

## ПРОФЕССИОНАЛИЗАЦИЯ ЭМПАТИИ: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ<sup>1</sup>

Т.Д. КАРЯГИНА

В статье проблематизируется видение эмпатии в контексте профессиональной помогающей деятельности. Эмпатия рассматривается как высшая психическая функция и как способность. Предлагается рабочая модель эмпатии как способности, базирующаяся на методологических принципах отечественной традиции исследования и развития способностей (В.Д. Шадриков). Рассматриваются специфика эмпатии в помогающей профессиональной деятельности и существующие методы ее развития для профессионалов. Обосновывается понятие профессионализации эмпатии как необходимого взаимосвязанного развития мотивационных, операционных и функциональных компонентов эмпатических способностей с учетом условий и требований конкретной профессиональной деятельности.

**Ключевые слова:** эмпатия, развитие эмпатии, мотивация помощи, способности, высшая психическая функция, профессиональное развитие, профессиональные способности, «помогающие» профессии, социономические профессии.

Вопрос развития эмпатии обычно поднимается в двух основных контекстах — общечеловеческом и профессиональном. Мы говорим о развитии эмпатии у детей, о степени эмпатии нашего общества, имея в виду проблемы агрессии, эгоизма, нечувствительности к страданию живых существ. Также этот вопрос ставится, когда мы обсуждаем работу профессионалов, сутью деятельности которых является помощь людям, попавшим в трудную ситуацию, — медиков, психологов, социальных работников и т. д.

Компетентностный подход в профессиональном образовании ставит задачу развития эмпатии как способности у специалистов помогающих профессий. Это предполагает конкретизацию представлений об эмпатии, позволяющую выявлять и оценивать уровни ее развития, показатели поведенческих проявлений эмпатии, разрабатывать обучающие про-

---

<sup>1</sup> Работа выполнена при финансовой поддержке РФНФ (проект № 15-26-01007 «Развитие эмпатии в социономических профессиях»). This article was prepared with the financial support of the Russian Foundation for Humanities (project № 15-26-01007 «Empathy development in socioeconomic («helping») professions»).

граммы, направленные на ее развитие. В то же время концептуальное осмысление проблематики эмпатии в психологии в целом характеризуется многозначностью, неопределенностью основных понятий, эклектичностью подходов. Отсутствуют концепции эмпатии, позволяющие анализировать многоплановый, многоуровневый, системный характер эмпатических феноменов. В психологии эмпатии назревшей задачей является разработка такого подхода, который обеспечил бы плодотворную рефлекссию «практики эмпатии» в деятельности помогающих профессионалов и обоснование принципов разработки методов и приемов ее развития.

### **Эмпатия как способность**

В одной из работ нами было выдвинуто предположение о перспективности применения методологии исследования и развития способностей в контексте «профессиональной эмпатии» [Карягина, Иванова 2014]. Категория способностей традиционно является одной из центральных в тематике обучения и целенаправленного развития. Существуют отечественные исследования, в формулировках предмета которых присутствуют слова «эмпатическая способность» [Ичаловская 1999; Щербакова 2003]. Однако в данных работах не применяется специфическая методология анализа и исследования именно способностей, их структуры.

Суммируем кратко основные положения выдвинутого нами обоснования рассмотрения эмпатии как способности [Карягина, Иванова 2014].

За основу нами взята модель способностей В.Д. Шадрикова, обобщающая традиции понимания способностей в отечественной психологии. Шадриков определяет способности как свойства функциональных систем, реализующих отдельные психические функции. Можно говорить о наличии в структуре способностей трех компонентов или типов механизмов: **функционального, операционного и мотивационного**. Функциональные механизмы на раннем этапе возникновения реализуют филогенетическую программу осуществления определенной функции, представляют собой характеристику человека как индивида и являются результатом его онтогенетической эволюции и природной организации, а операционные — характеризуют человека как субъекта деятельности и усваиваются в процессе воспитания и обучения, носят конкретно-исторический характер. Между этими механизмами существует сложное взаимодействие. Развитие операционных механизмов происходит позже и невозможно без определенной степени развития функциональных. В свою очередь развитие операционных механизмов дает новые возможности для развития функциональных. Мотивационные механизмы раскрывают человека как личность и обеспечивают детерминированность

развития способностей мотивами и ценностями личности [Шадриков 1996; 2010а].

Одним из основных принципов отечественной психологии способностей является деятельностный: способности проявляются и развиваются только в деятельности. Они обеспечивают успешность ее выполнения и не сводятся к наличным знаниям, умениям и навыкам [Теплов 1985; Шадриков 1996; 2010а]. Для эмпатических способностей такой деятельностью является деятельность общения. Однако также можно говорить и об особой деятельности сопереживания, которая может быть выделена в определенных ситуациях, когда мотивом является понимание того, что происходит с другим человеком, и/или сочувствие ему.

Под функциональным компонентом эмпатических способностей мы понимаем способность к определенному рода репрезентации состояния другого человека. В современной психологии такая репрезентация называется викарным чувством (от лат. vicarius — «заместитель», «наместник»).

В настоящее время представляется возможным связывать возникновение викарного чувства с работой конкретных психофизиологических механизмов, которые обеспечивают специфическую нейронную репрезентацию состояния другого человека у наблюдающего за ним [Preston, de Waal 2002; Vignemont, Singer 2006]. Прежде всего, речь идет о зеркальных нейронах, открытых в 90-е гг. XX в. [Rizzolatti, Craighero 2004; Риццолатти, Синигалья 2012]. На настоящий момент факт возбуждения у человека собственно зеркальных моторных нейронов при наблюдении эмоций другого человека надежного подтверждения не нашел. Однако, начиная с 2004 г., на материале эмпатического отклика на самые разные эмоции выявляется «зеркальный принцип» работы мозга: при наблюдении определенных чужих эмоций (зрительно или на слух) у испытуемых происходит активация тех же отделов мозга, которые активируются у них при реальном переживании этих эмоций [Lamm, Majdandzic 2015].

Если использовать терминологию теории высших психических функций, то можно предположить, что викарное чувство является результатом работы тех процессов, которые составляют натуральную эмпатическую функцию.

Последние исследования нейронаук, изучающих разного рода «эмпатические дефициты», выявляют различную локализацию мозговых механизмов викарных спонтанных и произвольных эмпатических реакций. Нарушения эмпатии являются одним из диагностических признаков психопатии, а также антисоциального поведенческого расстройства. Связь нарушения эмпатии с агрессивным поведением обосновывается следующим образом: сопереживание страданию жертвы приводит к торможению агрессии, если же сопереживания нет, то агрессия не может тормозиться таким, «естественным», образом. Ис-

следователи полагают, что при психопатических расстройствах нарушен разного рода мозговой процессинг эмоции страха, и в связи с этим не возникает викарное чувство страха, сопереживание страху жертвы [Blair 2007; Meffert et al. 2013; Keysers et al. 2014]. Так, было показано, что у пациентов с диагностированной психопатией наблюдается пониженная активность в отделах головного мозга, связываемых с эмпатией, при инструкции на просто внимательное наблюдение эмоционально-окрашенного взаимодействия. Однако при наличии инструкции на сопереживание реакция в «эмпатических» отделах мозга таких пациентов значимо не отличается от реакции у условно здоровых испытуемых. При этом у пациентов с психопатией наблюдается повышенная по сравнению со здоровыми испытуемыми активация в отделах мозга, связываемых с когнитивными аспектами эмпатии (у здоровых испытуемых активация в этих отделах наблюдается при инструкции представить, вообразить, что чувствует другой человек). Авторы делают предположение о компенсаторном характере этой активности и говорят о некоторой способности к «включению-выключению» эмпатии, которой обладают лица с психопатическими тенденциями. Аналогичные феномены описаны и для аутистических расстройств: там различия нейрофизиологической основы спонтанной и произвольной эмпатии были обнаружены при реагировании на эмоции хорошо знакомых и незнакомых людей [Gillespi et al. 2014]. Вероятно, при аутизме имеет место «викарная гиперреактивность» [Markram, Makram 2007; Smith 2009], совладание с которой становится более успешным в ситуациях регулярного общения с одними и теми же людьми.

