

процессе психотерапевтических сеансов. Пациенты, как ученые, учатся на собственных неудачах и ошибках. Без неудач так же не было бы движения вперед. Другими словами, психотерапевты помогают посмотреть пациентам на разочарования и неудачи как на испытания и уроки, а не как на катастрофу. При реабилитации наркозависимых в когнитивно-поведенческой терапии применяется весь спектр приемов когнитивного реструктурирования: рефрейминг, парадоксальные техники, социальное сравнение и т.д.

В когнитивно-поведенческой терапии при осуществлении работы с наркозависимыми оценивается осмысление происходящего пациентом не с точки зрения его правильности, а с точки зрения его пригодности в тех или иных обстоятельствах. Исходя из этого, основным в когнитивно-поведенческой терапии является следующее: важность схем, конструктивистская и интерактивная позиция, значение психотерапевтических отношений, в особенности процесса сотрудничества, необходимость учета фактора переноса, роль прошлого, социокультурное и семейное влияние, обучение клиентов навыкам предупреждения рецидивов, ведущая роль эмоций.

Преимущества когнитивной поведенческой терапии.

- КТП – краткосрочный, сравнительно поверхностный метод, оптимально подходящий к возможностям многих медицинских программ.

- КТП была в полной мере испытана в ходе серьезных клинических экспериментов и имеет весомое эмпирическое обоснование.

- КТП – структурированный и целенаправленный метод ориентированный на решение непосредственных проблем, связанных с вхождением пациентов в процесс лечения.

- КТП – это гибкий индивидуальный подход, который можно адаптировать под разных пациентов с разными условиями (стационарные, амбулаторные) и формами (групповые, индивидуальные) лечения.

- КТП совместима с широким рядом других видов лечения, получаемых пациентом, таких, например, как психофармакотерапия.

Таким образом, главная задача КТП заключается в выявлении самых общих и самых мощных предпосылок для каждого пациента с последующим разрывом их связи со злоупотреблением алкоголем или наркотиками путем обучения пациента реагировать на предпосылки другим, новым способом.

Список литературы

1. Букреева Н.Д. Организационные и экономические аспекты реабилитации больных наркоманией // Проф. и реабилит. в наркол. - 2012. - №1.

2. Валентик Ю.В. Терапевтические сообщества - основа наиболее успешных программ реабилитации больных наркоманией // Проф. и реабилит. в наркол. - 2012.

3. Иванец Н.Н., Валентик Ю.В. Алкоголизм. Изд-во: Питер, 2014.

4. Менделевич В.Д. Наркозависимость и коморбидные расстройства поведения. Изд-во: М.: 2016.

5. Михайлов В.И., Казаковцев Б.А., Чуркин А.А. Современные проблемы реабилитации в наркологии / Наркозависимость и медико-социальные последствия стратегии профилактики и терапии. - Казань, 2013.

6. Халабуда Л.Н., Семёнов С.В., Домрачева А.Ю. Мотивационные стратегии и их использование в психотерапевтических программах раннего этапа реабилитации наркоманов / Наркозависимость и медико-социальные последствия стратегии профилактики и терапии. - Казань, 2013.

Сторож В.В.

*к.пед.н., ст. викладач кафедри психіатрії, наркології та психології
Одеського національного медичного університету, Україна, м. Одеса*

Шепітко А.С.

*магістр кафедри психіатрії, наркології та психології
Одеського національного медичного університету, Україна, м. Одеса*

[DOI: 10.24411/2520-6990-2020-11406](https://doi.org/10.24411/2520-6990-2020-11406)

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК РІВНЯ ЕМПАТІЇ ТА КОНФЛІКТНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

Storozh Viktoriia

*Ph.D., Lector of the Department of Psychology of
Odessa National Medical University. Ukraine, Odessa*

Shepitko Alisa

*Master of the Department of Psychology
Odessa National Medical University. Ukraine, Odessa*

INTERACTION OF EMPATHY LEVEL AND CONFLICT STUDENTS-PSYCHOLOGISTS

Анотація

У статті обґрунтована актуальність дослідження взаємозв'язку рівня емпатії та конфліктності студентів-психологів, розкрито особливості феноменів «емпатія» і «конфліктність», «міжособистісний конфлікт». Розглянуто методи та умови формування емпатії у студентів-психологів.

Abstract

The article substantiates the relevance of the study of the relationship between the level of empathy and conflict of students-psychologists, reveals the features of the phenomena of "empathy" and "conflict", "interpersonal conflict". Methods and conditions for forming empathy in psychology students are considered.

Ключові слова: емпатія, симпатія, конфлікт, конфліктність, міжособистісний конфлікт, міжособистісні відносини.

Key words: empathy, sympathy, conflict, conflict, interpersonal conflict, interpersonal relationships.

