

# Некоторые проблемы изучения эмпатии в контексте психологического консультирования и психотерапии

Т. Д. Карягина

старший преподаватель кафедры индивидуальной и групповой психотерапии факультета психологического консультирования Московского городского психолого-педагогического университета

Статья посвящена рассмотрению проблем изучения эмпатии в контексте психологического консультирования и психотерапии. Анализируются вопросы роли и значения эмпатии в консультативном/психотерапевтическом процессе; механизмов эмпатического процесса; условий, предпосылок успешной эмпатии консультанта/психотерапевта и ее развития. Подробно рассматриваются представления об эмпатии К. Роджерса и Х. Кохута, в чьих психотерапевтических системах эмпатии принадлежит ключевая роль. Особое внимание уделяется разрабатываемым подходам к изучению эмпатии в контексте проблемы эффективности психотерапии. Рассматривается проблема связи эмпатии как личностной черты/диспозиции и эмпатии как процесса в консультировании/психотерапии. В работе отражены основные аспекты дискуссий между представителями различных психотерапевтических направлений по этим вопросам. Рассмотрение проблемы развития эмпатии с точки зрения нужд образования, обучения консультантов/психотерапевтов позволяет сделать вывод о необходимости подхода к изучению эмпатии как высшей психической функции, к рассмотрению развития эмпатии в процессе обучения как развития психотехнического.

**Ключевые слова:** эмпатия, психологическое консультирование, психотерапия, эффективность психотерапии, психотерапевтические отношения, необходимые и достаточные условия личностного изменения, высшая психическая функция, психотехническое развитие.

Понятие эмпатии в области психологического консультирования и психотерапии обладает, пожалуй, особым статусом. Это такое психотерапевтическое «метапонятие», которое входит в словари основных терминов любого психотерапевтического направления и признается в качестве одного из основных феноменов психологической помощи вообще. Многочисленные исследования условий эффективности психотерапии показывают, что наименее противоречивые результаты получены в отношении эмпатии психотерапевта как фактора успеха [26; 40; 43; 44; 47].

Характерно, что с самого своего появления в слове науки эмпатия оказалась в центре дискуссии о методе психологии. И *einfuhlung* (нем.) Теодора Липпса\*, и перевод этого слова Э. Б. Титченером, как *empathy* (англ., от греч. *empathia*), означают буквально «вчувствование». Этот смысл был очень важен для понимающей психологии Вильгельма Дильтея, в которой эмпатия была центральным понятием. Эмпатия как вчувствование предлагалась в качестве базового метода наук о человеке, человеческом духе.

Различие между естественными науками и науками о человеке, по Дильтею, состоит в том, что природа может быть *объяснена*, а человеческий дух *понят* через вчувствование [14]. Эмпатическое понимание было синонимом психологического понимания и для развивавшей идеи Дильтея Карла Ясперса, который в своей «Общей психопатологии» ввел различие между объясняющей и понимающей психологией. Ясперс различил два типа психиатрических сущностей: *события*, которые доступны нашему пониманию, и *процессы*, которые могут быть объяснены, хотя и не доступны пониманию. Например, идиотия может быть *объяснена* органическими нарушениями и, соответственно, сбоями в развитии центральной нервной системы. Вместе с тем реактивная депрессия, к примеру, может быть понята, поскольку мы способны поставить себя на место страдающего [34].

Для Ясперса эмпатия также — основной инструмент понимающей психологии или, другими словами, той области, которая начинает оформляться как психотерапия. Таким образом, был заявлен статус

\* Теодор Липпс — нем. философ и психолог, автор концепции эстетического восприятия — считается первым, описавшим вчувствование в объекты природы, искусства, другого человека как механизм их восприятия и понимания. До него данная проблематика осмыслялась в философии в основном через понятие симпатии (Спенсер, Шелер и др., см. подробный обзор Т. П. Гавриловой [10; 11]).

эмпатии как одного из основных психотерапевтических методов задолго до появления собственно психотерапевтических систем Карла Роджерса и Хайнца Кохута, в которых эмпатии принадлежит особая роль.

Характерно, что во многих работах З. Фрейда встречается *Einfühlung*. Некоторые авторы полагают, что на Фрейда большое влияние оказала теория эстетического восприятия Т. Липпса. Именно «вчувствованием» обозначает Фрейд основной механизм в процессе понимания шуток в работе «Остроумие и его отношение к бессознательному». Кроме того, он говорит о понимании-вчувствовании, необходимом аналитику для установления контакта с пациентом [34].

Особую роль в утверждении понятия эмпатия в психотерапии исследователи отводят Шандору Ференци и предполагают, что Карл Роджерс, проходивший в 1930-е гг. аналитическую подготовку, был знаком с его «правилом эмпатии». Ференци считал эмпатию ядром клинического взаимодействия, что было одобрено Фрейдом как «весьма необходимый антидот его техническим рекомендациям, зачастую приводящим к негибкости» [53].

В дальнейшем эмпатия обрела свое место и как объект изучения академической психологии. Две линии развития представлений об эмпатии — научно-психологическое и психотерапевтическое — в первой половине XX в. сильно расходились, затем, под влиянием мощнейшего импульса, данного исследованием эмпатии в личностно-центрированном подходе К. Роджерса, сближались.

Как отмечают множество исследователей эмпатии, по-прежнему слишком многое в этой области неясно, противоречиво [40; 41; 46]. Одним из наиболее острых вопросов остается вопрос о соотношении эмоционального и когнитивного в эмпатии. Существовали и существуют как чисто эмоциональные трактовки этого феномена, так и чисто когнитивные, однако большинство современных исследователей определяют ее как многомерный процесс или способность (подробнее см., напр.: [1; 10–12; 18; 30; 40; 41; 45]).

Энтузиазм исследователей, вдохновленных идеями и представлениями об эмпатии К. Роджерса, к середине 1980-х гг. угас, в результате за 10 лет с 1985 по 1994 г. в основных западных психологических журналах было опубликовано лишь 11 исследований эмпатии [40]. Авторы программной статьи «Современное состояние исследований эмпатии» (1996) Ч. Дуан и К. Холл подробно анализируют трудности, с которыми сталкиваются исследователи. Они отмечают, что если в целом, несмотря на методологические дискуссии между представителями разных подходов в психотерапии, важность и роль эмпатии могут считаться доказанными, то понимание того, *как работает* эмпатия в психотерапии, должно быть значительно углублено. Существующие модели эмпатии в психотерапии являются лишь описательными, а не объяснительными. Психотерапевтическая практика, нужды образования требуют более обоснованных теорий эмпатии. Особое внимание, по их мнению, должно быть уделено

изучению предпосылок и условий успешной эмпатии терапевта [40].

