

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
«ВЫСШАЯ ШКОЛА ЭКОНОМИКИ»

Сизикова Маргарита Владимировна

**Эмпатия как личностная черта и профессиональное качество
психологов-консультантов с различным стажем практической
деятельности**

Резюме диссертации
на соискание учёной степени
кандидата психологических наук НИУ ВШЭ (PhD HSE)

Научный руководитель:
доктор психологических наук, профессор,
Петровский Вадим Артурович

Москва 2018

Актуальность исследования

Профессия психолог-консультант в последнее время становится все более востребованной в России. При этом индивидуально-психологические характеристики личности специалиста, владеющего данной профессией, а также динамика развития профессионально-важных способностей и качеств психолога-консультанта в процессе профессиональной деятельности остаются мало изученными. Одной из центральных характеристик успешного психолога-консультанта, по признанию представителей различных подходов в психотерапии, является эмпатия, однако этот тезис, принимаемый в статусе постулата, оставляет возможность различного толкования и эмпирической проверки его справедливости применительно к разным аспектам персональной и профессиональной жизнедеятельности консультанта, его возраста и стажа практической работы. Чаще всего игнорируется тот факт, что конструкт «эмпатия» требует теоретической спецификации и дифференцированного эмпирического рассмотрения. Необходимо различать эмпатию как личностную черту и эмпатию как профессиональное качество, проявляемое в процессе профессионального взаимодействия с клиентом. Основываясь на различии двух форм эмпатии, допустимо предположить, что, по мере увеличения рабочего стажа специалистов, их личностные особенности и профессиональные компетенции не остаются статичными и неизменными; и, в связи с этим, особый интерес представляют проявления эмпатии в персональной и профессиональной сферах жизни консультанта, особенности эмпатии у начинающих и опытных специалистов.

Актуальность данной темы обусловлена необходимостью изучения личностных особенностей и профессиональных умений психолога-консультанта на разных этапах профессионального пути с целью улучшения субъективного благополучия специалиста, повышения эффективности психологической помощи, оказываемой профессионалом, профилактики

эмоционального выгорания, которому в сильной степени подвержены представители помогающих специальностей.

В данной работе термины «психолог-консультант» и психотерапевт будут употребляться как синонимы, так как согласно российскому законодательству специальность «психотерапевт» может быть присвоена лишь лицу с медицинским образованием; при этом такой деятельностью как «психотерапия» занимаются как медики, так и психологи. В связи с этим отметим, что различия в понимании эмпатии в отношении психотерапии и консультирования в профессиональной литературе обнаружено не было.

Проблема исследования заключается в повсеместном теоретическом и эмпирическом неразличении представлений об эмпатии как личностной черте и профессиональном качестве личности, что приводит к разрозненности подходов к определению и исследованию эмпатии, нередко – к видимой парадоксальности получаемых результатов, трудности интерпретации и прогнозирования эмпирических данных. Большинство представителей различных течений в психотерапии делают ударение на важности эмпатии для организуемого психологом-консультантом терапевтического процесса, однако, мало кто конкретизирует, о какого рода эмпатии идет речь. Редко рассматривается и обсуждается соотношение индивидуально-личностной и профессионально-ролевой позиции в проявлениях эмпатии консультантов.

Имеет место эмпирически необоснованный перенос (по сути нерелевантный) результатов исследования эмпатии как личностной черты на понимание и оценку уровня проявлений эмпатии как профессионального качества. По умолчанию считается допустимым делать выводы об эмпатии как профессиональном качестве, опираясь на данные, полученные в ходе тестирования эмпатии как личностной черты – например, на основе методики В.В. Бойко [Бойко, 2001].

Многие отечественные и зарубежные исследователи, подчеркивают, что выраженность эмпатии возрастает с ростом стажа практической деятельности, из чего следует, что эмпатия у опытных психологов-

консультантов выше, чем у новичков, при этом не уточняется, идет ли речь о «индивидуально-личностной» или «профессионально-ролевой» эмпатии. Таким образом, усиливается острота вопроса о правомерности подобных выводов.

Итак, нам представляется важным разграничение, определение и исследование двух указанных форм эмпатии психолога-консультанта на разных этапах практической деятельности.

Важнейшей теоретической предпосылкой для разделения двух форм эмпатии являются взгляды Б.Г. Ананьева и В.Д. Шадрикова, в трудах которых подчеркивается необходимость различения таких ипостасей человека как «личность» и «субъект деятельности», в терминах С.Л. Рубинштейна - их «единство, но не тождество».

Исходим также из того понимания «личности», которое не редуцирует человека к собранию («коллекции») «черт», а рассматривает его как включенного в совокупность деятельностно-опосредованных социальных связей и отношений (А.В. Петровский [Петровский, 1981]), как «значимого другого для значимых других» (В.А. Петровский [Петровский, 1993, 2009]).

Цель исследования: сравнить уровни выраженности эмпатии как личностной черты и профессионального качества у психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности.

Задачи исследования:

1. Провести анализ отечественной и зарубежной научной литературы, посвященной понятию «эмпатия», с целью обоснования важности рассмотрения эмпатии как личностной черты и профессионального качества психолога-консультанта;
2. Определить методики исследования эмпатии как личностной черты и профессионального качества психологов-консультантов;
3. Выявить и провести сравнительный анализ уровней выраженности эмпатии как личностной черты психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности;

4. Изучить и сравнить уровни выраженности эмпатии как профессионального качества психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности;

5. Выделить взаимосвязи между стажем профессиональной деятельности, возрастом и особенностями проявления эмпатии психологов-консультантов;

Объект исследования: эмпатия психологов-консультантов

Предмет исследования: проявления эмпатии как личностной черты и профессионального качества психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности.