Результаты нейрофизиологических исследований патологии эмпатии, таким образом, позволяют, на наш взгляд, говорить как о наличии специфических функциональных компонентов эмпатических способностей, так и о когнитивном, социальном и т. п. опосредовании их работы, о наличии определенных складывающихся при жизни индивидуальных способов реализации эмпатии.

Можно ли, исходя из представлений об операционных компонентах способностей, говорить об эмпатических операциях или действиях?

На первый взгляд, такая постановка вопроса вызывает большие сомнения. Эмпатия предельно свернута, особенно в житейских ситуациях общения. Она представляется непроизвольным, интуитивным внутренним процессом, а, главное, результатом эмпатии чаще всего считается эмоция — либо разделенное чувство («я грущу вместе с тобой»), либо сочувствие.

Основным принципом методологии исследования эмпатии в отечественной деятельностной традиции выступает ее разворачивание, экстерииоризация в процессе решения особых задач на сопереживание [Гаврилова 1977; Стрелкова 1987; Гончаренко 2003]. При исследовании

развития эмпатии у детей такого рода задачи актуализировались при организации специальных игр-драматизаций. Например, дети ставились в различные позиции по отношению к непривлекательному, на первый взгляд, персонажу. Таким образом, варьировалась степень и цель их сопереживания: от оценки (нравится — не нравится) до игры в роли персонажа, что в целом приводило к значительному росту сочувствия ему. Автор исследования делает вывод: «развитие эмпатийных процессов идет не только от элементарных форм к высшим, но и от более полных — к “свернутым” процессам, имеющим, однако, как бы в точечной форме эмоциональный потенциал целостного процесса, могущий обеспечить в соответствующих условиях его полную или частичную развертку» [Стрелкова 1987, с. 22]. Для взрослых также эффективным методом развития эмпатии считаются тренинги, в которых используются методы ролевого перевоплощения, идентификации с героями литературных произведений. В таких случаях разворачивается деятельность сопереживания, в которой могут быть выделены отдельные элементы, цели и этапы [Бенеш 2007; Щербакова 2003].

При анализе целенаправленного «эмпатического исследования» переживания клиента, осуществляемого психотерапевтом, вопрос об «эмпатических действиях» также неестественным не выглядит. В развернутом процессе эмпатического отклика возможно различение индивидуальных стратегий как понимания внутреннего мира другого человека, так и выражения своего понимания. Нами выявлены определенные микропроцессы в таком эмпатическом исследовании и целесообразно организованные циклы их чередования [Карягина, Матвеева 2012].

В дидактических целях в психотерапевтических подходах — прежде всего гуманистических и экспириентальных<sup>2</sup> — выделяются специфические приемы и методы для стимуляции, запуска, оформления и выражения эмпатического понимания переживания клиента. Эти приемы опираются на житейские навыки, присущие обучающимся, но психотехнически формируют новые, профессиональные стратегии. Так, в процессуально-экспириентальном подходе эмоционально-фокусированной психотерапии выделяются такие «эмпатические операции», как эмпатическое прояснение, эмпатическая гипотеза, эмпатическое пробуждение, эмпатическое подтверждение и т. п. [Elliott et al. 2004] (на русском языке см.: [Ягнюк б.г.]). Часто эти приемы описываются метафорически: «вчувствование», «отзеркаливание», «вхождение во внутренний мир другого» [Роджерс 2000]. Ф.Е. Василюком описано многообразие стратегий эм-

---

<sup>2</sup> Об экспириентальных подходах — т. е. о подходах, рассматривающих развитие переживания клиента как основной продуктивный процесс психотерапевтического изменения, см. подробнее: [Бондаренко 2012; Некрылова 2012; Карягина 2015].

патического исследования и «эмпатических позиций», сформулировано представление о «композиционной структуре эмпатии» [Василюк 2007].

Можно предположить, что конкретизация, «перевод» метафор, характерных для практиков и учителей психотерапии, на научный язык операционных компонентов эмпатической способности возможна с помощью понятий, описывающих те процессы, которые обычно квалифицируются исследователями эмпатии как ее механизмы. В различных исследованиях называются: эмоциональное заражение, подражание, проекция, интроекция, идентификация, понимание, воображение, рефлексия, децентрация и т.д. [Гаврилова 1977; Тютяева 2002]. В ходе обучения работа этих механизмов, обычно неосознаваемая в житейских ситуациях, подвергается осознанию, рефлексии, увязывается с постановкой профессиональных целей, опосредуется системой профессиональных норм, образцов и правил, приобретая характер целенаправленных произвольных действий.

Операционные механизмы можно также классифицировать с точки зрения того, какую часть или этап эмпатического процесса они осуществляют. В соответствии с логикой деятельностного подхода, встает вопрос о выделении собственно операций как способов осуществления действия, действий, стратегий и т.п. Безусловно, мы выдвигаем положение о возможности выделения «эмпатических операций» в качестве гипотезы и планируем серию эмпирических исследований для ее проверки. На данный момент мы полагаем целесообразным говорить о микропроцессах эмпатии, имея в виду конкретные, сформированные в ходе социализации и обучения способы, которыми реализуется эмпатическая функция.

Далее мы рассмотрим подробнее наше видение эмпатического процесса, а также его развития в профессиональном обучении будущих психологов-консультантов, которое и формирует наши основания для постановки гипотез дальнейших эмпирических исследований.

### **Процесс эмпатии и его опосредование**

Мы выделяем в процессе эмпатии три стадии<sup>3</sup>:

1. Появление викарного переживания состояния другого человека.
2. Развертывание, прояснение викарного переживания до требуемой степени ясности.
3. Реализация, воплощение эмпатического переживания.

---

<sup>3</sup> В описании этих стадий мы используем формулировки Эдит Штайн, философа, ученицы Э. Гуссерля, выполнившей феноменологический анализ эмпатии как «переживания другого сознания» в своей диссертации 1913 г. [Stein 1989]; см.: [Карягина 2013]. Также см. статью Т.Д. Карягиной в этом номере.

Возможно неполное прохождение этих этапов, равно как и различные степени требуемой ясности и степени воплощения переживания.

Соответственно этим трем стадиям можно выделить также три плана анализа как эмпатического процесса, так и структуры эмпатических способностей: чувственно-перцептивный, рефлексивный, экспрессивно-коммуникативный.

Появление викарного чувства рассматривается многими исследователями как непосредственный, «перцептивный» процесс: мы «видим», что человек грустит, «читаем» это чувство на лице человека. Однако, вероятно, непосредственность эмпатического восприятия — такой же результат интериоризации эмпатических действий, сворачивания определенных микропроцессов, как и в случае собственно восприятия.

