

Секция «28.11 Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

Переживание за другого: различие эмпатии и представление о его переживаниях

Научный руководитель – Орлов Александр Борисович

Погудин Егор Витальевич

Студент (магистр)

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Факультет социальных наук, Москва, Россия

E-mail: pogudinegorka@mail.ru

Переживания – это та часть внутреннего мира человека, без которой не обходится ни один человек. Человек может испытывать переживания относительно себя или своего близкого окружения, глубоко понимая их чувства. Эти переживания изначально касались так или иначе его напрямую, а затем становились его частью и начинали жить в нем. Но почему у человека возникают переживания относительно людей, с которыми он лично не знаком и не видел их, можно лишь только догадываться, что они существуют и испытывают страдания. Тогда на что направлены переживания человека в такой ситуации: на внутренний мир, которого он не знает или же на свои представления о боли другого?

В случае переживаний, возникших в связи с собой, человек абсолютно понимает свою же боль. Когда мы говорим о людях близких или знакомых человеку, то при общении он также может понять чужие чувства через эмпатию, как процесс глубокого проникновения во внутренний мир человека для понимания его чувств и смыслов (Роджерс, 1968), а также понимания переживаний, как собственных (Роджерс, 2001). Где важнейшей частью являются отношения, человек входит в отношения с Бытием другого (Ли, 2012). При таких размышлениях мы можем представить себе переживания эмпатирующего человека в ответ на переживания другого. Данные переживания могут возникнуть откликом на боль другого и быть названными со-чувствием, со-переживанием, жалостью или другими возможными словами. Но это не отменяет факта переживаний внутри человека в ответ на понимание чувств внутри другого.

Описанные переживания уже были изучены и рассмотрены с точки зрения консультирования для возможности работы с ними. При этом немного затронутая вариация переживания не была описана для работы – переживания о тех, чей внутренний мир недоступен для отношений с ним. Благодаря чему люди, знающие лишь события, происходящие с ними, испытывают переживания о боли незнакомых? Являются ли это теми же переживаниями, что и случаях выше? Отличается ли консультативная работа с такими клиентами?

Возможно, мы имеем дело с опосредованными переживаниями, возникшими не в случае контакта через эмпатическое понимание, а через представление о чувствах других. Вбирание в себя множество смыслов различных явлений жизни через свой опыт, человек приходит не к констатации действительности, а к обращению своего опыта, своего представления о происходящем или произошедшем (Мерло-Понти, 1999). В таком случае, чтобы перешагнуть свою призму видения мира, можно использовать эмпатию, как переход к миру другого человека для понимания его взгляда. Но в нашем случае мы упускаем эмпатию поскольку у человека нет возможности понять чувства другого. Тогда его переживания образуются на почве его представлений.

Вместе с тем все переживания человека возникают на основе его представлений о происшествиях, случившихся с ним. Однако в нашем случае человек испытывает переживания о другом человеке, предполагая, что понимает его мир, но на самом деле понимая свое представление о его чувствах.

Тогда возникает вопрос с чем должен работать психотерапевт в таком случае? Переживания, направленные за другого, не имея понимания этого другого. Возможно, сам другой не так сильно переживает за то, что с ним происходит, по сравнению с представляющим о его переживаниях. Такие переживания за других возможно могут превратиться в неразрешимую тревогу, за неимением цельного объекта, который бы мог быть точкой отсчета для эмоционального состояния переживающего.

Данные переживания актуальны в нынешних мировых конфликтах, когда новостные сводки могут доходить до любой точки планеты о состоянии другой части мира, что может провоцировать представления о страданиях других, что влечет за собой переживания. Поэтому, на основании изложенного выше предполагается проведение исследования, направленного на изучение различий в эмпатических переживаниях и переживаниях, основанных на представлениях о страданиях незнакомых людей.

Источники и литература

1. Ли Р. Эмпатия – это не сочувствие // Журнал практического психолога, 2012, 4, 30-33.
2. Мерло-Понти М. Феноменология восприятия / Пер. с франц. под ред. И.С. Вдовиной, С.Л. Фокина. — М: «Ювента», «Наука», 1999. — 608 с.
3. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: Издательская группа «Прогресс-Универс», 1994.
4. Роджерс К. Клиентоцентрированный/человекоцентрированный подход в психотерапии / Пер. с англ.: А. Б. Орлов, Э. В. Матюхина, А. Ю. Шевелева // Вопросы психологии. 2001. № 2. С. 48-58.

Источники и литература

- 1) Ли Р. Эмпатия – это не сочувствие // Журнал практического психолога, 2012, 4, 30-33.
- 2) Мерло-Понти М. Феноменология восприятия / Пер. с франц. под ред. И.С. Вдовиной, С.Л. Фокина. — М: «Ювента», «Наука», 1999. — 608 с.
- 3) Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: Издательская группа «Прогресс-Универс», 1994.
- 4) Роджерс К. Клиентоцентрированный/человекоцентрированный подход в психотерапии / Пер. с англ.: А. Б. Орлов, Э. В. Матюхина, А. Ю. Шевелева // Вопросы психологии. 2001. № 2. С. 48-58.