Развитие эмпатии в онтогенезе.

Эмпатия (от греч. «страсть», «страдание», «чувство», «сочувствие») — осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека без потери ощущения происхождения этого переживания.

В психологии онтогенез — формирование основных структур психики индивида в течение его детства.

Проблема повышения уровня эмпатии в личностном развитии давно стала предметом научного исследования в психологии. Многие учёные занимались изучением этой проблемы. Например, российский психолог Бойко Виктор Васильевич занимался проблемой диагностирования уровня эмпатии, американский психолог Карл Роджерс говорил о таком аспекте, как общее определение слова «эмпатия», доктор психологических наук Орлов Александр Борисович изучал феномены эмпатии.

В рамках гуманистической психологии эмпатия рассматривается как основа всех позитивных межличностных отношений. Эмпатия как психологический феномен оказывает существенное влияние на всю личность в целом, повышает мотивацию и продуктивность деятельности и расширяет представление об ее эффективности.

По нашему мнению, проблема является актуальной потому, что в наше время большое количество людей обладают невысоким уровнем эмпатии. По большей степени в их характерах присутствуют равнодушие, агрессия и безразличность к другим.

Чувство эмпатии с раннего детства развивается в ребенке. Так, в дошкольном возрасте наибольшее влияние на формирование, укрепление и значение уровня эмпатийности ребенка оказывает семья, родители, воспитатели и дети, с которыми взаимодействует сам ребенок. Обычно именно в семье формируются социальные ценности, потребности и интересы ребенка. Семейный круг и круг общения малыша осуществляет формирование нравственности и гуманности взглядов подрастающей личности. В первую очередь родители закладывают в ребенке основу для развития чувства эмпатии, а потом способствуют его росту. Нарушение эмоционального контакта между родителями и детьми приводит к психологической травме последних и, как следствие, отрицательно влияет на целостное развитие личности подрастающего поколения. Эмпатийность в ребенке формируется на основе взаимоотношений в семье. Эмпатия между детьми и родителями может быть только в том случае, если сами родители чутки к пониманию чувств ребенка и способны к проявлению эмпатии, а также если они активно участвуют в решении жизненных проблем ребенка, при этом оставляя для него некий процент самостоятельности в принятии собственных решений.

Способность ребенка к сопереживанию возникает благодаря примерам проявления эмпатии родителями за счет развития следующих факторов:

1. Получение собственного положительного опыта.

2. Понимание и осознание своих эмоций и чувств.

3. Осознание того, что предположительно чувствует другой человек.

Первые осознанные проявления чувства эмпатии демонстрируются ребенком в раннем возрасте, и обычно оппонентом ребенка становится родитель, близкий родственник или домашнее животное. Стоит отметить, что наличие в доме животного, за которым ребенок сможет ухаживать и заботиться, способствует повышению уровня эмпатии у дошкольников.

При правильном развитии чувства эмпатии у ребенка формируется ряд жизненно важных умений, которые способствуют его успешной социализации. Так, уже на втором году жизни малыш вступает в «ситуацию симпатии», где идентифицирует себя с конкретной ситуацией и партнером, чьи чувства разделяет, обычно этот партнер - родитель или близкий родственник.

Позже, к 4-5 годам, ребенок переходит в «ситуацию альтруизма», где уже научается сопоставлять свое состояние с состоянием другого индивида, понимает чувства других людей, а также становится способен предвидеть результаты собственного поведения. Эмпатия на стадии альтруизма предполагает сочувствие ребенка к окружающим его субъектам, проявление чуткости, понимания и гуманности поведения.

Уровень эмпатии влияет на характер взаимоотношений личности не только с внешним миром, но и с самим собой. Посещая детский сад, ребенок не только социализируется, но и развивает свои способности к эмпатии.

К концу дошкольного возраста при нормальном развитии у ребенка должны сформироваться три формы проявления эмпатийности:

1. Сопереживание.

2. Сочувствие.

3. Содействие.

