

УДК 37

DOI: 10.34670/AR.2020.46.6.175

Эмпатия и ее роль в межличностном взаимодействии в подростковом возрасте

Анисимова Екатерина Владимировна

Педагог, психолог,

Московский государственный психолого-педагогический университет,
127051, Российская Федерация, Москва, ул. Сретенка, 29;

e-mail: anisimovaev@mgppu.ru

Аннотация

В статье представлен теоретический анализ проблемы особенностей проявления эмпатии в межличностном взаимодействии в подростковом возрасте. Основные задачи – обобщение данных современных исследований в области подростковой эмпатии, а также анализ данных относительно влияния эмпатии и эмпатических способностей на развитие человека как части социума в подростковом возрасте. В тексте приводятся примеры конкретных исследований, проводимых на подростках с целью изучения эмпатических способностей и определения их связи со сформированными у взрослого человека способностями к альтруизму, сопереживанию и сочувствию. Рассматриваются гендерные различия в развитии эмпатии и эмпатических способностей. Результаты теоретических и эмпирических исследований позволяют сделать вывод, что эмпатия – внутренняя изменяемая характеристика личности, с помощью которой человек воздействует на других и другие воздействуют на него. Показано, что подростковый возраст как активный период социализации открывает путь исследованию особенностей формирования эмпатии, что дает возможность разработать на этой основе модель среды, в которой, через развитие эмпатии в подростковом возрасте можно развивать просоциальное поведение индивида в обществе. Изучение эмпатии в период становления личности в подростковом и юношеском возрасте позволяет углубить понимание процесса развития эмпатических способностей человека с целью формирования здоровой духовной личности.

Для цитирования в научных исследованиях

Анисимова Е.В. Эмпатия и ее роль в межличностном взаимодействии в подростковом возрасте // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2019. Т. 8. № 6А. С. 244-255. DOI: 10.34670/AR.2020.46.6.175

Ключевые слова

Эмпатия, эмпатические способности, подросток, подростковый возраст, межличностное взаимодействие, социализация, социум.

Введение

Согласно данным последних исследований в области психологии [Анисимова, 2019; Василюк, 2016; Загородская, 2019; Feudtner, 2020], для современного человека важно быть эффективным во всех сферах своей жизни – на работе, в кругу друзей и близких, от этого зависит его статус и положение, а также конкурентоспособность. Чтобы занять свое место среди других, необходимо не только обладать нужными знаниями, умениями и навыками в среде профессиональной или бытовой деятельности, но и уметь взаимодействовать с другими людьми на межличностном уровне [Decety, 2004; Feudtner, 2020]. Как указывают авторы современных отечественных [Анисимова, 2019; Загородская, 2019; Кырова, Кувалдина, 2015; Холмогорова, Авакян др., 2015] и зарубежных исследований [Carrier, 2015; Fagiano, 2018; Feudtner, 2020; Vossen, Piotrowski et al., 2015; Vossen, Valkenburg, 2016], «важную роль во всяком взаимодействии, где задачей собеседников является передача и донесение какой-либо информации, играет способность понимать чувства другого и осознанно сопереживать ему». Процесс осознанного сопереживания текущему эмоциональному состоянию другого человека без потери ощущения внешнего происхождения этого переживания в психологии получил название «эмпатия» [Психологический..., 1999, 417]. Осознанное сопереживание – значит, обдуманное, следовательно для того, чтобы оно возникло, человек приложил волевое усилие, которое имеет направленное действие. Это важно, поскольку существование эмпатии возможно только в том случае, если индивид имеет действительное и осознанное желание помочь другому человеку, а точнее – почувствовать эмоциональное состояние другого человека. Эмпатия, таким образом, предстает перед нами как своеобразный энергетический процесс, где основными элементами являются воля, эмоции и чувства разных людей. Вчувствуясь в эмоции другого, сопереживая с его чувственным состоянием, человек получает возможность, как говорил К. Роджерс, «встать в ботинки другого». Таким образом, эмпатии свойственно выступать в объединяющей роли для двух или более индивидов, то есть для того, чтобы эмпатия «работала», необходимо, как минимум, два действующих лица: тот, на кого направлена эмпатия, и тот, кто ее использует в процессе взаимодействия. Причем это взаимодействие характеризуется как межличностное, поскольку в нем принимают участие два действующих лица, между которыми существует обратная эмоциональная связь. Однако при этом важно сохранять понимание, что чувства и эмоции принадлежат другому, иными словами, важно помнить о том, кому именно в данный конкретный момент времени оказывается эмпатическая поддержка. Таким образом, становится понятно, что эмпатия это не только характеристика, развивающаяся в процессе онтогенеза отдельной личности, внутри нее, а достаточно сложный механизм межличностного взаимодействия.

Поскольку способность к эмпатическому сопереживанию человек приобретает не сразу, а развивает в себе в течение всей своей общественной жизни [Василюк, 2016, 215], важно изучить роль эмпатии в процессе социализации личности.

