

Механизмы взаимодействия в общении «Эмпатия»

Презентацию подготовила
Студентка группы С 17-10
Лопатина Виктория

Определение

- Эмпатия - это мысленный процесс уподобления себя другому человеку, но с целью "понять" переживания и чувства познаваемого человека, без помощи слов, не опираясь на мышление, а с помощью ощущений, чувств, эмоций и последующего осознания их, проявление эмоциональной отзывчивости. Слово "понимание" здесь используется в метафорическом смысле - эмпатия есть "аффективное понимание". Эмоциональная природа эмпатии проявляется в том, что ситуация другого человека, партнера по общению, не столько "продумывается", сколько "прочувствуется».





- имеет расширительное толкование - в него включаются процессы понимания как мыслей, так и чувств партнера по общению.
- При этом, говоря о процессе эмпатии, нужно иметь в виду и безусловно положительное отношение к личности. Это означает два момента:
 - принятие личности человека в целостности;
 - собственная эмоциональная нейтральность, отсутствие оценочных суждений о воспринимаемом.

Умение представить себя

- Эмпатия основана на умении правильно представлять себе, что происходит внутри другого человека, что он переживает, к чему стремится, как воспринимает и оценивает себя и окружающий мир. Способность смотреть на людей и воспринимать различные события их глазами имеет чрезвычайно важное значение для понимания окружающих.



Уровни эмпатии



- 1. Первый уровень включает когнитивную эмпатию, проявляющуюся в виде понимания психического состояния другого человека (без изменения своего состояния).
- 2. Второй уровень предполагает эмпатию в форме не только понимания состояния объекта, но и сопереживания ему, т. е. эмоциональную эмпатию.
- 3. Третий уровень включает когнитивные, эмоциональные и, главное, поведенческие компоненты.
- Высокий уровень эмпатийности обуславливает эмоциональность, отзывчивость и др.

Концепции, объясняющие феномен ЭМПАТИИ.

- Существуют две концепции, объясняющие феномен эмпатии, и, по-видимому, они указывают на два основных механизма этого явления:





Первая концепция

- В соответствии с первой концепцией эмпатия возможна благодаря выводу по аналогии.
- Мы можем непосредственно наблюдать наши собственные действия и мысленно связывать их со своими внутренними состояниями, чувствами, желаниями, оценками и т.д. Т.о., мы интерпретируем свое поведение, наделяя его определенным значением. На основе этого мы, формируем образ себя, опираясь на собственные наблюдения и интерпретации. Общаясь с другими, наблюдая их поведение, мы уже располагаем сформированным образом "Я". Далее, пользуясь готовыми интерпретациями, с помощью которых мы объясняли собственное поведение, мы пытаемся судить о внутреннем состоянии других людей. Эти суждения мы выносим на основании сходства наших собственных поступков окружающих.

Вторая концепция



- В соответствии с другой концепцией эмпатия основана на способности с помощью воображения прочувствовать жизненную ситуацию другого человека и те роли, которые он исполняет.
- Каким образом формируется эта способность? Чтобы лучше понять это, необходимо проанализировать развитие эмпатии у детей. В раннем младенчестве ребенок не умеет отличать себя от других. Чтобы у него сформировался образ себя, ребенок должен научиться смотреть на себя со стороны как он воздействует на других людей и предметы. Конечно, каждый из вас обращал внимание на то, что маленькие дети своими действиями часто копируют взрослых, в том числе поступки, адресованные им самим.

Понимание других людей

- понимание других людей тесно связано с пониманием себя. Стараясь познать себя, причины своих поступков и потребностей, человек прибегает к тем же самым способам, которыми он пользуется для познания других. Конечно, образ "Я" может значительно влиять на понимание других, но эта связь является двусторонней.



Механизмы ЭМПАТИИ



- Механизм эмпатии включает два этапа:
- 1. Вначале личность, опираясь на выразительные движения, мимику партнера, как бы "вживается в него". Знание о том, что он переживает, достигается постановкой на его место.
- 2. Затем, на втором этапе, производится анализ переживаний партнера. Если второго
- этапа нет, эмпатия неполная. При этом наблюдается "заражение" чужим состоянием, но не происходит ясного осознания переживаний собеседника.

Возрастание эмпатической способности

- Установлено, что эмпатическая способность индивидов возрастает, как правило, с ростом жизненного опыта; эмпатия легче реализуется в случае сходства поведенческих и эмоциональных реакций субъектов.
- Чем более высока у человека способность к эмпатии тем более он будет стремиться к общению, и, таким образом эти способности станут еще большими и наоборот.





ВЫВОД

- Эмпатийный человек учитывает побуждения и состояния партнера по общению. С ним легко и приятно контактировать. И наоборот, человека с низкой эмпатийностью считают злым, бездушным, бесчувственным. Он не в состоянии нормально контактировать с окружающими. Его не любят. У него много врагов. Нехороша и слишком высокая эмпатийность. Она может привести к высокой зависимости настроения и поведения от психических состояний окружающих. Неприятны и противоположные эмпатийные переживания. Некоторые люди на неудачу близкого отвечают ...радостью, а на радость...огорчением. Причина такой реакции - зависть, неприязненное, разрушающее интеллект, наносящее вред психическому здоровью человека чувство.
- Эмпатия облегчает общение, вносит в него теплоту.

Спасибо за внимание

