



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
КАФЕДРА ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ И
ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**Взаимосвязь эмпатии и рефлексии в профессиональной деятельности
психолога**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психология и педагогика образования личности»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:
89 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
«10» 01 2024 г.
Зав. кафедрой ПППО и ПМ
Корнеева Н.Ю.

Выполнил:
Студент группы ЗФ-309-187-211
Пак Клавдия Николаевна

Научный руководитель:
д. филол. н., профессор,
Кожевников М.В.

Челябинск
2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМПАТИИ И РЕФЛЕКСИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА	
1.1 Комплексный подход к пониманию эмпатии и рефлексии как психологических явлений.....	11
1.2 Эмпатия и рефлексия как профессионально важные качества психолога	38
Выводы по 1 главе.....	45
ГЛАВА 2 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ВЗАИМОСВЯЗИ ЭМПАТИИ И РЕФЛЕКСИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА	47
2.1 Цель, задачи и методы исследования	47
2.2 Анализ результатов исследования эмпатии, рефлексии и личностных свойств у будущих психологов	50
2.3 Взаимосвязь эмпатии, рефлексии и личностных свойств студентов-психологов 1 и 4 курсов	57
Выводы по 2 главе.....	78
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	81
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	83

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В наше время профессия психолога является достаточно важной и востребованной. Специалисты в области психологии находят свое призвание в различных сферах труда, однако основным профессиональным направлением остается психологическое консультирование. В связи с растущей популярностью данного направления, растут и требования, предъявляемые психологу-консультанту. Причем не только касательно его компетенций, но и личностных характеристик, определяемых как профессионально-важные.

Несмотря на то, что исследователи предлагают разные сочетания данных качеств, большинство из них сходятся во мнении о том, что неотъемлемой чертой каждого специалиста-психолога является высокая способность к эмпатии. Тем не менее, в образовательном процессе по гуманитарным направлениям, не уделяется достаточное внимание эмпатии как необходимой профессиональной характеристике [51].

Наряду с эмпатией, отмечается чрезвычайная важность для психолога развитой рефлексии. Тем не менее, высокая рефлексия не всегда является положительной характеристикой [30], что безусловно сказывается на профессиональной деятельности. Исходя из этого, актуальность обусловлена тем, что исследование личностных особенностей будущих психологов на разных стадиях их профессионального становления позволит сформировать конкретные алгоритмы сопровождения, способствующие наиболее полному формированию и раскрытию профессионального потенциала.

Эмпатия в психологических исследованиях рассматривалась с различных позиций: как свойство личности (В.М. Вартамян, Т.П. Гаврилова, и др.) [18, 26], как социально-психологический механизм (А.А. Бодалев, К. Роджерс и др.) [10, 12] и как психический процесс (А.Э. Ахметзянова, И.М. Юсупов, G.T. Barrett-Lennard и др.) [5, 33, 35, 39]. Рефлексия, в свою очередь, также широко изучалась с социально-психологических позиций (Г.М.

Андреева, А.А. Бодалев и др.) [3, 12, 13], как личностное свойство (Н.И. Гуткина, В.В. Знаков, В.А. Петровский, И.Н. Семёнов, С.Ю. Степанов и др.) [37, 47] и как психический процесс (Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин и др.) [72]. Однако остается малоизученным взаимное влияние эмпатии и рефлексии друг на друга и на процессы общения и деятельности, в том числе и профессиональной.

В последние десятилетия наметилась тенденция изучения психологических аспектов деятельности, все это привело к активизации исследовательской работы в отношении социально значимых механизмов, проявляющихся в общении, таких как эмпатия (А.П. Василькова, 1998), (О.Ю. Богачева, 2014) и рефлексия (Л.Н. Молчанова, 2012). Результатом исследования эмпатии (О.Ю. Богачева, 2014; А.П. Василькова, 1998 и др.) стало определение её места в структуре профессионально значимых свойств личности психолога, динамики её развития в процессе подготовки в ВУЗе на психологическом факультете и возможности прогностической оценки данного свойства в целях профессионального отбора специалистов. Устанавливались взаимосвязи между эмпатией и уровнем интеллекта, эмпатией и общительностью. Рефлексия исследовалась как механизм ценностносмысловой регуляции состояния психического выгорания определенных специалистов (Л.Н. Молчанова, 2012).

В психологической науке проблема эмпатии, рефлексии и тем более личностных свойств изучена достаточно глубоко. Тем не менее, в контексте профессиональной деятельности психолога, а особенно на этапе освоения профессии данному вопросу не уделяется должного внимания. К основным подходам, отраженным в данной работе можно отнести интегративный подход к пониманию эмпатии И.М. Юсупова и дифференциальный подход к рефлексии Д.А. Леонтьева [30].

Уже на примере этого вида социономической деятельности обнаруживается **противоречие** между рассмотрением эмпатии и рефлексии как изолированных устойчивых свойств личности, с одной стороны, а, с

другой – исключительно как механизмов социальной перцепции. Между тем рефлексия и эмпатия в форме рефлексивности и эмпатичности как изолированных устойчивых свойств личности в силу их индивидуальной представленности не могут быть положены в основу психологически обусловленного профессионального общения, например, при профотборе. Необходимо рассматривать их в качестве психологических компонентов формирования коммуникативных навыков и компетенций в рамках общей психологии, что требует изучения их во взаимосвязи друг с другом.

Исходя из вышеизложенного, **проблемой** нашего исследования стало изучение эмпатии и рефлексии личности и установление их взаимосвязей на разных этапах подготовки студентов-психологов.

Исходя из вышеизложенного, мы выбрали следующую **тему** исследования: «Взаимосвязь эмпатии и рефлексии в профессиональной деятельности психолога».

Все вышесказанное обусловило выбор темы нашего исследования и определило **цель** исследования – выявить различия эмпатии, рефлексии и личностных свойств, а также их взаимосвязи на разных этапах подготовки студентов-психологов.

Объект исследования: эмпатия, рефлексия и личностные свойства студентов-психологов 1 и 4 курса.

Предмет исследования: характер взаимосвязи эмпатии, рефлексии и личностных свойств студентов-психологов 1 и 4 курса.

Гипотезы исследования:

1. При рассмотрении эмпатии и рефлексии в деятельности психолога между этими психологическими конструктами возможна тесная взаимосвязь
2. Эмпатия и рефлексия взаимосвязаны с определенными личностными свойствами студентов-психологов;
3. Существуют значимые различия в показателях эмпатии и рефлексии студентов-психологов 1 и 4 курса;

4. Существуют значимые различия в личностных свойствах студентов-психологов 1 и 4 курса.

В соответствии с целью и гипотезой исследования в работе решались следующие **задачи**:

1. Изучить эмпатию и рефлекссию как психологические явления в научной литературе;
2. Раскрыть важность эмпатии и рефлексии как профессионально важных качеств психолога;
3. Провести исследование эмпатии, рефлексии и личностных свойств у будущих психологов;
1. Установить взаимосвязь эмпатии, рефлексии и личностных свойств студентов-психологов 1 и 4 курсов.

Теоретико-методологической основой исследования явились Основными концепциями являются субъектно-деятельностный подход (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.) [19, 27], коммуникативный подход (А.А. Леонтьев, А.В. Брушлинский и др.), личностный подход (Б.Г. Ананьев, Д.А. Леонтьев и др.) [1, 2, 12], теория личности А.В. Петровского [45].

Частные концепции: интегративный подход к пониманию эмпатии (Н.И. Сарджвеладзе, И.М. Юсупов) [51, 135], структурно-динамическая модель эмпатии (Н.Н. Обозов) [30], коммуникативный подход к пониманию рефлексии (Г.М. Андреева, А.А. Бодалёв и др.) [3, 12], когнитивный или интеллектуальный подход к пониманию рефлексии (А.В. Брушлинский, Т.В. Корнилова, И.Н. Семёнов и др.) [15, 46].

Положения, выносимые на защиту:

1. Эмпатия личности в деятельности опосредуется развитием интеллекта, поскольку благодаря ее трехкомпонентной структуре происходит идентификация эмоциональных состояний, разграничение их друг от друга и, как следствие, понимание позиции другого человека, а также определение тактики дальнейшего взаимодействия с ним.

2.Рефлексия личности также опосредуется развитием интеллекта, формируется и развивается в процессе деятельности и характеризуется знанием о необходимой связи между объектом и воздействием на него. Она тесно связана с процессом мышления и направлена на осмысление и анализ собственного поведения и поведения партнера, определяет партнерские качества личности, является обратной связью, способствующей формированию стратегии поведения субъектов общения, их коррекции и понимания особенностей внутреннего мира друг друга.

3.Существуют значимые различия в показателях эмпатии и рефлексии студентов-психологов 1 и 4 курса. В исследовании было обнаружено, что рефлексия и эмпатия представляют собой тесно связанные процессы. Каждый курс обучения характеризуется как отдельный этап развития эмпатии и рефлексии. Однако данное развитие отличается неравномерностью: на первом курсе преобладает эмпатия, на втором курсе, напротив, рефлексия, к третьему курсу влияние данных характеристик выравнивается.

Научная новизна данного исследования заключается в том, что раскрыта роль эмпатии и рефлексии, когда кроме их традиционной роли в установлении контактов в межличностном взаимодействии, показано их значение в формировании самосознания и направленности личности в процессе профессиональной деятельности психолога.

Определены особенности эмпатии и рефлексии и личностных свойств личности студентов-психологов, которые одновременно поэтапно исследовались в данной работе.

Установлена взаимосвязь эмпатии, рефлексии и личностных свойств студентов-психологов 1 и 4 курсов.

Теоретическая значимость данной работы заключается в результате теоретического исследования установлено, что развитые эмпатия и рефлексия являются чрезвычайно значимыми для психологов характеристиками. Эмпатия и рефлексия личности являются условиями не

только эффективной с точки зрения установления контактов коммуникативной деятельности, но и развития направленности личности в процессе профессиональной деятельности, а также эффективного функционирования субъекта деятельности.

Данное исследование расширяет наши представления о взаимосвязи эмпатии, рефлексии и личностных свойств студентов-психологов.

Практическая значимость данной работы состоит в возможности использования полученных данных в стратегии и содержании образовательного и воспитательного процессов в гуманитарных вузах, а также в системе повышения квалификации и непрерывного психологического образования на основе дополнительно разработанных рекомендаций и специально ориентированных на личность субъектов психологической профессии, учебных циклов и занятий.

В ходе работы были использованы следующие научные **методы**: теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования, анализ, систематизация и обобщение данных, полученных при использовании тестирования.

Основным методом, используемым в данном исследовании, является тестирование. Диагностика эмпатии осуществлялась с использованием методики диагностики уровня поликоммуникативной эмпатии И.М. Юсупова. Для исследования рефлексии использовался опросник «Дифференциальный тип рефлексии» Д.А. Леонтьева, Е.М. Лаптевой, Е.Н. Осина и А.Ж. Салиховой. Определение личностных свойств осуществлялось «Пятифакторным опросником личности», адаптированным А.Б. Хромовым.

Математическая обработка осуществлялась с использованием параметрических критериев: t-критерия Стьюдента и коэффициента корреляции Пирсона.

Исследование проводилось на **базе** Профессиональное образовательное учреждение «Колледж предпринимательства и отраслевых технологий» (ПОУ «КПОТ») г. Челябинск. Эмпирическую выборку исследования

составили - 86 студентов: 52 студента первого курса и 34 четвертого. Выбор испытуемых осуществлялся в связи с заявленной целью исследования, то есть студенты на начальном этапе освоения психологической профессии (1 курс) и завершающие основную образовательную программу (4 курс).

Этапы исследования.

В осуществлении исследования можно выделить 3 этапа.

Первый этап – поисково-аналитический (2021 гг.). В течение данного этапа осуществляется анализ теоретических источников с целью установления степени научной разработки исследуемой проблемы, составление программы исследования, определение исходных параметров, методологии и методов, понятийного аппарата.

Второй этап – экспериментальный (2022-2023 гг.), включающий разработку и реализацию мероприятий, направленных на исследование эмпатии, рефлексии и личностных свойств у будущих психологов; обработку, установление взаимосвязи эмпатии, рефлексии и личностных свойств студентов-психологов 1 и 4 курсов, проверку и систематизацию полученных результатов.

Третий этап – заключительно-обобщающий (2023 г.). Предполагает анализ, обобщение и систематизацию результатов опытно-экспериментальной работы; оформление материалов диссертационного исследования.

Апробация результатов исследования.

Результаты исследования представлены на научно-практических конференциях, проходящих в Профессионально-педагогическом институте Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета: Международных научно-практических конференциях «Инновационные тенденции модернизации педагогического образования в условиях глобализации» (2022 г.) и «Профессия, что всем дает начало: роль педагога в современном образовании» 2023 г.).

По проблеме исследования опубликовано 2 статьи.

Структура работы: магистерская диссертация состоит из введения, основной части, включающей в себя две главы, выводов по главам, заключения, списка использованных источников.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМПАТИИ И РЕФЛЕКСИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА

1.1 Комплексный подход к пониманию эмпатии и рефлексии как психологических явлений

Отечественная психология последних десятилетий рассматривает эмпатию и рефлексии личности с различных позиций и взглядов, поэтому в контексте личностного подхода необходимо уточнить его методологию.

В.В. Козлов выделил основные принципы современной методологии исследования личности [62]:

1. Принцип целостности заключается в понимании личности как сложной, открытой, многокомпонентной системы, способной поддерживать гомеостаз и адаптироваться к новой среде, саморазвивающейся и генерирующей новые структуры и подсистемы в соответствии со сложившейся ситуацией и новыми условиями существования.

2. Генетический принцип или принцип развития выражается в том, что личность имеет множество потенциальных направлений своего развития, определяющихся в критических точках или точках кризиса, в которых она делает свой выбор в отношении дальнейшего пути.

3. Принцип обусловленности подразумевает существование не только линейных причинно-следственных связей, но и акаузальных взаимосвязей как внутри психики, так и между событиями внешнего мира.

4. Принцип позитивности выражается в необязательности страдания для того, чтобы жить в соответствии со своими потребностями и способствует формированию установки на преодоления кризиса.

5. Принцип соотнесенности заключается в необходимости соотнесения своих действий с уровнем психологических возможностей индивида в кризисном состоянии.

6. Принцип потенциальности подразумевает раскрытие потенциала личности ее возможностей для дальнейшего развития.

7. Принцип многомерности истины отражает высокую динамичность индивидуальной психологической реальности и межличностных отношений, их изменчивость и развитие, т.е. любое объяснение и понимание индивидуальной психической реальности, а также социально-психологических закономерностей групп и сообществ, всегда будет неполным, а значит и неистинным.

Наряду с представлением о личности в современной психологии, используется понятие субъектной реальности. Субъектной реальностью является индивидуальное и уникальное восприятие – представление о внутренней и внешней реальности, формирующееся в процессе социализации и являющееся интегративным образованием, определяющим эмоциональные, когнитивные и поведенческие особенности реагирования индивида на стимульное содержание внутренней и внешней среды. Субъектность обеспечивает базовое свойство личности быть субъектом активности, наполнять субъектную реальность смыслом, отношением и переживанием, проявляясь в витальности, деятельности, общении, самосознании как тенденции к самовоспроизводству и саморазвитию личности перед миром и собой [43]. Субъектом является индивид или группа как источник познания и преобразования действительности, носитель активности, осуществляющий изменение в других людях и в себе самом. Действия субъекта фактически всегда являются актами и процессами взаимодействия с объектом. Условием формирования и развития субъекта является деятельность. И здесь на первый план выходит категория общения.

Для общей психологии важное значение имеет изучение роли общения в формировании и развитии индивидуального сознания, различных форм и уровней психического отражения, в психическом развитии субъекта и склада его личности, особенно анализ того, как он овладевает исторически сложившимися средствами и способами общения и какое влияние оно

оказывает на психические процессы, состояния и свойства. Общение выступает как специфическая форма взаимодействия субъектов. Однако речь идет не просто о действии, не просто о воздействии одного субъекта на другого (хотя этот момент и не исключается) [15, 41, 30].

Проблеме общения посвящены исследования (Б.Ф. Ломов, А.А. Бодалев, Н.Н. Обозов, Е.П. Ильин, Н.С. Ефимова и др.) [11, 12, 13], которые не только раскрывают его основные стороны и функции, но и выявляют его взаимосвязь с деятельностью (А.Н. Леонтьев, Г.М. Андреева) [3, 49]. Успешность деятельности зависит от общения, а оно, в свою очередь, предполагает реализацию важнейших механизмов межличностного восприятия, ведущими из которых являются эмпатия и рефлексия. Эмпатия в исследованиях рассмотрена с разных позиций: с позиции теории децентрации Ж. Пиаже [13], интегративного и комплексного подхода к ее пониманию (Н.И. Сарджвеладзе, И.М. Юсупов) [11, 35], с позиции построения ее структурно-динамической модели (Н.Н. Обозов) [50]. Рефлексия также изучается с разных сторон: с позиции коммуникативного подхода к ее пониманию (Г.М. Андреева, А.А. Бодалёв и др.) [3, 13], когнитивного или интеллектуального подхода (А.В. Брушлинский, И.Н. Семёнов, М.К. Тутушкина и др.) [15, 12, 18].

Вопрос о связи общения и деятельности является основным. Методологический принцип раскрытия этой взаимосвязи заключается в идее единства общения и деятельности. Исходя из него, под общением понимается реальность человеческих взаимоотношений, предполагающая любые формы совместной деятельности людей. Общение и деятельность рассматриваются как две стороны социального бытия человека; в других случаях общение понимается как элемент или особый вид деятельности, а деятельность – условие общения. Общение также может выступить в роли предпосылки, условия, внешнего или внутреннего фактора деятельности, и наоборот [3, 33, 36, 49, 50].

Структура общения представляет собой единство трех его сторон: перцептивной, предполагающей восприятие и понимание партнерами друг друга в процессе общения; коммуникативной, обеспечивающей обмен информацией между субъектами общения; интерактивной, обеспечивающей взаимодействие общающихся субъектов, сюда относятся позиции, стили, стратегии, которые используют партнеры по общению [14, 49].

