

УДК 159.9.075

Пономарева Марина Авинировна

кандидат психологических наук, доцент,
заведующий кафедрой кадровой политики
и психологии управления

Академия управления при Президенте
Республики Беларусь
г. Минск, Беларусь

Marina Ponomareva

PhD in Psychology, Associate Professor,
Head of the Department of Personnel Policy
and Psychology of Management

Academy of Public Administration under
the President of the Republic of Belarus
Minsk, Belarus
e-mail: Ponomareva.m.av@yandex.by

РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ У БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ КАК АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

DEVELOPING EMPATHY IN FUTURE TEACHERS AS A CURRENT PROBLEM OF MODERN EDUCATION

В статье автор рассматривает эмпатию как важнейшее личностное свойство педагога, которое обеспечивает эффективность профессиональной деятельности. Проанализированы актуальные проблемы в подготовке педагогов, определены перспективные пути их решения. В работе предложено использовать кейсы и художественные тексты в процессе преподавания педагогических дисциплин для целенаправленного развития эмпатии. Представлен алгоритм реализации последовательной активизации механизмов эмпатийного процесса, который направлен на развитие когнитивного, эмоционального и конативного компонентов эмпатии.

Ключевые слова: эмпатия; эмоциональное развитие; интерактивные методы; педагогическое взаимодействие; эмпатийные механизмы; эмоциональное заражение; идентификация; рефлексия; децентрация; позитивный имидж педагога.

In the article, the author considers empathy as the most important personal quality of a teacher, which ensures the effectiveness of professional activity. The current problems in the training of teachers are analyzed, potential ways to resolve them are identified. The work proposes to use cases and fiction texts in the process of teaching pedagogical disciplines for the purposeful development of empathy. An algorithm for implementing the consistent activation of the mechanisms of the empathic process is presented, which is aimed at developing the cognitive, emotional and conative components of empathy.

Key words: empathy; emotional development; interactive methods; pedagogical interaction; empathic mechanisms; emotional contagion; identification; reflection; deceleration; positive image of the teacher.

Современное образование стоит на пути технологических, социальных и культурных трансформаций. Глобализация, рост цифровых коммуникаций

и усиление социальной разобщенности ставят перед педагогами новые вызовы, среди которых развитие эмпатии занимает центральное место. Эмпатия, определяемая как способность понимать и разделять эмоции других, является основой для построения гуманного общества, профилактики буллинга и формирования инклюзивной среды. Однако исследования фиксируют снижение уровня эмпатии у подростков на 40 % за последние два десятилетия, что связывается с влиянием цифровых технологий, увеличением времени, проводимого в виртуальном пространстве молодыми людьми, и недостаточным вниманием, которое уделяется воспитанию личности в процессе обучения.

Сегодня остро стоит проблема повышения качества образования. Важным моментом является совершенствование подготовки педагогов, формирование их профессиональных и личностных компетенций, ведь именно они являются субъектами трансляции знаний для будущего поколения. Эмпатия является важнейшим и необходимым личностным свойством педагога, так как она способствует созданию благоприятного климата в коллективе, повышает вовлеченность обучающихся в образовательный процесс и эффективность педагогического взаимодействия, позволяет реализовать принципы активности, индивидуализации и воспитательной направленности образования.

Среди исследователей наблюдаются значительные расхождения в трактовках и интерпретации данного понятия. Сравнение определений эмпатии, предложенных в различных психологических словарях и научных трудах, позволило обнаружить, что данный феномен рассматривается как способность, свойство, умение, процесс и состояние. Одни авторы рассматривают эмпатию как способность индивида эмоционально отзываться на переживания других людей (Т. П. Гаврилова, А. Меграбян). Другие интерпретируют ее как понимание и чувство в переживании (Р. Б. Карамуратова, В. А. Лабунская). Некоторые исследователи полагают, что эмпатия является одним из основных механизмов регуляции межличностных отношений (Н. Н. Обозов, Л. Н. Джрназян).