Гипотезы исследования:

При постановке гипотез исследования мы исходили из общего предположения о том, что стаж работы может играть существенную роль в выраженности эмпатии как личностной черты и профессионального качества, таким образом гипотезы исследования заключаются в следующем:

- Эмпатия как личностная черта выражена у опытных психологов-консультантов на более высоком уровне, чем у начинающих психологов-консультантов.
- Эмпатия как профессиональное качество психологов-консультантов, проявляемое в работе с клиентами, у опытных психологов-консультантов характеризуется более высоким уровнем, чем у начинающих психологов-консультантов.

Методологической базой исследования являются основные положения субъектно-деятельностного подхода (Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.С. Мерлин, В.Д. Шадриков), человекоцентрированного подхода и понимающей психотерапии (К. Роджерс, Ф.Е. Василюк, Т.Д. Карягина, А.Б. Орлов), общей персонологии (В.А. Петровский, Е.Б. Старовойтенко).

Методы и методики исследования. Для выполнения поставленных в исследовании задач использовались следующие методы: психологическое тестирование, анкетирование; экспертная оценка аудиозаписей консультаций.

Для тестирования использовались следующие методики: Межличностный индекс реактивности (IRI) М. Дэвиса, Опросник межличностных отношений Барретта-Леннарда (BLRI). Для экспертной оценки использовались: Шкала эмпатии терапевта (TES), Семиотические аспекты эмпатии (САЭ), Шкала эмпатии Роджерса-Труакса.

При статистической обработке и анализе эмпирических данных использовались: методы описательной статистики, показатель одномоментной надежности альфа Кронбаха, методы сравнения средних (U-критерий Манна-Уитни), корреляционный анализ (коэффициент r -Спирмена).

Надежность и достоверность полученных результатов обеспечивалась теоретической и методологической обоснованностью использованных методов исследования, репрезентативностью выборки. Всего в исследовании приняло участие 63 человека: 32 психолога-консультанта с практическим опытом от 1 до 3 лет и 31 психолог-консультант с практическим опытом от 7 до 15 лет. В ходе исследования была осуществлена организация, запись и последующая обработка 63 экспериментальных консультаций. Все респонденты представляли гуманистический подход в психологическом консультировании и использовали в своей работе техники гештальт-терапии, транзактного анализа, человекоцентрированного подхода.

Математическая обработка данных осуществлялась с применением программы IBM SPSS 23.

Научная новизна исследования

Охарактеризованы две формы эмпатии психолога-консультанта: эмпатия как личностная черта и эмпатия как профессиональное качество. Осуществлен комплексный анализ проявления эмпатии психологов-

консультантов в процессе их профессиональной деятельности; определена связь между уровнем выраженности эмпатии как личностной черты и эмпатическими проявлениями консультанта в ходе профессиональной деятельности. Проведен сравнительный анализ выраженности эмпатии как личностной черты и профессионального качества начинающих и опытных психологов-консультантов

Впервые реализованы на русскоязычной выборке переведенные с английского языка методики, направленные на изучение эмпатии как профессионального качества психолога-консультанта: Опросник межличностных отношений Баррета-Леннарда (BLRI), предназначенный для трехсторонней оценки эмпатии в терапевтическом процессе (с точки зрения самого консультанта, клиента и наблюдателя); Шкала эмпатии терапевта (TES), позволяющая осуществить экспертную оценку различных проявлений эмпатии психолога-консультанта.

Теоретическая значимость данного исследования заключается в различении и соотнесении двух аспектов эмпатии – как черты личности и как профессионального качества психолога-консультанта. Применительно к практике психологического консультирования подтверждается обоснованность и необходимость отмеченной в литературе дифференциации таких уровней бытия человека как *субъект деятельности* и *личность* (в сочетании ее характерологических черт и эффектов влияния на других людей).

Практическая значимость исследования: полученные данные о развитии и изменении эмпатии психолога-консультанта могут быть использованы для разработки эффективных программ обучения данной профессии. Результаты исследования могут применяться в рамках профессионального отбора будущих психологов-консультантов, а также для профессионального сопровождения специалистов в их практике с целью повышения эффективности профессиональной деятельности и противодействия эмоциональному выгоранию.

Переведенные в ходе исследования методики могут быть использованы в качестве методов оценки проявлений психолога-консультанта в терапевтическом взаимодействии в исследовательских, а также учебных целях. С их помощью можно осуществлять контроль качества помощи, оказываемой специалистом, а также проверять эффективность обучения студентов программ по консультативной психологии.

Результаты теоретической и эмпирической частей могут быть применены в образовательной программе в разделах курсов лекций по общей и консультативной психологии.

На основании результатов данного диссертационного исследования был разработан практический мастер-класс по развитию эмпатии как профессионального качества психолога-консультанта.

Положения, выносимые на защиту:

1. Характеризуя эмпатические проявления личности психолога-консультанта, необходимо различать два конструкта: *эмпатия как личностная черта* и *эмпатия как профессиональное качество*. Эмпатия как *личностная черта* представляет собой относительно постоянную, проявляющуюся в поведении человека тенденцию понимать чувства другого через постановку себя на его место, сопереживание и сочувствие. Эмпатия как *профессиональное качество* представляет собой осознанную и проявляемую в процессе консультирования установку консультанта на понимание чувств клиента, сопереживание, при сохранении личностных границ, в результате чего клиент чувствует себя услышанным и понятым.
2. Начинающие и опытные психологи-консультанты не обнаруживают значимых различий в уровне проявления эмпатии как личностной черты, за исключением более выраженной интенции начинающих психологов-консультантов вживаться во внутренний мир персонажей художественных произведений.
3. Эмпатия как профессиональное качество у опытных психологов

консультантов выражена на значительно более высоком уровне, чем у начинающих консультантов.

