

# ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЕМПАТІЇ

**Булгак Е.Д.**

**ст. викладач кафедри клінічної психології**

**ФПСР ОНУ імені І.І. Мечникова**

Об'єктом дослідження виступає здібність людини до переживання почуттів, емоцій, психічних станів іншої людини.

Предмет дослідження – емпатія, її форми, види, структура, особливості формування, розвитку та проявлення у жінок та чоловіків..

Актуальність дослідження. У сучасній психології існує багато напрацювання з проблеми емпатії. Водночас у даних дослідженнях не враховується належність людини до певної статі, що передбачає дотримання нею відповідних соціальних та міжособистісних ролей, визначає норми її поведінки, зумовлює формування та розвиток певних особистісних характеристик. Таким чином, вивчення гендерних особливостей емпатії є актуальним завданням сьогодення.

Емпатія – розуміння емоційного стану, проникнення-вчуття у пережиття іншої людини. Термін «емпатія» ввів у психологію Е.Тітченер.

Сьогодні у психології намітилися два підходи у поглядах на емпатію. З позицій першого підходу, емпатія розглядається як процес або стан (О.Сопіков, І.Юсупов, Т.Райк); для другого підходу характерним є уявлення про цей феномен як про здатність чи стійку властивість особистості (М.Муканов, В.Лабунська, О.Саннікова). У межах другого підходу існує потяг по-різному ставити акценти у визначенні терміну «емпатія»:

- дехто розглядає її в контексті моральних почуттів (Т.Гаврилова, Ю.Гільбух, В.Шадриков);
- інші дослідники акцентують увагу на тому, що емпатія відіграє центральну роль у гармонізації міжособистісних стосунків (В.Абраменкова, В.Агеев, Ю.Гіпенрейтер);

- хтось вважає її джерелом альтруїзму, підтримуючої поведінки (Є.Льїн, В.Колпачников, М.Яницький).

На думку Т.Василишиної, емпатія є особливою здатністю суб'єкта до відбиття емоційних переживань внутрішнього світу іншої людини, що дозволяє партнерам досягати взаємоузгодження позицій, взаємопорозуміння та здатності обирати у відповідності з цим спільні засоби само- і взаєморегуляції у процесі міжособистісної взаємодії [3, с.42].

«Емпатія – це проникнення-вчуття в переживання іншої людини, осягання емоційного стану, так вважає С.Головін. Здатність індивіда до паралельного переживання тих емоцій, що виникають у іншого індивіда в ході спілкування з ним. Розуміння іншої людини шляхом емоційного «вчуття» в її переживання». Автор поділяє емпатію на: когнітивну, що базується на інтелектуальних процесах – порівняння, аналогія тощо; предикативну, що проявляється як здатність передбачати афективні реакції іншого в конкретних ситуаціях; емоційну, засновану на механізмах проекції та наслідування моторних та афективних реакцій іншого.

За даними Т.Василишиної, розуміння дослідниками феномена емпатії має певні розбіжності, головними з яких є такі:

1. емпатія – це афективний процес, переживання емоційного стану іншої людини у відповідь на її емоційну поведінку (В.Бойко, М.Левітов);
2. емпатія – це пізнавальний процес, тобто процес розуміння внутрішнього світу іншої людини, здатність прийняти позицію, роль, перспективу іншого;
3. емпатія – це складний емоційно-пізнавальний процес;
4. емпатія – це взаємодія афективних (емоційних), когнітивних (пізнавальних) і конативних (поведінкових) компонентів (Н.Алкіна, Я.Коломінський, С.Кондратьєва) [3, с.69].

Емпатія перш за все проявляється під час спілкування і міцно пов'язана з психологічними та емоційно-пізнавальними якостями індивіда. Емоційна природа емпатії виявляється в тому, що ситуація іншої людини не стільки продумується, скільки відчувається. Отже, розуміння іншої людини відбувається завдяки емоційному сприйняттю її внутрішнього стану, а не раціонально.

Емпатія допомагає встановити емоційний контакт, робить поведінку людини соціально зумовленою, сприяє збалансованості міжособистісних стосунків.

Форми емпатії залежать від характеру та типу міжособистісних відносин. Когнітивна емпатія проявляється тоді, коли процес спілкування містить інтелектуальні компоненти, і вони намагаються співпереживати партнеру, порівнюючи його поведінку зі своєю або шукаючи схожі ситуації у своєму минулому житті. Емоційна емпатія базується на наслідуванні почуттям та реакціям співрозмовника. Найвищою формою емпатії є дієва, яка характеризує моральну сутність людини та полягає у практичній допомозі іншому [3, с.82].

Гендер – це соціально біологічна характеристика, за допомогою якої люди дають визначення поняттям «чоловік» та «жінка». Вперше поняття «гендер» застосував в 1968 році американський психолог Столлер. У перекладі він означає «стать». Поняття «гендер» містить, в першу чергу, соціально-психологічні погляди стосунків чоловіків та жінок, юнаків і дівчат, хлопчиків і дівчаток. Гендерні установки залежать від культури і епохи.

