

ВИВЧЕННЯ ЗДАТНОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕМПАТІЙНОГО СПІЛКУВАННЯ СУБ'ЄКТІВ ОСВІТЬОГО ПРОЦЕСУ ЗВО

STUDY OF THE SELF-REGULATION ABILITY OF THE EMPATHIC COMMUNICATION OF THE SUBJECTS OF THE EDUCATIONAL PROCESS AT A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

Стаття присвячена аналізу результатів діагностики рівня емпатійного спілкування майбутніх педагогів, проведеної в межах проєкту «Саморегуляція емпатійного спілкування учасників освітнього процесу ЗВО під час війни засобами філософського діалогу», з метою подальшого формування навичок його саморегуляції під час аудиторної та позааудиторної роботи в ЗВО в умовах воєнного стану.

Для виявлення рівня емпатії здобувачів освіти було проведено тестування (за методикою діагностики емпатійних здібностей В. Бойка, методикою визначення рівня емпатії І. Юсупова) та анкетування (за авторським опитувальником, розробленим О. Демченко та Ю. Лимар). Метою тестування було виявлення рівня та домінуючого каналу емпатії студентів. Одержані результати тестування показали переважання нормального рівня емпатії серед студентів (59,2 %). Однак є студенти, які мають високий або дуже високий рівень емпатії (19,7% і 8,5% відповідно), що негативно впливає на їхній власний емоційний стан. З іншого боку, є студенти, які мають низький рівень емпатії (12,7 %). Це зумовлює необхідність формування навичок саморегуляції емпатійного спілкування учасників освітнього процесу. Якісний аналіз відповідей здобувачів освіти свідчить, що провідним каналом емпатії переважної більшості (понад 50 %), які брали участь у тестуванні, є емоційний канал емпатії.

Анкетування студентів мало на меті виявлення рівня самооцінки емпатії студентами; з'ясування ставлення студентів до проблеми саморегуляції емпатійного спілкування, методів та форм його розвитку в ЗВО; виявлення бажання студентів розвивати ці навички, форм та методів роботи в цьому напрямі. Узагальнення одержаних результатів опитування студентів дозволило зробити такі висновки: студенти вважають проблему саморегуляції емпатійного спілкування важливою, хочуть розвивати у себе цю здатність; вони вважають, що цю роботу можна здійснювати на заняттях та в позааудиторній роботі під час навчання в ЗВО за умов використання відповідних форм і методів роботи (діалогічних, ігрових, тренінгових).

На основі одержаних даних було розроблено та проведено філософські вправи за методикою Г. Хельског (Норвегія), спрямовані на розвиток навичок саморегуляції залежно від рівня емпатії на заняттях та в позааудиторній роботі зі студентами, проведено тренінги для студентів, вебінар для викладачів.

Ключові слова: емпатія, емпатійне спілкування, саморегуляція емпатійного спілкування, суб'єкти освітнього процесу закладу вищої освіти.

The article is devoted to the analysis the diagnostic results of the future teachers' empathic communication level, conducted within the project "Self-regulation of the empathic communication of the participants of the educational process at higher educational institutions during the war by means of a philosophical dialogue", with the aim of further formation of self-regulation skills during classroom and extracurricular work at higher educational institutions under the conditions of martial law.

To determine the empathy level of the applicants for higher education, the testing was conducted (according to the method of diagnosing empathic abilities of V. Boiko, the methods of determining the level of empathy of I. Yusupov) and questionnaires (according to the author's questionnaire, worked out by O. Demchenko and Yu. Lymar). The purpose of the testing was to determine the level and dominant channel of students' empathy. The obtained test results showed the predominance of a normal level of empathy among students (59.2%). However, there are the students who have a high or very high level of empathy (19.7% and 8.5%, respectively), that negatively affects their own emotional state. On the other hand, there are the students who have a low level of empathy (12.7%). This necessitates the formation of self-regulation skills of the empathic communication of the participants of the educational process. The qualitative analysis of the answers of the applicants for higher education testifies that the leading channel of empathy of the vast majority (more than 50%) who participated in the testing is the emotional channel of empathy.

