Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»
Кафедра практичної психології та інноваційних оздоровчих технологій

До захисту допущено
кафедрою практичної психології та інноваційних оздоровчих технологій
протокол №____ від _____
завідувач кафедри _____ Наталія КУЧЕРЕНКО
(підпис) (ім'я, прізвище)

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

здобувача освіти першого(бакалаврського) рівня вищої
освіти (першого (бакалаврського) / другого (магістерського))

Взаємозв'язок комунікативних умінь та емпатії в міжособистісній взаємодії у студентів
Спеціальність (спеціалізація) 053 Психологія
(код та найменування спеціальності; спеціалізації спеціальності)

Освітня програма Практична психологія
(назва освітньої програми)

Здобувач _____ Дар'я ФІСУН
(підпис) (ім'я, прізвище)

Керівник роботи _____ Олена ФАЛЬОВА
(підпис) (ім'я, прізвище)

Харків – 2026

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна
Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»
Кафедра практичної психології
Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Практична психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри

_____ _____
(підпис ініціали, прізвище)
«____»
_____2026р.

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Фісун Дар'я Сергіївна
(прізвище, ім'я, по батькові студента)

Тема роботи «Взаємозв'язок комунікативних умінь та емпатії в міжособистісній взаємодії у студентів»

керівник роботи Фальова Олена Евгенівна, доктор психологічних наук, професор
(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом по університету від ―_____‖_____2026 року №_____

Строк подання студентом роботи _____

	Назви етапів роботи
1.	Теоретико-методологічний аналіз проблеми емпатії та комунікації.
2.	Обґрунтування вибору психодіагностичного інструментарію.
3.	Проведення емпіричного дослідження (збір даних).
4.	Статистична обробка та аналіз кореляційних зв'язків.
5.	Розробка тренінгової програми та практичних рекомендацій.
6.	Оформлення кваліфікаційної роботи та підготовка до захисту.

5. Дата видачі завдання

Студент _____ Владислава БЄСПАЛОВА
(підпис) (ініціали, прізвище)

Керівник роботи _____ Олена ФАЛЬОВА
(підпис) (ініціали, прізвище)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота містить: 46 сторінок, 4 рисунки, 4 таблиці, 14 використаних літературних джерел, 4 додатки.

Об’єкт дослідження: процес міжособистісної взаємодії осіб студентського віку.

Предмет дослідження: характер та специфіка взаємозв’язку комунікативних умінь, міжособистісних потреб та рівня емпатії у студентів.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та емпіричне вивчення особливостей взаємозв’язку між рівнем розвитку емпатії та комунікативними уміннями у міжособистісній взаємодії студентів.

Основні задачі дослідження:

1. Проаналізувати наукові психологічні підходи до вивчення емпатії, комунікативних умінь та міжособистісної взаємодії.
2. Визначити та обґрунтувати психодіагностичний інструментарій для вивчення предмета дослідження.
3. Виявити індивідуально-психологічні особливості прояву емпатії, комунікативних схильностей та міжособистісних потреб у студентів.
4. Встановити взаємозв'язки між досліджуваними феноменами та розробити психокорекційну програму щодо оптимізації міжособистісної взаємодії.

Практична значущість дослідження полягає у розробці та апробації авторської соціально-психологічної тренінгової програми «Емпатія як ресурс спілкування», спрямованої на розвиток емоційного інтелекту, подолання комунікативних бар'єрів та формування навичок ефективної міжособистісної взаємодії у студентському середовищі.

Ключові слова: ЕМПАТІЯ, КОМУНІКАТИВНІ УМІННЯ, МІЖОСОБИСТІСНА ВЗАЄМОДІЯ, СТУДЕНТИ, ПОТРЕБА В АФЕКТІ, ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ.

ABSTRACT

The qualification work contains: 46 pages, 4 figures, 4 tables, 14 references, 4 appendices.

Object of the research: the process of interpersonal interaction of students.

Subject of the research: the character and specificity of the relationship between communicative skills, interpersonal needs, and the level of empathy in the interpersonal interaction of students.

Purpose of the research: to theoretically substantiate and empirically investigate the features of the relationship between the level of empathy development and communicative skills in students' interpersonal interaction.

Main tasks of the research:

1. To analyze scientific psychological approaches to the study of empathy, communicative skills, and interpersonal interaction.
2. To determine and substantiate the psychodiagnostic toolkit for studying the research subject.
3. To identify individual psychological features of the manifestation of empathy, communicative tendencies, and interpersonal needs among students.
4. To establish relationships between the studied phenomena and develop a psycho-correctional program for optimizing interpersonal interaction.

Practical significance of the research lies in the development and approbation of the author's social-psychological training program "Empathy as a Communication Resource," aimed at developing emotional intelligence, overcoming communication barriers, and forming effective interpersonal interaction skills in the student environment.

Key words: EMPATHY, COMMUNICATIVE SKILLS, INTERPERSONAL INTERACTION, STUDENTS, NEED FOR AFFECTION, EMOTIONAL INTELLIGENCE

ЗМІСТ

ВСТУП 8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМПАТІЇ ТА КОМУНІКАТИВНИХ УМІНЬ 12

1.1. Психологічні особливості студентського віку як сензитивного періоду розвитку емпатійно-комунікативної сфери 12
1.2. Комунікативні уміння та емпатія як психологічні феномени міжособистісної взаємодії 17

1.3. Специфіка міжособистісної взаємодії в умовах сучасного освітнього простору 20
Висновки до розділу 1 24
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОМУНІКАТИВНИХ УМІНЬ ТА ЕМПАТІЇ У СТУДЕНТІВ 26
2.1. Організація, методи та етапи емпіричного дослідження 26
2.2. Аналіз результатів дослідження рівня емпатії, комунікативних умінь та міжособистісних відносин 31
2.3. Кореляційний аналіз взаємозв'язків між досліджуваними показниками 38
Висновки до розділу 2 41
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ 43
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 45
ДОДАТКИ..... 47

ВСТУП

Актуальність теми. Проблема розвитку комунікативної сфери та емпатійного потенціалу особистості сьогодні набуває особливого, дещо специфічного та надзвичайно гострого значення. Ми змушені констатувати той факт, що сучасний етап розвитку суспільства ставить перед психологічною наукою абсолютно нові виклики. Система вищої освіти останніми роками зазнає постійних, часто кризових трансформацій. Тривалі періоди дистанційного та змішаного навчання, хронічний стрес, викликаний об'єктивними зовнішніми чинниками, та майже тотальна цифровізація нашого соціуму — усе це разом узяте дуже сильно впливає на те, як студенти спілкуються між собою в реальному, повсякденному житті. Брак живого, безпосереднього емоційного контакту призводить до відчутних і подекуди деструктивних наслідків. Навички міжособистісної взаємодії або поступово деформуються, або починають розвиватися за зовсім іншими траєкторіями, ніж це відбувалося раніше в умовах традиційного академічного середовища.

У зв'язку з цим логічно змінюються і загальні вимоги до сучасного випускника закладу вищої освіти. Сьогоднішньому фахівцю, в якій би галузі він не працював, уже далеко замало просто володіти набором сухих професійних знань чи суто технічних навичок. Професійне та академічне середовище вимагає від здобувачів вищої освіти високорозвиненого емоційного інтелекту. Людям критично необхідно вміти слухати, адекватно сприймати та інтерпретувати емоційні стани оточуючих, гнучко і конструктивно реагувати на виникнення конфліктних ситуацій у колективі, будувати довготривалі партнерські стосунки. І чи не найважливіше в усьому цьому складному процесі — це здатність проявляти щиру емпатію. Без емпатійного підтексту будь-яка комунікація неминуче перетворюється на механічний обмін інформацією, який

абсолютно не здатний забезпечити згуртованість студентської групи чи продуктивну спільну роботу.

Студентський вік сам по собі є унікальним, надзвичайно сенситивним і водночас дуже кризовим етапом особистісного та професійного становлення людини. Саме на цьому життєвому проміжку закладаються стійкі основи майбутньої ідентичності, відбувається активна переоцінка цінностей, формування власного світогляду та інтенсивний пошук свого індивідуального місця в соціумі. Міжособистісна комунікація у цей період стає не просто засобом обміну думками, а провідним інструментом соціально-психологічної адаптації до умов дорослого життя. Проте успішне, повноцінне і гармонійне спілкування є просто неможливим без здатності особистості емоційно відгукуватися на переживання іншої людини. Тобто без розвиненої емпатійної культури.

Емпатія у студентському віці виступає тим самим внутрішнім психологічним регулятором, який допомагає згладжувати гострі кути у взаємодії, знаходити компромісні рішення в суперечках та будувати дійсно глибокі, довірчі взаємини з однолітками. Проте в теперішніх реаліях віддаленої взаємодії часто виникає серйозна проблема: окремі канали емпатії (наприклад, раціональний, емоційний чи інтуїтивний) починають функціонувати ізольовано один від одного. Студент може чудово на інтелектуальному рівні розуміти логіку поведінки іншого, але при цьому залишатися абсолютно байдужим на емоційному рівні. Це створює внутрішні психологічні бар'єри, породжує почуття соціальної ізоляції та значно ускладнює загальний процес соціалізації здобувачів освіти.

Теоретико-методологічний фундамент для дослідження різних аспектів міжособистісної взаємодії та комунікації закладався у фундаментальних працях багатьох відомих науковців. Фундаментальні питання психології спілкування та розвитку особистості глибоко розкрито в роботах (Г. С.

Костюка), (С. Д. Максименка) та (О. М. Леонтьєва). Саму психологічну природу емпатії, її внутрішні механізми, прояви, а також структурні канали вияву детально аналізували у своїх наукових доробках (В. В. Бойко), (К. Роджерс) та (І. М. Юсупов). Специфіку та закономірності становлення комунікативних схильностей, організаторських умінь і компетентності в юнацькому віці ґрунтовно досліджували (Л. А. Петровська) та (Т. С. Яценко). Окремо, в контексті нашої роботи, варто виділити сучасні наукові розвідки, що стосуються трансформації освітнього простору, специфіки адаптаційних процесів та психологічного супроводу студентів, які надзвичайно глибоко і всебічно висвітлені у працях (О. Є. Фальової).

Незважаючи на наявність наукових робіт, проблема комунікативних умінь та емпатії досліджена недостатньо.

Об’єкт дослідження: особливості міжособистісної взаємодії у студентському віці.

Предмет дослідження: взаємозв’язок комунікативних умінь та емпатії в міжособистісній взаємодії у студентів.

Мета дослідження: виявити характер взаємозв’язку між рівнем розвитку емпатії, комунікативними уміннями та потребами в міжособистісній взаємодії у студентів.

Завдання дослідження

1. Проаналізувати теоретико-методологічні психологічні підходи до проблеми емпатії, комунікативних умінь та міжособистісної взаємодії.
2. Визначити індивідуально-психологічні особливості прояву емпатії та міжособистісної взаємодії у студентів.

