

<https://doi.org/10.31891/PT-2025-1-7>

УДК 159.9:159.922

**Юлія БіЛОЦЕРКІВСЬКА**

кандидат психологічних наук, доцент,  
Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»  
Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна  
<https://orcid.org/0000-0002-3281-0214>  
e-mail: [bilotcerkivcka@gmail.com](mailto:bilotcerkivcka@gmail.com)

**Ольга БЛАГА**

кандидат педагогічних наук, доцент,  
Івано-Франківський навчально-науковий юридичний інститут Національного  
університету «Одеська юридична академія»  
<https://orcid.org/0000-0002-4924-8491>  
e-mail: [olablaga168@gmail.com](mailto:olablaga168@gmail.com)

**Діана ДРОЗДОВА**

кандидат психологічних наук,  
Державний вищий навчальний заклад «Донбаський державний педагогічний  
університет»  
<https://orcid.org/0000-0003-1254-0728>  
e-mail: [diana.drozдова@gmail.com](mailto:diana.drozдова@gmail.com)

**Сабіна РАДЖАБОВА**

кандидат психологічних наук, доцент,  
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького  
<https://orcid.org/0000-0001-6565-621X>  
e-mail: [ssabinarad@gmail.com](mailto:ssabinarad@gmail.com)

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЧУЙНОСТІ У ПІДЛІТКІВ**

*У статті розглядається проблема розвитку чуйності як складної морально-психологічної якості у підлітків. Представлено теоретичні основи емпатії та чуйності, проаналізовано їх відмінності, зокрема чуйність визначається як категорія, що реалізується через комунікацію та безпосередньо проявляється у взаємодії з іншими людьми. У дослідженні наголошено на вікових психологічних особливостях формування чуйності у підлітків.*

*Емпіричне дослідження показало, що рівень чуйності серед підлітків варіюється від високого до низького. Виявлено ключові компоненти чуйності (когнітивний, емоційний, поведінковий), а також визначено рівні розвитку цієї якості. Результати дослідження підкреслюють важливість впровадження соціально-психологічних тренінгів та навчальних програм для розвитку чуйності у школярів, а також необхідність подальших досліджень, спрямованих на вивчення чинників, що впливають на розвиток чуйності в підлітковому віці.*

*Ключові слова: чуйність, емпатія, емоційний інтелект, співчуття, співпереживання.*

**Yulia BILOTSERKIVSKA**

Educational and Scientific Institute «Ukrainian Engineering and Pedagogical Academy» of  
V.N. Karazin Kharkiv National University

**Olha BLAGA**

Ivano-Frankivsk Educational and Scientific Law Institute of the National University «Odesa  
Law Academy»

**Diana DROZDOVA**

Horlivka Institute of Foreign Languages, State Higher Educational Institution «Donbass State  
Pedagogical University»

**Sabina RADZHABOVA**

Cherkasy National University named after Bohdan Khmelnytsky

## **PSYSHOLOGICAL ASPECTS OF THE DEVELOPMENT OF EMPATHY IN ADOLESCENTS**

*The article addresses the issue of the development of sensitivity as a complex moral and psychological trait in adolescents, particularly in the context of emotional intelligence and socialization. The relevance of the study is determined by contemporary socio-cultural changes, including the influence of digital communication, the fast pace of life, and the rise of bullying in educational environments. Emphasis is placed on the importance of sensitivity for reducing aggression, improving interpersonal relationships, and the harmonious development of adolescents' personalities. The theoretical foundations of empathy and sensitivity are explored, highlighting their differences, with sensitivity being defined as a category realized through communication and directly manifested in interactions with others. The study emphasizes the age-related psychological characteristics of sensitivity formation in adolescents and the significance of the senior school age as a sensitive period.*