The purpose of the student survey was to determine the level of self-assessment of empathy by the students; studying the students' attitude to the problem of self-regulation of the empathic communication, methods and forms of its development at higher educational institutions; identifying the students' desire to develop these skills, forms and methods of work in this direction. Summarizing the results of the student survey allowed us to make the following conclusions: students consider the problem of self-regulation of the empathic communication important, they want to develop this ability; they believe that this work can be carried out during classroom and extracurricular work while studying at a higher educational institution under the conditions of using the appropriate forms and methods of work (dialogic, games, training).

Based on the obtained data, the philosophical exercises using the method of G. Helsing (Norway) were worked out and conducted, aimed at developing self-regulation skills depending on the level of empathy during classroom and extracurricular work with students, the trainings were held for the students, and a webinar was held for the lecturers.

Key words: empathy, empathic communication, self-regulation of the empathic communication, subjects of the educational process at a higher educational institution.

УДК 378.015.31:159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2022/53.1.23>

Демченко О.П.,

канд. пед. наук, доцент,
декан факультету дошкільної та початкової освіти імені Валентини Волошиної Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського

Лимар Ю.М.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри дошкільної та початкової освіти Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка

Стрілець С.І.,

докт. пед. наук, професор,
декан факультету дошкільної, початкової освіти і мистецтва Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка

Постановка проблеми у загальному вигляді. В умовах воєнного стану в Україні у здобувачів вищої освіти та інших учасників освітнього процесу ЗВО з'явилися низка соціально-психологічних проблем, підвищився рівень тривожності, виникли труднощі комунікації, посилилися / послабилися емпатійні реакції на події. Деякі з них втратили житло, рідних і знайомих людей. Проявляються крайнощі щодо прояву емпатії та рефлексії: частина студентів замкнулися в собі, поставили «психологічні бар'єри»; інші – навпаки, проявляють високий рівень співчуття, стали занадто емоційними, відкритими і незахищеними. Це зумовлює необхідність формування навичок саморегуляції емпатійного спілкування учасників освітнього процесу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблему діагностики та розвитку навичок емпатії досліджували В. Бойко [6], Т. Василюшина [2], І. Коган, В. Кротенко, К. Лось, О. Орищенко, О. Саннікова, Т. Федотюк, Н. Федчишена [8], І. Юсупов [7] та ін. Особливостям розвитку емпатії в аспекті міжособистісного спілкування присвячено праці Л. Галігузової, О. Смирнової; в аспекті моральної саморегуляції – О. Безверхова.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. В освітньому процесі в ЗВО викладачі можуть сприяти формуванню навичок саморегуляції емпатійного спілкування здобувачів освіти. При цьому важливо враховувати рівень емпатії студентів, а також використовувати ефективні форми і методи в процесі аудиторної та позааудиторної роботи.

Враховуючи це викладачами Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка, Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова було розроблено (серпень 2022 р.) і реалізовано (вересень-грудень 2022 р.) проєкт «Саморегуляція емпатійного спілкування учасників освітнього процесу ЗВО під час війни засобами філософського діалогу» (менеджер проєкту: Олена Демченко, канд.пед.наук, доцент, декан факультету дошкільної і початкової освіти імені Валентини Волошиної Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського). Реалізація проєкту відбувалася за фінансової підтримки Норвезького агентства з міжнародного співробітництва та підвищення якості вищої освіти (DIKU, Норвегія) та сприяння Учбово-методичного науково-інформаційного центру (м. Київ).

На першому етапі реалізації проєкту було проведено діагностику рівня емпатії здобувачів освіти. Саме цей етап буде описано в цій статті.

