

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПОЛІСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет права, публічного
управління та національної безпеки
Кафедра психології

Кудляк Аліна Олександрівна

УДК 159.98

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
Особливості інтегральної емпатії підлітків
у віртуальній міжособистісній взаємодії

Спеціальність 053 «Психологія»
ОПП «Практична психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня магістра.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень.

Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело. _____ А. О. Кудляк

Керівник роботи:

Лариса Петрівна Журавльова
доктор психологічних наук, професор

Житомир – 2024

Висновок кафедри _____

за результатами попереднього захисту: _____

Протокол засідання кафедри

№ _____ від «___» _____ 2023 року

Завідувач кафедри

(науковий ступінь, вчене звання)

(підпис)

(прізвище, ім'я, по батькові)

Результати захисту кваліфікаційної роботи

Здобувач вищої освіти _____ захистив (ла)

(прізвище, ім'я, по батькові)

кваліфікаційну роботу з оцінкою:

сума балів за 100-бальною шкалою _____

за шкалою ECTS _____

за національною шкалою _____

Секретар ЕК

(науковий ступінь, вчене звання)

(підпис)

(прізвище, ім'я, по батькові)

АНОТАЦІЯ

Кудряк А. О. Особливості інтегральної емпатії підлітків у віртуальній міжособистісній взаємодії. – Кваліфікаційна робота на правах рукопису.

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеню магістра за спеціальністю 053 «Психологія», ОПП «Практична психологія» – Поліський національний університет, Житомир, 2024.

У роботі подано теоретичне узагальнення та емпіричне дослідження наукової проблеми вивчення особливостей інтегральної емпатії підлітків у віртуальній міжособистісній взаємодії.

Міжособистісне спілкування та взаємодія з однолітками є провідною діяльністю в підлітковому віці. Існують фактори, які сприяють здоровому соціальному розвитку та позитивному психологічному здоров'ю підлітків, а також фактори ризику, які можуть призвести до труднощів у цих сферах. Невдале експериментування з особистісною ідентичністю, негативні адаптація, індивідуалізація чи інтеграція в соціальних групах, незадоволення потреби в самоствердженні актуалізують потребу в ескапізмі обумовлюють схильність до кіберадикцій та віртуальної взаємодії. Втеча підлітків у віртуальний простір від реальної міжособистісної комунікації призводить до нівелювання їх комунікативних навичок, емпатії та появи асоціальності.

Емпірично доведено: серед респондентів середнього підліткового віку дещо менше Інтернет-залежних, порівняно з Інтернет-незалежними; показники залученості до соціальних мереж Інтернет-залежних достовірно вищі, порівняно з показниками Інтернет-незалежних підлітків; існують статеві відмінності в користуванні та взаємодії в Інтернеті: серед дівчат-підлітків виявлено менше Інтернет-залежних, порівняно з хлопцями; існують достовірні відмінності між показниками інтегральної емпатії Інтернет-залежних та незалежних підлітків;

чим більше часу приділяють підлітки міжособистісній взаємодії у віртуальному просторі (ігри, спілкування) та мають залежність від цього тим менший рівень інтегральної емпатії вони проявляють.

З метою покращення міжособистісної взаємодії підлітків важливо підвищити їх емпатійність та зменшити залежність від Інтернету.

Ключові слова. Віртуальний простір, інтегральна емпатія, підлітковий вік, міжособистісна взаємодія.

ABSTRACT

Kudlyak A.O. Peculiarities of integral empathy of teenagers in virtual interpersonal interaction. - Qualification work on manuscript rights.

Qualification work for obtaining a master's degree in specialty 053 "Psychology", OPP "Practical Psychology" – Polissia National University, Zhytomyr, 2024.

The paper presents a theoretical generalization and an empirical study of the scientific problem of studying the peculiarities of the integral empathy of teenagers in virtual interpersonal interaction.

Interpersonal communication and interaction with peers is a leading activity in adolescence. There are factors that contribute to healthy social development and positive psychological health in adolescents, as well as risk factors that may lead to difficulties in these areas. Unsuccessful experimentation with personal identity, negative adaptation, individualization or integration in social groups, unsatisfied need for self-affirmation actualize the need for escapism, cause a tendency to cyber addictions and virtual interaction. The escape of teenagers into the virtual space from real interpersonal communication leads to the leveling of their communication skills, empathy and the emergence of antisociality.

Empirically proven: there are slightly fewer Internet addicts among middle-teenage respondents compared to Internet non-addicts; indicators of involvement in social networks of Internet addicts are significantly higher, compared to indicators of

Internet-independent teenagers; there are gender differences in the use and interaction on the Internet: among adolescent girls, fewer Internet addicts were found, compared to boys; there are significant differences between indicators of integral empathy of Internet-addicted and independent teenagers; the more time teenagers devote to interpersonal interaction in the virtual space (games, communication) and are addicted to it, the lower the level of integral empathy they show.

In order to improve the interpersonal interaction of adolescents, it is important to increase their empathy and reduce their dependence on the Internet.

Keywords. Virtual space, integral empathy, adolescence, interpersonal interaction.

ЗМІСТ

Вступ.....	7
Розділ 1. Теоретичний аналіз проблеми віртуальної міжособистісної взаємодії у школярів.....	12
1.1. Вивчення проблеми міжособистісної взаємодії школярів у вітчизняній та зарубіжній психології.....	12
1.2. Віртуальна взаємодія дітей підліткового віку.....	15
1.3. Особливості проявів емпатії у дітей шкільного віку	17
1.3.1. Дослідження феноменологічних та типологічних характеристик емпатії.....	17
1.3.2. Розвиток емпатії у школярів.....	21
Висновки до першого розділу.....	25
Розділ 2. Емпіричне дослідження прояву емпатії підлітків у віртуальній міжособистісній взаємодії.....	27
2.1. Організація та методи дослідження	27
2.2. Особливості інтернет-залежності у підлітків.....	32
2.3. Вивчення статевих особливостей проявів емпатії у віртуальній міжособистісній взаємодії школярів.....	33
2.4. Дослідження особливостей взаємозв'язку між Інтернет-залежністю та емпатією підлітків.....	35
Висновки до другого розділу.....	37
Розділ 3. Профілактично-корекційна програма оптимізації віртуальної міжособистісної взаємодії підлітків.....	39
Висновки до третього розділу.....	42
Висновки.....	43
Список використаних джерел.....	45

ВСТУП

Актуальність дослідження. Науково-технічний прогрес на сьогоднішній день досяг значних висот у розвитку, і тому сучасний світ ставить перед суспільством все нові вимоги. Зараз майже неможливо знайти людину, яка б не користувалася комп'ютером та інтернетом. Кожен другий підліток, за статистикою, значну частину свого часу проводить за комп'ютером.

Дослідження психологічних особливостей інтернет-залежності в підлітковому віці свідчать про те, що інтернет-залежність викликає дедалі більше занепокоєння серед українських підлітків і може мати негативні наслідки для їхнього академічного та психологічного здоров'я.

Інтернет-залежність у підлітковому віці є відносно новим явищем, якому в останні роки приділяється все більше уваги. Вона характеризується надмірним безконтрольним використанням підлітками Інтернету, що призводить до значних негативних наслідків у різних сферах їхнього життя, включаючи навчальне, соціальне та сімейне функціонування. Зростання масштабів залученості молоді до Інтернет-мереж обумовило визнання того, що необхідно розглядати соціалізацію особистості у двох просторах: матеріальному та віртуальному (кіберреальності) (Асєєва Ю. О., Волинець В. О., Журавльова Л. П., Камінська О. В., Петрунько О. В.). Кожен з цих просторів дозволяє молодій людині самостверджуватися та реалізовуватися в найрізноманітніших проявах та ролях. Специфіка віртуального простору (доступність, простота використання, ілюзорна безпечність, анонімність) така, що дозволяє особам підліткового та юнацького віку дуже швидко й безпечно задовольняти особистісні й соціально-психологічні потреби (Асєєва Ю. О.), зокрема базову потребу цього віку – міжособистісне спілкування з однолітками.

Міжособистісне спілкування та взаємодія з однолітками є провідною діяльністю в підлітковому віці (М. В. Савчин). А в основі адекватного та успішного спілкування лежить емпатія (Л. П. Журавльова). Традиційно емпатія досліджувалася лише в реальній міжособистісній взаємодії. В психологічній літературі подано досить велику низку різних характеристик емпатії, зокрема, її статеві відмінності (А. А. Багмет, Е. І. Ільїн, Л. В. Ткачук, М. В. Удовенко), взаємозв'язки з моральною свідомістю особистості та особливостями її мотивації (І. Д. Бех, М. Й. Боришевський, Т. П. Гаврилова, С. К. Нартова-Бочавер), темпераментом (В. І. Кротенко, Л. Б. Малицька, О. П. Саннікова), віком (Т. П. Гаврилова, Л. П. Журавльова, Л. П. Стрелкова), професійною належністю (Т. В. Василюшина, С. М. Максимець, О. В. Полуніна, К. Роджерс) тощо. Очевидно, низький рівень емпатійності, може виступати одним із чинників сепарації особистості від реальної міжособистісної взаємодії.

Зважаючи на важливість емпатії для міжособистісного спілкування в підлітковому віці та відсутність досліджень її проявів у віртуальній взаємодії підлітків, нами й обрано тему кваліфікаційної праці: «Особливості інтегральної емпатії підлітків у віртуальній міжособистісній взаємодії».

Об'єкт дослідження: віртуальна міжособистісна взаємодія.

Предмет дослідження: особливості прояву емпатії у віртуальній міжособистісній взаємодії в підлітковому віці.

Мета дослідження: дослідити особливості прояву інтегральної емпатії у школярів підліткового віку в процесі віртуальної міжособистісної взаємодії.

