

ПРЕДПОЛОЖЕНИЯ О РЕСПОНЗИВНОЙ ПРИРОДЕ ЭМПАТИИ

И.В. Федоров

Томский государственный университет (Томск, Россия)

Аннотация. Рассматривается ряд идей относительно современного понимания феномена эмпатии. Предложено рассматривать эмпатию не как способность человека телесно, чувственно переживать и понимать явления мира и состояния других людей, что традиционно для двадцатого столетия, а как форму психологической активности, воплощающуюся в различных образах в соответствии с конкретными условиями ситуации. Эмпатическая активность – форма фундаментальной, имплицитно присутствующей человеку респонзивной активности. Респонзивность – изменение себя в ответ. Эмпатическую активность в качестве проявления респонзивности мы предлагаем описывать через соответствие трех модулов психологической активности: инициативности, реактивности и рефлексивности. Предложенные положения позволяют интегрировать психотехнический, деятельностный, дифференциальный и другие подходы к пониманию эмпатии в системный и системно-антропологический.

Ключевые слова: эмоции; инициатива; реактивность; рефлексивность, взаимодействие; активность.

От проблемы эмпатии к проблеме эмпатической активности

Феномен эмпатии в философии и психологии традиционно понимался как способность человека телесно, чувственно переживать и понимать воспринимаемые или вспоминаемые состояния Другого. Тенденция к преодолению дихотомии субъекта и объекта и появление подходов, рассматривающих человека не только в интерперспективе, но и в трансперспективе, изменила фокус понимания эмпатии. В обзоре взглядов Западных философов на феномен эмпатии В.Ю. Пузыревский [1] отмечал, что феномен эмпатии важен для философов, ищущих допредикативные основания понимания и отчуждения, эмоционально-познавательного отношения к миру и технике. Если очень коротко обобщать дискуссии двадцатого и начала двадцать первого столетия об эмпатии, то можно главное сомнение сформулировать так: является ли эмпатия методом познания и методом взаимодействия? Ряд подходов отвечает на этот вопрос отрицательно, а ряд – положительно, это зависит от того, какие имплицитные свойства они предполагают в человеке, какие формы активности они предполагают имплицитными в познании и взаимодействии. Основные положения и доводы примерно следующие:

1. Эмпатия – это метод познания, потому что она позволяет человеку установить особую, подлинную, аутентичную дистанцию между субъектом и объектом, выявить способ познания, объединяющий этическое, эстетическое и прагматическое отношение к природе и человеку.

2. Эмпатия не является методом познания, потому что это не исходная, подлинная, дорассудочная способность понимания-бытия, а способ удовлетворения потребности в подлинности и полноте бытия и часто искажается фанатизмом, абстрагированием, отчуждением и пр.

3. Эмпатия – отчасти метод познания, поскольку она является способом конституирования Другого, переноса на Другого и восприятия его как «alter ego».

4. Эмпатия не является методом познания, поскольку представляет собой лишь психологическую интерпретацию, посредством которой можно лишь приблизительно предугадывать замысел, но невозможно понять или воспроизвести смысл.

5. Эмпатия не является методом познания, поскольку она есть моральная эмоция и не может быть убедительным аргументом.

6. Эмпатия является методом познания в той мере, в которой является способностью человека непосредственно познавать.

Обобщив эти точки зрения, можно предположить, что разрешение сомнений лежит в понимании природы эмпатической активности. Чем определяется эмпатия – способностью устанавливать и удерживать дистанцию восприятия или способностью ее восстанавливать, возвращать, компенсировать? Мы предлагаем сформулировать вопрос так: какую роль играют инициативный, реактивный и рефлексивный аспекты в эмпатической активности?

На основании проведенных нами теоретических и эмпирических исследований мы предлагаем ответить на этот вопрос так: эмпатическая активность имеет респонзивный характер; это не способ познания субъектом объекта или другого субъекта, а способ быть ответом, отвечать, т.е. меняться и оставаться собой в соответствии с Другим. Эмпатия – это соответствие различных модусов активности: инициативности (преображения), реактивности (образования) и рефлексивности (воображения).

Наиболее непосредственное применение эмпатия как форма респонзивности, вероятно, имеет в психотерапии. В двадцатом столетии специфику этой профессии даже определяли как деятельность, в которой методом помощи является психотерапевт, а методом получения помощи – клиент. Принятие и присутствие описывались как базальные основания психотерапевтического взаимодействия.