Ведущий компонент общения – межличностное познание. Именно от него зависит во многом успешность решения задач, поставленных субъектами общения в процессе взаимодействия друг с другом. Межличностное познание играет ведущую роль в социомических профессиях [13, 32, 33]. В случае общения объектом познаваемой реальности является другой человек. При этом межличностное познание рассматривается с одной стороны, как отражение в сознании взаимодействующих субъектов целей, мотивов, эмоций, установок друг друга, а с другой – как принятие этих целей, позволяющих устанавливать взаимоотношения. Поэтому в общении целесообразно говорить не вообще о социальной перцепции, а о межличностной перцепции или восприятии [36]. Наиболее распространенными механизмами межличностного восприятия являются идентификация, эмпатия, децентрация, рефлексия, аттракция, каузальная атрибуция. Децентрация – психологический механизм учета и координации индивидом точек зрения других людей со своей собственной. Идентификация представляет собой такой способ познания другого, при котором предположение о его внутреннем состоянии строится на основе попытки поставить себя на его место. Аттракция – это возникновение при восприятии одного человека другим его привлекательности для субъекта восприятия. Каузальная атрибуция – это универсальный механизм интерпретации мотивов и причин поступков другого человека [13, 45]. Содержание понятий эмпатии и рефлексии будут рассмотрены более подробно.

Понятие «эмпатия» впервые было введено в психологическую терминологию Э. Титченером в 1909 году и происходит от греческого «*empathia*» (*em* – «в», *pathos* – «страсть, сильное чувство, страдание»), что означает сопереживание. Однако сегодня эмпатия имеет гораздо больше оттенков значения и смыслов, которые представлены в разных философских и психологических научных школах [30].

Изначально эмпатия трактовалась исключительно как эмоциональный процесс, содержащий в себе только аффективный компонент. В этом случае эмпатию определяли, как эмоциональное переживанием в ответ на эмоциональное состояние другого субъекта общения. Однако в последнее время появилась тенденция рассматривать эмпатию как системное образование, например, Л.П. Выговская выделила три взаимодействующих компонента: когнитивный (мыслительные операции); аффективный (эмоциональные реакции); конативный (действенный) (моторные реакции). По мнению N. Feshach «именно когнитивный компонент является предпосылкой возникновения эмпатии, он заключается в умении идентифицировать эмоциональные состояние других людей, отделять одно эмоциональное состояние от другого и способность принять роль другого человека, все это отражает высокий уровень развития когнитивных способностей» [6, 23, 30].

Все вышеперечисленные компоненты составляют структурно-динамическую модель эмпатии, которую предложил Н.Н. Обозов, они же являются формами эмпатии (когнитивной, эмоциональной и действенной) (рисунок. 1) и располагаются от простейшей до высшей формы. «Основу эмпатии, возникающей и формирующейся в общении людей, составляет механизм осознанной и неосознанной идентификации, выступающий результатом сравнения субъектом общения себя, своей личности и поведения с другими субъектами». Однако в то же время эмпатия может носить избирательный характер [41, 90].

С точки зрения культурно-исторической теории о высших психических функциях Л.С. Выготского, эмпатия опосредуется развитием интеллекта, в том числе и эмоционального, а также становлением поведения [25].

Анализируя существующие трактовки термина в отечественной и зарубежной психологии, Т.П. Гаврилова выделяет четыре наиболее часто встречающиеся;

- 1) эмпатия как понимание чувств, потребностей другого;
- 2) эмпатия как вчувствование в событие, объект искусства, природу;
- 3) эмпатия как аффективная связь с другими, разделение состояния другого или группы;
- 4) эмпатия как свойство психотерапевта.

В первых трех определениях эмпатию рассматривают как процесс, а в четвертом – как свойство». Т.П. Гаврилова и Ю.А. Менджерицкая описали механизмы эмпатии и выстроили их возникновение в онтогенезе: «сначала возникают эмоциональное подражание и заражение, затем присоединяются идентификация, понимание эмоций других и рефлексия.

Эмоциональное подражание и заражение являются необходимым условием для установления контакта с окружающими, они выступают предпосылкой для эмоционального обмена и формирования поведенческого репертуара, а также для восприятия и умения отражать экспрессивные особенности поведения другого. Идентификация обеспечивает эмоциональную связь между субъектом и воспринимаемым объектом, что позволяет принимать ценности и нормы другого человека как свои» [26, 30, 34].



Рисунок 1 - Иерархическая структурно-динамическая модель эмпатии
(по Н.Н. Обозову)

Эмпатия, совместно с другими социально-психологическими механизмами (децентрацией, рефлексией, идентификацией), аккумулирует в себе способность личности переживать чувства другого субъекта общения и является выражением психологического принятия его. С позиции А.А. Бодалева, «возможность возникновения эмпатии при межличностном контакте между субъектами общения зависит от оценочно-познавательного итога данного взаимодействия». Децентрация и рефлексия определяют ход и результаты познания человеком самого себя и других субъектов общения, а также оказывают влияние на поведение субъектов во время межличностного взаимодействия. Они определяют будет ли у субъектов общения возникать

чувство эмпатии по отношению друг к другу, т.к. это влияет на дальнейшее течение процесса межличностного взаимодействия, порождая у его участников идентификацию [4, 12, 41]. Все эти процессы, выстраиваясь в единую цепочку, в конечном итоге формируют механизмы эмпатии на интраиндивидуальном уровне личности.

С позиции Н.И. Сарджвеладзе, «эмпатия является особым психическим актом, целостным образованием когнитивных, эмоциональных и моторных компонентов, которое включено в качестве особой формы в социальное взаимодействие» [14, 21]. Главными ее механизмами он считает заражение и идентификацию. Помимо этого, Н.И. Сарджвеладзе выделяет проекцию и интроекцию в качестве составных частей механизма идентификации. Он подчеркивает, что «адекватное отражение человеком внутреннего мира другого субъекта обуславливается балансом проекции и интроекции». Н.И. Сарджвеладзе понимает проекцию как «перенесение личностью своих свойств, устремлений, побуждений и чувств на других людей, в связи с этим, он выделяет две ее формы, характерные для начального этапа идентификации». Первой формой является проекция собственного «Я» индивида. Вторая форма представляет собой уподобление индивидуальных свойств и психологических состояний, субъектов ранее возникшим у них идеалам, образам, взглядам. Эти формы проекции очень важны, однако сами по себе они не являются процессом эмпатии, потому что в эмпатическом взаимодействии, кроме проецирования, имеет место интроекция образа или состояния другого. Интроекция, в данном случае, понимается как присваивание человеком себе качеств, потребностей и чувств, создание внутренней схемы личностных свойств и психологических состояний других субъектов общения, участвующих в процессе взаимодействия. Результатом ее выступают определенные изменения и корректировки первичного образа другого, сформировавшегося в процессе проекции. Идентификация, имеющая большое значение в эмпатическом процессе, образуется от совместного взаимодействия проекции и интроекции [14, 21].

В.М. Вартанян считает эмпатию «перцептивно-рефлекторной способностью, определяющей возможность проникновения субъекта общения в индивидуальное своеобразие личности объекта общения и понимание при этом самого себя». Она полагает, что индивидуально-психологические свойства (например, высокий деловой статус) личности оказывают влияние на эмпатию, способствуя повышению ее уровня. В.М. Вартанян выделяет функции эмпатии: способность к созданию условий для продуктивного межличностного взаимодействия, обеспечение морально-нравственного роста личности, и приобретение ею коммуникативной компетентности, уменьшение эффекта искажения восприятия другого субъекта общения, рождаемого атрибутивными процессами, и сопровождаемого формированием более точного первого впечатления [18, 41].

Психологическую структуру эмпатии (как процесса) в своем исследовании А.Э. Ахметзянова определила следующим образом: «на основе ориентации на эмоциональное состояние другого человека, т. е. испытывание сходного с ним чувства, происходит оказание ему поддержки с использованием различных средств коммуникации». Она выделила механизмы эмпатии, которыми являются децентрация, интерпретация, эмоциональное заражение и идентификация, реализующиеся на разных уровнях эмпатийного реагирования [5, 41].

В зарубежной психологии понятие «эмпатия» отмечено К. Роджерсом в контексте психотерапевтической работы консультанта с клиентом. Эмпатия у него трактуется как первая по важности в триаде необходимых условий для личностного роста, а также важнейший процесс в терапии, и «практическая философия» любых развивающихся человеческих отношений – «способ бытия» с Другим. Он и его последователи отмечают моменты, составляющие основу представлений об эмпатии: «эмпатия – процесс, включающий чувствительность к состоянию другого, сопереживание, разделение чувств, осмысление, когнитивное переструктурирование материала эмоциональных

явлений, установку, мотивирующую на помощь другому, особую заботу и действие». «Эмпатия способствует установлению контакта клиента с терапевтом и формированию доверия в терапевтических отношениях» [17, 28, 41].

Два типа эмпатии выделяет П. Фресс. «Первый возникает в том случае если ситуация вызывает у одного, а затем у нескольких индивидов одинаковую реакцию страха, гнева или радости. Второй тип более специфичен и проявляется в том, что эмоции овладевают человеком, хотя ситуация его не затрагивает. Все, что облегчает идентификацию усиливает заразительность эмоций, в том числе и типичные или видотипичные схемы внешнего выражения определенных переживаний. Типичные схемы могут быть заученными, социализированными способами проявления чувств, подлежащих произвольному контролю. Однако механизм заражения не обеспечивает адекватность эмпатического реагирования и оправдывает себя только в случае незрелости более сложных форм эмпатии, как, например, у маленьких детей. У них имеют место сравнительно простые и ярко выраженные эмоции, внешне подобные эмоциям переживающего. Эмпатические реакции обладают свойством избирательности, чаще всего их вызывают близкие родственники или хорошо знакомые люди, то есть те, к кому есть нежная привязанность или любовь. В связи с этим он отметил, что люди помогают чаще и охотнее тем, кто больше всего на них похож или больше всего от них зависим. Это значит, что существуют факторы, облегчающие возникновение эмпатического реагирования и синхронизацию чувств и отношений». П. Фресс предположил существование закономерности соответствия силы выражения переживания индивида силе вовлечения окружающих в эмоциональное соучастие [44].

Все виды межличностного общения являются базовой социальнопсихологической средой, в которой эмпатия зарождается, развивается проявляется. Роль эмпатии в коммуникации заключается в предоставлении особого способа получения, обработки и проверки

достоверности информации, основанного на вчувствовании. Эмпатия влияет на сбор и анализ информации о субъекте общения, мотивируя индивида на её получение с целью усиления собственной вовлеченности в процесс общения и действует в качестве обратной связи на уже собранную информацию. В интеракции эмпатия выступает регулятором межличностного взаимодействия, обеспечивая оценки и прогноз наиболее адекватных способов поведения в соответствии с эмоциональным состоянием участников общения. Эмпатия корректирует выбранные способы взаимодействия на основе обратной связи в сторону наиболее комфортных и наименее дистрессирующих [7, 21, 30, 40].

Таким образом, на основании всего вышеизложенного, можно сделать вывод об обилии и разнообразии трактовок понятия эмпатии и ее механизмов. Большинство исследователей (Л.П. Выговская, N. Feshach, Н.Н. Обозов, Н.И. Сарджвеладзе, И.М. Юсупов, А.Э. Ахметзянова и др.) признается трёхкомпонентная структура эмпатии, которая ложится в основу ее структурнодинамической модели. В то же время каждый автор дает свое определение эмпатии, выдвигая на первый план те составляющие, которые он считает главными. В свою очередь, Т.П. Гаврилова, анализируя трактовки данного термина в отечественной и зарубежной психологии, пришла к выводу, что в одних исследованиях эмпатия трактуется как процесс, в других – как свойство личности. В своих исследованиях Л.С. Выготский и N. Feshach объясняют генез эмпатии с позиции уровня развития интеллекта, иными словами высокий уровень когнитивного функционирования отражает высокий уровень эмпатии. Разногласия между авторами встречаются в объяснении механизмов эмпатии, Н.И. Сарджвеладзе, Т.П. Гаврилова и Ю.А. Менджеричка считают главными механизмами эмпатии заражение и идентификацию, А.Э. Ахметзянова – интерпретацию, идентификацию, децентрацию и эмоциональное заражение, в свою очередь, И.М. Юсупов предлагает термин эмпатийное понимание и выделяет четыре процесса эмпатии. Подытожив все вышеизложенное, можно сделать вывод о том, что

эмпатия является процессом, который опосредуется развитием интеллекта, является целостным образованием когнитивных, эмоциональных и моторных компонентов и включает в себя чувствительность к состоянию другого человека, сопереживание и разделение его чувств, осмысление, когнитивное переструктурирование материала эмоциональных явлений, установку, мотивирующую на помощь другому, особую заботу и действие.

Проблематика феномена рефлексии активно исследуется на протяжении последних десятилетий [4, 22, 39, 44]. В развитии представлений о рефлексии можно выделить две линии. Первая линия ориентирована на естественнонаучный подход, отрицающий понятие рефлексии как излишний для объяснения психических явлений конструкт. А. Буземан выделил психологию рефлексии, как отдельную область психологической науки. Согласно его определению, «рефлексия – это любое перенесение переживания с внешнего мира на самого себя». Гуманистическая и когнитивная психология не отказываются от понятия рефлексии, но редко используют его как объяснительное понятие. С точки зрения Ж. Пиаже, «рефлексия – логический процесс, характеризующийся знанием о необходимой связи между объектом и воздействием на него, который в дальнейшем концептуализируется в понятие». Другая линия изучения рефлексии характерна для отечественной психологии. «Рефлексия в данном случае выступает как объяснительный принцип развития самосознания и психики в целом». Подчеркиваются связи рефлексии с мышлением, оно является её необходимым компонентом и само становится её объектом [2, 24, 53].

В современной психологии отсутствует однозначная трактовка понятия рефлексия, в виду наличия большого объема методологического содержания, ее многофункциональности, богатого спектра свойств и признаков, которые сложно объединить в одном понятии. Проанализировав исследовательские работы по психологии можно выделить ряд наиболее важных аспектов в понимании рефлексии. «Рефлексия в теоретическом и концептуальном плане

выступает как форма активного переосмысления человеком тех или иных содержаний индивидуального сознания, деятельности, общения». В практическом смысле она является составной частью развитого интеллекта и рассматривается как способность субъекта к самоанализу и переосмыслению своих социальнопредметных отношений с окружающим миром.

Рефлексия соотносится с самосознанием личности и направлена на раскрытие содержания собственного внутреннего мира. «Рефлексия как метакогнитивный процесс раскрывается как принцип человеческого мышления, направленный на осмысление и осознание собственных форм и предпосылок, критический анализ содержания, методов и результатов познания, или как способность думать об основаниях собственного мышления». А.Н. Леонтьев считает, что «рефлексия является механизмом, связывающим смыслы личности субъекта и операционально-предметную сторону его мышления». Б.Ф. Ломов и С.В. Кондратьева считают, что в «сфере человеческой личности рефлексия охватывает процессы коммуникации, самосознания и самоосмысления, а также она определяет качества личности, определяющие взаимодействие партнеров по общению (проницательность, отзывчивость, терпимость и др.)» [24, 30].

И.Н. Семенов и С.Ю. Степанов выделили четыре типа рефлексии: кооперативную, коммуникативную, личностную, интеллектуальную. Кооперативная рефлексия отвечает за обеспечение согласованной совместной деятельности субъектов общения. Коммуникативная, в свою очередь, является основой для продуктивного межличностного взаимодействия и понимается как процесс отражения одним человеком внутреннего мира другого человека, а также осознанием того, как индивид воспринимается другим субъектом общения. Она выполняет ряд функций – познавательную, регулятивную и функцию развития, которые выражаются в смене представлений о другом субъекте на более адекватные для данной ситуации. Личностная рефлексия позволяет понять свой внутренний мир. Она осуществляется в несколько этапов: «первый этап – переживание тупика

и осмысление задачи, ситуации как не решаемой; второй этап – апробирование личностных стереотипов (шаблонов действия) и их дискредитация; третий этап – переосмысление личностных стереотипов, проблемно-конфликтной ситуации и самого себя в ней заново». Процесс переосмысления выражается в изменении отношения субъекта к самому себе и к собственному «я», он реализуется в виде соответствующих поступков и в изменении отношения субъекта к своим знаниям и умениям. При этом конфликт не подавляется, а обостряется и приводит к мобилизации ресурсов «я» для достижения решения задачи. С помощью интеллектуальной рефлексии происходит соотнесение собственных действий и конкретной ситуации. Она рассматривается преимущественно в связи с проблемами организации когнитивных процессов переработки информации и разработки средств обучения решению типовых задач [18, 23, 34].

В работах А.А. Бодалева выделены следующие виды рефлексии: «социальноперцептивная рефлексия, направленная на переосмысление субъектом своих собственных представлений о человеке; личностная рефлексия, способствующая общению и взаимодействию субъекта и других людей; коммуникативная рефлексия, состоящая в представлении субъекта о том, как его оценивают и воспринимают окружающие люди; метарефлексия, заключающаяся в представлении человека о самом себе» [10].

Роль и функционирование рефлексии в процессах переработки информации, заключается в представлении в сознании человека форм и механизмов произвольного контроля над генерацией новой информации и развития, и функционирования этой генерации. В.Я. Буторин классифицирует рефлексию по «временному» параметру, выделяя три формы: ретроспективную, ситуативную или актуальную и перспективную. Ретроспективная рефлексия способствует анализу своей выполненной деятельности и уже случившихся событий. Перспективная рефлексия обеспечивает планирование субъектом своего будущего. Ситуативная рефлексия заключается в способности осознавать себя и свое состояние

«здесь и сейчас», осмысливая и анализируя при этом текущую ситуацию. Для этого субъект должен соотносить свои действия и координировать их согласно меняющимся условиям и собственным состояниям [16, 45].