Приведем пример психологических исследований, демонстрирующих различного рода опосредование достаточно простых эмпатических реакций. Младшие подростки с диагностированной тенденцией к психопатии и антисоциальному поведению и условно здоровые подростки играли в компьютерную игру, в которой могли варьировать силу звука, посылаемого своему противнику. Звук мог быть достаточно сильным и болезненным для слуха (на самом деле «противником» выступал компьютер, ситуация была смоделирована). Часть испытуемых получали письменные сообщения от противника, в которых содержалась жалоба на неприятные ощущения от звука, часть — нет, сообщения для них не содержали жалобы. Во втором случае поведение подростков с психопатическими тенденциями после получения сообщения от противника оставалось более агрессивным, чем поведение испытуемых без психопатических тенденций. Если же подростки с психопатической тенденцией получали сообщения с жалобой, их поведение после получения сообщения не отличалось от поведения условно здоровых испытуемых, которые были склонны больше не использовать болезненные звуки [van Baardewijk et al. 2009].

Авторы исследования видят в этих результатах принципиальные основания для построения программ работы с такими детьми. Т. е. для коррекции психопатических тенденций ставится задача: организовать привлечение внимания к признакам дистресса у другого человека и затем автоматизировать этот поначалу произвольный процесс.

Другое исследование показало, что серия регулярных занятий с подростками с антисоциальным поведенческим расстройством по распознаванию негативных эмоций (с ними занимался взрослый на основе специально разработанной компьютерной программы) привела к существенному сокращению случаев их участия в агрессивных действиях [Hubble et al. 2015]. Что происходило во время таких занятий? Во-первых, обращалось внимание на конкретные признаки определенной эмоции.

Фактически они превращались в знаки эмоционального состояния. Во-вторых, ставилась задача найти их в самых разных, в том числе затрудненных, условиях восприятия. Т. е. имели место привлечение внимания (через означивание) и автоматизация.

Но эмпатия это, безусловно, не просто процесс распознавания эмоций. «Прочитанное» часто требует прояснения, уточнения, разворачивания и далее — определенного рода реакции на него. Отметим, что по результатам исследования Келли Хаббл (К. Hubble) и коллег улучшение распознавания эмоций приводило к уменьшению агрессивности, но неизвестно, приводило ли к росту сочувствия и помощи.

Рассмотрим исследования, демонстрирующие аналогичные закономерности на более сложном материале — развернутом эмпатическом исследовании чужого переживания и выражении эмпатического понимания.

Исследования выполнены на материале результатов обучения будущих психологов-консультантов в мастерских по понимающей психотерапии. В предыдущих работах мы подробно анализировали основные формы и методы, дидактические средства развития эмпатии на начальных ступенях обучения в мастерских [Карягина 2010; Карягина, Матвеева 2012; Карягина, Иванова 2013]. Основным дидактическим средством здесь является структура эмпатической реплики, в которой выделяются отдельные элементы.

Приведем пример построения такой реплики и функции ее элементов. Например, в ответ на фразу клиента: «У меня никак не получается наладить отношения с сыном после развода, я все время оправдываюсь, пытаюсь что-то объяснить...» — возможен такой ответ: «Правильно ли я понимаю, что вы, как отец, полны чувства вины перед сыном из-за развода?»

Здесь «правильно ли я понимаю» — *оператор понимания*, настраивающий терапевта на модус именно понимания, которое должно быть свежено с клиентом, а не интерпретации и т. п.

«Вы, как отец» — *персона* («субъект» переживания).

«Полны» — *модус переживания* (специфика ощущения, качества или силы «испытывания» переживания).

«Чувство вины» — *наименование испытываемого переживания*.

«Из-за» — *связь переживания и его предмета*, а «развод» — *предмет переживания*.

«Сын» — возможный диалогический *Другой*, к которому переживание обращено<sup>4</sup>.

В мастерских разработано множество упражнений, направленных на отработку навыка выражения своего понимания переживания клиен-

---

<sup>4</sup> Элементы структуры эмпатической реплики выделены курсивом. Подробнее об элементах, их вариации, функциях см.: [Василюк 2007].

та с помощью данной структуры эмпатической реплики, организуется обсуждение реплик, проверяется реакция клиента на разные варианты ответа, обращается внимание, как повлияли эмпатические отклики на развитие переживания, и т. д.

Одно из исследований [Кайдаш 2011] показало, что после обучения значительно возрастает степень детализации понимания чувств клиента. В этом эксперименте до начала обучения и через полгода, после окончания его первого этапа, на котором работе со структурой эмпатической реплики уделяется значительное внимание, студентам давали посмотреть видеозапись монолога реального клиента<sup>5</sup>. Студенты должны были представить письменный отчет о том, как они понимают состояние, чувства, эмоции клиента и т. п. С помощью лингвистического метода тема-рематического анализа выделялись основные *темы* текста и *ремы*: рема — детализация, раскрытие темы (для анализа материалов психологических консультаций метод был адаптирован О.В. Шведовским [Шведовский 2007]). Количество тем в целом соответствует количеству основных аспектов переживания клиента, выделенных студентами, а количество рем — количеству нюансов, деталей у выделенных аспектов переживания.

Результаты исследования представлены в Таблице 1.

Таблица 1

	<i>До начала обучения</i> на первой ступени мастерских ППТ	<i>После окончания обучения</i> на первой ступени мастерских ППТ
Объем эмпатии ( <i>количество тем</i> — среднее значение)	16	25*
Детализация эмпатии ( <i>количество рем</i> — среднее значение)	9	27*

*Примечание.* \* уровень значимости 0,05.

После обучения в отчетах студентов значимо выросло и количество выделяемых тем, и количество рем. Но степень детализации переживаний выросла в три раза.

<sup>5</sup> Предъявляемые монологи клиентов были разными, однако были отобраны по принципу сходства степени сложности проблемы, открытости клиента и т. п.

Различные элементы структуры эмпатической реплики направляют внимание и поиск, вслушивание, всматривание студентов в различные аспекты переживания. Они создают, по сути дела, карту для ориентировки в пространстве переживания клиента, опосредующую их процесс понимания. По мере овладения этим средством, процесс эмпатического исследования становится практически произвольным, но, поскольку он прошел стадию сознательной регуляции и рефлексии, он доступен для осознания и коррекции, развития. Можно использовать метафору процесса восприятия: расширяется диапазон чувствительности, студенты учатся непосредственно слышать то, что раньше не слышали без специальных усилий. При этом возрастает степень управляемости эмпатического отклика. Поэтому мы предпочитаем говорить не о навыке, а о развитии эмпатии как высшей психической функции. Психотехнически сформированные микропроцессы эмпатии оформляют, осуществляют и регулируют эмпатический отклик на переживание клиента.

Другое исследование показало, что данная способность переносится на житейские ситуации: после обучения возрастает внимание к чувствам другого человека, повышается уровень сочувствия, эмпатической заботы в ответ на эмоциональные жалобы друга или ребенка [Карягина, Иванова 2013].

### **Эмпатия и помощь: житейский и профессиональный контекст**

В психотерапии эмпатия рассматривается как важный метод работы профессионала: либо это условие установления терапевтического контакта, либо один из основных методов «лечения», в зависимости от специфики психотерапевтического подхода. Поэтому эмпатическое понимание и его выражение формулируются как цели профессиональной деятельности.