Мета статті полягає в аналізі результатів діагностики рівня емпатійного спілкування майбутніх

педагогів з метою подальшого формування навичок його саморегуляції під час аудиторної та позааудиторної роботи в ЗВО в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу. Учені визначають *емпатію* як «емоційну чуйність людини на переживання іншої людини, а також співпереживання – переживання людиною тих же емоційних станів, які відчуває інша, на основі повного отождолення» [6]. На думку В. Бойка, розвиток емпатійних здібностей особистості сприяє підвищенню продуктивності діяльності, підвищенню компетентності в спілкуванні і розвитку ефективних контактів з іншими людьми. Погоджуємося з ним щодо особливо важливого значення емпатійних здібностей для людей, чия професія пов'язана зі спілкуванням з людьми [6]. Передусім це стосується фахівців у галузі освіти.

Для виявлення рівня емпатії здобувачів освіти було проведено тестування (за методикою діагностики емпатійних здібностей В. Бойка [6] та методикою визначення рівня емпатії І. Юсупова [7]) та анкетування (за авторським опитувальником, розробленим О. Демченко та Ю. Лимар). Метою тестування було виявлення рівня та домінуючого каналу емпатії студентів. Анкетування студентів мало на меті виявлення рівня самооцінки емпатії студентами; з'ясування ставлення студентів до проблеми саморегуляції емпатійного спілкування, методів та форм його розвитку в ЗВО; виявлення бажання студентів розвивати ці навички, форм та методів роботи в цьому напрямі.

До дослідження було залучено 71 студента ЗВО, з них – 46 студентів Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (з них 38% студенти спеціальності 013 Початкова освіта, 62 % студенти спеціальності 012 Дошкільна освіта) та 25 студентів Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка (з них 84% студенти спеціальності 013 Початкова освіта, 16 % студенти спеціальності 012 Дошкільна освіта) 1, 2, 3 і 4 курсів.

Результати діагностики рівня емпатії за методикою І. Юсупова представлено в діаграмі 1 (рис. 1).

Одержані результати показали, що дуже *високий рівень* емпатії мають 8,5% студентів, які взяли участь у тестуванні. І. Юсупов зазначає, що у таких людей болісно розвинене співпереживання. У спілкуванні вони тонко реагують на настрої співрозмовника, вони високочутливі та вразливі. Від переживань вони часом не можуть заснути. Коли вони засмучені, то потребують емоційної підтримки з боку [7].

Високий рівень емпатії мають 19,7% студентів, які взяли участь у тестуванні. Такі люди, на думку І. Юсупова, чутливі до потреб і проблем оточуючих, емоційно чуйні, товариські, швидко встановлюють з оточуючими, намагаються не допускати конфліктів та знаходити компромісні рішення,