3. Встановити характер взаємозв’язку між показниками комунікативних умінь та рівнем розвитку емпатії у досліджуваній вибірці.
4. Розробити психокорекційну програму та надати практичні рекомендації щодо оптимізації міжособистісної взаємодії та розвитку емпатійного потенціалу студентів.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань нами було використано комплекс взаємодоповнюючих методів: теоретичні (аналіз, синтез, порівняння та узагальнення наукової психологічної літератури); емпіричні (тестування за допомогою стандартизованих психодіагностичних методик: Методика діагностики емпатійних здібностей В. В. Бойка; Опитувальник міжособистісних відносин ОМО В. Шутца; Опитувальник «Комунікативні та організаторські схильності» КОС-2); методи математичної статистики (кількісна та якісна обробка даних, розрахунок коефіцієнта рангової кореляції Ч. Спірмена за допомогою табличного процесора Microsoft Excel).

Коротка характеристика групи досліджуваних. Емпіричне дослідження проводилося в дистанційному форматі за допомогою онлайн-інструментарію Google Forms із дотриманням усіх принципів добровільності та анонімності. Вибіркову сукупність склали 60 здобувачів вищої освіти. Віковий діапазон респондентів становив від 18 до 22 років.

Практичне значення одержаних результатів полягає у тому, що на основі отриманих емпіричних даних було розроблено програму соціально-психологічного тренінгу, спрямовану на розвиток емпатії та подолання комунікативних бар'єрів. Запропоновані матеріали можуть бути безпосередньо використані у практичній роботі фахівців психологічної служби закладів вищої освіти під час психологічного супроводу студентів, а також кураторами академічних груп для профілактики конфліктів та оптимізації соціально-психологічного клімату.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМПАТІЇ ТА КОМУНІКАТИВНИХ УМІНЬ

1.1. Психологічні особливості студентського віку як сензитивного періоду розвитку емпатійно-комунікативної сфери

Для того щоб повноцінно, всебічно та максимально об'єктивно дослідити складний характер міжособистісної взаємодії, необхідно першочергово враховувати специфічні вікові та соціально-психологічні особливості нашої вибірки. Студентський вік, який у сучасній віковій психології хронологічно визначається межами від 17–18 до 22–23 років, виступає чи не найважливішим етапом у життєвому циклі становлення кожної особистості. Здійснюючи глибокий теоретико-методологічний аналіз феноменології цього періоду, варто звернутися до класичних наукових розвідок. Зокрема, у фундаментальних працях Б. Г. Ананьєва зазначається, що саме цей віковий проміжок є абсолютним оптимумом розвитку інтелектуальних, фізичних та, що найголовніше, соціально-комунікативних функцій індивіда.

У цей перехідний час відбувається остаточне формування самосвідомості, кристалізуються стійкі ціннісні орієнтації, здійснюється вибір життєвого шляху та закріплюються індивідуальні стилі міжособистісної поведінки. Розглядаючи цей етап з точки зору провідних концепцій розвитку особистості до яких, безперечно, належать концепції Е. Еріксона, Л. С. Виготського та інших дослідників, головним психологічним новоутворенням студентського періоду визнається активний, часом болісний пошук власної ідентичності [7, с. 112]. Здобувач вищої освіти намагається знайти відповіді на екзистенційні запитання власного буття та успішно інтегруватися у суспільство.

На відміну від шкільного віку, для якого найголовнішу функцію відіграє суто зовнішня приналежність до будь-якої неформальної групи та копіювання поведінки лідерів, сучасні студенти відчувають глибоку, внутрішньо усвідомлену потребу у психологічній інтимності. Вони прагнуть не просто брати участь у спільній навчальній чи позааудиторній діяльності, але й знаходити щирий емоційний відгук у своїх партнерів по спілкуванню. Відповідно до цього, сама міжособистісна взаємодія неминуче переходить на якісно новий, більш зрілий та багаторівневий щабель: від ситуативного, поверхневого обміну інформаційними повідомленнями до побудови складних, емоційно насичених та довготривалих партнерських зв'язків [3, с. 114].

Дослідники у галузі вікової, педагогічної та соціальної психології одноголосно констатують той факт, що період навчання у закладі вищої освіти є надзвичайно сензитивним (тобто найбільш сприятливим, але водночас і надзвичайно вразливим) для інтенсивного розвитку емпатійної та комунікативної сфери. Вагомий внесок у дослідження проблем психологічного супроводу здобувачів вищої освіти в умовах сучасного освітнього простору зроблено вітчизняними науковцями. Зокрема, у наукових працях О. В. Фальової та її колег ґрунтовно проаналізовано специфіку адаптаційних процесів та психологічні чинники, що детермінують успішність професійного становлення майбутніх фахівців в умовах системних освітніх трансформацій [19, с. 45].

Протягом перших років навчання в університеті вчорашній школяр стикається з різкою зміною звичної соціальної ситуації свого розвитку. Відбувається тотальне руйнування старих поведінкових стереотипів, оскільки студент потрапляє у абсолютно нове академічне середовище. У цих умовах йому доводиться вибудовувати стосунки з одногрупниками, сусідами по гуртожитку та викладацьким складом практично з нульової

позначки, спираючись виключно на власні наявні комунікативні ресурси. Успішність цієї первинної, базової соціально-психологічної адаптації до вимог вищої школи має пряму кореляційну залежність від того, наскільки добре здобувач освіти володіє інструментарієм емпатії та комунікативною гнучкістю. Тобто здатністю без зайвих вербальних пояснень адекватно декодувати почуття, приховані мотиви та емоційні стани оточуючих, а також вмінням безконфліктно підлаштовувати власну стратегію поведінки під жорсткі, мінливі вимоги академічних ситуацій [12, с. 188].

Слід також зазначити, що процес міжособистісної взаємодії студентів сьогодні ускладнюється цілою низкою зовнішніх факторів. Трансформація міжособистісних відносин в умовах дистанційного навчання створює специфічні перешкоди для повноцінної соціалізації. Як зазначає А. О. Ломакін, перехід значної частини спілкування в онлайн-простір об'єктивно редукує невербальні компоненти комунікації, що вимагає від студентів ще більшої концентрації емпатійних зусиль для адекватного розуміння один одного [12, с. 56]. Відсутність постійного візуального та емоційного контакту в аудиторіях часто призводить до того, що студенти втрачають навички спонтанного спілкування, стають більш замкнутими та відчувають труднощі у встановленні нових знайомств.

З огляду на зазначене вище, для здійснення комплексного психодіагностичного аналізу міжособистісної взаємодії у студентському середовищі найбільш релевантним вбачається використання багаторівневих підходів, які б враховували глибинні соціальні потреби особистості. Як фундаментальну основу нашого подальшого емпіричного дослідження нами було обрано класичну концепцію міжособистісних відносин В. Шутца, відому в науковому світі як теорія FIRO. Згідно з цією деталізованою концептуальною моделлю, яка ідеально екстраполюється на специфіку соціальної поведінки сучасного студентства, кожна людина у

процесі міжособистісного спілкування керується трьома фундаментальними потребами, задоволення яких є критично необхідним для підтримання психологічного здоров'я та запобігання гострій фрустрації.

Першою та базовою виступає потреба у включенні. У контексті студентського буття вона розглядається як глибоке внутрішнє прагнення індивіда бути беззаперечно прийнятим до академічної спільноти, відчувати власну соціальну значущість та не бути проігнорованим чи ізольованим у колі однолітків. Здобувач освіти, який має гіпертрофовану потребу у включенні, буде постійно та інтенсивно ініціювати комунікативні контакти, намагатися брати активну участь у всіх можливих неформальних заходах та прагнути перебувати в самому центрі соціальних подій своєї групи. Натомість хронічний дефіцит задоволення цієї потреби неминуче породжує гостре почуття соціальної меншовартості, тривожності та деструктивної самотності, що вкрай негативно позначається на загальній успішності навчання [22, с. 38].

Другою складовою цієї тріади є потреба у контролі, яка безпосередньо детермінує владні, управлінські та ієрархічні відносини всередині будь-якого студентського колективу. У студентському віці ця потреба часто трансформується у стійке прагнення до домінування, завоювання лідерських позицій та бажання брати на себе повну відповідальність за організацію спільної діяльності (наприклад, виконання обов'язків старости групи, голови студентської ради чи куратора наукових проєктів). Водночас із протилежного полюса комунікативного континууму ця ж потреба може виявлятися як підсвідомий пошук сильного, авторитарного лідера серед одногрупників або викладачів, якому можна добровільно підкорятися та на якого можна перекласти важкий тягар відповідальності за прийняття складних рішень в умовах академічної невизначеності [22, с. 52].

Третьою, не менш важливою, є потреба в афекті. Вона характеризує базову, глибинну жагу особистості до побудови міцної дружби, щирої теплоти та безпечної емоційної прив'язаності. На відміну від потреби у включенні, яка регулює взаємини індивіда з групою як цілісним утворенням, потреба в афекті фокусується виключно на діадних, тобто парних, міжособистісних стосунках. Сучасному студенту життєво необхідно мати поруч людину, з якою можна бути абсолютно відвертим, скинути важкі соціальні маски, послабити механізми психологічного захисту та поділитися інтимними переживаннями без паралізуючого страху бути знеціненим чи незрозумілим [22, с. 81].

Слід об'єктивно констатувати той факт, що коли ці три базові міжособистісні потреби не отримують свого гармонійного та своєчасного задоволення, у здобувача вищої освіти стрімко формуються патологічні комунікативні бар'єри. У такій ситуації спостерігається непропорційне зростання рівня соціальної тривожності, латентної агресії та емоційного вигорання, що у кінцевому підсумку може призвести до повної добровільної ізоляції індивіда від колективу. У цьому надзвичайно складному, багатофакторному контексті саме емпатійний потенціал виступає тим унікальним універсальним і компенсаторним психологічним механізмом, який дозволяє екологічно згладжувати гострі кути та знаходити індивідуальні ключі до найрізноманітніших типів акцентуацій характеру у студентському середовищі [4, с. 112].

Високий рівень розвитку емоційного та інтуїтивного каналів емпатії наділяє студента здатністю майже миттєво зчитувати найменші невербальні зміни у поведінці одногрупників, тим самим забезпечуючи своєчасне задоволення потреби у включенні без агресивного порушення особистісних кордонів партнерів по взаємодії. Таким чином, період навчання у вищій школі є не лише часом здобуття професійних

компетенцій, але й найважливішим полігоном для відпрацювання навичок емпатійної взаємодії. Усвідомлення цих складних психологічних механізмів дає нам змогу більш глибоко підійти до емпіричного вивчення того, як саме комунікативні уміння переплітаються з емпатією у повсякденному житті студентів.

