

УДК 159.922

DOI <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-1-11>

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЕМПАТІЇ В УЧИТЕЛІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Кулешова Олена Віталіївна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницького національного університету
ORCID ID: 0000-0001-5428-2670

Росолович Олексій Володимирович,

аспірант
Хмельницького національного університету
ORCID ID: 0009-0004-5391-4655

У статті проаналізовано проблему підвищення ролі емпатії в розвитку особистості, особливо в контексті професійних компетенцій учителів. Емпатія визначається як ключовий психологічний механізм, що сприяє розумінню й управлінню емоціями інших людей. Зазначено, що емпатійна педагогічна дія дозволяє кожній дитині розвиватися та самостійно розкривати свій потенціал, а педагогічна емпатія виступає як ціннісне утворення, що характеризується емоційним ставленням учителя до його учнів. Розглянуто роль емпатії вчителів у контексті воєнного конфлікту та його вплив на психосоціальний розвиток учнів. Зазначено, що розвиток емпатії вчителів у воєнних умовах є ключовим для створення емоційно підтримувального освітнього середовища, емоційна стійкість і саморегуляція вчителів є важливими для збереження якості навчання під час війни. Наведено ініціативи із психологічної підтримки вчителів у воєнних умовах, які сприяють їхньому професійному розвитку та збереженню якості освіти. Визначено особливості, що впливають на емпатійні здібності педагогів, зокрема: учителі стикаються зі стресовими ситуаціями, що вимагає високого рівня емоційної стійкості та саморегуляції; значна частина педагогічного колективу переживає емоційне виснаження через постійну експозицію до травматичних подій і страждань учнів і їхніх сімей; учителі втрачають можливість виявляти емпатію через власні внутрішні конфлікти та неспроможність адаптуватися до надзвичайних обставин; знижується здатність сприймати та віддавати перевагу потребам учнів; педагогічна система не досить забезпечує підтримку для вчителів. Отримані результати підкреслюють потребу впровадження цільових програм і заходів для розвитку емпатії вчителів у воєнних умовах, а також підтримки їхньої психологічної готовності до взаємодії з учнями, які можуть переживати травматичні події.

Ключові слова: емпатія, вчителі, умови війни, психологічні особливості емпатії вчителів.

Kuleshova Olena, Rosolovich Olexey. Characteristics of empathy expression in teachers in wartime conditions

In the article, the issue of enhancing the role of empathy in personality development, especially in the context of teachers' professional competencies, is analyzed. Empathy is defined as a key psychological mechanism that promotes understanding and managing the emotions of others. It is noted that empathic pedagogical action allows each child to develop and independently unfold their potential, while pedagogical empathy serves as a valuable formation characterized by the emotional attitude of the teacher towards their students. The article examines the role of teachers' empathy in the context of armed conflict and its impact on the psychosocial development of students. It is mentioned that the development of empathy among teachers in wartime conditions is crucial for creating an emotionally supportive educational environment, and the emotional resilience and self-regulation of teachers are important for maintaining the quality of education during wartime. Initiatives for psychological support for teachers in wartime conditions are provided, which contribute to their professional development and the preservation of the quality of education. The article identifies factors influencing the empathic abilities of educators, including: teachers facing stressful situations requiring high levels of emotional resilience and self-regulation; a significant portion of the teaching staff experiencing emotional exhaustion due to constant exposure to traumatic events and the suffering of students and their families; teachers losing the ability to empathize due to their own internal conflicts

and inability to adapt to extraordinary circumstances; a decrease in the ability to perceive and prioritize the needs of students; and insufficient support provided by the educational system for teachers. The findings underscore the need for targeted programs and measures to develop empathy among teachers in wartime conditions, as well as support for their psychological readiness to interact with students who may experience traumatic events.

Key words: *empathy, teachers, wartime conditions, psychological characteristics of teachers' empathy.*

