

ЭМПАТИЧЕСКИЕ ПРОФИЛИ ЛИЧНОСТИ ЛЮДЕЙ: ОТ ЛОЖНОГО ДО ИСТИННОГО.

(Отрывок из мини – семинара)

*Алла Баркан,
Доктор медицинских наук,
профессор.*

В последнее время качество эмпатии, если можно так выразиться, как правило, определяется по эмпатическому профилю личности человека.

Под этим профилем обычно подразумевается устойчивое личностное образование, сочетающее в себе: **вид** эмпатии; **мотивы**, вызывающие эмпатию; а также **реализацию** в процессе общения с другими людьми в повседневности особенностей своего эмпатического поведения.

По мнению ряда исследователей, эмпатию можно рассматривать, как один из факторов мотивации в становлении личности человека.

В связи с этим, на основании источника мотивации эмпатии, можно выделить ряд эмпатических профилей личности, классификация которых приводится ниже.

1. **Внешний эмпатический профиль** – характеризуется проявлением эмпатии человека на его сознательном уровне, адекватно ситуациям и событиям жизни.

При внешнем эмпатическом профиле человек понимает, что полноценное общение подразумевает также и эмпатию с сочувствием и состраданием. Эмпатия к другим людям порождает эмпатию этих других к тебе, когда ты начинаешь в ней нуждаться. Иначе говоря, речь идёт об эмпатии на уровне норм взаимности.

Когда 14 летнего Серёжу спрашивают – почему он по малейшему поводу и без повода сочувствует и сострадает своим знакомым и друзьям, и даже тогда, когда эмпатию проявил уже кто-то другой, он не скрывает, что так зарабатывает своеобразные дружеские бонусы. А бонусы ему могут понадобиться в дальнейшем потому, что если с ним что-то случится, то тот человек, которому он когда-то помог, вспомнит об этом, и не оставит его в беде.

Таких знакомых «друзей» иметь просто необходимо, - делиться он своей мудростью жизни во время ответов на вопросы, не сознавая, что истинный друг поможет ему не как должник, а как настоящий друг.

Но, к сожалению, несмотря даже на бонусы, истинных друзей у Серёжи нет, а в искренность его эмпатии, хотя он и сознательно эмпатирует друзьям, никто просто не верит.

2. **Внутренний эмпатический профиль** - характеризуется тем, что человек, как магнит, притягивает к себе всех нуждающихся в его эмпатии, благодаря умению не просто слышать, но и слушать, выслушивая.

Несмотря на то, что такое общение может утомлять носителя этого профиля, он никогда не откажется от него, находя в этом почву для самореализации и самоутверждения, хотя бы на бессознательном уровне.

У Кати в её десять лет большие проблемы с эмпатией, потому что она постоянно, не связывая это ни с чем, попадает в какие-то ситуации, в которых просто необходимо сочувствовать и сострадать. Ну, например, когда без её помощи одноклассникам грозят двойки. Чтобы этого не случилось, Катя даже готова дать списать им своё решение тестов, несмотря на то, что если учитель обратит на это внимание, то двойка появится и в её дневнике.

Она научилась слушать не только разговаривающих с ней, но и обрывки разговоров кого-то с кем-то, по которым судит, что человеку надо помочь. Судит и помогает, удивляя этим своих ровесников, которые не всегда, в самом деле, нуждаются в чьей-то помощи. А, зная, об этих особенностях девочки, временами просто манипулируют её отзывчивостью, надсмехаясь над Катей, а вернее её чертой характера – «всегда готова - помочь». Но Катя не обижается на эти насмешки, продолжая сочувствовать и сострадать всем своим одноклассникам, даже по самому малейшему поводу.

Когда мы попытались понять вместе с девочкой – почему она так отличается от своих сверстников, то прямого ответа на этот вопрос не нашли. Но когда Катя начала рисовать ряд рисунков на темы, которые я ей давала, то для меня всё прояснилось - потому что..., потому что, благодаря этой эмпатии, происходит самореализация девочки, пускай даже и на бессознательном уровне, о чём вряд ли догадывается она даже сама.