Постановка проблеми. Однією з важливих проблем сучасного суспільства є проблема гуманізації відносин людини з оточуючими людьми. Особливої актуальності набуває процес затвердження нових цінностей, головною з яких є формування і розвиток духовної культури особистості. Невід'ємною частиною даного виду культури є емоційна зрілість, здатність до співпереживання, вміння розуміти і приймати іншого. Ключовою умовою даного процесу є емпатія. Психологи сьогодні багато говорять про проблему розвитку та формування емпатійності особистості, що відрізняється гнучкістю в спілкуванні, позитивним мисленням, здатністю до децентрації і альтруїстичної поведінки.

Актуальність дослідження. Емпатія дозволяє збагнути сутність іншої людини і вловити таємні рухи його душі: суть мотивів і сенс вчинків, джерела його поведінки. Найважливішою специфічною рисою міжособистісних відносин є їх емоційна основа. Міжособистісні відносини виникають і складаються на основі певних почуттів, які народжуються у людей по відношенню один до одного. Враження, що виникають при сприйнятті іншої людини, відіграють важливу регулятивну роль в спілкуванні і розумінні. Особливе місце відводиться емпатії як здатності емоційно відгукнутися на проблеми іншої людини. Емпатія сприяє збалансованості міжособистісних відносин, робить поведінку людини соціально зумовленою та виступає як механізм зіткнення з психологічним простором іншої людини, як спосіб розуміння специфіки психологічного простору іншого.

Таким чином, емпатія заснована на вмінні правильно уявляти собі, що відбувається всередині іншої людини, що вона переживає, як оцінює навколишній світ. В процесі емпатичної взаємодії формується система цінностей, яка в подальшому визначає поведінку особистості по відношенню до інших людей. Емпатія є соціально позитивною якістю і підтримується громадськими нормами життя. При наявності міжособистісної привабливості можна очікувати і більшу величину емпатії у всіх її формах.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Поняття "емпатія" набуло поширення в психологічній літературі на початку 50-х років ХХ століття. Емпатія (від грецького *Empatheia*- співпереживання) - розуміння емоційного стану, проникнення - співчуття в переживання іншої людини [1]. У більш ранніх роботах дослідники частіше користувались поняттям "симпатія", вживаючи його у широкому сенсі: як розуміння, чуйність, емоційна співпричетність[2].

Розглядаючи теорії емпатії різних психологічних напрямків, можна сказати, що сучасна психологічна наука має декілька поглядів на природу цього феномену. З позицій першого підходу, емпатія розглядається як процес або стан (О.Сопіков, І.Юсупов, Т.Райк); для другого підходу характерним є уявлення про цей феномен як про здатність чи стійку властивість особистості (М.Муканов, В.Лабунська, О.Саннікова). У межах другого підходу існує тенденція по-різному ставити акценти у визначенні поняття "емпатія": деякі дослідники розглядають її в контексті моральних почуттів (Т.Гаврилова, Ю.Гільбух, В.Шадриков); інші роблять акцент на тому, що емпатія відіграє центральну роль у гармонізації міжособистісних стосунків (В.Абраменкова, В.Агеєв, Ю.Гіпенрейтер); багато дослідників вважають її джерелом альтруїзму, підтримуючої поведінки (Є.Ільїн, В.Колпачников, М.Яницький) [2].

У психології можна виділити різні підходи до розуміння емпатії. Одним з них є розгляд емпатії як властивості особистості, необхідної для успішного спілкування і взаємодії. Ю.А. Менджеричька зазначає, що така властивість особистості, як емпатія, включає наступні можливості: здатність до емоційного реагування і відгуку на переживання іншої людини; здатність до розуміння і розпізнавання стану партнера по спілкуванню; здатність до вибору і використання адекватних способів і прийомів взаємодії, що проявляються в альтруїстичній поведінці по відношенню до інших людей [4].

Говорячи про емпатію, психологи вбачають в ній витoki морального розвитку особистості. Емпатичні здатності, таким чином, важливі для продуктивного міжособистісного спілкування і взаєморозуміння. Між іншим, розвиток емпатії у сучасних молодих людей залишається на невисокому рівні.

Вивчення питання взаємозв'язку емпатії та конфліктності обумовлено тим, що підвищення рівня емпатії як співпереживання, проникнення, причетності до світу іншої людини, може допомогти у вирішенні конфліктних ситуацій як в особистісній, соціальній, так і в професійній сфері. У зв'язку з цим актуальним є вивчення взаємозв'язку рівня емпатії та конфліктності студентів, які отримують професію психолога.

З одного боку, вміння співчувати, співпереживати суб'єктам психологічного супроводу і вміння конструктивно вирішувати конфліктні ситуації є необхідними професійно-значущими якостями майбутнього психолога. З іншого боку, високий рівень емпатії і низький рівень конфліктності сприяють створенню психологічної безпеки суб'єкта

власної життєдіяльності, що дозволяє людині максимально реалізувати свої життєві стратегії.