*Empirical research revealed that the level of sensitivity among adolescents ranges from high to low. The following indicators are defined as criteria for assessing the level of development of adolescents' sensitivity: the ability to adequately understand nonverbal behavior, the level of development of empathy, the development of acceptance of another person, friendliness, tact, politeness, and caring. Key components of sensitivity (cognitive, emotional, and behavioral) were identified, and the levels of development of this trait were determined. Adolescents with high levels of sensitivity demonstrate active empathy and social sensitivity, while those with low levels have limited ability to recognize others' emotions. The study's findings underline the importance of implementing social-psychological training and educational programs to develop sensitivity in schoolchildren, as well as the need for further research into the factors influencing the development of sensitivity during adolescence.*

*Keywords: sensitivity, empathy, emotional intelligence, compassion, sympathy.*

### **Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями**

Ми живемо в світі, де панує невизначеність. Вона постійно супроводжує нас – як у повсякденному житті, так і в професійній діяльності та взаємодії з оточенням. У таких умовах особливо важливою є здатність розвивати чуйність як моральну якість особистості, що сприятиме гармонізації стосунків з іншими, підвищенню життєстійкості у такому мінливому та невизначеному світі [6].

Чуйність є однією з ключових характеристик емоційного інтелекту, яка визначає здатність людини до емпатії, співпереживання та підтримки інших. Особливо важливим є розвиток цієї якості в підлітковому віці, коли особистість проходить складний етап соціалізації, формування моральних цінностей та становлення емоційної саморегуляції.

Сучасне суспільство, в якому домінують цифрові комунікації, соціальні мережі та швидкий ритм життя, ставить перед підлітками нові виклики. Вони часто стикаються з емоційним дистанціюванням, поверхневими контактами та браком живого спілкування, що може негативно впливати на формування чуйності. Водночас, високий рівень стресу, соціального тиску та міжособистісних конфліктів робить розвиток цієї якості ще більш злободенним.

Актуальність теми також обумовлена зростанням рівня булінгу в освітньому середовищі, що свідчить про необхідність активного розвитку чуйності у молоді як важливого чинника зменшення агресії, покращення якості міжособистісних стосунків і сприяння гармонійному розвитку особистості.

### **Аналіз досліджень та публікацій**

Проблема чуйності до сьогодні не була об'єктом спеціального вивчення вітчизняною психологічною наукою. Термін «чуйність» зазвичай вживається на розмовно-побутовому рівні, а в науковій лексиці замінюється іншими поняттями, зокрема, «емпатією», «співчуттям», «співпереживанням», що не завжди є тотожним. І хоча дані категорії належать до одного класу психологічних явищ та тісно пов'язані між собою, вони є різними за своїм функціональним і змістовим контекстом [4].

Дослідженню емпатії як емоційної чутливості індивіда до переживань інших людей присвячено значну кількість наукових праць зарубіжних учених, зокрема М. Гоффмана, Д. Гоулмана, М. Девіса, В. Франкла, Е. Фромма, К. Роджерса, З. Фройда, К. Юнга та ін., а також сучасних українських психологів, серед яких Н. Басюк, Л. Журавльова, О. Вавринів, Т. Василишина, С. Дерев'яно, І. Коган, Т. Коломієць, О. Орищенко, Т. Рябовол, Г. Свідерська, І. Штих та ін. Вчені розглядають емпатію з різних позицій, зокрема аналізують її структурні компоненти, форми та етапи розвитку, взаємозв'язок із когнітивними установками, етичними почуттями особистості, індивідуально-психологічними особливостями, а також її змістову спрямованість.

Наукові дослідження засвідчують, що об'єктом емпатії може бути не лише інша людина, але й антропоморфізовані об'єкти,

літературні персонажі, сам суб'єкт емпатії, а також представники фауни й флори, навколишній світ у цілому, події минулого або ймовірного майбутнього [3]. Таким чином, емпатія не обмежується лише межами безпосереднього міжособистісного спілкування. Водночас чуйність, на відміну від емпатії, формується та виявляється виключно у процесі комунікативної взаємодії, спрямованій на конкретну живу істоту, й може існувати лише в міжособистісному контексті.