Несмотря на то, что эмпатия является широко известным понятием, до сих пор существует множество вопросов относительно периода ее становления и развития, что позволяет говорить о недостаточной изученности данной проблемы [Загородская, 2019, 246]. В данной статье представлен анализ современных отечественных и зарубежных исследований в области эмпатии, рассматриваются особенности развития эмпатии и эмпатических способностей в те периоды развития человека, когда этот процесс выражен наиболее ярко, а именно в подростковом и юношеском возрастах, а также изучается роль эмпатии в процессе

межличностного взаимодействия.

Основная часть

Многие исследователи и теоретики определяли термин эмпатии по-разному, подчеркивая в нем различные смысловые значения и аспекты. Например, Эдвард Титченер, вводя в психологический обиход термин «эмпатия», понимал его как некий процесс «вчувствования» (от нем. *einfuhlung*) [Titchener, 1909], описанный Т. Липпсом в контексте эстетического восприятия: «субъект «вчувствуется» в объект природы или искусства, проецирует себя в него, внутренне имитирует, и таким образом понимает» [Гаврилова, 1995, 149]. Безусловно, современное понимание эмпатии существенно отличается от первоначального, пришедшего к нам в XX веке. Это обусловлено тем, что многие психологи и психотерапевты того времени не смогли «пройти мимо» этого термина, а нашли ему применение в своих теориях. Так, Карл Р. Роджерс писал следующее: «эмпатия – это способность встать в ботинки другого» [Роджерс, 1984, 56]. С.Л. Рубинштейн понимал эмпатию как эмоционально-опосредованное отношение к окружающим, как любовь человека к человеку, а Т.П. Гаврилова находит в эмпатии две составляющие – сопереживание и сочувствие, и утверждает, что в случае сочувствия проявляются альтруистические тенденции индивида, а в случае сопереживания – эгоистические [Гаврилова, 1995, 152]. Другие исследователи психологии отмечают исключительную роль эмпатии в различных областях знаний, начиная социологией и заканчивая психологическим консультированием. Они указывают на то, что эмпатия – это необходимый элемент в эффективном межличностном взаимодействии, как для ребенка в среде сверстников, так и для взрослого в его профессиональной и бытовой деятельности. Подтверждением тому являются данные современных отечественных и зарубежных исследований [Decety, Jackson, 2004; Preston, de Waal, 2002; Carrier, Spradlin et al, 2015; Feudtner, 2020; Vossen, Piotrowski et al., 2015; Vossen, Valkenburg, 2016], где раскрывается роль и значение эмпатии и эмпатических способностей в актуальных на сегодняшний день сферах социального взаимодействия, а именно, в процессе онтогенеза личности (в подростковом и юношеском возрастах) в современном цифровом обществе и в профессиональной деятельности врачей и психологов-практиков. Таким образом, мы видим, что интерес к эмпатии не угасает вот уже на протяжении нескольких десятилетий, специалисты различных областей знаний (философия, медицина, психология и т.д.) ежегодно подтверждают важную роль этого понятия в процессе межличностного взаимодействия индивидов во множестве социальных сфер, что доказывает актуальность данной проблематики для современного общества.

Итак, отталкиваясь от данных современных исследований в области эмпатии [Анисимова, 2019; Долгова, Мельник и др., 2015; Холмогорова, Авакян и др, 2015; Alloway, 2014; Carrier, Spradlin et al., 2015; Decety, Jackson, 2004; Fagiano, 2018; Feudtner, 2020; Vossen, Piotrowski et al., 2015; Vossen, Valkenburg, 2016], заметим, что большинство авторов указывают на то, что эмпатия – важный элемент межличностного взаимодействия внутри социума, а подростковый возраст, как один из наиболее ярких этапов социализации характеризуется высокой значимостью межличностного взаимодействия для формирующейся личности.

Являясь периодом, открывающим путь развития многим психическим процессам, подростковый возраст также запускает формирование и задатков эмпатических способностей [Кырова, Кувалдина, 2015; Юсупов, 1995], что в свою очередь делает возможным формирование альтруистических и просоциальных форм поведения индивида [Carrier, Spradlin et al, 2015, 44].

К тому же, являясь важным условием эффективного межличностного взаимодействия, эмпатия помогает подросткам в осуществлении их основного вида деятельности в данном возрасте – общения.

Так как развитие личности в подростковом возрасте определяется интимно-личностным характером общения со сверстниками, а позднее и со значимыми взрослыми, первое место среди просоциальных потребностей занимают общение и дружеские взаимоотношения, предполагающие стремление к принятию другого и его полному пониманию, роль эмпатии в подростковом возрасте становится чрезвычайно значимой. Тем не менее, уровень развития эмпатических способностей в период отрочества, как правило, не достаточно высок для того, чтобы послужить подростку в процессе выстраивания им межличностных отношений [Ситяева, 2013, 153].

Главный парадокс заключается в том, что в подростковом возрасте индивид осознает, каким должен быть результат его межличностных взаимодействий, однако при этом у него не хватает средств для его достижения [Долгова, Мельник, Петрова, 2015, 88]. Это в свою очередь касается и развития способности к сочувствию и сопереживанию, иначе говоря, вчувствованию или эмпатии, которые так необходимы подрастающему индивиду для выстраивания адекватных межличностных связей. Именно поэтому в большинстве исследований, где основной кластер испытуемых занимают подростки, эмпатия рассматривается как необходимое условие для успешного осуществления процесса межличностного взаимодействия. Это чрезвычайно важно, поскольку лишь конструктивное, положительное и созидающее значение эмпатии при ее использовании есть ключ от секретного механизма успешных межличностных взаимоотношений.

