

УДК 159.9

**«РОЛЬ ЭМПАТИИ В МЕЖЛИЧНОСТНОМ ОБЩЕНИИ И ВЗАИМОДЕЙСТВИИ»**

**Ожогина Яна Дмитриевна**

студентка

Новокузнецкий институт (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кемеровский государственный университет», г. Новокузнецк

Д-р биол.н., профессор кафедры психологии и общей педагогики Л.А. Проскурякова

**Аннотация.** Известно, что процесс межличностного взаимодействия влияет на множество аспектов жизнедеятельности любого человека. Отношения оказывают большое влияние на мотивацию, целеустремленность, на решение различных проблем. Они строятся на взаимодействиях, формируются постепенно, по мере того, как люди организуют и реализуют какую-то единую деятельность. Именно поэтому данная тема является наиболее актуальной для нашего времени, а её изучение поможет выстраивать благоприятные взаимоотношения между людьми.

**Ключевые слова:** межличностное взаимодействие, межличностные отношения, эмпатия, эмпатические способности.

В отечественной литературе межличностные отношения в первые анализировались в 1975 г. в книге «Социальная психология». В исследованиях отечественных ученых рассматриваются проблемы взаимодействия людей в определенных группах и коллективах, межличностных отношений в семье; изучаются особенности межличностных взаимодействий в разные возрастные периоды развития. Изучению межличностных взаимодействий посвящены работы А.А. Бодалева, И.П. Волкова, Е.С. Кузьминой и И. Зотовой. Понятие эмпатии и эмпатических способностей близко связаны с эмоциональными, познавательными, психологическими качествами личности. Феномен эмпатии изучали К. Роджерс, К. Рудестам, Г. Андреева, Г. Перепечина и другие, а эмпатических способностей в межличностном взаимодействии и общении – А.А. Бодалев, Т.П. Гаврилова, Е.А. Петрова, Л.Б. Филонов и другие.

Межличностные отношения имеют объективный характер, а межличностное взаимодействие субъективный характер. Это обосновывается тем, что отношения в отличие от

межличностного взаимодействия носят эмоциональную основу, переживания, волнения. Виды взаимодействия людей подразделяют на: межличностное и межгрупповое. Межличностное взаимодействие – это случайные или преднамеренные, частные или публичные, длительные или кратковременные, вербальные или невербальные контакты и связи двух и более человек, основанные на взаимности. Межгрупповое взаимодействие – это взаимовлияние множества людей друг на друга.

Взаимодействие является систематическим, устойчивым и конкретизирующим действием. Взаимодействие складывается из действий. Принято рассматривать три этапа взаимодействия индивидов:

1 этап – установление контакта между собеседниками. На данном этапе разрабатывается принятие или отторжение собеседников. Результатом является то, что - либо диалог продолжается, либо заканчивается. Главную роль оказывают половые, возрастные и индивидуальные особенности.

2 этап – на протяжении взаимодействия развиваются симпатии или антипатии к деятельности, партнерам, окружающему миру. Проявляются сходства, различия между собеседниками.

3 этап – на третьем уровне взаимодействия людей, который получил название продуктивной совместной деятельности, постепенно развивающееся активное сотрудничество находит большее выражение в эффективном решении проблемы соединения взаимных усилий партнеров.

Стиль межличностного взаимодействия – это способ взаимодействия, отражающий особенности общения, характеризующие его подход к построению взаимодействий с людьми. Есть много психологов, педагогов, методистов, которые разработали стили межличностного взаимодействия. К ним относятся: А. Адлер, Т. Лири, разработки психолога Л. С. Братченко являются самые известные и актуальные. С.Л. Братченко под стилем взаимодействия понимает индивидуальную модель межличностного общения, предпочитаемую конкретным человеком. Показателем выделения стилей, по мнению автора, являются: соотношение позиций собеседника (свобода, власть, подчинение); степень взаимопонимания; результаты, последствия и возможности взаимодействия. Он выделял:

Диалогический, авторитарный, манипулятивный, альтруистический, конформный и индифферентный стили.

Следует отметить, что стиль является не врожденной чертой человека, а приобретенной. Он развивается с помощью личностных и возрастных особенностей, воспитания, профессиональной деятельности, положения в обществе.

Эмпатия фигурирует во многих видах межличностного общения и взаимодействия.

Связь между эмпатией и взаимодействием наблюдается в тех функциях, которые эмпатия, как свойство и общения. Она помогает людям узнавать друг у друга не только чувств эмоциональности, но и волнений. Люди, у которых не сформирован этот феномен не имеют шансов понимать впечатления иных людей. В обратном случае, люди со сформированной эмпатией чувственны, их поведение к находящемуся вокруг выделяется тем, собственно, что у них доминирует эмпатическая приверженность, осознание. Они готовы принять посторонние ощущения, как собственные. Подобный человек отлично понимает, что есть отлично, так же он способен испытать ощущение вины, позора.