Чуйність розглядається як морально-психологічна та вчинкова категорія, що виявляється у здатності особистості до уважного, тактовного, делікатного й турботливого ставлення до інших [1]. Чуйне ставлення реалізується через прояви привітності, ввічливості та моральної відповідальності, набуваючи характеру морально-творчого процесу.

Поняття «чуйність» відображає здатність людини враховувати інтереси, потреби, спосіб життя, звички та вподобання оточуючих. Вона передбачає доброзичливість до інших, самовимогливість та усвідомлення відповідальності за наслідки власної поведінки [4].

Чуйність є складним морально-психологічним феноменом, розвиток якого зумовлений культурно-історичними та субкультурними чинниками соціалізації. Вона визначається тим, яку цінність та смисл надає цій якості суспільство загалом, а також специфічними субкультурами, до яких належить індивід. Важливу роль у процесі її становлення відіграють соціальні норми та механізми санкціонування або засудження чуйної поведінки, що функціонують у межах домінуючих соціальних систем.

Формування чуйності відбувається протягом усього індивідуального розвитку особистості, у процесі набуття досвіду спілкування та міжособистісної взаємодії [5]. Кожен етап онтогенезу має значення для становлення цієї морально-психологічної риси, проте саме старший шкільний вік є сензитивним періодом для її розвитку. У цей час актуалізується потреба у духовній близькості з іншими, а також формується система моральних переконань, що сприяє усвідомленому засвоєнню й закріпленню чуйності як стійкої особистісної якості.

Формування чуйності у підлітковому віці є складним і багатоаспектним процесом, що зумовлений як віковими психологічними особливостями, так і соціально-культурними чинниками [3]. Чуйність, як інтегративна морально-психологічна якість, розвивається на основі когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів особистості, що взаємодіють у процесі соціалізації.

Однією з ключових особливостей розвитку чуйності у підлітків є посилення рефлексивних здібностей та здатності до прийняття перспективи іншої людини. У цьому віці відбувається активне становлення емоційного інтелекту, зокрема розвиток емпатії як базового компонента чуйності [2]. Розширення когнітивних можливостей підлітка дозволяє йому усвідомлювати морально-етичні норми, оцінювати наслідки власних дій та прогнозувати реакції інших.

Важливим фактором формування чуйності є характер міжособистісних відносин у сім'ї та соціальному середовищі. Емоційно підтримуючі, доброзичливі взаємини сприяють становленню у підлітків здатності до турботливості, тактовності та моральної відповідальності. Натомість деформації сімейних відносин, зокрема нестача емоційного контакту, авторитарний стиль виховання або нехтування потребами дитини, можуть призводити до зниження рівня чуйності, формування байдужості або навіть егоцентричної спрямованості особистості.

Соціально-культурні чинники також відіграють визначальну роль у розвитку чуйності. Норми та цінності суспільства, освітньо-виховне середовище, вплив засобів масової інформації та соціальних мереж визначають стандарти соціальної взаємодії, які підлітки засвоюють у процесі розвитку. У сучасних умовах цифрової комунікації існує ризик зниження рівня безпосередньої емоційної залученості в міжособистісні стосунки, що може уповільнювати розвиток чуйності.

Сензитивним періодом для формування чуйності є старший підлітковий вік, коли активізується потреба у духовній близькості, моральному самовизначенні та усвідомленому прийнятті етичних принципів. У цей період особливо важливим є впровадження у виховний процес спеціально організованих соціально-психологічних тренінгів, морально-етичних дискусій, групових форм діяльності, що сприяють розвитку емпатійної чутливості та відповідальної поведінки.

### **Формулювання цілей статті**

Основною метою дослідження було емпіричне вивчення рівня розвитку чуйності у школярів підліткового віку та визначення психолого-педагогічних чинників, що впливають на цей процес.