Как отмечает один из наиболее авторитетных современных исследователей эмпатии, автор широко используемого опросника эмпатии IRI (Interpersonal Reactivity Index) М. Дэвис, по сути, в психотерапии, с одной стороны, и в тех прикладных отраслях психологии, где активно изучается эмпатия — возрастной, социальной, с другой стороны, речь идет о разных явлениях. Практики и теоретики психотерапии говорят об эмпатии как о «ситуационно-специфичном процессе или переживании» терапевта по отношению к клиенту и его опыту, в то время как психологи развития и социальные психологи изучают эмпатию как относительно постоянную черту или диспозицию [47]. Характерно, что немногочисленные исследования, пытающиеся объединить эти аспекты эмпатии, не находят связи между ними, оставляя данный факт в качестве пока необъяснимого (например, отсутствие корреляции между уровнем эмпатии терапевта по тесту IRI и качеством *выражения, коммуникации* им эмпатии клиенту в реальной терапевтической сессии, оцененным независимыми экспертами) [48].

Таким образом, анализ современных исследований эмпатии в психотерапии позволяет выделить три основных аспекта проблемы:

- 1) функции и роль эмпатии;
- 2) «внутренняя кухня» эмпатического процесса терапевта;
- 3) предпосылки, факторы и условия успешной эмпатии в психотерапии и консультировании и возможности ее развития.

### Значение эмпатии в процессе консультирования/психотерапии

Анализируя роль и значение эмпатии, исследователи выделяют определенные аспекты ее влияния на клиента и процесс консультирования/психотерапии в целом. Отмечается, что эмпатия способствует:

- 1) установлению контакта клиента с терапевтом и формированию доверия в терапевтических отношениях [5; 6; 8; 34];
- 2) развитию самопринятия клиента, преодолению чувства неполноценности, отчужденности, повышению уверенности в себе, своих силах [5; 6; 8; 54];
- 3) обращению внимания клиента к своему внутреннему миру, формированию доверия к нему, развитию «самоэмпатии» [8; 36; 38].
- 4) процессам обработки информации клиентом [5; 8];
- 5) фасилитации и развитию переживания, поиску новых аспектов в нем [5— 8; 13; 28; 49; 69], развитию переживания как «окультуренной» высшей психической функции [8].

Важность данных задач, «решаемых» с помощью эмпатии, кажется очевидной. Существуют ли разногласия по поводу роли эмпатии между различными школами в психотерапии?

Большое внимание обсуждению проблемы эмпатии, помимо основных направлений гуманистической

традиции, уделяется в психоанализе (см., например, обзор российского психоаналитика К. Ягнюка [36].

Важность эмпатии признавалась в психоанализе, начиная с работ его основателя: эмпатия — основа терапевтического такта, фактор доверия пациента аналитику и источник информации о пациенте.

Автор известной книги «Психоаналитическая диагностика» Н. Мак-Вильямс подчеркивает важность интерпретации эмпатических чувств психоаналитика как чувств контрпереносных для дифференциальной диагностики и планирования лечения [23]. Представление об эмпатии как зрелой, сублимированной форме контрпереноса достаточно распространено [34].

В целом отношение к эмпатии отражает, например, следующее замечание из статьи об эмпатии словаря психоанализа: «Эмпатия сосуществует с другими объективными способами получения информации о чувствах и поведении пациента. Чтобы добиться полного аналитического понимания, непосредственные аналитические впечатления должны соотноситься и интегрироваться с другой информацией» [2].

Ситуация изменилась (во многом под влиянием гуманистической психотерапии) в таких направлениях психоанализа, как «Self-психология» Хайнца Кохута, интересубъективный подход (Столорю, Атвуд, Оранж) и т. д. [3; 19; 36; 43; 45; 52; 61].

С точки зрения Кохута, самоэмпатия является одной из функций сильной структуры Я. Отсутствие, искажение эмпатии родительских фигур в детстве приводит к искажениям «самоструктуризации» личности в зрелом возрасте, в процессе «закладывания структуры самого себя» [19]. Если человек не может внимать эмпатически потоку собственного опыта, его личность подлежит дезорганизации и фрагментации. По мнению Кохута, эмпатические провалы в детстве должны быть восполнены как непосредственной эмпатией аналитика в ходе лечения, так и самоэмпатией пациента, обучившегося ей с помощью эмпатии аналитика.

Для Кохута эмпатия является универсальной потребностью развития, в силу чего эмпатия аналитика — важнейший метод, по сути, агент исцеления в психоанализе. Однако некоторые авторы подчеркивают противоречивость взглядов самого Кохута [33]. Кохут признает эмпатию «способом познания, при котором человек особым образом настроен на восприятие сложных психологических конфигураций», важнейшим элементом психологической практики, но указывает, что «если эмпатия вместо того, чтобы ограничиться сбором данных, начинает подменять фазы объяснения в научной психологии (которая в таком случае является лишь *понимающей*, а не *объясняющей*), то мы становимся свидетелями разрушения научных норм и сентиментализирующей регрессии к субъективности» [19, с. 321–322]. Таким образом, по Кохуту, психологи, в частности психоаналитики, должны быть способны не только на эмпатическое понимание, но и на отказ от эмпатической установки. «Если психолог (психоаналитик) не будет эмпатичным, ему не удастся наблюдать и собирать факты. Если психолог не сумеет сделать

шаг за пределы эмпатии, ему не удастся создать новые гипотезы и теории, и, в конечном итоге, объяснить наблюдаемые факты» [34]. Значит, и для Кохута эмпатия не является главным лечущим фактором, лечит объяснение, базирующееся на интерпретациях аналитика? По сути, Кохут предлагает двухступенчатую модель эмпатии в психотерапии: эмпатическое понимание — объяснение [40].

Д. Макисаак отмечает, что хотя понимание и объяснение рассматриваются как отдельные шаги, на практике они зачастую перекрываются. «Постижение и передача опыта пациента (понимание) является непрекращающимся процессом достижения более полного постижения смысла опыта (объяснение). В то же самое время объяснение — неизбежно более абстрактное, чем понимание, — должно включать близкую к опыту составляющую (понимание), чтобы заключать в себе полноту опыта пациента» [цит. по: 35].

