

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ  
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**  
Балашовский институт (филиал)

Кафедра педагогики и психологии

**ОСОБЕННОСТИ ЭМПАТИИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ С  
РАЗНЫМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ  
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентка 4 курса 341 группы  
направления подготовки 44.03.02  
«Психолого-педагогическое образование»,  
профиля «Практическая психология образования»,  
психолого-педагогического факультета  
Гладковой Ксении Алексеевны

Научный руководитель  
доцент кафедры педагогики и психологии,  
кандидат педагогических наук, доцент \_\_\_\_\_ М. А. Лученкова  
(подпись, дата)

Заведующий кафедрой педагогики и психологии,  
кандидат психологических наук, доцент \_\_\_\_\_ О. В. Карина  
(подпись, дата)

**Балашов 2023**

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.** Масштабные социокультурные трансформации в обществе активно влияют на массовое сознание современной личности, стимулируют потребность ощущать собственную ценность в поле социальных взаимодействий. Вне всякого сомнения, подобная потребность имеет вполне важные резоны для построения успешной траектории жизненного пути.

В тоже время, это требует осознанного понимания, что любые социальные интеракции личности сопряжены с рефлексией обратной связи. Для этого необходимо не только понимать собственные устремления, но и осознавать чувства и устремления окружающих людей. Безусловно, с возрастном, появляется опыт, формируются успешные модели предъявления себя миру, объективная рефлексия собственных эмоциональных состояний и комплекса эмоций других людей.

В период ранней юности, молодые люди склонны к максимализму, их спектр внимания центрируется на собственной персоне. В этой связи, важным моментом выступает проблема эмпатии взрослеющей личности, которая может маркировать характер самооценивания. Молодежь в период ранней юности находится в ситуации активного самоопределения: жизненного, профессионального, личностного. Старшеклассники избирают профессиональный вектор дальнейшего обучения, формируют устойчивые дружеские сообщества, определяются с моделью социально-психологических взаимодействий в социуме.

В этой связи, сформированные навыки эмпатического включения в состояние партнеров по взаимодействию, умения распознавать эмоциональный статус (собственный и других людей) и своевременно корректировать стратегии взаимоотношений, может является одним из важных факторов обретения успешности личности.

Современные молодые люди активно познают мир и нацелены на активную реализацию собственного потенциала. Именно поэтому

потребность в технологических стимулах, связанных с развитием эмпатии, гармонизацией самооценивания является для них актуальной. Этими обстоятельствами вызван интерес к данной теме.

**Цель нашего исследования:** изучить особенности эмпатии у старшеклассников с разным уровнем самооценки.

**Объект исследования:** эмпатия и самооценка старшеклассников.

**Предмет исследования:** особенности различий в проявлении эмпатии у старшеклассников с разным уровнем самооценки.

**Гипотеза исследования:** существуют различия в проявлении эмпатии у старшеклассников с разным уровнем самооценки.

**Задачи исследования:**

1. Осуществить теоретический анализ проблемы особенностей эмпатии у старшеклассников с разным уровнем самооценки в научной литературе.

2. Охарактеризовать феномены «эмпатия» «самооценка», их виды и особенности.

3. Эмпирически доказать различия в проявлении эмпатии у старшеклассников с разным уровнем самооценки.

4. Разработать рекомендательную программу тренинга, ориентированную на развитие эмпатии и гармонизацию самооценки у старших школьников.

**Методологическая основа исследования:** научные идеи: А. Валлон, Т.П. Гавриловой, К. Хорни, Т. Рибо, В.П. Кузминой, З.Фрейда и др. освещающие проблему эмпатии. Концептуальные положения: С.А. Будасси, Л.И. Божович, С.В. Ковалева, М.В. Прихожан, И.С. Кона, Р. Бернса, Э. Эриксона, К. Роджерса и др., освещающие проблему самооценки личности. Кроме того, в работе нашли отражения теоретические выводы исследователей, изучавших период ранней юности (Л.С. Выготский, И.С. Кон, Р. Райан, Д.Б. Эльконин и др.).