Не имея особых талантов и, боясь, что ей нечем привлечь к себе сверстников, Катю в прошлом году потряс эпизод с её одноклассником, которому девочка просто дала списать правильное решение трудной задачи. Мальчик был так ей благодарен, что на следующий день угостил шоколадкой. И, вот именно эта шоколадка, навела тогда Катю на мысль, что сочувствие и сострадание, о которых твердили ещё в детском саду, может ей принести удовольствие и помочь тем, кто в этом нуждается.

Кроме этого, Катя, сочувствуя и сострадая ровесникам, привлекает к себе их внимание, с ней считаются одноклассники. И всё это - так здорово!

-
- 3. Компенсаторный эмпатический профиль** - наблюдается у людей с чувством или комплексом неполноценности, проявляющихся в общении их с другими людьми. Носители этого профиля сочувствуют и сопереживают нуждающимся, пытаясь этим компенсировать свои проблемы в общении, например, из-за застенчивости, неуверенности в себе, сниженной самооценки и т.д.

При помощи этого профиля носитель его, хоть и бессознательно, но ищет способы и пути более успешной и полноценной коммуникации с другими людьми.

Шестилетний Боря никак не может научиться выговаривать букву «р». Когда мальчик всё же пытается говорить слова с этой буквой, дети в группе начинают смеяться, ну, конечно же, не над буквой «р», а над ним самим. Боре очень обидно, но пока с буквой «р» ему никак не справиться, хотя мама и водит его на занятия к какому-то логопеду. Если бы Боря мог не ходить в детский сад, он бы ждал и дождался, когда, наконец, сможет выговорить эту букву. Но в семье все работают. Одному оставаться нельзя. Так что надо терпеть все насмешки ровесников.

Но неделю назад неожиданно всё изменилось. Боря просто помог подняться с земли мальчику с его группы, Артуру, который упал. Посадил его на скамейку и, как мама, когда – то учила его, стряхнул пыль с джинсов мальчика. Артур долго смотрел на него, а потом предложил: «Давай, Боря, дружить!»

А когда у детей появился вновь повод посмеяться над Борей, Артур сразу вступился за друга.

И теперь Боря ждёт только поводы, чтоб кому-то помочь из ровесников. Тот упал, тот ударился, того обзовали, обманули, обидели...

Оказалось, что в жизни любого ребёнка бывают моменты, когда надо помочь. Но не каждый умеет помочь. А вот Боря теперь научился.

- 4. Дезинтеграционный эмпатический профиль** – человек, имеющий этот профиль, может чем-то напоминать заслуженного артиста, не просто входящего в свои новые роли, а вживающегося в них так, что потом путающего себя со своим вымышленным героем. Владелец такого профиля в перманентном состоянии эмпатии, растворяя себя в другом, как чеховская «Душечка», теряя своё собственное «Я».

Это профиль людей, вечно ищущих свою идентичность, и путающих её с идентичностью других.

Какая на самом деле двенадцатилетняя Ася, понять трудно ей даже самой, потому что сегодня она ощущает себя Инной из параллельного класса, а вчера была Верой – своей лучшей подругой с детских лет. И хотя она всё же не Инна и Вера, Настя, Оля и даже Андрей, но когда им сочувствует, то входит настолько в их роли, что путает – это с ней происходит самой или с кем-то из них.

Вчера Вера сказала ей по мобильнику, что отец накричал на неё из-за двойки по алгебре, угрожал, что пока не исправит, то не пустит её вместе с классом в кино, а кино просто клёвое. Вера лишь говорила, а Ася расплакалась, представляя, как это обидно подруге. Она даже решила купить DVD с этим фильмом для Веры, а во сне ей мерещилась её подруга, грустная и обиженная на отца.

Мама с Асей ходила к психологу. Маму очень волнует, что Ася не живёт своей жизнью, живя жизнью других, помогая решать им проблемы, забывая совсем о своих.

Правда, мама считает, что из всех проблем дочери, - главная лишь одна: что она – не она, что она – это Инна, Вера, Оля и Настя, но не Ася, которой обязана быть...

Теперь Ася пытается вместе с психологом превратить себя в Асю, стать самой собой. Ведь нельзя же всю жизнь прожить за других. Но пока она может жить лишь только так.