Понимание терапевта/консультанта должно превосходить неполное, инконгруэнтное самопонимание клиента. Но за счет чего? Психоаналитик Тэхкэ утверждает: «Эмпатическое описание никогда не может быть точной копией переживания пациента вследствие того факта, что его (аналитика) переживание и описание внутренней ситуации пациента — это продукты более структурированной психики, чем та, которую имеет в своем распоряжении пациент. Эти более продвинутые структуры аналитика включают установившиеся способности к переживанию чувств, их представлению и вербализации, которые у пациента либо отсутствуют, либо недостаточно развиты» [цит. по: 32]. Психологи гуманистических направлений говорят о различиях видения ситуации самим клиентом и его терапевтом как обусловленных позицией «внеаходимости» терапевта: «Терапевт погружается в жизненный мир клиента, смотрит с его позиции, смотрит на него под тем же углом зрения, но... смотрит НЕ ЕГО ГЛАЗАМИ. Глаз клиента засорен двумя «соломинками» — привычкой и страстью, мешающими ему увидеть свою ситуацию по-новому и не сквозь узкую бойницу желания и боли. Глаза же терапевта К. Роджерс называет «свежими и бесстрашными»... Клиент загипнотизирован кризисной ситуацией, его восприятие и воля связаны, пленены. Терапевт же, хоть и стоит в эмпатии на той же точке, что и клиент, но он стоит в свободе., и дар этой свободы — творческое видение и творческий образ ситуации» [8].

К. Роджерс говорил о принципе феноменологического доверия — готовности принимать свидетельства субъективного опыта клиента в их таковости, не как знак чего-либо иного, что должно быть дешифровано и упрямлено, а как самодостаточную реальность, которая может рассчитывать на уважение и доверие [7; 27].

Таким образом, тема явной и неявной полемики между гуманистическими и психоаналитическими [3; 31–33; 37; 54; 61], а также гуманистическими и когнитивно-бихевиоральными [43; 51] подходами касается статуса эмпатии среди других терапевтических средств. Что является «агентом исцеления» или «необходимыми и достаточными условиями» изменения в психотерапии? Отношения или техники

(особые интервенции), директивность — недирективность психотерапии — в контексте этих дилемм рассматривается роль эмпатии.

По сути, сразу же после опубликования в 1957 г. статьи К. Роджерса «Необходимые и достаточные условия личностного изменения в психотерапии» разгорелась дискуссия, продолжающаяся и по сей день [3; 17; 54]. Определенные ее итоги подводятся журналом «Psychotherapy: Theory, Research & Practice» в связи с 50-летием статьи [39; 42–45; 50; 51; 57; 58; 61; 62].

К. Роджерс описал шесть условий, из которых три, касающихся отношения терапевта к клиенту, — эмпатию, безусловное принятие и конгруэнтность чаще всего объединяют в «триаду» необходимых и достаточных условий личностного изменения. Три другие:

- терапевт и клиент находятся в психологическом контакте;
- клиент неконгруэнтен, уязвлен или тревожен;
- клиент хотя бы в минимальной степени воспринимает коммуникацию терапевтом эмпатического понимания и безусловного принятия.

Роджерс выдвигал в качестве гипотезы, что только отношения психотерапевта и клиента, задающиеся такими качествами (qualities of experience), определяют эффективность любой психотерапии [56].

Его последователи провели множество исследований, по их мнению, доказывающих справедливость такого утверждения [17; 55; 59]. Однако особенно активно с середины 1970-х гг. стали появляться исследования, ставящие под сомнение не только необходимость и достаточность данных условий, но и их вклад в эффективность психотерапии вообще. «Необходимые, но не достаточные», необходимо еще многое другое в психотерапевтическом процессе для его эффективности — наиболее распространенное современное отношение к идеям К. Роджерса. Как мы уже отмечали, последние исследования эффективности психотерапии действительно позволяют говорить о необходимости эмпатии. Эти исследования показали ее значимость как прямо, так и при рассмотрении ее в качестве важнейшего условия для формирования рабочего альянса, который считается ядром психотерапевтических отношений. Это понятие считается пришедшим на смену понятию «психологический контакт» и обобщающим аспекты отношений клиент-психотерапевт и структурирования психотерапевтической ситуации (запрос, цели, контракт и т. п.) [57].

Большинство авторов полагает, что помимо триады Роджерса или качества рабочего альянса эффективность психотерапии определяется многими факторами, связанными, в первую очередь, с особенностями клиента и его проблемы [43; 44; 50; 62], они настаивают на многообразии, вариативности эмпатии как процесса в психотерапии — разным клиентам эмпатия нужна в различной степени, вплоть до того, что некоторым может быть не нужна или вредна [50; 57].

Анализируя роль эмпатии с позиций дилеммы «отношения-техники», современные исследователи

признают актуальность такого противопоставления для времени опубликования статьи Роджерса — времени господства, с одной стороны, классического психоанализа с его принципом нейтральности психотерапевта, с другой — бихевиоризма и необихевиоризма, но не для настоящего момента. Известный представитель когнитивно-бихевиорального подхода А. Лазарус, выражающий наиболее сдержанную позицию по поводу не только необходимых и достаточных условий Роджерса, но и роли отношений терапевта и клиента как фактора исцеления в терапии, признает, что «контекст раппорта терапевта и клиента создает ту почву, на которой произрастают техники» [51]\*.

Психоаналитик П. Уотчел считает, что использование определенной техники может являться одним из способов выражения своего эмпатического понимания, если терапевт, во-первых, эмпатически ухватил суть переживания клиента, его чувства и потребности и, во-вторых, остается внимательным и чувствительным к тому, как его интервенции переживаются клиентом [61]. Техники предлагаются личностью личности, в контексте определенных отношений [62]. Все, что происходит в психотерапии, в том числе и эмпатия, осуществляется в пространстве, создаваемом терапевтом и клиентом, в поле отношений, отмечает представитель интересубъективного подхода в психоанализе Д. Оранж. Она корректирует определение эмпатии терапевта Роджерсом как вхождение во внутренний мир клиента: нет отдельных миров, есть мир, созданный совместно, и эмпатия означает исследование этого совместного мира [52].

Таким образом, эмпатия терапевта признается необходимым условием эффективной психотерапии, важнейшим элементом рабочего альянса и психотерапевтических отношений, а противопоставление «техника или психотерапевтические отношения» (и эмпатия как необходимый элемент этих отношений) снимается большинством современных исследователей и практиков психотерапии.

### Специфика эмпатии в процессе консультирования и психотерапии

«Хрестоматийные» определения эмпатии Роджерса говорят о «способе бытия с клиентом», который означает «войти в личный мир другого и быть в нем как дома. Это значит быть сензитивным к изменениям чувственных значений, непрерывно происходящих в другом человеке. Это означает временное проживание жизни другого, продвижение в ней осторожно, тонко, без суждения о том, что другой едва ли осознает... Как будто становишься этим другим, но без потери ощущения “как будто”» [28, с. 429–430].

Попробуем выделить основные особенности эмпатического процесса в понимании К. Роджерса и его последователей.

1. Динамический характер эмпатического понимания. Эмпатия — это «скорее процесс, чем состояние» [28, с. 429].