**Методы исследования:** теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; эксперимент, математические методы обработки данных.

**Методики исследования:**

- методика «Диагностика уровня эмпатии» И.М. Юсупова.
- методика «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева.
- шкала альтруистического инвестирования (Л.В. Марарица, Т.В. Казанцева, Л.Г. Почебут, А.Л. Свенцицкий).

**Экспериментальная основа исследования:** Эмпирическое исследование проходило в МОУ СОШ № 16 г. Балашов. В исследовании приняло участие 20 старшеклассников, в возрасте 16 лет, обучающиеся в 10 классе. В ходе проведения эксперимента учитывался закон о персональных данных [1].

**Теоретическая и практическая значимость исследования** состоит в том, что полученные теоретические и эмпирические выводы могут быть использованы в воспитательно-образовательном процессе МОУ СОШ специалистами психологами для работы с обучающимися старшего звена.

Материалы рекомендательного тренинга могут быть реализованы в практической работе психолога для развития эмпатии и гармонизации самооценки у старшеклассников, так же служить основой для разработки авторских психологических программ работы со школьниками.

**Структура бакалаврской работы.** Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка используемых источников, приложений.

### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

*В первой главе «Теоретический анализ проблемы эмпатии у старшеклассников с разным уровнем самооценки» рассматривается характеристика особенностей феномена «эмпатии», анализируется феномен «самооценка», характеризуются возрастные особенности периода ранней юности. На основе теоретического анализа делается вывод.*

«Эмпатия» представляет собой единый, направленный в сторону альтруистического действия процесс, разворачивающийся с позиций эмоционального, когнитивного и действенного реагирования личности на объективную реальность. В научной практике исследователи классифицируют следующие виды эмпатии: когнитивная; предиктивная; рефлексивная; эмоциональная; оценочная; поведенческая.

Выделяют два основных механизма функционирования эмпатии:

- заражение;
- идентификация.

Понятие «самооценка» в научной практике трактуется как система представлений личности о самом себе, то есть чертах характера, ресурсах, персональных возможностях, которые личность может проявлять в социальных и профессиональных интеракциях.

Самооценка личности представлена двумя аспектами: когнитивным и аффективным. Собственно, эти аспекты и являются базовыми структурными элементами самооценки.

Когнитивный аспект самооценки содержит знания личности о собственном Я, логику установок, касающихся характерных черт, ресурсов индивидуального потенциала. Аффективный (эмоциональный) структурный компонент самооценки сопряжен с комплексом отношения личности к собственной персоне. Речь идет о системе эмоций, которые могут приниматься или осуждаться человеком.

Виды самооценки: высокая (завышенная), адекватная, низкая:

- Высокая (завышенная) самооценка сопряжена с дисбалансом представлений о собственной ресурсности личности, многовариативности интеракций и быстром реагировании на возможные внешние влияния.
- Адекватная (средняя) самооценка выступает индикатором удерживания баланса между когнитивными устремлениями и эмоциональным отношением к собственному Я и к бытийной ситуации в целом.

- Низкая самооценка сопряжена с укорененным в сознании отрицательным опытом социальных интеракций. Здесь речь идет не только о низкой психологической устойчивости, но и дефиците волевой саморегуляции, диффузности представлений о собственных ресурсах.

Основными возрастными параметрами этапа ранней юности вступают: ведущая деятельность - учебно-профессиональная; новообразование-самоопределение (жизненное, социальное, личностное, профессиональное); социальная ситуация развития - стабилизация личности, формирование устойчивых взглядов на мир, рефлексия мировоззрения.