Если рассматривать другие помогающие профессии, здесь роль и место эмпатии определяются другим образом.

Эмпатия традиционно считается важнейшим фактором помогающей мотивации. Дискуссии касаются не самого этого факта, а скорее удельного веса эмпатического отклика среди других факторов помощи — нормативных, ситуационных [Batson et al. 1988; Batson 1994; 1997; Cialdini et al. 1997; Хеккхаузен 1986; Чалдини и др. 2002; Насиновская 2002; Шермазанян 2015]. Также роль эмпатии как мотивационного фактора помощи проблематизируется при выделении различных форм помогающего поведения: собственно помощь, просоциальное поведение, альтруистическое поведение и т. п. Так, Ч. Батсон и его коллеги сформулировали гипотезу «эмпатия — альтруизм», согласно которой подлинно альтруистическое поведение, т. е. поведение, не преследующее никакой выгоды, в том числе от избегания порицания или от получения социального по-

ощрения, роста самоуважения вследствие факта помощи, мотивируется именно эмпатией [Watson et al. 1988; Watson 1994; 1997].

В обсуждении связи эмпатии и помощи особое внимание уделяется феномену эмпатического дистресса — т. е. негативных чувств у человека, наблюдающего страдания другого. Они могут быть разделенными — «я грущу вместе с тобой», но могут быть и собственными — «мне неприятно, тревожно от того, что ты грустишь» (personal distress). Высокий личный дистресс может быть мотиватором помощи — «я помогу, чтобы поскорее избавиться от своих неприятных чувств». Но при наличии возможности с легкостью выйти из неприятной ситуации или «убрать» эти чувства другим способом (например, улучшить настроение с помощью чего-либо приятного) субъект с высоким личным дистрессом не будет склонен помогать [Watson et al. 1987].

Известный исследователь онтогенеза эмпатии М. Хоффман подчеркивает, что, по сути дела, развитие эмпатии у детей представляет собой совладание с собственным дистрессом и формирование связи эмпатия — помощь через развитие сочувствия, разделенных чувств (в его терминологии: «симпатический дистресс», «подлинный эмпатический дистресс» в отличие от «собственного дистресса») [Hoffman 2000]. В онтогенезе такое развитие опосредовано, в первую очередь, становлением систем эмоциональной регуляции в целом и усвоением социальных, моральных норм [Taylor et al. 2013].

Помогающие профессии относятся к разряду так называемых социономических, т. е. профессий системы «человек — человек» [Климов 1996]. Основным «рабочим инструментом» в таких профессиях является личность самого профессионала. Выделение помогающих профессий не является твердым, устоявшимся [Кухтова 2011]. Мы будем называть помогающими профессии, в которых профессионал в большинстве ситуаций взаимодействует с человеком *страдающим*<sup>6</sup>, при этом помогающие действия, т. е. действия, способные прекратить или облегчить его страдания, улучшить его состояние, являются его основными должностными обязанностями. По такой классификации в разряд помогающих профессий определенно попадают основные медицинские специальности, социальная работа, психологическое консультирование и психотерапия, определенные категории деятельности сотрудников МЧС. Другие социономические профессии различаются долей помогающей деятельности среди других задач профессионала (учитель, воспитатель, священник, юрист, сотрудник правоохранительных органов и т. п.).

---

<sup>6</sup> Согласно словарю Ожегова: страдание — физическая или нравственная боль, мучение.

В профессиональном контексте помощь оказывается в условиях, по ряду признаков значительно отличающихся от житейских ситуаций, и эти условия имеют большое значение для понимания специфики «профессиональной эмпатии» [Шермазанян 2015]. Отметим несколько из них.

1. Обязательный характер помощи в отличие от возможности выбора «помогать — не помогать» в большинстве житейских ситуаций. К тому же не оказание помощи или не должным образом оказанная помощь могут привести к жалобам, дисциплинарным взысканиям и т.п. Таким образом, эмпатия как «внутренний» фактор мотивации помощи находится в сложном соподчинении не только с другими «внутренними» факторами, но и с весомыми «внешними». Ее проявления должны быть вписаны в сложную структуру целей профессиональной деятельности.

2. Регулярный характер помощи. Чаще всего с этой особенностью помогающих профессий связывают явление эмоционального выгорания и защитный характер формального отношения к помощи.

3. Повышенный личный дистресс. Множество ситуаций, в которых приходится оказывать помощь представителям помогающих профессий, могут провоцировать повышенный личный дистресс или затруднять совладание с ним. Это ситуации, в которых очень высока цена ошибки, например, в работе спасателей, медиков, а также возможно проявление собственных сильных негативных чувств: страха смерти, отвращения, презрения и морального осуждения и т.д. (об этих аспектах работы медиков см.: [Поддубная 2015]).

Мы отметили лишь наиболее явные особенности помогающей профессиональной деятельности в связи с эмпатией. Безусловно, существует множество дополнительных нюансов, как в помогающих, так и в других социомических профессиях. Представляется необходимым проведение специального анализа различных профессий с точки зрения специфики связи эмпатия — помощь.

Наиболее часто исследуемыми феноменами помогающей профессиональной деятельности являются эмоциональное выгорание и профессиональные деформации, в том числе деформации мотивационные (например, приоритет мотива власти и самоутверждения как «спасителя» и «вершителя судеб») [Козина 1998; Грищенко 2003]. Осознание распространенности этих феноменов привело на определенном этапе к пониманию необходимости специальных форм помощи и поддержки профессионального развития самих представителей помогающих профессий. Например, уже в 1924 г. на Берлинском психоаналитическом конгрессе была зафиксирована необходимость супервизии как обязательной части подготовки психоаналитиков, в 1950-е гг. возникли балнтовские группы — институционализированная форма профессиональной супервизии для практикующих врачей и психиатров [Винокур 2015].

## **Эмпатия в профессиональном развитии помогающих специалистов**

Тематика профессионального развития широко исследуется в отечественной психологии [Климов 1996; Бодров 2001; Шадриков 2010б]. На примере анализа разнообразных профессий показано, как в процессе их освоения обучающийся «распредмечивает» нормативный способ и превращает его в индивидуальный способ деятельности. На основе индивидуальных качеств и способностей посредством их реорганизации и переструктурирования, приспособления и развития под влиянием требований той деятельности, которую осуществляет субъект, формируется психологическая система профессиональной деятельности, профессиональная позиция [Шадриков 2010б].

Анализ специфики помощи в помогающих профессиях и результаты проведенных нами исследований позволяют выделить два основных взаимосвязанных аспекта реализации эмпатии в профессиональном контексте: мотивационный и выразительно-коммуникативный. Пересечением этих аспектов видится проблема регуляции, произвольности эмпатии.

Эмпатия обычно выступает в качестве «фона», а не «фигуры» при профессиографическом анализе помогающей деятельности (за исключением психотерапии и психологического консультирования), как некий дополнительный фактор эффективности. Роль эмпатии в социономических профессиях определяется через ее включение в структуру профессионально важных качеств. Помогаящий профессионал должен быть эмпатичным, т. е. должен быть склонным проявлять эмпатию. Соответственно методологией исследований являются измерение эмпатии как личностной черты в основном опросниковыми методами и поиск связи уровня эмпатии с различными характеристиками профессионала (стаж, эффективность деятельности, уровень эмоционального выгорания и т.д. [Агавелян 1995; Василькова 1998; Козина 1998; Дорошенко 2007; Богачева 2014]).

