

2. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности / Х. Ремшмидт. – М.: Мир, 2014. – 317 с.

## **Развитие эмпатии как условие снижения уровня агрессии подростков**

***Приходько Е.В.***

*Гомельский государственный университет  
им. Ф. Скорины,  
Республика Беларусь, г. Гомель*

Сложившаяся сегодня ситуация в мире в значительной степени повлияла на возникновение проблем, связанных с организацией обучения и воспитания школьников. Размытость нравственных ориентиров, нечеткость мировоззренческих и воспитательных позиций в значительной степени затрудняют становление личности современного подростка, развитие и актуализацию его личностного потенциала.

К основным теориям, посвященным проблемам становления понятийно-категориального аппарата человеческой агрессии, можно отнести фундаментальные инстинктивистские теории (З. Фрейд, А. Адлер и пр.); классические и модернистские теории фрустрации – агрессии (Д. Долард, Н. Миллер, С. Розенцвейг и др.); теории социального научения (А. Бандура, Д. Зилман и пр.); теории социального влияния (Р. Смит, Р. Браун и др.) [1].

Осуществляя теоретический анализ проблемы агрессии, мы обратили внимание на неоднозначное толкование исследователями понятий «агрессия», «агрессивность», «агрессивное действие» и «агрессивное поведение».

Так, в психологическом словаре дается следующее определение агрессии: «Агрессия – это индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического ущерба либо на уничтожение другого человека или группы лиц, вызывающее у них психический дискомфорт, отрицательные переживания, состояния страха, напряженности, подавленности» [2, с. 552].

Агрессивность – это готовность к агрессивным действиям в отношении другого, которую обеспечивает (подготавливает) готовность личности воспринимать и интерпретировать поведение другого соответствующим образом (К. К. Платонов, А. А. Реан и др.). Агрессивность подразумевает ситуативное, социальное, психологическое

состояние непосредственно перед или во время агрессивного действия. Агрессивные действия – это проявление агрессивности как ситуативной реакции. Если же агрессивные действия систематически повторяются, то в этом случае следует говорить об агрессивном поведении [3, с.4].

Те или иные формы агрессии характерны для большинства младших школьников, но с усвоением правил и норм поведения эти непосредственные проявления детской агрессивности уступают место просоциальным формам поведения. Однако у определенной категории детей агрессия не только сохраняется, но и развивается, трансформируясь в устойчивое качество личности. В итоге снижается продуктивный потенциал ребенка, сужаются возможности полноценного общения, деформируется его личностное развитие.

Становление агрессивного поведения у детей – сложный процесс, в котором участвуют многие факторы. Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, а также средств массовой информации. Многочисленные исследования показали, что для семей, в которых имеются агрессивные дети, характерны особые взаимоотношения между членами семьи. Достоверно установлено, что жестокое обращение с ребенком в семье не только повышает агрессивность его поведения в отношении со сверстниками, но и способствует развитию склонности к насилию в более зрелом возрасте, превращая физическую агрессию в жизненный стиль личности.

Необходимо также отметить, что если в процессе развития ребенок не научится контролировать свои агрессивные импульсы, то в дальнейшем это грозит преимущественной ориентацией агрессивности на сверстников – в подростковом возрасте и склонностью к разгульному поведению – в юношеском [4, с. 57].

Эти факторы усилили наш интерес к поиску возможных путей и средств предотвращения или редуцирования агрессии. Перспективным для эффективного решения задачи редуцирования агрессии является вопрос о развитии эмпатии как условия, позволяющего понизить уровень агрессии и уменьшить частоту ее проявлений.

К числу давно устоявшихся принципов психологии можно отнести принцип, согласно которому все живые организмы, включая человека, не способны осуществлять две несовместимые реакции в одно и то же время. Этот основной принцип нашел свое отражение в проблеме предупреждения или управления человеческой агрессией в виде так называемой гипотезы несовместимых реакций. Согласно этой теории, можно уменьшить и гнев, и уровень открытой агрессии, вызывая тем или иным способом у людей чувства (эмоциональные состояния), несовместимые с гневом и агрессией. Несмотря на то, что

несовместимыми с чувствами гнева и открытой агрессии могут оказаться самые разные реакции, исследователи обратили особое внимание на чувство эмпатии по отношению к потенциальным объектам агрессии [5, с. 107].

Ведя себя агрессивно по отношению к другим людям, человек зачастую становится свидетелем боли и страданий своих жертв. Успешно реализованный акт агрессии в конце концов подразумевает нанесение вреда или увечий намеченному реципиенту. Какие чувства испытывают при этом агрессоры? Вполне возможно, что они переживают эмпатию – испытывают чувства, аналогичные испытываемым жертвой. В зависимости от степени эмпатии агрессора, уровень агрессии в последующих актах может быть снижен. Иными словами, в тех случаях, когда жертвы агрессии демонстрируют признаки негативных эмоциональных реакций, уровень последующих проявлений агрессии может уменьшаться. Чем выше уровень эмпатии, переживаемой участниками эксперимента, тем ниже уровень агрессии в последующих актах насилия.

