

**Секция «Актуальные проблемы гуманитарного образования»,
научный руководитель – Зайкова С.А., канд. псих. наук**

**ФОРМИРОВАНИЕ ЭМПАТИИ У ПОДРОСТКОВ С
СОМАТИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ**

Идиятова А.Р., Дроздикова-Зарипова А.Р.

*Казанский (Приволжский) федеральный университет,
Казань, Россия*

Наверно каждый человек хотя бы раз в жизни задумывался, умеет ли он сопереживать, сочувствовать другому. В наш трудный век люди постепенно становятся эгоистами, всех беспокоят только свои проблемы, дела. Мало кто искренне радуется счастью другого, либо наоборот переживает с ним тяжелые моменты его жизни.

Не зря древние говорили «Познай себя», либо «Прежде чем изменить мир, начни с самого себя». Мы все хотим, чтобы к нам хорошо относились, но что мы даем взамен? Мчимся ли мы к друзьям либо к родным при первом зове о помощи, всегда ли мы рядом, когда человек нуждается в этом.

Известно, что человек становится личностью в процессе взаимодействия с социальной средой, в результате нахождения его в обществе.

Ученые считают, что именно развитое сочувствие формирует утонченные и высоко нравственные качества, в ходе которых ребенок превращается в полноценную личность.

Тревожной тенденцией является снижение гуманности в отношениях людей. Это является очень важной проблемой, ведь одним из составляющих гуманного отношения и является эмпатия.

Термин «эмпатия» ввел в психологию Э. Титчнер, обобщивший развивавшиеся в философской традиции идеи о симпатии с теориями вчувствования. Под эмпатией, в узком смысле слова, понимается - сочувствие, сопереживание, понимание психологических состояний других людей. Однако понятие эмпатия имеет более широкое трактование и глубинное понимание. Во-первых, как нерациональное познание человеком внутреннего мира других людей (вчувствование). Во-вторых, эмпатия представляется как эмоциональная отзывчивость человека на переживания другого, разновидность социальных (нравственных) эмоций.

Изучению эмпатии в различных ее формах посвящены работы зарубежных авторов, таких как К. Г. Юнг, Т. Липпс, К. Роджерс, Х. Когут [1, с.103].

В психологической научной справочной литературе (В.Н. Дружинин, В.П. Зинченко, Р.С. Немов, Б.Г. Мещеряков и др.) часто различаются несколько видов эмпатии: эмоциональная - основанная на механизмах проекции и подражания моторным и аффективным реакциям другого; эмпатия когнитивная - базирующаяся на процессах интеллектуальных (сравнении, аналогии и пр.); эмпатия предикативная - проявляющаяся как способность предсказывать аффективные реакции другого в конкретных ситуациях и др.; эстетическая эмпатия - вчувствование в художественный объект; эгоцентрическая эмпатия - сопереживание и сочувствие различаются как переживание человека за себя; гуманистическая эмпатия - эмпатическое переживание за другого человека и другие виды эмпатии [1, с.95].

Особую актуальность проблема эмпатии приобретает в отношении детей со специальными образовательными потребностями. В отношении детей с соматическими заболеваниями, несомненно, нужно учитывать не только их индивидуальность личности,

особенности характера, но также нужно обращать внимание на их здоровье и связанные с этим особенности обучения. Работа с такими детьми должна строиться по определенному алгоритму, программе.

Прежде всего, под соматическим понимается телесное заболевание, в противоположность психическому заболеванию. В данную группу заболеваний объединяют болезни, вызываемые внешними воздействиями или же внутренними нарушениями работы органов и систем, не связанные с психической деятельностью человека.

Особыми чертами характеризуется и психорегуляция учебной деятельности соматически ослабленных детей, как доказывает в своем исследовании В.А. Штраус. Автор, в частности, подчеркивает, что соматически больные дети вследствие ситуации болезни отличаются от здоровых сверстников особенностями физического и психического развития. При этом развитие соматически больного ребенка не замедлено, а является качественно иным. По мнению ряда исследователей (Б.С. Братусь, Б.В. Зейгарник, В.В. Николаева), субъективно тяжелое соматическое заболевание качественно меняет социальную ситуацию развития ребенка: меняется объективное место, занимаемое им в жизни (в силу изменения его возможностей и ограничения контактов с другими людьми), внутренняя позиция по отношению к себе и окружающей действительности, что влечет за собой изменение личности. У соматически больных детей заметно меняется отношение к окружающему миру, наблюдаются изменения в развитии самосознания, в динамике познавательной деятельности [2].

Наша работа была направлена на выявление уровня эмпатии и в дальнейшем ее формирование у подростков с соматическими заболеваниями.

Исследование проводилось на выборке из 20 человек, учащихся 7-8 классов основной общеобразовательной школы №168 с продленным днем обучения для детей с соматическими заболеваниями г.Казани.

На констатирующем этапе эксперимента была использована методика по определению уровня эмпатии И. М. Юсупова

Прежде чем приступить к обработке результатов, была проведена оценка достоверности ответов. По полученным баллам мы можем утверждать, что все ответы достоверны.

На основании полученных данных мы можем констатировать следующее:

- 5 испытуемых обладают низким уровнем эмпатии, что составляет 25 % от общего числа респондентов,
- 12 человек обладают средним уровнем эмпатии, что составляет 60%,
- 3 человека обладают высоким уровнем эмпатии-15%.

Таким образом, опираясь на типологию уровней эмпатии для методики экспресс-диагностики И.М. Юсупова, мы обнаружили, что в данной выборке является наиболее выраженным средний уровень эмпатии, при этом четверть всех испытуемых обладают низким уровнем эмпатии.