4. У *начинающих* психологов-консультантов взаимосвязь между стажем практической деятельности и выраженностью параметров эмпатии как личностной черты и профессионального качества положительна; у *опытных* психологов-консультантов присутствует негативная взаимосвязь между стажем практической деятельности и выраженностью некоторых параметров эмпатии как личностной черты («децентрация»), а также позитивная взаимосвязь между стажем практической деятельности и выраженностью некоторых параметров эмпатии как профессионального качества («понимание чувств и внутреннего опыта клиента»).
5. У психологов с меньшим стажем работы существует отрицательная взаимосвязь возраста с проявлениями эмпатии как профессионального качества (возраст «работает» против эмпатии); у психологов с большим стажем такая связь существует, и она положительна (возраст «работает» на эмпатию). Не выявлено взаимосвязей возраста и компонентов эмпатии как личностной черты у начинающих и опытных психологов-консультантов.
6. Все выявленные взаимосвязи между эмпатией как личностной чертой и профессиональным качеством в группе начинающих психологов-консультантов – позитивны, а в группе опытных психологов-консультантов – негативны.

Апробация работы

Содержание работы неоднократно обсуждалось на аспирантском семинаре по психологии личности и на заседаниях кафедры психологии личности Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ). Результаты эмпирического исследования были представлены на конференции: «Психолого-социальная работа в

современном обществе: проблемы и решения», (СПБГИПСР, Санкт-Петербург, 2015), на конференции «Психология индивидуальности» (НИУ ВШЭ, 2016), на конференции Международной ассоциации транзактного анализа (ИТАА): «Come Together: The power of group dynamics» (Сидней, 2015), на международной конференции «Working at the Relational Edge of Evidence» (Лондон, 2018). Материалы диссертации использовались при чтении курса «Теория и практика транзактного анализа» (ЧОУ ВПО ВЕИП, 2016-2018).

Объем и структура работы. Диссертация состоит из трех главы, содержит введение и заключение, список использованной литературы (145 источников на английском языке и 129 источников на русском языке) и 6 приложений. В работу включены 4 рисунка, 14 таблиц. Общий объем текста диссертации составляет 165 страниц.

Основное содержание работы

Введение содержит обоснование актуальности, описание проблемы, научной новизны и теоретического значения исследования. В нем изложены цели, задачи, объект, предмет и методы исследования, положения, выносимые на защиту и теоретико-методологические основы исследования.

Первая глава «Понятие «эмпатия» в психологии и психотерапии», посвящена обзору основных научных представлений о понятии “эмпатия”.

В первом параграфе «Истоки становления понятия “эмпатия”» описано развитие понятия «эмпатия», начиная от его рождения в рамках немецкой романтической философии под именем «вчувствование». Создателем наиболее полной теории вчувствования выступает Теодор Липпс, считавший, что эмпатия базируется на врожденной способности к моторной имитации, опосредующей наше восприятие другого человека.

Появление термина «эмпатия» в психологии произошло благодаря Эдварду Титченеру, который перевел немецкий термин «Einfuhlung» на английский как «empathy» по аналогии с термином «симпатия». Эмпатия определяется Титченером как механизм воображения, базирующийся на

кинестетических ощущениях, и выступающий универсальной основой любого познавательного процесса. Далее понятие эмпатия начинает плавно перемещаться в психотерапевтический дискурс и фигурирует в работах З. Фрейда как способ познания психики другого в обыденной жизни, на котором основывается и понимание юмора, а также в работах Ференци как важнейший фактор формирования отношений аналитика и пациента.

Во втором параграфе первой главы «Развитие понятия «эмпатия» в русле психотерапии» обсуждается период активного развития рассматриваемого понятия в работах психотерапевтов.

По мнению Карла Роджерса, процесс эмпатии предполагает проникновение в личный мир восприятия другого и переживание его как собственного. Эмпатия выходит за пределы психотерапевтического кабинета и является условием роста в любых “помогающих” отношениях, таким образом эмпатия выходит в статус важной человеческой потребности. Согласно Хайнцу Кохуту эмпатия выступает как инструмент работы аналитика, как потребность личностного развития и как эмпирический метод психологии и психоанализа. По Кохуту, эмпатия – это процесс видения и чувствования себя в контексте жизни другого человека, восприятие, пусть и в ослабленной форме, того, что чувствует другой.

В третьем параграфе первой главы «Подходы к определению понятия «эмпатия»» описывается многообразие подходов к определению эмпатии в психологии. Все множество подходов к определению эмпатии, существующих в философских, психологических, психотерапевтических источниках, можно разделить на два основных типа: понимание эмпатии, как способа познания переживаний другого человека и понимание эмпатии как аффективного феномена - эмоциональной реакции и разделения чувств другого человека. Интегративный подход рассматривает эмпатию, совмещая гносеологический и этический оттенки смысла, к которым добавляется и поведенческий компонент эмпатического взаимодействия.

