**Олена Гаєвська**

**(Вінниця, Україна)**

**ЗДАТНІСТЬ ДО ЕМПАТІЇ І ЯКОСТІ ІНТЕРПЕРСОНАЛЬНИХ ВІДНОСИН У ПІДЛІТКІВ І МОЛОДІ**

Соціальна дезадаптація широко розповсюджена серед старших підлітків і студентської молоді, що тісно пов’язано з низькою якістю інтерперсональних відносин та малим розміром соціальних зв’язків [2; c.7]. Головною умовою соціальної адаптації являються надійна прив’язаність до соціуму. Ряд зарубіжних досліджень фіксує наявність зв’язків між емпатією і прив’язаністю [1;c.17]. В монографії, присвяченій дослідженню онтогенетичного розвитку соціального пізнання, описані результати дослідження, що показують зв'язок цієї здатності з типом прихильності: у дітей з надійним типом прихильності значимо нижче здатність до розпізнавання емоційного стану іншої людини. В оглядових та емпіричних дослідження розвиток емпатії підкреслюється наявністю багатьох факторів, що впливають на цей процес [5; c.10].

Різні види прив’язаності (материнська, батьківська, до однолітків) пов’язані з когнітивною та емоційною емпатією у дівчат та у юнаків по різному. Прив’язаність до батька і до однолітків вносить великий вклад в розвиток когнітивної емпатії, при чому цей вклад вище у дівчат, ніж у юнаків. Прив’язаність до матері впливає на розвиток емоційної емпатії як у юнаків, так і у дівчат. Прив’язаність до однолітків впливає на розвиток емоційної емпатії тільки у дівчат. Надійна прив’язаність пов’язана з високими показниками емпатії і більш низькими показниками ревнощів.

Вітчизняні спеціалісти по роботі з девіантними підлітками в своєму дослідженні показали, що розвиток здатності до металізації допомагає підліткам долати особистий негативний досвід в відношеннях з іншими людьми, навчитися ефективно вступати в комунікацію з оточуючими, оволодівати новими формами соціальної поведінки. Розвинена здатність до емпатії пов’язана з успішним розв’язанням конфліктів і про соціальною поведінкою [1; c.20]. Здатність до емпатії росте в результаті спілкування, в процесі якого запускаються механізми міжособистісного пізнання і розуміння. Емпатичні здатності людей впливають на розмір їх соціальних зв’язків, а найбільш сильний вплив на якість інтерперсональних відносин має емпатійна турбота.

Для вивчення питання здатності до емпатії серед молоді та юнаків було проведено дослідження.

Ціль: дослідити зв'язок прив’язаності та різних компонентів емпатії у старших підлітків і студентської молоді.

Задача: дослідити і порівняти вираженість різних компонентів емпатії у старших підлітків і студентської молоді з різним типом прив’язаності.

Були використані дві методики: опитувальник «Індекс між особової реактивності» (InterpersonalReactivityIndex – IRI), розроблений М.Девісом, адаптований Т.Д.Карягіною, Н.В.Кухтовою і тест прив’язаності, розроблений С.Хезен і Ф.Шейвером (Hazan-Zhaverforcedchoiceattachmentparagraphs), в адаптації А.Б.Холмогорової.

Отримані в дослідженні відмінності вираженості компонентів емпатії відносяться до аналогічних результатів зарубіжних досліджень. Було показано, що надійна прив’язаність сприяє емоційній саморегуляції. Цей результат емпатичного дистреса в групах з надійним і уникаючим, а також в групах з надійним і амбівалентним типами прив’язаності: в групі з надійною прив’язаність цей показний нижче, що свідчить про високу здатність до саморегуляції.

У респондентів з різним типом прив’язаності значно відрізняється рівень вираженості показників різних компонентів емпатичних здібностей. Тип прив’язаності , який визначається тестом Хезен-Шевера, стостується направленості поведінки з різними людьми та його данні відображають переважання різних мотивів в рамках концепції афіліації. Групу з надійною прив’язаність ми можемо трактувати як об’єднуючу тих, у кого переважає мотив прагнення до прийняття і стійка віра в можливість прийняття зі сторони інших людей. Група з уникаючим прив’язаність можна розглядати як ту, що складається з людей які мають конфлікт мотивів афіліації, тобто тих, у кого приблизно однаково виражені як прагнення до прийняття, так і страх відторгнення.

