

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ УПРАВЛІННЯ,
ПСИХОЛОГІЇ ТА БЕЗПЕКИ**

Кафедра загальної та соціальної психології

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМПАТІЇ
У СТУДЕНТІВ ПОКОЛІННЯ Z**

Кваліфікаційна робота
здобувачки вищої освіти
першого (бакалаврського рівня)
вищої освіти заочної форми
здобуття освіти
спеціальності 053 Психологія
Софії ШМИГЕЛЬ

Науковий керівник:
доцент кафедри загальної
та соціальної психології,
кандидат соціологічних наук, доцент
Анна ШИДЕЛКО

Рецензент
професор кафедри загальної
та соціальної психології,
доктор педагогічних наук,
професор
Галина ЛЯЛЮК

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

«___» _____ 2026 р., протокол № _____

Завідувач кафедри загальної та соціальної психології
доктор психологічних наук, професор

_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

АНОТАЦІЯ

Шмігель Софія. Психологічні особливості емпатії у студентів покоління Z

У кваліфікаційній роботі досліджено психологічні особливості розвитку емпатії у студентів покоління Z у контексті сучасних соціокультурних трансформацій та цифровізації міжособистісної комунікації. Здійснено теоретичний аналіз емпатії як складного багатовимірного психологічного феномену, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти. Розкрито основні наукові підходи до інтерпретації емпатії, а також окреслено соціально-психологічні характеристики покоління Z та їх вплив на формування емпатійних властивостей у студентському віці.

У роботі представлено результати емпіричного дослідження рівнів, структурних компонентів та каналів емпатії студентської молоді. Проаналізовано особливості когнітивних та емоційних проявів емпатії, а також визначено специфіку міжособистісної чутливості у представників покоління Z. Отримані результати свідчать про переважання середнього рівня емпатії серед студентів та домінування когнітивних компонентів емпатійного реагування, що пов'язано зі специфікою цифрової соціалізації сучасної молоді.

Виявлено певні гендерні відмінності у проявах емпатійних характеристик, а також особливості співвідношення когнітивних і афективних складових емпатії. Отримані дані дозволили окреслити психологічні чинники формування емпатійного потенціалу студентської молоді та визначити напрями його подальшого розвитку.

Практичне значення дослідження полягає у розробленні психологічних рекомендацій щодо розвитку емпатійного потенціалу сучасної молоді, формування міжособистісної чутливості, емоційної компетентності та ефективної комунікації у студентському середовищі.

Ключові слова: емпатія, покоління Z, студентська молодь, когнітивна емпатія, емоційна емпатія, міжособистісна чутливість, емпатійне реагування, психологічний розвиток.

ABSTRACT

Shmigel Sofia. Psychological Features of Empathy in Students of Generation Z

The qualification paper examines the psychological characteristics of empathy development among students of Generation Z within the context of contemporary socio-cultural transformations and digital communication. A theoretical analysis of empathy as a multidimensional psychological construct including cognitive, emotional, and behavioral components is presented. The study outlines key scientific approaches to understanding empathy and highlights socio-psychological characteristics of Generation Z influencing empathy formation during the student age.

The empirical part of the research focuses on identifying the levels, structural components, and channels of empathy among students. The findings demonstrate that the majority of respondents exhibit a moderate level of empathy with a predominance of cognitive components of empathic response, which can be explained by the specific features of digital socialization typical for Generation Z.

Gender differences in certain empathy indicators were also identified, particularly in the emotional component of empathy. The results provide insight into the psychological factors influencing empathy development in student youth and contribute to a deeper understanding of interpersonal sensitivity within the context of modern social interaction.

The practical significance of the research lies in the development of psychological recommendations aimed at enhancing empathy, interpersonal sensitivity, emotional competence, and effective communication among students.

Keywords: empathy, Generation Z, students, cognitive empathy, emotional empathy, interpersonal sensitivity, empathic response, psychological development.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
Розділ 1. Теоретико-методологічні засади дослідження емпатії в сучасній психології.....	7
1.1. Феномен емпатії як об'єкт психологічного аналізу.....	7
1.2. Соціально-психологічний портрет та ціннісні орієнтири покоління Z.....	10
1.3. Психологічні чинники розвитку емпатії у студентському віці.....	13
Висновки до першого розділу.....	15
Розділ 2. Емпіричне дослідження особливостей емпатії студентської молоді.....	17
2.1. Організація та методи дослідження емпатійних властивостей студентів.....	17
2.2. Аналіз результатів діагностики рівнів та каналів емпатії у представників покоління Z.....	22
2.3. Аналіз міжособистісної чутливості та когнітивних компонентів емпатії студентів.....	27
2.4. Психологічні рекомендації щодо розвитку емпатійного потенціалу сучасної молоді.....	34
Висновки до другого розділу.....	37
ВИСНОВКИ.....	38
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	40

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасних соціокультурних умовах проблема емпатії набуває особливої наукової та практичної значущості. Глобальні суспільні трансформації, цифровізація комунікації, зростання інформаційного навантаження та соціальна нестабільність істотно змінюють характер міжособистісної взаємодії, особливо серед молоді. У цьому контексті емпатія постає не лише як психологічна характеристика особистості, а й як ключовий ресурс соціальної адаптації, психологічного благополуччя та професійного становлення.

Особливої уваги потребує вивчення емпатії у представників покоління Z, які формувалися в умовах цифрової соціалізації. Дослідження засвідчують, що для цього покоління характерні специфічні особистісні та ціннісні орієнтири, фрагментарність комунікації, перевага онлайн-взаємодії над безпосереднім міжособистісним контактом, що може впливати на глибину емоційного відгуку та здатність до співпереживання [11; 15; 17; 24; 27].

Студентський вік є сенситивним періодом розвитку емпатійних властивостей, оскільки саме в цей час інтенсивно формуються соціальні ролі, професійна ідентичність та система міжособистісних стосунків [1; 9; 10; 13; 31]. Водночас сучасні дослідження вказують на суперечливі тенденції у розвитку емпатії студентської молоді: з одного боку, це зростання когнітивної рефлексії, з іншого – зниження емоційної чутливості та підвищення особистісного дистресу [4; 6; 8; 22; 23; 28].

Незважаючи на значну кількість наукових праць, проблема психологічних особливостей емпатії саме у студентів покоління Z залишається недостатньо систематизованою, особливо в аспекті поєднання рівнів, структурних компонентів і каналів емпатійного реагування. Це зумовлює актуальність даного дослідження та його практичну значущість для психологічного супроводу сучасної молоді.

Об'єкт дослідження: емпатія у студентів покоління Z.

Предмет дослідження: психологічні особливості рівнів, структурних компонентів та каналів емпатії у студентів покоління Z.

Мета дослідження. Теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості емпатії у студентів покоління Z.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати основні наукові підходи до розуміння емпатії як психологічного феномену.
2. Визначити соціально-психологічні особливості покоління Z та їх вплив на формування емпатії у студентському віці.
3. Емпірично дослідити рівні, структурні компоненти та канали емпатії у студентів покоління Z.
4. Розробити психологічні рекомендації щодо розвитку емпатійного потенціалу сучасної молоді на основі отриманих результатів.

Основна гіпотеза дослідження полягала в припущенні, що емпатія студентів покоління Z має специфічну структурну організацію, зумовлену особливостями цифрової соціалізації, та характеризується домінуванням когнітивних компонентів над емоційними.

Часткові гіпотези:

1. Передбачалося, що у більшості студентів покоління Z буде виявлено середній рівень загальної емпатії з переважанням раціонального каналу емпатійного реагування.
2. Очікувалося, що емоційна емпатія матиме ситуативний характер і буде менш вираженою порівняно з когнітивними компонентами.
3. Припускалося, що когнітивні складові емпатії (прийняття перспективи, фантазія) будуть розвинені краще, ніж афективні (емпатична турбота).
4. Передбачалося, що у значної частини студентів, особливо жіночої статі, проявлятиметься підвищений рівень особистісного дистресу, що ускладнює ефективну емпатійну взаємодію.

5. Очікувалося існування гендерних відмінностей у проявах окремих компонентів емпатії.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять класичні та сучасні психологічні концепції емпатії, емоційного інтелекту та міжособистісної взаємодії, представлені у працях вітчизняних і зарубіжних науковців. У роботі використано положення теорій емпатії та морального розвитку особистості [36], концепції багатовимірної структури емпатії [3; 12; 13], підходи до аналізу емоційного інтелекту та його зв'язку з особистісним розвитком [6; 26; 33; 34; 35].

Методологічною основою також слугували наукові праці, присвячені психологічним особливостям покоління Z, впливу цифрового середовища на емоційну сферу та міжособистісну чутливість молоді [11; 17; 24; 27; 40; 41; 42], а також дослідження емпатії у студентському та юнацькому віці [1; 7; 10; 21; 28; 31; 32].

Методологія дослідження. У дослідженні було використано комплекс взаємодоповнюючих методів: теоретичних та емпіричних.

Теоретичні методи: аналіз, синтез, систематизація, узагальнення та порівняння наукових джерел з проблеми емпатії та психологічних особливостей покоління Z.

Емпіричні методи:

- багатофакторний опитувальник емпатії IRI М. Девіса [3; 12];
- опитувальник емоційної емпатії EETS А. Меграбяна та Н. Епштейна [20];
- методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойка [18; 19].

Методи математичної статистики: описова статистика, підрахунок середніх значень, відсотковий аналіз та порівняльний аналіз емпіричних даних.

Вибірка дослідження. У дослідженні взяли участь 56 студентів закладів вищої освіти віком від 18 до 23 років, які належать до покоління Z. Вибірка

включала представників обох статей і формувалася за принципом добровільної участі з дотриманням етичних норм психологічного дослідження.

Наукова новизна дослідження полягає у визначенні структурної специфіки емпатії студентів покоління Z, встановленні домінування когнітивного каналу емпатійного реагування над емоційним, а також у виявленні взаємозв'язку між особистісним дистресом і рівнем емоційної емпатії. Уперше в межах даної вибірки здійснено комплексне поєднання трьох психодіагностичних методик для аналізу багатовимірної структури емпатії.

Теоретична значущість полягає у поглибленні наукових уявлень про специфіку емпатії у студентської молоді покоління Z та розширенні теоретичних положень щодо взаємозв'язку когнітивних і емоційних компонентів емпатії в умовах цифрової соціалізації.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів, викладачів закладів вищої освіти та фахівців соціально-психологічного супроводу молоді. Розроблені рекомендації можуть бути використані для створення програм розвитку емпатійного потенціалу студентів та профілактики емоційного виснаження.

Структура роботи. Робота складається із двох розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел – 43 джерела, емпіричний розділ містить діаграму, дві таблиці та сім рисунків за результатами дослідження.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМПАТІЇ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

1.1. Феномен емпатії як об'єкт психологічного аналізу

У сучасній психологічній науці емпатія розглядається як один із ключових механізмів міжособистісної взаємодії, соціального пізнання та морального розвитку особистості. Актуальність дослідження емпатії зумовлена її визначальною роллю у формуванні соціальної компетентності, здатності до співпереживання, розуміння емоційних станів інших людей, а також у забезпеченні ефективної комунікації в умовах ускладненого соціального та цифрового середовища, характерного для сучасної молоді, зокрема представників покоління Z.

