



ISSN 2072-8468

## ИННОВАЦИОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

<http://elibrary.miu.by/journals!/item.iot.html>

Скороходько, К.В. Взаимосвязь эмпатии и децентрации в процессе межличностного познания другого в раннем юношеском возрасте / К.В. Скороходько // Инновационные образовательные технологии. – 2013. – № 1 (33). – С. 24–29.

УДК 159.922.6

## ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМПАТИИ И ДЕЦЕНТРАЦИИ В ПРОЦЕССЕ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ПОЗНАНИЯ ДРУГОГО В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Скороходько К.В.<sup>a</sup>

### Аннотация

Статья посвящена рассмотрению эмпатии как механизма межличностного познания, способствующего децентрации, что обеспечивает более полное понимание партнера по общению на когнитивном и эмоциональном уровне. В результате проведенного автором эмпирического исследования особенностей общения у лиц раннего юношеского возраста обнаружена связь между эмпатией и децентрацией. **Ключевые слова:** децентрация, эмпатия, ранний юношеский возраст, понимание, межличностное познание.

**Веб:** <http://elibrary.miu.by/journals!/item.iot/issue.33/article.5.html>

**Поступила в редакцию:** 17.01.2013.

## INTERRELATION OF EMPATHY AND DECENTRATION IN THE PROCESS OF INTERPERSONAL COGNITION OF THE OTHER IN EARLY ADOLESCENCE

Skorokhodko K.V.<sup>a</sup>

### Abstract

This article addresses empathy as a mechanism of interpersonal cognition, favouring decentration. This provides a more complete understanding of the communication partner on a cognitive and emotional levels. Empirical studies of the communication peculiarities among adolescents revealed a connection between empathy and decentration.

**Keywords:** decentration, empathy, early adolescence, understanding, interpersonal cognition.

**Web:** <http://elibrary.miu.by/journals!/item.iot/issue.33/article.5.html>

**Received:** 17.01.2013.

Структура и специфика отношения личности к собственному «Я» осуществляют регулирующее влияние практически на все аспекты поведения человека, играют важнейшую роль в установлении межличностных отношений, в постановке и достижении целей, в способах разрешения конфликтов. Отражение переживаний другого (эмпатия) и принятие позиции другого (децентрация) обеспечивают адекватное взаимопонимание и, соответственно, успешное взаимодействие личностей во всех сферах жизнедеятельности.

Эмпатия является сложной психологической системой обеспечения «Я-Ты»—связи при взаимодействии человека с миром, специфической формой отражения той реальности, которой является внутренний (субъективный) жизненный мир другого человека [1, с. 21]. Специфика эмпатии заключается в ее эмоциональной природе, а содержанием эмпатии можно считать понимание эмоционального состояния другого человека посредством сопереживания, проникновения в его субъективный мир, т.е. понимание одним человеком (субъект

<sup>a</sup> Скороходько Катерина Витальевна, аспирантка Института психологии имени Г.С. Костюка, г. Киев  
PhD student at G.S. Kostiuk Institute of Psychology, Kiev

эмпатии) чувств и переживаний другого человека (объект эмпатии), выраженное в чувствах, в той или иной степени идентичных чувствам и переживаниям этого человека. Суть децентрации заключается в изменении точки зрения, позиции субъекта в результате столкновения, сравнения, сопоставления и интеграции ее с позициями, отличными от собственной, движения в сторону объективности в оценках, что приводит, в конечном счете, к более глубокому пониманию других людей и самого себя. Эмпатия является одним из основных механизмов восприятия, определяющих способность и готовность личности к пониманию другого, следовательно, выступает одним из основных факторов, обеспечивающих децентрацию.

Понятие децентрации как механизма преодоления эгоцентризма наиболее основательно было разработано в контексте анализа процессов социализации, когнитивного и нравственного развития личности в теоретических и практических исследованиях Ж. Пиаже. Т.И. Пашукова, в развитие этих идей Ж. Пиаже, в своих исследованиях впервые систематически сопоставила идентификацию, рефлекссию, эмпатию и децентрацию как способы межличностного понимания [2]. Позже эта тема была развита и в исследованиях других авторов (Т.Е. Гура, Л.П. Журавлёва, Я.Л. Колминский, А.А. Реан). Значительный вклад в изучение связи эмпатии с децентрацией, условий и факторов, влияющих на эти процессы, внесли такие исследователи, как Л.П. Алексеева, Л.П. Выговская Т.П. Гаврилова, Л.П. Стрелкова (исследования по развитию познавательных процессов у школьников), А.А. Бодалёв, Т.Р. Каштанова (исследование особенностей коммуникативного опыта общения с ровесниками; устойчивости мотивационной и ценностной системы личности; восприятия других людей и собственного «Я»).