Эмпатическая активность как психотехника

В книге «Методология психологии: проблемы и перспективы» В.Ф. Василюк [2], уделяя большое внимание практике психотерапии,

сравнивает эмпатический отклик терапевта с радиоволнами, которые, чтобы их воспринимали, нуждаются в радиоприемнике. Но радиоприемник – это, строго говоря, не приемник, не только приемник. Он настраивается и резонирует в соответствии с полученным сигналом. И, если говорить о продолжительном «восприятии», то радиоприемник «отвечает» передатчику. Имеет смысл говорить о целостности (системе), характеризующейся особой активностью, направленной не только от «передатчика» к «приемнику», но и от «приемника» и от «мира».

Авторы этой монографии (Ф.Е. Василюк, В.П. Зинченко, Б.Г. Мещеряков, В.А. Петровский, В.И. Пружинин, Т.Г. Щедрина) опираются на дифференциацию процесса переживания и в качестве базовой схемы, дифференцирующей процесс переживания, предлагают уровни или режимы функционирования сознания. Они предлагают различать в системе сознания уровни рефлексии, сознания, непосредственного переживания и бессознательного. Каждому из этих уровней переживания и адекватных им методов они полагают в соответствие четыре базовые психотехнические единицы: «переживание – майевтика», «сознание – понимание», «непосредственное переживание – эмпатия» и «бессознательное – интерпретация».

В психотерапевтическом контексте каждая из этих единиц составляет нерасторжимое единство, элементы которого не имеют самостоятельного существования. Например, бессознательное не может стать реальностью психотерапии без интерпретации; непосредственное переживание клиента тоже не получит статуса реального события внутри психотерапии без эмпатического отклика терапевта (по аналогии с тем, как для того, чтобы радиоволна превратилась в звуковой сигнал, нужен радиоприемник).

Авторы указывают, что различные психотерапевтические школы признают ведущим уровнем для построения главного метода разные из описанных единиц. Психоанализ, считая в качестве базового уровня бессознательное, полагает главным методическим принципом интерпретацию; клиент-центрированная терапия, ориентируясь на уровень непосредственного переживания, опирается на эмпатию; для когнитивной психотерапии ведущий уровень работы – сознание, а главный методический принцип – понимание. Существуют и такие подходы (например, школа парадигматической аналитической психотерапии), которые главную задачу психотерапевтического метода видят в майевтической стимуляции процесса рефлексии. В понимающей психотерапии, которую и разрабатывают авторы монографии, предполагается использование всей гаммы базовых психотехнических единиц, что позволяет избирательно входить в резонанс с разными слоями целостного процесса переживания клиента, и, вслушиваясь во внутренние ритмы и тенденции, гармонизировать работу переживания, помогая ее выполнить в наиболее концентрированном и полном виде.

Мы также считаем, что, отдав должное ортодоксам отдельных школ психотерапии, нам необходимо увидеть симфонию их оснований. Но сведение эмпатии к психотехнике, на наш взгляд, значительно редуцирует смысл эмпатии как специфически человеческой активности. Нам представляется, что терапевт высокой квалификации, идентифицирующий себя, например, с клиент-центрированным направлением, опирается в равной степени и на эмпатию, и на осознание, как и психотерапевт, достигший мастерства в русле психодинамической психологии, только опираются они по-своему, поскольку на пути к вершинам мастерства и опыта каждый из них откорректировал «слабости» школы своей эмпатической активностью. То есть психотерапевт, сохранивший себя и повысивший свою компетентность в психотерапии, собственной эмпатической инициативностью, реактивностью и рефлексивностью действительно согласовал в достаточной мере психотехнические уровни и слои практики.

Эмпатическая активность как специфическая деятельность

В 2013–2014 гг. нами было проведено эмпирическое исследование, в котором участвовали 70 студентов юридического и психологического факультетов. Исследование описано в ряде публикаций [3, 4]. Кроме других данных, в нем мы сравнили эмпатическую активность студентов психологического и юридического факультетов и выяснили, что и те и другие, обладая достаточно развитыми способностями к эмпатии, сохраняя достаточную степень включенности и участия, по-разному проявляют свою активность. Студенты-психологи в ситуации коммуникации без определенного смысла склонны эмоционально сблизиться с незнакомым собеседником, а студенты-юристы – эмоционально дистанцироваться. При этом неправильно говорить, что студенты-юристы менее эмпатичны. Вероятно, их профессиональная ориентация и образование способствуют тому, что именно эмоциональное дистанцирование является для них формой проявления эмпатической активности.