### **Виклад основного матеріалу**

Дослідницька робота проводилась на базі ЗЗСО №4 м. Черкаси та Ліцею №11 Івано-Франківської міської ради м. Івано-Франківська. В експерименті брали участь 38 учнів 10 класів та 28 учнів 11 класів.

Результати наукових досліджень свідчать про доцільність оцінки рівня розвитку чуйності через аналіз трьох ключових

компонентів: когнітивного, емоційного та поведінкового. Когнітивний компонент відображає морально-психологічну компетентність особистості, що виражається у сформованості теоретичних знань про сутність чужості, а також у суб'єктивному уявленні людини про себе як про чужу особистість. Емоційний компонент характеризує ставлення індивіда до іншої людини як до суб'єкта, що потребує чужого ставлення. Поведінковий компонент, у свою чергу, проявляється у реальних вчинках та конкретних формах чужого ставлення, що реалізуються у різних життєвих ситуаціях.

У процесі емпіричного дослідження були застосовані методи анкетування, групових бесід з учнями, а також методика М. Рокича «Ціннісні орієнтації», «Шкала прийняття інших» В. Фейя, «Шкала доброзичливості» Д. Кемпбела.

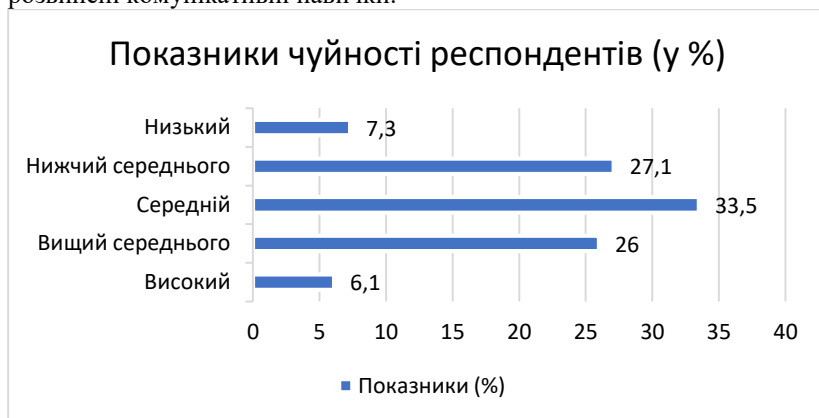
Критеріями оцінки рівня сформованості чужості як інтегральної морально-психологічної якості старших підлітків були визначені наступні показники: здатність до адекватного розуміння невербальної поведінки, рівень розвитку емпатії, сформованість прийняття іншої людини, а також вираженість таких морально-комунікативних характеристик, як доброзичливість, тактовність, ввічливість і турботливість.

Відповідно до зазначених критеріїв були виокремлені п'ять рівнів розвитку чужості: високий, вище середнього, середній, нижче середнього та низький. Диференціація цих рівнів ґрунтується на ступені сформованості, систематичності та цілісності прояву всіх структурних компонентів чужості – когнітивного, емоційного та поведінкового.

На основі результатів емпіричного дослідження когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів чужості було здійснено узагальнений аналіз розвитку цієї інтегральної морально-психологічної якості та проведено розподіл старшокласників за рівнями її сформованості (рис. 1).

Високий і вище середнього рівень чужості притаманний 32,1% опитаних, що вказує на здатність цієї групи учнів до глибокого розуміння емоційного стану інших, активного співпереживання та соціальної чутливості. Такі учні проявляють більш виражену здатність до емпатії, що може виражатися у їхньому прагненні підтримувати оточуючих, реагувати на їхні емоційні переживання та враховувати почуття інших у процесі комунікації. Вони легко визначають емоційний стан співрозмовника за невербальними сигналами (міміка, жести, інтонація), не лише розуміють емоції інших, а й щиро прагнуть допомогти або підтримати. Почасти такі учні частіше беруть участь у волонтерській діяльності, допомагають однокласникам і проявляють

соціальну відповідальність. Завдяки здатності розуміти інших, вони легше встановлюють дружні та довірчі стосунки, демонструють розвинені комунікативні навички.



