

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**
Педагогический институт

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМПАТИИ И РЕФЛЕКСИИ (НА ПРИМЕРЕ
СТУДЕНТОВ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ
ПОДГОТОВКИ)**

**АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студента 5 курса 541 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля подготовки «Психология образования и социальной сферы»
факультета психолого-педагогического и специального образования

ГЕРИЛО АЛЕКСАНДРА ВЯЧЕСЛАВОВИЧА

Научный руководитель

доцент, канд. психол. наук

А.А. Шаров

Зав. кафедрой

доктор психол. наук, профессор

Р.М. Шамионов

Саратов 2025

ВВЕДЕНИЕ

В условиях современного общества от молодых специалистов всё чаще требуется высокий уровень подготовки, что предъявляет новые вызовы и к образовательным учреждениям, осуществляющим их обучение. Это в полной мере относится и к будущим психологам. Формирование личности студента-психолога играет ключевую роль в процессе его профессионального становления, поскольку основным инструментом работы специалиста данной сферы являются именно его личные качества, такие как способность к сопереживанию и умение к рефлексии, позволяющие понимать и принимать клиентов.

Эмпатия, несмотря на её кажущуюся очевидность в повседневной жизни, с научной позиции представляет собой сложное явление, связанное с взаимодействием собственного опыта человека и переживаний других людей. В научную психологию концепция эмпатии была введена Теодором Липпсом, который ещё в 1883 году в своих трудах о «фундаментальных фактах психической жизни» систематизировал представления об этом феномене, тем самым заложив основы его научного изучения и не теряя актуальности по сей день.

Вопрос о том, как можно воспринять и понять, какие чувства и намерения лежат в основе действий другого человека, уловить внутреннюю систему отсчета другого человека и таким образом установить своего рода непосредственный контакт с его опытом, представляет собой тему, важность которой меняется не только ограничено формированием научной теории, но также должно рассматриваться как важнейшая и неременная предпосылка для профессиональных образовательных действий в межличностном контексте.

Эмпатия является необходимым условием для построения и поддержания «настоящих» и в этом смысле подлинных отношений с другим человеком. Таким образом, эмпатический процесс становится важнейшим элементом педагогической диагностики, в рамках которой многочисленные отдельные нити «восприятий» и «знаний» о других людях вместе с профессиональными знаниями педагога становятся общей нитью педагогического вмешательства и педагогического действия.

Кроме того, важность размышления для обучения играет важную роль в современных дидактических и методологических соображениях, например, осознавать свои собственные познавательные процессы, классифицировать их в контексте своих личных знаний. Однако способность самостоятельно и самоопределенно управлять этими процессами обучения посредством рефлексии не может быть достигнута априори.

Актуальность рефлексивных методов обучения заметно возрастает, особенно в контексте общеевропейского обсуждения по вопросам развития образования на протяжении всей жизни. При этом многие научные исследования отмечают, что теория рефлексии часто описывается лишь на обобщённом уровне, без чёткого и конкретного изложения основных положений. Это говорит о том, что сами по себе так называемые рефлексивные методы обучения не всегда обеспечивают возникновение рефлексивного подхода в его более узком понимании. Такие методы скорее являются вспомогательными инструментами для развития рефлексии, но не всегда запускают данный процесс без специальной организационной поддержки. Кроме того, нельзя найти детально структурированного определения самого понятия рефлексии ни с теоретической, ни с методологической точки зрения.

На формирование профессиональных качеств специалиста, помимо его индивидуальных черт, значительно влияют определённые социальные обстоятельства, такие как особенности конкретной социальной группы, а также содержание образовательной программы, направленной на развитие как общих, так и профессиональных умений, и навыков.

Подготовка к профессии включает в себя стратегию адаптации студента к профессиональной среде и развитие индивидуально-психологических свойств личности и механизмов социальной перцепции, таких как эмпатия и рефлексия, формирующих, в свою очередь, ценностно-нравственное отношение к жизни и личности другого человека. Важнейшим условием, позволяющим студенту обрести профессию, является достижение некоторого определенного уровня личностного и профессионального самосознания.

Именно поэтому необходимо развивать те психологические структуры личности, которые играют ключевую роль в установлении контакта и доверительных отношений.

Цель данного исследования – выявить и описать взаимосвязи эмпатии и рефлексии у студентов.