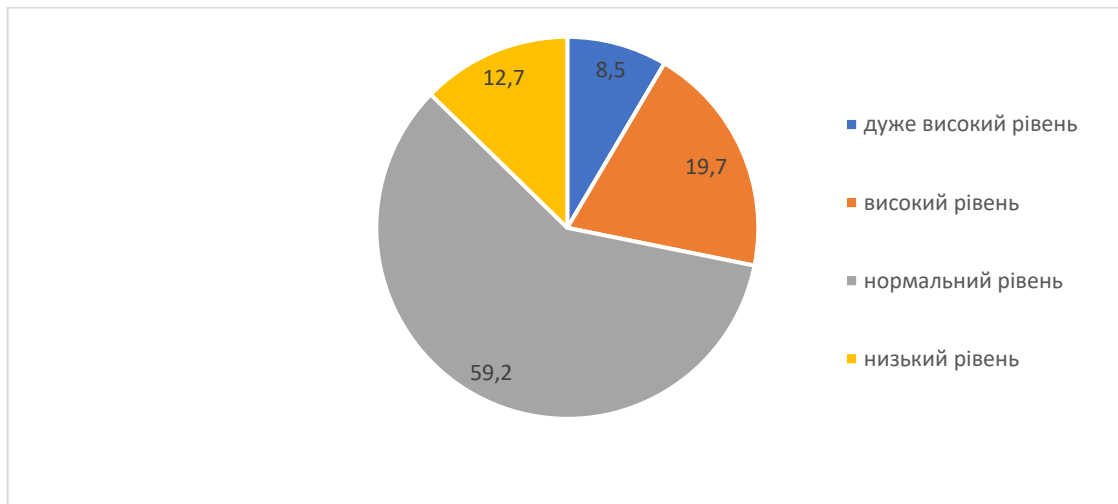


Рис. 1. Результати діагностики рівня емпатії за методикою І. Юсупова

добре переносять критику на свою адресу. Оцінюючи події більше довіряють своїм почуттям та інтуїції, ніж аналітичним висновкам. Надають перевагу роботі з людьми, ніж наодинці. Постійно потребують соціального схвалення своїх дій [7].

Найбільша кількість студентів (59,2 %), які взяли участь у тестуванні, продемонстрували *нормальний рівень* емпатії. Цей рівень притаманний більшості людей. І. Юсупов зазначає, що вони не є особливо чутливими особами. Вони схильні судити людей за їхніми вчинками. У них трапляються емоційні прояви, але в основному вони перебувають під самоконтролем. Вони уважні при спілкуванні, однак при надмірному виявленні почуттів втрачають терпіння. Якщо вони не впевнені, що їхню точку зору приймуть, краще не будуть її висловлювати взагалі. Читаючи художні твори та переглядаючи фільми частіше стежить за дією, ніж за переживаннями героїв. Їм важко прогнозувати розвиток відносин між людьми, тому вчинки людей для них нерідко стають несподіваними [7].

12,7 % здобувачів продемонстрували *низький рівень* емпатії. І. Юсупов підкреслює, що такі люди відчують труднощі у встановленні контактів із людьми, їм незатишно в шумній компанії. Емоційні прояви у вчинках оточуючих іноді здаються їм незрозумілими і позбавленими сенсу. Такі люди віддають перевагу заняттям конкретною справою наодинці, а не роботі з людьми. Вони є прихильниками точних формулювань та раціональних рішень. Як правило, у них мало друзів, яких вони більше цінують не за чуйність, а за розум і діловитість. Часто оточуючі ставляться до них так само, тому в деяких моментах вони відчують свою відчуженість і брак уваги. виправити це, на думку І. Юсупова, можна, «якщо вони розкриють свій «панцир» і стануть пильніше вдивлятися в поведінку своїх близьких і сприймати їхні потреби як свої» [7].

Студентів, які мають *дуже низький рівень* емпатії, згідно з проведеним тестуванням, не було.

Також було проведено тестування за методикою В. Бойка з метою діагностики рівня емпатії та провідного каналу емпатії. Одержані результати представлено в діаграмі 2 (рис. 2).

Дуже високий рівень розвитку емпатії властивий 9,8 % студентів, які взяли участь в тестуванні, *середній* – 26, 7%, *занижений* – 63,4%. Студентів, які мають *дуже низький рівень* емпатії, не було.

Якісний аналіз відповідей студентів свідчить, що провідним каналом емпатії переважної більшості студентів (понад 50 %), які брали участь у тестуванні, є емоційний канал емпатії. Для цього каналу, на думку В. Бойка, властива здатність того, хто емпатує, входити в емоційний резонанс з оточуючими – співпереживати, бути спільником. Емоційна чуйність, співучасть і співпереживання в такому випадку стає засобом «входження» в енергетичне поле партнера [6].

Також було проведено анкетування здобувачів вищої освіти. В анкетуванні взяли участь 71 студент. Анкета містила 30 запитань. Уважаємо за доцільне зосередити увагу на аналізі наступних відповідей здобувачів на питання анкети.

