

**REFERENCES:**

1. Maria Kryza-Lacombe, Elise Tanzini. Hedonic and Eudaimonic Motives: Associations with Academic Achievement and Negative Emotional States Among Urban College Students. *Journal of Happiness Studies* volume 20, pages1323–1341, 2019.
2. Péter Simor, Kendra N. Krietsch, Ferenc Köteles. Day-to-Day Variation of Subjective Sleep Quality and Emotional States Among Healthy University Students—a 1-Week Prospective Study. *International Journal of Behavioral Medicine* volume 22, pages625–634, 2015.
3. Pototska I., Rysynets T., Loiko L., Loiko Y. The impact of social isolation on the emotional state of students. *Norwegian Journal of development of the International Science*. VOL.2. №62/2021. – P. 65-69.
4. Wahyu Nanda Eka Saputra, Agus Supriyanto. Peace Counseling Approach (PCA) to Reduce Negative Aggressive Behavior of Students. *Universal Journal of Educational Research* 8(2): 631-637, 2020

**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EMPATHY DEVELOPMENT****Martynova Y.,***Pirogov National Medical University, Vinnitsia (Ukraine)**PhD in Medical Sciences, assistant professor of the Department of Medical Psychology and Psychiatry with the course of postgraduate education, Vinnitsia***Rudenko H.,***Pirogov National Medical University, Vinnitsia (Ukraine)**Assistant of the Department of Medical Psychology and Psychiatry with the course of postgraduate education, Vinnitsia***Matsko N.,***Pirogov National Medical University, Vinnitsia (Ukraine)**Assistant of the Department of Medical Psychology and Psychiatry with the course of postgraduate education, Vinnitsia***Пнытський Н.***Pirogov National Medical University, Vinnitsia (Ukraine)**Assistant of the Department of Medical Psychology and Psychiatry with the course of postgraduate education, Vinnitsia***ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЇ****Мартинова Ю.Ю.***Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова, Вінниця (Україна)**К.мед.н., доцент кафедри медичної психології та психіатрії з курсом післядипломної освіти, Вінниця***Руденко Г.С.***Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова, Вінниця (Україна)**Асистент кафедри медичної психології та психіатрії з курсом післядипломної освіти, Вінниця***Мацько Н.Г.***Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова, Вінниця (Україна)**Асистент кафедри медичної психології та психіатрії з курсом післядипломної освіти, Вінниця***Гльницький Г.О.***Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова, Вінниця (Україна)**Асистент кафедри медичної психології та психіатрії з курсом післядипломної освіти, Вінниця***Abstract**

The article presents the results of an ontogenetic study of empathy in adolescence and early adolescence. The forms and levels of empathy are described. The studied dynamics of empathy development reflects age features and describes the leading activity of each of the studied age periods.

**Анотація**

У статті представлені результати онтогенетичного дослідження емпатійності в підлітковому та ранньому юнацькому віці. Описуються форми та рівні прояву емпатії. Досліджена динаміка розвитку емпатії відображає вікові особливості та описує провідну діяльність кожного з досліджуваних вікових періодів.

**Keywords:** empathic development, age periodization, adolescents, adolescents, sensitivity, ontogenesis.

**Ключові слова:** емпатійний розвиток, вікова періодизація, підлітки, юнаки, чутливість, онтогенез.

Згідно визначення наведеному у психологічному словнику, емпатія – це осягнення емоційних станів іншої людини; психічний процес, який дає змогу зрозуміти переживання іншої людини (механізм пізнання); дія індивіда, що допомагає йому особливому вибудувати спілкування (особливий вид уваги до іншої людини); здібність властивість, здатність проникати в психічний стан іншої людини (характеристика людини, тобто емпатійність).

Емпатія, будучи системним утворенням, водночас входить до складної системи. Такою системою є особистість людини. У зв'язку з цим онтогенетичний розвиток емпатії визначається, перш за все, онтогенетичними закономірностями генезису індивіда й особистості, а також індивідуальними відмінностями в становленні і прояві емпатійності. Онтопсихологічний підхід дозволяє якнайповніше розкрити закономірності розвитку емпатії на різних етапах особистісного буття людини.

Базовим положенням у дослідженні динаміки онтогенезу емпатії в дитячому віці є ідея Л.С.Виготського про соціальну ситуацію розвитку – ідея міжіндивідуального становлення вищих психічних функцій. Дорослий для дитини — не просто умова особистісного розвитку, а один із безпосередніх учасників цього процесу, його суб'єкт. Між дорослим і дитиною встановлюються глибокі особистісні взаємостосунки, всередині яких відбувається особистісний розвиток і становлення кожного з суб'єктів взаємодії.