В соответствии с поставленной целью, необходимо выполнить следующие **задачи:**

- рассмотреть эмпатию как феномен;
 - рассмотреть рефлексию в русле психологического знания;
 - подготовить характеристику выборки и методик исследования;
 - провести диагностику эмпатии и рефлексии у студентов-психологов;
 - обработать и проинтерпретировать полученные результаты;
 - выявить значимые взаимосвязи между эмпатией и рефлексией у студентов-психологов.
- сформулировать рекомендации, направленные на развитие эмпатии и рефлексии.

Объект исследования – эмпатия как психологический феномен.

Предмет исследования – взаимосвязь эмпатии и рефлексии (на примере студентов психолого-педагогического направления подготовки)

Гипотеза исследования – мы предполагаем, что существуют значимые взаимосвязи между эмпатией и рефлексией у студентов-психологов.

В качестве теоретической основы выступили труды авторов: Т. Гаврилова, А. Марка, А. Будемена, К. Роджерса, И. Юсупова, Г. Андреевой, Н. Когана, Э. Титченера.

Методы исследования: теоретические: анализ, синтез, сопоставление, классификация, обобщение; диагностические: наблюдение, опросник О.В. Калашниковой, предназначенный для изучения педагогической рефлексии, опросник «Дифференциальный тип рефлексии» (Д.А. Леонтьев, Е.М. Лаптева, Е.Н. Осин, А.Ж. Салихова, опросник «Эмпатия» А.А. Меграбяна; Многофакторный

опросник эмпатии М. Дэвиса (ад. Т. Д. Карягиной, Н. А. Будаговской, С. В. Дубровской); математико-статистические: количественный (М – средние значения) и качественный (г-критерий Спирмена) методы обработки данных.

База исследования: СГУ им. Н.Г. Чернышевского.

Выборка исследования: в исследовании принимали участие 60 человек, студенты вторых - четвертых курсов, факультета психолого-педагогического и специального образования, в возрасте от 21 до 40 лет. Участники разделились следующим образом: 30 девушек и 30 мужчин, что составляет 50% и 50% соответственно.

Структура работы состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы, приложений.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Первая глава «Теоретические аспекты изучения эмпатии и рефлексии» посвящена теоретическим аспектам изучения эмпатии и рефлексии. В ней анализируются ключевые понятия, основные функции и проявления этих феноменов в психологической науке. В рамках рассмотрения эмпатии как феномена раскрываются её сущность, различные подходы к определению, а также значение эмпатии для межличностного общения и взаимодействия. Особое внимание уделяется структуре эмпатии и ее роли в процессах понимания других людей.

Далее акцентируется внимание на феномене рефлексии в контексте психологического знания. В этом разделе рассматривается рефлексия как внутренний процесс самопознания и самоанализа, обсуждаются её виды, а также функции, важные для личностного и профессионального развития человека. Описывается связь рефлексии с другими психологическими процессами, подчеркивается её значение для осознания собственного поведения и мыслей.

Завершающая часть главы посвящена обзору современных исследований эмпатии и рефлексии. Здесь приводится анализ актуальных научных данных, рассматриваются современные методики изучения данных явлений, обозначаются основные направления и проблемы, обсуждаемые в современной психологиче-

ской литературе. Таким образом, в первой главе формируется теоретическая основа для дальнейшего исследования, обосновывается актуальность темы и выделяются ключевые ориентиры для практической части дипломной работы.

Вторая глава «Эмпирическое исследование взаимосвязи эмпатии и рефлексии у студентов» позволила выявить следующее.

Полученные показатели по методике О.В. Калашниковой выявил, большинство участников исследования способны к осмыслению собственного опыта, анализу своих поступков и мотивов, однако делают это не всегда последовательно и глубоко. Уровень рефлексии отражает относительно развитую способность к самопознанию и самооценке, что важно при решении учебных и профессиональных задач. Вместе с тем, данные результаты указывают на наличие потенциала для дальнейшего развития рефлексивных умений у студентов, поскольку высокий уровень рефлексии способствует более эффективной адаптации в меняющихся условиях образовательного пространства и личностному росту.

Полученные показатели по опроснику **«Дифференциальный тип рефлексии»** показывают, что основная масса респондентов характеризуется выраженной системной рефлексией (среднее значение — 30,5, тогда как показатели квазирефлексии (22,4) и интроспекции (20,9) существенно ниже. Данные результаты отражают доминирование рационального и структурированного подхода к самоанализу, позволяющего учитывать взаимосвязи между собственными действиями, мотивами и особенностями внешней ситуации. Относительно низкие значения квазирефлексии и интроспекции свидетельствуют о незначительной тенденции к поверхностному самонаблюдению, а также о невысоком уровне сосредоточенности на исключительно внутренних переживаниях при анализе собственной деятельности.