Постановка завдання. Аналіз психолого-педагогічних досліджень з проблем вивчення взаємозв'язку рівня емпатії та конфліктності в процесі професійної підготовки студентів-психологів.

Виклад основного матеріалу. Основу емпатії становить емоційна чуйність і інтуїція, але при цьому значну роль відіграє раціональне сприйняття іншої людини. Емпатію можна назвати умінням висловлювати своє розуміння емоційного стану або точки зору співрозмовника, не вдавшись при цьому до міркувань про його невинність. Позитивне ставлення до іншої людини не виключає негативної реакції суб'єкта на те, що його партнер по спілкуванню переживає і відчуває в даний момент. Крім того, відчуваючи емпатію по відношенню до іншого, суб'єкт може залишатися емоційно нейтральним.

Одним із механізмів регуляції міжособистісних конфліктів є емпатія. Міжособистісний конфлікт - це одна з форм міжгрупових і міжособистісних відносин, породжувана внутрішніми протиріччями і суперечностями з середовищем і виражається в суб'єктивних феноменах взаємного сприйняття людьми один одного, прийняття та покладання відповідальності за виникнення і вирішення конфліктної ситуації. Таким чином, емпатія займає важливе місце в конфліктній взаємодії і є механізмом регулювання конфліктів.

Аналіз основних положень, які розкривають сутність конфлікту, свідчить про те, що конфліктність - це природний стан соціуму, що підлягає керуванню, підвищуючи її конструктивні функції. Таким чином, емпатія виступає як стан, що детермінує вибір дій в конфліктній ситуації, і тим самим визначає розвиток конфлікту. Рефлексивно-емпатійна позиція учасників конфлікту забезпечує децентрацію у відносинах, дозволяючи дивитися на ситуації конфлікту не тільки орієнтуючись на свої погляди. Емпатія розглядається як механізм, за допомогою якого формується переконаність у цінності іншої людини, готовність позитивно ставитися до неї.

Відомо, що гуманні відносини між людьми багато в чому визначаються здібностями співчувати, співпереживати і розуміти внутрішній світ іншої людини. Ці здібності особливо необхідні в професійній діяльності психолога, в якій емпатичне спілкування є головною складовою. У сучасній психологічній науці вони частіше називаються емпатією і рідше - емпатичними здібностями.

Для професійної діяльності психологів емпатія є одним з найважливіших якостей особистості. Тому в процесі професійної підготовки майбутнього фахівця-психолога формування емпатійних здібностей є першочерговим завданням. Ефективними методами формування емпатії є рольові ігри та вправи, що відтворюють ситуації бесіди «психолог-клієнт». На заняттях важливо створити сприятливий психологічний клімат, організувати такі умови, в яких студент може відкрито висловлювати

свою думку і почуття, вільно спілкуватися як з однокурсниками, так і з викладачами, має можливість в повній мірі розкрити і зрозуміти не тільки себе, а й інших людей.

Використання емпатійного слухання у відносинах може проявлятися в умінні запобігти, та вирішити конфліктну ситуацію найбільш сприятливими способами. Емпатійне слухання передбачає розуміння почуттів пережитих іншою людиною, і у відповідь вираз свого розуміння почуттів. Для цього застосовуються уточнення, перефразування і резюмування. Але потрібно відзначити, що досвід розуміння інших людей приходить не відразу і часто після того, як людина наробить безліч помилок в спілкуванні та співпраці.

Ефективні стратегії вирішення конфліктів спрямовані на роботу з самою проблемою, з вмістом виниклого протиріччя і мають на меті подолання тих перешкод, які створює дана проблема на шляху можливості самоактуалізації особистості, її самореалізації і повноцінного життя. Можна оцінювати вихід людини з конфлікту або кризи як продуктивний, якщо в результаті він дійсно звільняється від проблеми таким чином, що її проживання робить його більш зрілим, психологічно адекватним і інтегрованим. Конструктивне подолання особистісних конфліктів і криз передбачає прийняття реальності, готовність до чесного аналізу ситуації, що склалася, здатність розрізняти головне і другорядне, виділяти складові частини з виниклої проблеми і вирішувати її поетапно.

Позитивний зміст конфлікту полягає в розкритті власних можливостей, в активізації особистості як суб'єкта попередження, подолання та вирішення міжособистісного конфлікту. Долаючи конфліктну ситуацію, людина набуває можливість для свідомого прийняття моральних цінностей, для придбання нових умінь спілкування, для самореалізації. У процесі вирішення будь-якого спору він намагається поглянути на ситуацію об'єктивно і взяти до уваги всі існуючі думки, і для цього потрібен досвід і зрілість особистості, а також достатній рівень розвитку емпатії.