Еволюція наукових уявлень про емпатію демонструє поступовий перехід від філософських і етичних інтерпретацій до ґрунтового психологічного аналізу цього феномена. У класичних працях емпатія розумілася насамперед як здатність до емоційного співпереживання іншій людині. Значний внесок у розробку проблеми зробив М. Гоффман, який пов'язував розвиток емпатії з моральним становленням особистості та формуванням просоціальної поведінки. Учений підкреслював, що емпатія є не лише емоційною реакцією, а й складним психологічним утворенням, що інтегрує афективні та когнітивні процеси [36].

У межах загально-психологічного підходу емпатія розглядається як універсальна властивість особистості, що забезпечує розуміння внутрішнього світу іншого. Так, П. М'ясоїд визначає емпатію як здатність індивіда проникати в емоційний стан іншої людини, зберігаючи при цьому усвідомлення меж власного «Я» [14].

Подібну позицію займає С. Максименко, який наголошує, що емпатія є важливим компонентом психологічної зрілості особистості та тісно пов'язана з розвитком емоційної сфери й самосвідомості [16].

У сучасній психології дедалі більшого поширення набуває багатокomпонентний підхід до розуміння емпатії. Згідно з ним, емпатія не зводиться виключно до емоційного співпереживання, а охоплює когнітивні та поведінкові аспекти. Найбільш обґрунтованою в цьому контексті є концепція М. Девіса, який запропонував модель емпатії як багатовимірного конструкта, що включає когнітивну емпатію (здатність розуміти перспективу іншого), емоційну емпатію (емоційне співпереживання) та особистісну реактивність. Адаптація опитувальника М. Девіса до українського культурного контексту, здійснена Н. Будаговською, Т. Карягіною та Н. Кухтовою, підтвердила валідність такого структурного підходу до вивчення емпатії [3].

Емоційний компонент емпатії передбачає здатність особистості співпереживати емоційним станам іншого, відчувати емоційний відгук на переживання співрозмовника. Саме цей компонент найчастіше пов'язується з чутливістю, емоційною відкритістю та здатністю до співчуття. Дослідження А. Меграбяна та Н. Епштейна засвідчують, що емоційна емпатія відіграє важливу роль у формуванні міжособистісної близькості та соціальної підтримки [20].

Когнітивний компонент емпатії полягає у здатності до усвідомленого розуміння емоцій, намірів і мотивації іншої людини, тобто у вмінні «стати на її позицію». Саме когнітивна емпатія забезпечує адекватне соціальне сприймання та прогнозування поведінки партнера по взаємодії. За даними нейропсихологічних досліджень, зокрема робіт Дж. Кім і С. Хан, когнітивна та емоційна емпатія мають різні нейронні механізми, що підтверджує їх відносну автономність у структурі емпатійних процесів [38].

Поведінковий компонент емпатії проявляється у конкретних діях, спрямованих на підтримку, допомогу та просоціальну поведінку. Саме він відображає практичну реалізацію емпатійних переживань у соціальній

взаємодії. Як зазначає Е. Балашов, емпатія студентської молоді стає важливим засобом самореалізації, оскільки сприяє формуванню активної соціальної позиції та відповідального ставлення до інших людей [2].

У контексті професійного та особистісного становлення студентської молоді емпатія набуває особливої значущості. Дослідження О. Андрієнко та О. Галус доводять, що рівень розвитку емпатії у студентів безпосередньо впливає на успішність фахової підготовки, соціально-психологічну адаптацію та ефективність майбутньої професійної діяльності, особливо у сферах типу «людина – людина» [1; 5].

Сучасні дослідження акцентують увагу на трансформації емпатії в умовах цифровізації соціального простору. Представники покоління Z, які формувалися в середовищі цифрових технологій, соціальних мереж і віртуальної комунікації, демонструють специфічні особливості емпатійних проявів. Як зазначають А. Іванченко та О. Мартинюк, цифрова соціалізація змінює способи емоційного реагування, знижуючи глибину емоційного співпереживання при одночасному зростанні когнітивного розуміння соціальних сигналів [8; 17]. Це зумовлює необхідність комплексного аналізу емпатії з урахуванням вікових, соціокультурних та поколінневих характеристик.

Таким чином, емпатія постає як багатовимірний психологічний феномен, що інтегрує емоційний, когнітивний та поведінковий компоненти і відіграє ключову роль у розвитку особистості, соціальної взаємодії та моральної регуляції поведінки. Для студентів покоління Z емпатія набуває нових форм і змісту, що пов'язано з особливостями їхньої цифрової соціалізації, ціннісних орієнтацій та стилів комунікації.

Водночас аналіз наукових підходів засвідчує відсутність єдності у визначенні структурних меж емпатії. Частина дослідників розглядає її переважно як афективний феномен, тоді як інші акцентують на когнітивній складовій. Така теоретична неоднозначність зумовлює необхідність

комплексного емпіричного дослідження емпатії з урахуванням її багатовимірної структури.

Підсумуємо, що аналіз наукових підходів до розуміння емпатії засвідчує, що в сучасній психології вона розглядається як складне інтегративне утворення, що поєднує емоційний, когнітивний та поведінковий компоненти. Емпатія є важливою умовою ефективної міжособистісної взаємодії, соціальної адаптації та особистісного зростання студентської молоді. Особливої актуальності проблема емпатії набуває у контексті дослідження покоління Z, для якого характерні специфічні умови соціалізації та комунікації. Це зумовлює необхідність подальшого аналізу соціально-психологічного портрета представників цього покоління та їхніх ціннісних орієнтацій, що й становить зміст наступного підрозділу.

1.2. Соціально-психологічний портрет та ціннісні орієнтири покоління Z

У сучасних соціально-психологічних дослідженнях особлива увага приділяється аналізу поколіннєвих відмінностей, що зумовлюють специфіку розвитку особистості, формування ціннісних орієнтацій та особливостей міжособистісної взаємодії. У цьому контексті покоління Z постає як унікальна соціально-вікова спільнота, формування якої відбувалося в умовах стрімкого розвитку цифрових технологій, глобалізації інформаційного простору та трансформації традиційних форм соціальної комунікації. Саме тому дослідження соціально-психологічного портрета покоління Z є необхідною умовою для розуміння специфіки розвитку емпатії у студентському віці.

Покоління Z, до якого належать сучасні студенти, у науковій літературі часто визначається як «цифрові нативи», тобто особи, для яких цифрове середовище є природним і невід'ємним елементом життєвого простору з раннього дитинства. За визначенням К. Сіміллер та М. Грейс, представники цього покоління зростали в умовах постійного доступу до інтернету, соціальних мереж і мобільних технологій, що суттєво вплинуло на їхні когнітивні стилі, соціальні установки та способи побудови міжособистісних

відносин [40]. Подібну позицію висловлює Дж. Твендж, яка підкреслює, що надмірна залученість до цифрового середовища змінює не лише поведінкові патерни молоді, а й глибші психологічні механізми емоційної регуляції та соціального сприймання [42].

У вітчизняних дослідженнях соціально-психологічний портрет покоління Z характеризується поєднанням високої інформаційної компетентності з підвищеною емоційною вразливістю та нестабільністю міжособистісних зв'язків. Так, Н. Коляда зазначає, що для представників покоління Z характерні орієнтація на індивідуальну самореалізацію, прагнення до автономії, гнучкість ціннісних установок і водночас потреба у визнанні та соціальному схваленні [11].

О. Чичинська доповнює, що молодь цього покоління демонструє суперечливе поєднання соціальної активності в онлайн-просторі з труднощами встановлення глибоких емоційних контактів у реальному міжособистісному спілкуванні [27].

Ціннісні орієнтири покоління Z формуються під впливом глобальних соціальних змін, нестабільності соціального середовища та зростання ролі віртуальної реальності. Дослідники наголошують на домінуванні таких цінностей, як свобода вибору, толерантність, самовираження, психологічний комфорт і безпека [40; 42].

Водночас Т. Титаренко підкреслює, що в умовах соціальних криз і постійних змін у молоді зростає потреба у психологічній стабільності, підтримці та відчутті соціальної значущості, що безпосередньо пов'язано з розвитком емпатійних якостей [25].

Особливе місце у формуванні соціально-психологічного портрета покоління Z займає віртуальна комунікація. Соціальні мережі та цифрові платформи стають провідним середовищем соціалізації, у межах якого відбувається формування уявлень про себе та інших. Як зазначає А. Іванченко, віртуальна взаємодія змінює характер міжособистісної чутливості, сприяючи розвитку швидкого розпізнавання соціальних сигналів, але водночас

знижуючи глибину емоційного співпереживання [8]. Подібні висновки роблять О. Стельмах і А. Кузнецова, які вказують на фрагментарність емпатійних реакцій у цифрового покоління та домінування когнітивного компонента емпатії над емоційним [24].

У контексті емпатії важливим є питання впливу цифрового середовища на розвиток міжособистісної чутливості. Дослідження Ю. Мартинюк свідчать, що у представників покоління Z емпатія дедалі частіше реалізується у формі раціонального розуміння переживань іншого без глибокого емоційного залучення, що може ускладнювати формування стійких емоційних зв'язків [17]. Водночас низка авторів наголошує, що цифрова комунікація створює нові можливості для прояву емпатії, зокрема у формах онлайн-підтримки, солідарності та соціальної активності [37; 39].

Студентський вік як період інтенсивного особистісного та професійного становлення накладає додаткові особливості на прояви емпатії у покоління Z. За даними досліджень О. Кушнір та співавторів, студенти соціальних і гуманітарних спеціальностей демонструють вищий рівень емпатійної чутливості порівняно з представниками технічних напрямів, що пов'язано з різницею у ціннісних орієнтаціях і характері міжособистісної взаємодії [21]. Водночас Л. Шевцова зазначає, що навіть у межах однієї вікової групи емпатійні прояви студентів є нерівномірними та залежать від умов соціалізації й індивідуально-психологічних чинників [29].

Таким чином, соціально-психологічний портрет покоління Z характеризується складним поєднанням цифрової компетентності, гнучких ціннісних орієнтацій, орієнтації на самореалізацію та водночас підвищеної потреби в емоційній підтримці й прийнятті. Віртуальна комунікація суттєво трансформує форми міжособистісної чутливості, що безпосередньо впливає на специфіку розвитку емпатії у студентському середовищі.

Аналіз соціально-психологічного портрета та ціннісних орієнтирів покоління Z засвідчує, що сучасні студенти формуються в умовах домінування цифрового середовища, яке визначає особливості їхньої комунікації,

емоційного реагування та міжособистісної чутливості. Для представників цього покоління характерне поєднання когнітивно орієнтованої емпатії з відносним зниженням глибини емоційного співпереживання, що зумовлено специфікою віртуальної взаємодії та трансформацією ціннісних установок. Разом із тим студентський вік відкриває значні можливості для розвитку емпатії за умови цілеспрямованого психологічного впливу та створення сприятливого соціального середовища.