1.2. Комунікативні уміння та емпатія як психологічні феномени міжособистісної взаємодії студентів

У сучасній системі психологічного знання феномени комунікації та емпатії займають одне з провідних місць, виступаючи фундаментальними детермінантами успішності соціалізації індивіда. Для того щоб глибоко зрозуміти, як саме сучасні здобувачі вищої освіти будують свої міжособистісні стосунки, як вони вирішують конфліктні ситуації та як формують власне коло спілкування, необхідно детально проаналізувати психологічну природу цих явищ у їхній нерозривній єдності.

З інструментальної точки зору, базою для побудови соціальних контактів у студентському віці виступають комунікативні уміння. У науковій літературі вони визначаються як свідомо контрольовані комунікативні дії суб'єкта, його здатність доцільно та ефективно використовувати вербальні й невербальні засоби для досягнення цілей спілкування [8, с. 48]. Варто підкреслити, що комунікативні уміння є надзвичайно складним, багаторівневим утворенням. Вони охоплюють не лише здатність чітко формулювати власні думки (експресивний компонент), але й навички активного слухання, вміння адекватно інтерпретувати зворотний зв'язок від партнера, а також гнучко адаптувати стратегію своєї поведінки відповідно до контексту конкретної соціальної ситуації, що виникає в процесі навчання [14, с. 210].

У студентському віці комунікативні уміння проходять стадію якісного ускладнення та свідомої корекції під впливом навчальної діяльності. Вони відіграють провідну роль у процесі професійного становлення майбутнього фахівця. Важливою характеристикою розвинених комунікативних умінь у цьому віці є комунікативна гнучкість — здатність оперативно змінювати тактику спілкування залежно від вимог ситуації. Однак, суто технічне володіння комунікативними прийомами — наприклад, завченими правилами етикету або відточеними техніками ведення переговорів — зовсім не гарантує глибини та справжньої автентичності міжособистісних контактів. Визначальним фактором, що наповнює спілкування ціннісно-смисловим змістом та забезпечує емоційний резонанс, виступає емпатія.

Термін «емпатія» має глибоке коріння в історії психологічної думки. Фундаментальний зсув у розумінні цього феномену відбувся завдяки представникам гуманістичної психології, зокрема класичним дослідженням К. Роджерса. Він визначив емпатію як специфічний процес точного, безоцінкового сприйняття внутрішнього світу іншої людини зі збереженням емоційної дистанції. Тобто, емпатія — це здатність відчувати емоційний стан іншого так, ніби він є твоїм власним, але при цьому не втрачати власної ідентичності та меж особистості.

Більшість сучасних вітчизняних дослідників розглядають структуру емпатії через неподільну єдність трьох основних компонентів:

Когнітивний (пізнавальний) компонент — базується на інтелектуальних процесах: уяві, аналізі, порівнянні. Він полягає у раціональному розумінні причин, що викликали певний емоційний стан іншої людини, та здатності передбачити її подальші реакції [4, с. 95].

Емоційний (афективний) компонент — ґрунтується на механізмах емоційного зараження та ідентифікації. Він виявляється у безпосередньому

щирому співпереживанні та мимовільному емоційному відгуку на стан співрозмовника.

Поведінковий (дієвий) компонент — виражається у готовності надати дієву психологічну підтримку, вираження співчуття через конкретні активні дії, слова підтримки або допомогу у вирішенні завдань [5, с. 142].

Особливого значення для нашого дослідження набуває концептуальний підхід, розроблений В. В. Бойком, який розглядає емпатію як складну динамічну систему, що реалізується через взаємодію кількох специфічних каналів. Саме цей підхід дозволяє найбільш повно і багатогранно діагностувати емпатійний потенціал сучасних студентів у межах нашого емпіричного дослідження. За В. В. Бойком, структура емпатії включає наступні канали та складові:

Раціональний канал емпатії — характеризує спрямованість уваги, сприйняття та мислення емпатуючого на сутність будь-якої іншої людини. Це здатність інтелектуально «вбудовуватися» в логіку іншого.

Емоційний канал емпатії — фіксує здатність особистості емоційно резонувати з оточуючими. Емоційна чуйність стає тим невидимим містком, який з'єднує двох людей у процесі спілкування [4, с. 88].

Інтуїтивний канал емпатії — свідчить про здатність людини бачити поведінку партнерів, спираючись на досвід, що зберігається в підсвідомості. На рівні інтуїції формуються передбачення про поведінку співрозмовника за умов дефіциту об'єктивної інформації.

Установки, що сприяють емпатії — це внутрішні переконання особистості. Значною мірою ефективність емпатії знижується, якщо студент намагається уникати особистих контактів або вважає недоречним проявляти цікавість до чужих емоцій [4, с. 94].

Проникаюча здатність в емоційну сферу — розглядається як важлива комунікативна властивість людини, що дозволяє створювати атмосферу відкритості, довіри та щирості, в якій співрозмовник сам бажає розкрити свої переживання.

Здатність до ідентифікації — вміння зрозуміти іншого на основі співпереживання, подумки ставлячи себе на місце партнера у конкретній життєвій ситуації [4, с. 101].

Таким чином, протягом студентського віку комунікативні уміння та емпатія знаходяться у стані постійної взаємодії та взаємовпливу. Якщо комунікативні навички виступають своєрідним «інструментом», зовнішньою оболонкою спілкування, то емпатія є його внутрішнім, мотиваційним ядром. Їхній гармонійний розвиток дозволяє студенту не лише уникати типових комунікативних бар'єрів, але й будувати повноцінні, суб'єкт-суб'єктні стосунки у соціумі. Відсутність одного з компонентів призводить до деформації взаємодії: без емпатії спілкування стає сухим та формальним, а без комунікативних умінь — навіть найбільш щира емпатія не знаходить свого належного вираження та не приносить очікуваного ефекту для гармонізації стосунків [15, с. 165].

Отже, емпатія та комунікативні уміння не є відокремленими психічними явищами. Вони функціонують як єдина система, що забезпечує соціальну адаптацію студентів. У наступних розділах ми емпірично перевіримо, як саме ці компоненти корелюють між собою та як вони визначають особливості міжособистісної взаємодії у вибірці здобувачів вищої освіти [15, с. 202].

1.3. Сутність та специфіка міжособистісної взаємодії в умовах сучасного освітнього простору студентів

Проблема міжособистісної взаємодії традиційно виступає однією з центральних і найбільш досліджуваних у психологічній науці, оскільки саме в процесі активного спілкування відбувається соціалізація індивіда, засвоєння ним суспільного досвіду та кристалізація власної ідентичності. Для студентського віку цей процес набуває критично важливого значення. У цей життєвий період міжособистісна взаємодія переходить на новий рівень, набуваючи більш складних, багаторівневих форм, і стає чи не найголовнішим фактором особистісного та професійного становлення майбутнього фахівця.

У сучасному науковому дискурсі міжособистісна взаємодія розглядається як багатовимірний процес встановлення, підтримки та розвитку контактів між індивідами, що безпосередньо породжується потребами у спільній діяльності. Згідно з класичною соціально-психологічною парадигмою, яку розробила Г. М. Андрєєва, загальна структура взаємодії ніколи не обмежується лише формальною передачею повідомлень. Вона обов'язково охоплює три взаємопов'язані сторони: комунікативну (безпосередньо обмін інформацією), інтерактивну (організація спільних дій та вчинків) та перцептивну (складний процес взаємного сприйняття, пізнання та розуміння один одного партнерами по спілкуванню) [2, с. 82].

Для періоду навчання у закладах вищої освіти саме спілкування відіграє провідну роль. Студентство розглядається в психологічній науці як абсолютно унікальна соціально-демографічна група, яка знаходиться на стадії найінтенсивнішого інтелектуального дозрівання та активного формування своєї професійної спрямованості [17, с. 144]. Навчально-професійна діяльність, яка є основною для здобувачів вищої освіти, вимагає від студента не лише механічного, глибокого засвоєння фахових знань, але й дуже високого рівня соціально-психологічної адаптивності в колективі.

Специфіка взаємодії в студентському віці полягає у кардинальній зміні життєвих пріоритетів. Якщо для школярів чи підлітків ключовим і визначальним було просто бути прийнятим у будь-яку референтну групу, то для студентів на перший план стрімко виходить пошук глибоких, довірливих і змістовних контактів. Сучасні студенти відчувають надзвичайно гостру, часом болісну потребу у розумінні їхнього внутрішнього світу, емоційному відгуку та психологічній підтримці з боку однолітків [8, с. 50]. Саме через щоденні розмови, палкі дружні дискусії та спільні навчальні справи вони поступово усвідомлюють своє місце у світі та вчаться функціонувати за правилами дорослого суспільства.

Особливої уваги заслуговує той беззаперечний факт, що умови сучасного закладу вищої освіти генерують специфічне середовище для розгортання міжособистісної комунікації. Студентська академічна група виступає тим самим первинним колективом, у межах якого відбувається реальна апробація найрізноманітніших комунікативних стратегій, кристалізація лідерських якостей індивіда та засвоєння базових навичок командної роботи. Ефективність групової динаміки безпосередньо і жорстко детермінується здатністю студентів до ведення конструктивного діалогу, їхнім вмінням слухати інших людей та проявом здорової толерантності до альтернативних думок [22, с. 102].

Проте, слід відверто наголосити на тому, що сьогоднішнє покоління студентів формується в умовах транзитивного суспільства та тотальної цифровізації, що значно ускладнюється періодичними кризовими явищами в освітньому процесі. Як зазначається у сучасних дослідженнях О. Є. Фальової, різка зміна форматів навчання та перенесення величезної частки соціальних контактів здобувачів освіти у віртуальний простір породжує так званий «комунікативний парадокс».

З одного боку, ми спостерігаємо безпрецедентне, глобальне розширення мережі контактів — сучасний студент може одночасно і без надзусиль спілкуватися з десятками людей через різноманітні месенджери та соціальні мережі. Але з іншого боку, практичні психологи дедалі частіше фіксують небезпечне зростання рівня емоційної депривації та відвертої поверхневості міжособистісних зв'язків у студентському середовищі [12, с. 60]. Спілкування не наживо, а виключно через екрани смартфонів чи монітори комп'ютерів сильно редукує (зменшує) повноцінну передачу невербальної інформації — дрібної міміки, жестів, специфічних інтонацій та загальної енергетики партнера по взаємодії. Це об'єктивно і дуже серйозно ускладнює адекватне сприйняття почуттів іншої людини. Текстові повідомлення та стандартні графічні емодзі просто не здатні повноцінно передати всю палітру та глибину людських емоцій, що часто і густо призводить до серйозних непорозумінь та конфліктів у групі.

Відповідно, маючи величезну, ілюзорну кількість віртуальних знайомих, студент може відчувати гостру екзистенційну самотність, не маючи поруч того, хто міг би його по-справжньому вислухати та емпатійно зрозуміти [3, с. 88]. Таким чином, міжособистісна взаємодія у студентському віці є надзвичайно складним, суперечливим та багатофакторним процесом. Успішність реальної соціалізації в нинішніх, не надто стабільних умовах вимагає від здобувачів вищої освіти не лише технічного, механічного володіння засобами комунікації, але й дуже високого рівня емоційного інтелекту, здатності до психологічної децентрації та внутрішнього співпереживання.