Исследователи физиологии мозга обнаруживают специальные структуры, обеспечивающие эмпатическую активность. При этом, как это характерно для естественнонаучных методов исследования психологической реальности, они концентрируются на реактивности, отражении активности другого, выделяя специализированные нейроны. Активность мозга, отражающая состояние и действия других существ, описывается как активность зеркальных нейронов. Эти нейроны были впервые зарегистрированы в начале 1990-х гг. во фронтальной коре обезьян итальянскими учеными Риццолатти, Галлезе и их коллегами из Пармского университета [5]. Предполагается, что зеркальные нейроны участвуют в нейрофизиологических механизмах эмпатии.

Эмпатическая активность как эмоциональный интеллект

В современной психологии вызывает много споров предположение об эмоциональном интеллекте, который представляется в виде дифференцированной эмпатии [6, 7].

Модель эмоционального интеллекта Рувена Бар-Она была представлена в 1996 г. на собрании американской ассоциации психологов в Торонто (Канада). Но наиболее популярной сегодня является модель эмоционального интеллекта Майера и Салоуэя (модель способностей). Майер и Сэловей выделяют всего четыре составляющие, которые, как мы можем видеть, представляют собой формы соответствия трех выделенных нами модусов эмпатической активности:

1. **Точность оценки и выражения эмоций.** Эмоции являются для нас сигналом о важных событиях, которые происходят в нашем мире, будь это внутренний мир или внешний. Важно точно понимать как свои эмоции, так и эмоции, которые испытывают другие люди. Это умение представляет собой способность определить эмоции по физическому состоянию и мыслям, по внешнему виду и поведению. Кроме того, оно включает в себя и способность точно выражать свои эмоции и потребности, связанные с ними, другим людям. Очевидно, что точность оценки и выражения эмоций не может иметь только инициативный, только реактивный или только рефлексивный характер. Все три модуса должны быть вовремя и в достаточной степени реализованы. При этом человек, точно понимающий и выражающий эмоции, не может быть неизменным и не в ответе за себя и за другого.

2. **Использование эмоций в мыслительной деятельности.** То, как мы себя чувствуем, влияет на то, как мы думаем и о чём мы думаем. Эмоции направляют наше внимание на важные события, они готовят нас к определённым действиям и влияют на наш мыслительный процесс. Эта способность помогает понять, как можно думать более эффективно, используя эмоции. Управляя эмоцией, человек может видеть мир под разным углом и более эффективно решать проблемы. Так же, как и в первом пункте, говоря об использовании эмоций для осмысления, об управлении эмоциями, мы видим необходимость респонзивности (ответности), мыслить и управлять эмоцией не в ответ нельзя. Речь идет о «симфонии» отклика, избирательности, соответствия, намерения и др.

3. **Понимание эмоций.** Эмоции – не случайные события. Их вызывают определённые причины, они меняются по определённым правилам. Эта способность отражает умение определить источник эмоций, классифицировать эмоции, распознавать связи между словами и эмоциями, интерпретировать значения эмоций, касающихся взаимоотношений, понимать сложные (амбивалентные) чувства, осознавать переходы от одной эмоции к другой и возможное дальнейшее развитие

эмоции. Понимание эмоций требует соответствия контексту и основаниям. Очевидно, что, фиксируя конечные стадии понимания эмоций, мы будем иметь дело с рефлексивностью человека, но это не значит, что в этом не проявляется реактивность и инициативность. Именно они и придают рефлексивности адекватность, определяют ее уместность и меру.

4. **Управление эмоциями.** Поскольку эмоции содержат информацию и влияют на мышление, имеет смысл принимать их во внимание при построении логических цепочек, решении различных задач, принятии решений и выборе своего поведения. Для этого необходимо принимать эмоции вне зависимости от того, являются ли они желаемыми или нет, и выбирать стратегии поведения с их учётом. Эта способность относится к умению использовать информацию, которую дают эмоции, вызывать эмоции или отстраняться от них в зависимости от их информативности или пользы; управлять своими и чужими эмоциями.

Можно ли говорить о хороших и плохих эмоциях? Нет. Но, говоря об эмоциональном интеллекте, мы можем говорить о расстройствах, нарушениях интеллекта. В связи с гипотезой о респонзивности эмпатии нарушения и расстройства эмоционального интеллекта могут быть описаны как дефициты эмпатической активности, специфицирующиеся в зависимости от дефицитарности ее модусов: дефицита инициативы, дефицита реактивности или дефицита рефлексии. Поскольку мы системно рассматриваем динамику активности, то можно предположить, что дефицитарность одного модуса активности будет выражаться в относительном профиците проявлений другого модуса. Например, актуальный дефицит инициативы может выглядеть как относительный избыток рефлексии. Но при этом для эмоциональных проявлений такого рода будет характерна закрытость, заикленность, эмоциональная навязчивость.