*Во второй главе «Эмпирическое исследование эмпатии у старшеклассников с разным уровнем самооценки» рассматривается диагностический аппарат исследования и обосновываются результаты исследования.*

*Тест-опросник «Диагностика уровня самооценки» С.В. Ковалева показал, что 50% респондентов (10 человек) имеют высокий уровень самооценки. Старшеклассники могут объективно оценивать свои личностные способности, умеют принимать критику в свой адрес, стремятся исправлять свои ошибки, постоянно самосовершенствуются. 30 % респондентов (6 человек) имеют средний уровень самооценки. Старшеклассники болезненно относятся к критике, недооценивают свои успехи, акцентируют внимание на коллективных достижениях, в ущерб своим заслугам. 20% респондентов (4 человека) имеют низкий уровень самооценки. Старшеклассники не верят в свои силы и возможности, не стремятся проявлять себя в своем окружении, безынициативны, свои достижения приписывают делу случая или окружающим. Занижают свои успехи, страх неудачи блокирует их активность.*

Таким образом, половина старшеклассников имеют высокую самооценку, позволяющую верить в свои силы.

Далее проанализируем уровень проявления эмпатии на основе двух методик.

Методика «Диагностика уровня эмпатии» И.М. Юсупова определила 60% (12 человек) респондентов с высоким уровнем эмпатии, 30% (6 человек) с средним уровнем эмпатии, 10% (2 человека) с низким уровнем эмпатии.

Средний уровень эмпатии проявляется у старшеклассников в соотношении своих интересов и интересов окружающих. Такие молодые люди будут в первую очередь думать о своих интересах и по возможности помогать другим. Они не всегда умеют принять проблему других людей, зависит от принятия ситуации на основе их ценностных ориентаций.

Низкий уровень, проявляющийся у старшеклассников, выражается в эгоизме, в неумении понимать и слышать других людей, такие молодые люди привыкли «брать» заботу от окружающих, им тяжело «отдавать». Они не склонны к активной деятельности в области помощи окружающих.

Для того, чтобы более конкретно проанализировать специфику эмпатии мы также проанализировали данные по тесту «Шкала альтруистического инвестирования». Здесь мы охарактеризовали каждый вопрос, так как они раскрывают специфику понимания других людей.

На вопрос «Другие видят во мне человека, к которому легко обратиться за помощью» респонденты ответили следующим образом: 6 человек (30%) поставили высокие баллы, свидетельствующие о согласии утверждения. 55% (11 человек) поставили средние баллы, что показывает их неготовность видеть в каждом человеке друга, и 15% (3 человека) поставили низкие баллы, свидетельствующие о неготовности видеть друзей в каждом человеке.

На вопрос «В каждом человеке я стараюсь разглядеть друга» ответы распределились следующим образом: 5 человек (25%) – с высокими баллами, 10 человек (50%) с средними баллами, 5 человек (25%) с низкими баллами. Т.е. респонденты не готовы видеть в каждом человеке друга, у них в основном есть сомнения в доверии окружающим. Такие данные свидетельствуют о среднем уровне проявления доброжелательности в отношении окружающих.

На вопрос «Я стараюсь изменить ситуацию к лучшему» многие респонденты ответили утвердительно – 11 человек (55%), средние баллы у 6 человек (30%), и низкие показатели у 3 человек (15%). Т.е. стремление улучшить ситуацию, сделать общее благо проявляется у многих старшеклассников, можно сказать, что они сопереживают различным проблемам, которые есть в социуме.

На вопрос «Я стараюсь так строить отношения, чтобы быть полезным людям» 11 человек (55%) ответили утвердительно, 7 человек (35%) поставили средние баллы (не во всех случаях они готовы быть полезным окружающим), и 2 человека (10%) не согласны с этим утверждением. Т.е. готовность бескорыстно помогать проявили больше половины старшеклассников, они стремятся к бесконфликтному взаимодействию, стараются конструктивно решать проблемы как свои, так и окружающих.

На вопрос «Я забочусь о благополучии других людей» 7 человек (35%) ответили утвердительно, 12 человек (60%) выбрали средние баллы, что показывает о неготовности брать полностью заботу о других, и 1 человек (5%) поставил низкие баллы.