5. Ложный эмпатический профиль свойственен людям, проявляющим свою эмпатию только в нужное время, при нужных обстоятельствах, и по отношению лишь к нужным людям.

Это профиль человека, умеющего одновременно приспосабливаться и к добру, и к злу. Главное, чтобы его любили, и ценили бы его общение. Однако, интуиция тех, кому носитель этого профиля высказывает эмпатию, подсказывает им, что сочувствие и сострадание такого человека вряд ли искреннее, заставляя отказываться их от его помощи.

В то же время люди с этим профилем личности постоянно надеются на благодарность за своё желание помочь. У таких людей, как правило, неадекватная самооценка, и им нравится пускать всем пыль в глаза, демонстрируя свою успешность остальным, вознося себя буквально до небес, хотя ходят только по земле.

Девятилетняя Настя без конца задаёт своей маме вопросы, пытаясь понять – какая её мама на самом деле: хорошая или плохая, хотя, конечно, её мама самая лучшая на свете. Но... почему-то она всё время разная, и то, что вчера говорила, утешая соседку, сегодня уже критикует, сочувствуя кому-то другому.

Например, мама не терпит собак и не разрешает играть с ними Насте. Но когда недавно у маминой знакомой потерялась собака, она, бросив все свои дела, поехала к ней, чтоб утешить. Настя тоже поехала с мамой, пообещав ей, не вмешиваться в их разговор с тётёй Киной. Но, услышав, как мама, утешая подругу, хвалила собачью преданность и верность, говоря, что она понимает, как тётёе Кире больно, потому что собака лучший друг человека, ей не верилось, что это слова её мамы. И чтобы не вмешиваться в разговор взрослых из-за желания рассказать тётёе Кире, что её мама не терпит собак, Настя решила подождать маму на улице.

Во дворе какой-то мальчик играл с маленькой собачкой. Настя попросила у него разрешения поиграть тоже, но мальчик сказал, что собачка не его, а соседки. Просто он с ней любит играть. Даже отводил её сегодня к себе домой, чтобы покормить пельменями, которые бабушка сварила для него перед тем, как уехала в гости к своей подруге.

Дети бегали за собачкой, собачка бегала за ними. Потом Настя взяла её на руки. Но в этот миг из подъезда вышла её мама. И, увидев, дочь с собакой на руках, закричала – брось на землю эту пакость, ты же знаешь, как я ненавижу их.

Мама Насти кричала с такой злостью, что собака залаяла на неё, несмотря на всю свою миролюбивость.

- Ласточка, моя! Ласточка, моя! – вдруг послышался голос тётёи Киры. Она выбежала из подъезда и помчалась к Насте.

– Ласточка, моя! Ты, наконец, нашлась... Я услышала твой лай...

- Я же говорила вам, что о собачьей верности и преданности ходят мифы и легенды, - тут же изменила своё мнение о «пакости» мама Насти. - Я же говорила вам, что Ласточка вернётся.

Но тётёя Кира почему-то не ответила ей. То ли, забыв от радости обо всём на свете, то ли уловив часть разговора мамы с Настей.

А когда, ничего не понимающая Настя, решила всё же уточнить у мамы, почему она обманывала тётёю Киру, говоря неправду о своей любви к собакам, мама тут же объяснила ей, что тётёя Кира - мать её начальника, а с такими людьми надо вести себя по-особому. И вообще, Настя ещё маленькая, чтобы понять это. Правда, Настя уже поняла, что сочувствуют и сострадают каждому по-разному: если тебе нужен этот человек, то так..., если он тебе не нужен – то немного по-другому...

К сожалению, мама девочки преподносит ей безнравственные уроки нравственности. Люди с ложным эмпатическим профилем чаще всего относятся к так называемым «социальным хамелеонам», о сущности которых говорит это

название. А так как «социальные хамелеоны» пытаются завуалировать свою хамелеонность, то, когда они зависят в чём-то от какого-то человека, никто теплее их не проявляет свою эмпатию ему в нужное время и в нужной ситуации. Как только подобная зависимость исчезает, многие из них без зазрения совести забывают даже имя этого человека.