В процесі формування компетенцій у студентів в період навчання у ЗВО важливо приділяти особливу увагу розвитку емпатії. Викладачам гуманітарних та психологічних дисциплін, в процесі навчання можна рекомендувати: виконувати умови гуманістичного ставлення в процесі взаємодії зі студентською аудиторією; використовувати на практичних заняттях потенціал художніх творів (вчитування з текстів різних психологічних феноменів), художніх фільмів (аналіз художніх фільмів з подальшим написанням есе), ігрові методи, тренінгові процедури [5], інтерактивні заняття; з метою самопізнання і саморозвитку при вивченні тем «Емоції і почуття», «Спілкування» застосовувати в роботі зі студентами психодіагностичні методики, націлені на вимір рівня емпатійних тенденцій; використовувати матеріали методики Дж. Мейера, П. Селовея, Д. Карузо «Емоційний інтелект» (MSCEITv.2.0).

Висновки. Рівень розвитку емпатії істотно впливає на професійну успішність психолога. Підвищення професійної успішності достовірно корелює з розвитком емпатії до оптимального рівня. У природних умовах оптимального рівня емпатії досягають психологи з позитивною мотивацією через три-чотири роки професійної діяльності. Для того, щоб сформувати оптимальний рівень емпатії у студентів в процесі навчання у ЗВО з метою їх подальшої успішної професійної діяльності необхідно знати, що основними показниками емпатії є спрямованість на взаємодію і на завдання, точність оцінки емоційного і фізичного стану і рефлексія. Для цього необхідно створювати сприятливий соціально-психологічний клімат в колективах навчальних груп, знати критерії оцінки такого клімату, мотивувати слухачів на сумлінне навчання за допомогою спеціальності психолога. В ході практичних та групових занять використовувати елементи програми розвитку оптимального рівня емпатії.

Література

1. Войтович М.В., Гуменюк Г.В. Гармонійність Я-образу і конфліктна компетентність як чинники соціалізації особистості // Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України/За ред. С.Д. Максименка, Т. IX, част.4, - К., 2007. – С. 131 – 137.
2. Зинченко Е.В., Юсупов И.М. Эмпатия // Психология общения. Энциклопедический словарь / Под общ.ред. А.А. Бодалева. - М.: Изд-во «Когито-Центр», 2011. - С. 150–151.
3. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов / А.Г. Маклаков. - СПб.: Питер, 2007. - 582 с.
4. Менджеричкая Ю.А. Особенности эмпатии у субъектов затрудненного общения // Психологический вестник, 1998. - № 3. - С. 240–252.
5. Никишов С.Н. Тренинг как эффективная форма подготовки сотрудников организации // Вестник Мордовского университета. Серия «Психологические науки». - №2. - 2011. - С. 105–107.

Фёдоров Александр Фёдорович

кандидат психологических наук, доцент

старший научный сотрудник отдела разработки методологии социальной, психологической, воспитательной и педагогической работы с осужденными центра исследования проблем исполнения уголовных наказаний и психологического обеспечения профессиональной деятельности сотрудников уголовно-исполнительной системы ФКУ НИИ ФСИН России, г. Москва

СТАНОВЛЕНИЕ ГРУППОВЫХ НОРМ МОРАЛЬНО-ПРАВСТВЕННОГО СОДЕРЖАНИЯ

Fedorov Alexander Fedorovich

candidate of psychological sciences, associate professor

senior researcher, department for the development of methodology of social, psychological, educational and pedagogical work with convicts center for the study of problems of the execution of criminal sentences and the psychological support of the professional activities of the employees of the criminal executive system Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia, Moscow

THE FORMATION OF GROUP NORMS OF MORAL-MORAL CONTENT

Аннотация

В статье рассматривается, что каждому сотруднику нужно вершить свое дело так, чтобы глубокое понимание, заинтересованность и уважение пронизывали все формы и методы его общения с осужденными. Показаны пути практического применения результатов исследования групповых норм в воспитательной работе.

Abstract

The article considers that each employee needs to do his job so that a deep understanding, interest and respect permeate all forms and methods of his communication with prisoners. The ways of practical application of the results of the study of group norms in educational work are shown.

Ключевые слова: педагогические способности, педагогическое мастерство, психологические особенности личности, сотрудник, общение, осужденный.

Key words: pedagogical abilities, pedagogical skill, psychological characteristics of a person, employee, communication, convicted.

Групповые нормы в первичных коллективах зависят от норм общества, они не представляют точного слепок с них, а изменяются подчас до такой степени, что становятся тормозом в развитии соци-

ально-психологической зрелости первичного коллектива. «Норма означает правило поведения, образец (модель), точное предписание. Иными словами, норма представляет собой сведения о возможном и