Новообразованиями младшего школьного возраста выступают: личностная и интеллектуальная рефлексия. Младшие школьники вступают на новый уровень межличностного общения. У них появляется больше контактов и ситуаций выбора, в которых можно проявить эмпатийность. Это связано с возрастными изменениями, изменением социальной среды ребенка, а также с его эмоциональной возбудимостью. Имеющиеся у ребенка способности к эмпатии постепенно перерастают в свойства личности, которые впоследствии влияют на характер его взаимодействий.

В младшем школьном возрасте у ребенка присутствуют два вида эмпатии: гуманистическая и эгоцентрическая.

Гуманистическая эмпатия предполагает отклик на чужие чувства: сопереживание, понимание, сочувствие другому человеку.

Эгоцентрическая эмпатия рассматривает собственные переживания. Она проявляется в ощущении грусти, страха, зависти и др.

До 9 лет у ребенка преобладает эгоцентрическая эмпатия. Однако с достижением этого возраста чужие состояния уже способны влиять и изменять собственные ощущения ребенка, несмотря на то, что в основном он еще ориентируется на внутренние переживания.

Младший школьный возраст – сензитивный период для развития эмпатийности. Именно поэтому очень важно уделить должное внимание зарождению этой способности, так как в более старшем возрасте возможна только корректировка уровня эмпатии. Завершение периода интенсивного формирования чувства эмпатии выступает одним из основных критериев успешной социализации, развития личности ребенка и приходится на конец младшего школьного возраста. К этому времени ребенок уже способен идентифицировать себя с другими людьми и входить в состояние взаимопонимания. В школьный период наибольшее влияние на изменение уровня эмпатии оказывает учитель и одноклассники. В процессе обучения и взаимодействия ребенок развивает умение лучше понимать свои чувства, приходит к их осознанию.

Замечено, что дети с высоким уровнем сопереживания легче адаптируются к социуму, свободнее контактируют со сверстниками, умеют избегать конфликтных ситуаций и, как следствие, более предпочитаемы в коллективе. Также эмпаты показывают более высокие результаты в учебе.

Подростковый возраст считается критическим периодом в развитии личности ребенка и установлении его социальных связей. Новообразованием этого периода выступает развитие «Я»-концепции ребенка. У подростка возникает ярко выраженная потребность в интимно-личностном общении, результативность которого зависит от проявления чувства эмпатии. Иногда на этом этапе у подростков на некоторое время наблюдается спад проявления эмпатийности. Это связано с переходным возрастом ребенка и особенностями протекания этого периода. Так, часто подросток уходит в себя, замыкается на собственных переживаниях, у него появляется склонность к самоанализу и самопознанию, что уменьшает количество связей и контактов в обществе.

Ребенок старается проявить свою независимость, взрослость и способность справляться со всем самому. Данный период на некоторое время отделяет ребенка от социума, где бы он мог проявлять гуманистическую эмпатию. Но по его завершении подросток снова вливается в активное социальное взаимодействие. Переосмыслив свое «Я», подросток устанавливает более прочные контакты. Теперь они основываются не только на эмоциональной составляющей, они характеризуются проявлением внимательности, чуткости и поддержки по отношению к другому человеку, что символизирует переход от эгоцентрической эмпатии к гуманистической.

Эмпатия выступает одним из механизмов для образования таких контактов. Она помогает найти взаимопонимание не только в подростковом коллективе, но и установить контакт школьника с другими, более взрослыми объектами социального взаимодействия, например, с учителем, родителем.

Для подростков, в отличие от дошкольников и младших школьников, в большей степени характерно проявление сочувствия по отношению к другим, нежели сопереживания. Это обусловлено развитием их когнитивной сферы.

Эмпатия как способность к чувствованию и пониманию достигает пика своего развития в период пубертата.

В старших классах эмпатия выступает источником нравственного развития школьника. В это время сильно проявляется связь эмпатийности и гуманности характера поведения ученика. Через сравнение себя с другими старшеклассник определяет свое положение в обществе, через ощущения единства чувствует себя неотъемлемой частью цельного коллектива. Уровень эмпатийности свидетельствует о завершении периода становления личности. Определяет нормы и границы допустимого, формирует характер и стиль общения и взаимодействия индивида в обществе.

Как мы можем заметить, способность сопереживать, называемая «эмпатией». Это положительное качество, приносящее пользу, влияющее на всю жизнь человека.

.