\* Представитель терапии, фокусированной на эмоции/переживании, Г. Эллиот отмечает влияние идей К. Роджерса на когнитивно-бихевиоральный подход и появление в нем направлений, близких к «терапии отношениями» [42].

2. Сохранение ощущения «как будто другой человек». Это требует определенной психологической зрелости самого терапевта, защищает от излишнего погружения в состояние клиента, от идентификации с ним [25; 28].

3. Безоценочность эмпатического понимания. Терапевт лишь улавливает состояние, переживаемое клиентом, обозначает его, указывает на его смысл, давая возможность его более полному, интенсивному проживанию [6, 13].

4. Пробный характер эмпатических реплик терапевта. Реакции, возникающие у терапевта в ответ на переживания клиента, позволяют сформулировать не более чем гипотезы. Поэтому терапевт постоянно обращается к клиенту «для проверки своих впечатлений и внимательно прислушивается к получаемым ответам» [28, с. 430].

5. Основные «мишени» эмпатического понимания — «актуальные переживания клиента» [6, с. 30]. Это чувства, мысли, фантазии, образы, телесные ощущения как феномены непосредственного опыта [13], к которым субъект «может обращаться многократно в процессе поиска их смысла» [38, с. 429].

6. Обязательность передачи клиенту эмпатического понимания психотерапевта. К. Роджерс, К. В. Труакс определили обязательный коммуникативный компонент эмпатии как способность передавать партнеру понимание его переживания или внутренней ситуации [59]. К. Киф и Г. Баррет-Леннард включили в свои модели эмпатии фазу выражения, передачи понимания на доступном клиенту языке, вербально или невербально [46].

Г. Баррет-Леннард (1981) — психотерапевт лично-центрированного направления — описал следующую модель цикла эмпатического взаимодействия:

1. Фаза предварительных условий — установка терапевта на эмпатическое понимание клиента, выражающего свои чувства и переживания.

2. Фаза эмпатического резонанса.

3. Фаза выражения эмпатии.

4. Фаза получения эмпатии.

5. Фаза обратной связи [46].

Остановимся подробнее на фазах эмпатического резонанса и выражения эмпатии.

Собственно внутренняя эмпатическая реакция в консультанте или психотерапевте наиболее сложна для описания. Рассмотрим одну из типичных моделей этой фазы.

1. «Точное понимание значения воспринятых вербальных и невербальных сообщений другого человека.

2. «Извлечение из себя» чувственных ответов на сообщение другого, желательно без когнитивной интерпретации, стереотипизации, ценностных суждений, анализа по фиксированным теоретическим схемам.

3. Отделение чувств, разделяющих состояние другого, от тех, которые возникли под влиянием когнитивной интерпретации и т. п. [46].

Г. Ванершот, описывая «внутреннюю кухню» эмпатии психотерапевта, говорит о постепенном настраивании на клиента, которое осуществляется за счет сопоставления вербального и невербального со-

общения клиента с внутренними откликами терапевта. Наиболее важные внутренние отклики — собственные переживания и чувства терапевта, но также необходимы и знания, почерпнутые из теории психологии и психотерапии, прошлого психотерапевтического опыта, литературы, фильмов и т. п. [5]. Хайнц Кохут, определяя эмпатию как викарную (замещающую) интроспекцию, говорил о доступе к «складу» образов и воспоминаний [20]. Например, клиент страдает от чувства физической неловкости. Терапевт находит свое воспоминание о неловкости, пусть и в другом контексте. Ш. Хэтчер выделяет «точки отсчета» (reference points) — воспоминания об определенных моментах в собственном опыте, которые могут помочь понять клиента и «навести мосты» с самым, казалось бы, далеким от терапевта переживанием клиента [47].

Всё это формирует лишь гипотезу, которая обязательно должна быть сверена с феноменологическим миром клиента [5].

Ф. Е. Василюк описывает различные источники содержания эмпатического отклика консультанта/психотерапевта. Это может быть: а) переживание клиента, его субличности или других значимых фигур его жизненного мира, б) факт и способ выражения клиентом этого переживания, в) его личностное отношение к самому переживанию и его выражению; далее, уже на полюсе терапевта, г) непосредственное «сопереживание» (в смысле Т. П. Гавриловой), д) «сочувствие» (там же) терапевта, т. е. его реакция на переживание клиента, е) его отношение к клиенту, ко всей терапевтической ситуации, к самому себе в терапевтической ситуации, наконец, ж) его настроения и чувства, прямо не относящиеся к терапевтической ситуации.

Вдохнув одновременно «воздух» из всех этих источников, терапевт вслушивается в «облако» этого душевного материала и «изводит» из него эмпатическую форму» [8].

Существенными условиями успешности эмпатического резонанса являются как удачное попадание на волну клиента, так и рефлексия источников различных внутренних откликов психотерапевта.

Настройка на волну клиента психотерапевтами представляется обычно как процесс воображения, фантазии. Исследователи эмпатии говорят о балансе проекции и интроекции [30]. Психоаналитики считают ситуацию погружения во внутренний мир клиента успешной, когда аналитику и анализируемому удастся достичь «сопоставимого (но не эквивалентного) состояния частичной регрессии Эго (чем-то напоминающего состояние дремы) — каждому из них становятся доступны произвольные мысли, образы и восприятия другого» [36].

Различные методы «подстройки» к клиенту, в том числе идущие от НЛП и восточных практик, выражают принцип «внутреннее через внешнее». Имитируя мимику, позу, ритм дыхания, особенности лексики клиента, терапевт с большей вероятностью почувствует его внутреннее состояние.

Рефлексия собственных чувств, вызываемых словами клиента, необходима для контроля процесса

эмпатии. Большинство авторов говорят о важности самонаблюдения на этом этапе, психоаналитики особо — об отслеживании своих контрпереносных чувств. Ш. Ференци писал, что психоаналитик «должен держать глаза открытыми, в то время как его сознание колеблется между сочувствием, самонаблюдением и принятием решений» [цит. по: 34].

Осознание и рассмотрение терапевтом своего состояния является основным инструментом при эмпатическом понимании, по мнению аналитиков М. Игла и Д. Волицки, так как, с их точки зрения, это трудно контролируемый процесс не столько вхождения во внутренний мир другого, сколько попадания в него вследствие ассимиляции этого мира, проективной идентификации аналитика с клиентом [36]. Эмпатия, таким образом, требует стабильности и устойчивости его Я.

От опасности неконтролируемой эмпатии, переходящей в идентификацию, слияние с клиентом, предостерегают и клиент-центрированные терапевты, и представители гештальттерапии, и многие аналитики [4; 25; 36].