Гіпотеза дослідження: існують достовірні відмінності між рівнями прояву інтегральної емпатії Інтернет-залежними та Інтернет-незалежними школярами. Чим вищий рівень Інтернет-залежності, тим нижчий рівень емпатійності особистості.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз теоретичних та емпіричних досліджень з проблем прояву інтернет-залежності та особливостей прояву емпатії школярів у віртуальній міжособистісній взаємодії.
2. Створити методичний інструментарій, що відповідає меті та завданням дослідження.
3. Емпірично вивчити особливості взаємозв'язків між інтернет-залежністю та інтегральною емпатією підлітків.
4. Створити профілактично-корекційну програму подолання Інтернет-залежності підлітків через розвиток у них інтегральної емпатії.

Методи та організація дослідження. Застосовувались теоретичні та емпіричні методи. Серед теоретичних методів основними були аналіз, класифікація, узагальнення. Серед емпіричних – спостереження, бесіда, психодіагностичний (тест К. Янг «Інтернет-залежність» (Young's Internet Addiction Test) в адаптації В. Бурової (Янг, 2000) та «Тест на емпатію для підлітків та юнаків» Л. П. Журавльової (Журавльова, 2021).

Дослідження проводилося серед осіб підліткового віку (учнів 7-8 класів) загальноосвітніх шкіл м. Бердичева. У дослідженні приймало участь 60 школярів, зокрема 26 хлопців та 34 дівчини.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження. *Вперше* досліджено особливості взаємозв'язків між інтернет-залежністю та емпатією у міжособистісній взаємодії підлітків у віртуальному просторі.

Доповнено та розширено знання про психологічні особливості Інтернет-залежності в середньому підлітковому віці, уточнено специфіку її статевої диференціації.

Надійність дослідження забезпечувалась репрезентативністю вибірки, застосуванням методів, які релевантні його цілям та завданням.

Практичне значення дослідження. Теоретичні та емпіричні його результати можуть використовуватися студентами при підготовці до занять з вікової, соціальної психології, також при вивченні емоційних станів підлітків, які мають інтернет-залежність, а також практичними психологами для роботи з Інтернет-залежними підлітками.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження були представлені на XII Всеукраїнській науково-практичній конференції студентів, аспірантів та молодих вчених «Молодь у сучасній психології» (Суми, 20 квітня 2023 р.); Міжнародній науково-практичній конференції «Аксіопсихологічні вектори розвитку сучасної освіти» (Тернопіль, Україна, 19-20 жовтня 2023 року); X Міжнародній науково-практичній конференції «Modern problems of science, education and society» (Київ, Україна, 4-6.12.2023 р.).

Публікації. Результати дослідження висвітлено у трьох публікаціях, зокрема в 2 матеріалах конференцій та 1 тезах.

Список друкованих праць.

1. Кудряк А. О. Психологічні особливості інтернет-залежності підлітків. Молодь у сучасній психології. Збірник матеріалів конференції / за ред.: Кузікової С. Б., Вертея А.В. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. С. 176 – 178.
2. Журавльова Л. П., Кудряк А. О. Профілактично-корекційна програма оптимізації віртуальної міжособистісної взаємодії підлітків. The 10th International scientific and practical conference «Modern problems of science, education and society» (December 4 – 6, 2023) SPC “Sciconf.com.ua”, Kyiv, Ukraine. 2023.
3. Журавльова Л. П., Кудряк А. О. Особливості прояву інтернет-залежності у школярів підліткового віку. Аксіопсихологічні вектори розвитку сучасної освіти: зб. матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції, м.

Тернопіль, 19 – 20 жовтня 2023 р. / за ред. Г.К.Радчук. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2023. С. 143 – 148.

Структура кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота містить вступ, три розділи, висновки до кожного з розділів та загальні висновки, список використаних джерел загальною кількістю 50 найменувань.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВІРТУАЛЬНОЇ МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ШКОЛЯРІВ

1.1. Вивчення проблеми міжособистісної взаємодії школярів у вітчизняній та зарубіжній психології

Вивчення міжособистісної взаємодії та спілкування підлітків є ключовим напрямком досліджень у психології розвитку. Підлітковий вік – це період значних змін у соціальному та емоційному розвитку, і те, як підлітки взаємодіють і спілкуються зі своїми однолітками, батьками та іншими дорослими, має вирішальне значення для їхнього психологічного благополуччя та майбутнього успіху в житті [20; 31; 49].

Одним із головних напрямків досліджень у цій галузі є розвиток соціальних навичок і вміння ефективно спілкуватися з іншими [7]. Дослідники виявили, що в підлітковому віці значно зростає здатність розуміти та інтерпретувати соціальні сигнали, такі як вираз обличчя та тон голосу. Проте серед підлітків також спостерігається висока варіабельність соціального розвитку, дехто відчуває труднощі в цій сфері [37; 39].

Іншим важливим напрямком дослідження є роль стосунків з однолітками у розвитку соціальних навичок і комунікативних здібностей, оскільки спілкування з ровесниками стає провідною діяльністю в підлітковому віці [13; 39]. Впродовж підліткового віку стосунки з однолітками стають все більш важливими, і якість цих стосунків може мати значний вплив на психологічне здоров'я та соціальну компетентність підлітків. Дослідники виявили, що позитивні стосунки з однолітками можуть сприяти здоровому розвитку, тоді як негативні стосунки можуть призвести до соціальної ізоляції та емоційних труднощів [13].

Крім того, дослідники також вивчали роль технологій і соціальних медіа у формуванні того, як підлітки взаємодіють і спілкуються один з одним. Дослідження показали, що надмірне використання соціальних медіа може призвести до соціального порівняння та почуття неадекватності, що може негативно вплинути на самооцінку та соціальні навички підлітків [31; 32].

Загалом, вивчення міжособистісної взаємодії та спілкування підлітків має вирішальне значення для нашого розуміння того, як відбувається соціальний розвиток у цей важливий період життя. Виявляючи фактори, які сприяють здоровому соціальному розвитку, і визначаючи фактори ризику, які можуть призвести до труднощів у цій сфері, дослідники можуть розробити ефективні заходи для підтримки психологічного здоров'я та соціальної компетентності підлітків.

У середньому підлітковому віці, який зазвичай охоплює 12-14 років, є кілька важливих вікових психологічних особливостей, які впливають на міжособистісну взаємодію. Зокрема, до них належать якісні зміни в самосвідомості. Підлітки стають більш самосвідомими та стурбованими тим, як їх сприймають інші. Вони можуть краще усвідомлювати свій зовнішній вигляд і те, як вони себе подають у соціальних ситуаціях, що призводить до підвищення самооцінки та самокритики [25; 37]. В підлітковому віці відбувається інтенсивний розвиток самоідентифікації, що може вплинути на міжособистісну взаємодію школярів. Вони можуть шукати однолітків, які поділяють схожі інтереси, цінності та переконання, і можуть стати більш стійкими до впливу дорослих чи інших авторитетних осіб.

З іншого боку у підлітковому віці центральним новоутворенням є почуття дорослості, бажання незалежності. Підлітки часто починають відстоювати свою незалежність і автономію від батьків та інших авторитетних

осіб. Це може призвести до конфліктів з дорослими, а також до більшої залежності від однолітків та від їх соціальної підтримки [41].

У підлітковому віці спілкування та взаємодія з однолітками стає провідною діяльністю [39]. Коли підлітки стають більш самостійними та незалежними, вони все частіше покладаються на стосунки з однолітками для соціальної підтримки та самоствердження. Підлітки відчувають велику потребу в соціальній приналежності і можуть стати більш стурбованими своїми стосунками з однолітками. Це може призвести до більшої їх орієнтації на адаптацію та самоствердження в референтних соціальних групах і більшої чутливості до соціальної ізоляції. Прагнення до самоствердження також може спричиняти конфлікти або напруги між підлітками, які мають різні соціальні ідентичності чи цінності.

Намагаючись знайти своє місце в соціальних групах, підлітки починають експериментувати з різними соціальними ролями та ідентичністю [18; 19]. Це може призвести до змін у соціальній поведінці, таких як підвищення ризику, непокірність або конформізм, залежно від контексту та соціального середовища.

Підвищена емоційна чутливість, емоційна нестабільність також є характерною для підліткового віку. Підлітки часто відчувають сильні емоції та можуть мати труднощі з регулюванням власних емоцій у ситуаціях міжособистісної взаємодії. Вони можуть бути більш схильні до перепадів настрою, підвищеної реактивності на стрес і можуть відчувати труднощі з конгруентною репрезентацією власних емоцій. Підлітки можуть відчувати більш інтенсивні емоції, як позитивні, так і негативні, і можуть більш інтенсивно реагувати на соціальні сигнали. Це може зробити їх більш чутливими до відмови чи критики, однак і більш чутливими та емпатійними [49; 50].

Часто невдале експериментування з особистісною ідентичністю, негативні адаптація, індивідуалізація чи інтеграція в соціальних групах, незадоволення

потреби в самоствердженні актуалізують потребу в ескапізмі [4; 18; 19], обумовлюють схильність до кіберадикцій та віртуальної взаємодії [1; 3; 22].

1.2. Віртуальна взаємодія дітей підліткового віку

Підлітки 12-14 років, які взаємодіють і спілкуються у віртуальному просторі [9], можуть мати низку психологічних особливостей, які можуть бути як позитивними, так і негативними [33; 47; 48]. Опишемо деякі загальні психологічні особливості віртуальної взаємодії цієї вікової групи, які дозволяють підліткам задовольняти нові онтогенетичні потреби та соціалізуватися.

Соціалізація: віртуальний простір дозволяє підліткам спілкуватися та взаємодіяти з однолітками з різних географічних місць. Вони можуть знайти нових друзів і дізнатися про різні культури, що може покращити їхні соціальні навички.

Анонімність: анонімність у віртуальному просторі може призвести до розкутості, природної поведінки. Підлітки можуть вести себе так, як вони зазвичай не наважувалися б при взаємодії віч-на-віч. Це може призвести до негативних наслідків, таких як кіберзалякування або переслідування.