Источником децентрации выступает непосредственное или интериоризованное общение с другими людьми, в ходе которого происходит столкновение противоречивых точек зрения, что побуждает субъекта к преобразованию системы образов, смыслов, понятий и представлений в собственной познавательной позиции. Формирование навыков осознанной децентрации лежит в основе способности субъекта к принятию роли другого человека, что связано с уровнем развития когнитивной эмпатии и определяет эффективность коммуникативного взаимодействия. Децентрация — это своеобразный прием «проигрывания ролей», который тренирует психологическую чувствитель-

ность к типичным состояниям людей, их установкам и стремлениям. Децентрация является важным компонентом понимания друг друга в межличностном общении. Успешность и результативность взаимопонимания в значительной степени обеспечивается возникновением в процессе межличностного общения «Мы-переживания». И.Д. Бех [3] предложил понимать под «Мы-переживанием» отражение субъектом в плане внутреннего переживания объективных и действительно социально-психологически различных ценностных позиций других людей. Эти эмоциональные процессы являются индикаторами наличия некоторой общей атмосферы общения и содействуют в диалогическом общении децентрации, которая выступает необходимым условием существования человеческих взаимоотношений. Все усложняющиеся формы взаимодействия с окружающими требуют от человека уметь преодолевать устоявшиеся стереотипы восприятия, мышления, поведения, учитывать точки зрения и состояния других людей, корректировать в соответствии с этим свои действия и поступки.

Под эмпатией подразумевают понимание эмоциональных состояний другого человека в форме сопереживания, сочувствия или симпатии, что определяется степенью эмоциональной вовлеченности в мир чувств партнера по общению. Эмпатия не только повышает степень адекватности в восприятии «другого», но и способствует становлению эффективных, положительных взаимоотношений с окружающими. Эмпатия существует как эмоциональное состояние или особого рода эмоция. Выделяют три вида эмпатии: эмоциональную эмпатию, которая основана на механизмах проекции и подражания моторным и аффективным реакциям другого человека; когнитивную эмпатию, базирующуюся на интеллектуальных процессах; предиктивную эмпатию, которая проявляется в способности человека прогнозировать аффективные реакции другого в тех или иных конкретных ситуациях. Эмпатийные переживания могут быть в различной степени адекватными или неадекватными, а также они могут быть не только непосредственной реакцией на объект наблюдения, но и выступать продуктом эмоционального реагирования на сформированное самим субъектом собственное представление о переживаниях других людей, которых индивид не воспринимает в данный момент непосредственно [4]. Важную роль здесь играет механизм идентификации.

Результаты исследований С. Грабовской свидетельствуют о том, что чем меньше

способность индивида к эмпатии, тем в большей степени в нем выражена склонность руководствоваться в своем отношении к другим людям мотивом «дай». Люди, характеризующиеся низкой степенью сопереживания, эмпатии, как правило, сосредоточены преимущественно на собственной персоне, их способность к децентрации сильно снижена, они нередко не могут понять и принять позицию другого человека, что называется, «залезть в чужие ботинки», а склонны «тянуть одеяло на себя», мало интересуясь тем, как это сказывается на других. Такого рода «вымогатели», по образному выражению С. Грабовской, обычно концентрируются на собственных проблемах и потребностях, смотрят на мир сквозь призму собственных потребностей.