Таким образом, важнейшим требованием к подготовке специалиста для этого этапа эмпатического взаимодействия являются богатство и разнообразие его пережитого и осознанного личного опыта, а также развитие способности к рефлексии, умению слышать себя, «владеть» своими переживаниями.

Эмпатия психотерапевта подразумевает не только способность прочувствовать состояние клиента, увидеть изнутри его жизненный мир, но и умение передать свое понимание. Это может быть вербальное и невербальное выражение, развернутое или краткое.

К. Роджерс изначально говорил о технике отражения чувств. Подобные приемы другими авторами могут называться прояснением, перефразированием, отзеркаливанием, активным слушанием, эмпатическим отражением [9; 15; 16; 21; 36].

Существует множество описаний различных видов терапевтических реплик, способных выразить эмпатическое понимание клиента. Большинство таких описаний преследует дидактические цели. Вариации реплик связаны с реализацией конкретных задач в ходе терапии или консультирования [см. напр., 9; 16; 35; 37; 59].

Наиболее подробно форма и содержание эмпатической реплики, зависимость ее особенностей от функций и задач описана в системе понимающей психотерапии Ф. Е. Василюка. Структура реплики здесь включает:

Оператор понимания	Персона	Модус переживания	Переживание	Связь	Предмет	Другой
Правильно ли я понимаю, что	Вы как отец	ощущаете	вину	за	свое бездействие	перед сыном

Основным принципам построения реплики, целям и способам ее варьирования посвящена статья Ф. Е. Василюка «Семиотика и техника эмпатии» [8]. Освоение техники построения эмпатической реплики оснащает будущего консультанта/психотерапевта системой координат для ориентации в переживании клиента и дает язык для выражения своего понимания.

Важно подчеркнуть следующее: вербальная форма эмпатической реплики терапевта или консультанта должна быть такой трансформацией его понимания, видения жизненного мира, чувств, переживаний клиента, которая бы способствовала, во-первых, разделению этого понимания с ним, во-вторых, продвижению, развитию переживания, самопонимания клиента.

### Проблемы развития «профессиональной» эмпатии

Рассматривая процесс эмпатического взаимодействия клиента и консультанта/психотерапевта, мы, по сути, говорили об эмпатии как некотором **внутреннем процессе**, возникающем у терапевта, воспринимающего переживания, чувства клиента, и о его **выражении вовне**, коммуникации клиенту в форме, способствующей решению задач консультирования и психотерапии.

Условиями возникновения такого эмпатического процесса являются эмоциональная отзывчивость, способность отреагировать собственными переживаниями на переживания клиента и профессиональная установка на эмпатическое понимание как на особое обращение с чувствами клиента и своими ответными.

С другой стороны, в деятельности консультанта и психотерапевта эмпатия практически «поставлена на поток». С другой стороны, эмпатия — феномен, которому часто приписывается некоторое практически мистическое, сверхъестественное значение. Так, Ролло Мэй в одной из своих работ вынужден обсуждать различие между эмпатией и телепатией [24].

М. Боуэн, ученица К. Роджерса, анализируя его работу как психотерапевта, пишет, что с ее точки зрения, главное в этой работе было не отражение дискретных чувств, а передача «интегрирующих впечатлений», возникающих в результате вхождения во внутренний мир другого и видения его целостно. У других же, менее гениальных терапевтов, в курсе обучения основным навыкам «восхитительный процесс прикосновения души к душе... расчлняется на техники активного слушания, отражения переживаний и т. д.» [2, с. 2]. Действительно, сам К. Роджерс постепенно стал избегать использования термина «отражение чувств», так как, по его мнению, он способствовал выхолащиванию эмпатии до «голой техники», навыка [27; 54].

Каковы же факторы, определяющие качество эмпатии психотерапевта во взаимодействии с клиентом?

Отмечая трудности изучения «внутренней кухни» эмпатического понимания в ходе психотерапевтической сессии, прежде всего выделяют сложность проникновения в переживания терапевта «on-line» [40]. В существующих исследованиях терапевтов при просмотре или прослушивании уже прошедшей встречи просят отметить или описать моменты, когда они испытывали эмпатию [48], либо производят экспертную оценку или оценку клиентом сессии с точки зрения выраженной эмпатии [47, 59].

Как мы уже отмечали, не выявляется связь между качеством эмпатического процесса в психотерапии и уровнем развития эмпатии как черты [47; 48]. Выявлена, например, связь между уровнем развития эмпатии как черты и способностью находить точки отсчета — аналоги переживаний клиента в своем опыте при отсутствии связи и того, и другого с качеством выражения эмпатии по отношению к клиенту [48].

Исследования эмпатии как черты показывают, во-первых, бóльшую ее выраженность у психологов-психотерапевтов, чем, например, у психологов-исследователей, у психотерапевтов-женщин, чем у психотерапевтов-мужчин [47], и, во-вторых, ее значимые изменения в результате обучения, но при этом невозможность предсказать результат обучения — качество эмпатии в реальных сессиях, исходя из уровня развития эмпатии как черты [48].

В нашем исследовании эмпатии у педагогов их оценка учениками как понимающих была связана не с уровнем развития эмпатии как черты, измеряемым с помощью теста Мехрабяна, а с особенностями **способа обращения** педагога со своими переживаниями и их **выражения** [12].

Нам представляется, что ключ к пониманию эффективности процесса эмпатии терапевта лежит в исследовании процесса **овладения** своим переживанием, что обращает нас к теории развития высших психических функций (ВПФ) и психотехнической методологии исследования.

Студенты, проходящие обучение в мастерских по понимающей психотерапии Ф. Е. Василюка, часто используют понятия «овладение», «интериоризация» в отношении своего опыта. В ходе супервизии одна из студенток так описала происходящее с ней: «Сначала эмпатическая реплика казалась мешающей, внешней, искусственной, проще было забыть о ней, но затем произошло нечто типа интериоризации, и она стала помогать видеть и понимать». (Под эмпатической репликой здесь понимаются представления о

ее структуре, правилах построения, как они даются в мастерских.) О похожем явлении — трудностях на начальном этапе обучения помогающим навыкам, предпочтении житейских способов реагирования и дальнейшем овладении ими на профессиональном уровне — пишут и зарубежные исследователи процесса психотерапевтического обучения [49].

На наш взгляд, такие описания — свидетельство важного шага на пути профессионального овладения своей способностью к эмпатии. Эмоциональная отзывчивость к чувствам другого человека превращается в произвольный процесс исследования, осознания и выражения своего переживания внутреннего мира другого через овладение некоторыми профессиональными средствами. В этих средствах кристаллизован опыт психотерапевтической эмпатии, прожитой и осмысленной ее мастерами. Через освоение навыка происходит, в том числе, и личностное присвоение эмпатии как глубинного, сокровенного, но уже управляемого процесса соприкосновения с Другим [12].

