

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра _____ общей и консультативной психологии

**«Гендерные различия во взаимосвязи эмпатии и компонентов
эмоционального интеллекта»**

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРА**

студентки _____ 5 _____ курса _____ 510 _____ группы

направление _____ 37.03.01 _____

_____ факультета психологии

_____ Калининой Евгении Алексеевны

Научный руководитель

Доцент

_____ должность, уч. степень, звание

_____ подпись

А.А. Карелин

_____ инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

Д. психол. н., доцент

_____ уч. степень, звание

_____ подпись

С.В. Фролова

_____ инициалы, фамилия

Саратов 2026

Введение

Выбранная для исследования тема является актуальной в современном обществе, потому как всё в большей степени строится не только на интеллектуальных ресурсах человека, но и на его способности понимать эмоциональные состояния других людей, выстраивать эффективное взаимодействие и сохранять психологическую устойчивость в условиях высокой социальной динамики. В этой связи особую значимость приобретают такие психологические феномены, как эмпатия и эмоциональный интеллект, которые рассматриваются как важнейшие условия успешной коммуникации, межличностного понимания и социальной адаптации личности.

В условиях цифровизации, ускоренного темпа жизни и роста эмоциональной нагрузки человеку всё чаще приходится сталкиваться с ситуациями неопределённости, конфликтов и дефицита «живого» общения. Несмотря на расширение коммуникационных возможностей, наблюдается снижение глубины эмоционального контакта между людьми, рост социальной отчуждённости и эмоционального выгорания. На этом фоне способность распознавать эмоции, понимать переживания другого человека и регулировать собственные эмоциональные реакции становится не просто желательным качеством, а необходимым условием эффективного существования в современном обществе.

Эмпатия как способность к эмоциональному отклику и пониманию внутреннего состояния другого человека лежит в основе доверительных межличностных отношений, профессиональной эффективности в помогающих сферах и формирования социально зрелой личности. В свою очередь эмоциональный интеллект обеспечивает осознание, интерпретацию и управление эмоциями, позволяя человеку конструктивно взаимодействовать с окружающими и адаптироваться к различным социальным ситуациям. Исследование взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта представляет особый интерес, поскольку данные феномены тесно

переплетаются и взаимно дополняют друг друга в структуре эмоциональной сферы личности.

Особую актуальность данная тема приобретает в контексте гендерных различий. На протяжении длительного времени в обществе существуют устойчивые гендерные стереотипы, определяющие «допустимые» формы эмоционального поведения мужчин и женщин. Женщинам традиционно приписываются эмоциональность, чувствительность и способность к сопереживанию, тогда как от мужчин ожидаются сдержанность, рациональность и контроль над эмоциями. Подобные социальные установки оказывают влияние на процесс эмоционального развития личности, особенности выражения чувств и способы эмоционального взаимодействия с окружающими.

Проблема гендерных различий во взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта особенно значимой как для теоретической психологии, так и для практической деятельности специалистов в сфере образования, управления персоналом, семейного консультирования и психологической помощи.

При этом современные социальные изменения постепенно трансформируют традиционные гендерные роли, что приводит к переосмыслению эмоциональных характеристик мужчин и женщин. Всё чаще возникает необходимость изучения не только биологических предпосылок различий, но и влияния социальных ожиданий, воспитания и культурных норм на развитие эмпатии и эмоционального интеллекта. Это делает проблему гендерных различий во взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта особенно значимой как для теоретической психологии, так и для практической деятельности специалистов в сфере образования, управления персоналом, семейного консультирования и психологической помощи.

Таким образом, **актуальность исследования** обусловлена возрастающей ролью эмоциональной компетентности в современном обществе, недостаточной изученностью особенностей взаимосвязи эмпатии и эмоционального интеллекта с учётом гендерного фактора, а также необходимостью более глубокого понимания влияния гендерных стереотипов на развитие эмоциональной сферы личности.

Цель исследования – выявить и описать гендерные различия во взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта у людей в возрасте от 20 до 35 лет.

Объект исследования – гендерные различия во взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта у людей в возрасте от 20 до 35 лет.

Предмет исследования – характер и сила взаимосвязи эмпатии с межличностными и внутриличностными компонентами эмоционального интеллекта у мужчин и женщин в возрасте 20–35 лет.

Основная гипотеза исследования

Существуют значимые гендерные различия во взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта у молодых людей в возрасте от 20 до 35 лет.

У женщин эмпатия связана с межличностными компонентами эмоционального интеллекта сильнее, чем у мужчин.

У мужчин эмпатия связана с внутриличностными компонентами эмоционального интеллекта сильнее, чем у женщин.

Задачи исследования

1. Проанализировать теоретические подходы к проблеме эмпатии и эмоционального интеллекта.
2. Рассмотреть особенности проявления эмпатии у мужчин и женщин в возрасте от 20 до 35 лет.
3. Охарактеризовать уровень развития компонентов эмоционального интеллекта в исследуемых группах.
4. Выявить гендерные различия в уровне эмпатии и эмоционального интеллекта.
5. Выявить и сравнить характер взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта у мужчин и женщин.
6. Провести статистический анализ полученных данных, подтвердить или опровергнуть выдвинутые гипотезы.