Це повністю актуалізує необхідність детального вивчення емпатії та комунікативних умінь як базових, фундаментальних механізмів побудови гармонійних стосунків, що і виступає предметом нашого подальшого емпіричного дослідження.

Висновки до розділу 1

На основі здійсненого нами ґрунтовного теоретико-методологічного аналізу наукової психологічної літератури з проблеми дослідження міжособистісної взаємодії, комунікативних умінь та емпатії у студентів, ми можемо зробити такі узагальнюючі висновки:

Студентський вік є найбільш сензитивним та водночас кризовим періодом для соціально-психологічного становлення особистості. Успішна адаптація студентів у новому академічному середовищі безпосередньо залежить від гармонійного задоволення їхніх базових міжособистісних потреб у включенні, контролі та афекті згідно з концепцією В. Шутца. Саме в цей період відбувається активний пошук власної ідентичності та формується гостра потреба у глибоких, емоційно насичених контактах з однолітками.

Комунікативні уміння та емпатія нерозривно пов'язані між собою і виступають базовими структурними компонентами соціально-психологічної компетентності сучасного здобувача освіти. Комунікативні уміння забезпечують інструментальний бік спілкування (здатність логічно формулювати думки, гнучко використовувати вербальні та невербальні засоби). Водночас багатоканальна емпатія, яка об'єднує в собі раціональний, емоційний та інтуїтивний канали за В. В. Бойком, становить ціннісно-смисловий фундамент взаємодії. Саме емпатія дозволяє суб'єкту подолати юнацький егоцентризм та забезпечує справжню психологічну глибину стосунків.

Міжособистісна взаємодія у студентському середовищі виступає провідним механізмом соціалізації. В умовах сучасного транзитивного суспільства та тотальної цифровізації навчання, що об'єктивно редукує живе спілкування, проблема гармонізації стосунків студентів набуває особливої, безпрецедентної гостроти. Для подолання соціальної

тривожності, фрустрації та типових комунікативних бар'єрів студентам необхідно цілеспрямовано формувати навички ефективного спілкування та розвивати емоційний інтелект.

Здобуті теоретичні висновки повністю обґрунтовують доцільність переходу до емпіричної частини нашого дослідження, яка передбачає підбір валідного психодіагностичного інструментарію та проведення практичного тестування студентської вибірки.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОМУНІКАТИВНИХ УМІНЬ ТА ЕМПАТІЇ У студентів

2.1. Організація, методи та етапи емпіричного дослідження

«...Для виявлення статистичної значущості взаємозв'язків між усіма отриманими показниками було застосовано метод рангової кореляції (Ч. Спірмена). Цей непараметричний метод є найбільш адекватним для психологічних досліджень такого типу, оскільки дозволяє визначити тісноту та напрямок зв'язку між ознаками, не вимагаючи при цьому суворого нормального розподілу даних [5, с. 210].

Загалом, така батарея методик дозволяє охопити емоційний, когнітивний та поведінковий аспекти міжособистісної взаємодії, що повністю відповідає поставленим завданням. Процедура дослідження проходила в кілька етапів, де кожен студент отримував чітку інструкцію та гарантію нерозголошення індивідуальних результатів.

Окремо варто зупинитися на організаційних особливостях нашого емпіричного дослідження. Вибір саме дистанційного формату збору даних через Google Forms був продиктований не лише сучасними умовами організації навчального процесу, а й прагненням створити для студентів максимально комфортні та звичні умови для самодіагностики. Як свідчать наукові спостереження (О. Є. Фальової), саме в умовах віртуальної взаємодії здобувачі вищої освіти часто демонструють більшу щирість, ніж під час очного тестування «віч-на-віч» з експериментатором [20, с. 52].

Процедура дослідження була чітко структурована. Кожен респондент отримував персональне посилання, яке супроводжувалося детальним інструктажем щодо мети дослідження та гарантіями повної анонімності.

Це принципово важливо, оскільки питання емпатії та міжособистісних потреб у студентів часто сприймаються як дуже особисті, і будь-яка соціальна напруга в аудиторії могла б викривити результати. Студенти мали можливість проходити тестування у зручний для них час, що дозволило уникнути ситуативного ефекту втоми від навчального навантаження. Нами було заздалегідь передбачено можливість надання консультаційної підтримки для респондентів, проте, як показала практика, стандартизовані інструкції до методик були достатньо зрозумілими для студентів 18-22 років, які володіють високим рівнем загальної інформаційної культури.

Також вважаємо за доцільне підкреслити, що вибірка у 60 осіб є статистично достатньою для бакалаврського рівня дослідження, оскільки вона дозволяє виявити значущі кореляційні зв'язки без надмірного впливу поодиноких випадкових відхилень. Репрезентативність вибірки забезпечувалася залученням студентів різних спеціальностей, що дозволяє нам певною мірою узагальнювати отримані результати на більш широкі групи сучасного студентства. Загальна логіка нашого емпіричного пошуку, від теоретичного обґрунтування до статистичної перевірки гіпотез, схематично представлена нижче, що дозволяє наочно побачити послідовність етапів роботи.»



Рис. 2.1. Логіко-структурна схема емпіричного дослідження.

«Окремої уваги заслуговує питання вибору методів математичної статистики як завершального етапу нашого емпіричного пошуку. Як підкреслюють у своїх методичних рекомендаціях (О. Є. Фальова) та інші дослідники, суто описовий аналіз результатів без застосування математичного підтвердження є недостатнім для бакалаврського рівня [20, с. 65]. Саме тому застосування коефіцієнта рангової кореляції (Ч. Спірмена) для нас стало не просто формальністю, а інструментом, що дозволяє відсіяти випадкові збіги від справжніх психологічних закономірностей.

Така статистична обробка даних мінімізує суб'єктивізм дослідника та надає висновкам роботи наукової ваги та обґрунтованості, що є критично важливим для достовірності результатів [5, с. 220]. Саме завдяки поєднанню якісного аналізу відповідей студентів та кількісної статистики ми отримуємо цілісну картину того, як емпатія реально "працює" у повсякденній міжособистісній взаємодії здобувачів освіти.»

1. Методика діагностики рівня емпатійних здібностей (В. Бойко). Дана методика є одним із найбільш фундаментальних, визнаних і надійних інструментів для вимірювання емпатії у сучасній психологічній науці. Вона дозволяє максимально глибоко та об'єктивно оцінити не лише загальний рівень емпатійності особистості, але й детально проаналізувати її окремі структурні складові. Методика діагностує 6 шкал:

Раціональний канал емпатії — відображає здатність особистості до логічного осмислення та розуміння стану іншої людини. Це інтелектуальне співпереживання без надмірного емоційного залучення.

Емоційний канал емпатії — фіксує здатність безпосередньо емоційно резонувати зі співрозмовником, співпереживати йому на рівні почуттів.

Інтуїтивний канал емпатії — оцінює здатність людини підсвідомо, спираючись на минулий досвід, зчитувати стан партнера та передбачати його поведінку за умов гострого браку об'єктивної інформації.

Установки, що сприяють емпатії — діагностують внутрішні переконання індивіда щодо доцільності прояву емоцій у соціумі.

Проникаюча здатність в емоційну сферу — відображає комунікативне вміння створювати атмосферу довіри та психологічної безпеки у спілкуванні, за якої партнер сам прагне розкрити свої переживання.

Здатність до ідентифікації — вміння подумки поставити себе на місце співрозмовника.

За результатами тестування визначається один із чотирьох рівнів розвитку емпатії: дуже високий, середній (нормативний), занижений та дуже низький.

2. Опитувальник міжособистісних відносин ОМО В. Шутц. Цей опитувальник призначений для глибокої оцінки типових способів ставлення індивіда до інших людей. Теоретичною базою опитувальника виступає концепція фундаментальних міжособистісних орієнтацій, згідно з якою кожна людина керується трьома базовими міжособистісними потребами: потребою у включенні, потребою у контролі та потребою в афекті. Методика діагностує 6 самостійних шкал:

Ie Включення виражене — показує ступінь прагнення індивіда бути з людьми та бути частиною групи.

Iw Включення необхідне — відображає потребу людини бути прийнятою групою.

Ce Контроль виражений — діагностує прагнення брати на себе відповідальність за інших, домінувати.

Cw Контроль необхідний — відображає потребу у залежності, очікування контролю з боку інших.

Ae Афект виражений — показує схильність особистості встановлювати близькі, інтимно-емоційні стосунки.

Aw Афект необхідний — відображає потребу у тому, щоб інші люди першими встановлювали з індивідом емоційні стосунки. За результатами

опитування виявляється рівень вираженості кожної потреби та визначається ситуативна гнучкість чи компульсивність поведінки студента.

3. Методика «Комунікативні та організаторські схильності» КОС-2 В. Синявський, Б. Федоришин. Для дослідження безпосередньо інструментального боку взаємодії нами застосовувався опитувальник КОС-2. Він дозволяє визначити рівень розвитку двох базових параметрів:

Комунікативні схильності — здатність чітко, швидко та без зайвої тривожності встановлювати контакти з людьми, прагнення до розширення кола спілкування.

Організаторські схильності — здатність проявляти самостійну ініціативу, швидко приймати раціональні рішення, вміння впливати на оточуючих та організовувати спільну діяльність. Результати дозволяють віднести респондента до одного з п'яти рівнів вираженості схильностей: від дуже низького до дуже високого.

Для виявлення статистичної значущості взаємозв'язків між усіма отриманими показниками на фінальному етапі обробки даних нами було використано метод математичної статистики — коефіцієнт рангової кореляції Ч. Спірмена (rs). Цей непараметричний метод є найбільш адекватним для психологічних досліджень, оскільки дозволяє визначити тісноту та напрямок зв'язку між ознаками.

2.2. Аналіз результатів дослідження та кореляційний взаємозв'язок показників

На першому етапі аналізу емпіричних даних було досліджено рівень розвитку емпатійних здібностей у студентів за допомогою багатовимірної

методики В. Бойка. Після підрахунку балів та переведення їх у стандартизовану шкалу, ми отримали розподіл досліджуваних за загальним рівнем емпатії, який представлено у Таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Розподіл досліджуваних за рівнем емпатійних здібностей за методикою В. Бойка.

Рівень емпатії	**Відсоток**
Дуже високий	15%
Середній (нормативний)	55%
Занижений	25%
Дуже низький	5%
Разом	**100%**

Для кращого візуального сприйняття розподілу рівнів емпатії у досліджуваній вибірці, зобразимо отримані дані у вигляді кругової

діаграми Рис.2.1.