Мы рассматриваем эмпатию в русле культурно-исторического подхода как ВПФ, обладающую всеми ее традиционно выделяемыми характеристиками: прижизненным социальным характером формирования, знаково-символическим опосредствованием, иерархическим строением и произвольностью регуляции. Подходы к обучению эмпатии в системах различных психотерапевтических школ и направлений дают, на наш взгляд, яркие примеры ее развития как ВПФ.

Таким образом, важнейшими задачами исследования эмпатии, обусловленными потребностями образования, обучения будущих консультантов и психотерапевтов, нам видятся изучение ее развития как развития **психотехнического**, выявление закономерностей и специфики развития эмпатии как высшей психической функции и культурных средств такого развития, в том числе специфики «житейской» и профессиональной эмпатии.

## Литература

1. Андреева Г. М. Социальная психология. М., 1988.
2. Боуэн М. В.-Б. Духовность и личностно-центрированный подход // Вопросы психологии. 1992. № 3—4.
3. Бохарт А. К. Эмпатия в клиент-ориентированной психотерапии: сопоставление с психоанализом и Я-психологией // Иностранная психология. 1993. Т. 1 № 2.
4. Булюбаши И. Д. Руководство по гештальт-терапии. М., 2004.
5. Ванершот Г. Эмпатия как совокупность микропроцессов // К. Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века (под ред. Д. Брэзиера). М., 2005.
6. Василюк Ф. Е. Уровни построения переживания и методы психологической науки // Вопросы психологии. 1988. № 5.
7. Василюк Ф. Е. Методологический анализ в психологии. М., 2003.
8. Василюк Ф. Е. Семиотика и техника эмпатии // Вопросы психологии. 2007. № 2.

9. Вебер В. Важные шаги к помогающему диалогу. Программа тренинга, основанная на практическом опыте. СПб., 1998.
10. Гаврилова Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии // Вопросы психологии. 1975. № 2.
11. Гаврилова Т. П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста: Автореф. ... канд. дисс. М., 1977.
12. Гиппенрейтер Ю. Б., Карягина Т. Д., Козлова Е. Н. Феномен конгруэнтной эмпатии // Вопросы психологии. 1993. № 4.
13. Джэндлин Ю. Фокусирование: Новый психотерапевтический метод работы с переживаниями. М., 2000.
14. Дильтей В. Описательная психология. СПб., 1996.
15. Иган Дж. Базисная эмпатия как коммуникативный навык // Журнал практической психологии и психоанализа. 2001. № 1. Электронный ресурс: <http://www.psyjournal.ru>.
16. Иган Дж. Слушание и понимание вербальных сообщений: практические рекомендации // Журнал практической психологии и психоанализа. 2004. № 1 Электронный ресурс: <http://www.psyjournal.ru>.

17. К. Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века / Под ред. Д. Брэзиера. М., 2005.
18. Карягина Т. Д. Некоторые аспекты развития предствлений об эмпатии // Психология современного общения—2006: на пути к энциклопедическому знанию: Материалы Международной конференции 19—21 октября 2006. Психологический институт РАО. М., 2006.
19. Кохут Х. Анализ самости. М., 2003.
20. Кохут Х. Интроспекция, эмпатия и психоанализ: исследование взаимоотношений между способом наблюдения и теорией // Антология современного психоанализа / Под ред. А. В. Рассохина. Т. 1. М., 2000.
21. Колтачинов В. В. Человекоцентрированный подход в практике психологического консультирования персонала организаций // Вопросы психологии. 2000. № 3.
22. Краткий словарь психоаналитических терминов и понятий. [http://www.psychoanalyse.ru/predmet/idea\\_4.html#ch18](http://www.psychoanalyse.ru/predmet/idea_4.html#ch18).
23. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика. М., 2007.
24. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М., 1994.
25. Орлов А. Б., Хазанова М. А. Феномены эмпатии и конгруэнтности // Вопросы психологии. 1993. № 4.
26. Пуговкина О. Д., Никитина И. В., Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г. Научные исследования процесса психотерапии и ее эффективности: история проблемы // Московский психотерапевтический журнал. 2009. № 1.
27. Роджерс К. Клиентоцентрированный/человекоцентрированный подход в психотерапии // Вопросы психологии. 2001. № 2.
28. Роджерс К. Эмпатия // Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер и М. В. Фаликман. М., 2002.
29. Роджерс К., Мидор Б. Личностно-центрированная терапия // Журнал практической психологии и психоанализа. 2002. № 4. Электронный ресурс: <http://www.psyjournal.ru>.
30. Сарджвеладзе Н. И. О балансе проекции и интроспекции в процессе эмпатического взаимодействия // Бессознательное: природа, функции, методы исследования: В 4 т. / Под общ. ред. А. С. Прангишвили, А. Е. Шерозия, Ф. В. Бассина. Т. 3. Тбилиси, 1978.
31. Степанов С. Проникновенное сопереживание // Газета «1 сентября». 2002, 21 мая.
32. Столоруу Р., Брандшафт Б., Атвуд Д. Клинический психоанализ: интерсубъективный подход. М., 1999.
33. Тэхэ В. Психика и ее лечение: психоаналитический подход. М., 2001.
34. Этцегоен Г. Эмпатия // Журнал практической психологии и психоанализа. 2003. № 1. Электронный ресурс: <http://www.psyjournal.ru>
35. Ягнюк К. В. Анатомия терапевтического вмешательства: типология техник // Журнал практической психологии и психоанализа. 2000. № 3. Электронный ресурс: <http://www.psyjournal.ru>
36. Ягнюк К. В. Природа эмпатии и ее роль в психотерапии // Журнал практической психологии и психоанализа. 2003. № 1. Электронный ресурс: <http://www.psyjournal.ru>
37. Ягнюк К. В. Сессия Карла Роджерса с Глорией: анализ вербальных вмешательств // Журнал практической психологии и психоанализа. 2001. № 1—2. Электронный ресурс: <http://www.psyjournal.ru>
38. Angan L., Kagan F. Empathic relational bonds and personal agency in psychotherapy: implications for psychotherapy supervision, practice and research. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (4).
39. Brown L. Empathy, genuineness and the dynamics of power: A feminist responds to Rogers // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).
40. Duan Ch., Hall C. The current state of empathy research // *Journal of Counseling Psychology*. 1996. Vol. 43 (3).
41. Eklund J. Hakansson. Exploring the phenomenon of empathy: Doctoral Dissertation, Stockholm University, 2003. Электронный ресурс: <http://www.empathy.se>
42. Esser U., Pabst H., Speierer G.-W. (eds). The power of person-centered approach. Koln, 1996.
43. Elliott R., Friere E. Classical person-centered and experiential perspectives on Rogers (1957) // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).
44. Farber B. On the enduring and substantial influence of Carl Rogers' not-quite necessary nor sufficient conditions // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).
45. Goldfried M. What has psychotherapy inherited from Carl Rogers? // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).
46. Goldstein A. P., Michaels G. Y. Empathy: development, training, consequences. N. J.; L, 1985.
47. Hall J., Davis M., Connelly M. Dispositional empathy in scientists and practitioner psychologists: group differences and relationship to self-reported effectiveness // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2000. Vol. 37 (1).
48. Hatcher Sh. & oth. An analogue study of empathic process: Working with difference // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2005. Vol. 42 (2).
49. Hill C. & oth. Helping skills training for undergraduates: Outcomes and prediction of outcomes // *Journal of Counseling Psychology*. 2008. Vol. 55 (3).
50. Hill C. My personal reactions to Rogers (1957): The facilitative but neither necessary nor sufficient conditions of therapeutic personality change // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44(3).
51. Lazarus A. On necessity and sufficiency in counseling and psychotherapy (revisited) *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).
52. Orange D. There is No Outside: Empathy and Authenticity in Psychoanalytic process // *Psychoanalytic Psychology*. 2002. Vol. 19 (4).
53. Rachman A. Sandor Ferencsi's contributions to the evolution of psychoanalysis // *Psychoanalytic Psychology*. 2007. Vol. 24 (1).
54. Rogers C. Client-centered therapy // *Comprehensive Textbook on Psychiatry*. 5 ed. Kaplan H. I., Sadock B. J. (eds.). Baltimore, 1988.
55. Rogers C. Freedom to learn for the 80's. Columbus, Ohio, 1983.
56. Rogers C. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).
57. Samstag L. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change: Reactions to Rogers' 1957 article // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).
58. Silbershatz G. Comments on «The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change» // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).
59. Truax C. B., Carkuff R. R. Toward effective counseling and psychotherapy. Chicago, 1967.
60. Vanaershot G. It takes two for tango: On empathy with fragile Processes // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2004. Vol. 41 (2).
61. Watchel P. Carl Rogers and the larger context of therapeutic thought // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).
62. Watson J. Reassessing Rogers' necessary and sufficient conditions of change // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*. 2007. Vol. 44 (3).