Многие исследователи характеризуют подростковый возраст как период маргинальной социализации [Юсупов, 1995, 21; и др.]. «Подросток занимает промежуточную нишу между различными возрастными и социальными группами, что делает его уязвимым к разного рода социальным влияниям, которые имеют возможность воздействия на неустойчивую в этом возрасте психику индивида. В подростковом возрасте это может выражаться в неконтактности в общении, эгоцентричности, повышенной тревожности, а также проявляться в реакциях компенсации, эмансипации и т.д.» [Юсупов, 1995, 15]. Таким образом, на плечи подростка ложится тяжелая ноша – научиться принимать и понимать себя, а также не забывать о выстраивании адекватных межличностных связей, не имея при этом необходимых знаний, умений и навыков. Все, что есть у человека в этом возрасте, это скудный жизненный опыт и всевозрастающие требования социума, в котором ему необходимо не просто развиваться, а на первых порах просто-напросто выживать. Именно здесь у подростка, оказавшегося в таких непростых условиях, оказывается небольшой спасательный круг под названием эмпатия в виде еще только развивающихся способностей к сопереживанию и вчувствованию. В этот период эмпатия делает большой скачок в своем развитии, поскольку подростковый возраст – это пора, когда обостряются все чувства и эмоции, которые только есть у человека, они становятся необычайно яркими, настолько, что приобретают способность к гиперреакции [Decety, Naturaliser..., 2002, 11]. Эмоции и чувства – это пища для эмпатии, это то, благодаря чему она существует, однако подросток, как правило, еще не понимает, что с ней делать и как ее использовать, потому что в большей степени центрирован на собственных переживаниях. Единственная возможность для подростка в развитии своих эмпатических способностей, которые позволят ему в какой-то мере обуздать собственные эмоции и чувства, это общение. Референтная группа, если она удовлетворяет всем требованиям подростка, – эта та среда, в

которой эмпатия и эмпатические способности начинают свое развитие [Крушельницкая, Орлов, 2013, 9].

Согласно данным зарубежных исследований [Alloway, Runac et al., 2014; Decety, Jackson, 2004; Fagiano, 2018; Feudtner, 2020; Vossen, Valkenburg, 2016], при изучении феномена эмпатии (эмпатических способностей) и их развития в подростковом возрасте, отмечалось, что существуют глубокие связи между эмпатийностью и нравственным поведением [Decety, Naturaliser..., 2002, 13]. Суждения и поступки индивида в подростковом возрасте во многом отражают нравственные нормы, усвоенные индивидом на предыдущих этапах онтогенеза. Подростки, у которых выявлен высокий уровень эмпатии, при успехе или неудаче в процессе межличностного взаимодействия и общения, склонны находить объяснение в собственных внутриличностных характеристиках [Богдановская, Проект и др., 2013, 53]. Те подростки, которым свойственен более низкий уровень эмпатических способностей, своим неудачам в общении и межличностном взаимодействии дают экстермальную оценку [Крайг, 2000, 357].

Наряду с обнаружением связи между нравственным поведением и эмпатией, выявлено, что эмпатийность в период своего развития в подростковом возрасте имеет не только онтогенетическую основу. Доказано, что установка на сочувственное отношение к объекту взаимодействия, если она задана извне, может способствовать появлению и переживанию чувства вины за наличествующее неблагополучное состояние объекта [Fagiano, 2018; Feudtner, 2020]. Таким образом, те подростки, которые ориентировались на данную заданную извне установку в большей степени испытывали чувство вины ввиду отсутствия справедливости, имеющегося, по их мнению, в отношении объекта, к которому им задано было испытывать сочувствие, чем те подростки, которым данная установка задана не была [Юсупов, 1995, 42]. В данном случае интерес представляет факт более сильных переживаний у мальчиков-подростков, нежели у девочек, что, в свою очередь, является свидетельством гендерных различий в эмпатии. Однако стоит отметить, что подобная реакция может быть обусловлена тем, что установка на эмпатийное реагирование задана искусственно и позволяет субъекту глубже, нежели в обычном его состоянии, вникнуть в ситуацию, в которой находится объект переживания и прочувствовать причины его поведения. Таким образом, мы видим, что ситуация в некоторой степени концентрирована и не дает субъекту возможности не проявить сочувствие, что, в свою очередь, не позволяет говорить о просоциальной направленности личности субъекта. Иными словами, если субъект смог испытать эмпатийные чувства в заданных условиях, то это не является гарантией того, что в реальной жизни его реакция будет такой же при виде настоящих переживаний другого человека. Однако существует вероятность того, что чем больше таких заданных условий и ситуаций будет в практическом применении у субъекта, тем выше станет вероятность того, что в ситуации реального переживания другого человека субъект выберет эмпатийную, сочувствующую модель поведения [Юсупов, 1995, 46]. Это свидетельствует о том, что способность к эмпатии возможно развивать в специально заданных условиях и тренировать как навык. Несмотря на то, что подобные исследования не дают значительных представлений об эмпатическом поведении подростка в реальной жизненной ситуации, они раскрывают условия, в которых та или иная личность способна в большей или меньшей степени проявить свои эмпатические способности [Холмогорова, Авакян и др., 2015, 120].