Мотивация «требования» представляется атавизмом позиции младенца в психике взрослого человека, и ее можно рассматривать как показатель инфантильности [5], поскольку только в младенчестве человек находится в плену своих потребностей и полностью зависит от их немедленной реализации. Индивид с низким уровнем эмпатии не может адекватно откликнуться на чувства другого, порадоваться чужой радостью или опечалиться чужой грустью. Он допускает многочисленные ошибки в отношениях с окружающими, потому что основывается только на собственных переживаниях и оценках, а этого оказывается недостаточно для эффективного взаимодействия с другими людьми. Исходя только из собственных, актуальных для себя состояний, он не способен принимать во внимание побуждения и эмоциональные состояния партнера. Эмпатия — это способность понимать другого человека без слов, на чувственном уровне, благодаря эмоциональному проникновению в его внутренний мир. Трудно воспринять и понять другого человека исключительно на рациональном уровне, поскольку он и сам далеко не всегда способен себя понимать и оценивать в рациональных формах. В процессе межличностного общения продуцируется большое количество невербальной информации, которая может быть более содержательной и важной, чем та, что облекается в словесную форму, а это требует от участников взаимодействия высокой степени эмпатийности.

По мере приобретения индивидом жизненного опыта его способности к эмпатии могут как усиливаться, так и, наоборот, ослабляться. Высокая эмпатийность дает ощутимое преимущество человеку, она является действенным инструментом межличностного познания и мощным средством повышения эффективности об-

щения, по мере развития умений субъекта более эффективно применять эмпатию в личном и профессиональном общении, а низкая эмпатийность порождает бездушие, безразличие, холодность в отношениях. Истоки низкой эмпатийности следует искать в особенностях воспитания как в отдельной семье, так и в обществе в целом. Чрезмерное стремление к формированию рационального, здравомыслящего человека при подавлении всего непосредственного, эмоционального в нем в рамках той или иной воспитательной системы может привести к ослаблению или даже полному угнетению его способности к эмпатии. Это начинается с первых дней жизни, если в семье дети недополучают материнского тепла и нежности, а в школе проявления эмоциональности и оригинальности считаются нецелесообразными. Для современного общества характерно угнетение спонтанного, импульсивного, искреннего. По мнению Л.П. Журавлевой, «именно в любви» человек проявляет высшую эмпатийность: «Эмпатийная личность благодаря умению чувствовать другого человека способна к более глубоким и сложным отношениям с другими людьми» [1, с. 213]. Децентрация требует понимания того, чем руководствуется партнер по общению, причем не только рационального осмысления мотивов его действий, но и эмоционального вживания в то, что он чувствует [6].

Межличностное общение со сверстниками является значимой сферой развития личности в раннем юношеском возрасте. В процессе общения происходит социальное самоутверждение индивида, формирование Я-образа и образа значимого другого. Именно в этом периоде жизни особенно важно развивать эмпатические способности, что способствует формированию альтруистического стиля поведения. Старшеклассники с высокой степенью эмпатии являются лучшими друзьями, им присущи такие черты, как верность в дружбе, готовность прийти на помощь [1]. Понятие «настоящий друг» охватывает практически все лучшие черты, присущие человеку. Л.П. Журавлёва считает, что эмпатия является психологическим механизмом, детерминирующим в процессе межличностного познания формирование эмоциональной децентрации. По мнению Г.М. Бреслава, именно эмоциональная децентрация является начальным моментом сопереживания и сочувствия.

Эти теоретические и практические разработки побудили нас провести эмпирическое исследование влияния эмпатии на уровень децентрации у лиц раннего юно-

пешеского возраста и установить наличие или отсутствие связи между этими двумя процессами. Для решения поставленной задачи были использованы методика измерения уровня децентрации как компонента способности человека представить себя на месте другого, разработанная и апробированная Т.И. Пашуковой [2], и методика А. Мехрабиена и Н. Эпштейна, направленная на определение степени эмпатийности. Для исследования связи между эмпатией и децентрацией был использован метод корреляционного анализа, а за единицу измерения статической связи был взят коэффициент корреляции Пирсона ( $r$ ).

В исследовании приняли участие 164 респондента в возрасте 15—18 лет (134 ученика 10—11 классов школ г. Киева и г. Канева, 30 студентов первого курса Киевского национального университета внутренних дел, всего 84 юноши и 80 девушек).

Полученные результаты исследования эмпатии в раннем юношеском возрасте позволили распределить респондентов на четыре группы в соответствии с уровнем эмпатийности. Данные нашего исследования свидетельствуют о том, что для лиц рассматриваемого возраста характерен преимущественно средний уровень эмпатии (эта группа оказалась самой большой и объединила 59,3 % респондентов). Низкий уро-

вень эмпатии продемонстрировали 33 % испытуемых. Показатели высокого и очень низкого уровня эмпатии оказались одинаковыми, соответствующие группы включают по 3,7 % респондентов каждая.