«Рефлексия – это механизм отражения личностных смыслов и принципов действий посредством установления связей между конкретной ситуацией и мировоззрением личности, лежащий в основе самоконтроля и саморегуляции личности в общении и в деятельности». Такой позиции придерживается М.К. Тутушкина и поэтому выделяет две формы рефлексии – предметную и социально-психологическую. Социально-психологическая рефлексия помогает разобраться почему возникла данная ситуация, а предметная, в свою очередь, позволяет принять решение, как следует действовать, для разрешения этой ситуации. Она выделяет две функции рефлексии – конструктивную и контрольную. С позиции конструктивной функции рефлексия является процессом поиска и установления взаимосвязей между существующей ситуацией и мировоззрением личности в данной области. С позиции контрольной функции рефлексия – это процесс налаживания, проверки и использования связей между существующей ситуацией и мировоззрением личности в данной области [12].

Три вида рефлексии выделил А.В. Карпов: ситуативную, ретроспективную и перспективную. Ситуативная рефлексия обеспечивает самоконтроль поведения человека в актуальной ситуации и анализ происходящего, а также координацию своих действий в соответствии с изменяющимися условиями и собственным состоянием. В поведении этот вид рефлексии проявляется время анализа субъектом своей текущей деятельности. Ретроспективная рефлексия проявляется в склонности к анализу уже свершившихся событий. В этом случае предметами рефлексии являются предпосылки, мотивы и причины произошедшего, а также его результативные параметры (допущенные ошибки). Данный вид рефлексии выражается, во времени и скорости анализа субъектом произошедших события. Перспективная рефлексия заключается в анализе предстоящей

деятельности и ее планирования, а также прогнозирования вероятных исходов и др. Ее основными поведенческими характеристиками являются тщательность планирования деталей своего поведения, частота обращения к будущим событиям и ориентация на будущее. Также были выделены четыре уровня рефлексии, в зависимости от степени сложности рефлектируемого содержания: «первый уровень включает оценку личностью актуальной ситуации (своего поведения и поведения другого человека); второй уровень предполагает построение субъектом суждения о чувствах другого человека в той же ситуации; третий уровень включает представление мыслей другого человека о том, как он воспринимается субъектом, а также представление о том, как другой человек воспринимает мнение субъекта о самом себе; четвертый уровень заключает в себе представление о восприятии другим человеком мнения субъекта по поводу мыслей другого о поведении субъекта в той или иной ситуации» [50, 51, 52].

В ходе своих экспериментов Н.И. Гуткина выделила следующие виды рефлексии: «логическую рефлексия, происходящую в области мышления, предметом которой является деятельность индивида; личностную рефлексия, наблюдающуюся в аффективной сфере личности и связанную с развитием самосознания человека; межличностную рефлексия, возникающую по отношению к другим людям и направленную на изучение межличностной коммуникации» [37].

«Рефлексия в общении» как сложную систему взаимоотношений, возникающих и формирующихся в ходе межличностного взаимодействия, описывает Е.В. Лушпаева. Она выделяет в этой структуре рефлексии несколько компонентов: «лично-коммуникативную рефлексия (рефлексия «Я»), социально-перцептивную рефлексия (рефлексия другого «Я») и рефлексия ситуации, то есть взаимодействия с личностью другого человека» [46].

Наиболее развернуто, на наш взгляд, механизмы интраиндивидуального уровня рефлексии раскрыты в дифференциальной модели рефлексии,

предложенной Д.А. Леонтьевым и соавторами, в основе которой лежит идея о том, что понятие «рефлексия» содержит в себе два принципиальных момента: механизм произвольного манипулирования идеальными содержаниями в умственном плане, основанный на переживании дистанции между своим сознанием и его интенциональным объектом, и направленность этого процесса на самого себя как на объект рефлексии. Именно благодаря единству данных аспектов формируется полноценное рефлексивное отношение [12, 17].

Д.А. Леонтьевым и соавторами были предложены три качественно специфические формы рефлексии: интроспекция (самокопание), связанная с сосредоточенностью на собственных переживаниях и состояниях; системная рефлексия, связанная с самодетерминированием и самодистанцированием, позволяющая одновременно охватить полюс субъекта и объекта; квазирефлексия, направленная на объект, не имеющий отношения к актуальной жизненной ситуации, и происходящая в отрыве от актуального бытия в мире (уход в посторонние размышления о прошлом, будущем и т.д.). Данным формам рефлексии противопоставляется арефлексия как отсутствие самоконтроля, сосредоточенность на внешнем интенциональном объекте деятельности [32, 39].

Системная рефлексия является наиболее адаптивной, так как только она связана с механизмом самодетерминации. Интроспекция в такой же мере односторонняя, как и арефлексия, и, как следует, в ситуациях практической деятельности интроспективная «ориентация на состояние» проигрывает арефлексивной «ориентации на действие», хотя в контексте психотерапии она может быть весьма продуктивна. Квазирефлексия, являющаяся формой психологической защиты через уход от неприятной ситуации в резонерские спекуляции и беспочвенные фантазии. Системная рефлексия оказывается наиболее объемной и многогранной, именно она позволяет видеть как саму ситуацию взаимодействия во всех ее аспектах,

включая и полюс субъекта, и полюс объекта, так и альтернативные возможности [32, 41].

Таким образом, на основании всего вышеизложенного, можно сделать вывод об обилии и разнообразии трактовок понятия рефлексия и ее механизмов. Существует две точки зрения на определение рефлексии, согласно первой – рефлексия является механизмом отражения личностных смыслов (А.Н. Леонтьев, М.К. Тутушкина), согласно второй – логическим процессом (Ж. Пиаже). Д.А. Леонтьев, в свою очередь, определяет рефлексия в единстве двух аспектов: механизме произвольного манипулирования идеальными содержаниями в умственном плане и направленностью этого процесса на самого себя как на объект рефлексии. Каждый из авторов предложил свои формы рефлексии, однако систематизировав информацию, можно выделить несколько общих направлений рефлексии: на себя; на партнера по общению; на ситуацию. Подытожив, можно сделать следующие выводы, что рефлексия является высшим психическим процессом личности, который опосредуется развитием интеллекта и характеризуется знанием о необходимой связи между объектом и воздействием на него. Она тесно связана с процессом мышления и направлена на осмысление и анализ собственного поведения. Также она выступает определяет качества личности, которые играющие важнейшую роль в межличностном взаимодействии, такие как проницательность, отзывчивость, терпимость, принятие и понимание других людей.

Изложенный выше материал можно представить в виде схемы (рисунок 2).



Рисунок 2 - Роль эмпатии и рефлексии личности в общении и деятельности

Данная схема также показывает, что такие психические механизмы, как эмпатия и рефлексия, проявляются в общении в каждой из сторон и в реализации всех его функций. Вместе с тем, они опосредуются развитием интеллекта, в связи с этим можно говорить о них как о способностях личности, которые формируются и развиваются в процессе деятельности. Общение и деятельность взаимосвязаны: общение – элемент деятельности, в свою очередь, деятельность – это условие общения. Именно поэтому, успешность взаимодействия субъектов социономических профессий зависит от построения эффективных коммуникаций, ведущую роль в развитии которых играют процессы межличностного восприятия, такие как эмпатия и рефлексия.

Основная идея комплексного подхода заключается в необходимости целостного изучения личности как системы, каждый элемент которой находится во взаимосвязи и взаимозависимости друг с другом. Поэтому как выделение, так и изучение каких-либо элементов по отдельности становится возможным лишь в абстракции. Согласно данному подходу, высшая конкретная форма органической целостности – человеческая личность, а стержень ее функционирования – индивидуальное свободное сознание [52].

Комплексный подход заключается в понимании психики как единой системы, несущей отражательную, регуляторную и коммуникативную функцию [22, 33, 34]. Его стратегией является постижение природы человека через сопровождаемое критической рефлексией интегрирование, синтез различных традиций, подходов, логик, диагностического и психотехнического инструментария, при сохранении их автономии в последующем развитии. Суть его заключается в многоплоскостном, многомерном, многоуровневом, разновекторном анализе, создающем возможность качественно иного исследования, предполагающего включение в плоскость анализа аспектов множественности, диалогичности, многомерности психического феномена [42].

Результатом интеграции всей внутренней психической реальности является субъект. Личность, в свою очередь является инструментом субъекта. Акты действия и познания предполагают наличие у субъекта активности и сознания, без которых невозможно целенаправленное действие и осознанное отражение. В процессе взаимодействия субъект и объект изменяются, следовательно, изменяются и отношения между ними. Субъект не только познает, но и познается. Таким образом, можно сказать, что субъект – это действующий и испытывающий воздействия, познающий и познаваемый человек, носитель активного познания [27]. Деятельность – условие формирования и развития субъекта, а также условие общения.

В общении выделяются три основные функции: информационнокоммуникативная, регуляционно-коммуникативная и аффективнокоммуникативная функции общения. Информационно-коммуникативная функция общения заключается в любом виде обмена информацией между субъектами общения. Обмен информацией в общении имеет свою специфику. Во-первых, каждая сторона общения является активным субъектом. Во-вторых, обмен информацией предполагает взаимодействие мыслей, чувств и поведения субъектов общения. В-третьих,

субъекты должны обладать единой или сходной системой декодификации сообщений.

Регуляционно-коммуникативная (интерактивная) функция общения заключается в регуляции поведения и организации совместной деятельности личностей в процессе их взаимодействия. В процессе общения как межличностном взаимодействии субъект может воздействовать на мотивы, цели, программы принятия решений, на выполнение и контроль действий, т. е. на все составляющие деятельности своего партнера, включая взаимную стимуляцию и коррекцию поведения. Аффективно-коммуникативная функция общения связана с регуляцией эмоциональной сферы человека. Общение является важнейшей детерминантой эмоциональных состояний человека. Весь спектр человеческих эмоций возникает и развивается в условиях общения людей, в результате чего происходит либо сближение субъектов, либо их поляризация, т.е. взаимное усиление или ослабление [13, 37].

В общении каждый из партнеров «продуцирует» процессы эмпатии и рефлексии, исходя из присущих ему индивидуально-психологических особенностей (свойств темперамента, интеллекта и пр.). С другой стороны, процессы рефлексии и эмпатии, будучи регулярно переживаемыми личностью в общении и деятельности, закрепляясь в форме состояний, могут переходить в её личностные свойства.

Анализ данных конструкторов приобретает особую актуальность, когда мы ставим своей целью рассмотреть их генезис в личности субъектов социомических профессий, акцентируя внимание на том, что личность является основным инструментом деятельности и, главным образом, ее направленность и особенно в социомических профессиях.

Одна из линий исследования эмпатии раскрывает её как определенную способность субъекта. Согласно бихевиористской и когнитивистской традиции, такие способности, как эмоциональное подражание и заражение, служат для установления контакта с окружающими, выступая предпосылкой

для эмоционального обмена, формирования поведенческого репертуара, восприятия и умения отражать экспрессивные особенности поведения другого.

Основная функция эмпатии заключается в синхронизации взаимоотношений субъектов межличностного взаимодействия и создании состояния доверительности. Познавательная функция связана с пониманием эмоционального состояния другого субъекта общения и мотивацией помогающего поведения, в том числе и его психотерапевтического действия, которое влечет за собой снижение эмоционального напряжения и формирование взаимопонимания между переживающим и сочувствующим ему индивидом, о чем писал К. Роджерс [44].

На интериндивидном уровне личности механизмами эмпатии являются децентрация, интерпретация, эмоциональное заражение и идентификация, которые, в свою очередь реализуются на разных уровнях эмпатийного реагирования (рисунок 3) [5, 41]. Все эти механизмы, выстраиваясь в единую цепочку обеспечивают эмпатии роль регулятора межличностного взаимодействия, способствуя оценке и прогнозу наиболее адекватных способов поведения, в соответствии с эмоциональным состоянием личности.

На интраиндивидном уровне роль эмпатии заключается в предоставлении особого, основанного на вчувствовании способа получения, обработки и проверки достоверности информации. Эмпатия влияет на сбор и анализ информации, мотивируя личность на её получение с целью усиления собственной вовлеченности в процесс общения и действуя в качестве обратной связи на уже собранную информацию.

Эмпатия, с позиции комплексного подхода, является целостным феноменом, связующим между собой сознательную и подсознательную инстанции психики, целью которого является «проникновение» во внутренний мир другого человека.

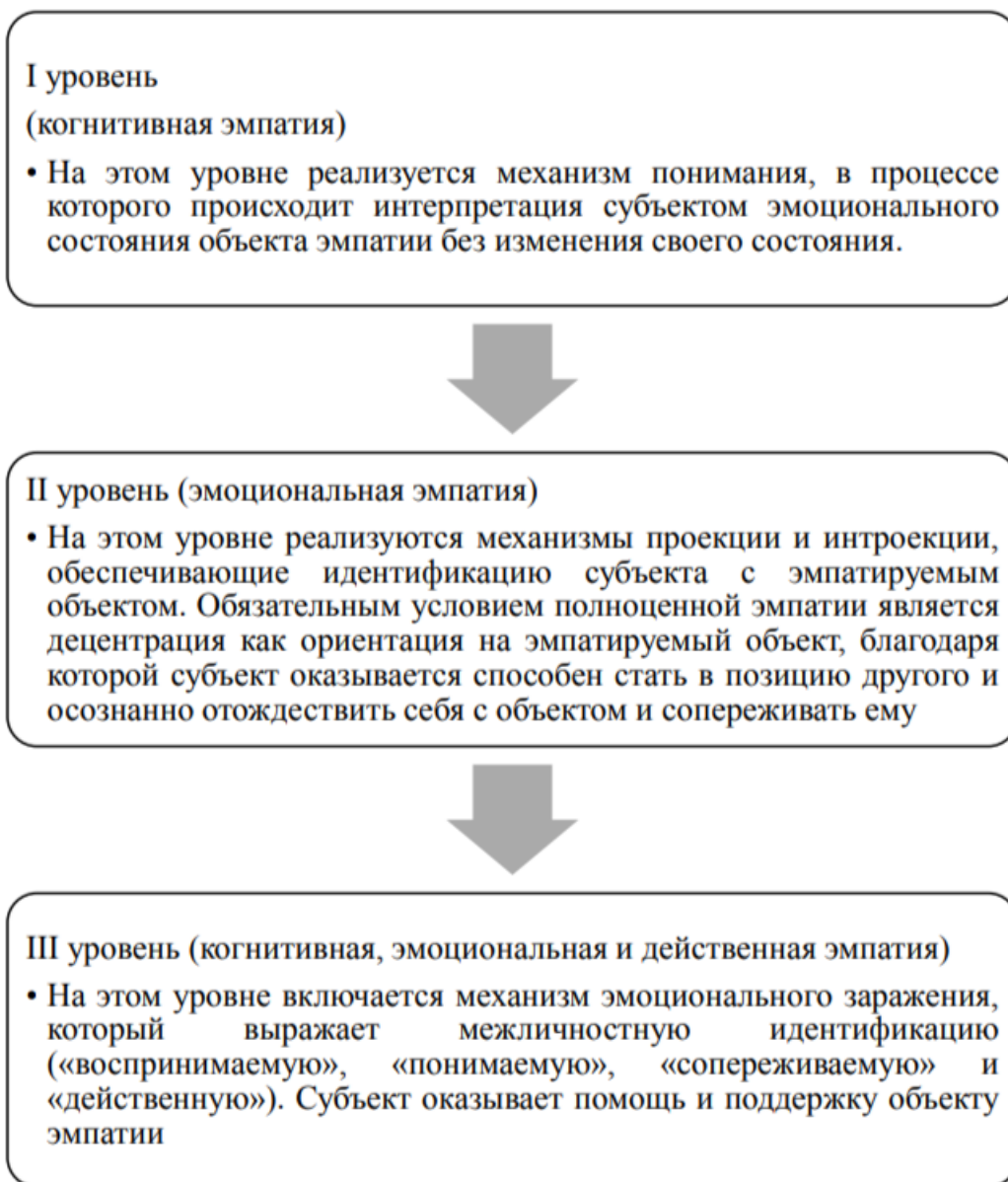


Рисунок 3 - Уровни эмпатийного реагирования (по А.Э. Ахметзяновой)

Феномен эмпатии имеет социально – психологическое происхождение и многоуровневую структуру с психофизиологическими, психологическими и социально-психологическими уровнями и предстает в ипостасях процесса, свойства и состояния. Одним из составляющих процессов эмпатии является эмпатийное понимание, имеющее свою специфику. Эмпатийное понимание рассматривается как продукт социализации личности и формируется во взаимодействии аффективных, когнитивных и действенных компонентов.

Комплексная модель эмпатии, основанная на понимании единства психики как системы, несущей отражательную, регуляторную и

коммуникативную функцию была предложена И.М. Юсуповым. Он выделил четыре основных процесса эмпатии, которые протекают в различных формах (областях) и выполняют определенную функцию:

1. Область аффективного (реактивного) регулирования включает в себя сочетание аттракции, синтонии и сопереживания;
2. Область подсознательного отражения включает в себя сочетание интроекции, социальной сенситивности и сочувствия;
3. Область опережающего отражения включает в себя сочетание проекции, атрибуции и интуиции;
4. Область произвольного регулирования включает в себя сочетание интеракции, рефлексии и содействия [18, 34, 35].

Эмпатия, с позиции комплексного подхода, является процессом понимания и отклика на переживание другого, основанном на сопереживании и ориентированном относительно внутренней феноменологической перспективы другого [48].

Рефлексия реализуется, на наш взгляд, по принципу маятника – суксесивно и симультанно на двух уровнях, на интериндивидном – от отражения себя через самооценку, на интраиндивидном – до познания себя и своих действий сквозь призму их отражения партнером, каждый раз изменяя амплитуду движения (последующая корректировка поведения). В структуре сознания и самосознания рефлексия выступает как свойство направленности личности в таких её проявлениях, как проницательность, отзывчивость, терпимость, безоценочное принятие и понимание других людей.

Процессы рефлексивного взаимоотражения реализуются не только в общении. Способность человека занять рефлексивную позицию по отношению к себе есть результат интериоризации личностью социальных отношений между субъектами общения. «Лишь на основе взаимодействия с другими субъектами, человек старается понять их мысли и действия, и когда он оценивает себя глазами этого другого, он оказывается в состоянии рефлексивно отнестись и к самому себе» [38].