На вопрос «Я испытываю необходимость что-то сделать для того человека, с кем обошлись несправедливо» 3 человек (15%) ответили утвердительно, 7 человек (35%) не совсем согласны с этим утверждением, и 10 человек (50%) не согласны с этим утверждением. Т.е. старшеклассники не готовы идти и доказывать чужую несправедливость. Этот показатель отражает важность общего блага по сравнению с личной репутацией.

На вопрос «Я спокойно отношусь к тому, что другие считают меня слишком добрым» 7 респондентов (35%) согласились с этим утверждением, 9 (45%) ответили средними баллами, и 4 человека (20%) отрицательно к этому относятся. Вероятнее всего, старшеклассники понимают, что окружающие могут пользоваться их добротой и если вовремя не отказать людям, то люди будут постоянно обращаться за помощью, не учитывая интересы этого человека.



Рассмотрев специфику проявления уровня самооценки, уровня эмпатии и ее альтруистической направленности у старшеклассников, мы обработали результаты исследование методом математической статистики корреляционным анализом Пирсона, с помощью компьютерной программы SPSS 13.0.

Чем выше уровень самооценки, тем выше уровень эмпатии ( $r_s = 0,844$ , при  $p \leq 0,01$ ). Чем выше уровень самооценки, тем чаще преобладает мнение, что к старшеклассникам можно обратиться за помощью ( $r_s = 0,707$ , при  $p \leq 0,01$ ). Чем выше самооценка, тем чаще проявляется стремление взаимодействовать с окружающими ( $r_s = 0,764$ , при  $p \leq 0,01$ ). Чем выше самооценка, тем выше стремление изменить мир к лучшему ( $r_s = 0,937$ , при  $p \leq 0,01$ ). Чем выше самооценка, тем чаще проявляется убеждение «быть полезным людям» ( $r_s = 0,913$ , при  $p \leq 0,01$ ). Чем выше самооценка, тем выше стремление заботиться о других людях ( $r_s = 0,637$ , при  $p \leq 0,01$ ). Чем выше самооценка, тем чаще проявляется желание защищать слабых ( $r_s = 0,711$ , при  $p \leq 0,01$ ). Чем выше самооценка, тем чаще проявляется спокойное отношение к критике окружающих ( $r_s = 0,779$ , при  $p \leq 0,01$ ). Таким образом, корреляционный анализ показал, что самооценка взаимосвязана с эмпатией. Когда личность верит в свой внутренний потенциал, есть опора на внутренний ресурс, она может помогать окружающим людям справляться с трудностями и противостоять окружающему мнению.

На основе полученных данных мы разработали рекомендательную программу тренинга, которая позволит актуализировать внутренний потенциал и развить умение взаимодействовать с окружающими.

*Цель:* развитие навыков эмпатии, позитивного мышления в конструкте построения диалогового взаимодействия; гармонизация самооценки у старших школьников.

*Задачи:* способствовать расширению знаний об индивидуальных ресурсах гармоничного взаимодействия с окружающими в конструкте диалогового констатирования; развивать навыки эмпатической

включенности в процесс социально-психологического взаимодействия, умения рефлексивно коммуницировать с партнерами; развивать навыки волевой саморегуляции, объективного самооценивания и позитивного самопринятия; способствовать развитию самооценности, восприятия партнера по взаимодействию как эффективной личности и ценностного отношения к себе и окружающим.

*Структура тренинга: 1 блок.* Актуализация ключевых смыслов проблемы проявления эмпатии и функционирования гармоничной самооценки у старших школьников. *2 блок.* Реализация технологических приемов развития эмпатии и формирования адекватной самооценки у старшеклассников. *3 блок.* Закрепление полученного опыта, мотивация на практическое использование навыков и умений в повседневной жизни.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Мы провели теоретическое и эмпирическое исследование по проблеме проявления самооценки и эмпатии в старшешкольном возрасте. Теоретический анализ проблемы исследования позволил сделать вывод о том, что «эмпатия» представляет собой единый, направленный в сторону альтруистического действия процесс, разворачивающийся с позиций эмоционального, когнитивного и действенного реагирования личности на объективную реальность. В различных концепциях преобладает однородная классификация о видах эмпатии: когнитивная; предиктивная; рефлексивная; эмоциональная; оценочная; поведенческая.

