

РОЛЬ ЕМПАТІЇ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА

Поняття «емпатія» – це здатність залучатися до емоційного життя іншої людини, переживати її стани як свої власні, співчувати їй.

За даними Є.П. Ільїна, емпатія є сприяючою властивістю особистості до альтруїстичної поведінки. Чим більше людина схильна до співпереживання, тим вище її готовність до допомоги в конкретному випадку.

Відмінності в емпатії між чоловіками і жінками можна розглядати на декількох рівнях. На одному рівні ми маємо справу зі здатністю розуміти емоційні стани інших (емпатія) і умінням висловити це розуміння (емпатична експресія). На іншому рівні це переживання людиною своїх емоцій (емоційні переживання) і шляхи їх вираження (емоційна експресія).

Згідно робіт дослідника К. Роджерса, емпатія є основоположною установкою психотерапевта в терапевтичних відносинах і ключовою умовою зміни особистості клієнта. Згідно дослідника Х. Кохута основним інструментом в психоаналітичному дослідженні є саме емпатія аналітика.

З точки зору клієнт-центрованого підходу, емпатія – це процес контактування з внутрішнім світом іншого за допомогою уяви, налаштування на відчуття і осягнення нюансів його переживання і особистісного сенсу.

Розгляд ролі емпатії в процесі терапевтичної взаємодії варто почати з опису Г. Барретт-Леннардом циклу емпатичних реагувань, що включає наступні фази:

Фаза попередніх умов. Ця стадія включає в себе активну відкритість з боку психотерапевта до пізнання переживання клієнтом власного Я і зовнішнього світу.

Фаза емпатичного резонансу. Слухач входить в емоційний резонанс (налаштовується на одну хвилю) з переживаннями і особистісними смислами клієнта, які активізуються в його свідомості.

Фаза вираження емпатії. Ця фаза включає в себе вираз психотерапевтом емпатичного відгуку.

Фаза отримання емпатії. Адекватна емпатія викликає у клієнта почуття, що його почули, зрозуміли.

Фаза зворотного зв'язку. На цьому етапі клієнт вербально або невербально демонструє результат впливу емпатії психотерапевта.

Невірна емпатична реакція психотерапевта може призвести до прагнення клієнта більш ясно донести свої переживання, а зовсім неадекватний відгук психотерапевта може призвести навіть до негативних наслідків, наприклад, почуття безнадійності, самотності чи агресії.

При дослідженні рівня емпатії часто з'ясовується наступний факт: чоловіки не бажають, щоб оточуючі бачили їх емпатичними, тому що це не відповідає гендерній ролі. Турбота і ласка – це важливі властивості жіночої гендерної ролі. Чоловіки не гірше за жінок здатні визначати почуття інших і внутрішньо співпереживати їм, але вони зацікавлені в тому, щоб оточуючі ніяк цього не помітили.

Результати досліджень, які були проведені на цю тему, свідчать про те, що чоловіки і жінки мають однаковий рівень емпатії, але висловлюють її з різним ступенем інтенсивності, що пояснюється відмінностями в нормах емпатичної експресії.

Емпатія в процесі консультування являє собою складний процес сприйняття і аналізу внутрішнього світу іншої людини. У сучасних наукових дослідженнях здатність до емоційного переживання розглядається як необхідна умова ефективності психолога-консультанта.

Емпатія в ході активної професійної діяльності набуває особливого значення не тільки як особистісна риса фахівця, але і як засіб консультативного спілкування, як вміння вибудовувати особливий, заснований на співпереживанні і розумінні, контакт з клієнтом.

В психотерапевтичному процесі, особливо при роботі з психічною травмою, емпатія відіграє вирішальну роль. Її можна назвати фундаментом, необхідним для успішної динаміки психотерапії.

Список використаної літератури

1. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы – СПб: Издательство «Питер», 2000. – 502 с.
2. Берн Ш. Гендерная психология – М.: Прайм-Еврознак, 2004. – 320 стр. – (Секреты психологии)
3. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: Изд-во МГУ, 1976, 142 с.
4. Джендлин Ю. (1993). Субвербальная коммуникация и экспрессивность терапевта: тенденции развития клиент-центрированной психотерапии. Московский психотерапевтический журнал. №3
5. Взгляд на психотерапию. Становление человека : Пер.с англ. / Карл Р. Роджерс . – Москва : Прогресс-Универс, 1994 . – 478 с. – Пер. Исениной М.М.
6. Ягнюк К.В. Анатомия терапевтического воздействия: типология техник. // Журнал практического психолога. 2001. №5-6

Науковий керівник: канд. псих. наук, доцент Сірик І. В.

Мостова К.О.

Черкаський національний університет ім. Б. Хмельницького

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДИТИНИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Молодший шкільний вік є дуже важливим у формуванні дитини.

Молодший шкільний вік – це період, що зумовлює позитивні зміни в розвитку особистості та охоплює період життя дитини з 6-7 років до 10 років. Саме в цей період дитина починає усвідомлювати мотиви навчання, закладаються основи її ставлення до себе, тож не дивно, що цей період вважають вершиною дитинства, адже саме в 6-7 років дитина переходить від ігрової діяльності до навчальної та починає створювати себе, як особистість. Вона втрачає певну безпосередність у власній поведінці та набуває таких процесів, як логіка і мислення [1].

Надзвичайна актуальність проблеми зумовлює активне дослідження її різних аспектів сучасними ученими (Кулагіна І., Дуткевич Т., Немов Р., Цигипало О., Ельконін Д., Венгер Л., Виготський Л., Давидов В., Запорожець О., Максименко С., Обухова Л., Перкінс Д., Піаже Ж. та ін.).

Мета статті –проаналізувати психологічні особливості дитини молодшого шкільного віку.

Для ефективної педагогічної роботи важливо знати психологічні особливості дитини, що дозволить педагогу створити оптимальні умови для розбудови ефективного розвивального середовища в початковій школі.

Молодший шкільний вік характеризується зміною оточення, а також звичного режиму дня, що внаслідок змушує кожного школяра пережити кризу 7 років, яка впливає на кожную дитину різним чином. Зазвичай в період кризи дитина усвідомлює зміну свого місця в системі відносин, зміна самосвідомості призводить до переоцінки цінностей. Більшість важливих та значущих речей відходять на другий план та з'являються нові цінності. Наприклад, старі інтереси вже стають не цікавими, ігрова діяльність виявляється менш важливою, а навчальна стає на перше місце та є цікавою для дитини. Часто ознаками кризи 7 років є негативна поведінка, яка характеризується схильністю до капризів, створенням конфліктної ситуації в стосунках з однолітками, а також рідними, коли криза закінчується ці ознаки починають зникати [3].

В період молодшого шкільного віку також відбувається розвиток психічних функцій, таких як мислення, сприйняття, пам'ять, увага, уява. В цей період дитина володіє наочно-образним та наочно-дійовим мисленням.

Покращується рівень та швидкість сприйняття об'єктів, також воно стає більш довільнішим та має цілеспрямований характер. У молодших школярів суттєво змінюється зоровий і дотиковий вибір заданої фігури серед інших, про що свідчить зменшення часу, що