

realizării жизненого смисла в професиональной деятельности педагогов.

Библиография

1. Калинина, Н. Ф., Самоактуализация личности, М., 1997.
2. Конопкин, О. А., Психологические механизмы регуляции деятельности, М., 1989.
3. Моросанова, В. И., Стилевые особенности саморегуляции личности//1991, № 1, с. 121.

ABORDĂRI TEORETICE ALE EMPATIEI

PÍSLARI Stela, lector

Summary

Nowadays the problem of empathy occupies an important place in psychologist researches. Empathy is one that concepts that were used to explain different situations and different ways of behaviour.

The article is devoted to the study of theoretical approaches on empathy, of functioning mechanism of empathy. The psychological mechanism of empathy is described. The psychologist tries to discover the key elements in empathy manifestation and outbreak.

EMPATIE (EINFUHLUNG), insimțire, intuiție simpatetică (H. Bergson), *identificare afectivă* (Th. Lipps, M. Scheler), transpunere. Fenomen semnalat de reprezentanții romantismului german (Kovalis, Jean Paul) și interpretat teoretic de Th. Lipps, care consideră cunoașterea ca o imitație internă a obiectelor (îndeosebi a persoanelor) și o proiectare a stărilor interne asupra acestora, subiectul astfel trăind în sine viața altuia, tinzând să fuzioneze, să intre în consonanță afectivă cu altul.

Rădăcinile empatiei le găsim încă în filosofia greacă, „*empathia*”, avînd sensul de „afectat” sau „mișcat”, în opoziție cu cel de „*apatheia*” ce semnifică „neafectat”.

Empatia apare ca o capacitate, cu program ereditar, peste care se clădește viitorul comportament empatic, o trăsătură de

personalitate ce poate atinge valențe aptitudinale prin intermediul căreia omul poate înțelege, cunoaște și prezice conduitele altuia, facilitatoare a interacțiunii sociale și performanței. Empatia este abilitatea de a simți sentimentele altcuiva, de a vedea lumea prin ochii lui și de a comunica această înțelegere persoanei la același nivel. Emoțiile celeilalte persoane sunt simțite și înțelese, dar nu se pierde abilitatea de a face distincția între sentimentele proprii și cele ale partenerului de conversație. Cu alte cuvinte, potrivit lui L. Wispe, în cazul empatiei „eu” se simte „celălalt”, ca și cum ar fi în intimitatea altcuiva pentru a-i retrăi gândurile, stările, acțiunile fără identificarea cu celălalt, fără pierderea identității proprii. Empatia a fost, de asemenea, asociată cu compasiunea, iubirea, grija, bunăvoința, altruismul și înțelegerea socială. Atât în literatura de specialitate, cât și în literatura de popularizare, empatia și compasiunea sunt folosite adesea ca sinonime. Cu toate acestea, sunt teoreticieni care fac distincția între empatie și compasiune, definind-o pe cea de-a doua ca reprezentând sentimente de tristețe sau de grijă pentru ceilalți. În precizarea conceptului de empatie există, așa cum am observat, o serie de dificultăți de natură terminologică. Alte dificultăți se referă la surprinderea structurii și mecanismului psihologic al empatiei, aspect punctat sugestiv de Ch. Lalo: „Când încercăm studiul fenomenului de *Einführung*, credem că am avea o idee clară. Pe măsură ce înaintăm în această problemă, ne dăm seama că nu avem și nu putem avea nici o noțiune coerentă a acestei stări de spirit. Rămâne s-o trăim fără să o înțelegem.” Datorită naturii sale și lipsei unei unități terminologice și conceptuale, empatia a fost descrisă și tratată diferit. Din perspectiva personalistă, empatia apare ca o trăsătură de personalitate, căpătând uneori valențe aptitudinale, „manifestată ca o conduită participativă, conștientă și inconștientă, aparentă și inaparentă, față de un model de comportament uman, facilitând un act de cunoaștere, de

comunicare interumană cu valoare predictivă ca și un act de identificare afectivă, empatia devine o însușire proprie condiției umane”.

Primele preocupări privind acest fenomen psihic le întâlnim la filozoful german Th. Lipps care, la începutul secolului XX, utilizează termenul *Einfuhlung* în accepția „a se simți pe sine în ceva” cu referire în special la procesul imitației motorii, concept pe care îl aplică în domeniul esteticii și înțelegerea persoanelor [1].