Емоційна регуляція: віртуальний простір може надати підліткам безпечний простір для вираження своїх емоцій і почуттів. Однак це також може призвести до емоційної дисрегуляції, якщо вони піддаються впливу негативного контенту або досвіду.

Саморозкриття: підлітки у віртуальному просторі можуть відчувати себе спокійніше й більш комфортно, порівняно зі спілкуванням в реальному світі. Це дозволяє їм бути більш відкритими та не боятися ділитися особистою інформацією. Однак, це також може призвести до проблем із конфіденційністю та безпекою.

Поліаспектність: віртуальний простір дозволяє одночасно займатися кількома справами, наприклад, розмовляти з друзями, граючи в ігри або роблячи домашнє завдання. Це може призвести до зниження уваги та її концентрації, що може негативно вплинути на успішність школярів.

Залежність: надмірне використання віртуального простору може призвести до залежності та негативних наслідків, таких як зниження соціальної взаємодії, зниження фізичної активності та порушення сну.

Залежність від Інтернету відносно поширена серед підлітків віком 12-14 років, за оцінками, коливається від 4% до 50% залежно від критеріїв, які використовуються для визначення залежності. Було виявлено кілька чинників, які підвищують ризик виникнення інтернет-залежності серед підлітків, зокрема депресія, тривога, низька самооцінка, погані сімейні стосунки та проблеми з навчанням [1-3; 16; 24; 28].

Інтернет-залежність може мати негативні наслідки для підлітків, зокрема зниження успішності, соціальну ізоляцію, порушення сну та проблеми з психологічним та психічним здоров'ям, такими як депресія та тривога. Тому, нашому предмету дослідження найбільшою мірою відповідає розуміння Інтернет-залежності Камінською О. В.. Вона розглядає Інтернет-залежність «... як стан, викликаний спрямованістю мотиваційної сфери особистості на уникнення реальності за рахунок зміни психічного та фізичного самопочуття через використання інтернет-мережі, що призводить до віртуалізації свідомості» [24, с. 4] особистості.

Деякі дослідження показали, що інтернет-залежність є більш поширеною серед хлопчиків, ніж дівчаток [1; 33], тоді як інші не виявили суттєвих статевих та гендерних відмінностей [23].

Певні типи використання Інтернету, такі як онлайн-ігри та соціальні медіа, були визначені як такі, що викликають особливу залежність у підлітків.

Таким чином, віртуальний простір може мати як позитивний, так і негативний психологічний вплив на підлітків 12-14 років, які взаємодіють і спілкуються в ньому [47]. Батькам і вчителям важливо стежити за їх поведінкою в Інтернеті та відповідно спрямовувати їх, щоб забезпечити їх безпеку та благополуччя.

Загалом, психологи визначили інтернет-залежність як значну проблему серед 12-14-річних дітей, що має негативні наслідки для їх психічного здоров'я та успішності. Потрібні подальші дослідження, щоб краще зрозуміти фактори ризику та ефективні методи лікування цієї проблеми.

1.3. Особливості проявів емпатії у дітей шкільного віку

1.3.1. Дослідження феноменологічних та типологічних характеристик емпатії

Поняття «емпатія» було введено в категоріальний апарат психологічної науки біля сотні років тому. До його появи дослідники переважно використовували термін «симпатія». Під ним вони розуміли взаєморозуміння, чутливість та емоційну співпричетність до емоційних станів, переживань іншої людини. В радянській психології, до якої належала й українська тих часів, термін «емпатія» з'явився завдяки дослідженням на початку 70-х років ХХ століття Т. П. Гаврилової [11; 12].

Емпатія (від грецького «*patho*», – глибоке відчуття) визначається як проникнення-вчування. Префікс «*em*» вказує на спрямованість всередину. Поняття «емпатії» було введено у психологію Е. Тітченером, який узагальнив філософські ідеї Е. Кліффорда та Т. Ліппса. Останні з філософської точки зору розвивали проблематику симпатії та теорії вчування.

Т. Ліппс розглядав емпатію як інструмент, метод пізнання змісту психологічного явища. Він пояснював, що вчування в інших людей обумовлене тим, що суб'єкт емпатії сприймає їх переживання через власний досвід. З цим є пов'язаною й альтруїстична поведінка людей.

У ранній стадії розвитку психології основними джерелами тлумачення емпатії були праці Т. Рібо, В. Штерна та інших вчених. Т. Рібо розглядав симпатію як первинну емоцію, на основі якої розвиваються соціальні почуття.

В. Штерн продовжив цю лінію і наголосив, що навіть у дитинстві діти можуть перейматися почуттями інших та вчиняти альтруїстичні дії.

З часу введення Е. Тітченером до психології терміну емпатія останній наповнився іншими ознаками й тлумаченнями [13]. Згідно з З. Фройдом, емпатія сприяє встановленню відповідного ставлення до сприймання психічних станів та викликає певні переживання навіть у первісному акті сприймання будь-якої емоції.

Е. Фром у своєму гуманістичному психоаналізі феномен емпатії дещо ототожнював з поняттям ідентифікації. Він вважав, що такий підхід сприяє повноцінним інтерперсональним взаєминам [44].

В сучасних наукових дослідженнях проблема розвитку емпатії привертає увагу філософії, соціології, педагогіки та, практично, всіх галузей психологічної науки. Вона досліджується у контексті психології особистості [17; 21; 45], вікової психології [12; 20; 27; 30; 42; 43], педагогічної психології [26; 34], соціальної психології [38; 40; 43], психології моралі [5; 50] та психології мистецтва [10].

За даними Т. Гаврилової [11], зарубіжні дослідники визначили дві ключові функції емпатії:

1) емпатія є чинником поведінки особистості, зокрема вона обумовлює її альтруїзм (А. Валлон, В. Мак-Дугалл, Н. Епштейн, Т. Ліппс, Т. Рібо);

2) емпатія є особливою формою емоційного пізнання, розуміння іншої особистості (А. Аш, К. Роджерс, М. Шелер).

За словами Т. Василюшиної [8], емпатія визначається як здатність суб'єкта відображати емоційні переживання внутрішнього світу іншої людини. Це допомагає налагодити взаєморозуміння, узгодити позиції один з одним та врегулювати взаємодію в процесі міжособистісного спілкування.

Згідно з В. Кротенко [27], емпатія може бути розглянута з трьох аспектів:

1) як психічний процес, що моделює внутрішній світ емоційних переживань іншої особистості, при цьому робиться наголос на його динаміку та фазовий характер.

2) як психічна реакція на зовнішній стимул, як емоційний відгук на емоційну поведінку Іншого.

3) як здатність чи особистісна властивість, яка полягає в здатності надавати емоційну реакцію щодо переживань іншої людини, зокрема включаючи особистісну рефлексію власних станів, почуттів та когніцій самого суб'єкта емпатії.

Отже, в психологічній науці намітилося кілька підходів у поглядах на емпатію. «Її розглядають як: емоційний процес, переживання афективного стану іншого у відповідь на його емоційну поведінку (С. Батсон, К. Дейвіс, Н. Епштейн, І. Коук, В. Мак-Дугалл, А. Мехрабіан, Т.І. Пашукова, Е. Стотленд, С.Л. Франк, В. Штерн); когнітивний процес – розуміння, осмислення внутрішнього життя іншої людини, здатність прийняти роль, перспективу, позицію іншого (У. Бронфенбреннер, М. Голвей, Р. Даймонд, Р.Б. Карамуратова, А.П. Сопіков, Д. Хардинг); як складний афективно-когнітивний процес (Т.П. Гаврилова, А.Г. Ковальов, А.Д. Кошелева, А.В. Соломатіна, Л.П. Стрелкова, Т. Шибутані, В.М. Шепель, М. Хофман); раціонально-емоційно-інтуїтивну форму відображення (В.В. Бойко); взаємодію афективних (емоційних), когнітивних (пізнавальних) і

конативних (моторних, дієвих, поведінкових, комунікативних) компонентів (С.Б. Борисенко, Ю.Б. Гіпенрейтер, Т.Д. Карягіна, О.Н. Козлова, Т. Рібо, М.І. Сарджвеладзе, О.П. Сопіков); як цілісне утворення когнітивних, емоційних і моторних компонентів або ж як односпрямований емоційно-когнітивно-дієвий процес (С.Б. Борисенко, М.І. Сарджвеладзе, Л.П. Стрелкова); властивість особистості (О.О. Бодальов, К. Роджерс, О.П. Саннікова)» [15, с. 12 – 13] .

Емпатія проявляється в соціальній сфері, включаючи близьке спілкування, професійне спілкування, широкий соціальний контекст і навіть взаємодію особистості з самою собою. Вона може виявлятися не лише в реальних ситуаціях, але й у сприйнятті подій минулого і майбутнього, а також у створенні спільних засобів саморегуляції в міжособистісній взаємодії.

Різні дослідники мають різні погляди на форми і типи емпатії. Деякі обмежуються двома формами - співпереживанням і співчуттям, інші виділяють тривалий перелік видів емпатії, таких як емотивна, пізнавальна (предикативна) і поведінкова (діяльнісна). Емпатію можна також розглядати як процес, що працює в одному напрямку, де кожен етап готує до наступного.

Огляд та аналіз досліджень форм та типів емпатії дав можливість розрізнити «...наступні форми емпатії: співпереживання і співчуття (С. Аш, А.А. Валантінас, А. Валлон, Т.П. Гаврилова, В.І. Кротенко, Ф. Олпорт, Л.П. Стрелкова, Е. Стотленд); активну і пасивну (В. Мак-Дугалл); рефлекторну й особистісну (Т.П. Гаврилова); конгруентну (І.І. Геллер, Ю.Б. Гіпенрейтер, Т.Д. Карягіна, Є.М. Козлова). Виділяють три види емпатії – емотивну, пізнавальну (предиктивну), поведінкову (діяльнісну, вольову) (М.Д. Няголова, А.В. Петровський, К.К. Платонов, О.П. Саннікова, О.П. Сопіков)» [15, с.13].