В четвертом параграфе первой главы «Подходы к исследованию

Эмпатии» описаны основные подходы к изучению эмпатии в психологической науке и практике. Можно выделить два основных подхода к исследованию эмпатии в психологии: рассмотрение эмпатии как личностного свойства и рассмотрение эмпатии как характеристики процесса взаимодействия между людьми. Эмпатию как личностное свойство обычно исследуют тестовыми методиками. Исследования эмпатии как характеристики процесса взаимодействия между консультантом и клиентом осуществляется согласно трем основным стратегиям: консультанты оценивают собственную эмпатию, клиенты оценивают эмпатию своих консультантов, внешние эксперты оценивают эмпатию психологов-консультантов при просмотре или прослушивании записей сессий.

Описаны результаты значимых для данной работы исследований эмпатии как профессионально-важного качества представителей помогающих профессий, как фактора альтруистического поведения, как компонента эмоционального интеллекта, как следствия зеркального принципа работы головного мозга и т.д.

В пятом параграфе первой главы «Эмпатия психолога-консультанта» обсуждается значение эмпатии для профессиональной деятельности психолога-консультанта. Большинство исследователей и практиков психотерапии пришли к консенсусу по поводу важности и эффективности эмпатии в терапевтическом процессе. В некоторых психотерапевтических школах эмпатия понимается как профессиональный навык и его совершенствованию уделяется много внимания на всех этапах обучения.

В шестом параграфе первой главы «Этапы профессионального развития психолога-консультанта» обоснована необходимость изучения эмпатии как профессионального качества и личностной черты на разных этапах профессионального развития психолога-консультанта. Описаны различные стадии развития профессиональной идентичности психолога-

консультанта и проблемы, с которыми профессионал сталкивается в ходе своего развития.

В седьмом параграфе первой главы «Эмпатия как личностная черта и профессиональное качество психолога-консультанта» описываются результаты нашего предыдущего исследования эмпатии, самоактуализации и профессиональной самооценки 103 психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности, значительно повлиявшего на формулировку гипотез, целей и задач диссертационного исследования. Углубляется обозначенная во введении проблема исследования.

Эмпатия, исследованная тестом Диагностика уровня эмпатических способностей В.В. Бойко, у психологов-консультантов, находящихся в начале своего профессионального пути, проявляется на более высоком уровне, чем у их опытных коллег со стажем от 3 до 6 лет и от 7 до 15 лет. Это опровергает одну из гипотез исследования и, вместе с ней, – общепринятое мнение о том, что эмпатия опытных психологов-консультантов проявлена на более высоком уровне, чем у начинающих специалистов.

На основании проведенного исследования было выдвинуто предположение о том, что эмпатия для психологов имеет иное значение, чем для представителей других профессий. Таким образом, для психолога-консультанта эмпатия – не только личностная черта, но, скорее, – профессиональное качество, проявляющееся в навыке отражения чувств клиента и построения особенного терапевтического контакта с ним. Мы предполагаем, что психологи-консультанты, для которых проявление эмпатии – рабочий навык, с увеличением профессионального опыта могут реже проявляться эмпатически в обыденной жизни с целью сохранения энергии и избегания перегрузки.

Различая в проявлениях эмпатии психолога-консультанта конструкты «эмпатия как личностная черта» и «эмпатия как профессиональное качество», мы исходим из специфики консультативной деятельности

психолога, отмеченной единством проявлений *субъектности* и *личностности*. Термином «субъектность» консультанта в деятельности, мы подчеркиваем, что консультант ставит перед собой и реализует цель помощи клиенту в разрешении трудных жизненных ситуаций, совершенствовании саморегуляции, постановке задач развития и др. Здесь перед нами консультант предстает как носитель профессионально значимых *способностей и компетенций*, проявляемых в общении с клиентом. Говоря о «личностности», мы имеем в виду, что консультант достигает своего присутствия в жизни клиента («идеальную представленность и продолженность», «значимость для значимого другого», в терминах В.А. Петровского). В этом плане мы исходим из фундаментального различия «субъекта деятельности» и «личности» (Б.Г. Ананьев, В.Д. Шадриков), и с этой точки зрения деятельность психологического консультирования есть деятельность *как общение* и столь же – *общение как деятельность*.

Во второй главе «Организация и методы исследования эмпатии как личностной черты и профессионального качества психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности», состоящей из четырех разделов, описываются логика построения, этапы осуществления и методы диссертационного исследования.

В первом, втором и третьем и четвертом параграфах второй главы описываются этапы эмпирического исследования, особенности исследовательской процедуры с испытуемыми, проводившими терапевтические сессии в интервизорских тройках, критерии для отбора экспертов оценивавших исследовательские сессии. Подробно описана выборка и указаны основания для деления 63 испытуемых на 2 группы: начинающих и опытных психологов-консультантов. Характеризуются методики исследования эмпатии как личностной черты и профессионального качества, описываются методы математико-статистической обработки данных.

В третьей главе «**Результаты эмпирического исследования эмпатии психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности**», состоящей из четырех разделов, описываются результаты, полученные в эмпирическом исследовании эмпатии психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности.

В первом параграфе третьей главы описываются результаты сравнительного анализа показателей групп начинающих и опытных психологов-консультантов по методике Межличностный индекс реактивности (IRI), направленной на исследование эмпатии как личностной черты.

