

Многофакторный опросник эмпатии М. Дэвиса (Interpersonal Reactivity Index, IRI)

Многофакторный опросник эмпатии М. Дэвиса (Interpersonal Reactivity Index, IRI) – одна из наиболее широко используемых в западных странах методик для оценки эмпатии. Автор опросника М. Дэвис описывает эмпатию в самом широком смысле – как реакцию на наблюдаемый опыт другого. <https://psytests.org/emotional/iri.html>

- Шкала **Децентрация** (Perspective-Taking, дословно «смена перспективы») направлена на измерение оценки индивидом своей склонности учитывать точку зрения других людей в повседневной жизни. Шкала оценивает тенденцию восприятия, понимания, принятия в расчет точки зрения, опыта другого человека. Эта тенденция связана с успешностью социального функционирования и более высоким самоуважением.
- Шкала **Сопереживание** (Fantasy, дословно «фантазия») отражает тенденцию к воображаемому перенесению себя в чувства и действия вымышленных героев книг, фильмов, спектаклей и т. д. Данные процессы в таком контексте – театральном, художественном – часто обозначаются как «вживание» или «сопереживание». В толковых словарях русского языка Благодаря сопереживанию как определенному отождествлению, раскрывается смысловое содержание произведения, происходит его эстетическое переживание.
- Шкала **Эмпатическая забота** (Empathic Concern) оценивает тенденцию испытывать чувства теплоты, сострадания и беспокойства о других людях, выявляет «помогающее» отношение и симпатию к чьим-либо чувствам. Таким образом, данная шкала оценивает чувства, направленные на другого: симпатию и сочувствие к несчастью других, жалость, сострадание, желание помочь. М. Дэвис дифференцирует такие чувства от просто эмоциональной чувствительности и восприимчивости, подчеркивая их этический аспект.
- Шкала **Эмпатический дистресс** (Personal Distress) позволяет выявить чувства неловкости и дискомфорта в реакции на эмоции других в ситуациях оказания помощи, в напряженном межличностном взаимодействии, при наблюдении переживаний других людей, при этом направленные, в отличие от эмпатической заботы, на себя. По данным многочисленных исследований, такие негативные чувства, чаще всего раздражения, тревоги, беспокойства, возникающие в связи со страданиями и переживаниями другого, ведут к стремлению избавиться от них любым путем – как проигнорировав чувства другого, так и оказав помощь, но не ради благополучия другого, а ради своего спокойствия.

Экспресс-диагностика эмпатии (модификация И.М. Юсупова)

Эмпатия (англ. empathy – вчувствование) является специфической формой психического отражения и играет важную роль в познании человеком окружающего мира.

Цель методики: Исследование эмпатии как индивидуальнопсихологического свойства личности.

Оснащение: Опросник содержит 6 диагностических шкал эмпатии, выражающих отношение к родителям, животным, старикам, детям, героям художественных произведений, знакомым и незнакомым людям.

В опроснике 36 утверждений, по каждому из которых испытуемый должен оценить, в какой мере он с ним согласен или не согласен, используя 6 вариантов ответов:

1. «не знаю»;
2. «никогда или нет»;
3. «иногда»;
4. «часто»;
5. «почти всегда»;
6. «всегда или да».

Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко (тест на эмпатию Бойко)

Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко (тест на эмпатию Бойко) предназначена для оценки умения сопереживать и понимать мысли и чувства другого.

Эмпатия - от греч. *empathēia* - "сопереживание". Эмпатия предполагает осмысленное представление внутреннего мира партнера по общению. Эмпатия возникает быстрее и легче в случае сходства поведенческих и эмоциональных реакций. В качестве особых форм эмпатии выделяют: - сопереживание - переживание собеседником тех же самых чувств, которые испытывает другой человек, ставя себя на его место; - сочувствие - переживание из-за чувств другого. Эмпатическая способность личности возрастает с ростом жизненного опыта.

Различают три вида эмпатии:

эмоциональную эмпатию, основанную на механизмах подражания поведению другого человека;

когнитивную эмпатию, базирующуюся на интеллектуальных процессах (сравнение, аналогия и т.д.);

предикативную эмпатию, проявляющуюся как способность человека предсказывать реакции другого в конкретных ситуациях.

Оснащение: Опросник содержит 36 вопросов, на каждый из которых испытуемый должен ответить "да" или "нет".

Диагностика эмпатии. Методика А.А. Меграбяна

Опросник «Эмпатия» измеряет степень эмоционального отклика как способность приобщаться к эмоциональным переживаниям другого человека, переживать его эмоциональные состояния как свои собственные, сочувствовать ему, прийти в нужный момент на помощь, создать в общении необходимый эмоциональный фон, соответствующий настроению партнера и особенностям ситуации.

Опросник позволяет измерить следующие компоненты эмпатии:

ЭмТ - эмпатическая тенденция, способность к сопереживанию, впечатлительность. (Эмоциональный уровень эмпатии).

ТПр - тенденция к присоединению, способность к проявлению тепла, дружелюбия, поддержки, оказания помощи. (Действенная эмпатия).

Оснащение: Опросник содержит 50 вопросов, на каждый из которых испытуемый должен ответить "да" или "нет".