

Феномен эмпатии в конфликте.

«Не понимающий вашего молчания,
вероятно, не поймет и ваших слов»

(Хаббард)

1.

Где и когда во взаимодействии двух людей появляется эмпатия, какую функцию она при этом выполняет? Возможно ли строгое выделение, фиксация эмпатии как феномена, за счет каких средств она происходит? Можно ли говорить о техническом аспекте эмпатии, наряду с феноменологическим и характерологическим, т.е. о применении эмпатии как особой техники в конфликтном взаимодействии?

В основу данного исследования легла попытка построения гипотезы отвечающей на эти вопросы. Для формулировки гипотезы нам в первую очередь необходимо определить эмпатию онтологически.

Сам термин «эмпатия» (от греч. «*empathēia*» - сопереживание) был введен в психологию Э. Титчепером как рядоположенный с симпатией и антипатией, и обозначающий вчувствование в другого человека. В настоящее время эмпатию разделяют на эмоциональную, основанную на механизмах проекции и подражания, когнитивную, базирующуюся на интеллектуальных процессах, и предикативную (способность предсказывать поведение другого в конкретных случаях) [1].

А.Е. Айви [2], разбирая условия интенциональной терапии, выделяет эмпатию пассивную (умение вжиться, вчувствоваться в проблему клиента), активную или усиленную (для передачи того, что клиент может воспринять) и культурную, причем, последняя составляющая, погружение в общий с клиентом культурологический контекст, является ведущей для эффективной терапии. М. Боуэн [3] метафорически пишет о эмпатии как о «способности преодолевать границы между психотерапевтом и клиентом», «единстве психотерапевта и клиента, основанном на их установках» (установка здесь понимается как «интегрированная целостность внутреннего Я, нерасчленяемая на активное слушание, отражение переживаний и т.д.»)

К Роджерс в своей статье об эмпатии [7] определяет ее через вживание и проигрывание роли, разделяя в связи с этим эмпатическое переживание тех же состояний, которые испытывает клиент, и эмпатическое со-чувствие – переживание собственных эмоциональных состояний по поводу чувств другого.

Прослеживается интересная тенденция. С одной стороны, во многих работах по психотерапии говорится об эмпатии как характерологическом свойстве, и даже об обучении эмпатии, т.е. применении ее как техники [1, 7, 8], с другой стороны, феноменологические описания эмпатии не полны, не конкретны и основываются на личных наблюдениях и размышлениях авторов, без подтверждения их исследованиями, выделяющими эмпатию как феномен. Следовательно, первым шагом, дающим выход из этого противоречия, должно быть построение модели, допускающей ее экспериментальную проверку. Здесь необходимо вспомнить об определении эмпатии как одного из видов понимания и, следовательно, о ее двойственности как процесса и одновременно как психического состояния. Кроме того мы должны определить собственно эмпатию от ее оснований и следствий.

Определяя эмпатию как со-переживание, т.е. переживание той же эмоции, которую испытывает другой человек, мы можем рассматривать ее как процесс, аналогичный процессу образования любой эмоции (т.к. он также «отражает в форме переживания оценку ситуации для жизнедеятельности» [5]), характеризующуюся, вместе с тем, некоторыми особыми условиями возникновения и протекания, в частности, особым психическим состоянием, позволяющим пережить чужую эмоцию как свою. При этом когнитивные и предикативные механизмы являются уже следствием этого переживания.

Остается в стороне от рассмотрения и со-чувствие, переживание своей эмоции по поводу эмоций другого человека (хотя со-чувствие также может возникать на основе эмпатии, вместе с тем ее возникновение может определяться и другими основаниями: идентификацией, каузальной атрибуцией и др.). Такое определение позволяет нам расставить реперные точки, в те моменты, фиксируя которые мы можем судить о наличии или, наоборот, об отсутствии эмпатии в каком-либо взаимодействии.

Итак, какие же особые условия определяют сопереживание? Во-первых. Это соответствие воспринимаемой информации и внутренних фильтров восприятия, так называемого «эмоционального барьера» (сюда же следует отнести и ограничение объема восприятия). Считается, что внешние проявления эмоций являются врожденными, основанными на безусловных рефлексах [6]. Проводилось исследование оценки характерной мимики с помощью тестовых фотографий [3], в ходе которых выяснилось, что фундаментальные базовые эмоции, имеющие эволюционную основу, закреплены достаточно жестко, и выражающие их невербальные реакции адекватно осознаваемы независимо от культурной принадлежности. С дифференциацией и усложнением эмоций усложняются и разделяются на культурные, и далее групповые и личностные, внешние эмоциональные проявления, что приводит к большим сложностям в их опознавании [14]. Мы воспринимаем только то, что соответствует нашим представлениям об окружающем мире, и сразу же начинаем сознательно интерпретировать полученную информацию, что зачастую ведет к «чтению мыслей» и переживанию собственной эмоции по поводу воспринятого.