Вступ

Участь України у воєнних діях впливає на психічний стан населення країни, зокрема й на представників освіти. Учителі, які працюють у зоні конфлікту, зазнають стресового навантаження, що впливає на їхню здатність відчувати емоційне співпереживання. Воєнний конфлікт породжує нестабільність і непередбачуваність у повсякденному житті, що призводить до виникнення відчуття втоми, безпорадності та втрати віри в майбутнє, спричинює появу почуття страху та тривоги серед працівників педагогічного колективу, впливає на їхні можливості виявляти та висловлювати емпатію до учнів і своїх колег. Учителі, які виховують і навчають дітей, стають ключовими фігурами в підтримці та формуванні емоційного стану та ментального здоров'я своїх учнів. Розуміння та розвиток емпатійних здібностей у вчителів є критично важливим чинником у формуванні позитивного психологічного клімату в освітніх закладах, що, своєю чергою, сприяє адаптації та підтримці учнів у складних життєвих обставинах. Дослідження цієї теми вирізняється імплементацією практичних підходів до розвитку емпатії в учителів, що приводить до конкретних і позитивних змін у педагогічній практиці. Особлива увага приділяється аналізу психологічних аспектів у контексті освітніх закладів, де вчителі несуть відповідальність за формування не лише академічних, а й соціальних і емоційних компетенцій учнів [1]. Таке дослідження стає основою для розроблення ефективних програм підготовки та підтримки вчителів у воєнних зонах, спрямованих на покращення їхніх емпатійних здібностей і створення сприятливого освітнього середовища.

Методи та дослідження

Підвищення ролі емпатії в розвитку особистості давно є предметом наукових дискусій і досліджень у психології. Це пов'язано з тим, що емпатія, як психологічний феномен, має суттєвий вплив на всю особистість, підвищує продуктивність її діяльності та мотивацію. Емпатія та її еквіваленти – співпереживання, емпатійне переживання, співчуття – досліджуються багатьма психологічними школами, а також течіями, що пов'язані із проблемами вивчення розвитку особистості, спілкування, її взаємодії в різних видах діяльності. Емпатія – ключовий психологічний механізм, що забезпечує здатність людини розуміти й управляти емоціями інших людей і сприяє стабілізації міжособистісних відносин і їх розвитку, дозволяє надати підтримку людині не тільки у звичайних, а й у важких і навіть екстремальних умовах, коли вона особливо її потребує. Особливо ці якості відповідають вимогам професійних і особистісних компетенцій професій сфери «людина – людина», до яких належить професія вчителя [2].

До структури емпатії входять когнітивний, поведінковий і емоційний компоненти [3]. Когнітивний компонент емпатії допомагає аналізувати поведінку, жести, міміку, інтонації учнів, відчувати їхній настрій, стан, прогнозувати подальший розвиток подій. Поведінковий компонент розвиває здатність до саморегулювання, забезпечує прийняття позиції учня; допомагає захищати особистісну рівноправність у встановленні та підтримці контактів, а також сприяє коригуванню власних дій на рівні взаємодії; підтримує відповідальність за власні дії й ухвалення рішень, активність. Емоційний компонент емпатії допомагає вчителю підтримувати емоційні контакти, поліпшує здатність відчувати стан учнів, сприяє позитивному емоційному ставленню до їхніх почуттів, створює можливість співпереживання, щирість і відвертість у проявах власних почуттів, чуйність і тактовність, а також толерантність установлюється завдяки здатності зрозуміти іншого.

Основними особистісними чинниками, що впливають на емпатійність людини, є: емоційна чутливість, зацікавленість в інших людях, гнучкість, висока поведінкова пристосовність, екстраверсія, тривожність, стійкість особистості, ухвалення ролей, самоотождентення індивіда, мотивація, що домінує (колективістська або егоцентрична), стійкість мотивів, міра суб'єктної значущості в системі цінностей інших людей і власного «Я» тощо. Основною умовою результативної взаємодії вчителя й учня є наявна довіра й позитивні взаємини між ними, як і в будь-якій взаємодії між людьми. Тільки так учень набудуватиме нових способів дій і мислення, наполегливо долатиме труднощі та не боїтиметься самотійно активно діяти. Отже, уміння співпереживати учневі, проявляти доброзичливість, співчувати йому, наявність педагогічного оптимізму та віра в успішність і спроможність учня – це провідні якості вчителя, а також найважливіша передумова для встановлення з дітьми справжніх людських взаємин [4]. Емпатійна педагогічна дія дозволяє кожній дитині розвиватися як активному учаснику навчального процесу та формувати власну поведінку, що сприяє самотійному розкриттю особистості. Природний потенціал учня набуває повноцінного розвитку завдяки взаємодії з учителем, який виявляє емпатію – властивість, що може бути розвинена через спеціальну систему навчання. Педагогічна емпатія вчителя розуміється як ціннісне особистісно-професійне утворення, що характеризується емоційно почуттєвим ставленням педагога до розуміння своїх вихованців у процесі творчої взаємодії [5]. Також можна сказати іншими словами, що педагогічна емпатія – це здатність педагога до розуміння, щоб аналізувати й оцінювати емоційні стани учнів, що проявляється в дієвій допомозі їм для подолання ними труднощів, хвилювань і деяких станів [6].