Власний рівень емпатійності студенти оцінили так: *дуже високий* 8,7% студентів ВДПУ і 8 % студентів НУЧК; *високий* 26,1 % студентів ВДПУ і 44 % студентів НУЧК; *нормальний* 65,2 % студентів ВДПУ і 48 % студентів НУЧК. Жоден з опитаних студентів не оцінив свій рівень емпатії як *низький* або *дуже низький*.

На питання «Чи не заважає Вам ваш рівень емпатії у спілкуванні з іншими людьми?» 91,3 % студентів ВДПУ 76 % студентів НУЧК відповіли «ні». 4,3 % студентів ВДПУ і 12% студентам НУЧК заважає, по 2,2 % студентів ВДПУ дали відповідь «не знаю» і «можливо». По 2 % студентів НУЧК відповіли «заважає», «інколи», «іноді мені

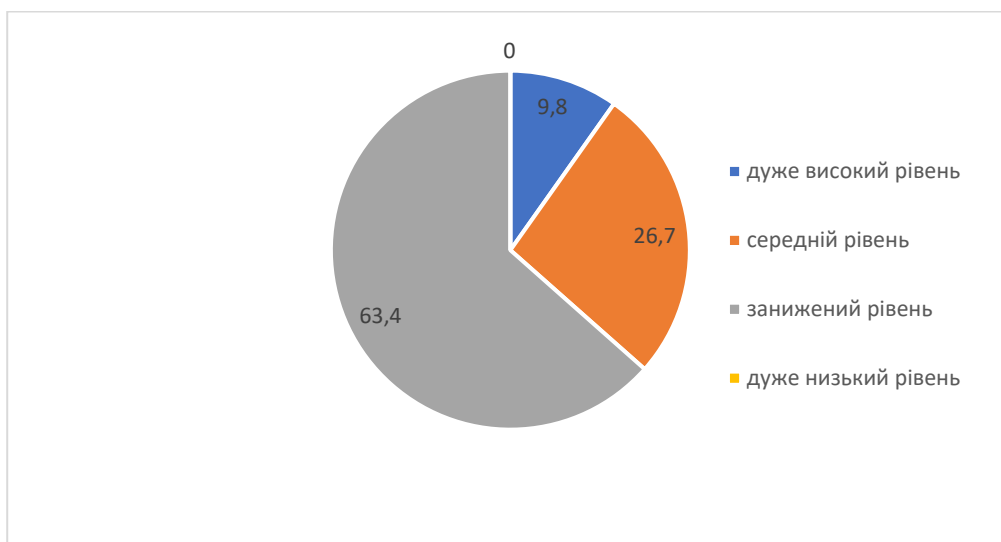


Рис. 2. Результати діагностики рівня емпатії за методикою В. Бойка

здається, що люди користуються цією моєю якістю лише заради задоволення своїх благ».

Уважають важливою сформованість навичок саморегуляції під час емпатійного спілкування 82,6% опитаних студентів ВДПУ і 96% НУЧК. 2 % студентів ВДПУ не задумувались над цим питанням, 4 % відповіли «не знаю». 10,9 % студентів ВДПУ вважають, що ні. Пояснюючи свою думку, більшість студентів підкреслили вплив саморегуляції емпатійного спілкування на емоційний стан людини. Серед відповідей студентів були такі: «Важлива тому що, якщо не контролювати свої емоції, це може погано впливати на наш стан. Адже власна емпатія не повинна шкодити собі та оточуючим, її потрібно регулювати, щоб вона мала певну міру», «Якщо людина, якій ми співпереживаємо, відчує слабкість у нашому голосі, вона може ще більше засмутитись», «Надмірне співпереживання шкодить нашому здоров'ю і паралельно цей настрій навіюється іншим людям», «Потрібно вміти співпереживати, але водночас не дуже сильно переживати біль і страждання інших людей, щоб не завдати собі шкоди».