Емпатія є необхідним атрибутом взаємодії і спілкування людей. У зв'язку з цим її доцільно досліджувати, враховуючи особливості розвитку стосунків індивіда з навколишнім середовищем. Оскільки емпатія є емоційно-когнітивно-конативним феноменом, то її онтогенез необхідно розглядати у взаємозв'язку, відповідно, з розвитком емоцій, когніцій і характеру міжособистісних взаємодій індивідів.

Розвиток емпатії – це процес формування етичних мотивів, що діють мимоволі на користь іншого. За допомогою емпатії відбувається залучення дитини до світу переживань інших людей, формується уявлення про цінність іншого, розвивається і закріплюється потреба в благополуччі інших людей. У міру психічного розвитку дитини і структуризації її особистості емпатія стає джерелом етичного розвитку.

В підлітковому середовищі, починають вперше виявлятися статеві відмінності у відносинах до різних об'єктів емпатії. Дівчатка-підлітки в цілому проявляють велику ступінь співчуття до тварин, ніж хлопчики. Цей факт можна вважати результатом більш раннього засвоєння дівчатками моральних норм, а також більшою орієнтацією дівчаток на спілкування, їх прагненням мати визнання в міжособистісних відносинах, в той час як хлопчики більш орієнтовані на предметні досягнення.

Відомі результати досліджень у галузі вікової психології роблять можливим проведення порівняльного аналізу особливостей розвитку і прояву емпатії, в основному, в дитячому і підлітковому віці [1,3]. Як правило, поява здатності співпереживати

та співчувати відносять до раннього або дошкільного віку, як елемент самоактуалізації особистості [2].

Для дослідження емпатії нами було використано шкалу емоційного відгуку (Balanced Emotional Empathy Scale - BEES). Цей опитувальник був розроблений Альбертом Меграбяном (Albert Mehrabian) і модифікований Н. Епштейном. З точки зору А. Меграбяна, емоційна емпатія - це здатність співпереживати іншій людині, відчувати те, що відчуває інший, переживати ті ж емоційні стани, ідентифікувати себе з ним. Як показали дослідження, емоційна емпатія пов'язана із загальним станом здоров'я людини, його соціальною адаптованістю і відображає рівень розвитку навичок взаємодії з людьми.

Методика «Шкала емоційного відгуку» дозволяє проаналізувати загальні емпатійні тенденції випробуваного, такі її параметри, як рівень вираженості здатності до емоційного відгуку на переживання іншого і ступінь відповідності / невідповідності знака переживань об'єкта і суб'єкта емпатії. Об'єктами емпатії виступають соціальні ситуації та люди, яким випробуваний міг співпереживати в повсякденному житті.

Опитувальник складається з 25 суджень закритого типу - як прямих, так і зворотних. Випробуваний повинен оцінити ступінь своєї згоди / незгоди з кожним із них. Шкала відповідей (від «повністю згоден» до «повністю не згоден») дає можливість виразити відтінки ставлення до кожної ситуації спілкування.

Виділяють такі рівні вираженості здатності особистості до емоційного відгуку на переживання інших людей (емпатії):

- 82-90 балів - дуже високий рівень;
- 63-81 бал - високий рівень;
- 37-62 бали - нормальний рівень;
- 36-12 балів - низький рівень;
- 11 балів і менше - дуже низький рівень.

Високі показники по здатності до емпатії знаходяться в зворотному зв'язку з агресивністю і схильністю до насильства; високо корелюють з поступливістю, готовністю прощати інших (але не себе), готовністю виконувати рутинну роботу.

Люди з високими показниками за шкалою емоційного відгуку в порівнянні з тими, у кого низькі показники частіше:

- на емоційні стимули реагують зміною шкірної провідності і почастищенням серцебиття;
- більш емоційні, частіше плачуть;
- як правило, мали батьків, які проводили з ними багато часу, яскраво виявляли свої емоції і говорили про свої почуття;
- проявляють альтруїзм в реальних вчинках, схильні надавати людям діяльну допомогу;
- демонструють аффіліативну поведінку (що сприяє підтримці і зміцненню дружніх відносин);
- менш агресивні;
- оцінюють позитивні соціальні риси як важливі;
- більш орієнтовані на моральні оцінки.

Вміння співпереживати іншим людям - цінна якість, проте при її гіпертрофії може формуватися емоційна залежність від інших людей, хвороблива ранимість, що ускладнює ефективну соціалізацію і навіть може призводити до різних психосоматичних захворювань.