Таблица 1 - Результаты сравнительного анализа показателей шкал IRI в группах начинающих (1) и опытных (2) психологов-консультантов

Шкалы IRI	Среднее значение		Стандартное отклонение		Значение U критерия Манна-Уитни	Уровень статистической значимости
	Группа 1	Группа 2	Группа 1	Группа 2		
Фантазия	22,28	19,52	3,05	4,14	305,00**	,008
Децентрация	19,28	19,35	3,96	3,66	490,00	,934
Эмпатическая забота	17,52	19,35	3,76	2,86	376,50	,099
Эмпатический дистресс	13,28	11,55	5,30	3,70	417,28	,276

В результате статистической обработки были выявлены достоверно значимые различия между группами начинающих и опытных психологов-консультантов по одной шкале методики – шкале «Фантазии». Начинающие психологи-консультанты со стажем от 1 года до 3 лет обладают большими показателями по шкале «Фантазии» по сравнению с их опытными коллегами и более склонны к воображаемому перенесению себя в чувства и действия вымышленных героев книг, фильмов, спектаклей.

Во втором параграфе третьей главы описываются результаты проверки надежности каждой шкалы опросника Межличностных отношений

Барретта-Леннарда, с помощью критерия альфа Кронбаха. Две шкалы из четырех отвечают критериям надежности. Сравнительный анализ показателей консультантов, клиентов и наблюдателей из первой и второй группы по шкалам «Эмпатия» и «Уважение» производился с использованием непараметрического критерия Манна-Уитни.

Таблица 2 - Результаты сравнительного анализа оценок консультантов, клиентов и наблюдателей для групп начинающих (1) и опытных (2) психологов-консультантов

Шкалы Опросника межличностных отношений	Среднее значение		Стандартное отклонение		Значение U критерия Манна-Уитни	P
	1 группа	2 группа	1 группа	2 группа		
Результаты сравнительного анализа самооценок консультантов из групп 1 и 2						
«Эмпатия»	49,63	54,55	7,22	6,99	309,50*	,010
«Уважение»	22,13	22,45	2,41	3,51	391,00	,117
Результаты сравнительного анализа оценок клиентов для групп консультантов 1 и 2						
«Эмпатия»	49,22	61,0	13,20	7,31	209,50**	,000
«Уважение»	21,19	22,13	2,78	2,03	403,00	,190
Результаты сравнительного анализа оценок наблюдателей для групп консультантов 1 и 2						
«Эмпатия»	47,78	59,32	11,44	10,43	195,50**	,000
«Уважение»	21,63	22,13	2,34	3,05	396,00	,150

Начинающие психологи-консультанты оценили качество собственного вклада в терапевтический процесс построения взаимоотношений с клиентом на менее высоком уровне, чем их опытные коллеги.

При сравнении клиентских оценок для групп начинающих и опытных консультантов было выявлено значимое различие по шкале «Эмпатия». Клиенты опытных консультантов оценивают их эмпатические проявления во время сессии на более высоком уровне, чем клиенты начинающих консультантов.

Статистически значимое различие показателей по шкале “Эмпатия” было выявлено для оценок наблюдателями групп начинающих и опытных консультантов. Опытные консультанты получили более высокие оценки их эмпатических проявлений со стороны наблюдателей за терапевтическим процессом, чем их начинающие коллеги.

Во втором разделе третьей главы описывается процесс подготовки экспертов к оценке исследовательских сессий и результаты проверки

согласованности экспертной оценки по всем шкалам трех методик экспертной оценки с использованием критерия альфа Кронбаха. Так как экспертная оценка была признана согласованной по всем шкалам, сравнивались усредненные для трех экспертов значения показателей в двух группах по трем методикам.

В таблице 3 представлены усредненные оценки трех экспертов по каждому вопросу методики Шкала эмпатии терапевта (TES), а также результаты сравнения этих оценок между группами начинающих и опытных консультантов по непараметрическому критерию Манна-Уитни.

Таблица 3 - Результаты сравнительного анализа усредненных экспертных оценок различных показателей эмпатии для групп начинающих (1) и опытных (2) психологов-консультантов

Компонент Шкалы эмпатии терапевта	Среднее значение группа 1	Среднее значение группа 2	U критерий Манна-Уитни	Уровень статистической значимости
1. Заинтересованность	3,70	6,40	5,50	,000
2. Выразительность	2,44	5,14	20,00	,000
3. Вхождение в резонанс и улавливание чувств клиента	2,75	5,83	4,00	,000
4. Теплота	3,27	5,83	12,50	,000
5. Настройка на внутренний мир клиента	3,06	6,14	4,00	,000
6. Понимание когнитивных установок клиента	2,83	5,85	1,50	,000
7. Понимание чувств и внутреннего опыта клиента.	2,56	5,66	5,50	,000
8. Принятие чувств и внутреннего опыта клиента	2,99	5,89	1,00	,000
9. Восприимчивость	2,53	5,67	,50	,000

По единогласному мнению экспертов опытные консультанты лучше проявляют заботу, более аутентично вовлечены в терапевтический процесс и внимательны к тому, что говорит клиент. С опытом, психолог-консультант учится быть выразительным, вкладывать энергию и проявлять тонкий резонанс в голосе с целью поддержки или отражения соответствующих проявлений клиента. Начинающий консультант может скрываться за своей ролью, еще только осваивая ее границы. Такие проявления с точки зрения экспертов могут выглядеть холодно и искусственно, не работая на формирование терапевтического альянса и возвращая доверия.

Опытные консультанты наиболее эффективно и точно настраиваются на внутренний мир клиента, иногда замечая то, что ускользает от собственного осознания клиента. Начинающие консультанты зачастую искажают или подменяют субъективные проявления клиента своими собственными идеями и чувствами, которые бывают далеки от оригинального материала, чувств и переживаний, презентуемых клиентом.