Полученные показатели по **опроснику «Эмпатия» А.А. Меграбяна, в частности,** средние значения по шкале эмпатической тенденции указывают на наличие выраженной способности к сопереживанию и эмоциональному отклику на переживания других людей. Показатели по шкале тенденции к присоединению

демонстрируют, что участники исследования склонны устанавливать эмоциональный контакт, однако выраженность данного компонента несколько ниже по сравнению с общей эмпатической настройкой. Такой результат может говорить о том, что у части респондентов проявляется избирательность в установлении глубинных эмоциональных связей, либо о наличии сдержанности при взаимодействии в межличностном общении.

По результатам многофакторного опросника эмпатии М. Дэвиса (ад. Т. Д. Карягиной, Н. А. Будаговской, С. В. Дубровской) было выяснено, что по шкале «Сопереживание» прослеживается способность испытуемых воспринимать и эмоционально реагировать на чувства других людей; по шкале «Децентрация» отражается умение отказаться от эгоцентричных позиций ради взгляда «глазами другого», что может указывать на ярко выраженную способность учитывать чужую перспективу; высокий показатель по шкале **эмпатическая забота** характеризует испытуемых как склонных к проявлению сочувствия, поддержки и помощи другим; по шкале «**Эмпатический дистресс**» отражается уровень собственного дискомфорта и тревоги при столкновении с эмоциональным напряжением окружающих. Полученное среднее значение близко к показателям сопереживания, что говорит о существующей чувствительности к стрессу других людей.

Для диагностики взаимосвязей нами был выбран и осуществлен корреляционный анализ по Спирмену. В результате применения указанного коэффициента корреляции нами были следующие взаимосвязи:

- положительная корреляция на значимом уровне выявлена между рефлексией и эмпатической заботой. Это говорит о том, что чем выше способность к рефлексии у студентов-психологов, тем больше выражена их тенденция к заботливому и поддерживающему поведению по отношению к другим;

- заметная положительная корреляция имеется и между рефлексией и сопереживанием, что может указывать на то, что чем выше уровень рефлексии у студентов-психологов, тем в большей степени у них выражено сопереживание другим людям.

- для эмпатического дистресса также была выявлена значимая связь, то есть рефлексия связана со склонностью испытывать эмоциональный дискомфорт, сопряжённый с трудностями окружающих. Если, например, уровень рефлексии будет выше, то, вероятно, повысится склонность к эмпатическому дистрессу, то есть человек будет сильнее переживать эмоциональный дискомфорт в ответ на трудности, испытываемые другими.

Результаты корреляционного анализа, свидетельствуют также о наличии статистически значимых взаимосвязей между компонентами эмпатии и различными аспектами рефлексии у студентов-психологов. Установлено, что эмпатическая тенденция достоверно положительно коррелирует с уровнем системной рефлексии, что может указывать на то, что способность к системному и интроспекционному осмыслению собственных переживаний и поведения способствует формированию устойчивой склонности к проявлению эмпатии. Кроме того, получены данные о высокой положительной корреляции между тенденцией к присоединению и квазирефлексии. Данный результат позволяет предположить, что чем выше выраженность квазирефлексивных способностей у студентов, тем более выражена у них склонность к эмоциональному присоединению в межличностных взаимодействиях. Таким образом, выявленные связи подтверждают, что развитие рефлексивных умений и навыков самоанализа у студентов-психологов является важным условием формирования и активизации эмпатических проявлений, необходимых для успешного профессионального взаимодействия.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе проведённого исследования удалось подтвердить актуальность изучения феноменов эмпатии и рефлексии среди студентов в современном образовательном пространстве.

Теоретический анализ позволил выявить, что оба понятия занимают важное место в профессиональном и личностном развитии личности, а их освоение способствует формированию более осознанной и гуманной позиции в межличностных отношениях.

Эмпатия была рассмотрена как сложное психологическое явление, проявляющееся в способности понимать чувства и мысли другого человека. Значительное внимание уделялось также феномену рефлексии как особому способу осмысления собственного опыта, рефлексивной переработки информации и изменения себя через анализ происходящего. Современные научные работы всё чаще подчеркивают значимость этих процессов для становления профессионала в сфере «человек-человек».