З огляду на зазначене, логічним є подальший аналіз психологічних чинників, які визначають розвиток емпатії у студентському віці, зокрема індивідуально-психологічних, соціальних та освітніх детермінант, що й становитиме зміст наступного підрозділу.

1.3. Психологічні чинники розвитку емпатії у студентському віці

Студентський вік у сучасній психології розглядається як особливий етап онтогенетичного розвитку особистості, що характеризується інтенсивними когнітивними, емоційними та соціальними трансформаціями. Саме в цей період відбувається активне формування системи цінностей, професійної ідентичності, соціальних ролей і міжособистісних стратегій, що безпосередньо впливає на розвиток емпатії як ключової соціально-психологічної якості. У контексті покоління Z ці процеси набувають додаткової складності через специфіку цифрової соціалізації та зміну традиційних форм міжособистісної взаємодії.

У наукових дослідженнях наголошується, що розвиток емпатії у студентському віці зумовлюється сукупністю взаємопов'язаних психологічних чинників, серед яких провідне місце посідають особистісні характеристики, особливості соціального середовища та освітньо-професійний контекст. За концепцією С. Максименка, емпатія формується як інтегральна властивість особистості в процесі активної взаємодії із соціальним середовищем і тісно пов'язана з розвитком самосвідомості, рефлексії та емоційної регуляції [16].

Важливим чинником розвитку емпатії є специфіка соціалізації сучасної молоді. Дослідники зазначають, що соціалізація студентів покоління Z відбувається в умовах поєднання реального та віртуального соціального простору, що трансформує традиційні механізми емоційного навчання та співпереживання [8; 17; 24].

Віртуальна комунікація, з одного боку, розширює соціальні контакти та сприяє формуванню когнітивної емпатії, а з іншого ж може знижувати інтенсивність емоційного залучення, що впливає на глибину міжособистісної чутливості [27; 42].

Суттєву роль у розвитку емпатії відіграють індивідуально-психологічні чинники, зокрема рівень емоційного інтелекту, здатність до рефлексії, емотивна стабільність та моральна спрямованість особистості. Як показують дослідження А. Шиделко та Ю. Мірик, емоційний інтелект виступає системоутворювальним чинником емпатійної поведінки, оскільки забезпечує усвідомлення власних і чужих емоцій, а також регуляцію емоційних реакцій у соціальній взаємодії [34]. Подібних висновків дійшли І. Ткачук та С. Валеро-Морено, які виявили тісний зв'язок між емоційним інтелектом, життєстійкістю та емпатією у представників покоління Z [26; 43].

Окрему групу чинників становлять морально-ціннісні орієнтації студентської молоді. Згідно з підходом М. Гоффман, емпатія є основою морального розвитку та просоціальної поведінки, оскільки саме через співпереживання формується здатність до відповідальності та турботи про іншого [36]. У вітчизняних дослідженнях також наголошується, що ціннісна спрямованість на допомогу, соціальну відповідальність і гуманістичні ідеали сприяє вищому рівню розвитку емпатії у студентів [2; 22; 25].

Важливим психологічним чинником є освітнє середовище закладу вищої освіти, яке виступає простором не лише професійного навчання, а й інтенсивної соціальної взаємодії. За результатами досліджень О. Андрієнко, О. Галус та О. Кушнір, навчальна діяльність, побудована на принципах діалогу, співпраці та рефлексії, сприяє розвитку емпатії та соціально-

психологічної адаптації студентів [1; 5; 21]. Особливої значущості цей чинник набуває у підготовці майбутніх фахівців помагальних професій, де емпатія є професійно значущою якістю [30; 31].

Професійне становлення студентів тісно пов'язане з розвитком емпатії як компонента професійної компетентності. Дослідження О. Шевченко та Т. Коломієць засвідчують, що рівень емпатії впливає на ефективність міжособистісної взаємодії у професійній діяльності, здатність до клієнтоорієнтованої поведінки та етичного прийняття рішень [10; 30]. У цьому контексті емпатія виступає не лише особистісною, а й професійною детермінантою успішності майбутнього фахівця.

Таким чином, розвиток емпатії у студентському віці є багатофакторним процесом, що зумовлюється поєднанням особистісних, соціальних та освітньо-професійних чинників. Для студентів покоління Z ці чинники реалізуються в умовах цифрової соціалізації, що вимагає цілеспрямованої психологічної підтримки розвитку емпатійних якостей.

Отже, психологічні чинники розвитку емпатії у студентському віці охоплюють індивідуально-психологічні особливості особистості, специфіку соціалізації сучасної молоді, рівень емоційного інтелекту, морально-ціннісні орієнтації та вплив освітнього середовища. Студентський вік є сензитивним періодом для формування емпатії, що набуває особливої значущості у процесі професійного становлення майбутніх фахівців. Для представників покоління Z характерна трансформація емпатійних проявів під впливом цифрового середовища, що зумовлює необхідність цілеспрямованого розвитку цієї якості в системі вищої освіти.

Висновки до першого розділу

У першому розділі бакалаврської роботи здійснено теоретико-методологічний аналіз феномена емпатії в сучасній психологічній науці та розкрито соціально-психологічні умови її розвитку у студентської молоді покоління Z. У підрозділі 1.1 емпатію розглянуто як складне багатовимірне

психологічне утворення, що інтегрує емоційний, когнітивний та поведінковий компоненти й відіграє ключову роль у міжособистісній взаємодії, соціальній адаптації та моральному розвитку особистості.

У підрозділі 1.2 проаналізовано соціально-психологічний портрет покоління Z та їхні ціннісні орієнтири, з'ясовано вплив цифрової соціалізації та віртуальної комунікації на формування міжособистісної чутливості. Встановлено, що для сучасних студентів характерне поєднання високої когнітивної орієнтації в соціальній взаємодії з відносним зниженням емоційної глибини емпатійних переживань.

У підрозділі 1.3 визначено основні психологічні чинники розвитку емпатії у студентському віці, зокрема роль особистісних характеристик, емоційного інтелекту, морально-ціннісних установок, освітнього середовища та професійного становлення. Показано, що емпатія виступає важливою складовою професійної компетентності майбутніх фахівців, особливо у сферах типу «людина – людина».

Таким чином, результати теоретичного аналізу засвідчують, що емпатія студентів покоління Z є динамічним психологічним феноменом, розвиток якого зумовлений комплексною взаємодією індивідуальних, соціальних та освітніх чинників. Це обґрунтовує необхідність подальшого емпіричного вивчення рівня та особливостей емпатії у студентської молоді.

Виявлені теоретичні положення та узагальнення слугують методологічною основою для проведення емпіричного дослідження особливостей емпатії студентської молоді, представленого у другому розділі роботи.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМПАТІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

2.1. Організація та методи дослідження емпатійних властивостей студентів

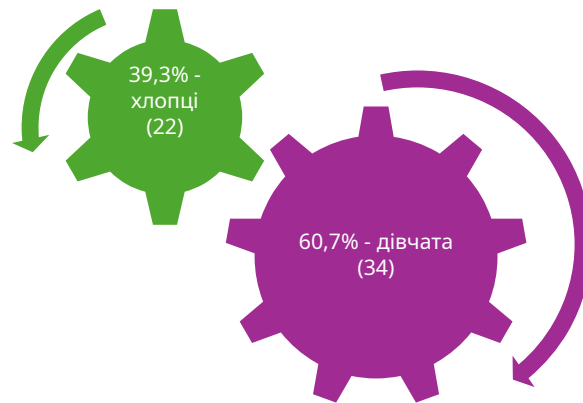
Емпіричне дослідження психологічних особливостей емпатії у студентів покоління Z було проведене з метою виявлення рівнів, структурних компонентів та провідних каналів емпатійного реагування в умовах сучасної цифрової соціалізації. Дослідження реалізовано відповідно до загальної логіки психологічного експерименту та з урахуванням методологічних положень сучасної вікової та соціальної психології.

Організація дослідження та характеристика вибірки. У дослідженні взяли участь 56 студентів закладів вищої освіти, які навчаються за гуманітарними та соціальними спеціальностями. Усі респонденти належать до покоління Z, що визначається роками народження в межах 2000-2006 рр., відповідно до сучасних наукових класифікацій поколінь.

Віковий діапазон вибірки становив 18-23 роки, що відповідає періоду ранньої та середньої юності, тобто сенситивному етапу розвитку емпатійних властивостей, емоційного інтелекту та соціальної чутливості.

За гендерною ознакою вибірка була представлена:

- дівчат – 34 (60,7%);
- хлопців – 22 (39,3%) (див. Діаграма 2.1).



Діаграма 2.1. Розподіл респондентів за статтю та кількістю

Такий розподіл є типовим для студентського контингенту гуманітарного профілю та відповідає емпіричним даним інших досліджень, у яких зазначається вищий рівень залученості дівчат до досліджень емпатії та міжособистісної взаємодії. Гендерний склад вибірки дозволив здійснити додатковий аналіз можливих відмінностей у структурі емпатії, що мало уточнювальний характер у межах перевірки часткової гіпотези.

Формування вибірки здійснювалося за принципом добровільної участі, із дотриманням етичних норм психологічного дослідження. Усі учасники були поінформовані про мету дослідження, анонімність відповідей та можливість відмови на будь-якому етапі. Опитування проводилося в груповій формі з використанням стандартизованих психодіагностичних методик, що забезпечило єдність умов та достовірність отриманих результатів.

Дослідження має констатувально-кореляційний дизайн і є крос-секційним за часовими характеристиками. Незалежними змінними виступали гендер та індивідуально-психологічні особливості респондентів, залежними – показники емпатії за обраними методиками.

У межах емпіричного дослідження було висунуто такі гіпотези:

Основна гіпотеза дослідження полягала в припущенні, що емпатія студентів покоління Z має специфічну структурну організацію, зумовлену особливостями цифрової соціалізації, та характеризується домінуванням когнітивних компонентів над емоційними.

Часткові гіпотези:

1. Передбачалося, що у більшості студентів покоління Z буде виявлено середній рівень загальної емпатії з переважанням раціонального каналу емпатійного реагування.
2. Очікувалося, що емоційна емпатія матиме ситуативний характер і буде менш вираженою порівняно з когнітивними компонентами.
3. Припускалося, що когнітивні складові емпатії (прийняття перспективи, фантазія) будуть розвинені краще, ніж афективні (емпатична турбота).
4. Передбачалося, що у значної частини студентів, особливо жіночої статі, проявлятиметься підвищений рівень особистісного дистресу, що ускладнює ефективну емпатійну взаємодію.
5. Очікувалося існування гендерних відмінностей у проявах окремих компонентів емпатії.

Процедура дослідження. Емпіричне дослідження здійснювалося у декілька послідовних етапів:

- 1) **організаційно-підготовчий етап**, який передбачав добір діагностичного інструментарію, формування вибірки та інструктаж учасників;
- 2) **діагностичний етап**, на якому було застосовано комплекс методик, спрямованих на вивчення різних аспектів емпатії: когнітивного, емоційного та поведінкового;
- 3) **аналітичний етап**, що включав обробку результатів, їх кількісний та якісний аналіз, а також інтерпретацію отриманих даних у контексті особливостей покоління Z.