Опытный консультант демонстрирует, что для него важны мысли и намерения клиента, и он готов воспринимать их без предвзятости и оценок, в то время как новичок склонен начать рассказ о собственном опыте или фантазировать о верных и ошибочных стратегиях и о том, как бы он поступил на месте клиента.

Психолог-консультант с большим практическим опытом предоставляет клиенту широкие возможности для исследования когнитивной и эмоциональной сфер, точно отражая то, что происходит с клиентом, давая имя его переживаниям, в то время как начинающие специалисты зачастую промахиваются в своих отражениях и не чувствительны к корректирующим высказываниям клиента.

Начинающие психологи-консультанты могут быть резки, не осознавая чувствительность клиента, в то время как их опытные коллеги проявляют безусловное уважение к тому, что чувствует клиент. Опытные консультанты восприимчивы и подстраивают свои реакции, следуя за клиентом вместо

того, чтобы пытаться управлять разговором в соответствии со своими планами и идеями о возможных терапевтических стратегиях, на которые опираются новички в силу нехватки уверенности и опыта.

В таблице 4 представлены усредненные оценки трех экспертов по каждому компоненту методики Семиотические аспекты эмпатии (САЭ), а также результаты сравнения этих оценок для групп начинающих и опытных консультантов непараметрическим критерием Манна-Уитни.

Таблица 7 - Результаты сравнительного анализа усредненных экспертных оценок различных компонентов эмпатии для групп начинающих (1) и опытных (2) психологов-консультантов

Семиотический аспект эмпатии	Среднее значение группа 1	Среднее значение группа 2	U критерий Манна-Уитни	Уровень статистической значимости
Индикативный аспект	1,27	3,37	6,00	,000
Номинативный аспект	0,78	2,83	13,50	,000
Сигнификативный аспект	1,42	3,66	4,00	,000
Экспрессивный аспект	0,55	2,35	47,50	,000
Суммарный показатель САЭ	4,01	12,22	2,00	,000

В работе опытных психологов-консультантов в значительно большей степени проявлен Индикативный аспект эмпатии – они способны быстро и четко помочь клиенту сконцентрироваться на важном. Консультант, следуя за клиентом, способен переводить внимание клиента с внешней стороны проблемы на внутреннюю, и фокусировать клиента на внутренних переживаниях, вызванных внешним событием. Начинающие консультанты иногда «вязнут» в обсуждении внешних аспектов ситуации, никак не связывая ее с переживаниями клиента. Или же, напротив, для начинающих специалистов характерно прерывание рассказа клиента, расспрос о его

переживаниях в связи с презентуемой ситуацией, что может сильно фрустрировать клиента, снизить доверие и заблокировать самораскрытие.

Когда опытный консультант реализует в своей работе Номинативный аспект эмпатии, то в этом случае переживание клиента получает имя, относится к определенному роду, таким образом, становясь фигурой восприятия клиента и терапевтической работы. Начинающие консультанты зачастую не реализуют или реализуют ошибочно Номинативный аспект эмпатии в своей работе, когда специалист реагирует на опыт клиента излишне сопоставляя его с собственным и подменяя чувства клиента своими.

Сигнификативный аспект эмпатии присутствует в работе опытного консультанта, когда специалист помогает клиенту придать значение его переживанию; происходит работа со смыслом и опыт полностью включается в когнитивную сферу клиента во всех его гранях. Новичок зачастую не переходит к данной стадии работы или склонен подменять осмысления клиента собственными.

Экспрессивный аспект эмпатии в работе опытных консультантов зачастую реализуется с помощью использования выразительных средств в речи. С помощью красочных метафор консультант способен выразить глубину собственного сопереживания клиенту. В присутствии данного компонента эмпатии контакт консультанта и клиента становится действительно интимным, возвращается доверие и терапевтический альянс, появляется ощущение совместного творчества. Начинающие консультанты редко пользуются выразительными средствами речи в работе с клиентами.

В работе опытных консультантов чаще присутствуют все четыре аспекта эмпатии, которые в совокупности могут обеспечить целостную проработку переживания клиента. В работе начинающих специалистов редко полноценно проявлены все четыре аспекта.

В таблице 9 представлены усредненные оценки трех экспертов по Шкале эмпатии Роджерса-Труакса, а также результаты сравнения этих

оценок для групп начинающих и опытных консультантов непараметрическим критерием Манна-Уитни.

Таблица - 9 Результаты сравнительного анализа усредненных экспертных оценок общего показателя эмпатии по сессии для групп начинающих (1) и опытных (2) психологов-консультантов

Шкала эмпатии Роджерса-Труакса	Среднее значение группа 1	Среднее значение группа 2	U критерий Манна-Уитни	Уровень статистической значимости
Общий показатель шкалы по терапевтической сессии	2,00	3,62	13,00	,000

Начинающие психологи-консультанты в большинстве своих интервенций реагируют на чувства и переживания, презентуемые клиентом скорее на уровне аффекта, чем на уровне значений и смыслов. Новички часто выражают скорее собственные идеи о происходящем, весьма отличающиеся от опыта клиента.

Опытные консультанты чутко и аккуратно реагируют как на явные переживания клиента, так и на чувства клиента «на уровень глубже», чем лежащие на поверхности, консультант чутко считывает и аккуратно добавляет то, что еще не может пока выразить клиент. Он настроен на волну клиента так, что может быть полностью присутствующим в случае, если произойдет глубокое самораскрытие клиента.