А мы теряемся в догадках – ну, почему, когда ты нужен тому или иному человеку, то временами даже устаёшь от их заботы. Когда же эти люди не нуждаются в тебе, то забывают даже про твой день рождения.

Как хорошо, что всё-таки не все из окружающих нас в разных ситуациях людей, имеют ложный эмпатический профиль личности. Однако, как нам распознать подобных «социальных хамелеонов» прежде, чем они влезут в душу. Но, если вам понятен этот профиль, то рано или поздно эти люди сами выдадут себя.

6. Дефицитарный эмпатический профиль – следствие детства, лишённого любви. Носителям этого профиля эмпатия не знакома. Они не знают, что это такое. Им просто никто, никогда не сочувствовал и не сострадал.

Сочувствие и сострадание у этих людей вытесняют агрессия и жестокость. Общение их ограничено. Друзей заменяет одиночество. Всему этому часто сопутствуют всевозможные отклонения в поведении.

Шестилетний Рома уже три месяца ходит в детский сад, переехав жить к бабушке, но до сих пор дети не любят его. А не любят, потому что он говорит плохие слова, обзывает дошкольников и любые проблемы готов разрешать кулаками.

На занятии по эмпатии в детском саду он всё время лишь ухмылялся, и сказал воспитательнице, что она не права, утешения не помогают. Если кто-то упал, пусть поплачет, если вдруг укусила собака – надо бросить в неё большой камень, чтоб ударил как можно сильнее, и тогда станет легче тому, кто бросал этот камень.

Воспитательница никак не могла понять, почему Рома так агрессивен. Она несколько раз пыталась выяснить всё об этом у бабушки мальчика, пока та не поведала ей историю жизни Ромы. Рома – сын её сына, который спился с первых лет появления Ромы на свет. Мама Ромы боялась своего мужа и воспитывала ребёнка так, как он велел. А как может воспитывать сына опустившийся, спившийся и недовольный своей мрачной жизнью мужчина. Только лишь тумаками, ремнём, обзыванием. Кроме этого, мальчик весь день сидел дома с агрессивно настроенной матерью, потому что она не работала, и семья жила только подачками мужа.

Приехав несколько месяцев тому назад к сыну, который жил в другом городе, бабушка просто не узнала своего внука. Он стал злым и безжалостным. И когда она, готовя обед, нечаянно порезала палец, Рома вместо того, чтобы пожалеть её, как было раньше, лишь рассмеялся. Рассмеялся и упрекнул её в том, что она в свои годы до сих пор не научилась резать морковь.

А когда бабушка попросила Рому, принести ей зелёнку, он ответил ей – «Ничего не случится, если будет течь кровь», - и вышел во двор.

Этот поступок так напугал бабушку, что она решила забрать внука на время к себе. А родителям мальчика объяснила, что ему скоро в школу, а он к ней не готов. Подготовить его смогут в детском саду в её городе, потому что в том месте, где сейчас живёт сын, очередь в детский сад на «сто лет» ...

И теперь она делает всё для того, чтобы сердце ребёнка немного оттаяло, но пока это плохо ей удаётся.

В данном случае, история жизни мальчика свидетельствует о том, что для появления у него дефицитарного эмпатического профиля личности имеются веские причины.

7. Истинный эмпатический профиль – это профиль людей с истинной эмпатией, которая проявляется всегда и везде, когда кому-то надо помочь, превратившись в потребность этих людей и мотив для оказания помощи.

Носители этого профиля всегда рядом с теми, кто нуждается в сострадании и сопереживании, или же с кем можно разделить радость. Помимо

эмпатии таким людям свойственны и другие качества личности, свидетельствующие об их порядочности.

Да, истинный эмпатический профиль личности, по моему мнению, – эталон порядочности человека.

Четырнадцатилетняя Лера всегда приходит всем на помощь, иногда даже в ущерб себе. Но она не считает, что в ущерб, потому что убеждена, что если кому-то ты нужен в трудный момент его жизни, то это уже тоже может стать одним из смыслов твоей жизни.

Одноклассникам её психологию трудно понять, но, тем не менее, они все хотят с ней дружить, потому что в ней есть что-то особое, не подвластное каждому. В то же время, действительно, как можно понять, ну, хотя бы такую ничем не оправданную жертву Леры...