В процессе общения, благодаря рефлексии, человек выступает в четырех лицах: каким он является на самом деле; каким он себя видит; каким его видит партнер; каким ему представляется свой образ в сознании партнера. В ходе взаимного отражения участников общения рефлексия является обратной связью, способствующей формированию стратегии поведения субъектов общения, и коррекции их понимания особенностей внутреннего мира друг друга. Так, с помощью исследований было установлено, что существует зависимость между изменениями в содержании и структуре рефлексии и степенью постижения человеком требований субъективно значимой для него деятельности.

Особенности и характер рефлексивных процессов, отмечаемых у человека, в большей мере определяется его статусно-ролевыми позициями в обществе. Интенсивность и полнота коммуникативной рефлексии зависят от степени субъективной значимости для него лиц, во взаимодействии с которыми он вступает. Профессиональные, возрастные, половые и индивидуальнопсихологические характеристики личности сказываются на особенностях рефлексивной деятельности конкретного человека, в частности, что он подвергает анализу в первую очередь и насколько правильно оценивает свои личностные качества, а какие анализу не подвергает. То же следует сказать и о субъективных детерминантах содержания и точности прогнозирования личностью понимания ее психических свойств субъективно значимыми для нее лицами [13, 38].

Каждый субъект межличностного взаимодействия обладает особенной структурой рефлексивного механизма, формирующейся в течение всей его жизни в двух основных видах (предметном и социально-психологическом) и по принципу уровневой организации. Освоение высшего уровня рефлексии возможно только при освоении предыдущего, как в предметной, так и в социально-психологической сфере и всегда идет по встречным направлениям. В предметной сфере субъект сначала осваивает определенные образцы взаимодействия с объектами, учится сверяться с ними,

контролировать себя в соответствии с этими образцами, а проанализировав их, начинает конструировать свои собственные. В социальнопсихологической сфере работа рефлексивного механизма связана с познанием самого себя и представлением о собственной личности, анализом собственного жизненного опыта и обучением управлению и контролю своего взаимодействия с другими субъектами общения, поверяя их самостоятельно сконструированными законами и правилами. Таким образом, в предметной сфере субъект движется от применения контрольной функции к конструктивной, а в социальнопсихологической – от конструктивной к контрольной [12].

Формы рефлексии подразделяются на внутри- и межсубъектные. Внутрисубъектными формами рефлексии являются избирательная, корректирующая и дополняющая рефлексия. Корректирующая рефлексия адаптирует используемый способ деятельности субъекта к новым или изменяющимся условиям. Избирательная рефлексия помогает выбрать один или несколько способов для решения различных задач. Дополняющая рефлексия, в свою очередь, усложняет выбранный способ действий путем добавления к нему новых элементов. Среди форм взаимодействия между субъектами выделены состязательная, кооперативная и противодействующая рефлексия. Кооперативная рефлексия объединяет субъектов для достижения общей цели. Состязательная рефлексия организует субъектов в моменты их соревнования или борьбы между ними. Противодействующая рефлексия служит средством борьбы субъектов за доминирование в конкретной ситуации [17, 25].

С позиции комплексного подхода, рефлексия является процессом, обеспечивающим связь общесистемных психических процессов [50, 52]. Она дифференцирует психику на качества, подвластные осознанию, а также последующему произвольному контролю и коррекции. В этом проявляется генеративно-порождающий потенциал рефлексии, раскрывающий ее как качество субъекта, суть которого состоит в его способности к экспликации, в

выявлении, «распознании» и в формировании других свойств и качеств. Рефлексия тесно связана с процессом мышления и направлена на осмысление и анализ собственного поведения и поведения партнера, она является обратной связью, способствующей формированию стратегии поведения субъектов общения, их коррекции и понимания особенностей внутреннего мира друг друга. Вместе с тем рефлексия выполняет интегративную функцию, объединяя, согласуя все элементы дифференцированных частей и предоставляя целостную информацию субъекту [22].

Эмпатия и рефлексия формируются и проявляются в общении, межличностном взаимодействии и совместной деятельности и в то же время успешность этих последних определяется тем, насколько они будут развиты в личности. Данные психологические конструкты пронизывая всю структуру деятельности и общения личности, формируют её особую направленность, которая играет ведущую роль в межличностном взаимодействии.

Эмпатия обеспечивает идентификацию эмоциональных состояний других людей и, как следствие, реализует помогающее поведение, без которого невозможна успешная совместная деятельность. Рефлексия реализуется функционально в качестве обратной связи в целях коррекции стратегии поведения для дальнейшей адаптации в межличностном взаимодействии с последующим возможным выходом на более продуктивные направления совместной деятельности. За счет согласованности этих механизмов и достигается продуктивный межличностный контакт и взаимопонимание.

В формировании свойств направленности личности, продуктивных в общении, интериндивидный контекст более ярко проявляется в развитии эмпатичности личности, в то время как рефлексивность связывается с реализацией внутриличностных познавательных потребностей, конкретизируемых в потребности в осмыслении ситуации общения и взаимодействия.

Итак, процессы эмпатии, рефлексии и общения выстраиваются в единую согласованную систему существенных связей между различными элементами, ориентированными на целостность личности как на результат. Данный подход аккумулирует в себе, кроме традиционного интериндивидуального подхода, в котором эмпатия и рефлексия представлены как психологические механизмы общения, интраиндивидуальный (личностный) подход, при котором эмпатия и рефлексия играют роль индивидуально-психологических свойств личности, входящих в структуру ее коммуникативных способностей, и субъектно-деятельностный подход, в соответствии с которым эмпатия и рефлексия рассмотрены в роли коммуникативных способностей, формирующихся по мере освоения социальноориентированной профессиональной деятельности.

1.2 Эмпатия и рефлексия как профессионально важные качества психолога

Профессиональное становление личности будущего психолога, формирование у студентов-психологов качеств, значимых для дальнейшей деятельности, специфических умений и навыков не является новой в психолого-педагогической науке, но все же, является достаточно актуальной и важной в нашей стране. Очевидно, что для становления в качестве профессионала необходимы соответствующие способности, позволяющие сформировать необходимые практические навыки, с целью наиболее успешного закрепления знаний и опыта.

Однако, несмотря на не прекращающийся интерес к проблеме профессионально важных качеств будущих психологов, и наличие обширного количества работ по этой теме в зарубежной и российской практике, она представляется достаточно актуальной ввиду того, что не многие студенты задумываются перед поступлением в высшее учебное

заведение о тех качествах, которые нужны, чтобы стать действительно профессионалом в выбранной отрасли. Помимо этого, теоретическая разработанность вопроса и наличие определенных государственных стандартов зачастую расходится с реально существующей ситуацией.

Тем не менее, в современном обществе высококвалифицированные специалисты в области психологии чрезвычайно востребованы, а успешность их профессиональной деятельности во многом определяется условиями и особенностями процесса их профессионального самоопределения, самосовершенствования, а также, безусловно, спецификой реализуемой программы [19].

Компетентным, квалифицированным психолог становится в процессе формирования профессионально важных качеств и, соблюдая моральные и этические нормы поведения при работе клиентами, которые выработала психологическая практика. Профессионально важные качества являются индивидуальными качествами субъекта деятельности, влияющими на эффективность деятельности и успешность её освоения. Профессионально важные качества психолога, соблюдение им морально-этических норм поведения – показатели профессиональной компетентности, обеспечивают его социальную адаптированность, способность к саморегуляции и многоуровневой рефлексии [39].

В представлениях общества, психолог – это, прежде всего, практик [5]. В связи с чем, консультанту склонны приписывать такие качества, как коммуникативная компетентность, интеллектуальность, профессиональная компетентность, развитое самосознание и рефлексия. В число часто называемых качеств, составляющих психологический портрет психолога, вошли: талантливый, душевный, активный, сильный, открытый, доступный, включенный, демократичный, оптимистичный, радостный [12].

Н.А. Аминовым и М.В. Молокановым было выявлено, что для успеха практического психолога самыми важными качествами личности являются: общий интеллект, стрессоустойчивость, поддерживающий стиль общения.

Практический психолог умеет поддерживать контакт, он устойчив к стрессу, с которым сопряжено его профессиональное общение, может контролировать свое поведение, эмпатичен, уверен в себе, расслаблен, но энергичен и самодостаточен [1].

Как известно, профессия психолога относится к разряду так называемых социомических профессий – системы «человек-человек» [27]. Основным «рабочим инструментом» в таких профессиях является личность самого профессионала. Помогающими называются профессии, в которых специалист зачастую взаимодействует с человеком, который испытывает страдания, в случае психологического консультирования – душевные, вместе с чем помогающие действия, позволяющие прекратить или облегчить его переживания, а также улучшить его состояние, являются его основными должностными обязанностями.

В профессиональном контексте оказание помощи отличается от таковой в обычной жизни по нескольким признакам, которые имеют большое значение для понимания специфики эмпатии как профессиональной характеристики:

1. Обязательность помощи – отсутствие выбора. Вместе с тем отказ от оказания помощи или предоставление не должным образом могут привести к жалобам и санкциям. То есть, эмпатия, являясь внутренним фактором мотивации помощи, также находится в сложном соподчинении не только с другими внутренними факторами, но и сознательными внешними, а её проявления должны вписываться в комплексную структуру профессиональных целей деятельности.

2. Регулярность помощи – в крайних случаях данная особенность помогающих профессий связывается с профессиональным выгоранием, результатом которого становится формальное отношение к помощи.

3. Повышенный личный дистресс – собственные ответные чувства на негативные переживания другого как следствие эмпатического сопереживания [24].

Т.Д. Карягина, анализируя специфику помощи в таких профессиях и обобщая результаты собственных исследований, выделяет два ключевых взаимосвязанных аспекта реализации эмпатии в профессиональном контексте: мотивационный и выразительно-коммуникативный, взаимодействие которых отражает вопрос о регуляции, произвольности эмпатии.

Роль эмпатии в социономических профессиях определяется включением в структуру профессионально важных качеств. Специалист помогающей профессии должен быть эмпатичным, то есть склонным проявлять эмпатию.

В связи с чем, в данном направлении эмпатия рассматривается как черта личности, выраженность которой может быть измерена, чаще всего с использованием различных опросников, а также соотнесена с иными различными характеристиками профессионала. Если же рассматривать эмпатию как профессиональную способность, то здесь ставится вопрос о развитии эмпатических способностей. Развитие эмпатии у специалистов социономических профессий рассматривается автором как проблема профессионализации, то есть изменения эмпатических способностей при включении в систему профессиональной деятельности [24].

В свою очередь, рефлексивность будучи определяющей чертой в вопросе успешного результативного межличностного взаимодействия, а также целенаправленного воздействия одного субъекта на другого может рассматриваться как профессионально-важное качество в профессии психолога. Будучи профессионально-важным качеством, рефлексивность базируется на определенной психической реальности, то есть способности. Профессионально-важное качество – раскрывается как «деятельностное измерение» способностей, подтверждая тем самым трактовку рефлексивности как способности личности.

Рассматривая рефлексивность как способность, признается наличие различий в индивидуальной выраженности, то есть существование

диапазона, в котором варьирует уровень ее развития. Следовательно, рефлексивность и рефлексия, как базирующейся на ней процесс, должны быть поняты как имеющие различия в мере своей выраженности, развития [23].

Также стоит отметить важный для понимания природы способностей к рефлексированию, является подход к анализу способностей и условий их формирования, предложенный Г.П. Щедровицким [50]. Автор говорит о том, что способности не являются ни исключительно естественным образованием, ни полностью формируемыми в процессе жизнедеятельности. Способности, в целом, и рефлексивность, в частности, являются актуализируемым человеком «средством настройки на осуществление деятельности». Вместе с тем, рефлексивность выступает в двойном смысле: оставаясь способностью, она на определенном этапе онтогенеза позволяет человеку самому управлять развитием своих способностей через выбор тех или иных деятельностей, в которых данные способности реализуются. Таким образом, рефлексивность, оставаясь в ряду способностей, одновременно становится «инструментальным средством для развития мыследеятельностных способностей».

Как эмпатия, так и рефлексия играют большую роль в профессиональной деятельности. Тем не менее, на данный момент существует немного исследований, отражающих динамику их формирования в процессе профессионализации психолога, а также характер данных явлений с личностными свойствами и друг другом.

Так, например, М.В. Сизикова, проведя исследование эмпатии психологов с разным стажем, установила, что положительная динамика отсутствует. Напротив, с годами психологической практики отмечается снижение эмпатии. По мнению автора, подобная тенденция связана с тем, что у более опытных специалистов эмпатия проявляется не как личностное свойство, а скорее как техника работы с клиентом или профессиональный

навык, что, за счет снижения эмоциональной вовлеченности, позволяет психологическое здоровье самого консультанта [42].

В то же время, в своем исследовании Л.А. Дмитриева, сравнивая показатели эмпатии у бакалавров, магистрантов, молодых психологов и более опытных специалистов, отмечает значительное показателей. Так, уровень эмпатии повышается от студентов, осваивающих основную образовательную программу, к практикующим психологам с небольшим стажем, и от магистрантов к более опытным специалистам [10].

Однако, что касается эмпатии и рефлексии непосредственно студентов, только проходящих профессиональную подготовку по специальности психология, то в ходе лонгитюдного исследовании эмпатии и рефлексии Н.В. Носковой были получены следующие результаты. Отмечается, что «динамика эмпатии и рефлексии в процессе получения психологического образования характеризуется неравномерностью и вариативностью». Авторами были выделены пять видов, характеризующих динамику исследуемых качеств.

Позитивная динамика – данный вариант развития эмпатии и рефлексии характеризуется возрастанием уровня изучаемых качеств от первого курса к третьему. Очевидно, что такой вид динамики считается не только как положительный, но и вместе с тем как наиболее желательный при получении высшего профессионального образования. Автором отмечается, что для этих студентов характерно, в общем, позитивное отношение к психологии, позитивную установку на восприятие другого человека, они лояльны к незнакомому и непонятному субъекту.

Отрицательная динамика – характеризуется стабильным снижением уровня исследуемых качеств от курса к курсу. Предполагается, что данный вид динамики является дихотомическим полюсом развития исследуемых качеств вида представленного выше, в связи с чем, в результате инверсии этот негативный вариант динамики превращается в позитивный. Отмечается что именно у этой группы испытуемых обнаружена наиболее тесная связь

уровня развития эмпатии и рефлексии в процессе обучения, прямая корреляция с высокой успеваемостью, а также выделяется положительная установка на другого человека. Автор говорит о том, что подобное может быть вызвано происходящим процессом внутреннего слияния, перестройки функциональных связей между рефлексией и эмпатией.

Следующий вид определяется как стабильно низкий не динамический. Такой вариант характеризуется стабильно низким уровнем развития эмпатии и рефлексии на протяжении трех лет обучения, чему сопутствуют инфантильно-легкомысленное отношение к психологии, низкий уровень успеваемости, защитная установка на другого человека.

Вариант хаотической динамики выражается в том, уровень развития эмпатии и рефлексии значительно снижается по сравнению с отмеченным на первом курсе ко второму курсу, однако вновь повышается к третьему. Отмечается, что данная группа испытуемых в большей степени подвержена влиянию внешних факторов престижа выбранной профессии, для них значимыми являются достижения и самореализация в любой деятельности, причем не обязательно в психологии.

Стабильно высокий не динамический вариант развития эмпатии и рефлексии подразумевает, что изначально высокий уровень развития эмпатии и рефлексии не изменился на протяжении обучения. Студенты, относящиеся к данному виду, характеризуются позитивной установкой на другого человека, без выраженного интереса к нему, а также рефлексией на свой внутренний мир.

В исследовании было обнаружено, что рефлексия и эмпатия представляют собой тесно связанные процессы. Каждый курс обучения характеризуется как отдельный этап развития эмпатии и рефлексии. Однако данное развитие отличается неравномерностью: на первом курсе преобладает эмпатия, на втором курсе, напротив, рефлексия, к третьему курсу влияние данных характеристик выравнивается [34].

Т.А. Егоренко отмечает, что у первокурсников эмпатия и рефлексия не связаны и находятся на низком уровне, данная связь образуется только к четвертому курсу. Однако, повышение показателей наблюдается только на втором курсе и впоследствии вновь происходит их снижение [18].

Таким образом, можно говорить о том, что развитые эмпатия и рефлексия являются чрезвычайно значимыми для психологов характеристиками. Тем не менее, конкретных представлений о динамике их развития нет. В связи с чем, особое внимание необходимо уделить изучению данных способностей на этапе подготовки специалистов-психологов в рамках высшего учебного заведения, с целью формирования наиболее профессионально пригодных и компетентных специалистов.

Выводы по 1 главе

Проанализировав основные аспекты проблемы эмпатии, рефлексии личности, проявляющихся в профессиональной деятельности, можно сделать следующие выводы.

Эмпатия и рефлексия личности являются условиями не только эффективной с точки зрения установления контактов коммуникативной деятельности, но и развития направленности личности в процессе профессиональной деятельности, а также эффективного функционирования субъектов деятельности.

Эмпатия и рефлексия, являясь психологическими механизмами социальной перцепции, формируются и развиваются в процессе коммуникации, включенной в структуру совместных видов деятельности; они закрепляются в структуре сознания и самосознания, преобразовываясь в свойства направленности личности.

Эмпатия личности в деятельности опосредуется развитием интеллекта, поскольку благодаря ее трехкомпонентной структуре происходит

идентификация эмоциональных состояний, разграничение их друг от друга и, как следствие, понимание позиции другого человека, а также определение тактики дальнейшего взаимодействия с ним. Тем самым она реализуется во всех функциях коммуникативной стороны деятельности, играя определяющую роль в установлении межличностного взаимодействия (выступая как его регулятор) и в формировании помогающего поведения.

Рефлексия личности также опосредуется развитием интеллекта, формируется и развивается в процессе деятельности и характеризуется знанием о необходимой связи между объектом и воздействием на него. Она тесно связана с процессом мышления и направлена на осмысление и анализ собственного поведения и поведения партнера, определяет партнерские качества личности, является обратной связью, способствующей формированию стратегии поведения субъектов общения, их коррекции и понимания особенностей внутреннего мира друг друга.