Трудности прикладных исследований во многом обусловлены также тем, что в психологической литературе понятию «эмпатия» соответствует широкий набор уточнений (эмпатическое взаимодействие, эмпатийные реакции, эмпатические способности, эмпатийные отношения). Кроме того, вместо «эмпатии», но в сходных значениях, употребляются другие термины: сопереживание, сочувствие, сострадание, альтруизм, просоциальное поведение, социальная сензитивность.

Несмотря на различия в определении феномена эмпатии, большинство исследователей считают, что эмпатия предполагает способность распознавать эмоции и чувства окружающих, осуществлять эмоциональный отклик

на переживания других, умение представить себя на их месте, стремление оказать им поддержку и выступает основой нравственной регуляции поведения личности.

Системный подход позволяет рассмотреть эмпатию, с одной стороны, как элемент целостной структуры личности, с другой – как интегративное образование, включающее когнитивный, эмоциональный и конативный компоненты. *Когнитивный компонент* эмпатического взаимодействия предполагает осмысление внутренней жизни другого человека, способность принять его роль, перспективу, позицию. *Эмоциональный компонент* характеризуется переживанием эмоционального состояния другого человека в ответ на его поведение; происходит восприятие субъектом эмпатии его эмоций, передаваемых по каналам межличностной коммуникации. *Конативный компонент* включает стремление оказать поддержку окружающим и может привести к конкретной помощи и содействию [1].

Анализ литературы по проблеме развития эмпатии свидетельствует о том, что эта тема достаточно широко представлена в теоретико-методологических и научно-практических исследованиях [1; 2]. В современной психолого-педагогической литературе эмпатия рассматривается как базовая характеристика подготовки будущих учителей [2], условие эффективности профессиональной деятельности педагога [3], педагогическая ценность, которую необходимо формировать в процессе обучения [4].

Несмотря на актуальность и практическую значимость заявленной проблемы, целенаправленному развитию эмпатии у будущих педагогов в процессе их профессиональной подготовки уделяется недостаточно внимания. Учитывая тот факт, что сензитивным периодом для развития эмпатийных качеств является юношеский возраст, целесообразно именно в период обучения в учреждении высшего образования сконцентрировать усилия на содержании учебных программ педагогических дисциплин, формах и методах проведения занятий, создающих условия для актуализации личностного потенциала студентов в аспекте активизации эмпатийных механизмов [5].

В настоящее время в подготовке педагогов можно выделить следующие актуальные проблемы:

– когнитивно-эмоциональный дисбаланс – в педагогическом образовании делается акцент на предметные и методические знания, в то время как развитию эмоционального интеллекта и эмпатии уделяется мало внимания; смещается фокус с эмоционального воспитания на академические достижения;

– недостаточность практико-ориентированных форм обучения – студенты педагогических вузов редко «отрабатывают» эмпатию в реальных или смоделированных ситуациях общения с учащимися;

– низкий уровень осознания важности эмпатии как значимого профессионального качества педагога – многие воспринимают ее как второстепенное свойство, не влияющее на профессиональную успешность.

Вместе с тем современная образовательная система должна быть ориентирована не только на передачу знаний, но и на воспитание социально ответственной личности. Эмпатия способствует развитию эмоционального интеллекта, снижению уровня агрессии, улучшению коммуникативных навыков.

Однако традиционные методы обучения часто не уделяют достаточного внимания эмоциональному воспитанию. Преобладание академических достижений над социально-эмоциональным развитием приводит к дефициту эмпатии у учащихся.

В настоящее время развитие эмпатии «блокируется» вследствие следующих факторов:

1) влияние цифровых технологий – сокращение живого общения, подмена эмоций шаблонными реакциями;

2) индивидуализация обучения – акцент на личных достижениях снижает интерес к переживаниям других;

3) дефицит педагогических методик – не все преподаватели владеют технологиями развития эмпатии;

4) культурные и социальные барьеры – стереотипы и предрассудки мешают пониманию людей с другим опытом.