Рис. 2.1. Розподіл загальних рівнів емпатії у студентській вибірці

Аналізуючи дані, наведені у таблиці та на рисунку, можна констатувати, що більшість досліджуваних студентів (55%) має середній нормативний рівень емпатії. Для цієї категорії характерним є вибіркове, ситуативне емоційне реагування. Дуже високий рівень емпатійних здібностей виявлено у 15% респондентів. Водночас третина вибірки демонструє недостатній рівень розвитку емпатії: занижений рівень зафіксовано у 25%, а дуже низький — у 5%. Респонденти з такими показниками відчувають об'єктивні труднощі у встановленні довірливих контактів.

На другому етапі визначалася специфіка міжособистісних відносин та базових потреб у студентському середовищі за допомогою Опитувальника ОМО В. Шутца. Отримані результати за шкалами вираженої поведінки систематизовано у Таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Розподіл досліджуваних за рівнем виражених міжособистісних потреб за методикою В. Шутца.

Міжособистісна потреба	**Низький рівень**	**Пограничний рівень**	**Високий рівень**
Ie Потреба у включенні	25%	45%	30%
Ce Потреба у контролі	35%	50%	15%
Ae Потреба в афекті	40%	40%	20%

Для більш наочного відображення домінуючих тенденцій у соціальній поведінці студентів, представимо ці емпіричні дані у вигляді гістограми Рис. 2.2.

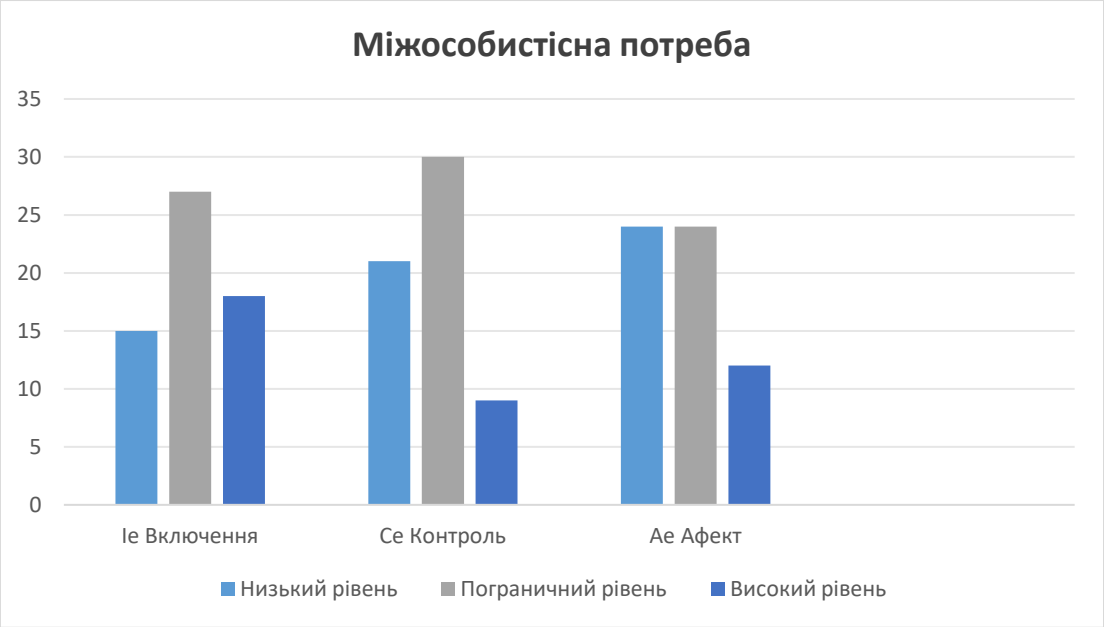


Рис. 2.2. Рівні вираженості базових міжособистісних потреб у студентів

Кількісний аналіз отриманих результатів показує, що провідну роль у студентському віці відіграє потреба у включенні (Ie). 30% досліджуваних мають високий рівень за цією шкалою, що свідчить про їхнє прагнення постійно перебувати в оточенні людей та бути частиною групи. Потреба у контролі (Ce) має зсув у бік низьких (35%) та пограничних (50%) значень. Це вказує на те, що більшість респондентів намагається уникати зайвої відповідальності за прийняття групових рішень. Потреба в афекті (Ae), яка відповідає за встановлення близьких емоційних стосунків, показала найнижчі результати: 40% досліджуваних мають низький рівень. Це означає обережність у виборі друзів та схильність тримати психологічну дистанцію.

На третьому етапі діагностики було застосовано методику КОС-2 для вивчення інструментального боку взаємодії. Розподіл результатів представлено у Таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

Розподіл досліджуваних за рівнем комунікативних та організаторських схильностей за методикою КОС-2

Рівень схильностей	**Комунікативні схильності**	**Організаторські схильності**
Високий та дуже високий	30%	15%
Середній	40%	45%
Низький та дуже низький	30%	40%
Разом	**100%**	**100%**

Графічне відображення співвідношення комунікативних та організаторських схильностей наведено на Рис. 2.3.

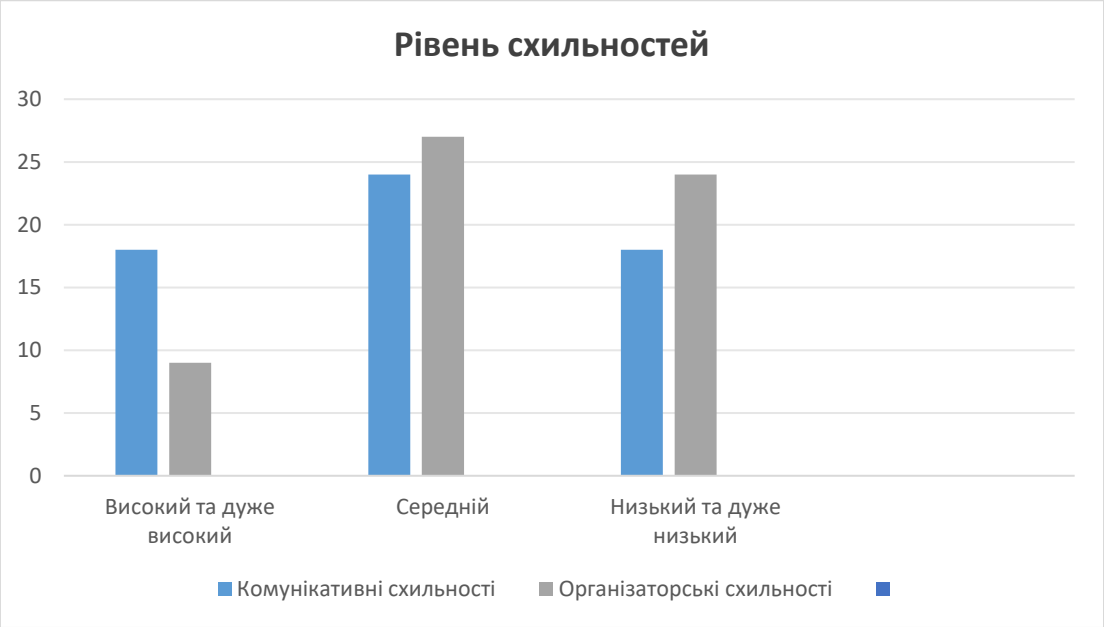


Рис. 2.3. Співвідношення рівнів комунікативних та організаторських схильностей у студентів

Отримані емпіричні дані свідчать про те, що загальний комунікативний потенціал сучасних студентів розвинений краще, ніж організаторський. Високий та дуже високий рівень комунікативних схильностей виявлено у 30% вибірки. Щодо організаторських схильностей, спостерігається зсув у бік низьких значень (40%), що підтверджує дані тесту В. Шутца щодо уникнення студентами відповідальності за управління групою.

Для математичного підтвердження гіпотези про наявність взаємозв'язку між емпатією, комунікативними уміннями та потребами в міжособистісній взаємодії у студентів, було застосовано метод рангової кореляції Ч. Спірмена (rs). Результати розрахунків відображено у Таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

Показники емпатії В. Бойко	**Включення виражене Ie**	**Контроль виражений Ce**	**Афект виражений Ae**	**Комунікативні схильності**
Раціональний канал	0,31	0,45	0,22	0,38
Емоційний канал	0,48	0,15	0,52	0,41
Інтуїтивний канал	0,42	0,18	0,49	0,35
Загальний рівень емпатії	0,46	0,32	0,55	0,51

Кореляційний аналіз дозволяє зробити низку змістовних висновків. По-перше, виявлено статистично значущий прямий зв'язок між загальним рівнем емпатії та комунікативними схильностями ($r_s = 0,51$ при $p \leq 0,01$). Це вказує на те, що розвинена емпатія виконує функцію соціального регулятора, знижуючи комунікативні бар'єри.

По-друге, найсильніший зв'язок зафіксовано між загальною емпатією та потребою в афекті ($r_s = 0,55$ при $p \leq 0,01$). Структурний аналіз показує, що провідну роль у цьому відіграють емоційний ($r_s = 0,52$) та інтуїтивний ($r_s = 0,49$) канали. Це підтверджує, що потреба в глибоких, довірливих стосунках детермінується здатністю до емоційного резонансу.

По-третє, виявлено взаємозв'язок між раціональним (когнітивним) каналом емпатії та потребою у контролі ($r_s = 0,45$ при $p \leq 0,01$). Емоційний канал з потребою у контролі не корелює ($r_s = 0,15$). Це пояснюється тим, що функція управління колективом потребує інструментального підходу та децентрації, а не емоційного залучення.

Також зафіксовано наявність прямого зв'язку між емоційним каналом емпатії та потребою у включенні ($rs = 0,48$ при $p \leq 0,01$). Студенти з розвиненою емоційною чуйністю гостріше відчувають потребу бути прийнятими у студентську групу.

Отже, результати кореляційного аналізу підтверджують гіпотезу дослідження: емпатія є внутрішнім регулятором комунікативної активності, який забезпечує задоволення базових міжособистісних потреб студента у включенні, контролі та афекті.

2.3. Психокорекційна програма та практичні рекомендації щодо розвитку емпатії й оптимізації міжособистісної взаємодії

На основі результатів нашого емпіричного дослідження та виявлених кореляційних закономірностей, ми розробили систему практичних заходів. Як показує аналіз, комунікативні бар'єри та труднощі у задоволенні міжособистісних потреб у здобувачів освіти безпосередньо обумовлені недостатнім розвитком емпатійного потенціалу. Головну увагу в наших рекомендаціях ми приділили саме розвитку емоційного інтелекту. Розроблені заходи мають комплексний характер і можуть бути впроваджені фахівцями психологічної служби вищих навчальних закладів.