При подходе к эмпатии как профессиональной способности, а не как к профессионально важному качеству, фокус внимания меняется: не развитие склонности к эмпатии, а приобретение эмпатическими процессами «свойств оперативности». В психологии профессионального развития так определяется развитие способностей: как за счет освоения специальных операций, так и за счет тонкого приспособления этих операций к условиям деятельности [Шадриков 2010б].

Мы ставим проблему развития эмпатии у помогающих профессионалов как проблему ее **профессионализации: изменения, трансформации всех компонентов эмпатических способностей при включении в систему профессиональной деятельности.**

На начальном этапе исследований такой профессионализации необходим анализ деятельности помогающих профессионалов с целью выделения «точек приложения» эмпатии — как с точки зрения ее роли в мотивации помощи, так и с точки зрения возможностей прямого выражения эмпатического понимания и отношения — и поиск методов, способных обеспечить разворачивание эмпатического процесса в этих «точках». Принципы создания таких методов мы видим аналогичными принципам «формирования эмпатических действий» в понимающей психотерапии.

Психотехнический подход к развитию эмпатии в ППТ является методом развития способов выражения эмпатии, но представляет собой одновременно и метод развития ее произвольности и регуляции. Необходимо отметить также, что подобное развитие эмпатии реализуется в ситуации актуализации профессиональных мотивационных детерминант и, более того, способствует такой актуализации. Так, например, при обучении в мастерских по понимающей психотерапии студенты знакомятся с философией подхода и обоснованием роли эмпатии для развития переживания клиента, формирования рабочего альянса и т.п. При этом собственный опыт эмпатии в ходе обучающего тренинга, приобретенный как в качестве клиента, получающего эмпатический отклик на свое переживание, так и в качестве терапевта, выражающего свой отклик, позволяет прочувствовать, как работает эмпатия и каким образом способствует решению профессиональных задач.

В последнее время задача развития эмпатии как профессионального навыка врача активно ставится, например, в психоонкологии. Организуются тренинги, на которых проигрываются и разбираются сложные коммуникативные ситуации (как сообщить диагноз пациенту, как общаться с родственниками больного и т. д.). В отношении профессиональной коммуникации в целом и эмпатии в частности А. Соськина-Дорман — одна из первых в России профессиональных специалистов по паллиативной помощи и медицинскому общению — поднимает очень важный вопрос «скрытого учебного плана» («the hidden curriculum»). Это понятие описывает усваиваемые в рамках ученичества как обучения через подражание учителю/учителям, а не в лекционных аудиториях, нормы и правила профессиональной деятельности, которые в наибольшей степени влияют на профессиональное поведение. Для эмпатии эта тема особо важна, так как, повторимся, эмпатия считается дополнительным условием эффективности в помогающих профессиях, не существует нормативных способов проявления эмпатии, помимо абстрактных требований проявлять сочувствие и понимание. Поэтому коммуникация врач — пациент в наибольшей степени подвержена влиянию неявных, неотрефлектированных образцов поведения. Абстрактное знание само по себе не способно преодолеть силу привычных, устоявшихся моделей профессиональной ком-

муникации. Необходимо создавать условия для приобретения «живого» опыта эмпатического понимания и отношения, в том числе личного опыта получения эмпатии, например, от ведущего коммуникативного тренера или супервизора и других участников, а также для его рефлексии и интеграции в практику [Сонькина-Дорман б.г.].

В рассмотренных нами примерах экспериментальное, т. е. осуществляющееся на основе получаемого личного практического опыта, обучение эмпатии затрагивает и чувственно-перцептивный, и рефлексивный, и коммуникативный аспекты эмпатической способности и таким образом способствует развитию всех ее компонентов.

### **Заключение**

В статье изложены основные положения развиваемого нами подхода к исследованию и развитию эмпатии в контексте помогающей профессиональной деятельности.

Во-первых, мы рассматриваем **развитие эмпатии как высшей психической функции**;

во-вторых, проблема обучения эмпатии рассматривается нами как проблема развития **эмпатической способности**;

в-третьих, результат развития понимается нами как **профессионализация эмпатии**.

Профессионализация эмпатии — это закономерная и необходимая для успешного профессионального развития помогающих специалистов взаимосвязанная трансформация всех компонентов эмпатической способности:

- формирование определенных эмпатических действий, адекватных профессиональным целям и задачам;

- включение эмпатии в систему профессиональной мотивации;

- развитие систем регуляции эмпатического отклика.

Актуальной задачей для исследования путей профессионализации эмпатии мы считаем выявление «точек приложения» эмпатии, а также специфических трудностей, препятствий и ограничений реализации эмпатии как фактора помогающей мотивации, феномена понимания и отношения в конкретной профессиональной деятельности. Метод «разворачивания», экстерииоризации эмпатического процесса в этих «точках приложения» выступает в качестве основного как для эмпирического исследования, так и для практики обучения и развития эмпатии в контексте профессиональной деятельности.

### **ЛИТЕРАТУРА**

Агавелян Р.О. Эмпатия как фактор психологической готовности дефектолога к профессиональной деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1995. 16 с.

- Бенеш Н.Л.* Актерская психотехника как психологическое средство развития личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Хабаровск, 2007. 23 с.
- Бодров В.А.* Психология профессиональной пригодности. Учеб. пособие для вузов. М.: ПЕР СЭ, 2001. 511 с.
- Богачева О.Ю.* Эмпатия как профессионально важное качество врача (на примере врачей терапевтов и врачей хирургов): дисс. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2014. 19 с.
- Бондаренко О.Р.* Этиология психических нарушений в клиент-центрированной психотерапии // Журнал практического психолога. 2012. № 1. С.102—120.
- Василюк Ф.Е.* Семиотика и техника эмпатии // Вопросы психологии. 2007. № 2. С. 3—14.
- Василькова, А. П.* Эмпатия как один из специфических критериев профессиональной пригодности будущих специалистов-медиков: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1998. 17 с.
- Винокур В.А.* Балинтовские группы: история, технология, структура, границы и ресурсы. СПб.: Спецлит, 2015. 192 с.
- Гаврилова Т.П.* Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста: дис. ... канд. психол. наук. М., 1977. 149 с.
- Гриценко Д.Ю.* Мотивация выбора профессии психолога: дисс. канд. ... психол. наук. Краснодар, 2003. 217 с.
- Гончаренко, Е.С.* Развитие эмпатийного потенциала личности: На материале исследования детей 7—8 лет: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Краснодар, 2003. 22 с.
- Дорошенко Т.В.* Эмпатия как фактор мотивации в профессиональном становлении личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Хабаровск, 2007. 24 с.
- Ичаловская Е.А.* Развитие эмпатических способностей педагогов, работающих с творчески одаренными учащимися: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Ростов-на-Дону, 1999. 24 с.
- Кайдаш А.А.* Развитие эмпатии в процессе обучения психотерапии. Магистерская диссертация. М.: МГППУ, 2011. 91 с.
- Карягина Т.Д.* Проблема формирования эмпатии // Консультативная психология и психотерапия. 2010. № 1. С. 38—54.
- Карягина Т.Д.* Эволюция понятия «эмпатия» в психологии: дис. ... канд. психол. наук. М., 2013. 175 с.
- Карягина Т.Д.* Экспириентальные подходы в современной психотерапии // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Т. 23. № 1. С. 126—152.
- Карягина Т.Д., Иванова А.В.* Эмпатия как способность: структура и развитие в ходе обучения психологическому консультированию // Консультативная психология и психотерапия. 2013. № 4. С. 182—207.
- Карягина Т.Д., Матвеева К.М.* Проблема измерения и оценки эмпатии в психотерапии // Психологическая наука и образование. 2012. № 5. С. 67—78.
- Климов Е.А.* Психология профессионального самоопределения. Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. 304 с.
- Козина Н.В.* Исследование эмпатии и ее влияния на формирование «синдрома эмоционального сгорания» у медицинских работников: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1998. 25 с.