В рамках деятельностного подхода психологические конструкты эмпатии и рефлексии выстраиваются в единую согласованную систему сущностных связей между различными элементами в качестве основного инструмента в социально-ориентированных видах деятельности.

Коммуникативная компетентность, подразумевающая хорошо выраженные процессы эмпатии и рефлексии, является профессионально значимой характеристикой психолога, она рассматривается как система внутренних ресурсов, необходимых для построения эффективной коммуникации в определенном круге ситуаций межличностного взаимодействия.

Развитые эмпатия и рефлексия являются чрезвычайно значимыми для психологов характеристиками. Тем не менее, конкретных представлений о динамике их развития нет. В связи с чем, особое внимание необходимо уделить изучению данных способностей на этапе подготовки специалистов-психологов в рамках высшего учебного заведения, с целью формирования наиболее профессионально пригодных и компетентных специалистов.

ГЛАВА 2 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ВЗАИМОСВЯЗИ ЭМПАТИИ И РЕФЛЕКСИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА

2.1 Цель, задачи и методы исследования

Цель исследования: изучение различий эмпатии, рефлексии и личностных свойств, а также их взаимосвязей на разных этапах подготовки студентов-психологов.

В соответствии с целью были выдвинуты следующие задачи исследования:

1. Выявить различия в показателях эмпатии и рефлексии у студентов-психологов 1 и 4 курса;
2. Определить различия в личностных свойствах студентов-психологов 1 и 4 курса;
3. Выявить значимые взаимосвязи показателей эмпатии и рефлексии с личностными свойствами у студентов-психологов 1 и 4 курса.

Выборку составили студенты профессионального образовательного учреждения «Колледж предпринимательства и отраслевых технологий» (ПОУ «КПОТ») г. Челябинск. В исследовании приняли участие 86 студентов: 52 студента первого курса и 34 четвертого. Выбор испытуемых осуществлялся в связи с заявленной целью исследования, то есть студенты на начальном этапе освоения психологической профессии (1 курс) и завершающие основную образовательную программу (4 курс).

В качестве основных методов в данном исследовании были использованы: тестирование, а также методы статистического анализа. Выбор методик был осуществлен в соответствии с выдвинутой целью и выделенными на её основе задачами.

1. Для диагностики показателей эмпатии была использована методика диагностики уровня поликоммуникативной эмпатии И.М. Юсупова [45].

Данная методика нацелена на получение количественных показателей как по отдельным сферам проявления эмпатии, так и на определение её интегрального показателя.

Опросник включает в себя 6 диагностических шкал, отражающих специфику направленности эмпатии: эмпатия к родителям, животным, пожилым людям, детям, героям художественных произведений, незнакомым или малознакомым людям. Опросник представлен 36 утверждениями, с каждым из которых испытуемому необходимо отразить степень своего согласия или несогласия путем выбора одного из 6 предложенных вариантов ответа: «не знаю», «никогда или нет», «иногда», «часто», «почти всегда», «всегда или да». Вариантам ответа соответствуют следующие числовые значения: 0, 1, 2, 3, 4, 5.

Общее значение эмпатии определяется суммированием баллов по всем шести шкалам, в соответствии с набранным количеством определяется общий уровень эмпатии: очень высокий (82–90 баллов), высокий (63–81 баллов), средний (37–62 баллов), низкий (12–36 баллов) и очень низкий (5–11 баллов). Уровень эмпатии по отдельным шкалам оценивается как очень высокий (15 баллов), высокий (13–14 баллов), средний (5–12 баллов), низкий (2–4 баллов) и очень низкий (0–1 баллов).

2. С целью исследования рефлексии нами был использован опросник «Дифференциальный тип рефлексии», данная методика была разработана целью диагностики разных типов рефлексии Д.А. Леонтьевым, Е.М. Лаптевой, Е.Н. Осиным и А.Ж. Салиховой [30].

Теоретический фундамент опросника составила дифференциальная модель рефлексии, диагностирующая три качественно отличающихся типа рефлексии: интроспекция, системную рефлексия, квазирефлексия. Данный опросник представлен 30 утверждениями, оцениваемых по 4-балльной, в которой ответу нет соответствует 1 балл, скорее нет, чем да – 2 балла, скорее да, чем нет – 3 балла, да – 4 балла. Утверждения не пересекаясь группируются в три шкалы, значение каждой из которых выражается суммой

баллов по соответствующим пунктам. К низкому уровню относятся значения до 34 по шкале системная рефлексия, до 19 по шкале интроспекция и до 22 по шкале квазирефлексия.

3. Для определения характеристик личности нами был использован «Пятифакторный опросник личности». Изначально, данная методика была разработана Р. МакКрэй и П. Коста. Создатели методики полагают, что выделенные пять факторов нейротизм (neuroticism, N), экстраверсия (extraversion, E), открытость опыту (openness to experience, O), согласие (agreeableness, A) и сознательность (conscientiousness, C) в достаточной степени способны отразить основные характеристики личности.

Впоследствии, Х.Тсуйи в процессе адаптации оригинального опросника для каждого фактора выделил полярную характеристику с целью наиболее полного описания личности. Версия Х. Тсуйи (5PFQ) была адаптирована для российской выборки А.Б. Хромовым в 1999 году, данный вариант и используется в этой работе [47].

Опросник «Большая пятерка» представлен 75 парными, противоположными по своему содержанию, высказываниями, которые характеризуют то, как ведет себя человек наиболее часто в обыденных ситуациях. Оценка стимульного материала происходит по пятибалльной шкале (-2; -1; 0; 1; 2) для определения степени выраженности каждого из пяти общих факторов:

1. Экстраверсия – интроверсия.

2. Привязанность – обособленность: отражает способ взаимодействия с людьми, сотрудничеству и зависимости от людей, противопоставляется дистанцирование, соперничество независимость.

3. Контролирование – импульсивность: отражает особенности волевой регуляции, то есть методичности, настойчивости, противопоставляется естественность поведения, беспечность, склонность к необдуманным поступкам.

4. Эмоциональность – эмоциональная сдержанность: данный фактор характеризует аффективную сферу личности, здесь, повышенной чувствительности, особенно в стрессовых ситуациях, противопоставляется эмоциональной зрелости, устойчивости.

5. Игривость – практичность: легкому, беззаботному отношению к жизни противопоставляется реалистичность, постоянство.

Для математической обработки данных с целью проверки выдвинутых гипотез использовался статистический программный пакет IBMSPSSStatistics 23.

В исследовании нами были использованы следующие математические методы обработки данных:

1. Первичный анализ данных производился с использованием среднего арифметического. Стандартное отклонение использовалось для определения разброса данных в выборке.

2. Выявление различий в показателях эмпатии и рефлексии на разных этапах подготовки осуществлялось при помощи t-критерия Стьюдента для независимых выборок.

3. С целью определения тесноты связи исследуемых признаков был проведен корреляционный анализ с использованием коэффициента корреляции Пирсона.

2.2 Анализ результатов исследования эмпатии, рефлексии и личностных свойств у будущих психологов

1. Сравнительный анализ проявлений эмпатии и рефлексии у студентов-психологов 1 и 4 курса

Одной из задач исследования являлось определение различий уровня эмпатии и рефлексии у студентов-психологов 1 и 4 курса. Особенности различий в уровне эмпатии в данных группах сравнивались посредством

т-критерия Стьюдента. Результаты сравнительного анализа приведены в таблице 1.

Таблица 1 - Средние значения эмпатии студентов-психологов первого и четвертого курсов

Формы проявления эмпатии	I курс		IV курс		t-критерий Стьюдента
	M1	σ 1	M2	σ 2	
Общий уровень эмпатии	53,69	8,17	49,52	7,07	2,51 $p < 0,05$
Эмпатия к родителям	9,04	1,93	8,72	1,54	–
Эмпатия к животным	9,73	2,64	8,69	2,37	–
Эмпатия к пожилым людям	6,85	2,08	7,07	1,99	–
Эмпатия к детям	9,75	2,41	8,90	2,19	–
Эмпатия к героям художественных произведений	7,69	2,15	7,93	1,96	–
Эмпатия к незнакомым или малознакомым людям	10,63	2,30	8,21	2,07	3,81 $p < 0,001$

Условные обозначения: M1 и σ 1 – значения среднего арифметического и среднего квадратичного студентов 1 курса, M2 и σ 2 – значения, среднего арифметического и среднего квадратичного студентов 4 курса.

В результате сравнительного анализа были выявлены статистически значимые различия между первым и четвертым курсом студентов-психологов в уровне эмпатии по шкале «эмпатия к незнакомым или малознакомым людям». По данной шкале студенты первого курса демонстрируют более высокое значение эмпатии ($p < 0,001$).

Эмпатия к незнакомым или малознакомым людям подразумевает в целом положительную установку на людей, которые не принадлежат к кругу знакомых и друзей. В то же время, отсутствие какого-либо единения с ними, чего-то общего не мешает проявлять к незнакомым людям сопереживание, что в большей степени свойственно для студентов первого курса. Это можно объяснить тем, что первокурсники, недавно закончили школу, попали в новую для себя среду, в новый коллектив, где для установления контакта и

формирования дружеских отношений необходимо проявлять участливость, быть чутким и отзывчивым.

В то же время, предположительно, уровень эмпатии должен быть выше у студентов четвертого курса, так как по мере профессионального становления в рамках учебной деятельности студентами приобретаются требуемые компетенции, прививаются необходимые установки, а также осознается важность эмпатии как профессионально значимого качества психолога, этого не наблюдается. Тем не менее, как уже отмечалось, уровень эмпатии относится к средним показателям у студентов четвертого курса и даже ниже, чем у первокурсников. Этот результат может быть связан с тем, что в процессе профессионального становления, эмпатия принимает профессиональную направленность, в связи с чем её активное проявление в повседневной жизни, активное включение и вовлечение в переживания, может несколько снижаться с целью сохранения собственного психологического благополучия, а впоследствии, во избежание риска возникновения профессионального выгорания.

Изучение рефлексии осуществлялось с помощью методики «Дифференциальный тип рефлексии» Д.А. Леонтьева. По результатам диагностики были определены средние значения различных типов рефлексии у респондентов (таблица 2).

Таблица 2 - Средние значения уровней различных типов рефлексии студентов-психологов первого и четвертого курсов

Группы	Системная рефлексия		Интроспекция		Квазирефлексия	
	М	σ	М	σ	М	σ
студенты 1 курса	39	4,974	24,08	6,224	25,19	6,184
студенты 4 курса	36,24	5,841	23	6,030	23,93	5,675
t-критерий Стьюдента	2,246 $p < 0,02$		–		–	

Условные обозначения: М1 и σ 1 – значения среднего арифметического и среднего квадратичного студентов 1 курса, М2 и σ 2 – значения, среднего арифметического и среднего квадратичного студентов 4 курса

Как можно заметить, значения по всем типам рефлексии у первокурсников выше, чем у студентов четвертого курса. Несмотря на то, что значения и для первого, и для четвертого курса относятся к средним, не для всех шкал в данной методике больший результат приравнивается к положительному. Как уже оговаривалось выше, к положительному полюсу относится, а, следовательно, является наиболее адаптивной, системная рефлексия, преобладание которой, особенно в контексте будущих специалистов-психологов, представляется наиболее предпочтительным.

Тем не менее, сравнительный анализ результатов первого и четвертого курса показал, что статистически значимые различия ($p < 0,02$), существуют по шкале «системная рефлексия», которая в большей степени выражена у студентов первого курса.

Как известно, системная рефлексия характеризуется способностью самодистанцироваться, взглянуть на ситуацию со стороны, увидеть всё разнообразие её аспектов. В связи с чем, закономерно было бы предположить, что подобный тип рефлексии в большей степени будет характерен для студентов, завершающих основную образовательную программу, так как их этап профессионального обучения близится к завершению, и в скором времени возникнет необходимость реализации своих способностей в профессии. Однако наблюдаются обратные результаты.

Подобные результаты предположительно могут определяться несколькими условиями. Причиной может служить специфика усваиваемой образовательной программы. Несмотря на попытки внедрения и реализации практических курсов в основную образовательную программу, формат тренинга, в частности, рефлексивного, группового консультирования, баллинтовских групп и супервизии, позволяющие проработать слабые моменты профессиональной деятельности, получить профессиональную обратную связь, способствующие развитию рефлексии, представлены слабо, если вообще имеют место. Помимо этого, причиной могут служить различия

в личностных свойствах студентов-психологов 1 и 4 курсов, в связи с чем, представляется необходимым их рассмотрение.

2. Сравнительный анализ личностных свойств студентов-психологов 1 и 4 курса.

Как уже отмечалось выше, успешность деятельности психолога обусловлена наличием определенных профессионально-значимых личностных свойств, которые практически в полной мере отражают шкалы «Пятифакторного опросника личности», причем как положительные, необходимые свойства, так и те, что препятствуют продуктивной реализации психологической деятельности. Результаты исследования личностных свойств представлены в таблице 3.

Таблица 3 - Средние значения и стандартные отклонения базовых шкал опросника у 1 и 4 курсов студентов-психологов

Общие факторы	I курс		IV курс	
	М	σ	М	σ
Экстраверсия	49,65	8,26	46,23	8,03
Привязанность	55,23	7,91	49,276	7,87
Самоконтроль	52,19	8,31	50,57	6,17
Эмоциональность	53,17	11,26	47,63	9,48
Экспрессивность	58,92	7,00	56,07	5,66

Условные обозначения: М1 и σ 1 – значения среднего арифметического и среднего квадратичного студентов 1 курса, М2 и σ 2 – значения, среднего арифметического и среднего квадратичного студентов 4 курса

Большинство средних значений по базовым шкалам, как у первого, так и у четвертого курса, относится к среднему уровню и свидетельствует об отсутствии яркой выраженности одного из полюсов. Для первого курса исключение составляют «привязанность» и «экспрессивность», у четвертого курса высокое значение наблюдается только по шкале «экспрессивность».

Как можно заметить, в целом, значения по каждой базовой шкале у первого курса выше, чем у четвертого. Средние значения по факторам «экстраверсия», «привязанность» и «самоконтроль», отражающие такие

профессионально-значимые качества как общительность, открытость, стремление к взаимодействию, созданию и удержанию контакта, добросовестность, способность к волевой регуляции поведения выше у студентов-психологов первого курса.

Тем не менее, преобладание у первого курса значений по шкалам «эмоциональность» и «экспрессивность», которые, напротив, можно назвать показателями наличия анти-профессиональных личностных свойств таких, как тревожность, импульсивность, излишняя эмоциональность, глубокое и тяжелое переживание неприятностей и стрессовых безответственность, легкомысленность. Можно предположить, что данные характеристики будут скорректированы или компенсированы в процессе обучения, так как показатели по упомянутым шкалам у четвертого курса ниже. Тем не менее, для того, чтобы утверждать, что весомые различия имеют место, необходимо провести сравнительный анализ.

Так, следующей задачей исследования являлось изучение различий личностных свойств студентов первого и четвертого курсов, в соответствии с которой была сформирована таблица средних значений и стандартных отклонений, включающая значение t-критерия Стьюдента (таблица 4).

Как можно заметить, значимые различия в большинстве общих факторов незначительны от курса к курсу и обнаруживаются только по шкале «привязанность». Тем не менее, имеют место значимые различия в первичных факторах.

Так, средние значения всех личностных свойств, представленных в таблице, выше у первого курса. Первокурсники, в целом, более общительны, нежели их старшие коллеги ($p < 0,01$). Преобладание показателя по шкале «привязанность» свидетельствует о том, что студентов первого курса характеризует позитивное отношение к людям, стремление находиться в контакте с ними ($p < 0,01$) «теплота» ($p < 0,24$), «понимание» ($p < 0,33$) и «уважение других» ($p < 0,001$) также свидетельствуют об отзывчивости,

лучшем понимании других людей, а также о стремлении к сотрудничеству, избеганию разногласий, большей степени выраженным у первокурсников.

Таблица 4 - Статистически значимые различия личностных свойств студентов-психологов 1 и 4 курсов

Личностные свойства (их код)	M1	Sd1	M2	Sd2	t-критерий
Общительность – 1.3	9,615	3,841	7,448	3,077	2,605**
Привязанность - 2	55,231	7,911	49,276	9,688	2,589**
Теплота – 2.1	11,096	3,018	9,414	3,386	2,302*
Понимание – 2.4	11,904	2,972	10,448	2,746	2,170*
Уважение других – 2.5	12,154	2,127	10,586	1,900	3,300***
Тревожность – 4.1	11,077	3,354	9,345	3,362	2,226*
Самокритика – 4.4	10,365	3,087	9,000	2,952	2,023*

Условные обозначения: M1 и Sd1 – значения среднего арифметического и среднего квадратичного студентов 1 курса, M2 и Sd2 – значения, среднего арифметического и среднего квадратичного студентов 4 курса; *– различия статистически достоверны ($p < 0,05$), **– различия статистически достоверны ($p < 0,01$), ***– различия статистически достоверны ($p < 0,001$)

Однако, в то же время, наблюдаются значимые различия по шкалам «тревожность» ($p < 0,029$) и «самокритичность» ($p < 0,05$), что характеризует первокурсников как более склонных испытывать негативные переживания в ожидании неприятных событий, а также как излишне требовательных по отношению к себе, обладающих высоким уровнем притязаний. Четверокурсники, по сравнению с младшими коллегами, характеризуются большей самодостаточностью, уверенностью, эмоциональной зрелостью и стабильностью при попадании в неприятные ситуации, им присуща реалистичная оценка ситуации.

Таким образом, можно судить о том, что первокурсники в большей степени ориентированы на межличностное взаимодействие, чем студенты четвертого курса, более заинтересованы в нем, для них характерно хорошее понимание человека, а также стремление к сотрудничеству. Тем не менее, им

свойственна более высокая тревожность и самокритичность, в отличие студентов завершающих обучение, характеризующихся большей уверенностью в собственных силах, независимостью, способностью самостоятельно разрешать проблемные ситуации, что соответствует профессионально-значимым качествам успешного психолога.

