

**ЭМОЦИИ ЭМПАТИИ,  
СТЫДА И ВИНЫ КАК  
ЭМОЦИИ ЛИЧНОСТИ**

# Эмпатия

Термин «*эмпатия*» введен в психологию Э.Титченером, обобщившим развивавшиеся в философской традиции идеи о симпатии с теориями вчувствования Э.Клиффорда и Т. Липпса.

# Эмпатия

- ✓ *Эмпатия* (от англ. вчувствование) – специфическая система отражения партнеров по взаимодействию.
- ✓ В психологической литературе *эмпатия* трактуется как способность входить в состояния другого, как сопереживание и сочувствие.

# Эмпатия

✓ Основу эмпатии составляет эмоциональная отзывчивость и интуиция, но при этом значительную роль играет разум, рациональное восприятие одушевленных объектов.

# Эмпатия

- ✓ Необходимость в ЭМПАТИИ возникает в тех случаях, когда надо выявить, понять, предвосхитить индивидуальные особенности другого и затем воздействовать на него в нужном направлении.

# Эмпатия

Различают:

- ✓ **ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ ЭМПАТИЮ**, основанную на механизмах *проекции* и подражания реакциям другого человека;
- ✓ **КОГНИТИВНУЮ ЭМПАТИЮ**, базирующуюся на *интеллектуальных процессах* (сравнение, аналогия и т. п.);
- ✓ **ПРЕДИКАТИВНУЮ ЭМПАТИЮ**, проявляющуюся как способность человека *предсказывать* реакции другого в конкретных ситуациях.

# Эмпатия

*Постичь причины и следствия самопроявлений другого означает понять, почему, когда, для чего, с кем (чем) он:*

1. Это делает, говорит, думает, воспринимает, запоминает, вспоминает;
2. Хочет подумать, сказать, сделать;
3. Проявляет свои интересы, потребности, способности.

# Эмпатия

*Спрогнозировать поведение другого означает понять, как, когда, почему, с какой целью он:*

1. Сделает, скажет, подумает по данному поводу; сможет реализовать свои мотивы, желания, потребности;
2. Допустит или не допустит определенные ошибки.



# СТЫД

*Стыд* – отрицательно окрашенное чувство, объектом которого является какой-либо поступок или качество субъекта.

- ✓ Стыд связан с ощущением социальной неприемлемости того, за что стыдно.

# Стыд

Переживая стыд, человек опускает или отворачивает голову, прячет взгляд, прикрывает глаза и заливается стыдливым румянцем.

# Стыд

Слишком откровенные,  
слишком **интенсивные** и  
слишком **частые** проявления  
стыда свидетельствуют о  
**социальном неблагополучии**  
индивида.

# СТЫД

- ✓ Стыдящийся человек чувствует свою общую несостоятельность, некомпетентность.
- ✓ Он забывает слова, делает неверные движения, нередко заикается, становится неуклюжим, страшно гримасничает.

# СТЫД

- ✓ Человек кажется себе маленьким, беспомощным, скованным, эмоционально расстроенным, глупым, никуда не годным и т. д.
- ✓ Стыд сопровождается временной неспособностью мыслить логично и эффективно, а нередко и ощущением неудачи, поражения.

# Стыд

- ✓ Пристыженный человек не в состоянии выразить словами свои переживания.
- ✓ Переживание стыда возможно лишь на фоне эмоциональной связи с другим человеком, причем с таким, чье мнение и чьи чувства имеют особую ценность

# СТЫД

Способы избежать стыд:

1. Отрицание
2. Подавление
3. Самоутверждение

# Стыд

Переживание стыда может стать  
причиной переживания других  
эмоций,

и наоборот - переживание  
некоторых эмоций может  
послужить причиной стыда.



# Вина

*Вина* – одна из базовых эмоций.  
Связана с несоответствием  
ожиданиям других.

Чем ближе вам человек, перед  
которым вы провинились, тем  
сильнее ваше переживание вины.

# Вина

Мимика, сопровождающая переживание вины, **не** столь **выразительна**.

Сложно по одному внешнему виду человека определить, чувствует он за собой вину или нет.

# Вина

Предпосылки развития эмоции  
ВИНЫ:

1. принятие общих моральных ценностей;
2. интернализация этих ценностей;
3. способность к самокритике.

# Вина

- ✓ Эмоция вины связана с осознанием факта проступка или предательства *собственных взглядов и убеждений*. Также с безответственным поступком.
- ✓ Причиной могут стать поступки, которые *противоречат* моральным, этическим или религиозным нормам.

# Вина

- ✓ *Функция* ЭМОЦИИ ВИНЫ заключается в том, что она *стимулирует* человека *исправить ситуацию*, восстановить нормальный ход вещей.
- ✓ Лучший способ противостоять переживанию вины - жить в ладу со своей совестью.

# Вина

- ✓ Вина играет ключевую роль в процессе развития личной и социальной ответственности, в процессе становления совести.
- ✓ Для переживания вины характерны **высокая степень напряжения, умеренная импульсивность и снижение уверенности в себе.**