- Кухтова Н.В. Просоциальное поведение специалистов, ориентированных на оказание помощи: теоретические основы и методики изучения. Методические рекомендации. Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2011. 49 с.
- Насиновская Е.Е. Альтруистический императив // Современная психология мотивации / под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 152—172.
- Некрылова Н.В. Основные направления современной клиент-центрированной психотерапии // Журнал практического психолога. 2012. № 1. С. 81—101.
- Поддубная Т.В. Проблематика эмпатии в исследованиях психологических аспектов профессиональной медицинской деятельности (обзор) // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Т. 23. № 2. С. 9—36. doi:10.17759/cpp.2015230202
- Риццолатти Дж., Синигалья К. Зеркала в мозге: О механизмах совместного действия и сопереживания / пер. О. Куликовой, М. Фаликман. М.: Языки славянских культур, 2012. 222 с.
- Роджерс К. Эмпатия // Психология мотивации и эмоций / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. М.: ЧеРо, 2002. С. 428—430.
- Стрелкова Л.П. Психологические особенности развития эмпатии у дошкольников: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1987. 24 с.
- Сонькина-Дорман А. Опыт обучения медицинских профессионалов навыкам общения с пациентами. URL: <https://asonkina.wordpress.com/> (дата обращения: 01.12.15).
- Теплов Б.М. Способности и одаренность // Б.М. Теплов. Избр. тр.: в 2 т. Т. 1. М.: Педагогика, 1985. С. 15—42.
- Тютяева О.В. Психологические особенности эмпатии у детей среднего и старшего школьного возраста: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2002. 26 с.
- Хеккхаузен Х. Мотивация и деятельность: в 2 т. Т. 1. М.: Педагогика, 1986. 408 с.
- Чалдини Р., Кенрик Д., Нейберг С. Социальная психология: Пойми других, чтобы понять себя! СПб.: прайм—ЕВРОЗНАК, 2002. 256 с.
- Шадриков В.Д. Вопросы психологической теории способностей // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2010а. № 3. Т. 7. С. 41—56.
- Шадриков В.Д. Психология деятельности и способности человека: Учеб. пособие: 2-е изд., перераб. и доп. М.: Логос, 1996. 320 с.
- Шадриков В.Д. Профессиональные способности. М.: АСТ; Астрель, 2010б.
- Шведовский О.В. Микродинамика личностных изменений в процессе понимающей психотерапии: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 2007. 17 с.
- Шермазян Л.Г. Мотивация помогающего поведения в контексте житейской и профессиональной помощи // Консультативная психология и психотерапия. 2015. № 5(89). С. 257—289.
- Щербакова Н.А. Развитие эмпатических способностей студентов-психологов средствами художественной литературы: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Курск, 2003. 17 с.
- Ягнюк К.В. Природа эмпатии и ее роль в психотерапии. [Б.г.] URL: <http://hpsy.ru/public/x728.htm> (дата обращения: 01.12.2015).
- Batson Ch.D. Self-other merging and the empathy-altruism hypothesis: Reply to Neuberg et al. // Journal of Personality and Social Psychology. 1997. Vol. 73(3). P. 517—522.

- Batson Ch.D.* Why act for the public good? Four answers // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1994. Vol. 20. № 5. P. 603—610.
- Batson Ch.D., Dyck J.L., Brandt J.G., Powell A.L., McMaster M.R., Griffitt C.* Five studies testing two new egoistic alternatives to the empathy — altruism hypothesis // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988. Vol. 55(1). P. 52—77.
- Batson C.D., Fultz J., Schoenrade P.A.* Distress and empathy: two qualitatively distinct vicarious emotions with different motivational consequences. *Journal of personality*. 1987. Vol. 55(1). P. 19—40.
- Blair J.R.* Empathic dysfunction in psychopathic individuals // *Empathy in mental illness* / ed. by T.F.D. Farrow and P.W.R. Woodruff. Cambridge University Press, 2007. P. 3—16.
- Cialdini R.B., Neuberg, S.L., Brown C.L., Sagarin B.J., Lewis B.P.* Does empathy lead to anything more than superficial helping? Comment on Batson et al. // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1997. Vol. 73 (3). P. 510—516.
- Elliott R., Watson J.C., Goldman R.N., Greenberg L.S.* Learning emotion-focused therapy: the process-experiential approach to change. *American Psychological Association*, 2004. 366 p.
- Hubble K., Bowen K., Moore S., van Goozen S.* Improving Negative Emotions Recognition in Young Offenders Reduces Subsequent Crime // *PloS ONE*. 2015 (Jun). Vol. 10(6): e0132035. URL: <http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371%2Fjournal.pone.0132035> (дата обращения: 01.12.15).
- Hoffman M.L.* Empathy and moral development: Implications for caring and justice. New York: Martin L. Hoffman; Cambridge University Press, 2000. 342 p.
- Gillespie S.M., McCleery J.P., Oberman L.M.* Spontaneous versus deliberate vicarious representations: different routes to empathy in psychopathy and autism // *Brain*. 2014. Vol. 137(4). P. 1—3. URL: <http://brain.oxfordjournals.org/content/brain/137/4/e272.full.pdf> (дата обращения: 15.11.2015). doi:10.1093/brain/awt364
- Keysers K., Meffert H., Gazzola V.* Reply: Spontaneous versus deliberate vicarious representations: different routes to empathy in psychopathy and autism // *Brain*. 2014. Vol. 137(4). P. 1—4. URL: <http://brain.oxfordjournals.org/content/brain/137/4/e273.full.pdf> (дата обращения: 15.11.2015). doi:10.1093/brain/awt376
- Lamm C., Majdandzic J.* The role of shared neural activations, mirror neurons, and morality in empathy — A critical comment // *Neuroscience Research*. 2015 (Jan). Vol. 90. P. 15—24. doi:10.1016/j.neures.2014.10.008
- Markram H., Markram K.* The Intense World Syndrome — an alternative hypothesis for autism // *Frontiers in Neuroscience*. 2007. Vol. 1(1). P. 77—96. doi:10.3389/neuro.01.1.1.006.2007
- Meffert H, Gazzola V., Den Boer J.A., Bartels A.A., Keysers K.* Reduced spontaneous but relatively normal deliberate vicarious representations in psychopathy // *Brain*. 2013. Vol. 136(8). P. 2550—2562. doi:10.1093/brain/awt190
- Preston, S.D., de Waal, F.B.* Empathy: its ultimate and proximate bases // *The behavioral and brain science*. 2002. Vol. 25(1). P. 1—72.
- Rizzolatti G., Craighero L.* The mirror-neuron system // *Annual Review of Neuroscience*. 2004. Vol. 27. P. 169—192.
- Smith A.* The empathy imbalance hypothesis of autism: a theoretical approach to cognitive and emotional empathy in autistic development // *The Psychological Record*. 2009. Vol. 59. № 2. P. 489—510.