У загальному значенні, затверджено визнавати, що стать – це анатомічна та біологічна різниця між жінками та чоловіками, а гендер свідчить на психологічні, соціальні, культурні та інші відмінності, запроваджені традиціями і залежними від біологічних причин. К. Міллер і К. Свіфт зазначали: «ризикуючи занадто спростити пояснення, можна сказати, що стать – це біологічні дані, а гендер – соціальне придбання». [2, с. 24].

Гендер знаходиться між постійним впливом соціальної інформації, яка навіює людям, наскільки значна різниця між жінками та чоловіками, і культурних норм, які визначають, що мають робити чоловіки, а що – жінки. Диференціальна соціалізація процес, під час якого ми вивчаємо, що є речі, які властиві одним і не притаманні іншим, в залежності від статі учня.

Диференціальну соціалізацію можна спостерігати ще до народження дитини. Це бажання батьків і навколишніх знати, хто ж народиться дівчинка чи хлопчик, адже від цього багато що залежить: ім'я, який одяг та іграшки будуть купувати, як будуть виховувати.

В 3 роки діти упевнено відносять себе до жіночої або чоловічої статі (відбувається гендерна ідентифікація). Діти починають бачити, що чоловіки і жінки по різному виглядають, займаються різною діяльністю і цікавляться різними речами. Як тільки дитина розпочинає звертати увагу на відмінності між жінками і чоловіками у неї зазвичай появляється підвищена зацікавленість до рольових моделей, спричинена прагненням бути найкращою дівчинкою чи хлопчиком. Диференціальне наслідування пояснює, чому жінкам подобається ходити по магазинах і готувати їжу, а чоловіки часто цього уникають. Дитина росте і бачить, якими жінка займається справами і якщо дитина – дівчинка, то це буде цікавити її набагато більше, ніж, якби на її місці був хлопчик. Гендерно-рольова соціалізація – це процес, що триває протягом усього людського життя, він відображає мінливі обставини і новий досвід [2, с. 36].

Існують багато факторів, котрі мають вплив на гендерно-рольову соціалізацію людини, розпочинаючи вже від самого народження та на протязі усього життя. Різниця в агресивній поведінці виявляється на ряду найбільш достовірних гендерних відмінностей. Існують декілька факторів, від яких залежить, хто більш агресивний жінка або чоловік: конкретна ситуація, тип агресії та гендер учасників конфлікту. Різниця в агресії може трактуватись гендерними ролями, які спонукають прояв чоловіками агресії у деяких формах, в той час як агресивність у жінок не вітається. Чоловіків часто змушують до агресії навколишнє середовище, ставлячи під вагання їх самоповагу або суспільне становище. Жінки навпаки переживають збентеження, коли потрібно проявляти агресію перед іншими. Чоловіки надають перевагу ролям, де необхідний прояв агресії (наприклад, бокс, служба в армії), натомість для багатьох жінок агресивність є недоречною (наприклад, листоноша, кухар) [5, с. 79].

Загальноприйняті стереотипи містять в собі ідею про наявність множинних гендерних відмінностей в емоційності і сфері емпатії. Ш. Берн зауважує, що жінки, на відміну від чоловіків, більш вразливі до почуттів оточуючих та краще виражають емоції. Вірно, розуміння того, що жінки більш емоційні, ніж чоловіки, є однією з найбільш примітивних знахідок в результаті вивчення гендерних стереотипів. Так

мужність частіше за все пов'язують з автономністю, успіхами та поривання до контролю – причому такого, де на першому місці здатність впливати на усвідомлене приховування або вираження власних почуттів. Жіночність асоціюється з прагненням до об'єднання, активним вираженням своїх почуттів та міжособистісною комунікацією, різниця в рівні емпатії проявляється тільки тоді, коли в експерименті випробовувані чоловіки мають повідомити, наскільки вони прагнуть бути емпатійними, тобто представникам чоловічої статі властиво приховувати свої почуття, ніж жінкам.

Аналізуючи дослідження Р. Орме, можна дійти до висновку, що не дивлячись на відсутність різниці між чоловіками і жінками за загальним рівнем коефіцієнта емоційності (EQ), жінки показують високий рівень за міжособистісним показником емоційного інтелекту (соціальна відповідальність, емоційність, міжособистісні стосунки). Чоловіки мають перевагу здібності до управління стресом (контроль імпульсивності, стресостійкості), внутрішньо особистісні дані (здатність відстоювати свої права, самоствердження) та адаптованість (вирішення проблем, визначення правдоподібності). Тобто, жінки на відміну від чоловіків, є більш обізнаними про емоції, проявляють більшу емоційність, у них формуються значно сприятливі міжособистісні стосунки, та вони діють з більшою соціальною відповідальністю. Чоловіки ж, навпаки, проявляють більшу самоповагу, ліпше справляються зі стресом, значно незалежні, краще вирішують проблеми, більш оптимістично налаштовані [1, с. 64].