Проблема развития эмпатии является одной из традиционных проблем психологии. Ее исследованию были посвящены работы таких известных философов и психологов, как Х. Спенсер, Т. Рибот, Т. Липс, З. Фрейд, Т.П. Гавриловой, И.М. Юсупова и многих других ученых. Несмотря на это, фундаментальных исследований по изучению эмпатии было немного. Исследования проходили по разным направлениям, выдвигались разные гипотезы, трактовка экспериментальных данных была неоднозначна, т. к. представители разных психологических школ не могли прийти к единой точке зрения по поводу структурных составляющих и функциональных механизмов эмпатии [5, с. 42].

Термином «эмпатия» определяется личностная черта – специфическая способность человека эмоционально отзываться на переживания другого. Одни исследователи толкуют эмпатию как процесс (Т. Пашукова); другие – как устойчивое свойство личности (Т.П. Гаврилова), как состояние (В. Винаске) [6].

Взаимосвязь аффективной, когнитивной и действенной составляющих представляет динамическую структуру эмпатии, в которой взаимодополнения компонентов определяют тип эмпатийного взаимодействия с доминированием одного из них. Соответственно, эмпатия может иметь три формы: когнитивная – первый элемент процесса эмпатии в виде понимания состояний другого без изменения своего эмоционального состояния; эмоциональная эмпатия – в виде не только понимания состояний другого, но и сопереживания и сочувствия, эмпатического реагирования; действенная эмпатия – высшая форма

эмпатии, выражающая в полной мере межличностную идентификацию, когда люди не только понимают состояние друг друга, сопереживают и сочувствуют, но и оказывают помощь [6, с. 3].

В качестве особых форм эмпатии выделяются сопереживание и сочувствие. Сопереживание – это переживание субъектом тех же эмоциональных состояний, которые испытывает другой человек, через отождествление с ним. Сочувствование – переживание собственных эмоциональных состояний по поводу чувств другого.

Причины детской агрессивности могут быть различны, но агрессивных детей объединяет одно общее свойство – невнимание к другим детям, неспособность видеть и понимать другого. Фиксированность на себе, ожидание враждебности со стороны окружающих не позволяет такому ребенку увидеть другого во всей его полноте и целостности, пережить чувство связи и общности с ним. Поэтому для таких детей недоступно сочувствие, сопереживание или содействие. Соотношение способности к сочувствию, сопереживанию и агрессивности было подтверждено экспериментально: дети, более способные к сочувствию, сопереживанию, менее агрессивны. Нами было проведено исследование, целью которого являлось подтверждение имеющейся взаимосвязи между уровнем агрессии и уровнем эмпатии. Итогом анализа теоретических и эмпирических данных исследований является предположение о том, что, развивая эмпатию, формируя эмпатийное поведение у детей с высоким уровнем агрессии, можно понизить уровень агрессии и уменьшить частоту ее проявлений [6, с. 8].

Поэтому особую остроту в свете сказанного приобретает психологическое сопровождение педагогического процесса, в том числе организация психолого-коррекционной работы со школьниками с высоким уровнем агрессивности. Одной из важнейших задач психолого-педагогического воздействия является разработка и внедрение эффективных методик, оказывающих значимое конструктивное влияние на формирование личности школьника, его сознания, самоопределения, самоидентификации, разрешение им возникающих психологических проблем и трудностей.

Таким образом, агрессивное поведение является результатом неблагоприятного социального развития, нарушения социализации, появляющейся уже на раннем этапе детства. Пока общество стабильно, трансляция социальных ценностей достаточно устойчива, социализация охватывает все процессы приобщения к культуре, обучения и воспитания. В периоды социальных кризисов, разрушения социальных механизмов многие формы социализации становятся несостоятельными.

Несвоевременное обнаружение начальных признаков агрессивного поведения и проблем в воспитании, препятствующих развитию ребенка, приводит к быстрому переходу отклонений в хронические нарушения поведения. Анализируя личность агрессивного ребенка, можно отметить, что на ранних этапах развития ядром агрессивного поведения, приведшим к неустойчивой эмоционально-волевой сферы личности, являются недостатки семейного воспитания: жестокость, замкнутость, повышенная тревожность, непринятие, отторжение или гиперопека ребенка.

Довольно эффективным способом предотвращения агрессии является индукция несовместимых реакций, то есть реакций, не совместимых с гневом или открытой агрессией. Подобные реакции и последующее ослабление открытой агрессии могут возникнуть при виде боли и страданий жертвы агрессии, в результате просмотра юмористических материалов и при умеренной эротической стимуляции. Результаты новейших исследований показывают, что индукция несовместимых реакций способна существенно ослабить конфликт в производственных условиях. В такой ситуации эффективным средством индукции несовместимых реакций может послужить скромный, но неожиданный подарок, ненавязчивая похвала и показ юмористических материалов.

#### Литература

1. Бандура А. Подростковая агрессия / А. Бандура, Р. Уолтерс. – М., 2000. – 284 с.
2. Мещеряков Б.Г. Большой психологический словарь / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – М., 2002. – 672 с.
3. Можгинский Ю.Б. Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм / Ю.Б. Можгинский. – СПб., 1999. – 218 с.
4. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности / А.А. Реан // Психологический журнал. – 1996. – № 5. – С. 3-18.
5. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции / Л.М. Семенюк. – М., 1996. – 176 с.
6. Rogers C.R. Empatic: an unappreciated way of being / C.R. Rogers // The Counseling Psychologist. – 1975. – V. 5, N 2. – P. 2-10.