- Stein E. On the problem of empathy. Washington, DC: ICS Publications, 1989. 135 p.
- Taylor Z.E., Eisenberg N., Spinrad T.L., Eggum N.D., Sulik M.J. The relations of Ego-resiliency and emotion socialization to the development of empathy and prosocial behavior across early childhood // *Emotion*. 2013. Vol. 13(5). P. 822—831.
- van Baardewijk Y., Stegge H., Bushman B.J., Vermeiren R. Psychopathic traits, victim distress and aggression in children // *Journal of child psychology and psychiatry*, 2009. Vol. 50(6). P. 718—725.
- Vignemont F., Singer T. The empathic brain: how, when and why? // *Trends in Cognitive Sciences*. 2006. Vol. 10(10). P. 435—441.

## PROFESSIONALIZATION OF EMPATHY: PROBLEM STATEMENT

T.D. KARYAGINA

The article problematizes the vision of empathy in the context of helping professions. Empathy is seen as the higher psychic function and as an ability. The working model of empathy as an ability, which is based on the methodological principles of the Russian tradition of the research and development of abilities is proposed (V.D. Shadrikov). The specificity of empathy in helping professional's activities and existing methods of «professional empathy» development are analyzed. The empathy professionalization concept as a necessary interconnected development of motivational, operational and functional components of the empathic abilities with regard to the conditions and requirements of a particular profession is substantiated.

**Keywords:** empathy, empathy development, the helping motivation, abilities, higher psychic function, professional development, professional abilities, «helping» professions, «socioeconomic» professions.

### REFERENCES

- Agaveleyan R.O. Empatiya kak faktor psikhologicheskoi gotovnosti defektologa k professional'noi deyatel'nosti: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. M., 1995. 16 p.
- Benesh N.L. Akterskaya psikhotehnika kak psikhologicheskoe sredstvo razvitiya lichnosti: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. Khabarovsk, 2007. 23 p.
- Bodrov V.A. Psikhologiya professional'noi prigodnosti. Ucheb. posobie dlya vuzov. Moscow: Publ. PER SE, 2001. 511 p.
- Bogacheva O.Yu. Empatiya kak professional'no vazhnoe kachestvo vracha (na primere vrachei terapevtov i vrachei khirurgov): diss. ... kand. psikhol. nauk. Yaroslavl', 2014. 19 p.
- Bondarenko O.R. Etiologiya psikhicheskikh narushenii v klient-tsentrirovannoi psikhoterapii. Zhurnal prakticheskogo psikhologa. 2012. № 1. P. 102—120.
- Vasilyuk F.E. Semiotika i tekhnika empatii. Voprosy psikhologii. 2007. № 2. P. 3—14.
- Vasil'kova A.P. Empatiya kak odin iz spetsificheskikh kriteriev professional'noi prigodnosti budushchikh spetsialistov-medikov: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. St. Peterburg, 1998. 17 p.

- Vinokur V.A.* Balintovskie grupy: istoriya, tekhnologiya, struktura, granitsy i resursy. St. Petersburg: Publ. Spetslit, 2015. 192 p.
- Gavrilova T.P.* Empatiya i ee osobennosti u detei mladshogo i srednego shkol'nogo vozrasta: dis. ... kand. psikhol. nauk. Moscow, 1977. 149 p.
- Grishchenko D.Yu.* Motivatsiya vybora professii psikhologa: diss. kand. ... psikhol. nauk. Krasnodar, 2003. 217 p.
- Goncharenko E.S.* Razvitiye empatiinogo potentsiala lichnosti: Na materiale issledovaniya detei 7—8 let: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. Krasnodar, 2003. 22 p.
- Doroshenko T.V.* Empatiya kak faktor motivatsii v professional'nom stanovlenii lichnosti: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. Khabarovsk, 2007. 24 p.
- Ichalovskaya E.A.* Razvitiye empaticheskikh sposobnostei pedagogov, rabotayushchikh s tvorcheskimi odarennymi uchashchimisya: avtoref. diss. ... kand. psikhol. nauk. Rostov-na-Donu, 1999. 24 p.
- Kaidash A.A.* Razvitiye empatii v protsesse obucheniya psikhoterapii. Magisterskaya dissertatsiya. Moscow: Publ. MGPPU, 2011. 91 p.
- Karyagina T.D.* Problema formirovaniya empatii. Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya. 2010. № 1. P. 38—54.
- Karyagina T.D.* Evolyutsiya ponyatiya «empatiya» v psikhologii: dis. ... kand. psikhol. nauk. Moscow, 2013. 175 p.
- Karyagina T.D.* Ekspiriental'nye podkhody v sovremennoi psikhoterapii. Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya. 2015. T. 23. № 1. P. 126—152.
- Karyagina T.D., Ivanova A.V.* Empatiya kak sposobnost': struktura i razvitiye v khode obucheniya psikhologicheskomu konsul'tirovaniyu. Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya. 2013. № 4. P. 182—207.
- Karyagina T.D., Matveeva K.M.* Problema izmereniya i otsenki empatii v psikhoterapii. Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie. 2012. № 5. P. 67—78.
- Klimov E.A.* Psikhologiya professional'nogo samoopredeleniya. Rostov-na-Donu: Publ. Feniks, 1996. 304 p.
- Kozina N.V.* Issledovanie empatii i ee vliyaniya na formirovaniye «sindroma emotsional'nogo sgoraniya» u meditsinskikh rabotnikov: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. St. Peterburg, 1998. 25 p.
- Kukhtova N.V.* Prosotsial'noe povedeniye spetsialistov, orientirovannykh na okazanie pomoshchi: teoreticheskie osnovy i metodiki izucheniya. Metodicheskie rekomendatsii. Vitebsk: Publ. VGU im. P.M. Masherova, 2011. 49 p.
- Nasinovskaya E.E.* Al'truisticheskii imperativ. In: Sovremennaya psikhologiya motivatsii (pod red. D.A. Leont'eva). Moscow: Publ. Smysl, 2002. P. 152—172.
- Nekrylova N.V.* Osnovnye napravleniya sovremennoi klient-tsentrirovannoi psikhoterapii. Zhurnal prakticheskogo psikhologa. 2012. № 1. P. 81—101.
- Poddubnaya T.V.* Problematika empatii v issledovaniyakh psikhologicheskikh aspektov professional'noi meditsinskoi deyatel'nosti (obzor). Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya. 2015. T. 23. № 2. P. 9—36. doi:10.17759/cpp.2015230202
- Ritsolatti Dzh., Sinigal'ya K.* Zerkala v mozge: O mekhanizmax sovmestnogo deystviya i soperezhivaniya / per. O. Kulikovoi, M. Falikman. Moscow: Publ. Yazyki slavyanskikh kul'tur, 2012. 222 p. (in Russ).
- Rodzhevs K.* Empatiya. In: Psikhologiya motivatsii i emotsii (pod red. Yu.B. Gippenreiter, M.V. Falikman). Moscow: Publ. CheRo, 2002. P. 428—430.