Причем можно сказать, что четверокурсники в большей степени соответствуют «идеальному» портрету, несмотря на то, что значения шкал, характеризующих общительность и стремление к взаимодействию, ниже, чем у первого курса, они относятся к средним значениям, а преобладание значений по шкалам, характеризующим эмоциональную стабильность, отражает преимущество четверокурсников. Испытывать удовольствие от взаимодействия с людьми - значимый аспект профессии психолога, тем не менее, немаловажным является умение сохранять стабильное эмоциональное состояние, а также зрело оценивать себя.

2.3 Взаимосвязь эмпатии, рефлексии и личностных свойств студентов-психологов 1 и 4 курсов

Последней задачей, поставленной в рамках данной работы, было выявление значимых взаимосвязей показателей эмпатии и рефлексии с личностными свойствами у студентов-психологов 1 и 4 курсов. Были получены следующие результаты.

У первокурсников общее количество связей эмпатии с личностными свойствами почти в 3 раза больше, чем у четверокурсников (31 и 12 соответственно). У них же имеют место связи личностных свойств со всеми направлениями эмпатии, в то время как у 4 курса отсутствуют связи свойств общей эмпатией, эмпатии к детям и к пожилым людям. Наибольшее количество связей наблюдается с общей эмпатией (10) и эмпатией к незнакомым людям (9). Наибольшее количество связей эмпатии со

свойствами 3-го фактора – «самоконтроль-импульсивность» (17) и с 5-м фактором – «экспрессивность-практичность» (11).

Так, эмпатия к родителям у первого курса взаимосвязана с такими личностными свойствами как теплота ($r=0,331$), доверчивость ($r=0,345$) и предусмотрительность ($r=0,322$) (рисунок 4).

То есть, уровень эмпатии к родителям тем выше, чем больше респондентам свойственна доброта, добросовестность, сопереживание, эмоциональная включенность в переживания партнера по взаимодействию, а также открытость и доверительное отношение к нему, что, по сути, и является основными характеристиками эмпатии.

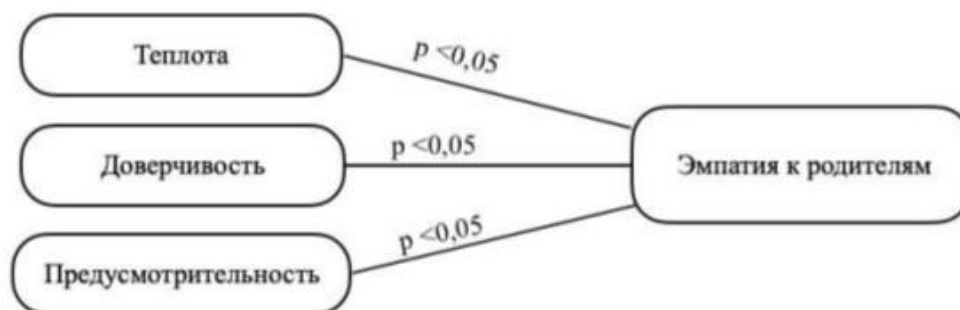


Рисунок 4 - Взаимосвязи шкалы «Эмпатия к родителям» и личностных свойств студентов-психологов 1 курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

У четвертого курса обнаруживается только одна значимая взаимосвязь по данной шкале с такой характеристикой как сотрудничество ($r=0,414$) (рисунок 5). То есть, человек, которому свойственно избегание разногласий в процессе взаимодействия, стремление к сотрудничеству, вероятнее всего будет проявлять эмпатию к родителям, что объяснимо, ведь тот, кто стремится найти мирное и продуктивное решение вопроса, способен прочувствовать и понять состояние другого человека, в частности родителя, способен и проявить к нему эмпатию.

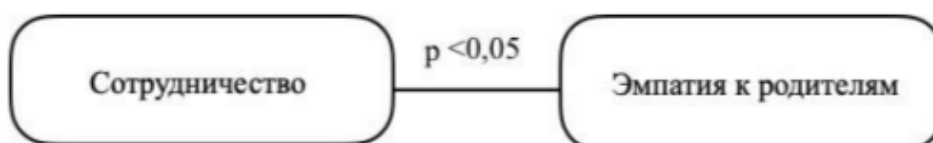


Рисунок 5 - Взаимосвязь шкалы «Эмпатия к родителям» и личностных свойств студентов-психологов 4 курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

У студентов 1 курса обнаружены значимые взаимосвязи шкалы «эмпатия к животным» с такими личностными свойствами как понимание ($r=0,311$), настойчивость ($r=0,377$), самоконтроль ($r=0,373$) и предусмотрительность ($r=0,276$) (рисунок 6). То есть, те студенты, кому характерны чуткость, добросовестность, способность к волевой регуляции собственного поведения, более склонны проявлять сочувствие к животным.



Рисунок 6 - Взаимосвязи шкалы «Эмпатия к животным» и личностных свойств студентов-психологов 1 курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

У студентов четвертого курса также обнаруживается взаимосвязь понимания ($r=0,444$) и самоконтроля ($r=0,382$) с эмпатией к животным (рисунок 7). Помимо этого, отмечается связь данного показателя с значениями по шкале «ответственность» ($r=0,415$) и «уважение других» ($r=0,398$). Можно предположить, что позитивное отношение к окружающим вообще, в данном случае, относится и к животным, а ответственность за благополучие и способность сопереживать также весьма закономерно распространяется на них, что соотносится с увеличением уровня эмпатии к животным.



Рисунок 7 - Взаимосвязи шкалы «Эмпатия к животным» и личностных свойств студентов-психологов четвертого курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

Стоит отметить, что хотя и отраженные выше шкалы эмпатии вносят свой вклад в общий показатель эмпатии, они мало соответствуют контингенту, с которым приходится взаимодействовать психологу в профессиональной жизни, чего нельзя сказать об описанных далее, которые, за исключением эмпатии к вымышленным персонажам, можно определить как отражающим профессионально-значимые направленности эмпатии.



Рисунок 8 - Взаимосвязи шкалы «Эмпатия к пожилым людям» и личностных свойств студентов-психологов первого курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

Взаимосвязанными оказались эмпатия к пожилым людям и экстраверсия ($r=0,355$), входящие в неё доминирование ($r=0,378$) и привлечение внимания ($r=0,380$), а также пластичность ($r=0,415$) (рисунок 8). В совокупности, получается классический портрет экстраверта, характеризующийся открытостью, общительностью, активностью и интересом к жизни и к людям, что может положительно отразиться на будущей профессиональной деятельности нынешних первокурсников, если им придется взаимодействовать с пожилыми людьми.

Стоит отметить, что значимых взаимосвязей по данной шкале с личностными свойствами у студентов четвертого курса обнаружено не было, то есть эмпатия к пожилым людям не связана с личностными и, возможно, не обуславливается ими.

Далее, можно отметить наличие взаимосвязей у первого курса по шкале «эмпатия к детям» с самоконтролем ($r=0,291$) и входящими в него аккуратностью ($r=0,332$) и настойчивостью ($r=0,361$), с доминированием ($r=0,381$), помимо этого имеет место обратная связь с показателями тревожности ($r=-0,285$) (рисунок 9).



Рисунок 9 - Взаимосвязи шкалы «Эмпатия к детям» и личностных свойств студентов-психологов первого курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей;
 - - - - - обратный характер взаимосвязей

То есть, высокий самоконтроль в сочетании с обязательностью, точностью и аккуратностью связан с высоким уровнем эмпатии к детям, в то время как повышенная тревожность, напротив, соотносится со снижением эмпатии к детям. Можно сказать, что такой набор личностных свойств в дальнейшем позволит студентам вести достаточно продуктивную психологическую работу с детьми.

По данной шкале также не обнаруживаются значимые взаимосвязи с личностными свойствами студентов четвертого курса. Как и в случае с пожилыми людьми, подобный результат может быть объяснен наличием других факторов, кроме личностных, определяющих выраженность эмпатии.



Рисунок 10 - Взаимосвязи шкалы «Эмпатия к вымышленным персонажам» и личностных свойств студентов-психологов первого курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

В отличие от шкалы «эмпатия к вымышленным персонажам», взаимосвязи с которой обнаруживаются как у первого курса (рисунок 10), так и у четвертого (рисунок 11). У первого курса студентов-психологов эмпатия к вымышленным персонажам связана с привлечением внимания ($r=0,334$), с настойчивостью ($r=0,285$), экспрессивностью ($r=0,414$), любознательностью ($r=0,324$) и артистичностью ($r=0,388$).



Рисунок 11 - Взаимосвязи шкалы «Эмпатия к вымышленным персонажам» и личностных свойств студентов-психологов четвертого курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

В то время как, эмпатия к вымышленным персонажам у четвертого курса положительно коррелирует с эмоциональной неустойчивостью ($r=0,450$), депрессивностью ($r=0,436$), самокритичностью ($r=0,447$), эмоциональной лабильностью ($r=0,440$).

Как можно заметить, характер личностных свойств, взаимосвязанных с эмпатией к вымышленным персонажам значительно отличается от курса к

курсу. Если для первого курса такая направленность эмпатии характерна в связи с легким и беззаботным отношением к жизни, в сочетании с любопытством и интересом к ней, с опорой на собственные чувства и интуицию, то для четвертого курса дела обстоят значительно иначе. Так, у выпускников эмпатия к вымышленным персонажам связана с эмоциональной неустойчивостью с отсутствием чувства ответственности, с импульсивностью, беспомощностью.

Таким образом, можно предположить, что подобные взаимосвязи эмпатии к вымышленным персонажам с личностными свойствами для первого курса является своеобразным эмоциональным аттракционом, наблюдение за вымышленными персонажами и сопереживание для них выступает в качестве особого развлечения, позволяющего переживать новые впечатления. В то же время, для студентов четвертого курса фокус смещен в сторону нейротизма, в связи с чем, сопереживание вымышленным персонажам в данном случае может свидетельствовать о стремлении уклониться от реальности, избежать встречи с ней и сопутствующими проблемными ситуациями, решать которые не придется, если полностью погрузиться в придуманный мир.

Стоит отметить, что как у первого, так и у четвертого курса студентов-психологов данная специфика проявления эмпатии связана с качествами, отмеченными как «анти-профессиональные», то есть препятствующие успешной реализации психологической деятельности. Можно сказать, что высокие значения по шкале эмпатии к вымышленным персонажам являются не только неважными для профессии психолога, но мешающими.

Эмпатия к незнакомым и малознакомым людям у студентов первого курса обнаруживает взаимосвязи с пониманием ($r=0,331$), самоконтролем ($r=0,329$), входящими в него аккуратностью ($r=0,307$), настойчивостью ($r=0,293$), предусмотрительностью ($r=0,353$), с фактором экспрессивности ($r=0,423$), включающим любознательность ($r=0,403$), артистичность ($r=0,308$)

и сензитивность ($r=0,308$) (рисунок 12). То есть, более высокий уровень эмпатии к незнакомым людям связан с хорошим пониманием людей вообще, способности управлять собственным поведением, контролировать его, а также интересом к жизни и положительным, легким отношением к ней в целом. Несмотря на неоднозначность связанных с данной шкалой личностных свойств с точки зрения профессиональной важности, можно предположить, что подобное сочетание — компонентов самоконтроля и экспрессивности, — позволит студентам, с одной стороны, не утратить внутреннюю «искру» при взаимодействии с незнакомыми людьми, к которым изначально и относятся клиенты, а с другой стороны, в достаточной степени контролировать её проявления в ходе профессиональной деятельности.



Рисунок 12 - Взаимосвязи шкалы «Эмпатия к незнакомым и малознакомым людям» и личностных свойств студентов-психологов первого курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

Для четвертого курса студентов-психологов эмпатия к незнакомым и малознакомым людям характеризуется наличием взаимосвязей с экстраверсией ($r=0,412$), включающей активность ($r=0,208$) и поиск впечатлений ($r=0,404$) (рисунок 13). Можно сказать, что общительность, открытость, потребность во взаимодействии как таковом, причем чем

разнообразнее, тем лучше, соответствует проявлению эмпатии к незнакомцам. То есть, экстравертированная направленность соотносится с заинтересованностью во внутреннем мире людей, не входящих в круг общения, что соответствует личности успешного психолога, для которого необходимость в установлении и поддержании контактов является незаменимым профессиональным качеством.

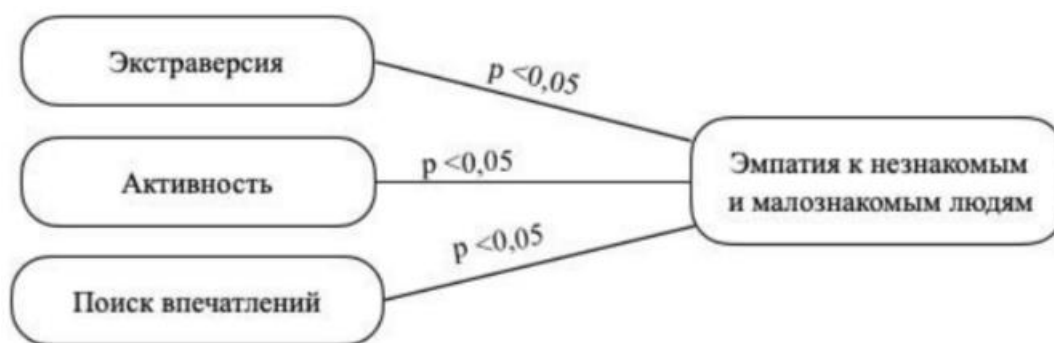


Рисунок 13 - Взаимосвязи шкалы «Эмпатия к незнакомым и малознакомым людям» и личностных свойств студентов-психологов четвертого курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

Наконец, показатель общего уровня эмпатии обнаруживает больше всего значимых взаимосвязей с личностными свойствами студентов-психологов первого курса (рисунок 14). Так, эмпатия в целом, связана с экстраверсией ($r=0,322$), включающей доминирование ($r=0,420$) и привлечение внимания ($r=0,375$), с фактором самоконтроля ($r=0,406$), содержащим такие первичные факторы как аккуратность ($r=0,316$), настойчивость ($r=0,489$), предусмотрительность ($r=0,326$), а также с экспрессивностью ($r=0,419$) и входящими в неё любознательностью ($r=0,305$) и артистичностью ($r=0,364$). То есть, уровень эмпатии соотносится с общей направленностью во «вне», с потребностью в общении, взаимодействии, однако нетривиальном и не рутинном, в сочетании с достаточным уровнем самообладания, со стремлением к порядку и утверждением общечеловеческих ценностей.

Несмотря на то, что высокая экстравертированность предполагает снижение контроля над чувствами и поступками, можно предположить, что подобное сочетание личностных свойств: открытость, но в сочетании с волевой регуляцией – позволяет в полной мере проникнуть во внутренний мир другого человека, прочувствовать его без вреда при этом как для себя, так и для другого человека, что является важным в психологической профессии.

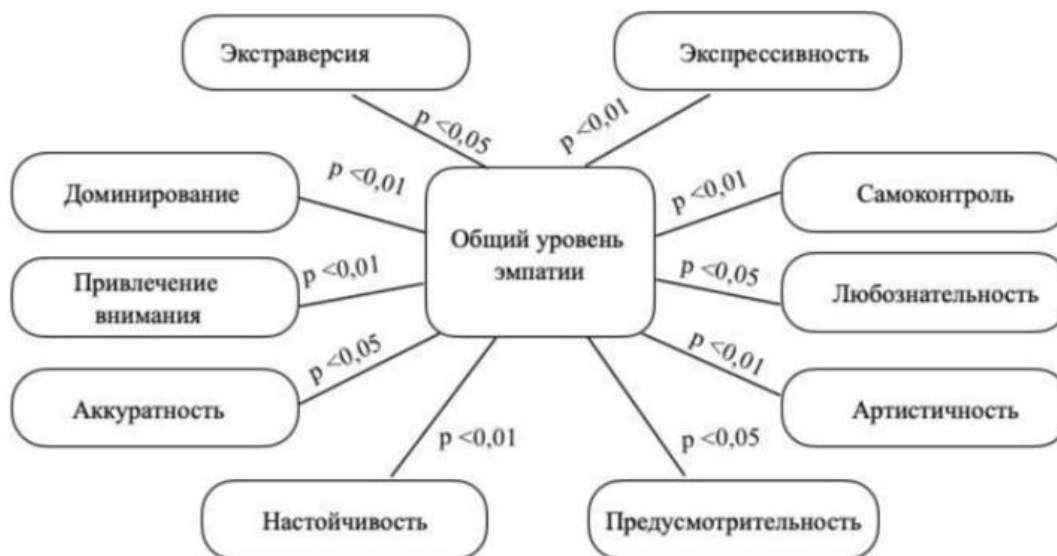


Рисунок 14 - Взаимосвязи общего уровня эмпатии и личностных свойств студентов-психологов первого курса

Условные обозначения: ————— прямой характер взаимосвязей

Стоит отметить, что значимых взаимосвязей общего уровня эмпатии с личностными чертами в группе студентов четвертого курса обнаружено не было. Можно предположить, что подобный результат обусловлен тем, что к четвертому курсу эмпатия в целом теряет генерализированность и обобщенность становится более специфической характеристикой, имеющей профессиональную направленность, связанной не с личностными свойствами, а отвечающей запросам, возникающим в профессиональной деятельности и удовлетворяющей их.

Что касается рефлексии студентов-психологов, то в данном направлении исследования большее количество взаимосвязей и личностных

свойств обнаруживается у первокурсников. Были получены следующие взаимосвязи.