Вибір саме соціально-психологічного тренінгу як основного методу не є випадковим. Як зазначають у своїх наукових працях (Ю. О. Приходько) та (С. Б. Кузікова), саме групова форма взаємодії дозволяє студентам вийти за межі звичних рольових моделей і безпечно «приміряти» нові стратегії поведінки в контрольованих умовах. Оскільки під час навчання здобувачі часто перебувають у стані постійного оцінювання з боку викладачів, тренінгове середовище стає для них тим простором, де можна припуститися помилки без ризику для академічної успішності, що стимулює розвиток емпатійних здібностей.

Фундаментом нашої практичної діяльності стала авторська програма «Емпатія як ресурс спілкування». Її мета — гармонізація базових міжособистісних потреб студентів шляхом розвитку каналів емпатії. Програма розрахована на студентів 1–2 курсів, оскільки саме на цьому етапі вони гостро відчувають потребу у соціальній адаптації. Тривалість програми — 3 заняття по 2 академічні години.

Заняття 1. «Пізнання себе та інших: емоційний вимір». Мета: формування безпечного простору, зниження тривожності та задоволення первинної потреби студентів у включенні.

Вправа 1. «Емоційний термометр». Учасники оцінюють свій стан за шкалою та називають ключову емоцію. Це допомагає розширити словник емоцій.

Вправа 2. «Інтерв'ю в парах». Студенти об'єднуються і протягом 10 хвилин з'ясовують факти один про одного, презентуючи партнера групі. Це ефективно «розбиває кригу» і переводить спілкування на особистісний рівень.

Заняття 2. «Розвиток емпатійних каналів». Мета: тренування здатності зчитувати невербальні сигнали та активізація інтуїтивного каналу емпатії.

Вправа 1. «Сліпий та поводир». Один учасник («сліпий») заплющує очі, інший («поводир») проводить його через перешкоди без слів.

Інструкція психолога: Фасилітатор займає нейтральну позицію, спостерігаючи за динамікою довіри. Важливо не давати алгоритмів, а спонукати до пошуку власних невербальних сигналів.

Типові реакції: Студенти часто відчувають дискомфорт від втрати контролю. Дехто жартує, щоб знизити тривожність, інші демонструють

надмірну обережність. Це формує довіру, оскільки «поводир» відчуває відповідальність за безпеку іншого.

Вправа 2. «Дзеркало емоцій». Студенти віддзеркалюють міміку партнера. Це тренує здатність до ідентифікації та розуміння стану іншої людини.

Заняття 3. «Ефективна комунікація без конфліктів». Мета: відпрацювання інструментальних навичок та розвиток раціонального каналу емпатії.

Вправа 1. «Корабельна троща». Потрібно обрати лідера та розподілити обов'язки для «виживання» на острові.

Інструкція психолога: Психолог має слідкувати, щоб дискусія не переходила у конфлікти. Потрібно ставити навідні питання: «Чому ви погодилися з думкою іншого, хоча мали свою?».

Типові реакції: Часто виникають дві реакції: «лідерська боротьба» (агресивне відстоювання позиції) та «конформна» реакція (мовчання і підкорення тиску). Це вчить домовлятися, а не домінувати, що є ключовим для розвитку соціальної компетентності.

Вправа 2. «Я-висловлювання». Навчання алгоритму: «Факти – Мої почуття – Моє прохання». Замість «Ти запізнився» — «Я засмучуюсь, коли чекаю, прошу приходити вчасно». Це знижує рівень фрустрації.

Окрім групової роботи, ми розробили рекомендації для індивідуального саморозвитку. Студент має усвідомлювати, що емпатія — це навичка, яку можна розвивати. По-перше, практикуйте активне слухання. Концентруйтеся на словах співрозмовника, використовуючи техніки емоційного відображення (наприклад: «Я правильно розумію, що ти відчуваєш розчарування?»). По-друге, розвивайте соціальну децентрацію.

У конфліктах робіть паузу і запитуйте: «Що людина відчуває зараз?». По-третє, долучайтеся до волонтерства. Як зазначає (О. Є. Фальова), це найкращий спосіб перевести теоретичні знання у площину реального гуманістичного досвіду.

Запровадження цих заходів дозволить суттєво підвищити рівень емоційної культури студентів, гармонізувати їхні внутрішні потреби та створити максимально сприятливий, психологічно безпечний клімат у кожній академічній групі. Ми переконані, що саме через такі інтерактивні методики можна змінити характер міжособистісної взаємодії, зробивши її більш глибокою, конструктивною та продуктивною для професійного становлення кожного здобувача.

Висновки до розділу 2

Проведене емпіричне дослідження особливостей взаємозв'язку комунікативних умінь та емпатії у міжособистісній взаємодії студентів дозволило зробити наступні обґрунтовані висновки:

За результатами первинного психодіагностичного тестування виявлено, що хоча більшість студентів (55%) мають нормативний рівень емпатії, значна частина вибірки (30%) демонструє занижені та дуже низькі показники, що вказує на наявність серйозних емоційних бар'єрів у студентському середовищі. Діагностика міжособистісних відносин за методикою В. Шутца засвідчила домінування у студентів потреби у включенні (соціальній приналежності), тоді як потреба в афекті (емоційній близькості) та потреба у контролі (домінуванні) характеризуються загальною обережністю та тенденцією до уникнення зайвої відповідальності. Аналіз за методикою КОС-2 підтвердив, що комунікативний потенціал сучасних студентів розвинений краще за організаторський, що об'єктивно вимагає психологічної корекції.

Математико-статистична обробка даних за допомогою коефіцієнта рангової кореляції Ч. Спірмена (rs) повністю підтвердила висунуту робочу гіпотезу. Виявлено статистично значущий прямий зв'язок між загальним рівнем емпатії та комунікативними схильностями ($rs = 0,51$ при $p \leq 0,01$), що доводить провідну роль емпатії як внутрішнього каталізатора успішного спілкування та подолання бар'єрів.

Встановлено, що специфічні міжособистісні потреби студентів безпосередньо детермінуються рівнем активності різних каналів емпатії. Так, базова потреба в афекті має найсильніший кореляційний зв'язок з емоційним ($rs = 0,52$) та інтуїтивним ($rs = 0,49$) каналами емпатії. Водночас потреба у домінуванні та контролі тісно корелює виключно з раціональним каналом ($rs = 0,45$), що вказує на інструментальний, інтелектуальний характер лідерства у студентському віці, без надмірного емоційного залучення.

На основі отриманих даних розроблено практичні рекомендації та авторську програму соціально-психологічного тренінгу «Емпатія як ресурс спілкування». Реалізація запропонованих заходів сприятиме екологічному розвитку емпатійного потенціалу студентів, гармонізації їхніх базових міжособистісних потреб та формуванню високого рівня комунікативної компетентності, що є критично важливим для їхнього професійного становлення.

Здобуті результати емпіричного дослідження дозволяють нам перейти до узагальнення теоретичних та практичних аспектів роботи у загальних висновках.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено теоретичне узагальнення та запропоновано вирішення актуальної науково-практичної проблеми, яка полягає у дослідженні взаємозв'язку між комунікативними уміннями, міжособистісними потребами та багатоканальною емпатією у студентському середовищі. Результати проведеного комплексного теоретико-емпіричного дослідження дозволили сформулювати наступні висновки:

Теоретико-методологічний аналіз показав, що міжособистісна взаємодія в період студентства виступає провідним механізмом соціалізації, професійного становлення та формування ідентичності. Встановлено, що комунікативні уміння є інструментальним компонентом спілкування, тоді як емпатія становить його ціннісно-смислове ядро. Доведено, що в умовах сучасного освітнього простору, який характеризується тенденцією до цифрової редукції емоційних контактів, саме емпатія виступає ключовим психологічним регулятором, що дозволяє студентам подолати віковий егоцентризм та будувати конструктивні взаємини.

Емпіричне дослідження, проведене на вибірці з 60 здобувачів вищої освіти, дозволило виявити індивідуально-психологічні особливості досліджуваних феноменів. За результатами діагностики встановлено, що більшість студентів (55%) мають нормативний рівень емпатії, проте тривожною є наявність 30% вибірки із заниженими та низькими показниками. Діагностика міжособистісних потреб засвідчила, що для студентів домінуючою є потреба у соціальному включенні, тоді як потреби в емоційній близькості (афекті) та домінуванні (контролі) часто виявляються витісненими або недостатньо усвідомленими через психологічну обережність.

Кореляційний аналіз (за методом Ч. Спірмена) повністю підтвердив гіпотезу дослідження про наявність значущого взаємозв'язку між емпатійними здібностями та комунікативною ефективністю. Встановлено прямий стійкий зв'язок між загальним рівнем емпатії та комунікативними схильностями ($r_s = 0,51$ при $p \leq 0,01$). Доведено, що потреба в афекті корелює переважно з емоційним ($r_s = 0,52$) та інтуїтивним ($r_s = 0,49$) каналами емпатії, що підкреслює емоційну природу близькості, тоді як контроль та домінування в групі залежать від раціонального каналу ($r_s = 0,45$), що вказує на інтелектуальний характер лідерства у студентському віці.

На основі результатів дослідження розроблено та обґрунтовано програму соціально-психологічного тренінгу «Емпатія як ресурс спілкування». Впровадження цієї програми у роботу психологічної служби закладу вищої освіти сприятиме екологічному розвитку емпатійного потенціалу здобувачів, гармонізації їхніх міжособистісних потреб та зниженню рівня соціальної тривожності. Практичні рекомендації, розроблені в роботі, дозволяють студентам усвідомити емпатію як навичку, що піддається тренуванню, та інтегрувати її в повсякденну практику спілкування.