Щодо можливості формування навичок саморегуляції емпатійного спілкування на заняттях у закладі вищої освіти 93,5 % студентів ВДПУ та 100 % студентів НУЧК дали позитивну відповідь. 4,3 % студентів ВДПУ вважають, що це неможливо, 2,2 % – що це залежить виключно від особистості людини та її виховання.

Уважають, що особистість викладача впливає на формування навичок емпатійного спілкування майбутніх педагогів 78,3 % студентів ВДПУ і 84 % студентів НУЧК. Уважають, що не впливає – 8,7 % студентів ВДПУ і 16 % студентів НУЧК. 13,2 % студентів ВДПУ на задумувалися над цим питанням. Пояснюючи свою думку, переважна більшість студентів підкреслюють, що часто викладач

є прикладом для них; модель спілкування викладача зі студентами студенти часто переносять на своє спілкування з учнями в подальшому. Серед відповідей студентів були такі: «Впливає, тому що студенти «заряджаються» від педагогів і беруть від них все найкраще, емпатійне спілкування також», «бо викладач заряджає своєю енергетикою оточуючих людей», «Викладачі є прикладом поведінки, співпраці і взаємодії зі студентами/учнями. Тому, якщо викладач проявляє емпатію у спілкуванні зі студентами, то і студенти так само спілкуватимуться зі своїми учнями».

Форма проведення заняття і методи, які на ньому використовуються, впливають на формування навичок емпатійного спілкування майбутніх педагогів – вважають 89,1% студентів ВДПУ і 92 % студентів НУЧК. Уважають, що не впливає 10,9 студентів ВДПУ і 8 % студентів НУЧК.

Серед форм та методів навчання, що сприятимуть формуванню навичок емпатійного спілкування майбутніх педагогів, здобувачі освіти виділяють *діалогічні* (бесіди, обговорення життєвих ситуацій, обговорення фільмів, обговорення книжок, роботу в парах, роботу в групах), *ігрові* (дидактичні ігри, інсценування казок, квести), *тренінгові* (тренінги розвитку емпатії, тренінги розвитку саморегуляції емпатійного спілкування).

На питання щодо можливості формування навичок емпатійного спілкування майбутніх педагогів в позааудиторій роботі в закладі вищої освіти 58,7% студентів ВДПУ і 44 % студентів НУЧК вважають, що такі можливості є, 32,6 % студентів ВДПУ і 40 % студентів НУЧК відповіли, що ні, 6,5 % студентів ВДПУ і 8 % студентів НУЧК відповіли «не знаю», 2,2 % студентів ВДПУ і 8% студентів НУЧК не думали про це. Ці можливості вони вбачають в особистому спілкуванні між собою, зустрічах студентів академічних груп з куратором, зустрічах

з представниками студентського самоврядування, участі у роботі гуртків, волонтерстві.

Робота студентського самоврядування в закладі вищої освіти має можливості щодо формування навичок емпатійного спілкування майбутніх педагогів вважають 69,6 % студентів ВДПУ і 48 % студентів НУЧК, вона не має таких можливостей вважають 26,1 % студентів ВДПУ і 52 % студентів НУЧК, 4,4 % студентів ВДПУ не впевнені у відповіді на це питання. Ці можливості можуть реалізуватися у проведенні бесід, організації роботи груп підтримки, проведенні тренінгів.

На питання «Чи хотіли б Ви, щоб Вам допомогли у розвитку навичок саморегуляції емпатійного стану» 67 % студентів ВДПУ і 72 % студентів НУЧК відповіли «так», 33 % студентів ВДПУ і 28 % студентів НУЧК – «ні».

Щодо того яку саме допомогу студенти хотіли б отримати, вони відповіли так:

- отримати індивідуальну консультацію (30,4% студентів ВДПУ і 40% студентів НУЧК);
- взяти участь у роботі групи самопомоги (28,3% студентів ВДПУ і 44% студентів НУЧК);
- взяти участь у тренінгу (45,7% студентів ВДПУ і 60% студентів НУЧК).