По данным эмпирических исследований, подростки, проводящие больше 6 часов в день в социальных сетях, на 30 % хуже распознают мимику (МГППУ, 2023; исследование опубликовано на сайте doverieclub.ru); алгоритмизация общения (TikTok и YouTube Shorts) сокращает концентрацию внимания, что тормозит развитие когнитивной эмпатии; феномен «цифрового аутизма», выражающийся в замене живого диалога шаблонными реакциями, препятствует пониманию эмоций другого человека [6].

Это делает проблему целенаправленного развития эмпатии особенно актуальной и социально востребованной. Для повышения эффективности профессиональной деятельности педагогов целесообразно проводить планомерную работу, направленную на развитие эмпатии в процессе обучения.

Представляются целесообразными следующие пути решения обозначенной проблемы:

1) внедрение социально-эмоционального обучения – включение в учебные программы педагогических дисциплин тем, направленных на развитие эмпатии, сотрудничества и саморегуляции;

2) использование интерактивных методов – ролевых игр, тренингов, ситуационного моделирования, реальных кейсов;

3) развитие умений активного слушания – развитие у субъектов образовательного процесса умений воспринимать и адекватно интерпретировать чужую точку зрения без осуждения;

4) углубление межкультурной коммуникации – взаимодействие с учетом понимания межкультурных различий, традиций.

Полагаем, что целесообразным является использование в учебных программах отрывков из художественных произведений и кейсов с описанием реальных ситуаций из сферы педагогического взаимодействия.

Выбор кейсов и отрывков из художественных текстов с целью развития эмпатии должен отвечать следующим условиям:

- описанные ситуации должны быть эмпагогенными, характеризоваться высокой степенью эмоциональных переживаний участников;

- выбранные ситуации или фрагменты художественных произведений должны содержать проблемную ситуацию, способную актуализировать гуманистическую направленность на другого человека;

- представленные проблемы должны быть лично значимы для обучающихся;

- выбранные ситуации должны быть незавершенными и позволять выбрать и обосновать способ решения проблемы.

В процессе сопереживания и сочувствия описанным героям в художественных текстах или участникам ситуации педагогического взаимодействия, описанной в кейсе, на основе идентификации с ними можно активизировать механизмы эмпатийного процесса и сформировать новое отношение к участникам.

Полагаем, что основными механизмами эмпатийного процесса являются: эмоциональное заражение, идентификация, личностная рефлексия, эмоциональная и когнитивная децентрация. Рассмотрим функционирование перечисленных механизмов.

Начальным этапом эмпатийного процесса является эмпагогенная ситуация, которая вызывает *эмоциональное заражение* вследствие высокой степени эмоциональных переживаний действующих в них лиц и актуальности описанных проблем для обучающихся. Именно эмоциональное заражение вызывает эмоциональную *идентификацию* с объектом эмпатии, благодаря которой происходит отождествление себя с участниками ситуации, формируется умение сопереживать – переживать те же чувства, которые они испытывают.

Включение в процесс когнитивных элементов, вызываемое желанием разобраться в ситуации, ослабляет идентификацию, способствуя тем самым переходу на свою собственную позицию, а также переход ко второму этапу процесса – сочувствию. Реализация механизма *личностной рефлексии* приводит к критическому отношению к себе, к осознанию, хотя еще неполно-

му, целесообразности следования нравственным нормам. Сочувствие, таким образом, является уже эмоционально-когнитивным единством, в отличие от первого этапа – чисто эмоционального.

На следующем этапе необходимо актуализировать механизм *эмоциональной децентрации*, при котором обучающийся стремится не только стать на место другого человека, вчувствоваться в его состояние, но и понять свои переживания, мысли. Это приводит к личностным изменениям в субъекте эмпатийного процесса, положительным сдвигам в его эмоционально-мотивационной сфере, к нравственному развитию личности. Механизм *когнитивной децентрации* позволяет осознать необходимость реализации внутреннего содействия и возникновения устойчивого побуждения к ней.