На основі аналізу літератури можна визначити такі психологічні особливості емпатії вчителів, як здатність учителя аналізувати поведінку, жести, міміку, інтонації учнів, відчувати їхній настрій, стан, прогнозувати подальший розвиток подій, здатність до саморегулювання, забезпечення прийняття позиції учня; уміння захищати особистісну рівноправність у встановленні та підтримці контактів, а також сприяти коригуванню власних дій на рівні взаємодії, підтримувати відповідальність за власні дії й ухвалення рішень, активність, підтримка емоційних контактів, поліпшення здатності відчувати стан учнів, позитивне емоційне ставлення до їхніх почуттів, створення можливості співпереживати [7].

Найінтенсивніші емоційні переживання виникають під час важких періодів взаємодії особистості із суспільством, тому українці відчують більш виразні почуття. Зараз особливо важливо надавати допомогу та підтримку один одному. Багато людей переживають хвилювання, страх, гнів, тугу, а також висловлюють співчуття до інших і відчуття тривоги. Важливо навчитися керувати своїми емоціями, щоб вони не заважали нам жити. У сучасному світі кожен українець змушений пристосовуватися до постійних змін у житті, витримувати емоційний стрес і бути свідком численних життєвих ситуацій.

В умовах війни вчителі виявляють вищий рівень чутливості до страждань учнів і їхніх сімей. Спільне переживання травматичних ситуацій у межах освітнього середовища веде до інтенсивного формування глибшого рівня емпатії. У цьому контексті вчителі стають не лише педагогами, але і емоційними співрозмовниками для своїх учнів, підтримують їх не лише в навчанні, але й у подоланні емоційних викликів. Постійна конфронтація із труднощами, які виникають через військові події, дозволяє вчителям стати емоційно пов'язаними з реальними переживаннями учнів. Це відкриває можливість для глибшого розуміння психологічних потреб кожного учня та виявлення чутливості до їхнього емоційного стану. Позитивний вплив такої емпатії полягає в тому, що вчителі стають активними фасилітаторами психосоціальної підтримки в учнівському колективі, вони виступають ініціаторами спільних заходів і програм, спрямованих на створення безпечного та підтримуючого освітнього середовища для всіх учасників навчального процесу.

Соціальна свідомість не лише охоплює виявлення етнічних, культурних і соціальних відмінностей, але й включає в себе активне зацікавлення у вивченні історії та традицій своїх учнів,

зокрема тих, які можуть бути наслідками впливу воєнних подій. Цей підхід визначається готовністю вчителів взяти до уваги контекст, у якому опинилися їхні учні, і забезпечити навчання, яке враховує їхній індивідуальний досвід і особливості. Учителі розуміють, що культурна й етнічна розмаїтість може впливати на навчання та взаємодію учнів у класі. Окрім того, учителі мають створювати у класі атмосферу взаєморозуміння та поваги до відмінностей, тим самим сприяти розвитку в учнів навичок міжкультурної комунікації, що важливо не тільки для забезпечення ефективного навчання, але і для формування толерантного та відкритого соціального середовища, особливо в умовах війни.

Стикаючись із труднощами, пов'язаними з воєнним конфліктом, учителі відчувають потребу у високому рівні емоційної стійкості та здатності до саморегуляції. Розвиток цих навичок стає ключовим чинником для вчителів, оскільки вони несуть відповідальність за навчання та допомогу учням в умовах емоційного навантаження. Здатність ефективно керувати своїми емоціями дозволяє вчителям залишатися об'єктивними та допомагати учням розвивати стратегії подолання стресу.

В умовах воєнного конфлікту вчителі визнають необхідність активного заняття саморозвитком і вдосконаленням своїх психологічних навичок. Для досягнення цих цілей учителі долучаються до участі у спеціально орієнтованих психологічних програмах і навчальних ініціативах. Ці програми включають в себе практичні тренінги з розвитку емпатії, де вчителі мають можливість вивчати та вдосконалювати техніки активного слухання, виявлення емоцій і навичок емпатійного спілкування. Учителі отримують практичні інструменти для підтримки учнів, які можуть бути вражені емоційними викликами внаслідок війни. Створення культури взаємопідтримки в освітньому середовищі виявляється не тільки ключовим чинником підвищення рівня емпатії, але й узагалі важливим аспектом для забезпечення здорового та підтримувального клімату у школі чи університеті.