Обґрунтування вибору психодіагностичних методик. Для комплексного вивчення феномену емпатії у студентської молоді було

використано три взаємодоповнювальні методики, кожна з яких дозволяє проаналізувати різні виміри емпатійного функціонування.

Багатофакторний опитувальник емпатії IRI М. Девіса. Методика Interpersonal Reactivity Index (IRI), розроблена М. Девіс, була обрана з огляду на її теоретичну й емпіричну цінність для дослідження багатовимірної структури емпатії. Опитувальник дозволяє диференційовано оцінити як когнітивні (перспективне прийняття, уявна ідентифікація), так і емоційні компоненти емпатії (емпатійна турбота, особистісний дистрес).

У контексті дослідження покоління Z застосування IRI є методологічно виправданим, оскільки цифрові нативи часто демонструють асиметрію між когнітивним розумінням емоцій іншого та глибиною емоційного відгуку. Методика дає змогу виявити специфіку емпатійного реагування в ситуаціях опосередкованої (онлайн) та безпосередньої міжособистісної взаємодії, що є принципово важливим для аналізу емпатії в умовах цифрового середовища.

Опитувальник емоційної емпатії EETS А. Меграбяна та Н. Епштейна. Опитувальник EETS (Emotional Empathy Tendency Scale), розроблений Альберт Меграбян та Норман Епштейн, спрямований на вимірювання здатності до емоційного співпереживання, чутливості до емоційних станів інших та інтенсивності емоційного відгуку.

Використання цієї методики у межах даного дослідження зумовлене тим, що емоційний компонент емпатії у покоління Z часто зазнає трансформацій під впливом цифрової комунікації, кліпового мислення та зниження глибини емоційного контакту. EETS дозволяє оцінити саме афективну складову емпатії, яка є базисом моральної чутливості, просоціальної поведінки та психологічного благополуччя.

Отримані за допомогою EETS дані створюють підґрунтя для аналізу рівня емоційної включеності студентів у міжособистісну взаємодію, що є важливим показником соціальної адаптації та психологічної зрілості.

Методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойка. Методика, розроблена В. Бойко, була обрана з метою структурного аналізу

емпатії та визначення провідних каналів емпатійного реагування (раціонального, емоційного, інтуїтивного), а також установок, що сприяють або перешкоджають емпатійному процесу.

Дана методика є особливо релевантною для дослідження покоління Z, оскільки дозволяє виявити, яким чином студенти сприймають та інтерпретують емоційні стани інших: через логічний аналіз, емоційне зараження чи інтуїтивне відчуття. Крім того, вона дає змогу оцінити рівень емпатії як інтегральної особистісної характеристики, що формується під впливом соціального досвіду, комунікативних практик та особливостей виховання.

Таким чином, застосований комплекс психодіагностичних методик забезпечив багатовимірний підхід до вивчення емпатії студентів покоління Z, поєднавши оцінку її рівнів, структурних компонентів та механізмів реалізації. Отримані емпіричні дані стали основою для подальшого кількісного й якісного аналізу, представленого у наступному підрозділі.

Методи статистичної обробки даних. Для забезпечення об'єктивності та наукової валідності отриманих емпіричних результатів було здійснено їх кількісну обробку із застосуванням методів математичної статистики. Статистичний аналіз даних проводився з використанням стандартних процедур описової та інферентної статистики.

Статистична обробка емпіричних даних здійснювалася з використанням програмного забезпечення SPSS (версія 26.0). Перевірка нормальності розподілу проводилася за допомогою критерію Шапіро-Уїлка, що дозволило визначити доцільність застосування параметричних або непараметричних статистичних методів. У випадках відхилення від нормального розподілу використовувалися непараметричні критерії.

На першому етапі здійснювався розрахунок показників описової статистики: середніх значень (M), стандартного відхилення (SD), медіани (Me), мінімальних та максимальних значень, що дозволило визначити загальні тенденції розподілу досліджуваних показників.

З метою перевірки характеру розподілу змінних застосовувався аналіз відповідності нормальному закону розподілу. Залежно від типу розподілу та рівня вимірювання змінних добиралися відповідні статистичні критерії.

Для визначення кореляційних зв'язків між змінними використовувався коефіцієнт рангової кореляції Спірмена (r_s), що є доцільним у випадку порядкових шкал або відхилення від нормального розподілу. Інтерпретація сили зв'язку здійснювалася відповідно до загальноприйнятих критеріїв (слабкий, помірний, високий кореляційний зв'язок).

Для порівняння показників між незалежними вибірками застосовувався U-критерій Манна-Уїтні (у випадку ненормального розподілу) або t-критерій Стьюдента (за умови нормальності розподілу). Для аналізу гендерних відмінностей у показниках емпатії застосовувався U-критерій Манна-Уїтні, що є доцільним для порівняння двох незалежних вибірок за умов ненормального розподілу. Розрахунок ефекту розміру здійснювався з використанням коефіцієнта r , що дозволило оцінити практичну значущість виявлених відмінностей.

Статистична значущість результатів визначалася на рівні $p \leq 0,05$. У випадку $p \leq 0,01$ результати інтерпретувалися як високозначущі.

Отримані дані були представлені у вигляді таблиць та графічних моделей для підвищення наочності та полегшення інтерпретації результатів.

2.2. Аналіз результатів діагностики рівнів та каналів емпатії у представників покоління Z

Наступним етапом емпіричного дослідження стало кількісне та якісне опрацювання результатів, отриманих за методиками діагностики рівнів і структурних компонентів емпатії. Особливу увагу було зосереджено на аналізі емоційного відгуку та каналів емпатійного реагування студентів покоління Z, що дозволяє глибше зрозуміти специфіку їх міжособистісної чутливості в умовах сучасної цифрової соціалізації.

Аналіз результатів за методикою «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. Бойка. Отримані результати дозволили розподілити досліджуваних за трьома рівнями розвитку емпатії. Встановлено, що:

- високий рівень емпатійних здібностей виявлено у 14 студентів (25,0%);
- середній рівень зафіксовано у 30 осіб (53,6%);
- низький рівень емпатії притаманний 12 респондентам (21,4%) (див. Рис. 2.1.).

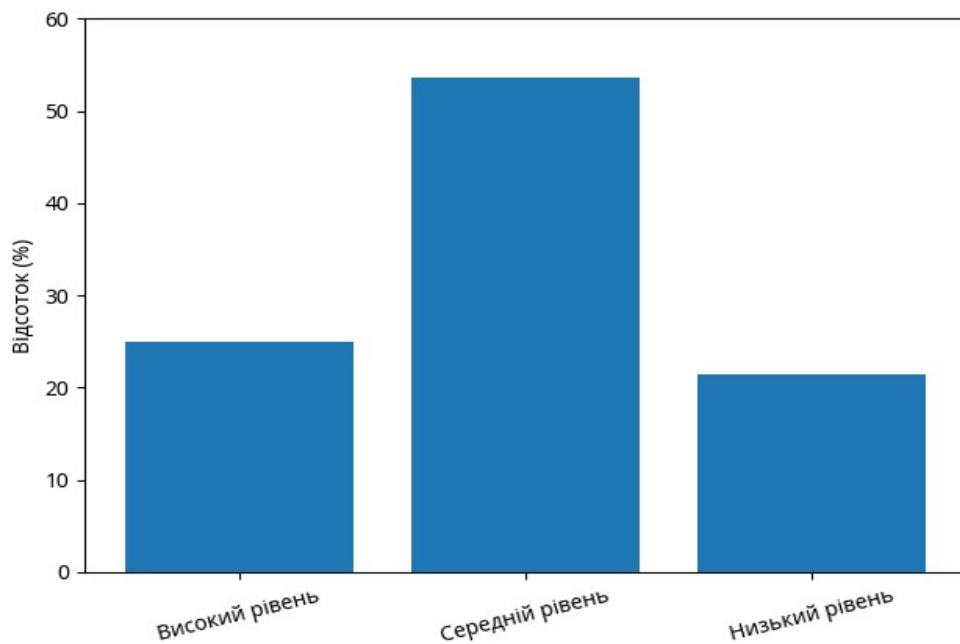


Рис. 2.1. Рівні розвитку емпатійних здібностей студентів

Отже, домінуючим у вибірці є середній рівень емпатії, що свідчить про наявність у більшості студентів здатності до співпереживання та розуміння емоцій інших за умови значущості ситуації або особистісної залученості. Водночас відносно невисока частка студентів із високим рівнем емпатії може бути інтерпретована як наслідок трансформації емоційної сфери покоління Z, зокрема зменшення глибини емоційного контакту внаслідок домінування цифрових форм комунікації.

Подальший аналіз було спрямовано на вивчення каналів емпатії, які відображають способи, через які реалізується емпатійне реагування.

Результати засвідчили, що у структурі емпатії студентів покоління Z:

- раціональний канал емпатії є провідним у 28 осіб (50,0%);
- емоційний канал домінує у 16 студентів (28,6%);
- інтуїтивний канал переважає у 12 досліджуваних (21,4%) (див.

Рис. 2.2.).

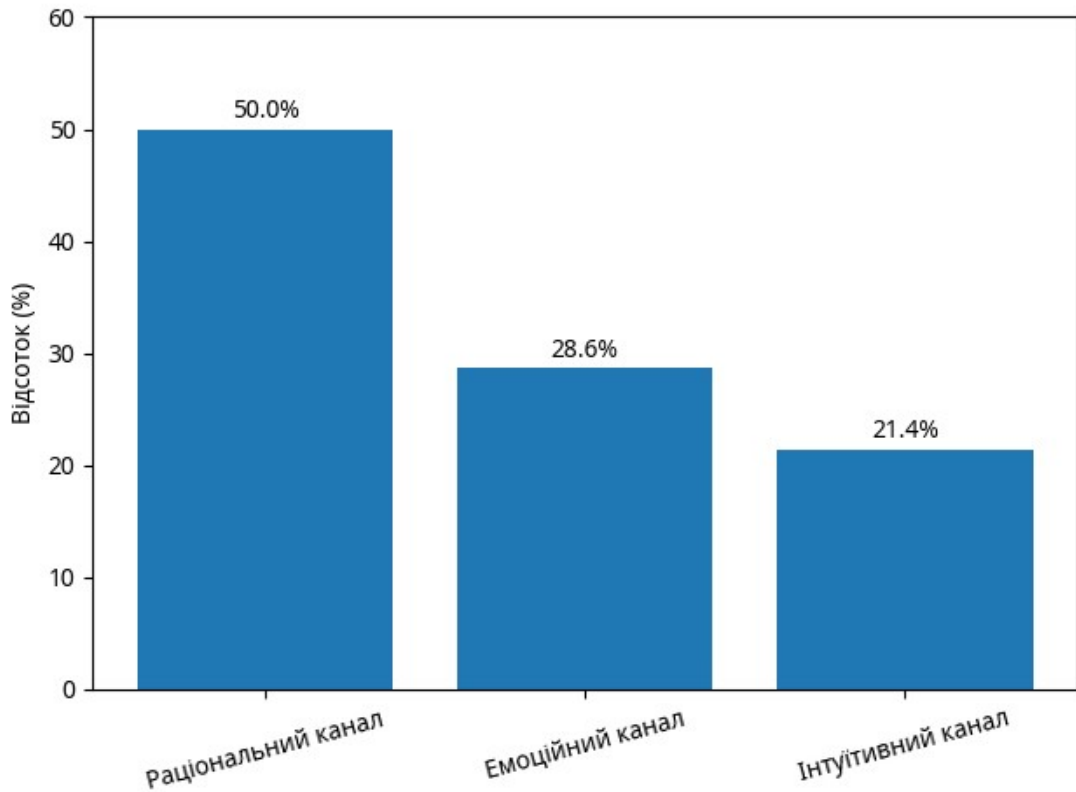


Рис. 2.2. Канали емпатії у структурі емпатійних здібностей студентів покоління Z

Переважання раціонального каналу емпатії свідчить про схильність студентів до когнітивного аналізу емоційного стану іншого, логічного осмислення ситуації та дистанційованого співпереживання. Така особливість є характерною для покоління Z, представники якого часто надають перевагу контролю емоцій і рефлексивному ставленню до міжособистісних контактів.