Термин «самооценка» изучается многими исследователями. В общем смысле самооценка – это система представлений личности о самом себе, то есть чертах характера, ресурсах, персональных возможностях, которые личность может проявлять в социальных и профессиональных интеракциях.

Самооценку можно рассматривать как в когнитивном, так и в аффективном аспекте. Можно выделить высокий, средний, низкий уровень самооценки.

В старшешкольном возрасте или в период ранней юности преобладает учебно-профессиональная деятельность. Молодые люди начинают задумываться над социальным, личностным, профессиональным самоопределением, которое должно привести к формированию устойчивых взглядов на окружающий социальный мир.

В результате теоретических выводов мы разработали диагностический аппарат исследования, в который вошли следующие методики: методика «Диагностика уровня эмпатии» И.М. Юсупова; методика «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева, шкала альтруистического инвестирования (Л.В. Марарица, Т.В. Казанцева, Л.Г. Почебут, А.Л. Свенцицкий). В эксперименте приняло участие 20 старшеклассников в возраст 16 лет, обучающиеся в 10 классе.

Было установлено, что половина опрошенных, имеют высокую самооценку. Остальные респонденты транслировали средний или низкий уровень самооценки.

Высокий уровень эмпатии преобладает в большинстве случаев у респондентов, что говорит о том, что молодые люди стремятся понимать окружающих и сопереживают их проблемам.

Определяя альтруистическое инвестирование, мы проанализировали каждый вопрос теста. В результате мы получили следующие данные: «Другие видят во мне человека, к которому легко обратиться за помощью» большинство респондентов набрали средний балл, что показывает их неготовность помогать каждому встречному; «В каждом человеке я стараюсь разглядеть друга» ответы распределились в большинстве случаев на среднем уровне, что свидетельствует о недоверии к окружающим; «Я стараюсь изменить ситуацию к лучшему» многие респонденты ответили утвердительно. Т.е. молодые люди стремятся преодолевать трудности и решать проблемы; «Я стараюсь так строить отношения, чтобы быть полезным людям» молодые люди ответили утвердительно, что свидетельствует о их готовности конструктивно взаимодействовать с

окружающими, находить компромиссные решения в ситуации; «Я забочусь о благополучии других людей» старшеклассники набрали выбрали средние баллы, что показывает выраженную личностную позицию, где молодые люди стремятся не ущемлять свою жизнь и по возможности помогать окружающим; «Я испытываю необходимость что-то сделать для того человека, с кем обошлись несправедливо» молодые люди набрали низкие баллы.

Исходя из полученных данных, были установлены взаимосвязи между показателями: чем выше уровень самооценки, тем выше уровень эмпатии; чем выше уровень самооценки, тем чаще преобладает мнение, что к старшеклассникам можно обратиться за помощью; чем выше самооценка, тем чаще проявляется стремление взаимодействовать с окружающими; чем выше самооценка, тем выше стремление изменить мир к лучшему; чем выше самооценка, тем чаще проявляется убеждение «быть полезным людям»; чем выше самооценка, тем выше стремление заботиться о других людях; чем выше самооценка, тем чаще проявляется желание защищать слабых; чем выше самооценка, тем чаще проявляется спокойное отношение к критике окружающих.

На основе полученных данных нами была разработана рекомендательная программа тренинга по повышению уровня самооценки и по формированию навыков взаимодействия с окружающими, эмпатии.

Программа включает в себя три блока: актуализация ключевых смыслов проблемы проявления эмпатии и функционирования гармоничной самооценки у старших школьников; реализация технологических приемов развития эмпатии и формирования адекватной самооценки у старшеклассников; закрепление полученного опыта, мотивация на практическое использование навыков и умений в повседневной жизни.

Таким образом, наше исследование достигло цели и решение поставленных задач.