Окремою проблемою серед дослідників є визначення природи емпатії. Переважна більшість дослідників вважає, що феномен є вродженою властивістю особистості, результатом філогенетичного розвитку *homo sapiens*. Існує низка

вчених, які схильні до соціокультурної детермінації емпатійних проявів. Вони зосереджені на дослідженні емпатії в онтогенезі.

Л. П. Журавльова [15; 50] розглядає емпатію як системне явище у метасистемі людина – світ, що має структурні (рівні відображення емпатогенної ситуації та відповідні їм види емпатії), динамічні (механізми розвитку та форми емпатії), функціональні (емпатійні ставлення та їх типи) та хронологічні (вік) характеристики та біопсихосоціодуховну природу.

1.3.2. Розвиток емпатії у школярів

У сучасній психології накопичено дані, що дозволяють досліджувати та аналізувати розвиток емпатії в контексті онтогенетичного розвитку особистості. У зв'язку з цим набули великого значення дослідження умов та чинників, що впливають на виникнення, розвиток та динаміку емпатійного процесу. «Основними з них є наступні: розвиток пізнавальних процесів (У. Бронфенбреннер, Т.П. Гаврилова, М. Голвей, Ф. Олпорт, Л.П. Стрелкова, Д. Хардинг); минулий досвід, насамперед, емоційний (Т.П. Гаврилова, Ф. Олпорт); комунікативність (А.А. Бодальов, Т.Р. Каштанова); особливості особистості «суб'єкта»: інтернальність (І.М. Юсупов), стійкість особистості, ухвалення ролей, самоототожнення індивіда (М. Хоффман), домінуюча мотивація (колективістська або егоцентрична), стійкість мотивів, міра суб'єктної значущості в системі цінностей інших людей і власного «Я» (О.О. Бодальов); демографічні фактори (І.М. Юсупов); соціальні фактори; особливості емоціогенної або емпатогенної ситуації (Л. Мерфі, Л.П. Стрелкова); соматогенні, психогенні й особистісні чинники (А.С. Сичевський)» [14, с. 13].

Взаємозв'язки між проявом психологічних новоутворень особистості та особливостями розвитку її емоційної сфери досліджуються в роботах О. Лазурського, Г. Трошина та інших науковців. О. Запорожець та Я. Неверович

показали, що при переході від раннього дитинства до дошкільного віку, виникають зміни в емоційних процесах, які регулюють поведінку та міжособистісну взаємодію дітей. У цьому процесі з'являються форми співпереживання та співчуття до інших людей.

Перше почуття симпатії, емпатії до близького дорослого виникає на основі довготривалого спілкування, в якому дорослий проявляє безумовну любов до дитини, що задовольняє останню. Уже наприкінці першого року життя у дитини виникає синтонія у відповідь на емоційний стан інших. З розвитком синтонії, дитина стає здатною відповідати на емоційний стан іншої людини, а синтонія сама є основою співпереживання. Рівень синтонії, її тривалість та інтенсивність можуть бути використані як показники розвитку цього процесу. З часом, психологічна структура співпереживання має трансформації, вона ускладнюється в результаті включення виховного впливу іншої людини.

У дошкільному віці синтонія втрачає свою роль. Дитина з віком стає вже досить незалежною від безпосереднього впливу ситуацій. Так, Г. Бреслав [6] констатує, що внутрішній емоційний стан іншої людини впливає на дитину дошкільного віку лише за умови її активного включення в емпатогенну чи емоціогенну ситуації. При цьому дитина має бути досить глибоко включеною в цю ситуацію та розуміти чинники цього стану. Іншими словами особистість має бути здатною поставити себе на місце Іншого та пережити його успіхи чи невдачі. Автор вважає, що така властивість виникає наприкінці дошкільного віку.

Отже, впродовж онтогенетичного розвитку внаслідок соціального мікро- та макровпливу структура емпатійного процесу зазнає трансформацій, ускладнюється та поглиблюється.

С. Д. Максименко [29] визначає емпатію як індивідуально-психологічну властивість особистості, що репрезентує її здатність до співпереживання й співчуття, і визнає її важливим елементом спілкування, який сприяє

збалансованості міжособистісних взаємин та спрямовує поведінку у відповідному просоціальному контексті. З віком, діти набувають здатність відрізняти погані вчинки від добрих. «Зріле моральне судження» не обмежується механічним засвоєнням соціальних правил. Воно передбачає прийняття адекватних рішень щодо справедливості, що виникають в процесі взаємодії в соціумі.

Багато чинників впливають на становлення моральних суджень дітей: життєві ідеали, етичні норми, сімейні цінності та традиції, а також досвід безпосередніх емоцій та почуттів, що переживає дитина в конкретній ситуації. С. Максименко також зауважує, що стосовно статевої диференціації, то дівчатка середнього підліткового віку (11–12 років) проявляють до Іншого емоції, що репрезентують більшу турботу і співпереживання, порівняно зі своїми однолітками. В процесі дорослішання у дітей розвивається здатність до моральної поведінки, в основі якої лежать емпатія та турботи про інших людей.

Отже, спостерігаємо статеві відмінності у розвитку емпатії: емпатія дівчаток розвивається швидше, порівняно з хлопчиками. Це зумовлено більш швидким психофізіологічним та соціальним дозріванням дівчат, порівняно з хлопцями.

З розширенням соціального світу школярі починають більш чітко та глибоко усвідомлювати зміст й чинники конфліктів та напруженості в оточуючому мікросоціумі: в родині, школі, в родинях сусідів тощо. Діти, які мають досвід розлучення батьків, виховання в деструктивній родині, безбатьківщини або жорстокого з ними поводження, мають навчатися долати такий негативний досвід. Те, як вони з цим справляються, адаптуються до нового життя, трансформується в певні копінг-стратегії, специфічні форми соціально-психологічної поведінки та емоційних реакцій, що, в свою чергу, детермінує їх особистісний розвиток. Більш багатий та різнобічний життєвий досвід дітей

допомагає їм усвідомити складність та неоднозначність міжособистісних взаємин, як у родині, так і серед однолітків, а також навчає просоціальної поведінці в основі якої лежить емпатія.

Соціальний досвід є умовою розвитку емпатійних взаємин. Неможливо співпереживати та співчувати іншій особистості, не усвідомлюючи, не відчуючи, що вона переживає.

Отже, особливості розвитку інтегральної емпатії та її форм, а також специфіка їх проявів взаємопов'язана, як з природними властивостями особистості, так і з її соціо-культурним середовищем (умовами виховання, емоційним та життєвим досвідом, життєвою позицією, соціальними установками). Емпатія виникає, проявляється й розвивається в міжособистісній взаємодії. Виокремлюючи феномен як основний принцип інтимно-особистісного спілкування, можна вважати, що він є основою родинних взаємин: сімейне коло є основою виникнення, розвитку й проявів емпатійності особистості [49].

Адекватні форми емпатії проявляються у дітей, які мають від батьків безумовну любов, довіру й тепло. Емпатійні діти проявляють позитивну соціально-психологічну адаптацію. Порушення та депривація емпатійних взаємин в родині детермінує неадаптивні властивості особистості: тривожність, агресивність, невпевненість, антиемпатійність, відчуженість, тощо.

Також, загострене співпереживання, здатність до прояву вищих форм емпатії залежить і від регіональних культурних традицій, серед яких вироста особистість, особливостей психологічного клімату в родині та домінуючих стилей взаємодії з дитиною [45; 49].

За умови неадекватних впливів соціокультурних чинників спостерігаємо девіації в емпатійному розвитку особистості, які призводять до соціально-психологічної дезадаптації, розвитку потреби в аскапізмі [18; 19] та прагненні до міжособистісної взаємодії у віртуальному просторі [16].

Висновки до першого розділу

1. Вивчення проблеми міжособистісної взаємодії школярів має кілька напрямків: вікові особливості спілкування з ровесниками в підлітковому віці; роль міжособистісної взаємодії для особистісного розвитку; розвиток соціальних навичок і вміння ефективно спілкуватися з іншими; роль технологій і соціальних медіа у формуванні соціальних компетенцій підлітків; вплив міжособистісного спілкування на психологічне здоров'я та соціальну компетентність підлітків.

2. Існують фактори, які сприяють здоровому соціальному розвитку та позитивному психологічному здоров'ю підлітків, а також фактори ризику, які можуть призвести до труднощів у цих сферах. Невдале експериментування з особистісною ідентичністю, негативні адаптація, індивідуалізація чи інтеграція в соціальних групах, незадоволення потреби в самоствердженні актуалізують потребу в ескапізмі обумовлюють схильність до кіберадикцій та віртуальної взаємодії.

3. Інтернет-залежність розглядаємо як «... стан, викликаний спрямованістю мотиваційної сфери особистості на уникнення реальності за рахунок зміни психічного та фізичного самопочуття через використання інтернет-мережі, що призводить до віртуалізації свідомості особистості.» [24, с. 4].

4. Емпатію розуміємо як специфічну форму «...відображення суб'єктом об'єктивної реальності, представленої суб'єктивним світом Іншого та складною психологічною системою забезпечення Я – Ти-зв'язку при взаємодії людини із світом. Феноменологічною основою емпатії є відображення світу переживань іншої людини і трансформація цих переживань у власні» [15, с. 6]. Вираження емпатії та прояв її форм залежать як від природних властивостей особистості, так

і від соціально-психологічних чинників: соціальних установок та цінностей, умов виховання, специфіки життєдіяльності, життєвої позиції, емоційного досвіду.