Эмпатия не просто механизм, развивающийся внутри человека, при определенных условиях (в которых у эмпатии появляется возможность проявить себя), она оказывает значительное влияние на выстраивание межличностных отношений. Она регулирует процесс вхождения личности в социум, оказывает положительное воздействие на характер отношения личности к

себе, другим людям и внешнему миру [Холмогорова, Авакян и др., 2015, 105]. Здесь начинается процесс построения межличностных связей и взаимоотношений. «Представление о другом человеке у подростка тесно связано с уровнем собственного самосознания. Представление о себе через представление о другом формируется обязательно при условии, что этот «другой» дан не абстрактно, а в рамках достаточно широкой социальной деятельности, в которую включено взаимодействие с ним. Подросток «соотносит» себя с другим не вообще, а прежде всего преломляя это соотношение в разработке совместных решений. При выстраивании межличностных взаимоотношений, в процессе изучения и познания другого человека одновременно работает несколько разных механизмов: попытка понять поведение другого, эмоциональная оценка его поступков, а также строящаяся на этом модель стратегии поведения этого другого в будущем, однако самое важное – построение собственной стратегии поведения» [Ситяева, 2013, 154].

Межличностные взаимоотношения подростки начинают выстраивать в первую очередь в пределах той референтной группы, внутри которой происходит их общение, в процессе которого развиваются навыки взаимодействия, взаимопонимания и взаимовлияния. В группе у подростка появляется возможность оценить свои успехи или неудачи, сравнить себя с другими или благодаря признанию занять желаемое положение и получить уважение среди сверстников (не всегда благодаря только лишь социально-положительным действиям), утвердиться в их глазах [Анисимова, 2019, 21]. Выстраивание межличностных взаимоотношений для подростка имеет особенное значение, поскольку ему важен не просто сам факт вербального общения с человеком: в подростковом возрасте важно нравиться тому человеку, который нравится самому подростку, важно чувствовать себя свободно в референтной группе и разделять при этом интересы других участников [Анисимова, 2019, 22]. При этом значимыми для подростка являются сохранение собственной индивидуальности и возможность свободно выражать свои мысли и чувства.

У подростков появляется потребность в исследовании своего физического «Я» [Крайг, 2000, 421]. Они понимают, что для эффективного взаимодействия и общения, несомненно, особую значимость имеет самопознание, т.е. способность понять себя, свое собственное эмоциональное состояние, а также способность понимать других людей и их эмоциональное состояние. В результате с возросшей потребностью в общении, чем и характеризуется подростковый возраст, индивид начинает сталкиваться с определенными сложностями в сфере межличностного общения и взаимодействия [Decety, Jackson, 2004, 75]. Это происходит в большей степени потому, что эмоциональные проявления в процессе общения по сути своей индивидуальны у каждого человека, и это в достаточной степени затрудняет их прочтение для взрослого человека, не говоря уже о подростке, который только постигает возможности межличностного взаимодействия. В решении данной проблемы нет равных эмпатии, поскольку именно при помощи этого инструмента можно отследить не просто физические проявления человеческих чувств и эмоций, а скорее почувствовать причины их появления, что в свою очередь может помочь совладать с ними. Ситуация, в которой находится партнер по общению, получает возможность чувственного восприятия со стороны подростка [Юсупов, 1995, 12].

Эмпатия не всегда «работает» только лишь посредством вербальных способов выражения, при длительном межличностном контакте существует шанс возникновения особенных «эмпатических отношений», в которых появляется возможность общаться на ином невербальном, эмоционально-чувственном уровне. Порой одного взгляда хватает, чтобы передать всю полноту понимания проблемы другого и особенностей его переживаний. И это

подчеркивает тот факт, что степень эмпатической включённости в эмоционально-чувственный мир другого человека может быть различной.

Для того чтобы подтвердить это заключение, вновь обратимся к данным современных исследований подростковой эмпатийности, но на этот раз обратим внимание на особенности проявления эмпатии в зависимости от пола подростка.

Итак, согласно полученным данным, эмпатические способности имеют гендерные отличия. «Исследования, проводимые в подростковой среде, обнаруживают половые различия в отношениях к различным объектам эмпатии, например к животным. Выявлено, что подросткам женского пола свойственны проявления большей степени сочувствия к животным, нежели подросткам-мальчикам. Авторы исследований полагают, что данный факт является результатом более раннего усвоения девочками нравственных норм и принципов, к тому же девочки-подростки в большей степени, нежели мальчики, ориентированы на общение с целью признания при построении межличностных связей. Мальчики-подростки более ориентированы на предметные достижения» [Ситяева, 2013, 157]. Данные различия исследователи объясняют отличающимися друг от друга гендерными особенностями социализации у подростков. Например, процесс социализации у подростков женского пола характеризуется поиском социального одобрения и конформностью. В подростковом возрасте способность к эмпатии является фундаментом для выстраивания межличностных отношений и становится основой дружеского общения у подростков, а сама эмпатия приобретает социальные черты. Как писала Г. Крайг, «если вы не знаете того, что чувствует другой человек, вы не сможете ему сочувствовать» [Крайг, 2000, 137].