Люди із середнім (нормальним) рівнем розвитку емпатії в міжособистісних відносинах більше схильні судити про інших по вчинках, ніж довіряти своїм особистим враженням. Як правило, вони добре контролюють власні емоційні прояви.

Люди з низьким рівнем розвитку емпатії в міжособистісних відносинах відчувають труднощі у встановленні контактів з людьми, некомфортно почувують себе у великій компанії, не розуміють емоційних проявів та вчинків, часто не знаходять взаєморозуміння з оточуючими. Вони набагато більше продуктивні при індивідуальній роботі, ніж при

груповій, схильні до раціональних рішень, більше цінують інших за ділові якості і ясний розум, ніж за чуйність.

Вибір неефективних поведінкових стратегій може бути наслідком особистісних особливостей людини або свідомством незнання ним діяльних форм участі в житті інших людей. Для розвитку емпатичних здібностей потрібно удосконалювати комунікативні навички, особливо вміння слухати іншого, перефразувати, відображати і віддзеркалювати емоції. Дуже корисні тренінги асертивності, «гімнастика почуттів».

Досліджуваними були 40 школярів 6 –11 класів ЗОСШ №32 м. Вінниці та 40 першокурсників Вінницького національного медичного університету ім. М.І. Пирогова. Результати дослідження відображені в таблиці 1 та рисунках 1 – 4.

Таблиця 1

Вікова динаміка здатності до емпатії на етапі дорослішання (у %)

| Рівні емпатії | 6 клас | 7 клас | 8 клас | 9 клас | 10 клас | 11 клас | 1 курс |
|---------------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|--------|
| Високий       | 3,70   | 5,66   | 6,25   | 17,17  | 4,89    | 8,92    | 10,58  |
| Середній      | 77,78  | 45,28  | 56,25  | 43,43  | 50,37   | 54,46   | 55,02  |
| Низький       | 18,52  | 45,28  | 34,38  | 33,34  | 42,48   | 34,27   | 31,75  |
| Дуже низький  | 0,00   | 3,78   | 3,12   | 6,06   | 2,26    | 2,35    | 2,65   |

Аналіз показників розвитку емпатії в пубертатному та постпубертатному періодах виявив деякі її вікові особливості і закономірності. Вище зазначалось, що на динаміку емпатії в підлітковому віці впливають загальні особливості психічного та особистісного розвитку цього періоду.

Так, у шестикласників виявлено загальну позитивну спрямованість на іншу людину. У більшості з них відзначається середній рівень емпатії. Вони не схильні до агресії. Лише 18,52% шестикласників мають низьку емпатійність.

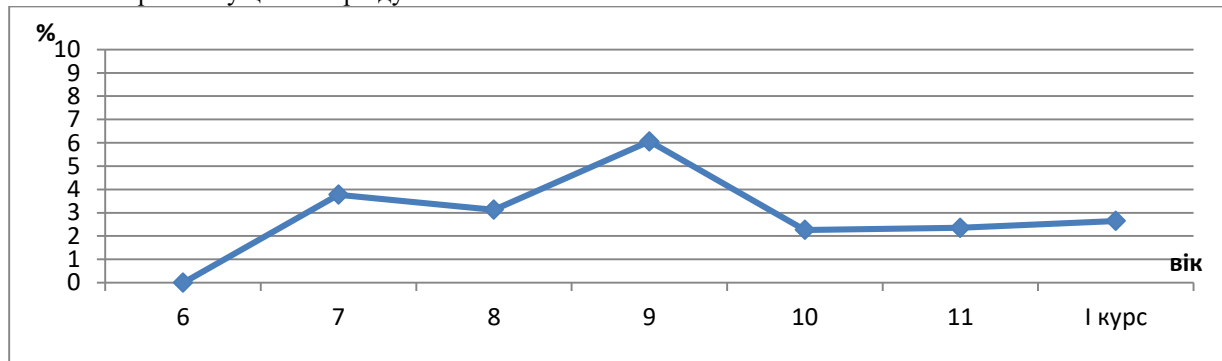


Рис. 1. Вікова динаміка дуже низької емпатії

Зовсім іншу картину спостерігаємо у семикласників. Схоже, що особливості емпатійності відображають «кризу 13 років» та індивідуалістичну акцентуацію, пік якої, за Д.І. Фельдштейном, припадає на середину пубертату. Індивідуалістичну

акцентуацію підлітки проявляють у спрямованості активності на задоволення насамперед власних потреб, на особисте самоствердження. Суспільство, інші люди цікавлять їх опосередковано, крізь призму власних інтересів.