Емоційний канал емпатії, що базується на безпосередньому емоційному зараженні та співпереживанні, виявився менш вираженим. Це може вказувати на певну емоційну стриманість або обмеження афективного реагування, що формується в умовах цифрового середовища, де емоції часто передаються опосередковано.

Інтуїтивний канал, який передбачає несвідому здатність «відчувати» іншого без логічного аналізу, виявився найменш представленим, що може свідчити про недостатню довіру до внутрішніх емоційних сигналів та переорієнтацію на раціональне мислення.

Таким чином, результати за методикою В. Бойка вказують на структурну асиметрію емпатії у студентів покоління Z, де домінує когнітивно опосередковане співпереживання на тлі зниження емоційної спонтанності.

Аналіз результатів за опитувальником емоційної емпатії EETS.

Для поглибленого аналізу афективного компонента емпатії було використано опитувальник емоційної емпатії EETS розроблений А. Меграбян та Н. Епштейн. Дана методика дозволила оцінити інтенсивність емоційного відгуку, здатність до співпереживання та емоційної включеності у переживання іншого. Аналіз отриманих результатів засвідчив, що:

- високий рівень емоційної емпатії виявлено у 15 студентів (26,8%);
- середній рівень у 27 осіб (48,2%);
- низький рівень емоційного відгуку у 14 респондентів (25,0%) (див.

Рис. 2.3.).

Переважаання середнього рівня емоційної емпатії свідчить про те, що більшість студентів здатні до співпереживання, однак ця здатність має ситуативний характер та залежить від ступеня особистої значущості взаємодії. Високий рівень емоційного відгуку притаманний лише чверті вибірки, що вказує на обмежену кількість студентів із глибокою емоційною чутливістю та схильністю до інтенсивного афективного залучення.

Водночас наявність значної частки респондентів із низьким рівнем емоційної емпатії може розглядатися як прояв емоційного дистанціювання, що є адаптивною стратегією в умовах інформаційного перевантаження, високої швидкості соціальних контактів та частого перебування в онлайн-просторі.

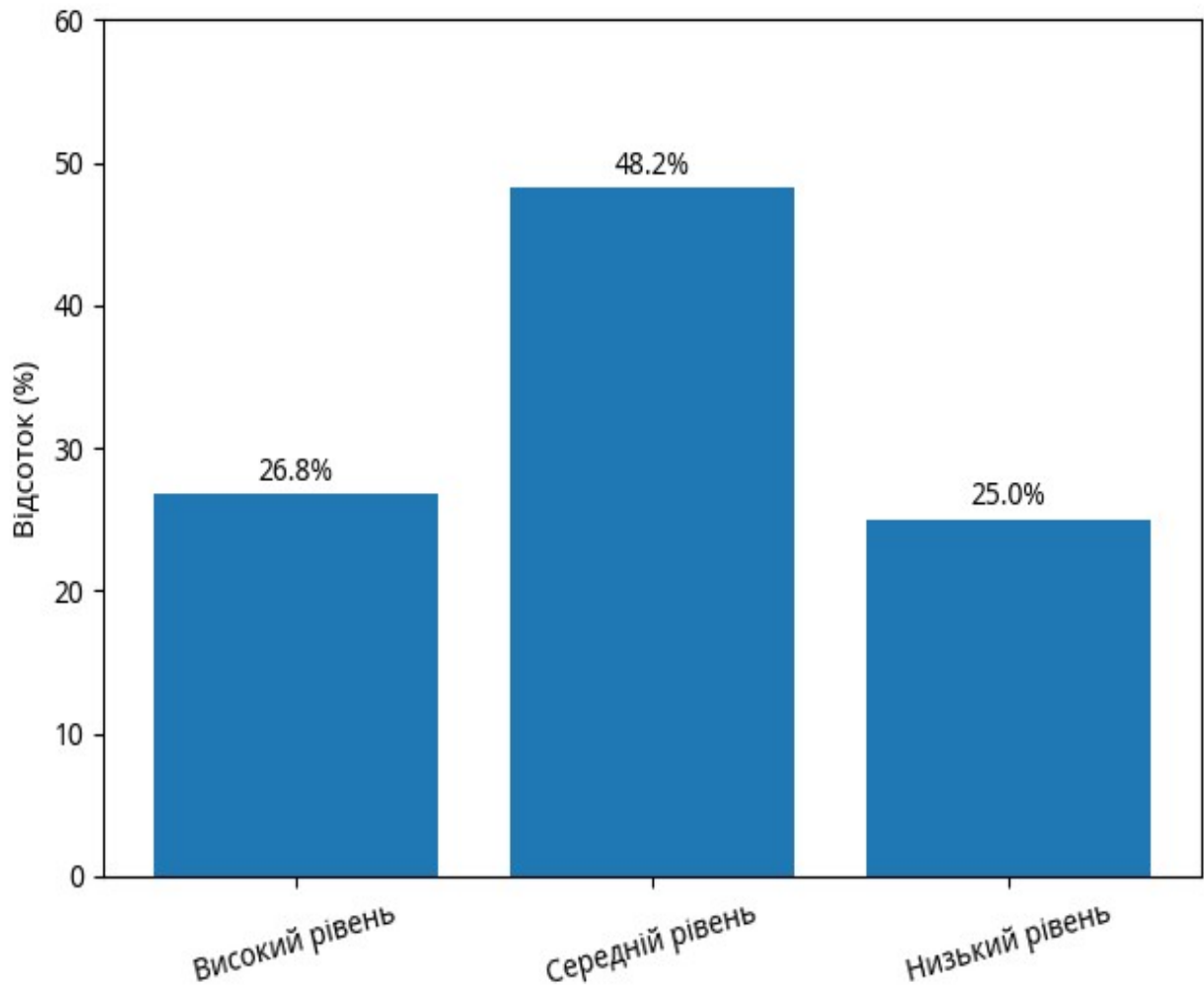


Рис. 2.3. Рівні розвитку емоційної емпатії студентів (за методикою EETS)

Узагальнимо результати та представимо логіку подальшого аналізу. Отримані результати за методиками В. Бойка та EETS засвідчують, що емпатія студентів покоління Z характеризується помірним рівнем розвитку, домінуванням раціональних механізмів розуміння іншого та відносно зниженою емоційною експресивністю. Така структура емпатійних здібностей може забезпечувати ефективну соціальну адаптацію, однак водночас обмежувати глибину міжособистісного контакту та емоційної близькості.

Виявлені особливості актуалізують необхідність детальнішого аналізу когнітивних та особистісних компонентів емпатії, зокрема здатності до прийняття перспективи іншого, уявної ідентифікації, емпатичної турботи та особистісного дистресу.

2.3. Аналіз міжособистісної чутливості та когнітивних компонентів емпатії студентів

З метою поглибленого аналізу когнітивних та особистісно-емоційних компонентів емпатії студентів покоління Z було застосовано багатofакторний опитувальник Interpersonal Reactivity Index (IRI), розроблений М. Девіс. Методика дозволяє диференційовано дослідити чотири ключові складові емпатійного функціонування: прийняття перспективи, фантазію, емпатичну турботу та особистісний дистрес, що у сукупності відображають рівень міжособистісної чутливості та спосіб емоційного реагування на переживання іншого.

Результати за шкалою «Прийняття перспективи».

Аналіз результатів за шкалою «Прийняття перспективи» засвідчив, що здатність до когнітивного розуміння позиції іншого у студентів покоління Z сформована переважно на середньому рівні.

Зокрема:

- високий рівень прийняття перспективи виявлено у 18 студентів (32,1%);
- середній рівень у 26 осіб (46,4%);
- низький рівень у 12 респондентів (21,5%) (див. Рис. 2.4.).

Як видно з рис. 2.4, переважна більшість студентів покоління Z характеризується середнім рівнем прийняття перспективи (46,4%, $n = 26$), що свідчить про сформовану, проте не достатньо стабільну здатність до когнітивного розуміння позиції іншого.

Високий рівень цього показника виявлено у 32,1% респондентів ($n = 18$), що відображає здатність гнучко враховувати погляди та емоційні стани інших у процесі міжособистісної взаємодії.

Натомість у 21,5% студентів ($n = 12$) зафіксовано низький рівень прийняття перспективи, що може ускладнювати ефективну комунікацію та знижувати рівень міжособистісної чутливості.

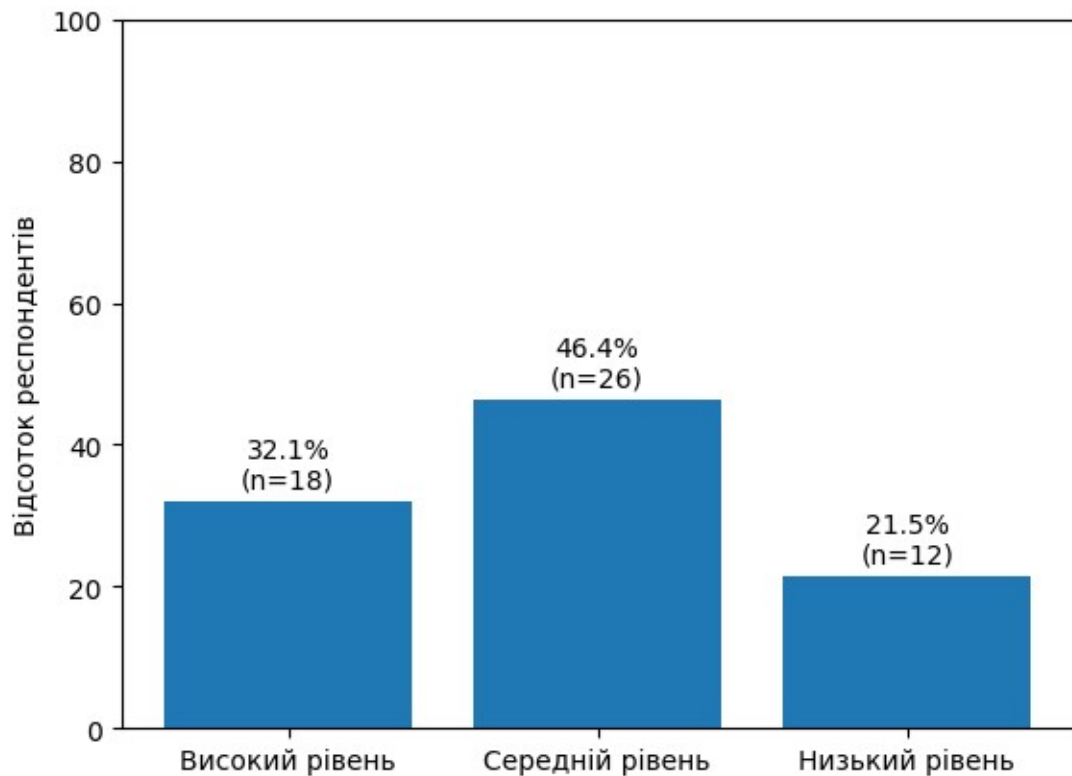


Рис. 2.4. Розподіл студентів покоління Z за рівнями прийняття перспективи (за методикою IRI)

Отже, отримані дані свідчать, що більшість студентів здатні інтелектуально усвідомлювати погляди та мотиви інших людей, однак ця здатність не завжди супроводжується глибоким емоційним залученням. Така тенденція узгоджується з результатами попереднього підрозділу, де було встановлено домінування раціонального каналу емпатії.