Таблица 5 - Значимые взаимосвязи личностных свойств и типов рефлексии студентов 1 курса

	Системная рефлексия	Интроспекция	Квазирефлексия
Экстраверсия	0,352**	–	–
Общительность	0,295*	–	–
Поиск впечатлений	0,305*	-0,335*	–
Понимание	0,308*	–	–
Самоконтроль	0,318*	–	-0,387**
Аккуратность	–	–	-0,273*
Настойчивость	0,298*	–	-0,327*
Ответственность	0,274*	–	-0,289*
Самоконтроль поведения	–	–	-0,293*
Эмоциональность	–	0,795**	0,279*
Тревожность	–	0,658**	–
Напряженность	–	0,640**	–
Депрессивность	–	0,724**	–
Самокритика	-0,416**	0,614**	–
Эмоциональная лабильность	–	0,565**	0,398**
Экспрессивность	–	–	0,489**
Любознательность	–	–	0,652**
Сензитивность	0,354**	–	–
Пластичность	–	–	0,541**

Условные обозначения: *— $p < 0,05$; **— $p < 0,01$

Такой тип рефлексии как системная рефлексия у студентов первого курса положительно коррелирует с экстраверсией ($r=0,352$), входящими в неё первичными факторами общительностью ($r=0,295$), поиском впечатлений ($r=0,305$), с пониманием ($r=0,308$), с фактором самоконтроля ($r=0,318$), включающим настойчивость ($r=0,298$), ответственность ($r=0,274$), с

сензитивностью ($r=0,354$), а также обнаруживает обратную связь с самокритичностью ($r=-0,416$) (таблица 5).

То есть, можно судить о том, что способность дистанцироваться от собственных переживаний и мыслей, умение рассмотреть ситуацию с разных сторон и в разных аспектах имеет положительную взаимозависимость с экстравертированной направленностью личности, которой присуще чуткость и понимание чужих переживаний, способность «чувствовать» ситуацию, самодостаточность, а также высокий уровень саморегуляции.

Будучи наиболее адаптивным видом, преобладание системной рефлексии можно считать желательным, если не обязательным для будущих психологов, что особенно подтверждается наличием взаимосвязей между системной рефлексией и необходимыми профессионально-важными свойствами.

Интрорспекция, называемая так же самокопанием, образует обратную взаимосвязь с показателем поиск впечатлений ($r=-0,335$), а также прямую достаточно сильную взаимозависимость с эмоциональностью ($r=0,795$) и всеми входящими в неё компонентами: тревожность ($r=0,658$), напряженность ($r=0,640$), депрессивность ($r=0,724$), самокритичность ($r=0,614$), эмоциональная лабильность ($r=0,565$) (таблица 5).

Интрорспекция характеризуется сосредоточенностью на собственном состоянии и переживаниях, в связи с чем взаимосвязь с эмоциональной неустойчивостью или нейротизмом весьма закономерна. Чем характернее для человека постоянное переживание негативных эмоций, чувство беспомощности, тревожности, собственной не состоятельности, тем в большей степени ему будет свойственно стремление справиться с ними через попытки разобраться в себе, как и наоборот.

Стоит отметить, что преобладание данного вида рефлексии, ко всему прочему связанного с «анти-профессиональными» свойствами нежелательно с точки зрения профессионально-важных качеств психолога, ввиду того, что излишняя погруженность в собственные переживания, заикленность на них

не способствует успешной включенности в профессиональную деятельность и может привести к возникновению негативных эффектов, в частности, проекций.

Уровень квазирефлексии студентов первого курса обнаруживает отрицательные взаимосвязи с фактором самоконтроля ($r=-0,387$), а также с большинством его составляющих: аккуратность ($r=-0,273$), настойчивость ($r=-0,327$), ответственность ($r=-0,289$), самоконтроль поведения ($r=-0,293$). Кроме этого, имеют место прямые взаимосвязи с эмоциональностью ($r=0,279$), эмоциональной лабильностью ($r=0,398$), экспрессивностью ($r=0,489$), любознательностью ($r=0,652$) и пластичностью ($r=0,541$) (таблица 5).

Квазирефлексия определяется как направленная на объект не относящийся к реальной актуальной ситуации, как своеобразный уход от реальности, что весьма соотносится с импульсивностью, являющейся обратной стороной самоконтроля, в сочетании с экспрессивностью, которые в совокупности образуют портрет беспечного человека, старающегося не обременять себя общественными нормами и тяготами повседневной, материальной жизни, а также планированием и выстраиванием алгоритмов поведения заранее предусматривающих исход решения, что так же соответствует «анти-профессионалу». За счет того, что квазирефлексия определяется авторами как своеобразный механизм защиты, высокие значения по ней в сочетании с негативными для профессии психолога свойствами, могут свидетельствовать о наличии необходимости психологической помощи для самого психолога.

Значимые взаимосвязи личностных свойств и типов рефлексии студентов-психологов четвертого курса так же имеют определенные закономерности, а кроме того, как сходства, так и различия со взаимосвязями личностных свойств и рефлексии, обнаруженными у первого курса. Так, у выпускников, системная рефлексия положительно коррелирует с уважением

к другим ($r=0,376$), с самоконтролем ($r=0,397$), ответственностью ($r=0,374$), самоконтролем поведения ($r=0,435$) и сензитивностью ($r=0,555$) (таблица 6).

Таблица 6 - Значимые взаимосвязи личностных свойств и типов рефлексии студентов психологов четвертого курса

	Системная рефлексия	Интроспекция	Квазирефлексия
Уважение к другим	0,376*	–	–
Самоконтроль	0,397*	–	–
Ответственность	0,374*	–	–
Самоконтроль поведения	0,435*	–	–
Эмоциональность	–	0,785**	0,483**
Тревожность	–	0,689**	–
Напряженность	–	0,761**	0,527**
Депрессивность	–	0,657**	0,384*
Самокритичность	–	0,447*	–
Эмоциональная лабильность	–	0,581**	0,446*
Экспрессивность	–	-0,395*	–
Любознательность	–	–	0,509**
Сензитивность	0,555**	–	-0,383*
Пластичность	–	-0,556**	–

Условные обозначения: *— $p < 0,05$; **— $p < 0,01$

Разностороннее рассмотрение ситуации, в частности, ситуации взаимодействия, сложно представить без уважительного отношения к партнеру или партнерам этого взаимодействия, должной чувствительности к ним и к ситуации в целом, точно так же как и без определенного уровня саморегуляции, позволяющего корректировать собственное поведение, что, как уже отмечалось, необходимо для успешного осуществления профессиональной деятельности.

Как можно заметить, как и у первокурсников системная рефлексия четвертого курса образует основные связи с самоконтролем и его компонентами, однако в отличие от студентов первого курса здесь не

наблюдается взаимосвязей с экстраверсией и её составляющими. Можно предположить, что для студентов старшего курса для построения цельной характеристики ситуации, что подразумевает системная рефлексия, направленность во «вне» не является обязательным условием, в связи с чем, данный тип рефлексии для них связан с сочетанием уважительного отношения к субъектам взаимодействия, чувствительности к ним и к ситуации в целом, способности контролировать и регулировать собственное поведение и способности нести за него ответственность.

Подобное, в целом, отвечает характеристикам профессиональной деятельности психолога, при взаимодействии с клиентом, ключевым моментом для него является не потребность в общении и праздный, бытовой интерес к его личности, а планомерность, последовательность в поведении, способность понять, что с ним происходит, что он испытывает. Кроме того, можно предположить, что четверокурсники более ориентированы на исследовательскую психологическую деятельность, а не на практическую.

Значение интроспекции у студентов четвертого курса, так же как и у первого, обнаруживает прямую взаимосвязь с эмоциональностью ($r=0,785$) и всеми входящими в неё первичными факторами: тревожность ($r=0,689$), напряженность ($r=0,761$), депрессивность ($r=0,657$), самокритичность ($r=0,447$), эмоциональная лабильность ($r=0,581$). Кроме этого, выявлены обратные взаимосвязи данного типа рефлексии с экспрессивностью ($r=-0,395$) и пластичностью ($r=-0,556$) (таблица 6). То есть, чем более эмоционально неустойчивым, тревожным, неуверенным в себе является человек, тем он более склонен к фиксированности, заикленности на собственном состоянии, самокопанию.

Как можно заметить, взаимосвязи интроспекции с нейротизмом у первого и четвертого курса практически идентичны, значения коэффициента корреляции в обоих случаях находятся в диапазоне 0,561-0,795, то есть функциональную зависимость большинства связей можно охарактеризовать

как среднюю, а отдельных и как сильную. То есть, можно предположить, что несмотря на завершение основной образовательной программы, наличие психологического образования не способствует преодолению склонности к самокопанию, свойственного как первокурсникам, так и четверокурсникам, что может представлять проблему в дальнейшей профессиональной деятельности. Особенно это касается студентов четвертого курса, которые близки непосредственно к вступлению в профессию. Тем не менее, данному вопросу стоит уделить особое внимание, причем еще на этапе профориентации, в связи с тем, что наиболее частым мотивом поступления на факультет психологии является стремление разобраться в себе, решить собственные проблемы, что зачастую не осуществимо только лишь за счет получения новых знаний, а требует целенаправленного обращения к квалифицированным специалистам, поэтому заинтересованных в этом необходимо информировать заранее, до поступления.

Квазирефлексия у четвертого курса в основном связана с эмоциональностью ($r=0,483$) и её составляющими: напряженность ($r=0,527$), депрессивность ($r=0,384$) и эмоциональная лабильность ($r=0,446$). Помимо этого, обнаруживаются значимые взаимосвязи с любознательностью ($r=0,509$) и сензитивностью ($r=-0,383$) — прямая и обратная соответственно. То есть, если человек характеризуется эмоциональностью, сильными переживаниями неприятных событий, слабой способностью «чувствовать» реальную ситуацию, а также тенденцией игнорировать её, то он в большей степени склонен к уходу от актуальной картины, а фокус его внимания будет направлен куда угодно, только не на неё. Можно предположить, что связь квазирефлексии с таким сочетанием личностных свойств обусловлена характером данного вида рефлексии, а именно тем, что она выступает в качестве своеобразной формы психологической защиты, позволяя снизить психологическую нагрузку за счет избегания столкновения с реальными актуальными событиями и направленности на что-то менее реальное, но

более приятное, например, мечты о светлом будущем или же ностальгия по доброму прошлому.

Как можно заметить, у первого и четвертого курса студентов-психологов есть как сходные взаимосвязи квазирефлексии и личностных свойств, так и отличающиеся. Так, например, квазирефлексия первого курса имеет больше всего обратных взаимосвязей с самоконтролем и его составляющими, в то время как для четвертого курса основные взаимосвязи образуются с эмоциональностью и её компонентами, взаимосвязь с любознательностью имеет место в обоих случаях.

Можно предположить, что для первокурсников склонность к квазирефлексии в большей степени связана с импульсивностью, а в совокупности с экспрессивностью и пластичности свидетельствует о том, что квазирефлексия связана со стремлением к упрощению своей жизни, склонности помечтать и пофантазировать, выступает в качестве одного из способов расслабиться. В то время как, преобладание связей квазирефлексии с нейротизмом у четвертого курса, в сочетании со снижением чувствительности к людям и событиям, может свидетельствовать о стремлении «сбежать» из реальности из-за невыносимости переживаний, то есть квазирефлексия выступает как механизм защиты. Тем не менее, как у первого так и у четвертого курса данный вид рефлексии связан с «отрицательными» личностными свойствами в контексте профессиональной деятельности, а следовательно, их сильная выраженность коррекции или компенсации, так как несовместима с профессиональной успешностью психолога.

При изучении эмпатии и рефлексии первого и четвертого курсов студентов-психологов были получены следующие значимые взаимосвязи данных показателей (таблица 7).

Таблица 7 - Значимые взаимосвязи эмпатии и рефлексии студентов-психологов первого и четвертого курсов

	I курс	IV курс
--	--------	---------

	Эмпатия к незнакомым людям	Общий уровень эмпатии	Эмпатия к пожилым людям	Эмпатия к вымышленным персонажам
Системная рефлексия	0,435**	0,342*	-0,376*	–
Интрорспекция	–	–	–	0,374*

Условные обозначения: *— различия статистически достоверны ($p < 0,05$); **— различия статистически достоверны ($p < 0,01$)

Как можно заметить, у студентов-психологов первого курса значимые положительные корреляции обнаруживаются между системной рефлексией и эмпатией к незнакомым людям ($r=0,435$), а также между системной рефлексией и общим уровнем эмпатии ($r=0,342$). То есть, чем выше способность к самодистанцированию в ситуации, тем выше эмпатия к незнакомым людям, а также эмпатия в целом, верно и обратное.

Можно предположить, что для рассмотрения ситуации с разных сторон необходимо иметь представление о том, что думают и чувствуют другие люди, однако в то же время, чтобы как можно лучше и глубже «вчувствоваться» в человека, сочувствовать и сопереживать ему, необходимо как можно шире видеть всю картину, представлять её особенности с разных сторон, что можно назвать незаменимой характеристикой идеального психолога. В связи с чем обнаруженные взаимосвязи, среди которых положительных корреляций системной рефлексии и эмпатии нет, студентов-психологов четвертого курса вызывают определенные вопросы, так как подобное сочетание данных характеристик можно назвать желательным, если даже не обязательным, для успешной реализации профессиональной деятельности. В то же время, у четверокурсников значимая отрицательная взаимосвязь обнаруживается между системной рефлексией и эмпатией к пожилым людям ($r=-0,376$), а также между интрорспекцией и эмпатией к вымышленным персонажам ($r=0,374$). То есть, чем выше системная рефлексия, тем ниже эмпатия к пожилым людям и наоборот.

Можно предположить, что подобный результат вызван тем, что пожилые люди, зачастую, отличаются консервативностью и односторонним

взглядом на жизнь и, в силу возраста, воспринимают некоторые события значительно острее, чем они есть на самом деле, в то время как развитая системная рефлексия молодого поколения — студентов четверокурсников — способствующая рассмотрению ситуацию с разных сторон, позволяет им увидеть большее, чем те, что доступны пожилым людям, количество способов разрешения проблемы, тем самым, может казаться, что пожилые люди целенаправленно не ищут простых путей, хотя они и на поверхности, в связи с чем эмпатия к ним может снижаться. Однако выше упомянутая специфика взаимосвязей в контексте профессиональной деятельности может отрицательно сказаться в случае, если субъектом профессионального взаимодействия окажется пожилой человек.

Обнаруженная связь интроспекции и эмпатии к вымышленным персонажам у четвертого курса, предположительно, обусловлена наличием корреляций с одними и теми же личностными свойствами, такими как эмоциональная неустойчивость, самокритичность, депрессивность, эмоциональная лабильность.

Можно предположить, что сочувствие вымышленным персонажам выступает в качестве защитного механизма, позволяющего проецировать собственные переживания на художественного героя, снимая при этом ответственность за них с себя, что, в целом, может быть неуместным для консультирующего психолога, чьи защитные механизмы должны быть максимально проработаны, с целью исключения негативного влияния на процесс консультирования.

Таким образом, были обнаружены значимые взаимосвязи эмпатии, рефлексии и личностных свойств как студентов первого курса, так и четвертого, однако, можно отметить, что данные взаимосвязи имеют свою специфику отличную от курса к курсу.

Так, эмпатия к пожилым людям у студентов-психологов первого курса связана экстравертированной направленностью личности, а эмпатия к детям преимущественно с выраженным самоконтролем, с учетом того, что данные

свойства относятся к категории профессионально-значимых, можно предположить, что будущая профессиональная деятельность с данным контингентом будет проходить успешно. В то же время, корреляций личностных свойств с данными шкалами и общим уровнем эмпатии у четвертого курса обнаружено не было, что может объясняться иной их обусловленностью нежели личностными чертами, например, выработанной за время обучения эмпатической установкой.

Эмпатия к незнакомым людям у четвертого курса характеризуется связями с экстраверсией и связанными с ней характеристиками, то есть с потребностью во взаимодействии, что важно для успешного психолога, особенно на первых этапах установления контакта. У первокурсников данная шкала, как и общий уровень эмпатии, характеризуется большим количеством взаимосвязей с личностными свойствами, которые сложно характеризуются амбивалентностью: профессионально-значимый самоконтроль и противоположная по значимости экспрессивность, однако, можно предположить, что данные свойства могут уравновешивать друг друга в будущей профессиональной деятельности, предоставляя некий простор для творческой реализации, но подчиненный саморегуляции.

Что касается рефлексии, то наиболее адаптивный и профессионально-важный её вид — системная рефлексия у студентов первого курса в большей степени связан с экстравертированностью и самоконтролем, в то время как у четверокурсников — только с самоконтролем. Можно предположить, что рассмотрение всех аспектов ситуации в большей степени связано с волевой регуляцией поведения, нежели с открытостью и общительностью.

Вместе с чем, связи личностных свойств первого и четвертого курсов с интроспекцией очень сходны: в обоих случаях имеют место корреляции данного вида рефлексии с эмоциональной неустойчивостью. То есть, несмотря на компетентность в психологических вопросах четверокурсников, данный опыт не способствует преодолению склонности к самокопанию,

свойственного как первокурсникам, так и четверокурсникам, что может впоследствии осложнить профессиональную деятельность, значительно снизить успешность и ее реализации.

Квазирефлексия у первого и четвертого курса связана с экспрессивностью или же входящими в неё компонентами, а также с эмоциональностью, тем не менее у первокурсников большинство связей обнаруживается с самоконтролем и имеет обратный характер. Вместе с чем, у четвертого курса преобладают связи с эмоциональной неустойчивостью. Связь с таким сочетанием личностных свойств определяется спецификой квазирефлексии — она выступает как механизм защиты, способствуя снижению напряжения путем избегания встречи с актуальными событиями. Как и в ситуации с предыдущим видом рефлексии, сильная выраженность данных характеристик будет препятствовать успешному осуществлению профессиональной деятельности.

Обнаруженную положительную взаимосвязь эмпатии к незнакомым людям и системной рефлексии у студентов-психологов первого курса можно назвать наиболее желательной, подобное сочетание соответствует профессионально-важным качествам успешного психолога.

Тем не менее, у четвертого курса системная рефлексия образует обратную связь с эмпатией к пожилым людям, что может впоследствии негативно отразиться на профессиональном взаимодействии с людьми в возрасте. Кроме этого, интроспекция четверокурсников взаимосвязана с эмпатией к вымышленным персонажам, что напротив, соотносится с «анти-профессиональной» тенденцией с учетом преобладания связей данного вида рефлексии и направленности эмпатии с эмоциональной неустойчивостью, препятствующей продуктивной профессиональной деятельности, следовательно требуется дальнейшее изучение данного вопроса с целью определения способов их коррекции.