Н. Айзенберг полагает, что эмпатия в подростковом возрасте раньше развивается у девочек, поскольку, согласно нормам социума, в которых развивается современный подросток, девочкам-подросткам более свойственны забота и сострадание. Мальчики-подростки, черпающие из социума несколько иные нормы и модели поведения, достигают подобного уровня эмпатии ближе к юношескому возрасту. Что касается просоциальной мотивации, то, согласно заключению Н. Айзенберг, в подростковом возрасте она действует на непроизвольном, неосознанном уровне, а принципы, сформированные под воздействием социума, семейного воспитания и других референтных групп в совокупности с нравственными принципами и убеждениями, выступают в роли причины, источника поведения индивида [Долгова, Мельник, Петрова, 2015, 89]. Благодаря развитию механизма эмпатии, способности к сопереживанию, сочувствию и эмоциональному вчувствованию могут стать основой устойчивого мотива поведения в пользу другого человека.

Поскольку эмпатия позволяет понять проблему другого человека не столько на рациональном, сколько на эмоциональном уровне, то подростки, у которых эмпатические способности развиты больше, имеют гораздо больше шансов на успех в общении, чем те, у кого этот навык отсутствует или недостаточно развит. Слушание – тот навык общения, применяя который подросток может установить эффективное взаимодействие с миром других людей, однако при развитом навыке эмпатии, эти способности не просто усиливаются, они позволяют передать партнеру по общению свое понимание мира. И раз эмпатия это навык, то, как и любой другой, его можно развить, а подростковый возраст – лучшее время для его развития.

Таким образом, нужно подчеркнуть, что эмпатия является психическим личностным образованием, при условии ее развития в период подросткового возраста и при достаточной степени выраженности она способна стать стимулом альтруистического и просоциального поведения. В ряде зарубежных исследований [Decety, Jackson, 2004; Preston, de Waal, 2002],

проводимых на подростках, существует описание т.н. эффекта переноса эмпатийного переживания с подросткового возраста на юношеский и взрослый с сохранением эмоционального знака переживаемого состояния. Эмоционально-чувственное взаимопонимание внутри семьи, между детьми и родителями и между двумя родителями в детском возрасте способствует тому, что в подростковый период и в период взрослости индивиду будет легче оказывать эмпатическую поддержку нуждающимся в ней людям. Этот механизм будет им понятен на подсознательном уровне. Действительно и обратное, чем хуже выстроены взаимоотношения внутри семьи, тем ниже вероятность того, что подросток, а в будущем и взрослый сможет эмпатийно реагировать на окружение и не чувствовать при этом отрицательных переживаний [Кырова, Кувалдина, 2015, 37].

Исходя из проведенного выше анализа и возвращаясь к роли эмпатии в межличностном взаимодействии в подростковом возрасте, подведем итог. Во-первых, эмпатия, как способность к чувственному восприятию способна оказывать влияние на процесс межличностного взаимодействия, делая его более четким и осмысленным и как следствие более эффективным, поскольку партнер по общению понимается на более глубоком чувственном уровне. Во-вторых, в процессе социализации личности в подростковом возрасте активно устанавливаются обновленные жизненные взгляды, перестроенные под воздействием нового опыта, и претерпевают изменения уже устоявшиеся представления об отношениях между людьми, интенсивно развиваются нравственные ценности и жизненные перспективы [Холмогорова, Авакян, 2015; Fagiano, 2018; Feudtner, 2020]. Исходя из проведенного выше анализа современных исследований в области эмпатии, можно утверждать, что под воздействием развивающегося механизма эмпатии и при условии эффективного межличностного взаимодействия в подростковом возрасте процесс социализации личности приобретает более выраженные просоциальные характеристики.

Заключение

Итак, на сегодняшний день большую значимость имеют изыскания, изучающие процесс становления способности к эмпатии в подростковом возрасте, поскольку именно в этот период развития человека наиболее ярко проявляются все его внутриличностные особенности, вступающие во взаимодействие с социумом в целом и другими людьми в частности, а эмпатия является одной из этих внутриличностных особенностей. Однако, несмотря на большое количество исследований, данные об особенностях эмпатического развития в подростковом возрасте в большей степени носят фрагментарный, «мозаичный» характер; не было предпринято попыток обобщения полученных данных, а представления о развитии эмпатии в недостаточной степени систематизированы. Тезис, описанный Т.П. Гавриловой в конце прошлого столетия [Гаврилова, 1995, 150], «о важности исследования генезиса эмпатии и условий ее формирования» и по сей день актуален и подчеркивается из года в год во многих современных отечественных и зарубежных исследованиях [Анисимова, 2019; Долгова, Мельник и др., 2015; Холмогорова, Авакян и др., 2015; Alloway, 2014; Carrier, Spradlin et al., 2015; Decety, Jackson, 2004; Fagiano, 2018; Feudtner, 2020; Vossen, Piotrowski et al., 2015; Vossen, Valkenburg, 2016].

