



ЭМПА́ТИЯ

Авторы: Т. Д. Карягина

ЭМПА́ТИЯ (греч. ἐμπάθεια, от ἐν – в и πάθος – страсть, страдание, чувство), процессы понимания чужого [переживания](#) и отклика на него. В составе этого понятия различают когнитивную Э. – понимание переживаний другого и эмоциональную (аффективную) Э. – соучастие в этих переживаниях (сочувствование). Термин «Э.» (empathy) введён Э. [Титченером](#) в 1909 в качестве англ. эквивалента нем. Einfühlung ([вчувствование](#)) – центр. понятия в теории Т. Липпса. Э. обычно противопоставляется установкам, объективирующим человека (стереотипизации, рациональному конструированию образа другого и т. п.).

На психологич. осмысление Э. оказали влияние учения о симпатии как базовом социальном чувстве (Д.[Юм](#), А. [Смит](#), Г. [Спенсер](#), М. [Шелер](#)), психологич. теории симпатии Т. [Рибо](#), В. [Штерна](#), У. [Мак-Дугалла](#), теория децентрации Ж. [Пиаже](#), социально-психологич. работы Ч. [Кули](#) (зеркальный характер Я) и Дж. [Мид](#) («принятие роли другого»).

В филос.-психологич. дискуссиях кон. 19 – нач. 20 вв. «вчувствование» рассматривалось в связи с проблемой восприятия «другого Я» (обоснование интерсубъективности у Э. [Гуссерля](#) и т. п.). Согласно теории Т. Липпса, бессознат. имитация воспринимаемых внешних проявлений эмоций др. человека вызывает в субъекте вчувствования соответствующие переживания, ранее им испытанные, и они проецируются на другого. Эта «проективная» концепция вчувствования была отвергнута М. Шелером и др. представителями [феноменологии](#) (как описывающая скорее феномен эмоционального заражения, а не понимания другого), которые исходили из непосредственно воспринимаемой «сущностной» связи переживания и его внешнего выражения.

Феноменологич. описанию Э. посвящена работа Э. [Штайн](#) «О проблеме вчувствования» («Zum Problem der Einfühlung», 1917; частичный рус. пер. 2006).

Проблематика Э. обсуждалась также в [понимающей психологии](#) (В. [Дильтей](#)). В 20 в. Э. стала важным методом в таких направлениях, как феноменологич. психиатрия (К. [Ясперс](#)), [психоанализ](#) (Ш. Ференци, Венгрия, О. [Ранк](#), Х. Кохут, США), [гуманистическая психология](#) (К. [Роджерс](#)), и особенно в т. н. экспириентальных (от англ. experience – переживание, опыт) подходах в психотерапии, где «исцеляющим фактором» является переживание клиента/пациента (Ю. Джендлин, Р. Эллиотт – США, Л. Гринберг, Канада, Ф. Е. Василюк, Россия) и были созданы спец. методы выражения эмпатич. понимания психотерапевта.

Начиная с 1960-х гг. предметом активного изучения Э. стало её онтогенетич. развитие в процессе становления личности (Н. Айзенберг, М. Хоффман – США), роль Э. в мотивации помощи и альтруистич. поступка (Ч. Д. Батсон, США). Недостаток Э. по отношению к ребёнку рассматривался как причина его патологич. развития, деформаций Я-концепции и т. п. (К. Роджерс, Х. Кохут).

Рос. исследования Э. были начаты в 1970–80-х гг. (А. А. Бодалёв, Т. П. Гаврилова, Л. П. Стрелкова). В совр. работах выделены 3 плана анализа Э.: 1) чувственно-перцептивный – эмоциональная отзывчивость, способность к распознаванию эмоций и т. п.; 2) рефлексивный – способность к пониманию чужого состояния и

собств. отклика на него; 3) экспрессивно-коммуникативный – умение выражать своё понимание и эмпатич. чувства, воплощать их в действии.

Нейрофизиологич. исследования позволяют идентифицировать функциональные механизмы Э.: при наблюдении некоторого состояния др. человека в нервной системе специфически активизируются те же самые нейронные сети, которые возбуждаются, когда сам наблюдающий испытывает такое же состояние (зеркальные нейронные сети: Дж. Ричцоллатти, В. Галлезе – Италия, Ж. Дести, США). К первичным феноменам, возникающим на основе этих механизмов, относят «параллельное» переживание состояний, аналогичных состоянию объекта Э., эмоциональное заражение и имитацию эмоциональной экспрессии. Различают непроизвольную и произвольную Э. В процессе дифференциации отношения Я – другой, интеллектуального и морального развития формируются зрелые формы Э., которые предполагают отграничение индивидом своего переживания от переживания другого наряду со способностью поставить себя на его место. Как специфич. форма Э. выделяется т. н. личный дистресс: негативные переживания индивида (страх, тревога, раздражение и т. п.) в связи с наблюдаемым негативным состоянием другого.

Нарушения Э. наблюдаются при аутизме, шизофрении, нарциссизме и психопатических (антисоциальных) расстройствах.

Литература

Лит.: Empathy and its development / Ed. by N. Eisenberg, J. Strayer. Camb.; N. Y., 1987; Empathy reconsidered. New directions in psychotherapy / Ed. by A. C. Bozart, L. S. Greenberg. Wash., 1997; Ричцоллатти Дж. Зеркала в мозге. О механизмах совместного действия и сопереживания. М., 2012; Карягина Т. Д. Эмпатия как метод: философский взгляд // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Т. 23. № 5.