Розуміння та врахування індивідуальних особливостей учнів стає ключовим елементом у розвитку емпатії та наданні ефективної підтримки. Деякі учні можуть виявляти збільшену тривожність, інші – ізоляцію, а ще інші – агресію. У відповідь на це вчителі мають використовувати індивідуалізовані стратегії емпатії, які враховують конкретні потреби та реакції кожного учня.

Надання організаційної підтримки для вчителів є ключовою складовою частиною забезпечення їхньої емоційної стійкості й ефективної роботи з учнями. Створення умов для висловлення вчителями своїх емоцій і досвіду, а також обговорення труднощів у професійній сфері сприятимуть зміцненню їхньої емоційної стійкості. Психологи та консультанти допомагають учителям розробляти ефективні стратегії саморегуляції, навчають їх методів роботи зі стресом, навчають враховувати індивідуальні потреби вчителів у важкі періоди.

Отже, розвиток емпатії вчителів в умовах війни – це постійний процес, психологічними особливостями якого є: зростання сприйнятливості до страждань, розвиток соціальної свідомості, виявлення співпереживання, адаптація до стресових ситуацій, сприяння психологічному благополуччю своїх учнів, культура взаємопідтримки, створення безпечного середовища.

Результати

Основою нашого дослідження є припущення, що воєнний конфлікт впливає на рівень розвитку емпатії вчителів, призводить до підвищення їхньої чутливості до емоцій і потреб учнів. В умовах війни вчителі продемонструють вищий рівень емпатії, що виявляється в більшій готовності розуміти та відгукуватися на емоції учнів, надаючи їм психологічну підтримку та сприяючи їхньому емоційному розвитку.

З метою вивчення психологічних особливостей розвитку емпатії в учителів в умовах війни було проведено емпіричне дослідження, у якому взяв участь 81 вчитель. У дослідженні були використані такі методики: «Діагностика рівня емпатії» В. Бойко, «Виявлення схильності до емпатії» І. Юсупова, «Шкала емоційного відгуку» А. Магребян і Н. Епштейна.

Результати дослідження розвитку емпатії за методикою «Діагностика рівня емпатії» В. Бойко продемонстрували, що дуже високий рівень мають 19% учителів, високий рівень – 45%, середній рівень – 28%, занижений рівень емпатії – у 8% вчителів, дуже низький рівень емпатії не виявлено (рис. 1).

За методикою «Дослідження емпатійних тенденцій» І. Юсупова було визначено, що серед респондентів дуже високий рівень емпатії мають 24% вчителів, високий рівень – 33%, нормальний рівень – 31% респондентів, 12% виявили низький рівень емпатії. Дуже низького рівня емпатії в опитаних респондентів не спостерігається (0%) (рис. 2).

Отримані результати за методикою А. Мехрабіана та Н. Епштейна дають можливість оцінити вираженість індексу емпатійності, тобто емпатійних тенденцій, що є важливою складовою частиною професійних якостей учителів. Результати проведеного дослідження у вигляді кількісних показників рівнів емпатійних здібностей подані на рисунку 3.

Було виявлено, що кількість респондентів, які мають дуже високий рівень емпатії, становить 13%, високий рівень емпатії мають 74% учителів, нормальний рівень – 13%. Низький і дуже низький рівень емпатії серед даної вибірки респондентів не виявлено. Такі результати можуть вказувати на те, що вчителі працюють в умовах війни не перший рік, тому «м'якше» сприймають негативний психологічний вплив, що спричиняє війна, тобто в них виникла адаптація до цього впливу. На нашу думку, такий рівень емпатії є оптимальним для професійної діяльності вчителя.



Рис. 1. Результати дослідження емпатійних тенденцій за методикою В. Бойко, у %



Рис. 2. Результати дослідження рівнів емпатії за методикою «Дослідження емпатійних тенденцій» І. Юсупова, %

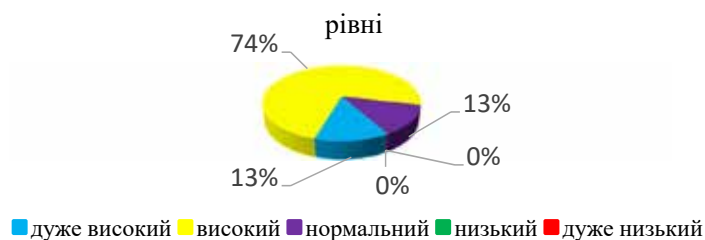


Рис. 3. Результати дослідження рівнів емпатії за опитувальником «Рівень емоційної емпатії» А. Мехрабіан, М. Епштейна, у %