Эмпатия – это сложный феномен, оказывающий огромное влияние на онтогенез личности и на выстраивание межличностных взаимоотношений [Загородская, 2019, 246]. Эмпатия неразрывно связана с системой межличностных взаимоотношений и играет большую роль в этом механизме. Она существует в динамике, развивается и формируется вместе с личностью в

подростковом возрасте и обусловливается спецификой социального окружения в этот период. На развитие эмпатии огромное влияние оказывает целый комплекс социально-психологических факторов, таких как: гендерные особенности, первый институт социализации, референтная группа.

Межличностное взаимодействие – основная среда, в которой подросток может тренироваться в использовании своих эмпатических способностей. В этот возрастной период эмпатия проходит процесс своего становления, поскольку подросток еще только учится коммуницировать с социумом, применяя на практике получаемый в референтном окружении опыт [Крушельницкая, Орлов, 2013, 8]. Согласно проведенному выше анализу, можно с уверенностью сказать, что способность к эмпатии напрямую связана с эффективностью межличностных коммуникаций в подростковом возрасте, она отвечает за альтруистические и просоциальные явления, демонстрируемые индивидом в критические возрастные периоды по отношению к референтной группе в частности и всему обществу в целом.

Предпринятый в данной статье анализ современных отечественных и зарубежных исследований по проблеме эмпатии в подростковом и юношеском возрасте позволяет отметить, что исследование данной предметной области позволяет подобрать ключ к пониманию особенностей формирования здоровой личности, способной к адекватному межличностному и социальному взаимодействию, а также альтруистическому поведению.

Подростковый и юношеский возраст – это период в онтогенезе личности человека, когда есть уникальная возможность воздействовать на развитие и процесс формирования психики и нравственных качеств индивида. Формируя эмпатические способности и развивая эмпатию, можно влиять на образ будущей личности подростка или юноши, закладывая в ней просоциальные характеристики и положительные социальные качества, так необходимые в условиях современного общества.

Опираясь на все вышесказанное, просоциальная модель поведения индивида в обществе – это совокупность социально значимых характеристик (положительные социальные нравственные качества, способность к сопереживанию и сочувствию, альтруизм), в формировании которых активное участие принимает эмпатия.

Таким образом, эмпатия – это ключ к формированию здоровой духовной личности.

Библиография

1. Анисимова Е.В. Роль и значение эмпатии в межличностном взаимодействии в подростковом возрасте // Социальная психология: вопросы теории и практики. Материалы IV Ежегодной научно-практической конференции памяти М.Ю. Кондратьева (13–14 мая 2019 г.). – М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2019. 296 с. С. 20-23.
2. Богдановская И.М., Проект Ю.Л., Богдановская А.Б. Особенности формирования личности в подростковом возрасте как индикаторы качества образовательной среды // Психологическая наука и образование. 2013. № 6. С. 49-57.
3. Василюк Ф.Е. Сопереживание как центральная категория понимающей психотерапии // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Том 24. № 5. С. 205-227.
4. Гаврилова Т.П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии. // Вопросы психологии. 1995. №2. С. 147-158
5. Долгова В.И., Мельник Е.В., Петрова Н.М. Феномен эмпатии в психологических исследованиях // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Том 31. С. 86-90. URL: <http://e-koncept.ru/2015/95524.htm> / (дата обращения: 13.02.2020)
6. Загородская М.А. Значимость феномена эмпатии в современном обществе // Молодой ученый. 2019. №12. С. 244-247.
7. Крайг Г. Психология развития: Пер. с англ. СПб.: Питер, 2000. 992 с.
8. Крушельницкая О.Б., Орлов В.А. Взаимодействие учащихся с референтным окружением как фактор их личностного развития // Вестник Московского государственного областного университета. Серия:

- Психологические науки. 2013. № 1. С. 5-12.
9. Кырова М.А., Кувалдина Е.А. Особенности эмпатии у современных подростков // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Том 32. С. 36-40. URL: <http://e-koncept.ru/2015/95544.htm>.
10. Пономарева М.А. Эмпатия: теория, диагностика, развитие: монография / М.А. Пономарева. Минск : Бестпринт, 2010. 76 с.
11. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. - 2-е изд., перераб. и доп. М.: Педагогика-Пресс, 1999. 440 с.
12. Роджерс К. Эмпатия // Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Виллюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 288 с.
13. Ситяева С.М. Психологические особенности эмпатии подростков // Амурский научный вестник. 2013. №3. С. 151-158.
14. Социальная психология. Словарь / под. ред. М.Ю. Кондратьева. М., 2006.
15. Холмогорова А.Б., Авакян Т.В., Клименкова Е.Н., Малюкова Д.А. Общение в интернете и социальная тревожность у подростков из разных социальных групп // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Том 23. № 4. С. 102-129. doi:10.17759/cpp.2015230407
16. Юсупов И.М. Психология эмпатии (Теоретические и прикладные аспекты): Дис. докт. психол. наук И.М. Юсупов. СПб.: 1995. 252 с.
17. Alloway T., Runac R., Qureshi M., Kemp G. Is Facebook linked to selfishness? Investigating the relationships among social media use, empathy, and narcissism // Social Networking. 2014. 3. P. 150-158. doi:10.4236/sn.2014.33020
18. Carrier L.M., Spradlin A., Bunce J.P., Rosen L.D. Virtual empathy: Positive and negative impacts of going online upon empathy in young adults // Computers in Human Behavior. 2015. 52. P. 39-48. doi:10.1016/j.chb.2015.05.026
19. Decety, J. Naturaliser l'empathie // [Empathy naturalized]. L'Encéphale.: 2002. P. 9-20. 28 p.
20. Decety, J., Jackson, P.L. The functional architecture of human empathy // Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews. 2004. 3. P. 71-100.
21. Fagiano M. Pluralistic conceptualization of empathy // Journal of Speculative Philosophy. 2018. 30(1). P. 27-44.
22. Feudtner. Ch. Empathy in Action // Pediatrics. 2020. 145. №2. DOI: 10.1542/peds.2019-3116 originally published online January 27, 2020;
23. Hatcher S.L., Favorite T.K., Hardy E.A., Goode R.L., De Shetler L.A., Thomas R.M. An Analogue Study of Therapist Empathic Process: Working With Difference // Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. 2005. 42(2). P. 198-210.
24. Preston, S. D., de Waal, F.B.M. // Empathy: Its ultimate and proximate bases. Behavioral and Brain Sciences, 2002. 25. P. 1-72.
25. Titchener E. Elementary psychology of the thought processes. New York: Macmillan. 1909.
26. Vossen H.G.M., Piotrowski J.T., Valkenburg P.M. Development of the Adolescent Measure of Empathy and Sympathy (AMES) // Personality and Individual Differences. 2015. 74. P. 66-71. doi:10.1016/j.paid.2014.09.040
27. Vossen H.G.M., Valkenburg, P.M. Do social media foster or curtail adolescents' empathy? A longitudinal study // Computers and Human Behavior. 2016. Vol. 63. P. 118-124. doi:10.1016/j.chb.2016.05.040

Empathy and its role in interpersonal interaction in adolescence

Ekaterina V. Anisimova

Teacher, Psychologist,
Moscow state psychological and pedagogical University,
127051, 29, Sretenka st., Moscow, Russian Federation;
e-mail: anisimovaev@mgppu.ru

Abstract

The article presents a theoretical analysis of the problem of empathic behavior of adolescents in interpersonal interaction. The main tasks are to summarize the data of modern research in the field of adolescent empathy, as well as analyze data on the impact of empathy and empathic abilities on human development as part of society in adolescence. According to the results of the theoretical study described in the article, empathy makes the process of interpersonal interaction between

teenagers effective and meaningful, which contributes to the development of moral behavior and altruism. The application of the data obtained as a result of the research presented in the article makes it possible to develop a model of the environment in which, through the development of empathy in adolescence, one can develop the pro-social behavior of the individual in society. The study of empathy during the formation of personality in adolescence allows you to deepen understanding of the development of empathic abilities of a person in order to form a healthy spiritual personality.

For citation

Anisimova E.V. (2019) Empatiya i ee rol' v mezhlichnostnom vzaimodeistvii v podrostkovom vozraste [Empathy and its role in interpersonal interaction in adolescence]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 8 (6A), pp. 244-255. DOI: 10.34670/AR.2020.46.6.175

Keywords

Empathy, empathic abilities, teenager, adolescence, interpersonal interaction, socialization, society.