**Рис. 1.** Співвідношення показників рівнів розвитку чуйності у досліджуваних підлітків

Отже, учні з високим рівнем чуйності характеризуються не лише когнітивним розумінням емоцій, а й готовністю до емоційного включення в ситуацію інших.

Результати емпіричних даних показали, що третина досліджуваних учнів (33,5%) мають середній рівень розвитку чуйності. Учні з таким рівнем можуть виявляти чуйність і співчуття до оточуючих, але не завжди глибоко розуміють чужі переживання або адекватно на них реагують. Вони можуть зрозуміти чужий емоційний стан, але не завжди проявляють активну підтримку або емоційну включеність, бо не знають як це висловити. Учні цієї групи можуть бути чуйними до близьких друзів і знайомих, але менш схильні до співпереживання щодо сторонніх або людей, з якими вони мало взаємодіють, їхнє співчуття часто залежить від особистого настрою та обставин.

Таким чином, середній рівень чуйності свідчить про те, що учні мають певні емоційні й соціальні навички, але вони ще не повністю розвинені. Це може вказувати на потребу в додатковій роботі над розвитком емпатійних якостей через навчальні та виховні практики, які сприятимуть глибшому розумінню емоцій інших і формуванню активного співпереживання.

34,4% респондентів віднесли до низького і нижче середнього рівня розвитку чуйності. Це вказує на факт того, що ця група підлітків

має обмежену здатність до розпізнавання та розуміння емоцій інших людей, демонструє недостатню схильність до співпереживання та менш активну емоційну залученість у міжособистісні взаємодії. Ці підлітки можуть не помічати або не усвідомлювати почуття оточуючих, що ускладнює соціальні контакти; навіть у ситуаціях, що потребують підтримки, вони можуть не виявляти співчуття або робити це формально, без глибокого емоційного залучення; у спілкуванні вони можуть орієнтуватися переважно на власні потреби та переживання, не враховуючи почуття інших. Обмежена чуйність цих підлітків може ускладнювати побудову довірливих і гармонійних відносин у колективі, спричиняти труднощі в комунікації та адаптації.

Не достатній рівень розвитку чуйності може бути зумовлений різними факторами, такими як особливості сімейного виховання, відсутність позитивних рольових моделей, недостатній розвиток емоційного інтелекту або негативний соціальний досвід. Отримані результати вказують на необхідність цілеспрямованої роботи щодо формування емпатійних навичок у підлітків, зокрема через освітні програми, тренінги соціально-емоційного розвитку та інтеграцію практик емоційного виховання в освітній процес.

### **Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі**

Таким чином, результати дослідження показали, що рівень чуйності серед підлітків варіюється від високого до низького. Частина учнів демонструє розвинену здатність до емпатії, що проявляється у глибокому розумінні емоцій інших, активному співпереживанні й ефективній соціальній взаємодії. Інша група має помірний рівень чуйності, що дозволяє їм виявляти співчуття переважно до близьких, але з певними труднощами в розумінні чужих переживань. Водночас серед підлітків є й ті, хто має недостатньо розвинені емпатійні навички, що ускладнює їхню соціальну адаптацію та взаємодію з оточуючими. Отримані результати вказують на потребу в спрямованій роботі з розвитку чуйності як важливої соціально-психологічної якості особистості.

Отримані результати підкреслюють необхідність подальших досліджень, спрямованих на вивчення детермінант розвитку чуйності у підлітковому віці, зокрема впливу сімейного виховання, характеру міжособистісних відносин в освітньому середовищі та ролі педагогічної взаємодії у формуванні чуйності школярів. Актуальною є і розробка та апробація програм розвитку чуйності – впровадження навчальних і



виховних методик, спрямованих на формування емпатійних навичок, розвиток емоційної чутливості, емоційного інтелекту підлітків.