Это говорит о том, что с данным классом нужно вести работу не только по формированию эмпатии, но и по сохранению данных качеств у учащихся - сопереживания, сострадания к другим людям.

Рассмотрим общие показатели уровня эмпатии подростков по каждой из 6-ти шкал, включённых И.М. Юсуповым в экспресс-диагностику эмпатии.

На основе анализа полученных данных, мы можем сделать следующие выводы: у подростков эмпатия по отношению к родителям занимает первую позицию, что проявляется в чувстве сопереживания и сострадания к своим близким. Высокие позиции были получены по шкалам «отношение к старшему поколению», «к животным» и «к детям».

Лишь 10% от числа испытуемых обладают низким уровнем эмпатии по шкалам «отношение к животным» и «к детям».

Результаты методики позволяют определить, что по отношению к малознакомым или незнакомым людям у подростков выявлен низкий уровень эмпатии. Также низкий уровень эмпатии наблюдается и по отношению к героям художественных произведений.

Обобщив полученные данные, мы можем утверждать, что с детьми нужно проводить систематическую работу по формированию эмпатии, а также по отдельным шкалам, таким как «эмпатия по отношению к героям художественных произведений» и «эмпатия по отношению к малознакомым или незнакомым людям». Это и будет являться основной целью нашей дальнейшей работы. Для достижения поставленной нами цели мы разработали программу по формированию эмпатии у подростков с соматическими заболеваниями.

Развитие эмпатии заключается в ряде тренинговых занятий, включающих в себя психологические упражнения и игры.

Условия проведения: формирующая программа будет реализовываться во внеучебное время с января по март месяца 2014 уч.г.

В качестве примера приведем ряд упражнений и игр, включённых в программу развития эмпатии.

Упражнение «Зеркало».

Цель: в непринужденной форме на невербальном уровне развитие чувства эмпатии.

Условия проведения: на упражнение отводится 15 минут.

Учащиеся делятся на пары и встают лицом друг к другу. Один - ведущий, другой - ведомый. Ведущий начинает делать медленные движения руками, ногами, туловищем под музыку. Ведомый отражает движения одноклассника - как зеркальный образ. Через 5 минут меняются ролями.

По окончании задания участники делятся своими ощущениями.

Упражнение «Первое впечатление».

Цель: осознание своего внутреннего состояния через внешние признаки, развитие навыка «чтения» другого человека по внешним признакам.

Ученики класса описывают себя для незнакомого человека, которого предстоит встретить впервые в людном месте. Описать нужно свое поведение, местоположение, жесты, мимику.

Упражнение «Портрет».

Цель: выявление симпатий участников группы, получение обратной связи, развитие навыка анализа характера другого человека, развитие эмпатии.

Каждый из учащихся выбирает себе «объект» и описывает его характер, привычки, т.е. «пишет» его психологический портрет. Листочки с записями отдаются педагогу, который читает их вслух. Остальные пытаются угадать, о ком идет речь.

Данная программа психологических занятий должна быть выполнена с учетом индивидуальных потребностей класса.

Практическая значимость данного исследования состоит в том, что полученные результаты могут быть использованы в работе педагога по применению разнообразных форм и методов работы с подростками с соматическими заболеваниями по формированию у них эмпатии.

Список литературы

1. Бондаренко, А.Ф. Личностное и профессиональное самоопределение отечественного психолога-практика / А.Ф. Бондаренко // Московский психотерапевтический журнал. - 2003. - № 1. - С. 67-69.
2. Трусова, С.С. Особенности личности и поведения соматически ослабленных детей. - Электронный ресурс. Режим доступа: http://www.superinf.ru/view_helpstud.php?id=2302.

Секция «Актуальные проблемы психологии и педагогики в работах начинающих исследователей»,

научный руководитель – Кондратьева О.Г., канд. биол. наук, профессор РАЕ

ВЛИЯНИЕ ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПЕДАГОГОВ НА ПОКАЗАТЕЛИ СТРЕССА

Кондратьева А.А.

ФГБОУ ВПО «Башкирский государственный университет», Уфа, Россия

Исследования индивидуальных психологических ресурсов реагирования на стресс принадлежат к числу актуальных и перспективных направлений в психологии. Это связано с воздействием на человека возрастающего числа разнообразных стрессогенных факторов, к которым относятся как природные изменения, так и перемены в социальной жизни, снижающие работоспособность человека и обостряющие проблемы во взаимоотношениях с окружающими, в том числе и состоянии болезни. Часто различные виды деятельности человека, протекающие в стрессогенных условиях, требуют усиленного расхода ресурсов человека и предъявляют требования к его стрессоустойчивости и адаптивности. Умение успешно справляться с состоянием стресса и сведение к ми-

нимуму его негативного влияния — является важным навыком для каждого человека.

В профессиональной деятельности стрессовые ситуации могут создаваться динамичностью событий, необходимостью быстрого принятия решения, рассогласованием между индивидуальными особенностями, ритмом и характером деятельности.

В транзактных моделях стресса к ресурсам преодоления относят: физиологические и типологические особенности личности, когнитивные процессы и личностные качества, социальную поддержку, финансовое благополучие. В рамках интегративной модели стресса выделяют также развитие навыков осознания имеющихся ресурсов, умение управлять и рационально использовать их в процессе совладания со стрессом, наличие которых способно минимизировать вредные стрессовые влияния. Выделяют следующие характерологические особенности, которые помогают личности снизить негативное влияние стресса, а именно уверенность в себе, принятие себя и других, умение концентрироваться на положительных эмоциях, позитивное отношение к жизни, желание преодо-