Перспективи подальших наукових розвідок вбачаються у розширенні вибірки дослідження, порівняльному аналізі студентів різних спеціальностей, а також у проведенні лонгітюдного вивчення динаміки розвитку емпатії протягом усього періоду навчання в університеті.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ананьєв Б. Г. Психологія і проблеми людинознавства. Київ: Ваклер, 2008. 350 с.
2. Андрєєва Г. М. Соціальна психологія. Київ: Наукова думка, 2006. 420 с.
3. Бабак М. А. Соціальна психологія особистості. Київ: Академвидав, 2021. 210 с.
4. Бойко В. В. Енергія емоцій у спілкуванні. Київ: Знання, 2004. 470 с.
5. Бурлачук Л. Ф. Психодіагностика: підручник для студентів. Київ: Ніка-Центр, 2011. 416 с.
6. Виготський Л. С. Психологія розвитку людини. Київ: Сенс, 2005. 390 с.
7. Еріксон Е. Ідентичність: юність і криза. Київ: Університетське видавництво, 2010. 340 с.
8. Зимовець Н. В. Емпатія як чинник ефективної міжособистісної взаємодії. *Вісник психології і педагогіки*. 2018. Вип. 14. С. 45–52.
9. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ: Радянська школа, 1989. 608 с.
10. Кузікова С. Б. Психологічна корекція розвитку особистості. Суми: Університетська книга, 2015. 240 с.
11. Леонтьєв О. М. Діяльність. Свідомість. Особистість. Київ: Основи, 2003. 320 с.
12. Ломакін А. О. Комунікативні бар'єри в умовах цифрової взаємодії. *Психологічний часопис*. 2020. № 4. С. 56–64.
13. Максименко С. Д. Генетична психологія: підручник. Київ: Освіта України, 2006. 416 с.
14. Петровська Л. А. Компетентність у спілкуванні. Київ: Педагогічна преса, 2009. 216 с.Приходько Ю. О. Психологія міжособистісної взаємодії: теорія і практика. Київ: Центр учбової літератури, 2011. 288 с.
15. Роджерс К. Р. Становлення особистості. Погляд на психотерапію. Київ: Сфера, 2001. 412 с.
16. Савчин М. В. Психологія особистості. Київ: Академвидав, 2013. 408 с.
17. Титаренко Т. М. Психологія особистості: життєвий світ людини. Київ: Либідь, 2003. 312 с.
18. Фальова О. Є. Психологічні особливості адаптації здобувачів вищої освіти в умовах транзитивного суспільства. *Проблеми сучасної психології*. 2022. Вип. 45. С. 45–58.
19. Фальова О. Є. Трансформація освітнього простору та психологічний супровід студентів: навч.-метод. посіб. Харків: ННІ УІПА, 2023. 120 с.
20. Чепелєва Н. В. Психологія спілкування. Київ: Науковий світ, 2014. 290 с.
21. Шутц В. Глибока простота. Основи філософії міжособистісних відносин. Київ: Вища школа, 2005. 210 с.

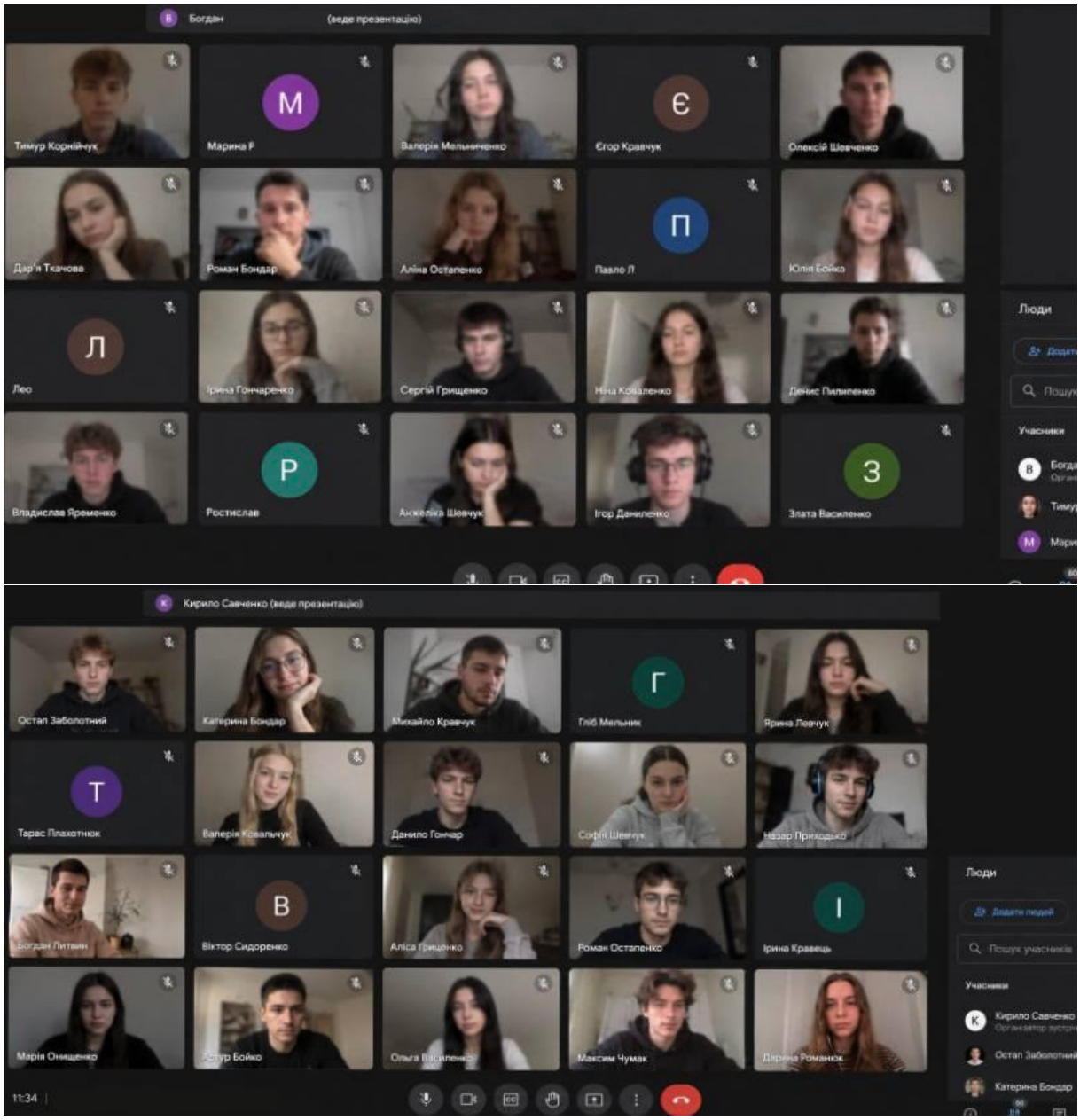
22. Юсупов І. М. Психологія емпатії: теоретичні та прикладні аспекти. Київ: Слово, 2004. 250 с.
23. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції. Київ: Либідь, 2004. 264 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Скріншоти інтерфейсу Google Forms





Додаток Б

Електронний інструментарій психодіагностичного дослідження

Для проведення емпіричного збору даних у дистанційному форматі було розроблено комплексну електронну форму на базі платформи Google Forms. Опитувальник містить повні тексти та шкали оцінювання наступних методик:

Методика діагностики рівня емпатійних здібностей (В. В. Бойко);

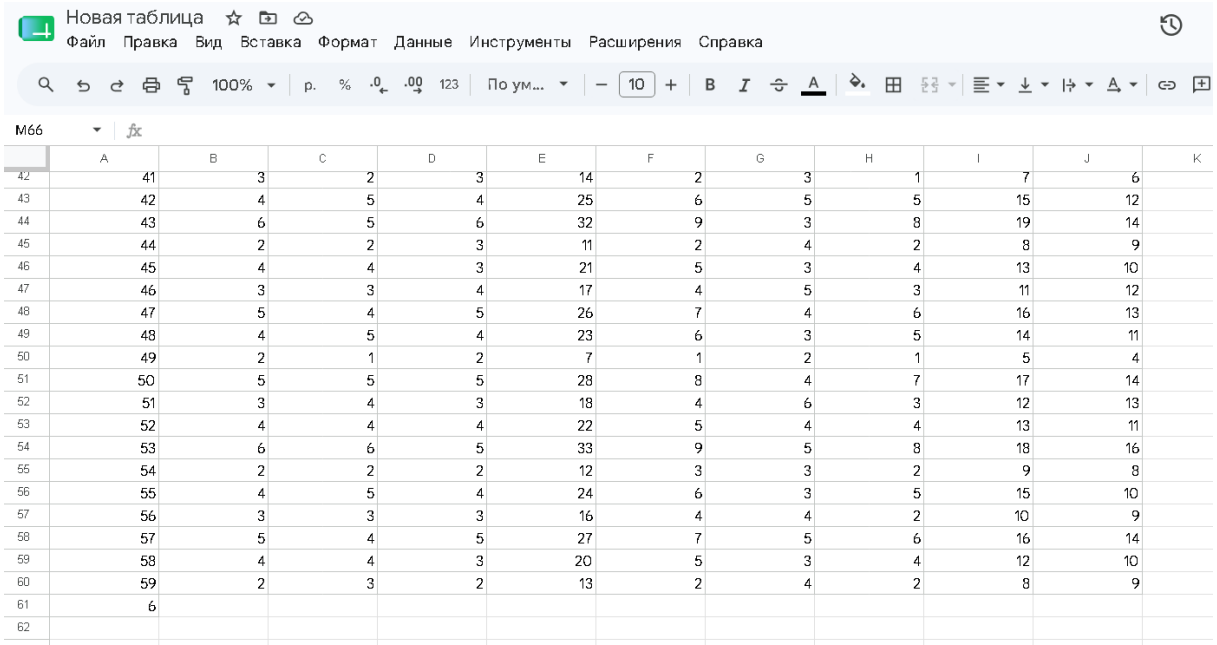
Опитувальник міжособистісних відносин ОМО (В. Шутц);

Опитувальник «Комунікативні та організаторські схильності» (КОС-2).

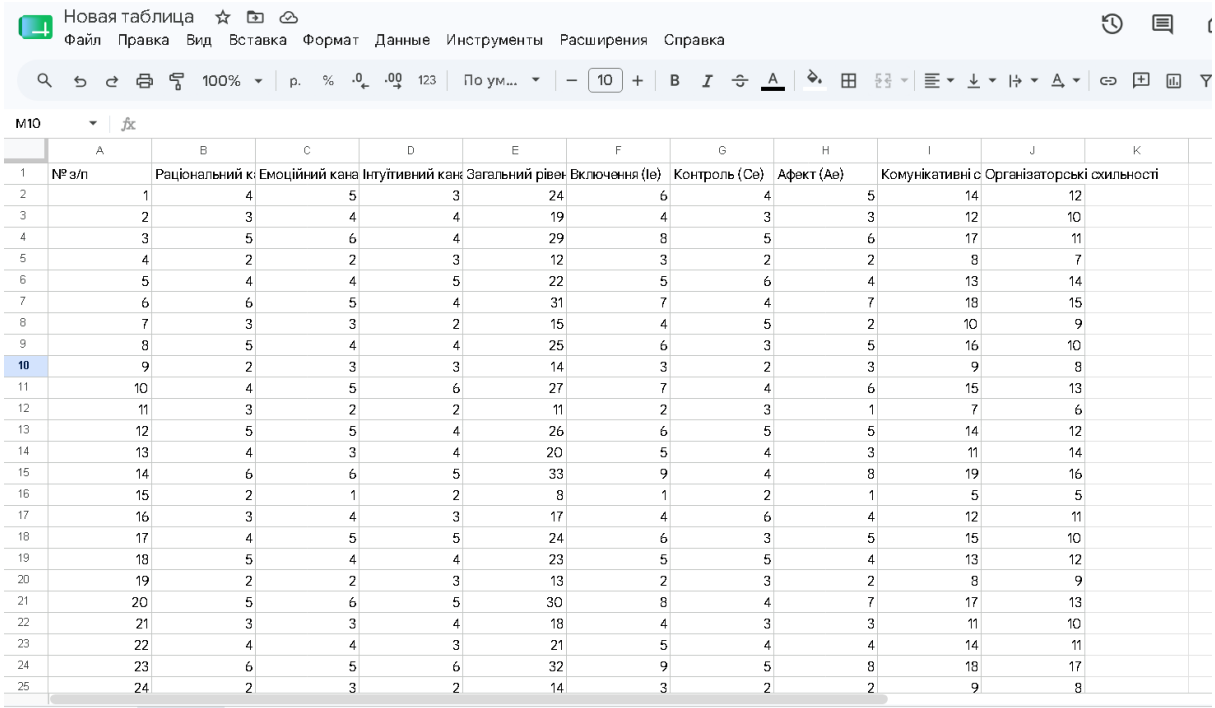
Ознайомитися з повним текстом електронного опитувальника та бланками відповідей можна за наступним посиланням:*https://forms.gle/B7ga2sbiJS5dAUoW8*