Эмпирическое исследование обнаружило, что существуют значимые взаимосвязи между эмпатией и рефлексией у студентов-психологов. Результаты исследования показали, что уровень развития различных форм рефлексии непосредственно влияет на выраженность отдельных аспектов эмпатии. В частности, низкая сформированность рефлексивных способностей ассоциируется с недостаточно развитой способностью к сопереживанию и меньшей эмпатической заботой. Эти данные подтверждают необходимость целенаправленной работы по развитию как рефлексии, так и эмпатии в рамках профессиональной подготовки студентов, поскольку гармоничное сочетание этих качеств способствует личностному и профессиональному становлению будущих специалистов.

На основании полученных данных были предложены рекомендации, направленные на совершенствование программ подготовки студентов с учётом развития у них эмпатических и рефлексивных умений. Практические методы формирования этих навыков могут включать интерактивные тренинги, групповые обсуждения, а также внедрение супервизий в образовательную практику.

В заключение, можно отметить, что развитие эмпатии и рефлексии становится неотъемлемой частью формирования современного специалиста, способного к эффективному взаимодействию и саморазвитию. Результаты работы расширяют знания о природе этих явлений, а также предоставляют практические направления для дальнейшего совершенствования профессиональной подготовки студентов.

Таким образом, все поставленные в введении задачи решены, цель достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Агошкова О.В. Дифференцированный подход в контексте личностно-ориентированного образования // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2008. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/differentsirovannyy-podhod-v-kontekste-lichnostno-orientirovannogo-obrazovaniya> (дата обращения: 20.05.2025).
2. Алексеев Н.Г., Ладенко И.С. Направления изучения рефлексии / Н.Г. Алексеев, И.С. Ладенко // Проблемы рефлексии. Современные комплексные исследования. — Новосибирск, 1987. — С. 3-13.
3. Амельченко А.А. Взаимосвязь уровня развития эмпатии и уровня развития рефлексии личности // Психология и психотехника. 2020. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-urovnya-razvitiya-empatii-i-urovnya-razvitiya-refleksii-lichnosti> (дата обращения: 12.04.2025).
4. Анисимов О. С. Методология: функция, сущность, становление (динамика и связь времен) / О. С. Анисимов. Москва: ЛМА, 1996. 380 с. стр 67
5. Василенко Л. В. Эмпатия и рефлексия в профессиональной деятельности практического психолога // Теория и практика современной науки. 2018. №9 (39). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/empatiya-i-refleksiya-v-professionalnoy-deyatelnosti-prakticheskogo-psihologa> (дата обращения: 04.04.2025).
6. Гаврилова, Т.П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста. Автореф. дис....канд. псих. наук / Т.П. Гаврилова. — М. 1984. — 15 с.
7. Головин С.Ю. Словарь психолога-практика. 2-е изд., перераб. и доп. Минск: Харвест, 2007 976 с.
8. Гаврилова, Т.П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста. Автореф. дис....канд. псих. наук / Т.П. Гаврилова. — М. 1984. — 15 с.

9. Данилин К.Е. Формирование внутригрупповых установок и рефлексивной структуры группы // Межличностное восприятие в группе. М., 1981. С. 124–152.
10. Жигулин, А.А. Феномен рефлексии как психологическая проблема / А.А. Жигулин, Н.И. Плаксина, Е.Н. Рябышева // Территория науки. – Автономная некоммерческая образовательная организация высшего профессионального образования «Воронежский экономико-правовой институт». № 1. 2015.
11. Заболотникова, Е. В. Феномен рефлексии. Факторы и способы развития рефлексии / Е. В. Заболотникова, Д. Ю. Лунева // Психолого-педагогическое сопровождение общего, специального и инклюзивного образования детей и взрослых: Сборник материалов II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Тула, 07 апреля 2022 года / Науч. редактор С.Г. Лещенко. – Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью «Издательский дом «Среда», 2022. – С. 113-114.
12. Забара Л.И, Лебедева Ю.В. Сравнительное исследование эмпатии и рефлексивности у студентов-психологов в 2012 и 2019 годах // Педагогическое образование в России. 2020. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sravnitelnoe-issledovanie-empatii-i-refleksivnosti-u-studentov-psihologov-v-2012-i-2019-godah> (дата обращения: 09.04.2025).
13. Знаков, В.В. Понимание в познании и общении / В.В. Знаков. – Самара: СамГПУ, 2010. – 188 с.
14. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2001. – 752 с.
15. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психол. журнал. — 2003. — Т. 24. — № 5. — С. 45-57.
16. Кибальченко, И. А. Признаки одаренности в структуре интеллектуально-личностного ресурса студентов: методологическая рефлексия, проблемы и результаты диагностики, открытые вопросы : монография / И. А. Кибальченко, Т. В. Эксакусто ; Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2024. - 267 с.

