

РОЗВИТОК ЕМПАТІЇ ЯК КЛЮЧОВОЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПІДЛІТКА В ОСВІТНЬОМУ КОНТЕКСТІ

Бесараб Анастасія

В сучасних умовах соціальної турбулентності, глобальних змін та трансформації системи освіти особливої ваги набуває формування у підростаючого покоління таких особистісних якостей, що сприятимуть не лише інтелектуальному розвитку, але й соціальній зрілості, моральній відповідальності та психологічній стійкості. Однією з ключових компетентностей, що забезпечує гармонійні міжособистісні взаємини, здатність до співпереживання та конструктивної взаємодії з іншими, є емпатія.

Метою даної публікації є дослідити феномен емпатії як провідної соціально-психологічної компетентності підлітків, зокрема в освітньому контексті, а також проаналізувати педагогічні умови та підходи, що сприяють її формуванню в умовах сучасної школи.

Одним із класичних підходів до розуміння емпатії є концепція американського психолога К. Роджерса, який розглядав її як здатність «входити у внутрішній світ іншої людини», співпереживати її емоції та думки, водночас зберігаючи розуміння того, що ці переживання належать не собі, а іншому [4, с. 132]. Така інтерпретація підкреслює двокомпонентну природу емпатії – емоційну й когнітивну, що є особливо важливою в контексті розвитку підлітків, адже саме в цьому віці формується здатність до соціального співжиття, прийняття інших і саморефлексії.

В сучасній психологічній науці емпатія розглядається з різних позицій. Зокрема, з еволюційної точки зору, вона трактується як адаптивна здатність, що сприяє згуртованості соціальних груп, зменшенню конфліктів і підвищенню кооперації – важливих чинників виживання в соціумі [2, с. 28].

Інтерпретація емпатії в межах концепції емоційного інтелекту, запропонованої Д. Гоулманом, визначає її як одну з п'яти ключових складових емоційної

компетентності особистості. На його думку, емпатія є основою для ефективної взаємодії, лідерства та розуміння потреб інших, що особливо актуально в підлітковому віці як періоді активного соціального становлення [1, с. 45].

Підлітковий вік – це чутливий період становлення особистості, коли відбувається активне формування ціннісних орієнтацій, самосвідомості та соціальних ролей. Саме в цей час емпатія починає відігравати вирішальну роль у розвитку емоційного інтелекту, здатності до співчуття та підтримки, що є основою громадянської активності та толерантної поведінки.

В підлітковому віці однією з провідних психологічних потреб є визнання та прийняття з боку однолітків, що, за Е. Еріксоном, визначає соціальну ситуацію розвитку. Прагнення бути частиною групи, здобути схвалення та підтримку зумовлює активну комунікативну діяльність, яка проявляється у прямих контактах, взаємодії в соцмережах, групових проєктах та спільному дозвіллі. У цьому контексті важливим є не лише зміст спілкування, а насамперед сам процес емоційного включення у взаємодію, що потребує розвитку емпатії як здатності розуміти та враховувати почуття інших [3, с. 165].

Школа – не лише освітня, а й соціалізуюча інституція. Саме в ній підліток опановує моделі спілкування, співпраці, конфліктної взаємодії. Атмосфера взаємоповаги, відкритості, безпечності сприяє розвитку емпатійного ставлення до інших. У цьому контексті важливо не лише декларувати цінність емпатії, але й створювати умови для її цілеспрямованого розвитку в освітньому процесі.

Участь підлітків у колективній діяльності, зокрема взаємодія з однолітками, залучення до групових проєктів, волонтерських ініціатив, творчих або соціальних акцій, відіграє важливу роль у розвитку емпатійних здібностей. Наукові дослідження свідчать, що учні, які активно долучаються до спільної діяльності, демонструють вищий рівень емпатійності, ніж ті, хто уникає соціальної взаємодії. Це зумовлено постійною необхідністю орієнтуватися на потреби інших,

демонструвати підтримку, реагувати на емоційні сигнали та знаходити спільні рішення в процесі командної співпраці [4, с. 26].

У цифрову епоху соціальні мережі, як-от TikTok, Instagram, Snapchat і YouTube, істотно змінили способи комунікації між підлітками. Попри потенціал для самовираження, ці платформи стали середовищем для нових форм агресії та цькування, зокрема кібербулінгу. Цифрові тренди не лише відображають, а й формують культуру підліткових взаємин, знижуючи рівень емпатійності. Це вимагає втручання з боку школи, родини та психологічної підтримки – з акцентом на формування цифрової етики та критичного мислення.

Таким чином, емпатія в підлітковому віці – не просто емоційна здатність співпереживати, а стратегічно важлива компетентність, що визначає якість соціальних зв'язків, рівень психологічного добробуту та успішність адаптації в освітньому середовищі. У просторі школи, де щоденно переплітаються різні типи комунікації, культурні впливи й емоційні виклики, емпатія стає не додатковою чеснотою, а необхідною навичкою для співіснування. Саме тому її розвиток має відбуватися не спонтанно, а бути інтегрованим у педагогічну практику як ціннісний та технологічний компонент.

Список використаних джерел

1. Вавринів О. С. Емпатія як професійно важлива якість представників допомагаючих професій : *Збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції*. Львів: Львівська педагогічна спільнота. 2019. С. 6
2. Гончарова Н. О., Горбенко Ю.Л., Калюжна Ю.І., Лавріненко В.А., Мельничук М.М., Мирошник О.Г., Яновська Т.А. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Полтава : Астроя, 2018. 342 с.
3. Роджерс К. Становлення особистості: основи психотерапії. Київ: Знання, 1994. 320 с.
4. Шпак М. Особливості психоемоційного стану підлітків в умовах сьогодення. *Наукові перспективи (Naukovì perspektivi)*. 2024. № 4(46).