# Various Problems in the Study of Empathy in the Context of Counseling and Psychotherapy

T. D. Karyagina

Senior Lecturer, Chair of Individual and Group Psychotherapy, Department of Psychological Counseling, Moscow State University of Psychology and Education

Article discusses the problems of empathy studies in the context of counseling and psychotherapy. The role and value of empathy in the counseling / psychotherapeutic process is analyzed, as well as mechanisms of the empathic process, the conditions and prerequisites of the successful empathy of a consultant / therapist and its development. The conceptualizations of empathy by K. Rogers and H. Kohut are discussed in detail since in their psychotherapeutic systems empathy plays a key role. Particular attention is paid to the developing approaches to the study of empathy in the context of the psychotherapy effectiveness. The relation between empathy as personality trait / disposition and empathy as a process in counseling / psychotherapy is discussed. The main aspects of the discussions on these issues between representatives of various psychotherapeutic directions are presented. Addressing the problem of empathy development from the educational needs and the consultants / therapists training perspective allows concluding on the necessity to approach empathy as a higher mental function in the studies, and to consider the development of empathy in the learning process as the psycho-technical development.

**Keywords:** empathy, psychological counseling, psychotherapy, the effectiveness of psychotherapy, therapeutic relationship, necessary and sufficient conditions for personal change, higher mental function, psycho-technical development.

## References

1. Andreeva G. M. Social'naya psihologiya. M., 1988.
2. Bouen M. V.-B. Duhovnost' i lichnostno-centrirovannyi podhod // Voprosy psihologii. 1992. № 3–4.
3. Bohart A. K. Empatiya v klient-orientirovannoi psihoterapii: sopostavlenie s psihooanalizom i Ya-psihologii // Inostrannaya psihologiya. 1993. T. 1 № 2.
4. Bulyubash I. D. Rukovodstvo po geshtal't-terapii. M., 2004.
5. Vanershot G. Empatiya kak sovokupnost' mikro-processov // K. Rodzhers i ego posledovateli: psihoterapiya na poroge XXI veka (pod red. D. Breziera). M., 2005.
6. Vasilyuk F. E. Urovni postroeniya perezhivaniya i metody psihologicheskoi nauki // Voprosy psihologii. 1988. № 5.
7. Vasilyuk F. E. Metodologicheskii analiz v psihologii. M., 2003.
8. Vasilyuk F. E. Semiotika i tehnika empatii // Voprosy psihologii. 2007. № 2.
9. Veber V. Vazhnye shagi k pomogayushemu dialogu. Programma treninga, osnovannaya na prakticheskom opyte. SPb., 1998.
10. Gavrilova T. P. Ponyatie empatii v zarubezhnoi psihologii // Voprosy psihologii. 1975. № 2.
11. Gavrilova T. P. Empatiya i ee osobennosti u detei mladshego i srednego shkol'nogo vozrasta: Avtoref. kand. diss. M., 1977.
12. Gippenreiter Yu. B., Karyagina T. D., Kozlova E. N. Fenomen kongruentnoi empatii // Voprosy psihologii. 1993. № 4.
13. Dzhenclin Yu. Fokusirovanie: Novyi psihoterapevticheskii metod raboty s perezhivaniyami. M., 2000.
14. Dil'tei V. Opisatel'naya psihologiya. SPb., 1996.
15. Igan Dzh. Bazisnaya empatiya kak kommunikativnyi navyk // Zhurnal prakticheskoi psihologii i psihooanaliza. 2001. № 1. Elektronnyi resurs: <http://www.psyjournal.ru>.
16. Igan Dzh. Slushanie i ponimanie verbal'nyh soobshchenii: prakticheskie rekomendacii // Zhurnal prakticheskoi psihologii i psihooanaliza. 2004. № 1. Elektronnyi resurs: <http://www.psyjournal.ru>
17. K. Rodzhers i ego posledovateli: psihoterapiya na poroge XXI veka / Pod red. D. Breziera. M., 2005.
18. Karyagina T. D. Nekotorye aspekty razvitiya predstavlenii ob empatii // Psihologiya obsheniya—2006: na puti k enciklopedicheskomu znaniyu: Materialy Mezhdunarodnoi konferencii 19–21 oktyabrya 2006. Psihologicheskii institut RAO. M., 2006.
19. Kohut H. Analiz samosti. M., 2003.
20. Kohut H. Introspekciya, empatiya i psihooanaliz: issledovanie vzaimootnoshenii mezhdru sposobom nablyudeniya i teorii // Antologiya sovremennogo psihooanaliza / Pod red. A. V. Rassohina. T. 1. M., 2000.
21. Kolpachnikov V. V. Chelovekocentrirovannyi podhod v praktike psihologicheskogo konsul'tirovaniya personala organizacii // Voprosy psihologii. 2000. № 3.
22. Kratkii slovar' psihooanaliticheskikh terminov i ponyatii. [http://www.psychoanalyse.ru/predmet/idea\\_4.html#ch18](http://www.psychoanalyse.ru/predmet/idea_4.html#ch18).
23. Mak-Vil'yams N. Psihooanaliticheskaya diagnostika. M., 2007.
24. Mei R. Iskusstvo psihologicheskogo konsul'tirovaniya. M., 1994.
25. Orlov A. B., Hazanova M. A. Fenomeny empatii i kongruentnosti // Voprosy psihologii. 1993. № 4.
26. Pugovkina O. D., Nikitina I. V., Holmogorova A. B., Garanyan N. G. Nauchnye issledovaniya processa psihoterapii