Додаток В

Зведена таблиця первинних результатів емпіричного дослідження (n=60)



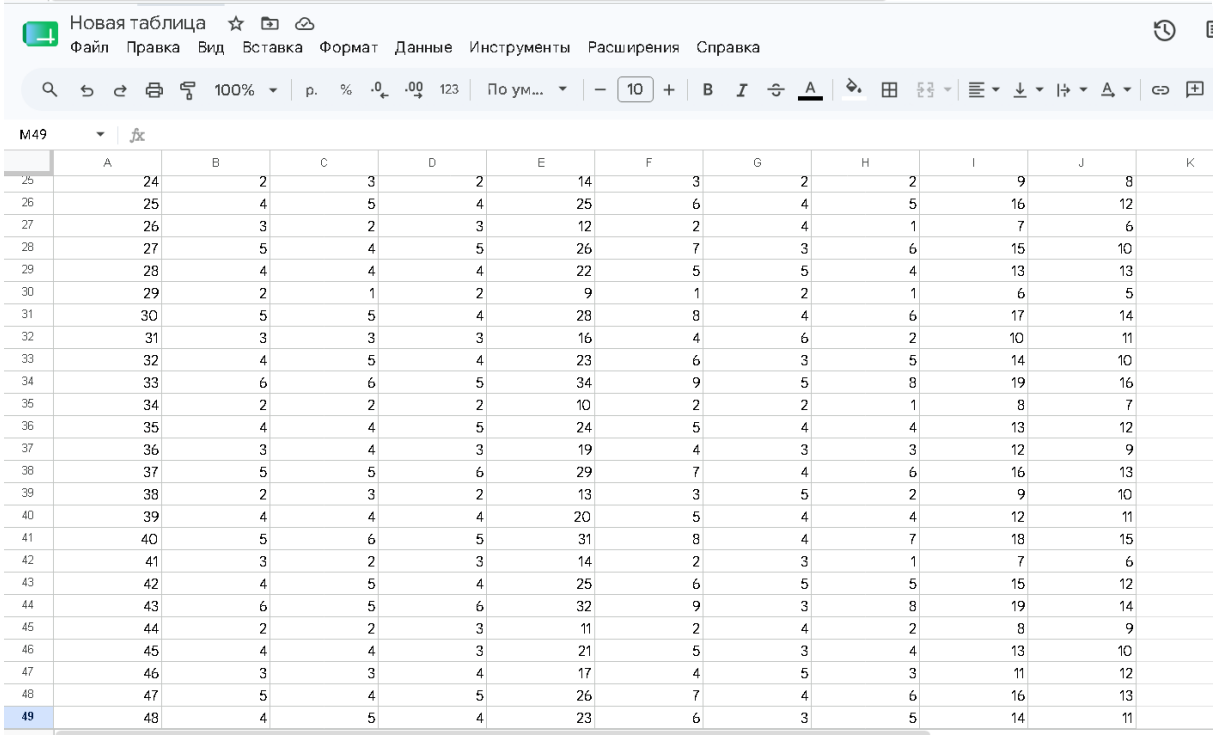
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
42	41	3	2	3	14	2	3	1	7	6	
43	42	4	5	4	25	6	5	5	15	12	
44	43	6	5	6	32	9	3	8	19	14	
45	44	2	2	3	11	2	4	2	8	9	
46	45	4	4	3	21	5	3	4	13	10	
47	46	3	3	4	17	4	5	3	11	12	
48	47	5	4	5	26	7	4	6	16	13	
49	48	4	5	4	23	6	3	5	14	11	
50	49	2	1	2	7	1	2	1	5	4	
51	50	5	5	5	28	8	4	7	17	14	
52	51	3	4	3	18	4	6	3	12	13	
53	52	4	4	4	22	5	4	4	13	11	
54	53	6	6	5	33	9	5	8	18	16	
55	54	2	2	2	12	3	3	2	9	8	
56	55	4	5	4	24	6	3	5	15	10	
57	56	3	3	3	16	4	4	2	10	9	
58	57	5	4	5	27	7	5	6	16	14	
59	58	4	4	3	20	5	3	4	12	10	
60	59	2	3	2	13	2	4	2	8	9	
61	6										
62											


Новая таблица

Файл Правка Вид Вставка Формат Данные Инструменты Расширения Справка

M10

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
1	№ з/п	Раціональний к	Емоційний кана	Інтуїтивний кан	Загальний рівен	Включення (Ie)	Контроль (Ce)	Афект (Ae)	Комунікативні с	Організаторські	схильності
2	1	4	5	3	24	6	4	5	14	12	
3	2	3	4	4	19	4	3	3	12	10	
4	3	5	6	4	29	8	5	6	17	11	
5	4	2	2	3	12	3	2	2	8	7	
6	5	4	4	5	22	5	6	4	13	14	
7	6	6	5	4	31	7	4	7	18	15	
8	7	3	3	2	15	4	5	2	10	9	
9	8	5	4	4	25	6	3	5	16	10	
10	9	2	3	3	14	3	2	3	9	8	
11	10	4	5	6	27	7	4	6	15	13	
12	11	3	2	2	11	2	3	1	7	6	
13	12	5	5	4	26	6	5	5	14	12	
14	13	4	3	4	20	5	4	3	11	14	
15	14	6	6	5	33	9	4	8	19	16	
16	15	2	1	2	8	1	2	1	5	5	
17	16	3	4	3	17	4	6	4	12	11	
18	17	4	5	5	24	6	3	5	15	10	
19	18	5	4	4	23	5	5	4	13	12	
20	19	2	2	3	13	2	3	2	8	9	
21	20	5	6	5	30	8	4	7	17	13	
22	21	3	3	4	18	4	3	3	11	10	
23	22	4	4	3	21	5	4	4	14	11	
24	23	6	5	6	32	9	5	8	18	17	
25	24	2	3	2	14	3	2	2	9	8	


Новая таблица

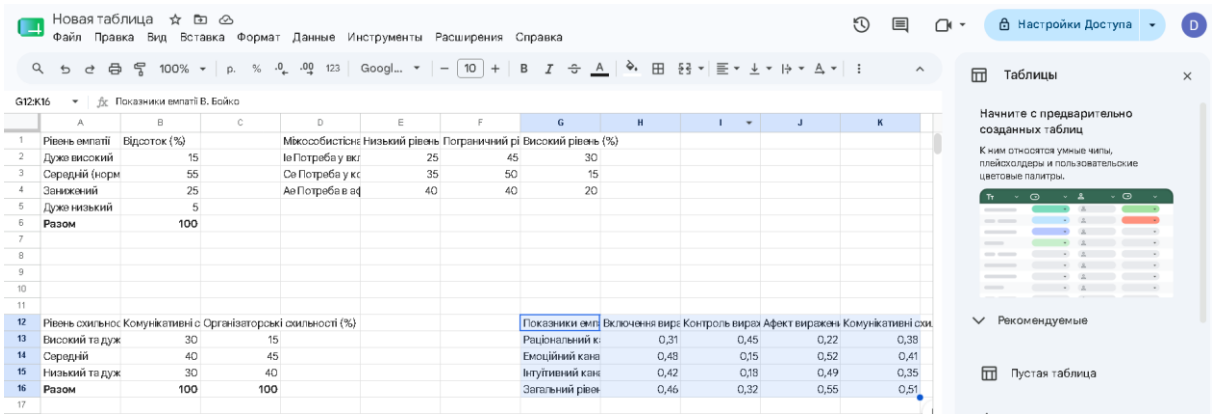
Файл Правка Вид Вставка Формат Данные Инструменты Расширения Справка

M49

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
25	24	2	3	2	14	3	2	2	9	8	
26	25	4	5	4	25	6	4	5	16	12	
27	26	3	2	3	12	2	4	1	7	6	
28	27	5	4	5	26	7	3	6	15	10	
29	28	4	4	4	22	5	5	4	13	13	
30	29	2	1	2	9	1	2	1	6	5	
31	30	5	5	4	28	8	4	6	17	14	
32	31	3	3	3	16	4	6	2	10	11	
33	32	4	5	4	23	6	3	5	14	10	
34	33	6	6	5	34	9	5	8	19	16	
35	34	2	2	2	10	2	2	1	8	7	
36	35	4	4	5	24	5	4	4	13	12	
37	36	3	4	3	19	4	3	3	12	9	
38	37	5	5	6	29	7	4	6	16	13	
39	38	2	3	2	13	3	5	2	9	10	
40	39	4	4	4	20	5	4	4	12	11	
41	40	5	6	5	31	8	4	7	18	15	
42	41	3	2	3	14	2	3	1	7	6	
43	42	4	5	4	25	6	5	5	15	12	
44	43	6	5	6	32	9	3	8	19	14	
45	44	2	2	3	11	2	4	2	8	9	
46	45	4	4	3	21	5	3	4	13	10	
47	46	3	3	4	17	4	5	3	11	12	
48	47	5	4	5	26	7	4	6	16	13	
49	48	4	5	4	23	6	3	5	14	11	

Додаток Г

Результати статистичної оброки даних (фрагмент таблиці Google Таблиці)



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
1	Рівень емпатії	Відсоток (%)		Міжособистісне	Низький рівень	Пограничний рі	Високий рівень (%)				
2	Дуже високий	15		Ie Потреба у вкл	25	45	30				
3	Середній (норм	55		Se Потреба у кс	35	50	15				
4	Занижений	25		Ae Потреба в ас	40	40	20				
5	Дуже низький	5									
6	**Разом**	**100**									
7											
8											
9											
10											
11											
12	Рівень схильнос	Комунікативні с	Організаторські	схильності (%)			Показники емп	Включення вира	Контроль вирах	Афект виражен	Комунікативні схи
13	Високий та дуж	30	15				Раціональний к	0,31	0,45	0,22	0,38
14	Середній	40	45				Емоційний кана	0,48	0,15	0,52	0,41
15	Низький та дуж	30	40				Інтуїтивний кан	0,42	0,18	0,49	0,35
16	**Разом**	**100**	**100**				Загальний рівен	0,46	0,32	0,55	0,51
17											