Також була отримана значуща різниця по показнику децентрації між групами з амбівалентним і уникаючим прив’язаності: в групі людей з амбівалентним типом прив’язаності цей показник вище. Через високий страх негативної оцінки люди з амбівалентним типом прив’язаності частіше дивляться на себе і події очима інших людей, міркують над тим, яке справляють враження на інших, і як люди відносяться до сказаної ними думками про ситуації.

Отримані в дослідженні результати, свідчать про найбільш виражену здатність до децентрації і емпатичній турботі у респондентів з амбівалентним типом прив’язаності, протилежні результатам інших досліджень. Так, результати декількох зарубіжних досліджень показують зворотну закономірність.

Підлітки з надійним типом прив’язаності оцінюють себе як більш емпатичних. Такі невідповідності результатів можна пояснити двома різними причинами: по-перше, в цих дослідженнях вибірка розділялась не по трьом типам прив’язаності, а по принципу надійності прив’язаності.

Не була врахована різниця в емпатичних проявах у респондентів з уникаючим та амбівалентним типами прив’язаності, наявність яких зафіксовано в дослідженні. Інше пояснення – це ненадійність опитувальних методів, обумовлена тим, що цей метод дослідження емпатії передбачає самооцінку, яка у респондента з амбівалентним типом прив’язаності може бути скривлена конфліктом мотивів афіліації: надмірно сильним прагненням до прийняття та високим страхом відторгнення. Тому важливим аспектом подальших досліджень являється використання експериментальних та проективних методик дослідження вираженості емпатії у старших підлітків і студентської молоді.

Висновки:Емпатія являється необхідною умовою задоволення інтерперсональних відносин у підлітків та молоді, про що свідчать вітчизняні та зарубіжні дослідження.

Показники емпатичного дистреса у студентів з надійним типом прив’язаності значно нижче на відміну з амбівалентними і уникаючими типами. Студенти с надійним типом прив’язаності більш стійкі в ситуаціях напруженої емоційної взаємодії, ніж уникаючі емоційної близькості люди з одночасно вираженим страхом відторгнення і прагнення до прийняття.

Отримані в дослідженні результати про якісні відмінності емпатії у людей з різними типами ненадійної прив’язаності важливо враховувати в психокорекційній і консультативній роботі. Так, молодим людям з уникаючим типом прив’язаності необхідно навчатися долати емоційне «зараження», розвиваючи здатність до децентрації. В той час як для людей з амбівалентною прив’язаність здатність до емпатії, не являється дефіцитарною, однак їх відрізняє підвищений дистреса при емоційному контакті з людьми, пов'язаний зі страхом відторгнення. Останній також являється важливою мішенню психологічної роботи.

**Література:**

1. Гаврилова Т.П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста: автореф.дисс.канд.психол.наук./ Т.П. Гаврилова. – М.:1977. – 23 с.

2. Гончаренко Е.С. Развитие эмпатийного потенциала личности: на материале исследованиядетей7—8лет:автореф.дисс.канд.психол.наук./ Е.С.Гончаренко. – Краснодар.: 2003. – 22 с.

3. Зарецкий Ю.В., Зарецкий В.К., Кулагина И.Ю. Методика исследования субъектной позиции учащихся разных возрастов // Психологическая наука и образование./ Ю.В.Зарецкий., В.К.Зарецкий., И.Ю.Кулагина. – 2014. – 100 с.

4. Клименкова Е.Н. Развитие ментализации и эмпатии в онтогенезе: обзор эмпирических исследований // Куонсультативная психология и психотерапия. / Е.Н.Клименкова. – 2016. – 126 – 137 с.

5. Краснова В.В. Социальная тревожность как фактор нарушений интерперсональных отношений и трудностей в учебной деятельности у студентов: дисс. канд. психол.наук./ В.В.Краснова. – М.:2013. – 174 с.

6. Смирнова Н.С. Интерперсональные отношения подростков из социально неблагополучных семей: дисс. канд.психол.наук./Н.С.Смирнова. – М.:2008. – 225 с.

7. СтрелковаЛ.П. Психологические особенности развития эмпатииу дошкольников: автореф.дисс.канд.психол.наук./Л.П.Стрелкова. – М.:1987. – 24 с.