Аналіз гендерних відмінностей показав, що дівчата частіше демонструють високий рівень прийняття перспективи (38,2% проти 22,7% у хлопців), тоді як серед хлопців частіше фіксувався середній та низький рівні. Це може свідчити про більшу когнітивну гнучкість і соціальну рефлексивність студенток у міжособистісній взаємодії.

Результати за шкалою «Фантазія»

Шкала «Фантазія» відображає здатність до уявної ідентифікації з персонажами художніх творів, медіаобразами та іншими людьми, а також схильність до емоційного занурення в умовно-символічні ситуації.

Розподіл результатів був таким:

- високий рівень фантазії виявлено у 16 студентів (28,6%);
- середній рівень у 24 осіб (42,9%);
- низький рівень у 16 респондентів (28,6%) (див. Рис. 2.5.).

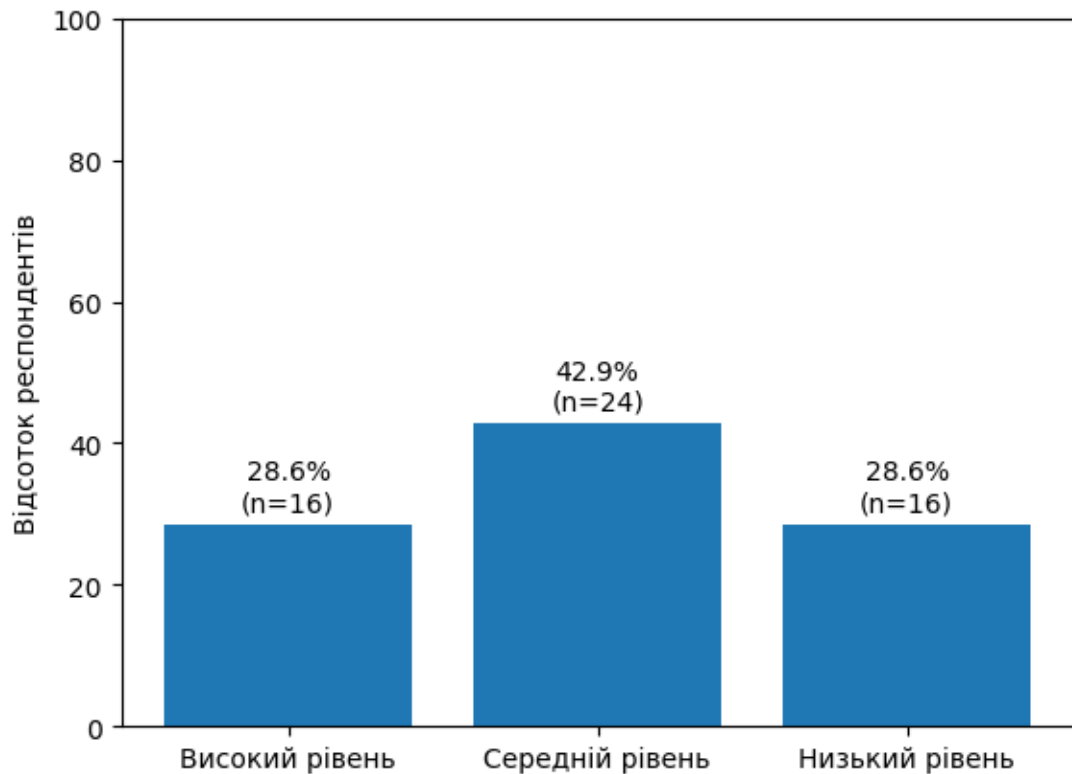


Рис. 2.5. Розподіл студентів покоління Z за рівнями фантазії (метод. IRI)

Отримані дані свідчать про поляризацію показників фантазійного компонента емпатії. З одного боку, значна частина студентів демонструє розвинену уявну чутливість, що може бути пов'язано з активним споживанням цифрового контенту, серіалів, ігор та соціальних мереж. З іншого боку, майже третина вибірки має низькі показники фантазії, що може вказувати на зниження глибини емоційного занурення та перевагу поверхового сприйняття образів.

Гендерний аналіз засвідчив, що високий рівень фантазії частіше властивий дівчатам (35,3%), тоді як серед хлопців переважають середні та

низькі показники. Це підтверджує тенденцію до більшої емоційно-образної залученості студенток у символічні та уявні ситуації.

Результати за шкалою «Емпатична турбота»

Шкала «Емпатична турбота» відображає здатність до співчуття, емоційної підтримки та гуманістичної спрямованості у ставленні до іншого.

Аналіз результатів показав:

- високий рівень емпатичної турботи у 17 студентів (30,4%);
- середній рівень у 25 осіб (44,6%);
- низький рівень у 14 респондентів (25,0%) (див. Рис. 2.6.).

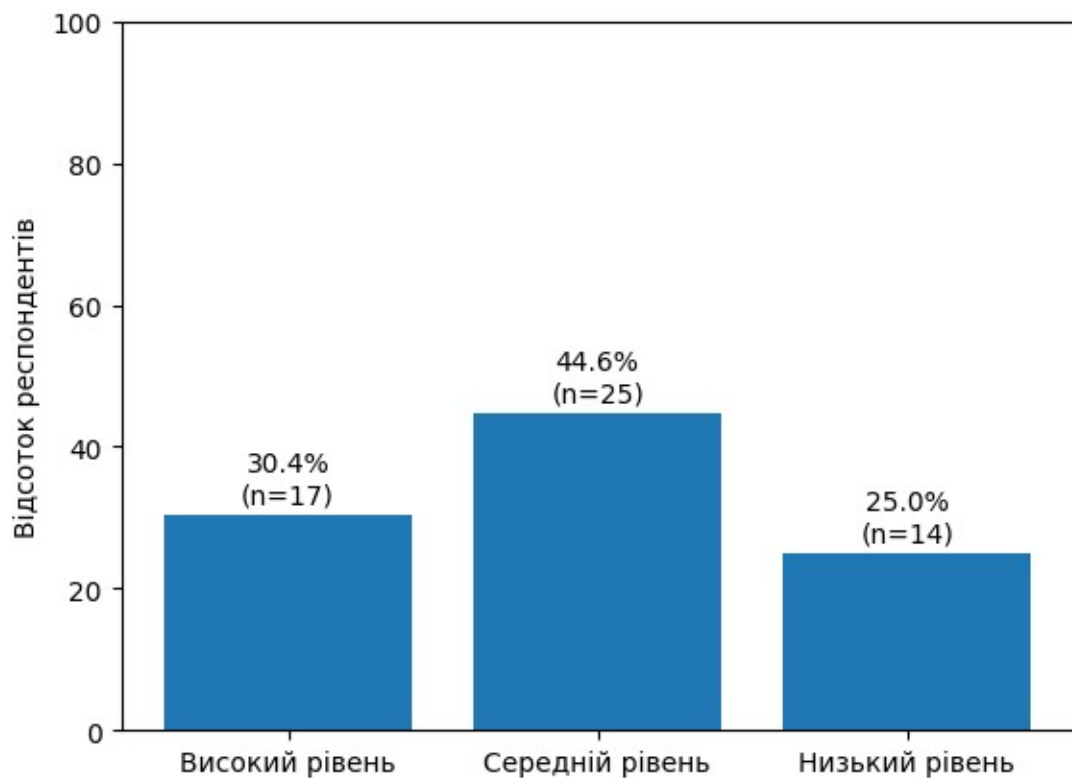


Рис. 2.6. Розподіл студентів покоління Z за рівнями емпатичної турботи (за методикою IRI)

Таким чином, у більшості студентів емпатична турбота має помірно виражений характер, що свідчить про наявність потенціалу до співчуття, однак без стабільної готовності до глибокої емоційної включеності. Виявлений відсоток низького рівня може вказувати на формування емоційної дистанції як

адаптивного механізму самозахисту в умовах соціальної нестабільності та інформаційного перевантаження.

Гендерні відмінності є статистично помітними: дівчата значно частіше демонструють високий рівень емпатичної турботи (38,2%), тоді як у хлопців домінує середній рівень (50,0%). Це узгоджується з класичними уявленнями про гендерну специфіку емоційної соціалізації.

Результати статистичного аналізу підтвердили наявність достовірних гендерних відмінностей за даною шкалою ($U = 238,50$, $p = 0,027$; $r=0,31$), що дозволяє говорити про їхню статистичну значущість.

Результати за шкалою «Особистісний дистрес».

Шкала «Особистісний дистрес» відображає схильність до переживання власної тривоги, напруження та дискомфорту у відповідь на страждання іншого, що може ускладнювати ефективну допомогу.

Отримані результати засвідчили:

- високий рівень особистісного дистресу у 19 студентів (33,9%);
- середній рівень у 21 особи (37,5%);
- низький рівень у 16 респондентів (28,6%) (див. Рис. 2.7.).

Достатньо високий відсоток студентів із підвищеним рівнем особистісного дистресу свідчить про те, що значна частина молоді покоління Z емоційно вразлива до негативних переживань інших, однак ця вразливість часто має егоцентричний характер і супроводжується зростанням внутрішньої напруги.

Особливо показовими є гендерні відмінності: високий рівень дистресу частіше фіксується у дівчат (41,2%), тоді як у хлопців переважає середній та низький рівні. Це може свідчити про більшу емоційну залученість студенток, але водночас й про підвищений ризик емоційного виснаження.