В противовес этому, второе условие эмпатии – неосознанная, нелогическая интерпретация полученной информации, определяемая особым состоянием активности мозга. Здесь процесс протекает аналогично процессу возникновения любой эмоции с одним небольшим добавлением: для со-переживания характерна большая сфокусированность на объекте, привлечение для интерпретации и оценки (и значит для возникновения тождественной эмоции) сравнительной информации из разных областей сознания. Очевидно, что «тождественная эмоция», как и любая эмоция, основывается на общекультурном и личностном опыте, но в отличие от последней, возникает не как собственная оценка ситуации [3], а как оценка ситуации с точки зрения другого. Можно предположить, что такой поворот требует специфического изменения сознания, достигаемого в трансе.

О трансе, измененном состоянии сознания, как условии эмпатии, говорится у многих авторов (см., например, 4), однако его фиксация в эксперименте, как определяющего феномен эмпатии, на мой взгляд, требует проверки.

Результатом процесса эмпатии как возникновения «тождественной эмоции» будут следующие следствия:

1) эмоция фиксируется сознанием, осознается и рефлексруется («Сейчас я испытываю ту же эмоцию что и он. За счет чего у него возникло это переживание?») с дальнейшим переходом к действиям, направленным на другого (также осознанным и определенным);

2) эмоция не осознается как результат со-переживания, а понимается как собственная оценка, рефлексруется как нечто собственное и, следовательно, действия направляются на себя, на изменение своих переживаний;

3) эмоция не осознается, но воспринимается как «чужая», что приводит к неосознаваемым или псевдодетерминируемым действиям в отношении другого (часто это принятие на себя определенной роли – Спасителя, Обвинителя и т.д.);

4) эмоция не осознается, воспринимается и переживается как «своя».

Следует отметить, что только первое следствие может рассматриваться как конструктивное при взаимодействии, все остальные приводят к неверному пониманию. Тем не менее, эмпатия является основанием для всех четырех следствий, и выделение какого-либо из них как признака наличия эмпатии, как это делает Айви [1], мне представляется неправомерным.

Резюмируя сказанное, можно определить экспериментальное выделение феномена эмпатии как фиксацию тождественности эмоциональных переживаний индуктора, - переживающего, и реципиента – со-переживающего, с учетом условий со-переживания: а) возможного измененного описания одной и той же эмоции за счет различий общекультурного и личностного опыта индуктора и реципиента; б) вероятного наличия у реципиента измененного состояния сознания, что может привести к неадекватному описанию собственной эмоции после выхода из этого состояния.

Можно предположить так же, что подобная фиксация будет иметь место лишь при осредствленности индуктора и реципиента методами самонаблюдения и личностной рефлексии, что достаточно сильно ограничивает круг участников

эксперимента. Однако на данном этапе исследования не наблюдается возможности иной фиксации, кроме фиксации тождественность/не тождественность.

2.

В первой части работы положена гипотеза, описывающая структуру и динамику феномена эмпатия, и определено, как можно зафиксировать явления, отвечающие данной гипотезе. Определено ЧТО и КАК искать. Остается вопрос: «Конфликт – специфическая характеристика изменяющихся в столкновении деятельности, представляет собой процесс приобретения деятельности во взаимодействии нового содержания, обеспечивающего соответствие новым условиям» [11]. Конфликт возникает как актуализация противоречия в одном пространстве и времени и динамически определяется взаимодействием действий, их функционированием и изменениями в них, вплоть до разрешения или снятия противоречия и автономизации действий [9]. При этом участники конфликта, помимо положенного в его основание противоречия, обладают и специфическим конфликтным содержанием – выбор и реализация стратегии конфликтного взаимодействия, проявляющегося в «конфликтных действиях» (т.е. действиях, обусловленных ситуативными мотивами: противоборство, уступка и т.д.) и «конфликтных отношениях», а также оценка себя и противника, определяемая и определяющая «конфликтное состояние» [13].