При встрече с другой жизнью, воплощенной в человеке или произведении через состояние, при попытке понимания Другого, происходит качественное изменение ситуации, «преображение» – начало перехода из стадии простой потенциальности эмпатии в стадию эмпатической активности. Смыслы начала, середины или конца эмпатического взаимодействия характеризуются инициативой, а не только репертуаром реакций или рефлексии.

Дальнейшую перспективу изучения эмпатической активности мы связываем с системно-антропологическим подходом В.Е. Ключко [8] и транстемпоральным подходом О.В. Лукьянова [9–12]. Принцип соответствия, лежащий в основе избирательности восприятия, утверждается в системно-антропологическом подходе. Это позволяет изучать длительностные закономерности проявления эмпатической активности. А принцип транстемпоральности (соответствия темпоральностей и сингулярностей) в проявлениях эмпатической активности, утверждаемый в транстемпоральном подходе, позволяет эксплицировать критические моменты и смыслы человеческой активности.

Заключение

В данной статье нами выдвинута гипотеза о респонзивной природе эмпатической активности. Категория респонзивности позволяет целостно (системно) рассматривать два аспекта эмпатии: эмпатию как метод познания и видеть его не только в нахождении ответа, но в бытии, становлении ответом, и эмпатию как метод взаимодействия, понимаемый не только как преодоление того, что разделяет человека с миром и другими, но как изменение человека в ответ на присутствие и активность мира и Другого. Благодаря категории респонзивности мы можем не разделять аспекты понимания и взаимодействия, а интегрировать их в понимание эмпатической активности, которая является формой более фундаментальной респонзивной активности. Эмпатическая активность проявляется в согласованности трех модусов: инициативности, реактивности и рефлексивности. Идея респонзивной природы эмпатической активности позволяет обнаружить базовые основания дискуссионных вопросов: эмпатии как психотехники, эмпатии как специфической деятельности, эмпатии как эмоционального интеллекта. Если обобщить достигнутые в русле этих подходов понимания на базе идеи респонзивности, то мы сможем устранить ряд сомнений и построить программу эмпирических исследований эмпатической активности и эмпатической компетенции, что является актуальным как в теоретическом, так и в практическом отношении.

Литература

1. Пузыревский В.Ю. Феномен эмпатии в контексте современной западной философии // Сибирь, философия, образование. 2002. № 6. С. 103–118.
2. Василюк Ф.Е., Зинченко В.П., Мещеряков Б.Г. и др. Методология психологии: проблемы и перспективы : учеб. пособие / под общ. ред. Т.Г. Щедриной. М. ; СПб. : Центр гуманитарных инициатив, 2012. 509 с. (Серия «Humanitas»).
3. Федоров И.В. Эмпирическое изучение эмпатических компетенций. Системно-антропологический ракурс // Наука в центральной России. Декабрь, 2013. С. 106–111.
4. Федоров И.В., Лукьянов О.В. Построение современной системно-антропологической модели эмпатии // Антропологическая психология в XXI веке: проблемы и перспективы : сборник материалов V Сибирского психологического форума (3–5 октября 2013 г.). Томск : Издательский Дом Томского государственного университета, 2013. С. 139–143.
5. Gallese V., Goldman A.I. Mirror neurons and the simulation theory // Trends in Cognitive Sciences. 1998. № 2. P. 493–501.
6. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI) // Psicothema. 2006. Vol. 18, suppl., pp. 13–25. URL: <http://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf>.
7. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R., Sitarenios G. Emotional Intelligence As a Standard Intelligence. Emotion, 2001.
8. Ключко В.Е., Лукьянов О.В. Личностная идентичность и проблема устойчивости человека в меняющемся мире: системно-антропологический ракурс // Вестник Томского государственного университета. 2009. № 324. С. 333–336.

9. Лукьянов О.В. Актуальность изучения транстемпоральных аспектов социального и психологического опыта // Вестник Томского государственного университета. 2007. № 298. С. 179–185.
10. Лукьянов О.В. Принцип транстемпоральности в решении вопроса успешности и актуальности психологической практики // Сибирский психологический журнал. 2007. № 25. С. 59–66.
11. Лукьянов О.В. Экзистенциальный анализ и природа времени. Транстемпоральный характер экзистенциального опыта // Вестник Томского государственного университета. 2007. № 299. С. 164–170.
12. Лукьянов О.В. Фактор времени в системе психологических интерпретаций Психология // Журнал Высшей школы экономики. 2010. Т. 7, № 2. С. 46.