В интерпретации причин такого распределения можно опереться на мнение Л.П. Журавлёвой, которая считает, что это связано с усилением процессов индивидуализации личности в данном возрасте [1, с. 159]. Еще Ж. Пиаже [7] отмечал, что именно в этот период жизни человека интенсифицируются процессы фундаментальной децентрации, которая, в свою очередь, способствует более глубокому пониманию не только окружающей действительности, но и самого себя, а также других людей. Полученные нами результаты относительно уровня децентрации у лиц раннего юношеского возраста свидетельствуют о том, что средний уровень децентрации продемонстрировали 35,3 % респондентов, участвовавших в исследовании, высокий — 23,8 % респондентов. Низкий уровень децентрации (эта группа включала 16,1 % респондентов) корреспондировал с показателем отсутствия децентрации (17,6 % участников исследования). Высокая степень эгоцентризма была выявлена у 6,9 % испытуемых.

Данные о связи децентрации и эмпатии, полученные в результате исследования, представлены в таблице.

Таблица — Связь эмпатийности с различным уровнем децентрации у лиц раннего юношеского возраста (в %)

Уровень децентрации	Уровень эмпатии			
	Высокий	Средний	Низкий	Очень низкий
Высокий	6,5	58	29	6,5
Средний	—	65,2	34,8	—
Низкий	4,8	38	52,3	4,8
Отсутствие децентрации	—	60,8	30,4	8,7

Цифры свидетельствуют о том, что старшеклассникам с высоким уровнем децентрации преимущественно присущ средний (58 %) и низкий уровень эмпатии (29 %). Незначительные показатели высокого уровня децентрации мы наблюдаем у юношей и девушек с высокой (6,5 %) и очень низкой эмпатией (6,5 %). Средние показатели децентрации присущи старшеклассникам среднеэмпатийным (65,2 %), а также низкоэмпатийным (34,8 %), и совсем децентрация отсутствует у девушек и юношей с высоким и очень низким уровнем

эмпатии. Низкий уровень децентрации был диагностирован у 52,3 % старшеклассников с низкой эмпатией, 38 % — средний показатель, высокий и очень низкий уровень децентрации продемонстрировали 4,8 % респондентов в каждой группе. Отсутствие децентрации мы наблюдаем по результатам проведенного исследования у старшеклассников со средним уровнем эмпатии (60,8 %), низким уровнем (30,4 %) и очень низким (8,7 %). Более наглядно данное распределение представлено на рисунке.



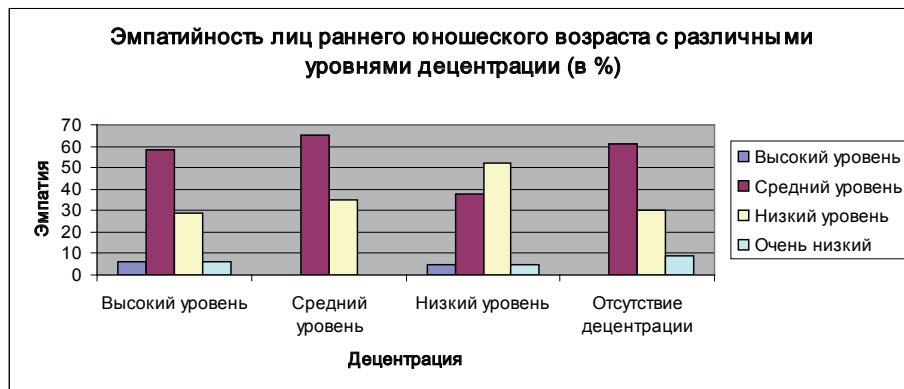


Рисунок – Эмпатийность лиц раннего юношеского возраста с различными уровнями децентрации (в %)

Результаты оценки связи (корреляции) между показателями эмпатийности и децентрации позволили установить наличие прямой положительной статистически значимой связи между децентрацией и эмпатией ( $r = 0,66$ ;  $p \leq 0,05$ ). С увеличением эмпатии увеличивается децентрация.

Подводя итог нашего исследования связи эмпатии с децентрацией в процессе межличностного познания другого в раннем юношеском возрасте, можно констатировать следующее:

1. Эмпатия и децентрация — два способа межличностного познания, один из которых обеспечивает эмоциональное отражение мира переживаний другого, а другой — понимание позиции партнера и содержит основания для согласования точек зрения и позиций в процессе общения.