Очевидно, что независимо от предмета конфликта, актуализированного в нем противоречия, специфическое конфликтное содержание имеет явную эмоциональную окраску. А там, где есть эмоции, переживание, может появиться и со-переживание.

Рассмотрим первое действие – «Prima acta» конфликта. Б.И. Хасан предлагает пять биполярных шкал, определяющих поле «Prima acta»:

- диффузное – концентрированное;
- пролонгированное – концентрированное;
- опосредованное – прямо адресованное;
- неадекватное – адекватное.

[12]

Полагается, что конкретное действие участника (первое действие), размещенное в поле «Prima acta», может рассматриваться и диагностически и прогностически (как эффективное или неэффективное с точки зрения стратегических установок участников [там же]). Следует отметить, что при этом одновременно происходит и рассмотрение действия в трехмерном пространстве, векторно задаваемом адресностью действий (к себе, к противнику, к экспериментатору), характером действий (конструктивный, защитный, деструктивный) и характером задачи (на содержания, на отношения) [9].

Однако, для истолкования эмоциональной стороны действия необходим несколько иной фокус рассмотрения, а именно, рассмотрение действия с точки зрения отношения к объекту действия, можно выделить следующие группы действий:

1) «внушение». Целью действия является принуждение объекта к выполнению соответствующего «secunda acta», ведущего, по мнению субъекта, к разрешению противоречия. При этом, в схеме действия, возникающей в представлении субъекта, объект определяется как жестко детерминированный «первым действием», причем, детерминация происходит за счет эмоционально окрашенных форм (приказ, просьба и т.д.);

2) «аргументация». Целью является побуждение к «secunda acta» и объект представляется свободным в выборе. Конечная детерминация предполагается за счет релевантного аргументационного конструкта, состоящего из оснований и тезиса, побуждающего к действию [2];

3) «информационное сообщение». В чистом виде не несет в себе установки а взаимодействие, однако и встречается в чистом виде достаточно редко. Гораздо чаще действия этой группы определяются скрытой неявной целью «внушения», являющейся в эмоционально окрашенной форме подачи (соответственно, раскрывая цель, мы переносим действие в группу 1, либо имплицитно несут в себе основания или, наоборот, выводимый из эксплицитно явленных оснований тезис)

неполного аргументационного конструкта, та как субъект считает такой вывод очевидным (что, естественно, относит действия к группе 2).

Субъект может выступать как индуктор, (то есть, индуцировать свое эмоциональное состояние объекту), во всех трех случаях, но как положительное условие эффективности действия, эмпатия, возникающая у объекта, значима только в действиях «внушения», для второй группы сопереживание несет скорее отрицательную нагрузку, создавая помехи для понимания объектом аргументационного конструкта.

При этом, в момент выбора «*prima acta*», субъект может стать реципиентом, принимая индуцируемое эмоциональное состояние объекта. И это явленное субъекту или неявленное со-переживание может повлиять на выбор, увеличивая или, наоборот, уменьшая эффективность стратегии. Однако, выделить момент выбора как преддействие конфликта представляется сложным. Остановимся и зафиксируем другой момент взаимодействия – момент непосредственно после завершения «*prima acta*».

Отзвучало «приглашение к танцу», перед участником, которому адресовано действие, встает выбор: «танцевать или не танцевать», включается в предлагаемое взаимодействие или игнорировать приглашение. А если включаться, то какой стратегии придерживаться?

Возможны четыре варианта реакции:

1) принятие и полное соответствие ответного действия ожиданиям первого участника, что может как вести к разрешению базового противоречия, так и еще более маскировать его;

2) неприятие и встречное действие согласно собственным целям. При этом, формируется уже новый конфликт, имеющий основанием противоречие в действиях;

3) игнорирование. Здесь, в отличие от 2, последующее действие адресуется в ином направлении, хотя косвенно первый участник может принять такую адресацию и как направленную на него;

4) попытка понимания «*prima acta*» и его оснований, как один из этапов – отнесение действий к одной из трех групп: «внушение», «аргументация», «информационное сообщение в чистом виде».

Результатом такой попытки понимания может служить либо принятие (в случае если оно ведет к разрешению базового конфликта), либо неприятие и встречное действие как остановка действия первого участника с предъявлением оснований для такой остановки (что так же является содержательным ходом, ведущим к разрешению базового конфликта).