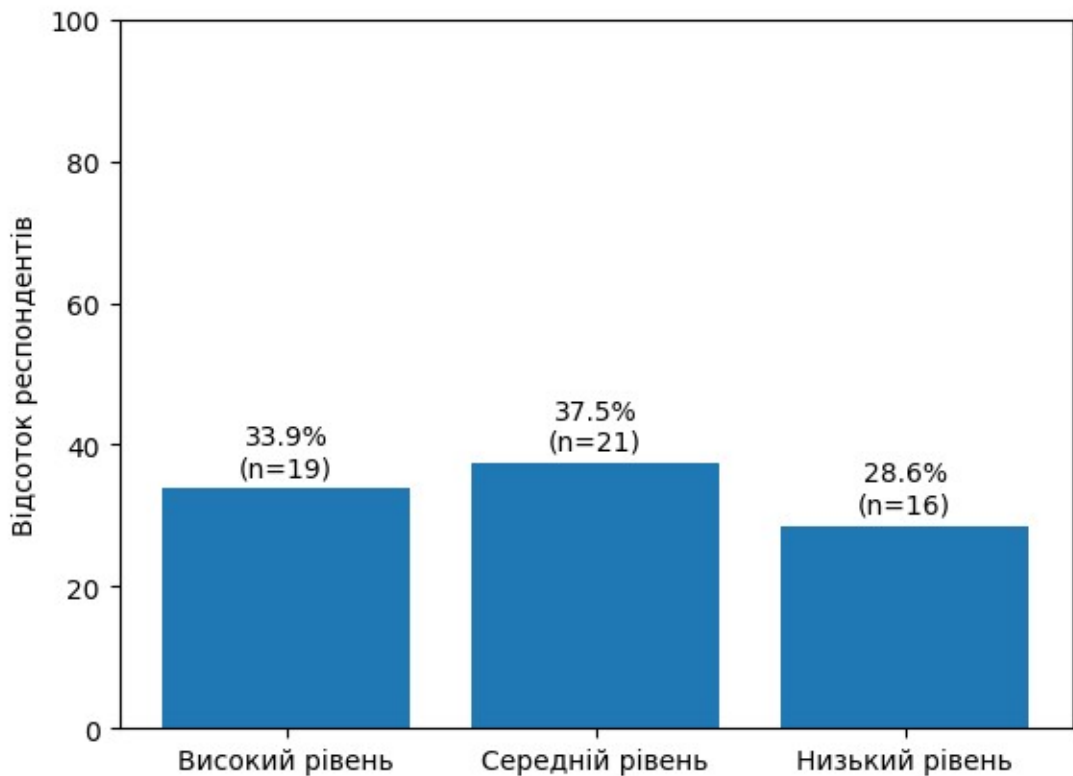


Рис. 2.7. Розподіл студентів покоління Z за рівнями особистісного дистресу (за методикою IRI)

Кореляційний аналіз взаємозв'язків між компонентами емпатії.

З метою виявлення взаємозв'язків між структурними компонентами емпатії було проведено кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена. Встановлено статистично значущий позитивний зв'язок між показниками прийняття перспективи та емпатичною турботою ($r_s = 0,42$, $p = 0,003$), що може свідчити про те, що зростання емоційної емпатії супроводжується зменшенням рівня внутрішнього напруження.

Також виявлено негативний статистично значущий зв'язок між особистісним дистресом та емоційною емпатією ($r_s = -0,31$, $p = 0,018$), що підтверджує припущення про підвищену емоційну вразливість частини студентів.

До кореляційного аналізу було включено показники, отримані за різними методиками дослідження емпатії: шкалами опитувальника IRI та показником раціонального каналу емпатії за методикою В. Бойка. Це

дозволило проаналізувати взаємозв'язок між когнітивними та емоційними компонентами емпатії (див. Таблицю 2.1.).

Таблиця 2.1

Кореляційні зв'язки між компонентами емпатії (коефіцієнт Спірмена)

Показники	PT	EC	PD	Раціональний канал
EC	0,42*	—	—	—
PD	-0,31*	0,48**	—	—
Раціональний канал	0,53**	0,28	-0,22	—

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

Отримані результати кореляційного аналізу засвідчили наявність як позитивних, так і негативних статистично значущих зв'язків між окремими компонентами емпатії. Це підтверджує складну структурну організацію емпатійного реагування, у якій когнітивні та афективні компоненти можуть як підсилювати, так і взаємно врівноважувати один одного. Середні значення за шкалами висвітлені на таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Середні значення за шкалами IRI

Показник	M	SD	Min	Max
Раціональний канал	18,4	3,2	11	24
Емоційний канал	16,1	3,8	9	23
Емпатична турбота	16,2	3,5	8	24
Особистісний дистрес	15,8	4,1	7	25

Найвищі показники виявлено за шкалою прийняття перспективи, що свідчить про сформовану когнітивну емпатію. Нижчі значення за шкалою емпатійної турботи підтверджують відносне зниження афективної складової.

$$U = 242,5; p = 0,032$$

Дівчата мають вищі показники Empathic Concern ($M = 17,4$) порівняно з чоловіками ($M = 14,8$). Розмір ефекту обчислювався за формулою: $r = Z / \sqrt{N}$, де

Z значення статистики критерію Манна-Вітні, N це загальна кількість спостережень.

Отже, підсумовуючи дані емпіричного дослідження зазначимо, що комплексний аналіз результатів, отриманих за методиками В. Бойка, EETS та IRI, дозволяє зробити висновок, що емпатія студентів покоління Z має переважно середній рівень розвитку з домінуванням когнітивних механізмів розуміння іншого над емоційною спонтанністю. Для більшості досліджуваних характерна здатність до раціонального аналізу переживань іншої людини, помірна емпатична турбота та ситуативний емоційний відгук.

Водночас виявлено низку проблемних зон, зокрема знижену глибину емоційного співпереживання, обмежену інтуїтивну чутливість та підвищений рівень особистісного дистресу у значної частини студентів, особливо жіночої статі. Це свідчить про необхідність цілеспрямованого розвитку навичок емоційної саморегуляції та розвитку конструктивної емпатійної взаємодії.

Отримані результати дозволяють констатувати часткове підтвердження основної гіпотези дослідження. Зокрема, встановлено домінування раціонального каналу емпатії, що свідчить про переважання когнітивного компонента над емоційним. Часткова гіпотеза щодо середнього рівня загальної емпатії також підтвердилася. Водночас гіпотеза про високий рівень особистісного дистресу потребує уточнення на основі подальшого кореляційного аналізу.

Отримані результати створюють емпіричне підґрунтя для розробки психологічних рекомендацій, спрямованих на посилення емпатійного потенціалу сучасної молоді.

2.4. Психологічні рекомендації

щодо розвитку емпатійного потенціалу сучасної молоді

Результати емпіричного дослідження засвідчили, що емпатія студентів покоління Z характеризується неоднорідною структурою, у якій поєднуються відносно розвинені когнітивні механізми розуміння іншого з помірною або

зниженою глибиною емоційного відгуку та підвищеним рівнем особистісного дистресу. Виявлені особливості актуалізують необхідність цілеспрямованої психологічної підтримки та розвитку емпатійного потенціалу сучасної молоді.

Розроблені рекомендації ґрунтуються на результатах, отриманих у параграфах 2.1-2.3, та спрямовані на корекцію виявлених дефіцитів і посилення адаптивних форм емпатійної взаємодії.

Запропоновані рекомендації ґрунтуються на положеннях гуманістичної психології, теорії емоційного інтелекту та концепції соціально-емоційного навчання, які підкреслюють значення усвідомленої емоційної регуляції, розвитку рефлексії та міжособистісної відповідальності як чинників формування зрілої емпатійної поведінки.

Рекомендації щодо розвитку емоційного компонента емпатії.

З огляду на те, що у більшості студентів зафіксовано середній або низький рівень емоційної емпатії, доцільним є створення умов для безпечного емоційного залучення. Ефективними можуть бути тренінгові заняття, спрямовані на розвиток навичок розпізнавання та вербалізації власних емоцій і почуттів інших людей. Особливу увагу варто приділяти роботі з емоційною чутливістю в реальних, а не лише віртуальних, міжособистісних ситуаціях.

Корисним є впровадження вправ на розвиток емоційного відгуку, таких як обговорення емоційних переживань у малих групах, аналіз життєвих ситуацій, рольові ігри та елементи психодрами. Такі форми роботи сприяють формуванню здатності до щирого співпереживання та зниженню емоційної дистанції.

Рекомендації щодо збалансування когнітивного та емоційного аспектів емпатії.

Виявлене домінування раціонального каналу емпатії свідчить про необхідність гармонізації когнітивного аналізу з емоційним переживанням. Для цього доцільно використовувати вправи, які поєднують усвідомлення емоцій іншого з емоційною реакцією на них, наприклад, методи активного слухання, техніки «я-повідомлень», рефлексивні діалоги.

Особливу увагу варто приділяти формуванню навичок емпатійної присутності, здатності бути поруч з іншою людиною без надмірного раціонального оцінювання або порад. Це є особливо важливим для студентів покоління Z, які звикли до швидкого обміну інформацією та фрагментарного спілкування.

Рекомендації щодо зниження рівня особистісного дистресу.

Значний відсоток студентів із підвищеним рівнем особистісного дистресу вказує на потребу розвитку навичок емоційної саморегуляції. Рекомендується впровадження психоосвітніх програм, спрямованих на формування стресостійкості, усвідомлення меж відповідальності за емоції інших та розвиток здатності до психологічного дистанціювання без втрати емпатійності.

Особливої уваги потребують студентки, у яких було зафіксовано вищі показники дистресу. Для них доцільними є практики усвідомленості, техніки релаксації, навчання навичкам емоційного відновлення та профілактики емоційного вигорання.

Рекомендації щодо розвитку міжособистісної чутливості в освітньому середовищі.

На рівні закладів вищої освіти доцільним є створення емпатійно орієнтованого освітнього середовища, яке сприяє розвитку міжособистісної чутливості, толерантності та соціальної відповідальності. Це може реалізовуватися через інтеграцію елементів соціально-емоційного навчання в освітні програми, організацію волонтерських ініціатив, груп підтримки та міждисциплінарних проєктів.

Таким чином, системна психологічна робота з розвитку емпатії здатна не лише підвищити рівень міжособистісної чутливості студентів покоління Z, але й сприяти їх психологічному благополуччю та професійному становленню.

Висновки до другого розділу

У другому розділі було здійснено комплексне емпіричне дослідження психологічних особливостей емпатії у студентів покоління Z. Метою дослідження було виявлення рівнів, структурних компонентів та специфіки емпатійного реагування сучасної студентської молоді в умовах цифрової соціалізації.

У ході дослідження підтверджено, що переважна більшість студентів демонструє середній рівень загальної емпатії, що засвідчує наявність базової здатності до співпереживання, однак без її стабільної та глибокої реалізації. Аналіз структури емпатії показав домінування раціонального каналу емпатійного реагування, що вказує на схильність до когнітивного аналізу емоцій інших людей при відносно стриманому емоційному відгуку.

Результати за опитувальником емоційної емпатії підтвердили, що емоційний компонент емпатії у студентів покоління Z має переважно ситуативний характер. Значна частка респондентів виявила низький або середній рівень емоційної залученості, що може бути наслідком адаптації до інтенсивного інформаційного середовища та зростання емоційного навантаження.

Аналіз когнітивних і особистісних компонентів емпатії за опитувальником IRI засвідчив, що прийняття перспективи та фантазія сформовані на помірному рівні, тоді як емпатична турбота не завжди супроводжується здатністю до ефективної емоційної допомоги через підвищений рівень особистісного дистресу. Виявлені гендерні відмінності підтвердили, що студентки демонструють вищу емоційну чутливість, але водночас є більш уразливими до емоційного перенавантаження.