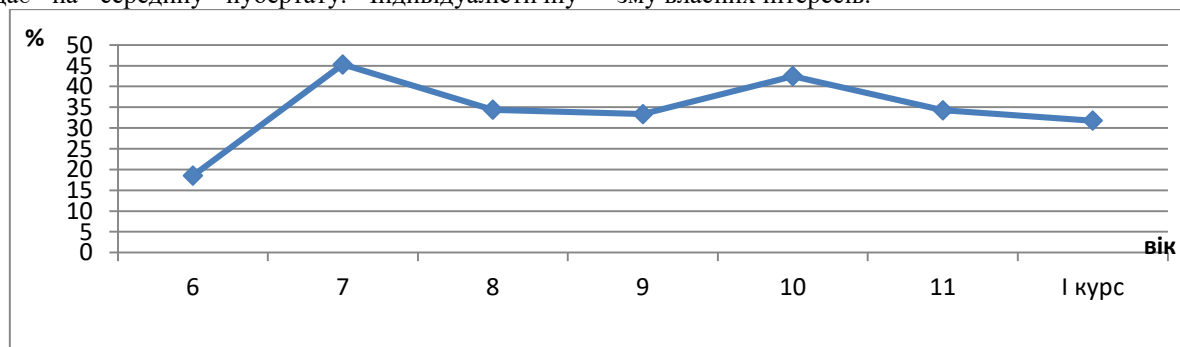


Рис.2. Вікова динаміка низької емпатії

Після 13 років намічається тенденція до збільшення кількості підлітків, які мають середній і високий рівень розвитку емпатії. Особливо значні позитивні зміни спостерігаються у 8 класі.

Дев'ятикласники дещо порушують загальну позитивну динаміку розвитку емпатії. Схоже, що на

межі між пубертатом і постпубертатом найяскравіше проявляється юнацький максималізм, який обумовив найбільшу диференціацію рівнів розвитку емпатії у школярів. Так, частки високоемпатійних дев'ятикласників і таких, які мають дуже низьку емпатію, найбільші порівняно з учнями всіх інших класів підліткового та юнацького періодів.