З дитинства хлопчики пориваються до незалежності: намагаються відділитись від вихователя, частіше від матері вони переконують свою індивідуальність. Дівчаткам більш характерна взаємозалежність: вони виявляють власну індивідуальність у своїх соціальних контактах. Для ігор хлопчиків властива групова діяльність. Ігри дівчаток здійснюється у малих за розмірами групах. У дорослих взаємовідносинах ці гендерні відмінності проявляються глибше. Під час розмов чоловіки зазвичай роблять акцент на завданнях, жінки - на відносинах між людьми. У групах розмови чоловіків зазвичай інформативні; жінці ж важливіше надати підтримку, поділитися з подругами, отримати допомогу. Чоловіки прагнуть до

професійних справ, які посилюють дисонанс (фахівець в області реклами, прокурор); жінки, навпаки, віддають перевагу справам, які зменшують дисонанс (благодійництво, адвокат) [4, с. 59].

С. Вальчевська вважає, що поясненням такої різниці в емпатії чоловіків і жінок є факт, де жінки зазвичай краще тлумачать емоції оточення. Провівши аналіз результатів 125 експериментів, котрі досліджували сенситивність жінок та чоловіків по невербальним характеристикам, виявили: в основному жінки мають перевагу над чоловіками у декодуванні емоційних повідомлень, які надходять від оточуючих. Наприклад, після демонстрації двох секундного уривка німого фільму, де було показано засмучене обличчя героїні, жінки більш точно з'ясували, що відбувалося - обговорювала вона своє розлучення або критикувала когось. Чутливість жінок до знаків невербального спілкування допомагає з'ясувати їх значну емоційну чуйність під час радісних та сумних ситуаціях. Жіноча чутливість не вічна властива гендерна ознака. Скоріше за все, вона є відгуком на соціальні очікування обох статей та реакцією на умови певної життєвої ситуації. Жінки більш спритні в невербальному прояві емоцій, особливо позитивних емоцій. В експерименті людей просили пригадати ситуацію, коли вони відчували печаль, злість та щастя. Передивляючись згодом п'яти секундні відрізки зйомок цих сюжетів з вимкненим звуком, дослідники більше розуміли по міміці жінок, що йдеться про щось щасливе. Чоловіки, трохи краще проявляли злість.

Різницю емоційності між жінками і чоловіками можна аналізувати на декількох рівнях. На першому рівні ми маємо діло зі спроможністю розуміти емоційні стани інших (емпатія) і умінням проявити це розуміння (емпатійна експресія). На другому рівні нас цікавлять переживання самою людиною власних емоцій (емоційні переживання) та її способи ці емоції демонструвати (емоційна експресія)

Як демонструють дослідження, чоловіки спроможні розпізнавати почуття інших і внутрішньо співпереживати їм не гірше за жінок, але вони зацікавлені в тому, що б навколишні не помітили цього в їх поведінці. Чоловіки не прагнуть, що б навколишні бачили їх емпатійними, так як це не властиво їхній гендерній ролі.

Чоловіки нерідко потрапляють в ситуації, де від них вимагають прагнення до змагання, незалежності, владності, прояву сили, а ці якості не поєднуються з емпатійною чуйністю. За результатами досліджень жінки і чоловіки володіють рівною емоційністю, але проявляють свої емоції з різною мірою інтенсивності. Емоційна жорстокість, визнана однією з найважливіших ознак «справжнього чоловіка». Дорослі жінки більше проявляють почуття направлені на оточуючих (прояв інтересу до їхніх почуттів, їх потребам, бажанням). Чоловікам ж навпаки більш характерні егоцентричні почуття. [4, с. 84].

Висновок. Говорячи про відмінності між чоловіками і жінками, можна стверджувати, що жінки краще виражають емоції і більш сприйнятливі до почуттів оточуючих (емпатійні), ніж чоловіки. Жінки, як правило, більш дбайливі, демонструють більше емпатії та емоцій, оцінюють себе з точки зору відносин між людьми. Чоловіки не бажають, щоб оточуючі бачили їх емпатійними, тому що це не відповідає їх гендерній ролі. Турбота і ласка – це важливі властивості жіночої гендерної ролі. Отже, чоловіки не гірше жінок здатні визначати почуття інших і внутрішньо співпереживати їм, але вони зацікавлені в тому, щоб оточення цього не помітило.

### Література

1. Андреева И.Н. Гендерные различия в сфере эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2004. - № 1. – 120 с.
2. Берн Шон. Гендерная психология / Ш. Берн. – СПб.: Питер, 2001. – 386 с.
3. Василишина Т.В. Емпатія як фактор ефективності педагогічного спілкування: Дис.. канд. психол. наук / Т.В. Василишина. – К., 2000. – 230 с.
4. Гапова Е.И. Антология гендерной теории / Е.И. Гапова, А.Р. Усманова. – Мн.: Прописи, 2000. – 384 с.
5. Генегга А. І. Аналіз проблеми вивчення емпатії у психологічній літературі та її роль у професійному становленні психолога-практика / А. І. Генегга // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. - 2012. - Вип. 36. –280 с.