17. Клементьева М. В. Биографическая рефлексия в структурно- функциональной организации жизненного пути личности / М. В. Клементьева// Методология, теория, история психологии личности / Ответственные редакторы А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. Москва :Институт психологии РАН, 2019 С. 400-407.
18. Лефевр В.А. Конфликтующие структуры. М.: Советское радио, 1973.
19. Мануйлов Г.В., Горелова Г.Г., Яценко Е.Ф., Особенности эмпатии и рефлексии личности на разных этапах учебной деятельности // Психология. Психофизиология. 2020. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-empatii-i-refleksii-lichnosti-na-raznyh-etapah-uchebnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 01.04.2025).
20. Пономарева, М.А. Эмпатия: теория, диагностика, развитие. Монография / М.А. Пономарева. – Минск: Бестпринт, 2006. – 76 с.
21. Попова, И.В. Феномен эмпатии в поведении населения как стимулятор просоциального поведения в личностном развитии / И.В. Попова, Е.А. Серова // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. № 3. Т. 28. 2020.
22. Ребер, А. Большой толковый психологический словарь / Пер. с англ. Е.Ю. Чеботарева. – М.: АСТ: Вече, 2001. – 560 с.
23. Рефлексивная система обучения студентов методике обучения биологии с применением инновационного учебно-методического комплекса : монография / Е. Н. Арбузова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 347 с.
24. Рожков М.И., Иванова И.В. Педагогическое сопровождение саморазвития подростков в дополнительном образовании // Ярославский педагогический вестник. 2021. №1 (118). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskoe-soprovozhdenie-samorazvitiya-podrostkov-v-dopolnitelnom-obrazovanii> (дата обращения: 16.03.2025).

25. Россохин А. В. Рефлексия и внутренний диалог в измененных состояниях сознания: Интерсознание в психоанализе. — М.: Когито-Центр, 2010. — 304 с.
26. Рубинштейн С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. Москва: Наука, 1997. 191 с.
27. Роджерс, К. Эмпатия / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер // Психология эмоций. Тексты. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. — С. 428-430.
28. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека. Введение в психологию субъективности: Учебное пособие для вузов. М.: Школа-Пресс, 1995. 384 с.
29. Социальная психология: Учебное пособие / Под ред. А.Н. Сухова. — М.: Юнити, 2011. — 615 с.
30. Тейяр де Шарден П. Феномен человека. М., 1987.
31. Троицкая Е. А. Взаимосвязь эмпатии и рефлексии у учащихся подросткового и юношеского возраста // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки. 2016. №8 (747). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-empatii-i-refleksii-u-uchaschihsya-podrostkovogo-i-yunosheskogo-vozrasta> (дата обращения: 10.04.2025).
32. Филипович, В. И. Особенности взаимосвязи эмпатии и рефлексии у студентов-медиков младших и старших курсов [Электронный ресурс] / В. И. Филипович, Т. И. Спасюк // Актуальные проблемы медицины : сборник материалов итоговой научно-практической конференции, 26 января 2023 г. / Министерство здравоохранения Республики Беларусь, Учреждение образования «Гродненский государственный медицинский университет» ; редкол.: И. Г. Жук (отв. ред.) [и др.]. — Гродно, 2023. — С. 397-398.
33. Шнайдер, М.И. Эмпатия как форма отражения другого человека / М.И. Шнайдер // Гуманизация образования. — Образовательное частное учреждение высшего образования «Международный инновационный университет». № 3. 2016.

34. Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. - М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009 – 47.

35. Юсупов, И.М. Психология эмпатии (теоретические и прикладные аспекты). Дис. докт. психол. наук / И.М. Юсупов. – М. 1995.

36. Яковлев Е. В., Яковлева Н. О. Супервизия как педагогический феномен // Вестник ЮУрГГПУ. 2015. №10. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/superviziya-kak-pedagogicheskiy-fenomen> (дата обращения: 20.05.2025).