Referents

1. Anisimova E.V. Rol' i znachenie empatii v mezhlichnostnom vzaimodeistvii v podrostkovom vozraste [The role and importance of empathy in interpersonal interaction in adolescence]. *Sotsial'naya psikhologiya: voprosy teorii i praktiki. Materialy IV Ezhegodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii pamyati M.Yu. Kondrat'eva (13–14 maya 2019 g.)* [Social psychology: questions of theory and practice. Materials of the IV Annual scientific and practical conference in memory of M.Yu. Kondratyeva (May 13-14, 2019)]. Moscow, 2019, pp. 20-23.
2. Bogdanovskaya I.M., Proekt Yu.L., Bogdanovskaya A.B. Osobennosti formirovaniya lichnosti v podrostkovom vozraste kak indikatory kachestva obrazovatel'noi sredy [Features of personality formation in adolescence as indicators of the quality of the educational environment]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie*, 2013, no. 6, pp. 49-57.
3. Vasilyuk F.E. (2016) Soperezhivanie kak tsentral'naya kategoriya ponimayushchei psikhoterapii [Experience as a value category of understanding psychotherapy]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*, Vol. 24, no. 5, pp. 205-227.
4. Gavrilova T.P. Ponyatie empatii v zarubezhnoi psikhologii [The concept of empathy in foreign psychology]. *Voprosy psikhologii*. 1995, no. 2, pp. 147-158
5. Dolgova V.I., Mel'nik E.V., Petrova N.M. (2015) Fenomen empatii v psikhologicheskikh issledovaniyakh [The phenomenon of empathy in psychological research]. *Nauchno-metodicheskii elektronnyi zhurnal «Kontsept»*, Vol. 31, pp. 86–90. Available from: <http://e-koncept.ru/2015/95524.htm> [Accessed 13/02/20].
6. Zagorodskaya M.A. Znachimost' fenomena empatii v sovremennom obshchestve [The significance of the phenomenon of empathy in modern society]. *Molodoi uchenyi*, 2019, no. 12, pp. 244-247.
7. Craig G.J. (2000) *Human development*. Prentice Hall. (Russ. ed.: Kraig G. (2000) *Psikhologiya razvitiya*. St.Petersburg. Piter Publ.).
8. Krushelnitskaya O.B., Orlov V.A. Vzaimodeistvie uchashchikhsya s referentnym okruzeniem kak faktor ikh lichnostnogo razvitiya [The interaction of students with the reference environment as a factor in their personal development]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta. Seriya: Psikhologicheskie nauki*, 2013, no. 1, pp. 5-12.
9. Kyrova M.A., Kuvaldina E.A. (2015) Osobennosti empatii u sovremennykh podrostkov [Features of empathy in modern teens]. *Nauchno-metodicheskii elektronnyi zhurnal «Kontsept»*, Vol. 32. pp. 36-40. Available from: <http://e-koncept.ru/2015/95544.htm> [Accessed 04/02/20].
10. Ponomareva M.A. (2010) *Empatiya: teoriya, diagnostika, razvitie: monografiya* [Empathy: theory, diagnosis, development. Monograph.]. Minsk: Bestprint Publ.
11. Zinchenko V.P., Meshcheryakova B.G. (eds.) (1999) *Psikhologicheskii slovar* [The psychological dictionary]. Moscow: Pedagogika-Press Publ.
12. Vilyunasa V.K., Gippenreiter Yu.B. (eds.) (1984) *Rodzhers K. Empatiya. Psikhologiya emotsii. Teksty* [Rogers C.R. Empathy. Psychology of emotions. Texts]. Moscow: MSU Publ.
13. Sityaeva S.M. Psikhologicheskie osobennosti empatii podrostkov [Psychological features of empathy of adolescents]. *Amurskii nauchnyi vestnik*, 2013, no. 3, pp. 151-158.

14. M.Yu. Kondratiev. (ed.) (2006) *Sotsial'naya psikhologiya. Slovar'* [Social Psychology. Vocabulary.]. Moscow.
15. Kholmogorova A.B., Avakyan T.V., Klimenkova E.N., Malyukova D.A. (2015) Obshchenie v internete i sotsial'naya trevozhnost' u podrostkov iz raznykh sotsial'nykh grupp [Internet communication and social anxiety among adolescents from different social groups]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*, Vol. 23, no. 4. pp. 102-129. doi:10.17759/cpp.201523040
16. Yusupov I.M. (1995) *Psikhologiya empatii (Teoreticheskie i prikladnye aspekty) Dokt. Diss* [Psychology of empathy (Theoretical and applied aspects) Doct. Diss.]. St. Petersburg.
17. Alloway T., Runac R., Qureshi M., Kemp G. Is Facebook linked to selfishness? Investigating the relationships among social media use, empathy, and narcissism. *Social Networking*, 2014, 3, pp. 150-158. doi:10.4236/sn.2014.33020
18. Carrier L.M., Spradlin A., Bunce J.P., Rosen L.D. Virtual empathy: Positive and negative impacts of going online upon empathy in young adults. *Computers in Human Behavior*, 2015, 52, pp. 39-48. doi:10.1016/j.chb.2015.05.026
19. Decety, J. Naturaliser l'empathie. *L'Encéphale*, 2002, pp. 9-20.
20. Decety, J., Jackson, P.L. The functional architecture of human empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 2004, 3, pp. 71-100.
21. Fagiano M. Pluralistic conceptualization of empathy. *Journal of Speculative Philosophy*, 2018, 30(1), pp. 27-44.
22. Feudtner. Ch. Empathy in Action. *Pediatrics*, 2020, 145, no. 2. doi: 10.1542/peds.2019-3116
23. Hatcher S.L., Favorite T.K., Hardy E.A., Goode R.L., De Shetler L.A., Thomas R.M. An Analogue Study of Therapist Empathic Process: Working With Difference. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 2005, 42(2), pp. 198-210.
24. Preston, S. D., de Waal, F.B.M. Empathy: Its ultimate and proximate bases. *Behavioral and Brain Sciences*, 2002, 25, pp. 1-72.
25. Titchener E. (1909) *Elementary psychology of the thought processes*. New York: Macmillan.
26. Vossen H.G.M., Piotrowski J.T., Valkenburg P.M. Development of the Adolescent Measure of Empathy and Sympathy (AMES). *Personality and Individual Differences*, 2015, 74, pp. 66-71. doi:10.1016/j.paid.2014.09.040
27. Vossen H.G.M., Valkenburg, P.M. Do social media foster or curtail adolescents' empathy? A longitudinal study. *Computers and Human Behavior*, 2016, Vol. 63, pp. 118-124. doi:10.1016/j.chb.2016.05.040