Таким чином, подальші наукові розвідки у цьому напрямі мають важливе значення для розробки ефективних психолого-педагогічних стратегій, спрямованих на гармонійний розвиток особистості підлітків та оптимізацію соціальної взаємодії в освітньому просторі.

### Література

1. Басюк Н.А. Формування моральних почуттів у дітей старшого дошкільного і молодшого шкільного віку : монографія. Житомир : ФОП О.О. Євенок, 2022. 328 с.
2. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи. Монографія. Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.
3. Дмитрієва С., Григоришина М. Психологічні особливості емпатійності підлітків. Актуальні питання розвитку особистості: сучасність, інновації, перспективи : Збірник наукових праць за матеріалами Міжнародної науковопрактичної інтернет-конференції (м. Житомир, 25 квітня 2023 р.) / Ред. колегія: Л. Котлова, С. Дмитрієва, С. Максимець / М-во освіти і науки України, Житомирський державний університет імені Івана Франка, соц.-псих. факультет. Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С. 103-107.
4. Свідерська Г.М. Психологія чуйності: монографія. Тернопіль : ТНПУ, 2013. 305 с.
5. Терещенко О.П. Виховання чуйності у старших дошкільників як психолого-педагогічна проблема. *Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал* : матеріали звіт. наук.-практ. конф. Ін-ту проблем виховання НАПН України за 2013 рік / Ред. Колегія : О.В. Сухомлинська, І.Д. Бех, Г.П. Пустовіт, О.В. Мельник. Івано-Франківськ : НАІР, 2014. Вип. 4. С. 138-140.
6. Фалько Н.М., Остополець І.Ю., Шарапова Ю.В. Толерантність до невизначеності в контексті життєстійкості особистості. *Габітус*. № 59, 2024. С. 57-61.

### References

1. Basiuk N.A. Formuvannya moralnykh pochuttiv u ditei starshoho doshkilnoho i molodshoho shkilnoho viku : monohrafiia. Zhytomyr : FOP O.O. Yevenok, 2022. 328 s.
2. Bulakh I.S. Psykholohiia osobystisnoho zrostannia pidlitkiv: realii ta perspektyvy. Monohrafiia. Vinnytsia, TOV «Nilan-LTD», 2016. 340 s.

3. Dmytriieva S., Hryhoryshyna M. Psykholohichni osoblyvosti empatiinosti pidlitkiv. Aktualni pytannia rozvytku osobystosti: suchasnist, innovatsii, perspektyvy: Zbirnyk naukovykh prats za materialamy Mizhnarodnoi naukovoopraktychnoi internet-konferentsii (m. Zhytomyr, 25 kvitnia 2023 r.) / Red. kolehiia: L.Kotlova, S.Dmytriieva, S.Maksymets / M-vo osvity i nauky Ukrainy, Zhytomyrskiy derzhavnyi universytet imeni Ivana Franka, sots.-psykh. fakultet. Zhytomyr, Vyd-vo ZhDU imeni Ivana Franka, 2023. S. 103-107.
4. Sviderska H. M. Psykholohiia chuinosti: monohrafiia. Ternopil: TNPU, 2013. 305 s.
5. Tereshchenko O.P. Vychovannia chuinosti u starshykh doshkilnykiv yak psykholoho-pedahohichna problema. Suchasnyi vykhovnyi protses: sutnist ta innovatsiinyi potentsial : materialy zvit. nauk.-prakt. konf. In-tu problem vykhovannia NAPN Ukrainy za 2013 rik / Red. kolehiia: O. V. Sukhomlynska, I. D. Bekh, H. P. Pustovit, O. V. Melnyk. Ivano-Frankivsk : NAIR, 2014. Vyp. 4. S. 138-140.
6. Falko N.M., Ostopolets I.Iu., Sharapova Yu.V. Tolerantnist do nevyznachenosti v konteksti zhyttiistiikosti osobystosti. *Habitus*. № 59, 2024. S. 57-61.