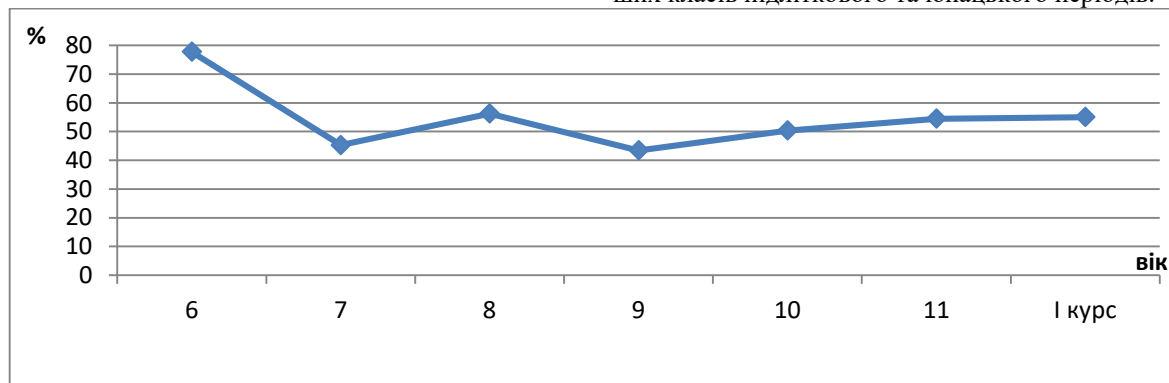


Рис. 3. Вікова динаміка середньої емпатії

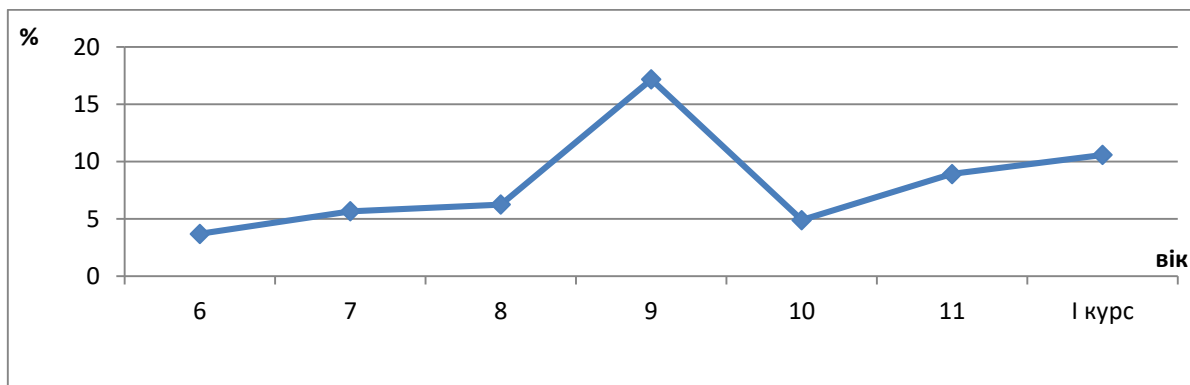


Рис. 4. Вікова динаміка високої емпатії

На початку раннього юнацького віку, в 15-16 років (10 клас), знову відбувається пониження емпатійності майже до рівня 7 класу. Лише на 5% більше десятикласників порівняно з семикласниками мають середній рівень розвитку емпатії. І всього майже на 3% менше низькоемпатійних юнаків порівняно з підлітками середнього віку.

Очевидно велика кількість дев'ятикласників, які проявляють крайні полярні варіанти емпатії, а також різке зниження показників високого рівня емпатійності у десятикласників пов'язані з інтенсифікацією якісної перебудови у цьому віці самосвідомості та моральної свідомості, пошуком еґо-ідентичності, стилю життя, а також його сенсу. Експериментальне дослідження особистісних та психологічних корелятивів емпатії опишемо в наступному розділі.

Зовсім іншу картину вікової динаміки емпатії спостерігаємо у ранньому юнацькому віці порівняно з підлітковим. Після 15-16 років відбувається плавна позитивна динаміка у розвитку емпатії. З кожним роком збільшується кількість осіб, які мають високий та середній рівень розвитку емпатії, а низькоемпатійних юнаків та дівчат стає менше. Така стабільна і плавна динаміка емпатії протягом пері-

оду ранньої юності, очевидно, репрезентує інтеграційні процеси в становленні емпатійності як особистісної якості.

У підлітковому віці відбувається різка диференціація значущості об'єктів емпатії. Найбільш значущими емпатійними об'єктами стають поодинокі однолітки-друзі та референтні групи, до яких розвиваються вищі рівні, відповідно, монооб'єктних та групоцентричних емпатійних ставлень. Цей період є сенситивним для розвитку цих ставлень. Спостерігається нерівномірний, дискретний розвиток емпатійності у підлітків різного віку.

У ранньому юнацькому віці та на початку зрілої юності маємо плавну позитивну динаміку розвитку емпатії, яка репрезентує інтеграційні процеси в становленні емпатійності як особистісної якості.

Упродовж юнацького віку розвивається готовність до прояву трансфінітної емпатії, яка є психологічним новоутворенням цього періоду. Високий рівень розвитку самосвідомості, смислової сфери, пошук еґо-ідентичності, сенсу життя, переживання кохання у юнацькому віці обумовлюють розвиток найвищого, духовного рівня емпатії, який проявляється в трансцендентних емпатійних ставленнях.

Висновки. Емпатія є системним багатовимірним утворенням, що належить до метасистеми «лю-

дина – світ». Вона має структурні (рівні відображення емпатогенної ситуації і відповідні їм види емпатії), динамічні (механізми розвитку емпатії), функціональні (емпатійні ставлення й їх типи) і хронологічні (вікові) характеристики.

Аналіз показників розвитку емпатії в пубертатному та постпубертатному періодах виявив деякі її вікові особливості і закономірності. На динаміку емпатії в підлітковому віці впливають загальні особливості психічного та особистісного розвитку цього періоду.

Розвиток емпатійності особистості на пряму пов'язаний з психологічними особливостями перебігу та провідною діяльністю кожного з вікових періодів.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Журавльова, Л.П. *Вікова динаміка емпатії в період дорослішання*. Вісник Дніпропетровського університету, 17 (9/1). 2009. - С. 68-75.
2. Потоцька І.С. Психологічні особливості самоактуалізації особистості раннього юнацького віку // Вісник Київського інституту бізнесу та технологій. – 2016. – Вип. 3. – С. 55-58.
3. Хоржевська І.М. *Емпатійні прояви у дитини підліткового віку* / І. М. Хоржевська // Психологія: реальність і перспективи. - 2013. - Вип. 2. - С. 179-182.