5. Втеча підлітків у віртуальний простір від реальної міжособистісної комунікації призводить до нівелювання їх комунікативних навичок, емпатії та появи асоціальності, розвитку дезадаптації та зменшенню стресостійкості.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВУ ЕМПАТІЇ ПІДЛІТКІВ У ВІРТУАЛЬНІЙ МІЖОСОБИСТІСНІЙ ВЗАЄМОДІЇ

2.1. Організація та методи дослідження

Діагностика здатності до емпатії (і корекція у випадку необхідності) дуже важлива для вивчення взаємовідносин підлітків. І так як ці взаємовідносини у сучасному світі є не лише реальними, а й віртуальними, для нашого дослідження необхідно підібрати методики, які будуть релевантними меті та завданням дослідження.

Для вивчення емпатії існує декілька методик, серед яких «Шкала емоційного відгуку» А. Меграбіана та Н. Епштейна [30], «Методика діагностики рівня емпатійних здібностей» В. В. Бойко [36], «Рівень емпатійних тенденцій» Юсупова [45], «Тест на емпатію для підлітків та юнаків» Л.П. Журавльової [50].

Методика «Шкала емоційного відгуку» дозволяє проаналізувати розвиток загальних емпатійних тенденцій респондентів, зокрема такі його показники, як міру розвитку здібностей до емоційного відгуку на переживання іншої людини і міру відповідності/невідповідності модальності переживань об'єкта і суб'єкта емпатії. Об'єктами емпатії є особи в різних соціальних ситуаціях, яким суб'єкт емпатії міг би співпереживати у реальному житті [36, с. 486 – 490].

Методика діагностики рівня емпатійних здібностей В. В. Бойко складається з 36 питань та має шість шкал. Виокремлюється шість шкал (компонентів) емпатії: раціональний, емоційний, інтуїтивний канали емпатії; установки, які обумовлюють емпатію, проникаюча здатність до емпатії та ідентифікація в

емпатії [36, с. 488]. Загальні показники по кожній шкалі вказують на значущість конкретного структурного елемента емпатії.

Для визначення рівня розвитку емпатії у підлітків, нами було обрано «Тест на емпатію для підлітків та юнаків» Л. П. Журавльової [14; 50]. Методика була створена «...з метою порівняльного вивчення особливостей онтогенетичного розвитку емпатії та для діагностики показників інтегральної емпатії, її окремих форм та антиемпатії...

Методика складається із сюжетів-колізій, герої яких потрапляють в різні емпатогенні ситуації. На кожен сюжет пропонується сім варіантів відповідей щодо їх розв'язання. Передбачена також власна відповідь респондента, яка у відповідності до її змісту відноситься експериментатором до одного із запропонованих шляхів розв'язання ситуації. Героями сюжетів є ровесник, доросла людина, дитина, людина похилого віку, тварина. Кожен із варіантів запропонованих відповідей репрезентував один із видів чи форм емпатії, а також відповідного емпатійного ставлення. У такий спосіб було визначено наступні досліджувані шкали (фактори): 1) антиемпатія, 2) індіферентність (пасивне споглядання ситуації) – індіферентне емпатійне ставлення, 3) співпереживання – егоцентричне емпатійне ставлення, 4) переживання з приводу почуттів Іншого (співчуття) – суб'єктноцентричне емпатійне ставлення, 5) моделювання поведінки (внутрішнє сприяння) – пасивне емпатійне ставлення, 6) реальне сприяння не на шкоду собі – активне емпатійне ставлення, 7) альтруїстична поведінка (реальне сприяння на шкоду собі) – дієве трансцендентне емпатійне ставлення.

Діагностичною процедурою передбачено також визначення загального показника емпатійності – суми показників антиемпатії та всіх форм власне емпатії. Таку емпатію назвали інтегральною. Диференціювались також рівні її

розвитку – дуже низький, низький, середній, високий, дуже високий [14, с. 245 – 246].

Діагностика інтернет-залежності серед підлітків є складним питанням, і наразі не існує стандартизованих діагностичних критеріїв чи офіційного діагнозу для цього розладу. Однак існує кілька методів, які використовують психологи та фахівці з психічного здоров'я для оцінки та діагностики інтернет-залежності серед підлітків. Деякі з цих методів:

1. Анкети та самозвіти: для оцінки інтернет-залежності серед підлітків було розроблено декілька опитувальників і шкал самооцінки. Ці інструменти ставлять запитання про частоту та інтенсивність використання Інтернету, а також про негативні наслідки, пов'язані з надмірним використанням Інтернету.

2. Клінічні інтерв'ю: спеціалісти з питань психічного здоров'я можуть проводити клінічні інтерв'ю для оцінки інтернет-залежності підлітків. Ці інтерв'ю зазвичай включають запитання про моделі використання підлітком Інтернету, мотивацію користування Інтернетом та будь-які негативні наслідки, пов'язані з використанням Інтернету.

3. Спостереження за поведінкою. Психологи можуть спостерігати за поведінкою підлітка, коли він користується Інтернетом, щоб визначити ознаки залежності, такі як нехтування обов'язками або надмірне використання.

4. Звіти батьків і вчителів. Батьків і вчителів можуть попросити надати звіти про моделі використання підлітком Інтернету, поведінку та будь-які негативні наслідки, які вони помітили.

Важливо зазначити, що Інтернет-залежність наразі не визнається офіційним діагнозом у Міжнародній класифікації хвороб (МКБ-11). Однак, багато фахівців у сфері психічного здоров'я визнають важливість оцінки та вирішення проблеми надмірного використання Інтернету та пов'язаних із ним негативних наслідків.

Існує багато авторських методів визначення інтернет-залежності проте не всі вони є валідними. Нами було обрано тест «Інтернет-залежність» К. Янг [46; 48].

Тест на залежність від Інтернету (ІАТ) — це анкета для самооцінки, розроблена доктором Кімберлі Янг, психологом та експертом з питань залежності від Інтернету. ІАТ є інструментом, який широко використовується для оцінки залежності від Інтернету. Його перекладено багатьма мовами та використовується в різних культурах.

ІАТ складається з 20 питань, які оцінюють міру залежності людини від Інтернету. Запитання оцінюються за шкалою Лайкерта від 1 до 5, де 1 означає «рідко», а 5 означає «завжди». Запитання стосуються різних сфер використання Інтернету, таких як заклопотаність, симптоми абстиненції та негативні наслідки.

Запитання щодо ІАТ містять такі твердження, як:

- Чи відчуваєте ви зайняті Інтернетом (подумайте про попередню онлайн-діяльність або очікуйте наступного онлайн-сеансу)?
- Чи відчуваєте ви потребу користуватися Інтернетом все частіше, щоб отримати задоволення?
- Чи неодноразово ви робили безуспішні спроби контролю, скорочення чи припинення використання Інтернету?
- Чи відчуваєте ви дратівливість, примхливість або депресію, коли намагаєтеся скоротити або припинити використання Інтернету?
- Чи ризикували ви втратити важливі стосунки, роботу, освіту чи кар'єру через Інтернет?

Загальний бал ІАТ коливається від 20 до 100, причому вищі бали вказують на більшу залежність від Інтернету. Бали від 20 до 49 вказують на середнє користування Інтернетом, бали від 50 до 79 вказують на проблематичне

користування Інтернетом, а бали 80 або вище вказують на серйозну інтернет-залежність.

Важливо зазначити, що ІАТ – це анкета для самооцінки, і її не слід використовувати як єдиний інструмент для діагностики інтернет-залежності. Рекомендується використовувати ІАТ у поєднанні з клінічними інтерв'ю та поведінковими спостереженнями для оцінки інтернет-залежності серед підлітків.

Дослідження проводилось серед учнів 7-8 класів загальноосвітніх шкіл м. Бердичева. Дослідженням було охоплено 60 школярів, зокрема 24 хлопців та 36 дівчини. Науково-дослідна робота проводилась у чотири етапи. Спочатку школярам було запропоновано пройти методику на визначення Інтернет-залежності Кімберлі Янг в адаптації Бурової.

На другому етапі було здійснено збір психодіагностичних показників Інтернет-залежності респондентів середнього підліткового віку, їх аналіз та інтерпретація.

На третьому етапі визначалися психологічні особливості інтернет-залежності підлітків середнього віку та її статева диференціація.

На четвертому етапі дослідження вивчалися особливості проявів емпатії у віртуальній міжособистісній взаємодії школярів.

На останньому етапі застосовувалися методи статистичної обробки даних, зокрема підрахунок t-критерію Стьюдента для параметричних показників, з метою статистичного аналізу психодіагностичних показників та додаткової інтерпретації вікових та статевих особливостей Інтернет-залежності осіб підліткового віку, а також для знаходження особливостей прояву інтегральної емпатії у школярів підліткового віку в процесі віртуальної міжособистісної взаємодії.

2.2. Особливості інтернет-залежності у підлітків

На першому та другому етапі нашого дослідження психодіагностичних показників Інтернет-залежності респондентів середнього підліткового віку виокремилось дві групи школярів. Перша група – це Інтернет-залежні підлітки. Їх частка склала 43,3%. Друга група – дівчатка та хлопці, які проявили незалежність від віртуального простору. Їх частка склала 56,7%.

Загальна кількість людей у кожній групі та їх відносні показники подано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Диференціація Інтернет-залежних та незалежних підлітків

Вибірка	Інтернет-залежні		Незалежні від Інтернету	
	N	%	N	%
Загальна	26	43,3	34	56,7

Загалом, серед респондентів середнього підліткового віку дещо менше Інтернет-залежних, порівняно з Інтернет-незалежними. Такий розподіл виник за рахунок більшої кількості Інтернет-незалежних дівчат, порівняно з їх Інтернет-залежними однолітками.

Також досліджували міру (інтенсивність) залученості до віртуального простору Інтернет-залежних та незалежних підлітків. Так, середнє арифметичне значення (M) показників Інтернет-залежності залежних респондентів складає 76 балів, а у незалежних – цей показник є в два рази меншим – M=32 бали.

Показники залученості до соціальних мереж Інтернет-залежних достовірно вищі ($t=2,14$; $p \leq 0,05$), порівняно з показниками Інтернет-незалежних підлітків.