2. Эмпатия достаточно тесно связана с децентрацией, из чего следует, что способность к сочувствию и взаимопомощи помогает понять позицию другого.

3. Полученные эмпирическим путем данные свидетельствуют о том, что ранняя

юность является периодом активного развития высших форм интеллектуальной деятельности и рефлексии у школьников. Даже невысокая степень эмпатийности позволяет партнерам в процессе общения оставаться достаточно объективными в восприятии позиции другого. Это подтверждается и нашими предыдущими исследованиями [8], которые показали, что способность к децентрации активно формируется в раннем юношеском возрасте.

Итак, главная особенность децентрации, по нашему мнению, заключается в принятии позиции другого, что позволяет воспринимать партнера как на эмоциональном так и когнитивном уровне. Недостаточный эмоциональный опыт способствует формированию главным образом перцептивной ориентации у лиц раннего юношеского возраста. Эмпатия является одним из основных факторов развития децентрации на этапе перехода от детства к взрослости, и играет исключительно важную роль в общем развитии личности, процессах ее самоактуализации, самоопределения, самореализации.

## Литература / References

- Журавльова, Л.П. Психологія емпатії: моногр. / Л.П. Журавльова. — Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. — 328 с.  
Zhuravlova L.P. Psihologija empatii: monografia / L.P. Zhuravlova. — Jitomer: Vid-vo JDU im. I. Franka, 2007. — 328 s.
- Пашукова, Т.И. Децентрация в условиях кооперативного и конкурентного взаимодействия: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Т.И. Пашукова; МГУ. — М., 1985. — 22 с.  
Pashukova, T.I. Decentracia v usloviah kooperativnogo vzaimodeistvia: avtoref. dis. ... kand. psyhol. nauk: 19.00.05 / T.I. Pashukova; MGU. — M., 1985. — 22 s.
- Бех, Д.І. Технологія інтимно-особистісного спілкування / Д.І. Бех // Педагогіка і психологія. — 2003. — № 1. — С. 17–29.  
Beh, D.I. Tehnologija intymno-osobistisnogo spilkuvann'a / D.I. Beh // Pedagogika i psihologia. — 2003. — № 1. — S. 17–29.
- Стукало, О.А. Комунікативні якості викладача як фактор удосконалення професійного спілкування / О.А. Стукало // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школі. — № 5. — 2009. — С. 324–328.  
Stukalo, O.A. Komunikativni yakosti vkladacha yak factor udoskonalinnya profisiinogo spilkuvann'a / O.A. Stukalo // Pedagogika formuvannya tvorchoyi osobistosti u vishchii i zagalnoosvitnii shkoli. — № 5. — 2009. — S. 324–328.
- Грабовська, С. Феномен «вимагаючої» поведінки: соціально-психологічний аналіз. [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <http://znc.com.ua/ukr/publ/periodic/shpp/2005/1/p084.php>.  
Grabovska, S. Fenomen «vimagajuchoji» povedinki: socialno-psihologichnij analiz. [Electronic resource]. — Mode of access: <http://znc.com.ua/ukr/publ/periodic/shpp/2005/1/p084.php>.

6. Доналдсон, М. Мыслительная деятельность детей / М. Доналдсон; под ред. В.И. Лубовского: пер. с англ. – М.: Педагогика, 1985. – 192 с.  
Donaldson, M. Mislitel'naja dejatel'nost' detej: Perevod s angl. / M. Donaldson; pod. red. V.I. Lubovskogo. – М.: Pedagogika, 1985. – 192 s.
7. Пиаже, Ж. Избранные психологические труды / Жан Пиаже: пер. с фр. и англ. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 680 с.  
Piage, J. Izbrannie psihologicheskie trudi / J. Piage: perevod s fr. i angl. – М.: Mejdunarodnaja pedagogičeskaja akademija, 1994. – 680 s.
8. Скороходько, К.В. Децентрація як механізм міжособистісного пізнання / К.В. Скороходько // Практична психологія та соціальна робота. – 2010. – №12. – С. 18–20.  
Skorohodko, K.V. Decentracia jak mehanizm mijosobistisnogo piznannia / K.V. Skorohodko // Praktichna psigologija ta socialna robota. – 2010. – №12. – S. 18–20.