (31). – С. 45–52.

7. Карягина Т. Д., Иванова А. В. Эмпатия как способность: структура и развитие в ходе обучения психологическому консультированию // Консультативная психология и психотерапия. – 2013. – № 4. – С. 182–207.

8. Кухтерина Г. В., Семеновских Т. В. К вопросу о развитии эмпатийных способностей бакалавров психологии образования // Науковедение. – 2014. – № 6. – С. 28–29.

9. Меграбян А. Психодиагностика невербального поведения. – СПб.: Речь, 2001. – 253 с.

10. Пономарева М. А. Эмпатия: теория, диагностика, развитие. – Минск: Бестпринт, 2009. – 76 с.

11. Русина С. А. Киноклуб как форма профилактики психологического неблагополучия студентов Вуза // Научная дискуссия: вопросы педагогики и психологии. – 2016. – № 4–2 (49). – С. 90–95.

12. Рябченко С. А. Возможности и функции кинотренинга в подготовке студентов-психологов // Экономика и социум. – 2015. – № 6–3 (19). – С. 821–831.

13. Тюрина Н. Ш. Кинематограф как ресурс формирования мировоззренческой позиции студентов специального (дефектологического) профиля подготовки // Казанский педагогический журнал. – 2015. – № 4–1 (111). – С. 118–122.