E. B. Titchener, psiholog englez de la Universitatea Corneli, introduce termenul empatie la începutul secolului XX, drept corespondent al cuvântului german *Einfuhlung*. El a tradus noțiunea de *Einfuhlung* a lui Lipps prin conceptul de **empatie**, de la grecescul „*empathia*”, și a păstrat ideea Eu-lui proiectat în obiectul perceput. Potrivit concepției lui, expusă în anul 1909, nu putem cunoaște conștiința altei persoane prin raționamente analogice, de la comportamentele noastre la ale altei persoane. Este necesară prezența unei imitații sinestezice interioare. În a doua sa concepție, expusă în anul 1915, empatia se referă la imaginația conștientă a a subiectului asupra emoțiilor unei alte persoane, printr-o tendință de umanizare și personalizare a mediului.

L. Wispe apreciază că E. Titchener anticipează doua concepte diferite asupra empatiei: o cale de cunoaștere a afectelor altora și o cale de relație social-cognitivă.

În literatura psihologică definițiile empatiei converg spre perceperea ei ca:

- abilitate de precizare, de recunoaștere a dispozițiilor psihologice ale unei persoane (J. Guilford, 1959).
- aptitudinea de a sesiza mentalitatea altuia, sentimentele, dorințele, opiniile sale ori, și mai concret, a preciza conduitele sale (J. Maisonneuve, 1966).
- percepere a cadrului intern de referință al altuia cu toate componentele sale emoționale „ca și cum” ai fi cealaltă persoană,

dar fără a pierde condiția de „ca și cum” (C. Rogers, G. Kinget, 1971).

- un construct multidimensional în care se coroborează aspectul cognitiv predictiv de percepere a perspectivei altuia, reactivitatea emoțională, aspectul funcționării și motivației interpersonale etc. (M. Davis, 1983).

- capacitatea, cu program ereditar, pe care se clădește viitorul comportament empatic; o trăsătură de personalitate ce poate atinge valențe aptitudinale prin intermediul căreia omul poate înțelege, cunoaște și prezice conduitele altuia; facilitatoare a interacțiunii sociale și performanței (M. Caluschi, 2001).

Definiția oferită de S. Marcus, creatorul Școlii de empatie de la București, constituie o abordare sintetică a fenomenului, delimitând mecanismul general de producere a acestuia, starea finală și conținutul apreciativ ca premisă a comunicării și interacțiunii optime. Autorul concepe empatia ca un construct multidimensional, deoarece ea poate fi tratată din 3 perspective: *ca însușire comună de personalitate, ca proces și ca produs psihic.*

Conform aceluiași autor „*empatia este un fenomen psihic manifestat în cadrul conduitei omului în relațiile cu semenii săi... este acel fenomen psihic de identificare parțială sau totală, conștientă sau inconștientă, aparentă sau inaparentă a unei persoane cu un model de comportament uman perceput sau evocat, favorizând un act de înțelegere și comunicare implicită, precum și o anumită contagiune afectivă*” [2].

După 25 de ani de cercetări și reflecții, creatorul școlii de empatie din București afirmă ca dorește să ofere o nouă variantă de definire a empatiei, luând în considerare caracterul sintetic, de cuprindere a unor aspecte care să ateste diferențele specifice ale fenomenului psihic cercetat în contextul altor fenomene psihice aflate în proximitate. Ca urmare el elaborează următoarea definiție:

„empatia este acel fenomen psihic de retrăire a stărilor gândurilor și acțiunilor celuilalt, dobândit prin transpunerea psihologică a eu-lui într-un model obiectiv de comportament uman, permițând înțelegerea modului în care celălalt interpretează lumea” [3].

Considerând cele două definiții constatăm că prima este operațională, dar mai analitică, autorul realizând o descriere cuprinzătoare a empatiei ca proces și produs, iar ultima este o definiție sintetică asupra empatiei ca fenomen psihic delimitând mecanismul general de producere al ei, starea finală, conținutul apreciativ ca premisă a comunicării și interacțiunii individuale optime. Ambele definiții sunt operaționale și oferă o imagine precisă și completă a fenomenului empatic (ca potențialitate, proces, produs) utilă în realizarea unor noi cercetări.

C. Rogers, considerat cel mai influent teoretician al empatiei în domeniul psihoterapiei, în definiția sa, publicată pentru prima dată în 1959, empatia a numit-o *stare*. El afirmă că „a fi empatic” înseamnă „a percepe cu acuratețe cadrul intern de referință a altuia cu exactitate, cu toate componentele sale emoționale și semnificațiile care-i aparțin ca și cum ar fi cealaltă persoană, dar fără a pierde condiția de *ca și cum*. Aceasta înseamnă să simți durerea sau plăcerea altuia așa cum el o simte și să percepi cauzele așa cum el le percepe, dar fără de a pierde acest *ca și cum eu aș avea durere sau plăcere*, etc. Dacă calitatea de „ca și cum” este pierdută atunci este o stare de identificare”.