Наступним етапом дослідження було знаходження статевих відмінностей в користуванні та взаємодії у віртуальному просторі (таблиця 2.2).

Таблиця 2.2

Статеві диференціації Інтернет-залежних та незалежних підлітків

Вибірка	Інтернет-залежні		Незалежні від Інтернету	
	N	%	N	%
Хлопці	12	50,0	12	50,0
Дівчата	15	41,7	21	58,3

Провівши обробку та аналіз результатів даного дослідження було виявлено, що існують певні статеві особливості Інтернет-залежності. Серед Інтернет-залежних переважають особи чоловічої статі. Водночас, дівчата надають перевагу реальному спілкуванню з однолітками ($t=2,03$; $p \leq 0,05$). За результатами дослідження констатуємо, що серед дівчат-підлітків кількість Інтернет-залежних є меншою, порівняно з відповідною кількістю хлопців (відповідно, 41,7% та 50,0%).

Серед підлітків-хлопців середнього віку знайдено однакову кількість Інтернет-залежних та незалежних (по 50,0%). Величина середнього арифметичного показників Інтернет-залежності дівчат та хлопців також вказує на більшу залученість останніх до перебування у віртуальному просторі (відповідно, $M_d=49$; $M_x=53$).

3.2. Вивчення статевих особливостей проявів емпатії у віртуальній міжособистісній взаємодії школярів

Наступним етапом був підрахунок середніх значень (M) показників рівня прояву інтегральної емпатії в Інтернет-залежних та незалежних від нього підлітків, а також середні значення інтегральної емпатії в усіх респондентів (таблиця 2.3, малюнок 2.1).

Таблиця 2.3

**Середні значення показників рівня розвитку
інтегральної емпатії (М)**

Вибірка	Інтернет-залежні	Незалежні від Інтернету	Загальна вибірка
Загальна	22	45	38

Після проведення дослідження середнє арифметичне інтегральної емпатії у групі Інтернет-залежних підлітків дорівнює 22 бали, а в групі незалежних – 45.



Малюнок 2.1. Порівняння рівня прояву інтегральної емпатії Інтернет-залежних та незалежних підлітків.

Можна припустити, що ці відмінності не є випадковими, і рівень прояву емпатії має зв'язок з Інтернет-залежністю. Щоб перевірити це висуваємо дві гіпотези:

H_0 : відмінності між середнім арифметичним рівня прояву інтегральної емпатії Інтернет-залежних та незалежних підлітків - випадкові.

H_1 : відмінності між показниками інтегральної емпатії Інтернет-залежних та незалежних підлітків достовірні (статистично значущі).

Для перевірки гіпотез знаходимо значення t-критерію Стьюдента для незалежних вибірок (малюнок 2.2).

		T-test for Independent Samples (Spreadsheet2)									
		Note: Variables were treated as independent samples									
Group 1 vs. Group 2		Mean	Mean	t	p	Valid N	Valid N	Std.Dev.	Std.Dev.	F-ratio	p
		Group 1	Group 2			Group 1	Group 2	Group 1	Group 2	Variances	Variances
Емпатія Інтернет-залежних vs. Емпатія незалежних		21,76923	50,14706	-7,56113	0,00000	26	34	11,57690	16,22406	1,963969	0,084562

Малюнок 2.2. Статистичні показники достовірних відмінностей між рівнем розвитку інтегральної емпатії Інтернет-залежних та незалежних від Інтернету підлітків.

Оскільки показник статистичної значущості $p=0,08$, то можемо констатувати існування достовірних відмінностей між показниками рівня розвитку інтегральної емпатії Інтернет-залежних та Інтернет-незалежних підлітків. Отже, можемо відхилити гіпотезу H_0 та вважати вірною гіпотезу H_1 : відмінності між показниками інтегральної емпатії Інтернет-залежних та незалежних підлітків достовірні ($t=7,561$; $p \leq 0,08$).

2.4. Дослідження особливостей взаємозв'язків між Інтернет-залежністю та інтегральною емпатією підлітків

На наступному етапі нашого дослідження ми знаходили взаємозв'язки між показниками Інтернет-залежності підлітків та відповідними значеннями їхньої емпатійності.

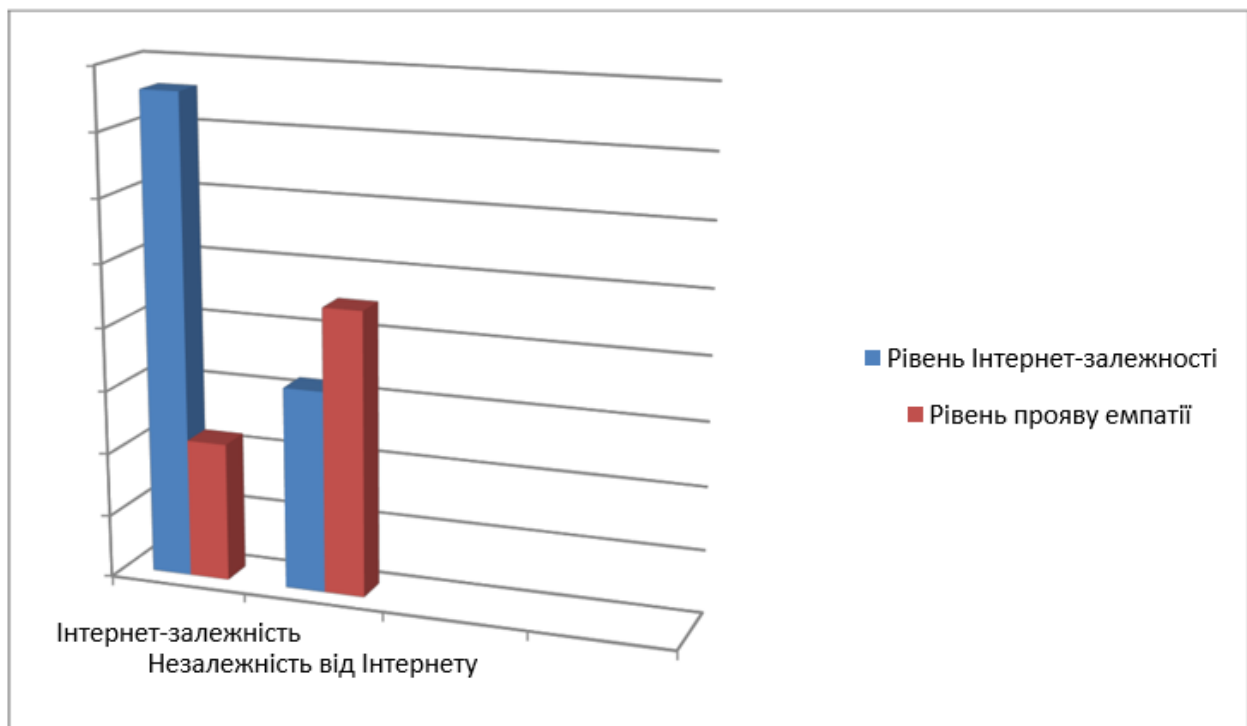
Порівняння середнього арифметичного значення Інтернет-залежності підлітків та їх рівнів інтегральної емпатії (таблиця 2.4 та малюнок 2.3) дає можливість допустити, що взаємозв'язки між цими показниками мають бути обернено пропорційними, тобто мати негативний коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона.

Таблиця 2.4

Середні значення показників інтегральної емпатії та Інтернет-залежності підлітків

Вибірка	Інтернет-залежність (М)	Емпатія (М)
Інтернет-залежні	76	22
Інтернет-незалежні	32	45

Примітка: М – середнє арифметичне значення.



Малюнок 2.4. Емпатія Інтернет-залежних та незалежних підлітків

Для того, щоб визначити, чи існує взаємозв'язок між проявами емпатії та Інтернет-залежністю, обчислимо коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона, щоб встановити характер зв'язку між ними (малюнок 2.5).

Correlations (Spreadsheet4)	
Marked correlations are significant at $p < ,05000$	
N=60 (Casewise deletion of missing data)	
Variable	Рівень Інтернет-залежності
Рівень прояву емпатії	-.6231 p=,000

Рисунок 2.5. Коефіцієнт кореляції Пірсона між показниками рівня прояву інтегральної емпатії та Інтернет-залежності

Знайдено, що коефіцієнт кореляції $r_{xy} = -0,623$ при $p \leq 0,0001$. Отже, існує тісний негативний взаємозв'язок між рівнем прояву інтегральної емпатії та Інтернет-залежністю. Цей зв'язок не випадковий, а статистично значущий на рівні 99,99%. Таким чином, чим більше часу приділяє підліток міжособистісній взаємодії у віртуальному просторі (ігри, спілкування) та має залежність від цього тим менший рівень інтегральної емпатії він проявляє.

Висновки до другого розділу

1. Основними методами для оцінки та діагностики емпатії та інтернет-залежності серед підлітків є такі: анкети та самозвіти, клінічні інтерв'ю, спостереження за поведінкою, звіти батьків і вчителів, авторські методи.

2. Тест «Інтернет-залежність» К. Янг є одним із найбільш популярних та ефективних для дослідження Інтернет-залежності підлітків. Для дослідження інтегральної емпатії та її форм є доцільним «Тест на емпатію для підлітків та юнаків» Л. П. Журавльової.

3. Серед респондентів середнього підліткового віку дещо менше (43,3%) Інтернет-залежних, порівняно з Інтернет-незалежними (56,7%). Показники залученості до соціальних мереж Інтернет-залежних достовірно вищі ($t=2,14$; $p \leq 0,05$), порівняно з показниками Інтернет-незалежних підлітків.

4. Існують статеві відмінності в користуванні та взаємодії в Інтернеті: серед дівчат-підлітків виявлено менше Інтернет-залежних, порівняно з хлопцями ($t=2,03$; $p \leq 0,05$).