Отримані результати частково підтвердили висунуті гіпотези. Зокрема, підтверджено припущення щодо домінування когнітивних компонентів емпатії над емоційними. Водночас окремі показники виявили варіативність, що свідчить про складність структурної організації емпатії у представників покоління Z.

ВИСНОВКИ

У бакалаврській роботі здійснено теоретичне узагальнення та емпіричне дослідження психологічних особливостей емпатії у студентів покоління Z.

У процесі теоретичного аналізу встановлено, що емпатія є складним багатовимірним психологічним феноменом, який інтегрує когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. Вона виступає важливим механізмом міжособистісної взаємодії, соціальної адаптації та професійного становлення особистості. Визначено, що в умовах цифрової соціалізації покоління Z відбувається трансформація емпатійних проявів, що зумовлює зміну співвідношення між її структурними складовими.

Емпіричне дослідження, проведене на вибірці 56 студентів віком 18-23 років, дозволило встановити такі закономірності:

1. У більшості студентів (53,6%) виявлено середній рівень емпатійних здібностей, що свідчить про сформовану, але не максимально розвинену здатність до співпереживання.

2. Структурний аналіз каналів емпатії засвідчив домінування раціонального каналу (50,0%) над емоційним (28,6%) та інтуїтивним (21,4%), що підтверджує тенденцію до когнітивно опосередкованого розуміння емоцій іншого.

3. За результатами опитувальника емоційної емпатії встановлено переважання середнього рівня емоційного відгуку (48,2%), що вказує на ситуативний характер афективного співпереживання.

4. Отримані дані частково підтвердили основну гіпотезу дослідження щодо домінування когнітивних компонентів емпатії над емоційними у представників покоління Z.

5. Виявлені показники особистісного дистресу свідчать про наявність у частини студентів емоційної вразливості, що може ускладнювати ефективну міжособистісну взаємодію.

Таким чином, емпатія студентів покоління Z характеризується помірним рівнем розвитку та структурною асиметрією з переважанням когнітивних

механізмів над афективними. Це підтверджує вплив цифрової соціалізації на трансформацію емоційної сфери сучасної молоді.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів для розробки програм розвитку емоційної чутливості, профілактики емоційного дистанціювання та формування збалансованої структури емпатії у студентському середовищі.

<https://er.ucu.edu.ua/bitstreams/7057357f-5548-4b6d-b7d6-df369a19072f/download>.

10. Коломієць Т. В. Особливості емпатійної міжособистісної взаємодії в юнацькому віці : автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.07. Одеса, 2015. 21 с. URL: <http://elar.kpnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/4972/Shevtsova-L.I.-KorOb1-M18-free.pdf>.

11. Коляда Н. М. Психологічний портрет покоління Z: цінності та установки. *Педагогічні науки*. 2019. Вип. 72. С. 145–151. URL: <http://womo.ua/generation-z-yak-pidvishhiti-sub-yektnist-novogo-pokolinnya/>.

12. Крива Д. О., Мазурець О. В., Кліменко В. І., Тищенко О. О. Підхід до автоматизованого визначення рівня емпатії з використанням неолінійного тестування. (Методика Interpersonal Reactivity Index) URL: <https://elar.khmnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/26ca1ffc-304a-4f44-baae-5a552f60f8c3/content>.

13. Куніцина О. В. Факторна структура емпатійних властивостей студентської молоді. *Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 70. С. 34–40. URL: https://dspace.library.khai.edu/xmlui/bitstream/handle/123456789/1024/Kunitsyna_2021.pdf.

14. М'ясоїд П. А. Загальна психологія : навч. посіб. Київ : Вища школа, 2004. 487 с. URL: www.nuozu.edu.ua.

15. Мазурок К. О. Особливості емпатії студентів-психологів : кваліфікаційна робота бакалавра. Хмельницький : ХНУ, 2023. 58 с. URL: <https://elar.khmnu.edu.ua/items/308b66c3-ca39-49cb-90db-3c53a1f8d3da>.

16. Максименко С. Д. Психологія особистості : підручник. Київ : КНТ, 2015. 548 с. URL: https://kau.com.ua/wp-content/uploads/2025/05/1.2.22-Literatura_Psyholohichna_sluzhba.pdf.

17. Мартинюк Ю. С. Особливості емпатії представників покоління Z у контексті цифрової соціалізації. *Габітус*. 2023. Вип. 47. С. 112–117. URL: habitus.od.ua.
18. Мацко Л. А. Методичні вказівки до діагностики емпатійних здібностей особистості. Вінниця : ВНТУ, 2006. 56 с. URL: <https://lib.chmnu.edu.ua/pdf/posibnuku/160/30.pdf>.
19. Методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В. В. Бойка. URL: <https://vseosvita.ua/library/metodika-diagnostika-rivna-empatijnih-zdibnostej-za-v-bojkom-347248.html>.
20. Опитувальник емоційної емпатії (EETS) А. Меграбяна та Н. Епштейна. URL: http://vnz-mpu.com.ua/images/pdf/%D0%9E%D0%9F%D0%9E%D0%A0%D0%9D%D0%86_%D0%9A%D0%9E%D0%9D%D0%A1%D0%9F%D0%95%D0%9A%D0%A2%D0%98/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC_%D1%96%D0%B7_%D0%B7%D0%B0%D0%B3_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85/2024_-%D0%9E%D0%BF%D0%B8%D1%82%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%BE%D1%97_%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B0%D1%82%D1%96%D1%97.pdf.
21. Особливості розвитку емпатії у студентів соціальних та гуманітарних спеціальностей / О. В. Кушнір та ін. *Наукові записки НаУКМА. Психологія*. 2021. Т. 4. URL: <https://ezp.ukma.edu.ua/bitstreams/94da9ef7-1992-4c65-815c-25040a919489/download>.
22. Остапенко І. В. Емпатія та соціальна відповідальність молоді в умовах воєнного стану. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*. 2023. Т. 1, № 25. С. 45–62. URL: psychology-journal.org.ua.
23. Психологічні особливості емпатії студентів / Н. М. Прухницька та ін. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. 7, вип. 32. URL: <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v7/i32/11.pdf>.

24. Стельмах О. В., Кузнецова А. О. Специфіка прояву емпатії у представників «цифрового покоління». *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2021. Вип. 14(59). С. 88–97. URL: sj.npu.edu.ua.
25. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості в умовах змін. Київ : Либідь, 2018. 212 с. URL: <https://snu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/03/shevchenko-o.l.-avtoreferat.pdf>.
26. Ткачук І. І. Взаємозв'язок емоційного інтелекту та життєстійкості у покоління Z. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2020. Т. VI, Вип. 16. С. 214–225. URL: appsychology.org.ua.
27. Чичинська О. В. Психологічні особливості представників Z покоління. *Психологія: теорія і практика*. 2019. Вип. 2. URL: <https://journal.kdpu.edu.ua/psychology/uk/article/view/3734>.
28. Чорненко Ю. В. Емпіричне дослідження особливостей прояву емпатії у студентів. *Слобожанський науковий вісник. Серія Психологія*. 2023. Вип. 2. С. 77–83. URL: <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/psy/article/download/61/54/109>.
29. Шевцова Л. І. Психологічні особливості емпатії студентів соціальних та технічних спеціальностей. *Наукові записки НаУКМА. Психологія*. 2020. Т. 3. С. 41–48. URL: <https://ezp.ukma.edu.ua/bitstreams/94da9ef7-1992-4c65-815c-25040a919489/download>.
30. Шевченко О. Л. Психологічні детермінанти розвитку емпатії майбутніх фахівців помагальних професій : автореф. дис. канд. психол. наук. Сєверодонецьк, 2024. 20 с. URL: <https://snu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/03/shevchenko-o.l.-avtoreferat.pdf>.
31. Шепітчак Н. М. Психологічні особливості розвитку емпатії у студентської молоді : кваліфікаційна робота. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. URL:

<https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/8870/1/%D0%A8%D0%B5%D0%BF%D1%96%D1%82%D1%87%D0%B0%D0%BA%20%D0%9D..pdf/>

32. Шиделко А. В., Гриб С. В. Емпатія як соціально-психологічний феномен // *Innovative development of science, technology and education. Proceedings of the 8th International scientific and practical conference. Perfect Publishing. Vancouver, Canada. 2024. Pp. 478-483.*
URL: <https://sci-conf.com.ua/viii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-innovative-development-of-science-technology-and-education-9-11-05-2024-vankuver-kanada-arhiv/>

33. Шиделко А. В., Лялюк Г. М. Емоційний інтелект й академічна успішність учнів: теорія та практика. *Наукові перспективи: журнал. Серія «Психологія».* 2025. № 1(55) 2025. С. 2005-2018. URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/np/article/view/19508/19509>.

34. Шиделко А. В., Мірик Ю. В. Емоційний інтелект як предмет наукового дослідження у психолого-педагогічній науці. *Fundamental and applied research in the modern world : the XI th International scientific and practical conference (Boston, 9-11 june, 2021) BoScience Publisher. Boston, USA. 2021. S. 814–821.* URL : <https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2021/06/FUNDAMENTAL-AND-APPLIED-RESEARCH-IN-THE-MODERN-WORLD-9-11.06.21.pdf>.

35. Allemand M., Steiger A. E., Fend H. A. Empathy development in adolescence predicts social competence in adulthood. *Journal of Personality.* 2015. Vol. 83, No. 2. P. 229–241. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11576248/>.

36. Hoffman M. L. Empathy and moral development: Implications for caring and justice. Cambridge : Cambridge University Press, 2000. 342 p. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8546775/>.

37. Jensen E., Miller C. Generation Z's positive and negative attributes and the impact of empathy. *UNF Graduate Theses and Dissertations.* 2019. 908. URL: <https://digitalcommons.unf.edu/etd/908/>.

38. Kim J., Han S. S. Cognitive and emotional empathy in young adolescents: An fMRI study. *Frontiers in Psychology*. 2020. Vol. 11. P. 1–12. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7350548/>.
39. Pujiastuti E., Setyawan A. Emphatic values and self-efficacy of Z Generation. *Proceedings of the International Conference on Psychology*. 2018. P. 345–351. URL: <https://www.scitepress.org/Papers/2018/100797/100797.pdf>
40. Seemiller C., Grace M. Generation Z: A century in the making. New York : Routledge, 2018. 318 p. URL: <https://news.stanford.edu/stories/2022/01/know-gen-z>.
41. Shydelko A. V. Emotional Stability of an Individual: Research Into the Topic. *Hayka i osvima*. 2017. № 3. 85–89. <https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/en/articles/2017-3-doc/2017-3-st16-en/>
42. Twenge J. M. IGen: Why today’s super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy. New York : Atria Books, 2017. 352 p. URL: <https://protean.or.id/why-gen-z-struggle-with-mental-health-more-than-other-generations/>.
43. Valero-Moreno S., Alcaraz-Ibanez M. Emotional intelligence in Gen Z teaching undergraduates. *Healthcare*. 2025. Vol. 15, No. 7. URL: <https://www.mdpi.com/2254-9625/15/7/123/>.