- Strelkova L.P.* Psikhologicheskie osobennosti razvitiya empatii u doshkol'nikov: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. Moscow, 1987. 24 p.
- Son'kina-Dorman A.* Opyt obucheniya meditsinskikh professionalov navykam obscheniya s patsientami. URL: <https://asonkina.wordpress.com/> (data obrashcheniya: 01.12.15).
- Teplov B.M.* Sposobnosti i odarennost'. In: B.M. Teplov. Izbr. tr.: v 2 t. T. 1. Moscow: Publ. Pedagogika, 1985. P. 15—42.
- Tyutyaeva O.V.* Psikhologicheskie osobennosti empatii u detei srednego i starshego shkol'nogo vozrasta: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. Yaroslavl', 2002. 26 p.
- Khekkkhauzen Kh.* Motivatsiya i deyatel'nost': v 2 t. T. 1. Moscow: Publ. Pedagogika, 1986. 408 p. (in Russ).
- Chaldini R., Kenrik D., Neiberg S.* Sotsial'naya psikhologiya: Poimi drugikh, chtoby ponyat' sebya! St. Petersburg: Publ. praim—EVROZNAK, 2002. 256 p. (in Russ).
- Shadrikov V.D.* Voprosy psikhologicheskoi teorii sposobnostei. Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki. 2010a. № 3. T. 7. P. 41—56.
- Shadrikov V.D.* Psikhologiya deyatel'nosti i sposobnosti cheloveka: Ucheb. posobie: 2-e izd., pererab. i dop. Moscow: Publ. Logos, 1996. 320 p.
- Shadrikov V.D.* Professional'nye sposobnosti. Moscow: Publ. AST; Astrel', 2010b.
- Shvedovskii O.V.* Mikrodinamika lichnostnykh izmenenii v protsesse ponimayushchei psikhoterapii: avtoref. diss. ... kand. psikhol. nauk. M., 2007. 17 p.
- Shermazanyan L.G.* Motivatsiya pomogayushchego povedeniya v kontekste zhiteiskoi i professional'noi pomoshchi. Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya. 2015. № 5(89). P. 257—289.
- Shcherbakova N.A.* Razvitie empaticheskikh sposobnostei studentov-psikhologov sredstvami khudozhestvennoi literatury: avtoref. diss. ... kand. psikhol. nauk. Kursk, 2003. 17 p.
- Yagnyuk K.V.* Priroda empatii i ee rol' v psikhoterapii. [B.g.] URL: <http://hpsy.ru/public/x728.htm> (data obrashcheniya: 01.12.15).
- Batson Ch. D.* Self-other merging and the empathy-altruism hypothesis: Reply to Neuberg et al. Journal of Personality and Social Psychology. 1997. Vol. 73. P. 517—522.
- Batson Ch.D.* Why act for the public good? Four answers. Personality and Social Psychology Bulletin. 1994. Vol. 20. № 5. P. 603—610.
- Batson Ch.D., Dyck J.L., Brandt J.G., Powell A.L., McMaster M.R., Griffitt C.* Five studies testing two new egoistic alternatives to the empathy — altruism hypothesis. Journal of Personality and Social Psychology. 1988. Vol. 55(1). P. 52—77.
- Batson C.D., Fultz J., Schoenrade P.A.* Distress and empathy: two qualitatively distinct vicarious emotions with different motivational consequences. Journal of personality. 1987. Vol. 55(1). P. 19—40.
- Blair J.R.* Empathic dysfunction in psychopathic individuals. In: Empathy in mental illness (ed. by T.F.D. Farrow, P.W.R. Woodruff). Cambridge University Press, 2007. P. 3—16.
- Cialdini R.B., Neuberg S.L., Brown C.L., Sagarin B.J., Lewis B.P.* Does empathy lead to anything more than superficial helping? Comment on Batson et al. Journal of Personality and Social Psychology. 1997. Vol. 73 (3). P. 510—516.
- Elliott R., Watson J.C., Goldman R.N., Greenberg L.S.* Learning emotion-focused therapy: the process-experiential approach to change. American Psychological Association, 2004. 366 p.

- Hubble K., Bowen K., Moore S., van Goozen S. Improving Negative Emotions Recognition in Young Offenders Reduces Subsequent Crime. PLoS ONE. 2015 (Jun). Vol. 10(6): e0132035. URL: <http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371%2Fjournal.pone.0132035> (дата обращения: 01.12.15).
- Hoffman M.L. Empathy and moral development: Implications for caring and justice. New York: Martin L. Hoffman; Cambridge University Press, 2000. 342 p.
- Gillespie S.M., McCleery J.P., Oberman L.M. Spontaneous versus deliberate vicarious representations: different routes to empathy in psychopathy and autism. Brain. 2014. Vol. 137(4). P. 1—3. URL: <http://brain.oxfordjournals.org/content/brain/137/4/e272.full.pdf> (дата обращения: 15.11.2015). doi:10.1093/brain/awt364
- Keysers K., Meffert H., Gazzola V. Reply: Spontaneous versus deliberate vicarious representations: different routes to empathy in psychopathy and autism. Brain. 2014. Vol. 137(4). P. 1—4. URL: <http://brain.oxfordjournals.org/content/brain/137/4/e273.full.pdf> (дата обращения: 15.11.2015). doi:10.1093/brain/awt376
- Lamm C., Majdandzic J. The role of shared neural activations, mirror neurons, and morality in empathy — A critical comment. Neuroscience Research. 2015 (Jan). Vol. 90. P. 15—24. doi:10.1016/j.neures.2014.10.008
- Markram H., Markram K. The Intense World Syndrome — an alternative hypothesis for autism. *Frontiers in Neuroscience*. 2007. Vol. 1(1). P. 77—96. doi:10.3389/neuro.01.1.1.006.2007
- Meffert H., Gazzola V., Den Boer J.A., Bartels A.A., Keysers K. Reduced spontaneous but relatively normal deliberate vicarious representations in psychopathy. Brain. 2013. Vol. 136(8). P. 2550—2562. doi:10.1093/brain/awt190
- Preston, S.D., de Waal, F.B. Empathy: its ultimate and proximate bases. The behavioral and brain science. 2002. Vol. 25(1). P. 1—72.
- Rizzolatti G., Craighero L. The mirror-neuron system. Annual Review of Neuroscience. 2004. Vol. 27. P. 169—192.
- Smith A. The empathy imbalance hypothesis of autism: a theoretical approach to cognitive and emotional empathy in autistic development. The Psychological Record. 2009. Vol. 59. № 2. P. 489—510.
- Stein E. On the problem of empathy. Washington, DC: ICS Publications, 1989. 135 p.
- Taylor Z.E., Eisenberg N., Spinrad T.L., Eggum N.D., Sulik M.J. The relations of Ego-resiliency and emotion socialization to the development of empathy and prosocial behavior across early childhood. Emotion. 2013. Vol. 13(5). P. 822—831.
- van Baardewijk Y., Stegge H., Bushman B.J., Vermeiren R. Psychopathic traits, victim distress and aggression in children. Journal of child psychology and psychiatry. 2009. Vol. 50(6). P. 718—725.
- Vignemont F., Singer T. The empathic brain: how, when and why? Trends in Cognitive Sciences. 2006. Vol. 10(10). P. 435—441.