Узагальнюючи отримані результати дослідження, можна стверджувати, що в умовах війни вчителі виявляють значну різноманітність у проявах емпатії. Деяка частина педагогічного колективу має високий і дуже високий рівень емпатії, що свідчить про їхню здатність відчувати, розуміти та реагувати на емоційний стан учнів. За результатами дослідження можна припустити, що педагоги з високим рівнем емпатії виявляють особливу чутливість до емоційних потреб своїх учнів і здатні створити освітнє середовище, яке сприятиме відкритому спілкуванню та взаєморозумінню. Педагоги з нормальним рівнем емпатії, який є типовим для більшості вчителів, виявляють середню готовність до сприймання та розуміння емоцій учнів, створюючи баланс між чутливістю та самоконтролем. Це сприяє здоровому психосоціальному розвитку учнів, але вони можуть бути менш екстремальними у виявленні співпереживань порівняно з педагогами із високим рівнем емпатії. Не менш важлива відсутність дуже низького рівня емпатії серед учителів, які брали участь у дослідженні. Такий результат свідчить про те, що, незважаючи на розмаїття рівнів вираженості емпатії, у вчителів загалом виявлено емпатійні тенденції, завдяки чому можна сподіватися, що взаємодія між учителями й учнями базується на взаєморозумінні та підтримці, що є ключовим чинником для успішного освітнього процесу, особливо в умовах складного соціального контексту воєнного конфлікту.

Висновки. Отримані результати дослідження прояву емпатії вчителів в умовах війни дають можливість визначити чинники, що впливають на емпатійні здібності педагогів. Передусім в умовах воєнного конфлікту вчителі стикаються зі стресовими ситуаціями, що вимагають високого рівня емоційної стійкості та саморегуляції. Значна частина педагогічного колективу переживає емоційне виснаження через постійну експозицію до травматичних подій і страждань учнів і їхніх сімей. Учителі можуть втрачати можливість виявляти емпатію через власні внутрішні конфлікти та неспроможність адаптуватися до надзвичайних обставин. Також важливо врахувати, що педагогічна система не досить забезпечує підтримку для вчителів у складних умовах війни, включаючи доступ до психологічної допомоги та навчання для розвитку емпатійних навичок. Брак такої підтримки стає однією із причин того, що рівень емпатії вчителів подекуди залишається низьким. Усі ці аспекти свідчать про необхідність системних заходів для підтримки вчителів у важливому напрямку розвитку емпатії в умовах війни, зважаючи на особливості їхньої професійної діяльності та контексту, у якому вони працюють. Загалом, отримані результати підкреслюють потребу впровадження цільових програм і заходів для розвитку емпатії вчителів у воєнних умовах, а також підтримки їхньої психологічної готовності до взаємодії з учнями, які можуть переживати травматичні події.

Література:

1. Бондаренко І. Формування емпатії у фахівців в умовах вищої професійної освіти. *Соціально-економічні та технічні системи: Дослідження, проектування, оптимізація*. 2007. С. 26–29.
2. Журавльова Л. Онтогенетична динаміка емоційних механізмів емпатії. *Наука і освіта*. 2009. № 9. 172 с.
3. Штих І. Здатність до емпатії як компонент професійних здібностей психолога. *Науковий вісник Мукачівського державного університету*. Серія «Педагогіка та психологія». 2015. Вип. 2 (2). С. 177–180.
4. Міненко О. Емпатія як професійно значуща якість педагогів дошкільних навчальних закладів. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. Серія «Психологія». 2020. Т. 31 (70). № 4. С. 224–229.
5. Сухопара І. Емоційна компетентність вчителя в контексті Нової української школи. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету*. Серія «Педагогічні науки». 2020. Вип. 1. С. 111–122.
6. Ревенко І. Роль емпатійно-рефлексивної культури вчителя в реалізації принципів педагогіки партнерства. *Творча спадщина В.О. Сухомлинського у контексті викликів воєнного часу* : збірник тез Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції з міжнародною участю, присвяченої 105-й річниці від дня народження В.О. Сухомлинського, Кропивницький, 27 вересня 2023 р. Кропивницький, 2023. С. 141–143.
7. Building Teacher Empathy and Culturally Responsive Practice Through Professional Development and Self-Reflection / Barbara S. Rieckhoff et al. *Journal of Vincentian Social Action*. 2020. Vol. 5. Iss. 2. Art. 8. P. 48–64. URL: <https://scholar.stjohns.edu/jovsa/vol5/iss2/8>.