В третьем параграфе третьей главы описываются результаты корреляционного анализа показателей исследования с использованием коэффициент ранговой корреляции Спирмена в каждой группе испытуемых.

Поиск взаимосвязей проводился среди 30 исследованных признаков в каждой группе, включая стаж, возраст и различные показатели эмпатии как личностной черты и профессионального качества.

При поиске взаимосвязей между исследуемыми признаками в группе начинающих психологов-консультантов были выявлены корреляции между стажем практической деятельности и показателями эмпатии как личностной черты и как профессионального качества. Показателя «стаж» взаимосвязан с «Децентрацией» (IRI) ($r = ,447^*$; $p = ,010$), «Пониманием чувств и внутреннего опыта клиента» (TES) ($r = ,379^*$; $p = ,032$), «Номинативным аспектом эмпатии» (САЭ) ($r = ,364^*$; $p = ,041$).

У начинающих консультантов стаж содействует эмпатическим проявлениям вне профессиональной жизни – с ростом стажа увеличивается тенденция к постановке себя на место другого. С ростом стажа также улучшаются некоторые компоненты эмпатии в профессиональном взаимодействии с клиентами, а именно способность консультанта понимать и называть чувства клиента. В этой группе были выявлены отрицательные взаимосвязи между возрастом испытуемых и рядом показателей эмпатии как профессионального качества: «Заинтересованностью» (TES) ($r = -,425^*$; $p = ,015$), «Теплотой» (TES) ($r = -,454^{**}$; $p = ,009$), «Восприимчивостью» (TES) ($r = -,409^*$; $p = ,020$). Таким образом, возраст начинающих психологов-консультантов «работает против» их профессиональной эмпатии. Не было выявлено взаимосвязей между возрастом и показателями эмпатии как чертами личности.

Говоря о взаимосвязи показателей эмпатии как личностной черты и эмпатии как профессионального качества у начинающих психологов-консультантов, стоит отметить взаимосвязь между «Фантазией» (IRI) и «Заинтересованностью» (TES) ($r = ,351^*$; $p = ,049$), а также между «Эмпатической заботой» (IRI) и рядом показателей самооценки эмпатии как профессионального качества, «Эмпатией» по версии консультанта (BLRI) ($r = ,378^*$; $p = ,033$), «Уважением» по версии консультанта ($r = ,462^{**}$; $p = ,033$). Таким образом, чем выше уровень эмпатии как личностной черты консультанта, тем выше его собственная оценка «эмпатичности» в профессиональном контакте с клиентом. Создается впечатление, что

начинающие консультанты проецируют свои личностные эмпатические проявления в персональной сфере на эмпатию, проявляющуюся в профессиональной сфере. Интересно отметить, что тенденция вживаться в мысли и чувства художественных персонажей может выступить основой для заинтересованности в контакте с клиентом.

При поиске взаимосвязей между исследуемыми признаками в группе опытных психологов-консультантов были выявлены корреляции между стажем практической деятельности и показателем эмпатии как личностной черты «Децентрация» (IRI) ($r = -,531^{**}$; $p = ,002$), и эмпатии как профессионального качества «Понимание чувств и внутреннего опыта клиента» (TES) ($r = ,443^*$; $p = ,013$). Таким образом, у опытных консультантов стаж не содействует эмпатическим проявлениям вне профессиональной жизни – с ростом стажа снижаются тенденции к постановке себя на место другого и эмпатической заботе. Вопрос о том, является ли это показателем или предиктором профессионального выгорания, нуждается в дальнейшем исследовании. При этом видим, что стаж опытных консультантов благотворно влияет на профессиональную способность к пониманию чувств клиента.

В группе опытных психологов-консультантов были выявлены положительные взаимосвязи между возрастом испытуемых и двумя показателями эмпатии как профессионального качества – «Понимание чувств и внутреннего опыта клиента» (TES) ($r = ,459^{**}$; $p = ,009$) и «Номинативный аспект эмпатии» (САЭ) ($r = ,401^*$; $p = ,025$). Таким образом, возраст опытных психологов-консультантов скорее «работает на» их профессиональную эмпатию. Как в группе 1, так и в группе 2 не было выявлено взаимосвязей между возрастом и показателями эмпатии как черты личности.

В группе опытных психологов-консультантов выявлены негативные взаимосвязи между эмпатией как личностной чертой и эмпатией как профессиональным качеством. «Фантазия» (IRI) негативно взаимосвязана с «Уважением» по версии наблюдателя (BLRI) ($r = -,472^{**}$; $p = ,007$),

«Настройкой на внутренний мир клиента» (TES) ($r = -,406^*$; $p = ,024$), «Общим показателем эмпатии» по шкале Роджерса-Труакса ($r = -,358^*$; $p = ,048$). «Фантазия», а именно, «тенденция к воображаемому перенесению себя в чувства и действия вымышленных героев книг, фильмов и т.д.», и эмпатические проявления в профессиональной деятельности находятся в негативной взаимозависимости: так, в частности, чем более «эмпатичен» консультант как профессионал, тем меньше он склонен «вживаться» в чувственный мир персонажей искусства. Происходящего в реальной жизни реальных людей для консультантов с большим опытом работы «хватает с избытком» для проявления сочувствия и сопереживания.

