

Хлыбова Дарья Васильевна

студентка

Кондаурова Ольга Петровна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Удмуртский государственный университет»

г. Ижевск, Удмуртская Республика

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМПАТИИ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

***Аннотация:** статья посвящена рассмотрению феномена эмпатии как профессионально-важного качества студентов-психологов. Проанализировано значение эмпатии для студентов-психологов. В основной части представлены основные направления деятельности для указанной категории. В заключительной части подведены итоги, заключающие в себе важность развития эмпатии у студентов-психологов.*

***Ключевые слова:** эмпатия, студенты-психологи, развитие, профессионально важное качество.*

***Введение.** В динамичных условиях современного мира, с учетом ситуаций повышенного стресса, общество все более нуждается в получении качественной психологической помощи поэтому, важно обратить внимание на подготовку студентов-психологов, способных ее оказать. В связи с этим становится актуальным изучить особенности развития профессионально-важных качеств психолога. Мы предполагаем, что ключевым профессионально-важным качеством эффективного психолога является эмпатия.*

Р. Роджерс понимал эмпатию как способность восприятия и интерпретации чувств и эмоций клиента, основываясь на невербальных сигналах, проникая таким образом в его внутренний мир [6].

***Основная часть.** Феномен эмпатии полноценно проявляется во всех направлениях деятельности будущего психолога. Во время обучения в вузе, будущий психолог развивает собственные эмпатийные установки, сознательно*

нарабатывает опыт профессиональной деятельности, тем самым формируется и такое профессиональное качество – как эмпатия.

Изучая такую дисциплину, как «психодиагностика», студент-психолог может выбрать и применить диагностические средства для выявления индивидуального своеобразия конкретного человека, которые помогут ему точнее диагностировать состояние клиента и спланировать дальнейшую психологическую работу или же провести сравнительное исследование групп людей и разработать средства для развития или коррекции изучаемого психологического процесса. Так, например, студент-психолог в консультационной сессии может помочь клиенту идентифицировать свои эмоции, осознать защитные механизмы, препятствующие эмпатии и мешающие ему выстраивать личные и межличностные отношения. Также студент может выявить уровни эмпатии группы школьников и разработать программу тренингов по развитию эмпатии, что может сплотить класс.

Студент-психолог может попрактиковаться в развитии эмпатии как важного профессионального качества в консультационном процессе. Сначала в пробных тренинговых сессиях и решая психологические кейсы, а затем и в реальном психологическом процессе, студент-психолог учится проявлять эмпатию в консультировании, что помогает сонастроиться с клиентом (установление контакта, вхождение в состояние резонанса, использование подстроек и надстроек), создать безопасное пространство для решения его психологических проблем. Эмпатия в консультационном процессе является «сердцем», так она запускает такие важные психологические процессы, как самопринятие клиента, фасилитация и другие [3–5].

Эмпатия как элемент коррекционной работы психолога – актуальна для работы с детьми с ОВЗ и другими эмоциональными и поведенческими нарушениями [2]. В процессе обучения в вузе студент-психолог может разработать программы коррекции навыков эмпатии у дошкольников посредством сказкотерапии. Развитие эмпатии у дошкольника является ключевым навыком его социализации, а также формирования собственной личности. Элементы сказкоте-

рапии, отлично подходят для работы с дошкольниками. Слушая сказки, дети идентифицируются с персонажами сказок, учатся сопереживанию. А студент-психолог учится мастерски работать с детьми, подбирать ключи к тонкому восприятию мира ребенка, учит его находить контакт с собой и с окружением.

Роль эмпатии в психологическом сопровождении заключается в мотивации к помощи; понимании состояния клиента, а также переходе к действенной помощи через ситуацию «проживания» чужого опыта и осознание его значимости. Студенты могут провести выпускное научное исследование по психолого-педагогическому сопровождению школьников, разработать программу тренингов для адаптации к условиям класса, где ключевым инструментом работы будет – эмпатия. В последующем, для дальнейшего профессионального становления, будущий психолог может разработать модель психолого-педагогического сопровождения.

Эмпатия в психологической профилактике позволяет развить эмоциональный интеллект и снизить риск профессионального и эмоционального выгорания. Также для профилактики отклонений в поведении подростков можно разработать программу психологических мероприятий, используя различные средства, позволяющие найти контакт с подростком (это могут быть упражнения, направленные на выведение эмоций вовне, работу с телом, элементы арт-терапии, работа с голосом).

Так, эмпатия, находясь в пяти направлении психологической работы психолога, классифицируется на несколько типов: когнитивную (понимание мыслей другого с помощью интеллектуальных процессов), эмоциональную (механизмы проекции и подражания, интуиция), преддикативную (способность человека предсказывать поведение другого). Также выделяют личностную (черты и качества человека) и профессиональную эмпатию, отображающую компетентность специалиста [1]. Что позволяет эмпатии стать одним из ключевых инструментов будущего психолога.

Заключительная часть. Описав важность эмпатии на всех этапах психологической работы, важно сказать, что она является базовым профессиональным

качеством студента-психолога, позволяющим понимать и сопереживать клиентам, выстраивать доверие, эффективно применять техники и создавать безопасную атмосферу, что напрямую влияет на успех психологической работы, способствует личностному росту самого специалиста и улучшает его коммуникативные навыки.

Список литературы

1. Уровень, содержание и способ выражения эмпатии у студентов-психологов и студентов-юристов в соответствии с их индивидуально-психологическими особенностями / Е.В. Воробьева, Д.В. Володенко, Л.А. Зайцева, К.А. Товстореброва // Мир науки. Педагогика и психология. – 2021. – №9 (1).
2. Брессо Т.И. Основные подходы к проблеме мотивации просоциального поведения личности / Т.И. Брессо // Инициативы XXI века. – 2012. – №3. – С. 83–86. EDN PLBCJV
3. Карягина Т.Д. Некоторые проблемы изучения эмпатии в контексте психологического консультирования и психотерапии / Т.Д. Карягина // Культурно-историческая психология. – 2009. – №5 (4). – С. 219–221.
4. Малютина И.К. Развитие эмпатии у студентов факультета психологии / И.К. Малютина // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2022. – №2. – С. 159.
5. Никишов С.Н. Психологические особенности эмпатии у студентов / С.Н. Никишов, И.С. Осипова // Казанский педагогический журнал. – 2015. – С. 410–413.
6. Роджерс К. Эмпатия / К. Роджерс // Психология мотивации и эмоций / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. – М., 2002.