i ee effektivnosti: istoriya problemy // Moskovskii psihoterapevticheskii zhurnal. 2009. № 1.

27. *Rodzhers K.* Klientocentrirovannyi/chelovekocentrirovannyi podhod v psihoterapii // *Voprosy psihologii.* 2001. № 2.

28. *Rodzhers K.* Empatiya. // *Psihologiya motivatsii i emocii / Pod red. Yu. B. Gippenreiter i M. V. Falikman. M., 2002.*

29. *Rodzhers K., Midor B.* Lichnostno-centrirovannaya terapiya // *Zhurnal prakticheskoi psihologii i psihoanaliza.* 2002. № 4. Elektronnyi resurs: <http://www.psyjournal.ru>.

30. *Sardzhveladze N. I.* O balanse proekcii i introekcii v processe empaticheskogo vzaimodeistviya // *Bessoznatel'noe: priroda, funktsii, metody issledovaniya: V 4 t. / Pod obsh. red. A. S. Prangishvili, A. E. Sheroziya, F. V. Bassina. T. 3. Tbilisi, 1978.*

31. *Stepanov S.* Proniknovennoe soperezzhivanie // *Gazeta «1 sentyabrya».* 2002, 21 maya.

32. *Stolorou R., Brandshaft B., Atvud D.* Klinicheskii psioanaliz: intersub'ektivnyi podhod. M., 1999.

33. *Tehke V.* Psihika i ee lechenie: psioanaliticheskii podhod. M., 2001.

34. *Etchegoen G.* Empatiya // *Zhurnal prakticheskoi psihologii i psihoanaliza.* 2003. № 1. Elektronnyi resurs: <http://www.psyjournal.ru>

35. *Yagnyuk K. V.* Anatomiya terapevticheskogo vmeshatel'stva: tipologiya tehnik // *Zhurnal prakticheskoi psihologii i psihoanaliza.* 2000. № 3. Elektronnyi resurs: <http://www.psyjournal.ru>

36. *Yagnyuk K. V.* Priroda empatii i ee rol' v psihoterapii // *Zhurnal prakticheskoi psihologii i psihoanaliza.* 2003. № 1. Elektronnyi resurs: <http://www.psyjournal.ru>.

37. *Yagnyuk K. V.* Sessiya Karla Rodzhersa s Gloriei: analiz verbal'nyh vmeshatel'stv // *Zhurnal prakticheskoi psihologii i psihoanaliza.* 2001. № 1–2. Elektronnyi resurs: <http://www.psyjournal.ru>.

38. *Angus L., Kagan F.* Empathic relational bonds and personal agency in psychotherapy: implications for psychotherapy supervision, practice and research. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (4).

39. *Brown L.* Empathy, genuineness and the dynamics of power: A feminist responds to Rogers // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).

40. *Duan Ch., Hall C.* The current state of empathy research // *Journal of Counseling Psychology.* 1996. Vol. 43 (3).

41. *Eklund J. Hakansson.* Exploring the phenomenon of empathy: Doctoral Dissertation, Stockholm University, 2003. Электронный ресурс: <http://www.empathy.se>

42. *Esser U., Pabst H., Speierer G.-W. (eds).* The power of person-centered approach. Koln, 1996.

43. *Elliott R., Friere E.* Classical person-centered and experiential perspectives on Rogers (1957) // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).

44. *Farber B.* On the enduring and substantial influence of Carl Rogers' not-quite necessary nor sufficient conditions //

*Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).

45. *Goldfried M.* What has psychotherapy inherited from Carl Rogers? // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).

46. *Goldstein A. P., Michaels G. Y.* Empathy: development, training, consequences. N. J.; L, 1985.

47. *Hall J., Davis M., Connelly M.* Dispositional empathy in scientists and practitioner psychologists: group differences and relationship to self-reported effectiveness // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2000. Vol. 37 (1).

48. *Hatcher Sh. & oth.* An analogue study of empathic process: Working with difference // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2005. Vol. 42 (2).

49. *Hill C. & oth.* Helping skills training for undergraduates: Outcomes and prediction of outcomes // *Journal of Counseling Psychology.* 2008. Vol. 55 (3).

50. *Hill C.* My personal reactions to Rogers (1957): The facilitative but neither necessary nor sufficient conditions of therapeutic personality change // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44(3).

51. *Lazarus A.* On necessity and sufficiency in counseling and psychotherapy (revisited) *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).

52. *Orange D.* There is No Outside: Empathy and Authenticity in Psychoanalytic process // *Psychoanalytic Psychology.* 2002. Vol. 19 (4).

53. *Rachman A.* Sandor Ferenci's contributions to the evolution of psychoanalysis // *Psychoanalytic Psychology.* 2007. Vol. 24 (1).

54. *Rogers C.* Client-centered therapy // *Comprehensive Textbook on Psychiatry.* 5 ed. Kaplan H. I., Sadock B. J. (eds.). Baltimore, 1988.

55. *Rogers C.* Freedom to learn for the 80's. Columbus, Ohio, 1983.

56. *Rogers C.* The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).

57. *Samstag L.* The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change: Reactions to Rogers' 1957 article // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).

58. *Silbershatz G.* Comments on «The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change» // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).

59. *Truax C. B., Carkuff R. R.* Toward effective counseling and psychotherapy. Chicago, 1967.

60. *Vanaershot G.* It takes two for tango: On empathy with fragile Processes // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2004. Vol. 41 (2).

61. *Watchel P.* Carl Rogers and the larger context of therapeutic thought // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).

62. *Watson J.* Reassessing Rogers' necessary and sufficient conditions of change // *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training.* 2007. Vol. 44 (3).