5. Існують достовірні відмінності ($t=7,561$; $p \leq 0,08$) між показниками інтегральної емпатії Інтернет-залежних та незалежних підлітків.

6. Чим більше часу приділяють підлітки міжособистісній взаємодії у віртуальному просторі (ігри, спілкування) та мають залежність від цього тим менший рівень інтегральної емпатії вони проявляють ($r_{xy} = -0,623$; $p \leq 0,0001$).

РОЗДІЛ 3

ПРОФІЛАКТИЧНО-КОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА ОПТИМІЗАЦІЇ ВІРТУАЛЬНОЇ МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ПІДЛІТКІВ

Середній вік користувача кіберпростору стає все молодшим з кожним роком. Збільшується кількість підлітків, які фактично живуть подвійним життям: в Інтернеті та реальному житті. Поява онлайн-ігор, які актуалізують та спонукають підлітків до збільшення проявів агресивності, а також розвивають їх потребу в сепарації від реальності, вже давно відома. Якщо користування комп'ютером як в школі, так і в позашкільному житті, не буде враховувати культурні та соціальні норми, це може призвести до формування негативних звичок та порушень у поведінці. Велика відповідальність за забезпечення безпеки дітей в Інтернеті лежить на їхніх батьках, які повинні знати та мати достовірну інформацію про можливі небезпеки довготривалого перебування у віртуальному просторі.

Основні проблеми, з якими стикається підліток у віртуальному просторі, зосереджуються навколо відчуттів щодо власної особистості. Як відомо, підлітки мають труднощі у безпосередньому міжособистісному спілкуванні, самовиявленні, самоствердженні, усвідомленні свого фізичного та психічного "Я". Можливими чинниками цього є нерозвинені інфантильні механізми самооцінки, негативне самоприйняття, які породжують ідеалізовані соціальні очікування і заважають формуванню реалістичних та адекватних уявлень про себе. Важливо відзначити, що для деяких підлітків надмірна залежність від Інтернету може бути пов'язана з бажанням контролювати кожен аспект комп'ютерних програм. Ця тенденція до контролю може також впливати на їхні

міжособистісні відносини, оскільки спроби маніпулювати іншими часто завершуються невдачею, що може вести до соціальної ізоляції [3; 19].

Є думка, що інтернет-залежність не є офіційним діагнозом, але, ймовірно, може бути чинником певних проблем в особистому житті, наприклад, депресії, труднощів у спілкуванні тощо. Зважаючи на те, що особистість у підлітковому віці є найбільш схильною до різних відхилень та девіацій у поведінці, можна припустити, що розвиток Інтернет-залежності є ймовірним серед підлітків, що й було показано в нашому емпіричному дослідженні. А така залежність може мати негативний вплив на їх особистість. Тому профілактично-корекційна програма оптимізації віртуальної міжособистісної взаємодії підлітків є актуальною та доцільною.

Зважаючи на результати емпіричного дослідження наша профілактично-корекційна програма має кілька блоків/компонентів. Перший блок містить профілактичні заходи щодо Інтернет-залежності. Метою другого етапу є психодіагностика рівня розвитку інтегральної емпатії та наявності Інтернет-залежності. Третій блок складається з вправ на актуалізацію, розвиток та корекцію емпатійності підлітків.

Щодо профілактики Інтернет-залежності, необхідно брати до уваги її ранню діагностику. Фахівці рекомендують батькам бути інформованими про можливі загрози, які чекають їхніх дітей у віртуальному просторі. Пропонуються практичні поради для батьків, які допоможуть виявити ознаки залежності від Інтернету та спробувати запобігти її розвитку. Важливо також вчасно виявляти ці залежності за допомогою тестів та опитувальників.

Наведемо кілька базових вправ, спрямованих на розвиток емпатії.

1. Робота з фотографіями (картками) може відбуватися як у групі (в парах, по троє), так і індивідуально. Для цього необхідно мати набір фотографій (карток) з зображеннями людей у різних емоційних станах. Учасників можна попросити

приносити фотографії з дому. Під час заняття учасникам пропонується ретельно розглядати фотографії та визначати емоційний стан особи на кожній з них. Далі вони обговорюють варіанти та створюють історії, які могли б призвести до такого емоційного стану. Важливо, щоб кожен учасник міг висловити свої власні думки та почуття.

2. Символічне зображення емоцій (малюнок) проводиться в групах (парах, трійках). Для цього необхідно мати картки з назвами емоцій та почуттів. Учасникам роздаються ці картки, і вони розглядають їх, не показуючи іншим. Ведучий підбирає ситуації, в яких учасники переживали відповідні відчуття та просить їх зобразити пантомімічно чи через малюнок. Після цього учасники обговорюють свої розуміння та власні досвіди, пов'язані з вказаними почуттями.

3. У грі "Танці-протилежності" підлітки працюють у парах, виражаючи протилежні емоції через імпровізовані танці. Вони отримують картки з назвами емоцій і, не показуючи їх одне одному, створюють танцювальні виступи, які виражають протилежні відчуття. Після виконання завдання учасники обговорюють свої інтерпретації та спільно розглядають можливі ситуації, що викликають такі емоції.

Завдання інших учасників полягає вгадати, яке саме протилежне відчуття пара виразила у своєму танці. Після всіх виступів учасники визначають найкращий танець.

4. Зображення предметів й явищ природи та складання оповідань від імені цих явищ спрямовані на розвиток емпатії і проводяться в невеликій (8 – 14 чоловік) групі. Для цього необхідно використовувати картки, на яких написано назви предметів і явищ природи, наприклад, таких як сонце, веселка, гроза, море, вітрильник, чайник, автомобіль і т.д. Учасникам роздаються ці картки, і їх завдання полягає в пластичному (пантомімічному) зображенні обраного предмета чи явища, а також у вигадуванні невеликої розповіді від імені обраного

об'єкта. Інші учасники мають вгадати, що було зображено, після чого учасник, який зобразив предмет чи явище, розповідає історію від його імені.

5. У вправі «Я сумний (радісний і т.д.), коли...» учасники обговорюють певні емоційні стани, використовуючи методику розповіді від імені почуття. Ведучий розповідає історію про емоцію, після чого учасникам ставляться питання про їхні власні переживання, а також можуть виконати завдання, що спрямовані на активізацію сенсорних каналів, таких як бачення, дотик, смак, слух, і нюх.

Фінішне заняття може включати створення спільного малюнка від імені групи на тему: «Моя взаємодія в реальному та віртуальному світі».

Висновки до третього розділу

Профілактично-корекційна програма оптимізації віртуальної міжособистісної взаємодії підлітків має кілька блоків/компонентів. Перший блок містить профілактичні заходи щодо Інтернет-залежності. Метою другого етапу є психодіагностика рівня розвитку інтегральної емпатії та наявності Інтернет-залежності. Третій блок складається з вправ на актуалізацію, розвиток та корекцію емпатійності підлітків.

ВИСНОВКИ

1. Дослідження проблем особливостей міжособистісних спілкування та взаємодії школярів підліткового віку відбувається в кількох напрямках: онтогенетичні особливості спілкування; роль міжособистісної взаємодії для особистісного розвитку; розвиток соціальних навичок та соціального інтелекту; роль технологій і соціальних медіа у розвитку соціальних компетенцій підлітків та їх емоційної та особистісної зрілості; вплив міжособистісного спілкування на психологічне здоров'я підлітків.

2. Існують фактори, які сприяють здоровому соціальному розвитку та позитивному психологічному здоров'ю підлітків, а також фактори ризику, які можуть призвести до труднощів у цих сферах. Невдале експериментування з особистісною ідентичністю, негативні адаптація, індивідуалізація чи інтеграція в соціальних групах, незадоволення потреби в самоствердженні актуалізують потребу в ескапізмі обумовлюють схильність до кіберадикцій та віртуальної взаємодії.

3. Інтернет-залежність розглядаємо як «... стан, викликаний спрямованістю мотиваційної сфери особистості на уникнення реальності за рахунок зміни психічного та фізичного самопочуття через використання інтернет-мережі, що призводить до віртуалізації свідомості» [24, с. 4] особистості.

4. Емпатію розуміємо як специфічну форму «...відображення суб'єктом об'єктивної реальності, представленої суб'єктивним світом Іншого та складною психологічною системою забезпечення Я – Ти-зв'язку при взаємодії людини із світом. Феноменологічною основою емпатії є відображення світу переживань іншої людини і трансформація цих переживань у власні» [15, с. 6]. Вираження емпатії та прояв її форм залежать як від природних особливостей особистості, так

і від умов виховання, життєдіяльності людини, емоційного досвіду та соціальних настанов.

5. Існують вікові особливості міжособистісного спілкування та взаємодії у віртуальному просторі в підлітковому віці. Кількість Інтернет-залежних осіб середнього підліткового віку є дещо меншою, порівняно з кількістю Інтернет-незалежних. Показники інтенсивності залученості до соціальних мереж Інтернет-залежних достовірно вищі ($t=2,14$; $p \leq 0,05$), порівняно з показниками Інтернет-незалежних підлітків.

6. В середньому підлітковому віці констатовано статеву диференціацію в користуванні та взаємодії в Інтернеті: серед дівчат-підлітків виявлено менше Інтернет-залежних, порівняно з хлопцями ($t=2,03$; $p \leq 0,05$). Констатовано більшу залученість хлопців-підлітків до перебування у віртуальному просторі, порівняно з ровесницями (відповідно, $M_d=49$; $M_x=53$).

7. Втеча підлітків у віртуальний простір від реальної міжособистісної комунікації призводить до нівелювання їх комунікативних навичок, емпатії та появи асоціальності, розвитку дезадаптації та зменшенню стресостійкості. Існують достовірні відмінності ($t=7,561$; $p \leq 0,08$) між показниками інтегральної емпатії Інтернет-залежних та незалежних підлітків. Чим більше часу приділяють підлітки міжособистісній взаємодії у віртуальному просторі (ігри, спілкування) та мають залежність від цього тим менший рівень інтегральної емпатії вони проявляють ($r_{xy} = -0,623$; $p \leq 0,0001$).