Таким образом, сочувствие и анализ ситуации вызывают импульс к содействию, к «помогающему» поведению, а результатом эмпатийного процесса, по которому можно судить о характеристиках отдельных его звеньев, является реальное содействие.

С целью последовательной активизации механизмов эмпатии в процессе обучения при анализе кейсов и художественных текстов целесообразно использовать эмпатический метод, основанный на концепции развивающего обучения К. Флэйк-Хобсона и К. Робинсона [7]. Выделяются три уровня сопереживания ситуации: уровень первых реакций, эмоциональное постижение, рациональное постижение.

На уровне первых реакций у субъекта образовательного процесса формируется способность поставить себя на место другого человека в предлагаемых ситуациях, а затем проанализировать свои впечатления – чувства, мысли, возможное поведение в такой или аналогичной ситуации.

На втором уровне – уровне эмоциональных реакций – участникам образовательного процесса предлагается почувствовать себя в роли разных участников ситуации взаимодействия. При этом идентификация с героями художественных текстов или ролями в кейсах позволит точно воспринимать их внутренний мир с сохранением эмоциональных и смысловых оттенков.

Главная задача на третьем этапе – этапе рационального постижения – заключается в том, чтобы адекватно осмыслить информацию и интерпретировать причины поведения участников. Субъектам образовательного процесса предлагается определить ключевые моменты ситуации, сформулировать проблемы, спрогнозировать поведение участников и обозначить перспективы их решения.

Таким образом, анализ предложенных ситуаций по общей схеме использования эмпатического метода активизирует развитие когнитивного, эмоционального и конативного компонентов эмпатийного процесса и позволяет понять чувства и мысли другого человека, формирует умение сопереживать людям разных возрастов в различных ситуациях.

Формирование позитивного имиджа педагога является актуальной проблемой общества и образования, в связи с важностью восприятия личности преподавателя обучающимися, что, в свою очередь, благоприятно повлияет на процесс обучения, освоения учебных программ, культуру общения и авторитет профессии педагога.

ЛИТЕРАТУРА

1. Пономарева, М. А. Эмпатия: теория, диагностика, развитие: монография / М. А. Пономарева. – Минск : Бестпринт, 2006. – 76 с.
2. Шкитина, Н. С. Эмпатийная составляющая профессиональной компетентности будущего учителя / Н. С. Шкитина, Н. С. Касаткина, Е. Ю. Немудрая // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2015. – № 6. – С. 113–118.
3. Володина, С. А. Эмпатия как необходимое условие эффективности профессиональной деятельности педагога / С. А. Володина // «Проблемы современного образования». – 2018. – № 1. – С. 56–60. – URL: <http://rmedu.ru/index.php/ru/> (дата обращения: 01.06.2025).
4. Ваганова, О. И. Формирование педагогической эмпатии у бакалавров профессионального обучения / О. И. Ваганова, Н. В. Быстрова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 6. – С. 21–25. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/15177.htm> (дата обращения: 01.06.2025).
5. Пономарева, М. А. Развитие эмпатии у будущих педагогов как условие профессионального становления / М. А. Пономарева // Диверсификация педагогического образования в условиях развития информационного общества : материалы II Международной науч.-практ. конф., Минск, 16 ноября 2024 г. / Белорус. гос. ун-т. – Минск, 2024. – С. 439–446.
6. Шпитцер, М. Антимозг: цифровые технологии и мозг / М. Шпитцер; пер. с немецкого А. Г. Гришина. – М : АСТ, 2014. – 288 с.
7. Флейк-Хобсон, К. Развитие ребенка и его отношение с окружающими / К. Флейк-Хобсон, Б. Робинсон, П. Скин ; пер. с англ. / под общ. ред. М. С. Мацковского. – М. : Центр общечеловеческих ценностей, 1993. – 511 с.

Поступила в редакцию 16.07.2025