Здесь эмпатия, а точнее ее следствие в виде переживания «чужой» эмоции как «своей» без осознания процесса ее возникновения как сопереживание, может достаточно серьезно повлиять на выбор реагирования в пользу принятия и соответствия ответного действия ожиданиям индуктора (что, как уже отмечалось, повышает эффективность для «внушения», но снижает для «аргументации»). Причем, сам реципиент не осознает, зачастую, своих оснований данного ответного действия или конструирует *post factum* псевдооснования.

Полагаю, так же (и это требует исследования), что наиболее ярко сопереживание здесь возникает после «якобы информационных» действий, «несущих» в себе скрытый, неявно адресованный приказ, просьбу, другое принуждающее воздействие.

Во всех этих случаях эмпатия выступает как состояние, в определенной степени детерминирующее выбор, и тем самым определяющее дальнейшее развитие конфликта, сужающее поле развития. С одной стороны, «чужая» эмоция, отрефлектированная и понятая как «чужая», расширяет перспективу понимания действия индуктора и позволяет реципиенту более конструктивно совершать ответные действия. Следовательно, эмпатия в соединении с технически организованной рефлексией может иметь позитивное значение, способствуя выходу к основаниям базового противоречия.

Очевидно, что в развитии конфликта возникают и другие моменты, в которых проявляется со-переживание, эмпатия, однако я полагаю, все они описываются сходными механизмами выбора, и эмпатия несет в них функцию

усиления детерминации в пользу какого-либо варианта. Соответственно экспериментальное исследование на первом этапе может остановиться на моменте непосредственного завершения «Prima acta».

3.

Мы получили ответы на вопросы: ЧТО искать, ГДЕ искать и КАК искать. Остается вопрос: А что с этим делать дальше? Где можно использовать данные выводы, в случае если гипотеза подтвердиться?

В качестве ответа можно сказать, что эмпатия, в том виде как она понимается в данной работе, предполагает возможность обучения и специального использования ее как техники в комплексе-связке с рефлексией. Как это сделать? – вопрос отдельного исследования, но уже сейчас видны пути и направления развития, такие как система Станиславского, обучающая актеров «вживанию» в роль, школа переживания, искусственно прививающая «принцип естественного творчества самой природы, по нормальным законам, ей установленным» [10]. «Артист должен создавать в каждой роли не только сознательную, но и бессознательную часть жизни творческого духа роли... Такая задача не по силам простой актерской технике» [там же]. Станиславский выделяет в процессе переживания «работу над ролью», как рефлексивную и логически-связное наблюдение внешнего мира, и работу над собой, как подготовку к переходу в особое творческое «состояние» сознания. Конечный синтез работы над ролью и работы над собой и есть «переживание роли», эмпатическое сопереживание плюс рефлексивная фиксация и передача этого состояния зрителю. Однако, как уже говорилось выше, обучение и постановка эмпатии-рефлексии как единого комплекса – предмет дальнейшей разработки проблемы. Здесь же необходимо отметить лишь то, что обладание такой технической связкой необходимо для конструктивного разрешения конфликта.

Литература:

1. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймек –Даунинг Л. «Консультирование и психотерапия». Перевод ГПНТБ, 1990г.

2. Алексеев А.П. «Аргументация. Познание. Общение». МГУ, 1991г.
3. Блум Ф., Лейзерсон А., Хофстедтер Л. «Мозг, разум и поведение». М., Мир, 1988г.
4. Боуэн М., «Духовность и личностно центрированный подход» // вопросы психологии №3-4, 1992г.
5. Грановская Р.М., «Элементы практической психологии», ЛГУ, 1988г.
6. «Психология». Словарь. М., Политиздат, 19990г.
7. Роджерс К. «О групповой психотерапии» (ксерокопия).
8. Роджерс К. «Эмпатия» // «Психология эмоций. Тексты», МГУ, 1984г.
9. Сергоманов П.А., «Конфликт как условие и механизм учебной деятельности». Дипломная работа, КГУ, 1991г.
10. Станиславский К.С. «Искусство переживаний» // «Мое служение гражданам России», М., 1990г.
11. Хасан Б.И. «Конфликт и его разрешение – условия реального самоопределения» // «Проблемы самоопределения молодежи», Красноярск, 1987г.
12. Хасан Б.И. «Психотехнические стратегии в прикладной конфликтологии» // «Бюллетень клуба конфликтологов», №1, Красноярск, 1991г.
13. Хасан Б.И. «О понятийной схеме и особенностях конфликта в деятельности по расследованию преступлений» // «Проблемы психологии следственной деятельности», Красноярск, 1986г.
14. Штангль А., «Язык тела» // «Библиотека интересной психологии», М., 1988г.