ФЕДОРОВ Игорь Валерьевич, аспирант кафедры психологии личности Томского государственного университета. E-mail: nobelis-f@rambler.ru

ON THE RESPONSIVE NATURE OF EMPATHY

Fedorov Igor V. Tomsk State University (Tomsk, Russian Federation).

E-mail: nobelis-f@rambler.ru

Keywords: Emotions; initiative; sensibility; reflexivity; interaction; activity.

Abstract

In the 20th century and the beginning of the 21st century, the traditional understanding of the phenomenon of empathy was based on presumptions of implicit characteristics of human personal identity. Empathy was interpreted as the ability of people to be aware, through their own senses, of the condition of other people and things. We suggest to interpret empathy as a form of psychological activity of a human, that is to say a form of expressing responsiveness that is implicitly inherent to human existence – an ability to change while responding.

The hypothesis of the responsive nature of empathic activity allows us to overcome the question of empathy being a human way to learn and interact. We propose to eliminate this question by making the subject matter more precise. It is probably not possible to find a final answer to the question of empathy. However, we can surely consider empathy both a way of learning and a way of interaction. This is not about two different aspects or components, but about cohesiveness. Responsive interpretation of empathy allows us to discover the basis of such types of psychological activity as establishing appropriate distance and institutionalization of the Other, taking into consideration that these are inevitably connected to transfer, subjectivity of reception, and identification.

Examining the psychotechnical and differential aspects of empathic activity which are expressed in the modern concepts of positive psychotherapy and emotional intelligence, we suggest a more systematic view. Empathic activity appears in the coordination of the three psychological activity modes: initiative, sensibility, and reflexivity. Under the optimum circumstances, these modes are complementary to each other and the situation. However, in real situations there might be stages of this process that are characterized by deficit and imbalance of these modes. In this regard, it makes sense to point out one more aspect of empathic activity – empathic deficit.

References

1. Puzyrevskiy V.Yu. Fenomen empatii v kontekste sovremennoy zapadnoy filosofii [The phenomenon of empathy in the context of modern Western philosophy]. *Sibir', filozofiya, obrazovanie*, 2002, no. 6, pp. 103-118.
2. Vasilyuk F.E., Zinchenko V.P., Meshcheryakov B.G. et al. *Metodologiya psikhologii: problemy i perspektivy* [Methodology of psychology. Problems and prospects]. Moscow, St. Petersburg: Center for Humanitarian Initiatives Publ., 2012. 509 p.
3. Fedorov I.V. Empiricheskoe izuchenie empaticheskikh kompetentsiy. Sistemno-antropologicheskii rakurs [Empirical study of empathic skills. System-anthropological perspective]. *Nauka v tsentral'noy Rossii – Science in the Central Russia*, 2013, December, pp. 106-111
4. Fedorov I.V., Lukyanov O.V. [Building a modern system-anthropological model of empathy]. *Antropologicheskaya psikhologiya v XXI veke: problemy i perspektivy : sbornik materialov V Sibirskogo psikhologicheskogo foruma* [Anthropological psychology in the 21st century: problems and prospects. Proc. of the 5th Siberian Psychological Forum]. Tomsk: Tomsk State University Publ., 2013, pp. 139-143. (In Russian).
5. Gallese V., Goldman A.I. Mirror neurons and the simulation theory of mind-reading. *Trends in Cognitive Sciences*, 1998, no. 2, pp. 493-501. DOI: 10.1016/S1364-6613(98)01262-5.
6. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 2006, vol. 18, pp. 13-25. Available at: <http://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf>.
7. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R., Sitarenios G. Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion*, 2001, vol. 1, no. 3, pp. 232-242. DOI: 10.1037/1528-3542.1.3.232.
8. Klochko V.E., Lukyanov O.V. Personality identity and the problem of personal steadiness in the changing world: systematic and anthropological approach. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*, 2009, no. 324, pp. 333-336. (In Russian).
9. Lukyanov O.V. The urgency of studying transtemporal aspects of social and psychological experience. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*, 2007, no. 298, pp. 179-185. (In Russian).
10. Lukyanov O.V. Principle of transtemporality in actual psychological practice. *Sibirskiy psikhologicheskii zhurnal – Siberian Journal of Psychology*, 2007, no. 25, pp. 59-66. (In Russian).
11. Lukyanov O.V. Existential analysis and the nature of time. Transtemporal character of existential experience. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*, 2007, no. 299, pp. 164-170. (In Russian).
12. Lukyanov O.V. Time Factor in the System of Psychological Interpretations. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki – Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 2010, vol. 7, no. 2, pp. 46. (In Russian).