8. Профілактично-корекційна програма оптимізації віртуальної міжособистісної взаємодії підлітків передбачає роботу в кілька етапів. На першому етапі передбачено профілактичні заходи щодо Інтернет-залежності. Метою другого етапу є психодіагностика рівня розвитку інтегральної емпатії та наявності Інтернет-залежності. Третій містить вправи на актуалізацію, розвиток та корекцію емпатійності підлітків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Асєєва Ю. О. *Кіберадикції молоді як проблема XXI століття: монографія*. Одеса: ННВК «АТБ» м. Львів. 2020. 414 с.
2. Асєєва Ю. О. Проблемні питання класифікації кібер-адикцій. *Психологія і особистість* 2020. № 2 (18). С. 22–40.
3. Асєєва Ю. О. Роль впливу Інтернету на суїцидальну поведінку осіб підлітково-юнацького віку. *Наука і освіта* 2020. № 3/CLXXXIV. С. 5–13.
4. Асєєва Ю. О. Виявлення особистісних характеристик кібер-адиктів у підлітковому та юнацькому віці. *Проблеми сучасної психології* 2020. № 2 (18). С.9–18.
5. Бех І. Д. *Виховання особистості: Сходження до духовності*. К.: Либідь., 2006, 272 с.
6. Бреслав Г. М. *Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонения*. М.: Педагогика, 1990. 140 с.
7. Вакуліч Т. М. *Психологічний аналіз змісту та напрямів вивчення Інтернет-залежності*. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. 2017. № 16 (40). С. 111–118.
8. Васишина Т. В. Емпатійні здібності вчителів. Психологічний аспект. *Практична психологія і соціальна робота*. 1999. № 4. С. 37 – 39.
9. Волинець В. О. *Віртуальна реальність: поняття та сутність*. Питання культурології: Зб. наук. праць. Вип. 30. Київський національний університет культури і мистецтв. – Київ, 2014. С. 35 – 42.
10. Выготский Л. С. (2005). *Психология развития человека*. М.: Смысл; Эксмо. 423 с.
11. Гаврилова Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии. (Исторический обзор и современные проблемы). *Вопросы психологии*. № 2. 1975. С. 147 – 158.

12. Гаврилова Т. П. *Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста*: автореф. дисс. на соискание научн. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогическая и возрастная психология». М., 1977. 23 с.
13. Журавльова Л. П. *Психологія емпатії*. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2007. 328 с.
14. Журавльова Л. П. *Психологічні основи розвитку емпатії людини*. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. - Південноукраїнський державний педагогічний університет ім. <http://dspace.pdpu.edu.ua>
15. Журавльова Л. П. *Психологічні основи розвитку емпатії людини*: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук: спец. 19.00.07. Одеса, 2008. 42 с.
16. Журавльова Л. П., Камінська О. В. Чинники та механізми Інтернет-залежності від онлайн-ігор. *Наука і освіта*: наук.-практ. журн. Півд. наук. Центру НАПН України. Одеса: Півд. наук. Центр НАПН України, 2013. №7. С.44-48. <http://v-khsac.in.ua/index.php/2227-6246/article/viewFile/159547/158780>
17. Журавльова Л. П., Гречуха І. А. Дослідження особливостей розвитку емпатії в літературно обдарованих старшокласників. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. VI (73), Issue: 175, 2018 Sept.. P. 64 – 69. <https://doi.org/10.31174/SEND-PP2018-175V173-15>
18. Журавльова Л. П., Мужанова Н. В. Особливості ціннісно-сміслової сфери осіб, які належать до неформальних субкультур. *Український психологічний журнал*: збірник наукових праць. Головн. ред. І. В. Данилюк: КНУ імені Тараса Шевченка. К., 2018. №4 (10). С. 53-68. <http://upj.com.ua/indexa.php?page=number four ten>

19. Журавльова Л. П., Мужанова Н. В. Динаміка ціннісно-сислової сфери учасників субкультур. *Психологія: реальність і перспективи*: зб. наук. праць. Вип. 12. Упоряд.: Р. В. Павелів, Н. В. Корчакова. Рівне: РДГУ, 2019. С. 66 – 71. <http://prop.org.ua/index.php/prp/general>
20. Журавльова Л. П., Шпак М. М. Емпатія як психологічний механізм розвитку міжособистісного емоційного інтелекту. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, III(25), Issue: 49, 2015. С.85 – 89. http://seanewdim.com/uploads/3/4/5/1/34511564/ped_psy_iii25_49.pdf
21. Казанжи М. Й. Особливості емпатії в осіб з різним ступенем вираженості фасилітативності. *Наука і освіта*. 2007. № 3. С. 29 – 31.
22. Камінська О. В. Вплив інтернет-залежності на формування ціннісних орієнтацій молоді. *Нова педагогічна думка*. 2014. №1 (77). С. 178–182.
23. Камінська О. В. *Психологія інтернет-залежності*. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 339 с.
24. Камінська О. В. *Психологічні основи інтернет-залежності молоді*. Автореф. на здобуття наук. ступеня докт. психол. наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Одеса, 2016. 36 с.
25. Крайг Г., Бокум Д. *Психологія розвитку*. 9-е изд. 2005. http://umo.edu.ua/images/content/aspirantura/zabezp_discipl/kraig_bokum_psihologia_razvitija.pdf
26. Коваленко О. Г. *Розвиток емпатії та атракції майбутнього педагога як умов професійного спілкування*: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Вікова та педагогічна психологія». К., 2005. 21 с.
27. Кротенко В. І. Розвиток емпатії у дітей підліткового віку – складової риси гуманістичного розвитку суспільства. *Психологія*: зб. наук. праць НПУ ім. М.П. Драгоманова. К., 2001. Вип. 2(9). Ч. II. С. 55 – 58.

28. Лещенко Л. Комп'ютерна залежність – це небезпечно. *Початкова школа*. 2006. № 3. С. 42–46.
29. Максименко С. Д. *Розвиток психіки в онтогенезі: в 2-х т.*. К.: Форум, 2002. Т. 2: Моделювання психологічних новоутворень: генетичний аспект. 335 с.
30. Пашукова Т. І., Допіра А. І., Дьяконов Г. В. *Практикум із загальної психології*. К.: Т-во «Знання», КОО, 2000. 204 с.
31. Петрунько О. В. *Діти і медіа: соціалізація в агресивному медіа середовищі*. 2-ге вид. Ніжин: ТОВ «Видавництво «Аспект-Поліграф», 2011. 480 с.
32. Петрунько О. В. *Дитина в інтернет-просторі: ймовірні наслідки і відповідальність дорослих*.
http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/Nsspp/2009_21/Petrunko.htm
33. Пережогин Л. О. *Интернет-аддикция в подростковой среде*
www.rusmedserv.com/psychsex
34. Полуніна О. В. Психологічна компетентність педагога як фактор підвищення ефективності навчально-виховного процесу. *Актуальні проблеми психології. Психологія управління. Організаційна психологія*. К.: Ін-т психол. ім. Г. С. Костюка АПН України, 2002. Ч. 7. С. 161 – 166.
35. Посохова В. Особливості життєвого планування Інтернет-залежної молоді. *Психологічні перспективи*. 2004. Вип.6. С.150-157.
36. *Практическая психодиагностика: Методики и тесты* [редактор-сост. Д. Я. Райгородский]. Самара: Изд. Дом «БАХРАХ», 1998. 672 с.
37. Райс Ф. (2012). *Психология подросткового и юношеского возраста*.
http://loveread.ec/view_global.php?id=73031

38. Роджерс К. Р. *Взгляд на психотерапию. Становление человека*. [пер. с англ. Е. И. Исенина]. М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. 480 с.
39. Савчин М. В. Василенко Л.П. *Вікова психологія*: навч. посіб. 3-тє вид, перероб., допов. Київ: Академія, 2017. 366 с.
40. Санникова О. П. Диагностика содержательных особенностей эмпатии (апробация оригинального теста). Саннікова О. П. *Феноменологія особистості*: Вибрані психологічні праці. Одесса: СМІЛ, 2003. С. 171 – 175.
41. Седих К.В., Моргун В.Ф. *Делінквентний підліток*. Навчальний посібник з психопрофілактики, діагностики та корекції протиправної поведінки підлітків для студентів психологічних, педагогічних, соціальних, юридичних спеціальностей та інтернів-психіатрів. 3-є вид., доп. К.: Видавничий Дім «Слово», 2019. 272 с.
42. Сичевський А. С. *Психологічні особливості емоційного компонента емпатії у пубертатному періоді*: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». К., 2004. 22 с.
43. Стрелкова Л. П. *Психологические особенности развития эмпатии у дошкольников*: автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогическая и возрастная психология». М., 1987. 24 с.
44. Фромм Э. *Психоанализ и этика*. М.: Республика, 1993. 414 с.
45. Юсупов И. М. *Вчувствование, проникновение, понимание*. Казань: Изд-во Казанского ун-та, 1993. 214 с.
46. Янг К. Діагноз – Інтернет-залежність. *Світ Інтернет*. 2000. №2. С.24-29.
47. Ginige P. Internet Addiction Disorder. *Child and Adolescent Mental Health.*, 2017. P. 141 – 164.

48. Yang C. K. SCL-90-R and 16PF profiles of senior high school students with excessive internet use. *Canadian Journal of Psychiatry*. 2015, Vol. 50. P. 407–414.

49. Zhuravlova L. (2016). Family as a cultural factor of personality's actualization and empathy development. *Polskie Forum Psychologiczne*, 21 (1), 34 – 42.

50. Zhuravlova, L. & Chebykin, O. (2021). *The Development of Empathy: Phenomenology, Structure and Human Nature*. Abingdon, Oxon. New York. NY. <https://doi.org/10.4324/9781003145370>