После дня рождения Леры в классе знали, что деньги, которые ей подарили родители, нужны для покупки планшета. И Лера лишь только ждала, когда её папа вернётся домой из длительной командировки, чтоб вместе они пошли в магазин.

Вчера класс, в котором учится Лера, облетела вдруг новость, что их однокласснику Гоше уже второй день угрожают какие-то хулиганы за то, что он украл у них деньги. Но Гоша не крал, и все это знают. Его подбивали на днях старшеклассники, украсть у прохожей деньги, а он отказался.

Теперь ему мстят хулиганы, придумав подобную версию о краже их денег. Не просто мстят, требуют, чтобы вернул огромную сумму, иначе – он сам не узнает себя.

Об этом вчера проболтался друг Гоши Артём, добавив, что больше, чем тех хулиганов, его друг боится отца, поэтому дома не знают про деньги. Но где достать нужную сумму ему, он даже не предполагает. А если её не найдёт, что сделают с ним хулиганы – вопрос. Лишь знает - придётся не сладко.

Услышав про Гошу, Лера мгновенно предложила всем сброситься, чтобы помочь однокласснику, ведь деньги нужны были срочно. Все сбросились..., но денег лишь кот наплакал. У школьников только карманные деньги, а это всего-навсего только мелочь...Но Лера уже предлагала Артёму (Гоша боялся выходить из дома и в школу не пришёл) пойти к ней домой за деньгами, которые есть у неё для планшета. В конце концов, планшет купить можно позже.

А когда одноклассники предупредили её, что это «позже» может превратиться в никогда, если Гоша не расскажет всё родителям, поэтому - пусть из этой ситуации выбирается сам, она возмущенно ответила, что никогда не думала, что вокруг неё такие чёрствые и неотзывчивые люди. Их друг в беде, а они его осуждают. Осуждают тогда, когда он нуждается в помощи, а не в осуждении.

Так Лера осталась без планшета, но Гошу выручила. И это норма её жизни. Леру не переделаешь, она такая. Да и родители её такие. Они не осудили дочь и

не ругали Леру за огромную сумму денег, сказав, что деньги – дело наживное, а жизнь человека надо вовремя спасти. Так что понятно, кому Лера подражает.

* * *

Мы остановились на наиболее распространённых эмпатических профилях личности, но чаще всего человеку свойственно сочетание нескольких вариантов профилей. В то же время, не все варианты сочетаемы. Например, ложный эмпатический профиль не способен сочетаться с истинным эмпатическим профилем личности.

Как родителям, так и воспитателям дошкольных учреждений, и учителям желательно знать об особенностях своего эмпатического профиля личности. И если он у них «ложный», то таким взрослым вряд ли можно вырастить эмпатичного ребёнка.

Но если родителей не выбирают, то воспитателей и педагогов можно менять. В тех случаях, когда вы хотите работать с детьми, или уже работаете с ними, постарайтесь понять - насколько эмпатичны вы сами, и что возможно предпринять, чтобы ваш эмпатический профиль личности смог приблизиться к истинному эмпатическому профилю личности.

Я бы не рекомендовала людям с дефицитарным и ложным эмпатическим профилями личности работать с детьми. В то же время и носителям дезинтеграционного эмпатического профиля надо задуматься – как своё запредельное сострадание превратить в нормальный эмпатический отзыв, сохраняя своё лицо. Ведь реально помочь нуждающемуся в этой помощи в наиболее критические моменты его жизни может только более сильная личность, а не личность, растворённая в проблемах людей, нуждающихся в эмпатии.

Посмотрите ещё раз главные характеристики эмпатических профилей личности.

Если Ваш профиль личности приближается к истинному эмпатическому профилю, обучить ребёнка эмпатии вы сможете без труда. Ведь ребёнок учится, подражая.

А если нет...Постарайтесь сделать всё зависящее от вас, чтоб поменять свои

взгляды на сопереживание и сострадание. Нет, нет, не на жалость, а сопереживание и сострадание.

Вспомните случай из своей собственной жизни, когда чьё-то сочувствие вам помогло. Постарайтесь вести себя по тому «образу и подобию».

* * *