Выводы по 2 главе

1. Уровень всех форм эмпатии имеет среднее значение как у студентов-психологов первого, так и четвертого курсов. Статистически значимые различия в уровне эмпатии обнаружены только по шкале «эмпатия к незнакомым или малознакомым людям», этот уровень выше у студентов первого курса. Первокурсники в большей степени склонны проявлять эмпатию к незнакомым людям. Эти результаты лишь частично подтверждают 1 гипотезу.

Значения всех видов рефлексии имеют средний уровень как у студетов-психологов первого, так и четвертого курсов. Значимые различия наблюдаются лишь по шкале «системная рефлексия», что частично подтверждает 1 гипотезу исследования. У первокурсников более развита способность к самодистанцированию, рассмотрению ситуации с разных сторон.

2. Существуют значимые различия в личностных свойствах первого и четвертого курса студентов-психологов, то есть вторая гипотеза так же подтверждается. Первокурсники в большей степени ориентированы на межличностное взаимодействие, чем студенты четвертого курса, для них характерно хорошее понимание человека, а также стремление к сотрудничеству. Тем не менее, для них свойственна более высокая тревожность и самокритичность, в отличие от студентов завершающих обучение, характеризующихся большей уверенностью в собственных силах, независимостью, способностью самостоятельно разрешать проблемные ситуации. То есть, личностные свойства четвертого курса в больше степени соответствуют портрету успешного психолога.

3. Обнаружены значимые взаимосвязи эмпатии и личностных свойств, как у первого, так и у четвертого курса. У первокурсников наблюдается больше значимых взаимосвязей личностных свойств с разными шкалами эмпатии. У студентов четвертого курса, в отличие от первого, отсутствуют

взаимосвязи личностных свойств с эмпатией к детям, к пожилым людям и общим уровнем эмпатии, что может быть связано с профессионализацией эмпатии, отсутствием её обусловленности личностными свойствами. В основном, как у первого так и у четвертого курса разные направленности эмпатии прямо взаимосвязаны с экстравертированностью и самоконтролем, что соотносится с представлениями о психологе, как об эмпатичном, общительном субъекте профессиональной деятельности, способном к волевой регуляции своего поведения.

4. Системная рефлексия, как наиболее адаптивный, относящийся к профессионально-значимым, вид рефлексии, у студентов первого и четвертого курса образует значимые взаимосвязи с самоконтролем и его компонентами. Кроме этого, у первокурсников имеет место взаимосвязь с экстраверсией и её составляющими, что, в сочетании с предыдущими двумя выводами, подтверждает третью гипотезу исследования. Установлено, что, чем больше у студентов выражены данные свойства, тем в большей степени соответствует «идеальному» портрету психолога.

Интрорспекция, которая относится к отрицательным видам рефлексии, у первого и четвертого курсов взаимосвязана с эмоциональностью и входящими в неё первичными факторами. У первого курса больше всего обратных взаимосвязей квазирефлексии с самоконтролем и его составляющими, у четвертого курса основные взаимосвязи образуются с эмоциональностью и её компонентами, сильная выраженность данных свойств будет препятствовать успешному осуществлению профессиональной деятельности, смещая фокус психолога с проблем клиента на собственные переживания.

5. У студентов-психологов первого курса системная рефлексия связана с эмпатией к незнакомым людям и общим уровнем эмпатии. Такая связь является наиболее желательной для успешного психолога. У четверокурсников системная рефлексия отрицательно связана с эмпатией к пожилым людям, а интрорспекция положительно связана с эмпатией к

вымышленным персонажам, что, с учетом связей данного вида рефлексии и с эмоциональной неустойчивостью, может мешать успешному осуществлению профессиональной деятельности, что подтверждает гипотезу 3.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основной целью данного исследования являлось изучение взаимосвязи эмпатии, рефлексии и личностных свойств студентов-психологов, а также их различия на разных этапах подготовки. В теоретической части были раскрыты основные подходы к изучению эмпатии и рефлексии, их значимость для психолога, а также отмечены профессионально-важные личностные качества для психологической профессии.

Гипотезы о взаимосвязи эмпатии, рефлексии и личностных свойств у студентов-психологов первого и четвертого курсов, а также о существовании различий в зависимости от курса, подтвердилась.

В ходе исследования были выявлены значимые различия в выраженности эмпатии, рефлексии и личностных свойств студентов первого и четвертого курсов. Первокурсники более эмпатичны к незнакомым людям, в большей степени способны дистанцироваться от ситуации и охватить все её аспекты. Они в большей степени расположены к установлению контактов, нежели четверокурсники, однако и более тревожны и самокритичны, что в дальнейшем может препятствовать успешной профессиональной деятельности.

В целом, развитая эмпатия по отдельным направлениям у студентов первого и четвертого курсов связана с общей направленностью во «вне», общительностью, а также со способностью к волевой регуляции поведения. Тем не менее, общий уровень эмпатии у четвертого курса связан не с личностными свойствами, а, предположительно, характеризуется профессиональной направленностью и обуславливается соответствующей установкой.

Наиболее адаптивный вид рефлексии у первокурсников связан с профессионально-важными экстравертированностью и самоконтролем, у четверокурсников только с самоконтролем, что отражает профессиональную значимость развитой системной рефлексии для будущих психологов. В то же

время отрицательные виды рефлексии — квазирефлексия и интроспекция связаны с высокой эмоциональностью у четверокурсников и низким самоконтролем и высокой эмоциональностью у первокурсников, относящихся к свойствам препятствующими успешной реализации психологической деятельности.

Обнаруженные связи эмпатии и рефлексии у первого и четвертого курса студентов-психологов характеризуются неоднозначностью. Так, эмпатия к незнакомым людям у первокурсников связана со способностью разностороннего анализа ситуации, в то время как эта же способность у четверокурсников связана со снижением эмпатии к пожилым людям, кроме этого, высокая эмпатия к вымышленным персонажам коррелирует с высоким уровнем самокопания, что можно считать непродуктивной тенденцией в контексте профессиональной деятельности.

Положительная динамика развития профессионально-значимых свойств, которая предположительно должна иметь место, отсутствует, напротив к четвертому курсу показатели снижаются. Результаты, полученные в исследовании могут быть использованы для усовершенствования образовательной программы, а также для создания тренинговых программ, направленных на уменьшение влияния негативных характеристик и на развитие и поддержание необходимого уровня развития профессиональнозначимых качеств.

Дальнейшие исследования в рамках данной проблемы необходимо вести в направлении увеличения выборки, а также расширении исследуемых групп, то есть привлечь респондентов, как находящихся на других этапах освоения психологической профессии, так и уже практикующих специалистов, что позволит получить более точные результаты. Кроме этого, разработка и внедрение тренинга, направленного на коррекцию негативных характеристик и развитие профессионально-значимых качеств также представляется перспективным направлением дальнейшей научной работы.

Таким образом, цель исследования достигнута. Задачи решены.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аминов, Н.А. Социально-психологические предпосылки специальных способностей школьных психологов / Н.А. Аминов, М.В. Молоканов // Вопросы психологии. – 2019. – №12. – С. 73-84.
2. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания/ Б.Г. Ананьев. — СПб.: Питер, 2001. — 288 с.
3. Берулава, Г. А. Методологические основы деятельности практического психолога: Учеб. пос. / Г.А. Берулава. — М.: Высшая школа, 2003. — 64 с.
4. Бодалев, А.А. Психология общения / А.А. Бодалев. – М.: Изд-во «Институт практической психологии», 2015. – 320 с.
5. Быкова, Е.А. Особенности профессионально важных качеств психолога / Е.А. Быкова // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2018. – №3. – С. 108– 115.
6. Вартанян, В. М. Эмпатия в структуре индивидуальнопсихотипологических особенностей личности: дис. ... канд. психол. наук / В.М. Вартанян. — Ставрополь, 2020. — 172 с.
7. Вартанян, В.М. Эмпатия как ключевой фактор успешной профессиональной деятельности психолога / В.М. Вартанян // Современные психолого-педагогические проблемы высшей школы. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1985. – №4. – С. 67 – 73.
8. Верняева Т.А. Профессионально-личностный портрет психолога: дис. ... канд. психол. наук. / Т.А. Верняева. — ТСПб.: СПбГУ, 1997. — 200 с.
9. Гуткина, Н.И. О психологической сущности рефлексивных механизмов / Н.И. Гуткина // Психология личности: теория и эксперимент. — М., — 1982. — С. 100–108.
10. Дмитриева, Л. А. ПВК психологов на разных этапах профессионализации /Л.А. Дмитриева // Полилингвильность и транскультурные практики. — 2018. — №2. — С. 49—55.

11. Долгова, В.И. Эмпатия / В.И. Долгова, Е.В. Мельник. – М.: Издательство «Перо», 2017. – 185 с.
12. Донцов, А.И. Профессиональные представления студентов – психологов / А.И. Донцов, Г.М. Белокрылова // Вопросы психологии. – 2021. – № 2. – С.44–50.
13. Дружинин, В.Н. Когнитивные способности: структура, диагностика, развитие/ В.Н. Дружинин. — СПб.: ИМАТОН-М, 2001. — 224 с.
14. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология / В.Н. Дружинин — СПб: Изд-во «Питер», 2000. — 320 с.
15. Дубровина, И.В. Школьная психологическая служба: вопросы теории и практики / И.В. Дубровина. – М. : Педагогика, 1991. – 232 с.
16. Дударева, В.Ю. Феноменология рефлексии и направления её изучения в современной зарубежной психологии/ В.Ю. Дударева, И.Н. Семенов // Психология.Журнал Высшей школы экономики. — 2019. — №1. — С. 101–120.
17. Дьяченко, М.И. Психология высшей школы: Учеб. пособие для вузов / М.И. Дьяченко, Л.А.Кандыбович — Мн.: Изд-во БГУ, 1981. — 383 с.
18. Егоренко, Т.А. Становление рефлексивно-эмпатийных свойств личности студента-психолога как основания его психологического благополучия на этапе допрофессионального развития / Т.А. Егоренко // Мир науки. Педагогика и психология. — 2019.— № 3 — С. 56–67.
19. Жуматаева, М.С. Профессионально-важные качества будущих психологов / М.С.Жуматаева, М.К.Бапаева// Достижения науки и образования. — 2018. —№1. — С. 58—61.
20. Знаков, В.В. Самопонимание субъекта как когнитивная и экзистенциальная проблема / В.В. Знаков // Психологический журнал. — 2019. — Т. 26, № 1. — С. 18–28.
21. Измайлова, Г.Х. Личностное развитие студентов-психологов — залог успешной профессиональной деятельности / Г.Х. Измайлова // Армия и общество. — 2017.— №4 (32). — С. 58–62.

22. Карандашев, В.Н. Введение в профессию: психолог: учебник и практикум для вузов / В. Н. Карандашев. — 7-е изд., перераб. и доп. — М: Юрайт, 2020. — 476 с.
23. Карпов, А.В. Психология рефлексии / А.В. Карпов, И.М. Скитяева. — Ярославль: Аверс Пресс, 2001. — 203 с.
24. Карягина, Т.Д. Профессионализация эмпатии: постановка проблемы / Т.Д. Карягина // Консультативная психология и психотерапия. — 2015. — Т. 23. № 5. — С. 235–256.
25. Карягина, Т.Д. Философские и научные контексты проблемы эмпатии / Т.Д. Карягина // Московский психотерапевтический журнал. — 2017. — № 4. — С. 50–74.
26. Карягина, Т.Д. Эволюция понятия «эмпатия» в психологии: дис. ... канд. психол. наук / Карягина Татьяна Дмитриевна. — М., 2019. — 175 с.
27. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. — Ростовн/Д: Феникс, 1996. — 304 с.
28. Крупнов, А.И. Системно-диспозиционный подход к изучению личности и ее свойств / А.И. Крупнов // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. — 2015. — №1. — С. 63—73.
29. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы, эмоции / А.Н. Леонтьев. — М.: Изд-во МГУ, 1971. — 40 с.
30. Леонтьев, Д.А. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: отобъяснительной модели к дифференциальной диагностике / Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2020. — № 11(4). — С. 110 – 135.
31. Леонтьев, Д.А. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции / Д.А. Леонтьев, А.Ж. Аверина // Психологические исследования. — 2018. — № 2(16).
32. Лобанова, Ю.И. Исследование влияния рефлексивного механизма на успешность профессиональной подготовки современного специалиста: автореферат дис канд. психол. наук. / Ю.И. Лобанова. — СПб., 1998. — 20 с.

33. Медведева, Е.Н. Влияние уровня личностной тревожности на эмпатию у студентов / Е.Н. Медведева, В.А. Смирнова, А.А. Гайворонская // Смоленский медицинский альманах. — 2016. — №4. — С. 235–237.
34. Носкова, Н.В. Лонгитюдное исследование эмпатии и рефлексии у студентов-психологов в процессе обучения // Психология обучения. — 2018. — № 3. — С. 65 — 72.
35. Обозов, Н.Н. Межличностные отношения / Н.Н. Обозов. – Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1979. – 150 с.
36. Овчарова, Р.В. Практическая психология образования: Учеб. пособие для студ. психол. фак. университетов. / Р.В. Овчарова. — М.: Издво «Академия», 2003. — 448 с.
37. Овчарова, Р.В. Справочная книга школьного психолога / Р.В. Овчарова. – М.: Просвещение, 1996. – 352 с.
38. Петрова, Н.С. Рефлексия и интеллект как основа формирования саморегуляции у студентов профессионального обучения / Н.С. Петрова // Вестник Костромского государственного университета. — 2018. — №4.— С. 167–171.
39. Пряжников, Н.С. Психология труда: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.С. Пряжников, Е. Ю. Пряжникова. — 5-е изд., стер. — М.: Изд-во «Академия», 2009. — 480 с.
40. Рейнвальд, Н.И. Психология личности. / Н.И. Рейнвальд. — М.: Издво УДН, 1987. — 200 с.
41. Семенов, И.Н. Психология рефлексии в организации творческого процесса мышления: автореферат дис. ... докт. психол. наук. — М., ИП РАН. — 48 с.
42. Сизикова, М.В. Эмпатия как фундаментальное измерение работы психолога-консультанта / М.В. Сизикова // Общество: социология, психология, педагогика. — 2019. — № 9. — С. 28–31.

43. Слободчиков, В.И. Психологические проблемы становления внутреннего мира человека. / В.И. Слободчиков // Вопросы психологии. — 1986. — № 4. — С. 14—22.
44. Степанов, С.Ю. Психология рефлексии: проблемы и исследования / С.Ю.Степанов, И.И. Семенов // Вопросы психологии. — 1985. — №3. — С.31—40.
45. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П. Фетиский, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. — М.: Изд-во Института Психотерапии. — 2002. —490 с.
46. Холмогорова, А.Б. Нарушения рефлексивной регуляции познавательной деятельности при шизофрении: дис канд. психол. наук / А.Б. Холмогорова. — М.: МГУ, 1983. — 213 с.
47. Хромов, А.Б. Пятифакторный опросник личности: Учебнометодическое пособие / А.Б. Хромов. — Курган: Изд-во Курганского гос. университета, 2018. — 23 с.
48. Чеботарева, Е.Ю. Развитие профессионально важных качеств в аспекте адаптации студентов к профессии / Е.Ю. Чеботарева, Л.А. Дмитриева// Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. — 2019. — №1. — С. 31—36.
- 49.Чернов, А.В. Особенности взаимосвязи рефлексии и индивидуальнопсихологических особенностей личности студентов-психологов/ А.В. Чернов //Психология и современный мир: материалы науч. конф. — Архангельск: Изд-воИПЦ САФУ, 2017. — С. 248—251.
50. Щедровицкий, П.Г. Идея рефлексии, изложенная в самыхобщих чертах / П.Г. Щедровицкий // Модели рефлексии. — Новосибирск, 1995. — С. 21-37.
51. Юсупов, И.М. Психология эмпатии (Теоретические и прикладные аспекты): дис. ... докт. психол. наук / И.М. Юсупов. — СПб., 1995. — 252 с.
52. Astington, J.W. Theory of mind, Humpty Dumpty, and the icebox / J.W. Astington // Human Development. — 1998. — №41. — pp. 30—39.

53. Beitel, M. Psychological mindedness and awareness of self and others / M. Beitel, E. Ferrer, J.J. Cecero // *Journal of Clinical Psychology*. — 2005. — №61 (6). — pp. 739–750.
54. Estes, D. Young children's awareness of their mental activity: The case of mental rotation / D. Estes // *Child Development*. — 1998. — Vol. 69. № 5. — pp. 1345–1360.
55. Flavell, J.H. Development of children's knowledge about the mental world / J.H. Flavell // *International Journal of Behavioral Development*. — 2000. — №24 (1). — pp. 15–23
56. Hua, W. Psychometric properties of a Chinese version of the Psychological Mindedness Scale / W. Hua, M. Beitel, Z. Schuman-Olivier, et al. // *Journal of the American Psychoanalytic Association*. — 2007. — № 55 (1). — pp. 300–305.
57. Langer, E.J. Rethinking the role of thought in social interaction / E.J. Langer // *New directions in attribution research*. — N.J.: Erlbaum, 1978. — №2. — pp. 36–58.
58. Nelson, K. Children's theory of mind: an experiential interpretation / K. Nelson, D. Plesa, S. Henseler // *Human Development*. — 1998. — №41. — pp. 7–29.
59. Otani, H. Metacognition: new issues and approaches (Guest editor's introduction) / H. Otani, R.L. Widner // *The journal of general psychology*. — 2005. — №132 (4). — pp. 329–334.
60. Premack, D. Does the chimpanzee have a theory of mind? / D. Premack, G. Woodruff // *Behavioral and Brain Sciences*. — 1978. — №1. — pp. 515–526.
61. Veenman, M.V.J. Metacognition and learning: conceptual and methodological considerations / M.V.J. Veenman, B.H.A.M. Van Hout Wolters, P. Afflerbach // *Metacognition and Learning*. — 2006. — №1. — pp. 3–14.