«Эмпатическая забота» как компонент эмпатии как личностной черты психолога-консультанта негативно связана с рядом показателей эмпатии как профессионального качества: «Номинативным аспектом эмпатии» (САЭ) ($r = -,377^*$; $p = ,037$), «Сигнификативным аспектом эмпатии» (САЭ) ($r = -,365^*$; $p = ,043$), «Общим показателем эмпатии» по шкале Роджерса-Труакса ($r = -,458^{**}$; $p = ,010$). Такие результаты побуждают к постановке вопроса о том, не свидетельствуют ли высокие уровни проявления эмпатии в профессиональной деятельности о том, что в приватной сфере консультантам не хватает «энергии» для проявления симпатии, сочувствия к несчастьям других, жалости, желания помочь, что находит свое более полноценное проявление в профессиональном контакте с клиентами.

Современными и перспективными направлениями теоретической и эмпирической работы является рассмотрение эмпатии психолога-консультанта с позиций модели психического, как интегративного подхода к исследованию субъективного опыта, внутренней концептуализации и понимания мира человеком, в его индивидуальных и универсальных составляющих [Сергиенко, 2005]. Также интересно исследование взаимосвязи эмоционального интеллекта и эмпатии как личностной черты и профессионального качества психологов-консультантов [Mayer, Salovey, 1997; Люсин, 2000].

Так как для профессионального эмпатического взаимодействия психологу-консультанту необходимо четко отслеживать собственные границы, с целью сохранения условия «как если бы», одним из интересных направлений исследования может стать изучение взаимосвязей эмпатии как личностной черты и профессионального качества с психологической суверенностью личности. С.К. Нартовой-Бочавер было показано, что суверенность положительно связана с гармоничным межличностным взаимодействием и различными аспектами привязанности [Нартова-Бочавер, 2014, 2015]. Мы предполагаем, что суверенность пространства опытных психологов-консультантов проявлена на более высоком уровне, чем у их начинающих коллег, что помогает опытным специалистам сохранять собственное благополучие в работе с клиентами. При этом интересно исследовать, как суверенность психологического пространства может быть взаимосвязана с возрастом и стажем профессионалов.

Также интерес представляет персонологический поворот проблемы [Петровский, Старовойтенко, 2012] - изучение того, как информация, полученная исследователями эмпатии психологов-консультантов, влияет на их собственные установки, став известной в ходе специально построенной коммуникации, как интерпретируют специалисты парадоксальное снижение некоторых эмпатических проявлений в персональной сфере на фоне успеха в профессиональной деятельности, повлияет ли информация об этом на отношение к себе. Тем самым реализуется двухъярусная модель построения персонологического исследования: факты – информация о них – изменение поведения.

В заключении формулируются **выводы**, сделанные по результатам теоретического и эмпирического исследования:

1. Анализ отечественной и зарубежной научной литературы, посвященной определению понятия «эмпатия», а также подходам к исследованию эмпатии, позволяет обосновать значимость различения эмпатии как личностной черты и профессионального качества психолога-

консультанта.

2. Определены методики оценки эмпатии как личностной черты и профессионального качества психолога-консультанта.

3. Сравнительный анализ выраженности эмпатии как личностной черты психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности не показал значимых различий, кроме существенно более выраженной интенции начинающих психологов-консультантов вживаться во внутренний мир персонажей художественных произведений.

4. Сравнительный анализ выраженности эмпатии как профессионального качества психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности показал значимые различия всех компонентов эмпатии между группами начинающих и опытных специалистов: эмпатия как профессиональное качество у опытных консультантов выражена на значительно более высоком уровне (по мнению самих консультантов, их клиентов и экспертов).

5. Выявлены взаимосвязи между стажем, возрастом и особенностями проявления эмпатии психологов-консультантов:

- в группе начинающих специалистов были выявлены положительные корреляции между стажем практической деятельности и показателями эмпатии как личностной черты и эмпатии как профессионального качества; стаж опытных специалистов положительно взаимосвязан с эмпатией как профессиональным качеством и отрицательно взаимосвязан с эмпатией как личностной чертой
- возраст начинающих психологов-консультантов отрицательно взаимосвязан с эмпатией как профессиональным качеством и не коррелирует с эмпатией как личностной чертой; возраст опытных профессионалов положительно взаимосвязан с эмпатией как профессиональным качеством; корреляций с эмпатией как личностной чертой не обнаружено
- у начинающих психологов некоторые показатели эмпатии как

личностной черты положительно взаимосвязаны с их собственной оценкой эмпатии как профессионального качества; у опытных специалистов эмпатия как личностная черта взаимосвязана с эмпатией как профессиональным качеством негативно.

Основные положения диссертации отражены в следующих публикациях автора:

1. Сизикова М.В. Эмпатия как фундаментальное измерение работы психолога-консультанта / М.В. Сизикова // Общество: социология, психология, педагогика. - 2016 – №. 9. – С. 28-31. (Авторский вклад - 0,41 п.л.)
2. Сизикова М.В. Особенности самоактуализации психолога-консультанта в процессе профессиональной деятельности / М.В. Сизикова // Акмеология. - 2016 – №. 4. – С. 47-52. (Авторский вклад - 0,53 п.л.)
3. Сизикова М.В. Эмпатия как личностная черта психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности / М.В. Сизикова // «Национальное здоровье». 2018 – №. 1. [Электронный ресурс]. — Режим доступа : <http://www.national-zdorov.ru/userfiles/file/yyxlgxpjmtaen7wvugsmys2tu9ryuz51.pdf> - 0,41 п.л.
4. Sizikova M. Paradoxical Findings Regarding Therapist Empathy Based on Length of Professional Experience / M. Sizikova, V. Goussakovski // Transactional Analysis Journal. – 2017. – Vol. 47. – №. 2. – P. 112-125. (В соавт., личный вклад - 0,56 п.л.)