Взяти участь у тренінгу, спрямованому на розвиток навичок емпатійного спілкування, виявили бажання 65,2% студентів ВДПУ і 80 % студентів НУЧК, не виявили такого бажання 26,1% студентів ВДПУ і 12% студентів НУЧК, можливо візьмуть участь (залежно від умов безпеки, які будуть під час проведення тренінгу) 8,7% студентів ВДПУ і 8% студентів НУЧК.

Узагальнення одержаних результатів опитування студентів ВДПУ та НУЧК дозволило зробити такі висновки:

- студенти вважають проблему саморегуляції емпатійного спілкування важливою, хочуть розвинути у себе цю здатність;
- вони вважають, що цю роботу можна здійснювати на заняттях та в позааудиторній роботі під час навчання в ЗВО за умов використання відповідних форм і методів роботи (діалогічних, ігрових, тренінгових).

Висновки. Отже, результати діагностики показали переважаючий нормального рівня емпатії серед студентів. Однак є студенти, які мають високий або дуже високий рівень емпатії, що негативно впливає на їхній власний емоційний стан. З іншого боку, є студенти, які мають низький або дуже низький рівень емпатії. Саме тому необхідно розвивати у них навички саморегуляції емпатійного спілкування. З урахуванням

результатів діагностування було підготовлено та проведено комплекс форм роботи, спрямованих на налагодження взаєморозуміння, підтримки студентів, які знаходяться в складних життєвих ситуаціях, зумовлених війною в Україні. Зокрема було розроблено та проведено філософські вправи за методикою Г. Хельског (Норвегія) [1] (які активно впроваджуються викладачами українських ЗВО [3; 4]), спрямовані на розвиток навичок саморегуляції залежно від рівня емпатії на заняттях та в позааудиторній роботі зі студентами; проведено тренінги для студентів (ефективність використання яких описано у праці Л. Любчак [5]); вебінар для викладачів. Також було організовано взаємодію та обмін досвідом роботи трьох ЗВО-партнерів (ВДПУ, НУЧК і НПУ) щодо особливостей роботи зі студентами з розвитку навичок саморегуляції емпатійного спілкування в умовах війни, використання філософських вправ.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Helskog, Guro Hansen. *Philosophising the Dialogos Way toward Wisdom in Education. Between Critical Thinking and Spiritual Contemplation.* London: Routledge Publishing Ltd. 2019. 272 p.
2. Василишина Т. В. Емпатійні здібності вчителів. Психологічний аспект. *Практична психологія та соціальна робота.* 1999. № 4. С. 37-38.
3. Демченко О., Лимар Ю., Турчина І. Використання філософських вправ у контексті підготовки творчих педагогів обдарованих дітей. *Педагогічна освіта: теорія і практика:* зб. наук. праць. 2019. № 27 (2). С. 310- 317.
4. Лимар Ю., Демченко О., Турчина І. Використання філософського діалогу у формуванні навичок демократичного спілкування майбутніх педагогів. *Інноваційна педагогіка :* зб. наук. праць. Вип. 16. Одеса, 2019. С. 110-114.
5. Любчак Л.В. Використання технології тренінгу в формуванні комунікативної компетентності майбутніх учителів початкових класів. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми:* зб. наук. праць. Вип. 47. Київ-Вінниця, 2017. С. 70-75.
6. Методика діагностики емпатійних здібностей В. В. Бойка. URL: http://ni.biz.ua/6/6_11/6_114353_metodika-diagnostiki-empaticheskikh-sposobnostey.html (дата звернення: 6.10.2022).
7. Тест визначення рівня емпатії (методика І. М. Юсупова). URL: <https://hrtime.ru/material/test-na-opredelenie-urovnia-empatii-metodika-i-miusupova-45513/> (дата звернення: 6.10.2022).
8. Федчишена Н.В. Феномен емпатії у психологічних дослідженнях. К., 2011. 148 с.