Под эмпатией понимается способность индивида эмоционально откликаться на переживания других людей. Ученые психологи, педагоги утверждают, что эмпатия как свойство личности поддается развитию и обучению. Она дана нам с рождения в равном количестве. Но у одних постепенно развивается, а у других остается на том же уровне.

В межличностном общении и взаимодействии эмпатия выполняет:

- 1) коммуникативные, регулятивные эмотивные, социально-перцептивные функции в процессе общения;
- 2) эмпатия устанавливает личностное развитие собеседников - снимает эмоциональное напряжение, помогает субъекту эмпатии ориентироваться в ситуации, адаптироваться к партнеру по взаимодействию;
- 3) способствует подтверждению, самораскрытию, поддержке и облегчению страданий объекта эмпатии;
- 4) эмпатия выполняет функцию сдерживания агрессии личности, если она имеет высокий уровень развития (например, просоциальная эмпатия). Если же уровень развития эмпатии отличается примитивностью, не способен прогнозировать действия, распознавать его эмоциональные состояния, то эмпатия лишается функции предотвращения агрессии.

Эмпатия представлена во всех межличностных взаимодействиях. Это можно аргументировать тем, что понятие «эмпатия» помогает более эффективно познать друг друга. Она способствует уменьшить эффект искажения восприятия другого человека.

Эмпатия влияет на сбор и анализ информации:

- 1) мотивируя определенную личность на получение информации с целью усиления собственной вовлеченности в процесс общения;
- 2) действуя в качестве обратной связи на уже имеющуюся информацию.

Личность с высоким уровнем эмпатии должна обладать такими чертами характера, как: доброжелательность, общительность, терпеливость, открытость и грамотность в общении, альтруизм. Низкий уровень эмпатии характеризуется замкнутостью, скрытностью, грубостью во время общения, недоброжелательностью.

Ученые Дж. Сальзера и Р. Бергласа считают, что люди, имеющие высокие эмпатические способности менее склонны приписывать людям вину за плохие события, не требуют особое наказание за поступки, проявляют снисходительность. Индивиды, что более склонны к эмпатии проявляют меньше агрессивности. Психологи утверждают, что женский пол более склонен к эмпатии, чем мужчины. У мужчин выявлено преобладающее чувство – сопереживание. У женщин – сочувствие

Эмпатия опосредует личностное развитие участников общения — снимает эмоциональный дистресс, помогает субъекту эмпатии ориентироваться в ситуации и адаптироваться к партнеру по взаимодействию; способствует подтверждению, самораскрытию, поддержке и облегчению страданий объекта эмпатии. Эмпатия может выполнять функцию сдерживания агрессии личности, если она имеет высокий уровень развития. Если же уровень развития эмпатии отличается примитивностью, субъект не способен в эмоциональном отклике на переживания других, не способен прогнозировать действия другого и распознавать его эмоциональные состояния, то эмпатия теряет функцию предотвращения агрессии. Она бессильна.

Таким образом, эмпатия фигурирует во многих видах межличностного общения и взаимодействия, отражаясь в стиле предпочитаемого взаимодействия, а эмпатические способности помогают выстраивать гармоничные взаимоотношения между людьми.

### **Список литературы:**

1. Агеев, В. С. Межгрупповое взаимодействие: Социально-психологические проблемы/В. С. Агеев. - Москва: МГУ, 2000. – 283 с. текст: непосредственный.
2. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии./А. Адлер. - Москва: Институт Психотерапии, 2016. - 214 с. текст: непосредственный
3. Басин, Е. Я. Искусство и эмпатия /Е. Я. Басин. - Москва: БФРГТЗ СЛОВО, 2017. -294 с. текст: непосредственный.
4. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и других/ В. В. Бойко. -Москва: Филинь, 2016. -349 с. текст: непосредственный.
5. Гаврилова, Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии//Вопр. психологии./Т. П. Гаврилова. –Москва: Стимул, 2005. –С. 107–114. текст: непосредственный.
6. Психология межличностного познания./Под ред. А. А. Бодалева. - Москва: Педагогика, 2016. -247 с. текст: непосредственный.
7. Сопиков, А. П. Механизм эмпатии.//В сб. «Вопросы психологии познания людьми друг друга и самопознания./А. П. Сопиков. - Москва: Стимул, 2007. -476 с. текст: непосредственный.

**ISSN 2541-9250**

**НАУКА ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ВРЕМЕНИ**

Международный научный журнал

Ежемесячное научное издание

№10 (43) 2020

ISSN 2541-9250



9 772541 925005 >

---

**Библиографическое описание статьи:**

Ожогина Я.Д. Роль эмпатии в межличностном общении и взаимодействии // Наука через призму времени. – 2020. – №10 (43). – с. 44-46



<http://www.naupri.ru/journal/2684>

---

© Ожогина Я.Д., 2020

© Редакция научного журнала «Наука через призму времени», 2020