Perceperea cadrului de referință al altuia presupune „un amplu proces cognitiv, emoțional, motivațional, ca și profunde reacții vegetative. Mai târziu, C. Rogers a definit empatia „ca un proces de intrare în lumea perceptivă a celuilalt, care ne permite să devenim sensibili la toate mișcările afective ce se produc în el”.

Fenomenul empatic este descris și abordat diferit. Astfel, sunt evidențiate următoarele definiții:

W. Wundt situează empatia printre procesele elementare de asimilație. „Empatia este un fel de proces de percepție, caracterizat de transferul afectiv al unui conținut psihic esențial în obiect; acesta este astfel asimilat subiectului și este atât de legat de el încât subiectul se simte în obiect”.

G. Allport definește empatia, pornind de la o critică a teoriei lui Th. Lipps, drept „transpunerea imaginară a sinelui în gândirea, afectele și acțiunile altuia, notând că imitarea atitudinilor și expresiilor faciale ale celorlalți joacă în viața de zi cu zi un rol mult mai important decât ne dăm seama” [1].

P. Popescu-Neveanu a susținut ideea că empatia este o vibrație, concomitent organică, psihică și comportamentală, ea fiind tensiunea întregului organism cu efecte de atragere și respingere, căutare sau evitare [4].

V. Pavelcu spune că „empatia nu reprezintă o simplă proiectare a sentimentelor noastre, ci o trăire cu o considerabilă doză de obiectivitate”. După V. Pavelcu „Cheia înțelegerii altora se află în propriile noastre vibrații afective”. Dacă Th. Lipps considera imitația ca mecanism de producere a empatiei, studiile ulterioare au subliniat rolul identificării și proiecției (sub influența freudismului) și a modelării (G. Maxwell, T. Parsons). Asupra complexității mecanismului de producere a empatiei atrage atenția și J. Maisonneuve, când apreciază că empatia nu se confruntă nici cu identificarea nici cu proiecția, nici cu simpla imitație, ci ea corespunde funcției însăși a comunicării și înțelegerii umane.

Empatia este unul dintre conceptele care s-a bucurat de un larg interes atât din partea specialiștilor din domeniul psihologiei, cât și din domenii mai mult sau mai puțin conexe, cum ar fi cel al artei, fapt pentru care ne confruntăm cu o mare diversitate a perspectivelor din care a fost definită, ca o reflectare a nevoii autorilor de a prinde în aceste delimitări conceptuale propriile teorii și explicații privitoare la mecanismul psihologic al producerii conduitei empatice.

Fiecare autor a încercat să dea acestui fenomen de retrăire, prin transpunerea în psihologia celuilalt, propria explicație și, cum era și firesc, explicațiile au evoluat în timp.

Bibliografie

1. Allport, G., Structura și dezvoltarea personalității, Didactică și Pedagogică, București, 1981.
2. Lipps, Th., Estetica. Psihologia frumosului și a artei, partea a II-a, Contemplarea estetică și artele plastice, 1987.
3. Marcus, S., David, I., Predescu, A., Empatia și relația profesor elev, Academiei R. S. R., București, 1987.
4. Pavelcu, V., Cunoașterea de sine și cunoașterea personalității, Ed. Didactică și Pedagogica, București, 1982.

CAUZELE MANIFESTĂRILOR ANXIOASE LA ȘCOLARUL MIC

PLETNIOV Olesea, lector

Summary

Anxiety is an affective state characterized by a feeling of insecurity, disorder. Anxiety disorders are very common and affects 14% of the population. The term anxiety understand a number of changes that occur in our body, in our way of thinking and behavior. Anxiety in childhood is a disorder involving behavioral inhibition and negative emotionality, causing a loss of autonomy and low self-esteem.

In the process of developing natural fears can become problematic if don't disappear over time or if they are severe enough that affects daily functioning of a child. There are various causes of event feeling anxious children.

Anxietatea este o stare afectivă caracterizată printr-un sentiment de insecuritate, de tulburare. Tulburările de anxietate sunt foarte frecvente și afectează 14% din populație. Acuzele pacienților sunt de natură fizică, ei nefiind conștienți că la baza problemelor