Методы исследования

В исследовании использовались:

1. Теоретический анализ научной литературы;
2. Психодиагностические методы: опросник эмпатии В.В. Бойко, опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина;
3. Методы математико-статистической обработки данных: критерий U Манна–Уитни, коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Практическая значимость

Результаты исследования могут быть использованы в психологическом консультировании, образовательной практике, а также в разработке программ развития эмоциональной компетентности и коммуникативных навыков с учетом гендерных особенностей, в тренингах личностного роста.

Эмпирическая база исследования. Выборка исследования

В исследовании приняли участие 40 человек (20 мужчин и 20 женщин) в возрасте от 20 до 35 лет. Все респонденты являются посетителями психологического центра (центра психотерапии, где ведут прием психологи, клинические психологи, а также врачи-психиатры и другие специалисты). Участие в исследовании носило добровольный и анонимный характер.

Теоретико-методологическую основу исследования составили современные отечественные и зарубежные концепции эмоционального интеллекта, эмпатии и гендерной психологии. В основу работы положены теория множественного интеллекта Г. Гарднера, модель эмоционального интеллекта П. Сэловея и Дж. Майера, а также смешанная модель эмоционального интеллекта Д. Гоулмана. При рассмотрении феномена эмпатии и межличностного понимания использовались научные положения А.А. Бодалева, В.В. Бойко, Д.В. Люсина и Е.П. Ильина. Теоретические подходы данных авторов позволили раскрыть особенности взаимосвязи эмпатии и эмоционального интеллекта, а также выявить их гендерную специфику.

Структура работы

Выпускная квалификационная работа состоит из:

1. Введения, где были описаны актуальность выбранной темы, объект, предмет, цель, гипотеза, задачи исследования, методы исследования, выборка, практическая значимость работы;

2. Теоретической главы (Глава 1.), в которой были рассмотрены теоретические аспекты изучения эмпатии и эмоционального интеллекта в контексте гендерных различий (понятие и структура эмпатии, виды эмпатии, механизмы эмпатии, модели эмоционального интеллекта, компоненты эмоционального интеллекта, гендерные различия в проявлении эмпатии и эмоционального интеллекта и т.д.);
3. Эмпирической главы (Глава 2.), где описывалось эмпирическое исследование гендерных различий во взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта (характеристика выборки исследования, обоснование выбора психодиагностических методик, процедура сбора эмпирических данных, анализ и интерпретация результатов, методы статистической обработки данных и т.д.);
4. Заключение;
5. Списка используемой литературы;
6. Приложений.

Для исследования гендерных различий во взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта были выбраны методики, позволяющие комплексно оценить особенности эмоциональной сферы личности, уровень развития эмпатических способностей и эмоционального интеллекта.

Выбор диагностического инструментария осуществлялся с учётом целей и задач исследования, а также необходимости получения надёжных и информативных данных, позволяющих провести сравнительный анализ показателей у мужчин и женщин.

Для диагностики уровня эмпатии в исследовании использовалась методика диагностики уровня эмпатических способностей Виктора Васильевича Бойко (Опросник эмпатии В.В. Бойко).

Эмпатия является одним из ключевых понятий современной психологии, отражающим способность человека понимать эмоциональное состояние

другого человека, сопереживать ему и эмоционально откликаться на его переживания. Данный феномен играет важную роль в процессе межличностного взаимодействия, обеспечивая взаимопонимание, эмоциональную поддержку и формирование доверительных отношений между людьми.

Термин «эмпатия» происходит от греческого слова *empathia*, что означает «сопереживание», «вчувствование». В научный оборот понятие было введено в начале XX века для обозначения способности человека эмоционально проникать во внутренний мир другого. В дальнейшем эмпатия стала рассматриваться как сложное многокомпонентное психологическое образование, включающее как эмоциональные, так и когнитивные процессы.

В отечественной и зарубежной психологии существует множество подходов к определению эмпатии. Так, Карл Роджерс определял эмпатию как способность воспринимать внутренний мир другого человека так, словно он является собственным, но без утраты ощущения «как будто». По мнению исследователя, эмпатическое понимание является важнейшим условием эффективного межличностного общения и психологической помощи.

С точки зрения Мартина Хоффмана, эмпатия представляет собой эмоциональную реакцию, возникающую на переживания другого человека и соответствующую его эмоциональному состоянию. Учёный подчёркивал роль эмпатии в развитии морального сознания и просоциального поведения личности.

В современной психологии эмпатия чаще всего рассматривается как совокупность нескольких компонентов:

1. Эмоционального — способности к сопереживанию и эмоциональному отклику;
2. Когнитивного — способности понимать чувства, намерения и состояние другого человека;

3. Поведенческого — готовности проявлять участие, поддержку и помощь.

Для диагностики эмоционального интеллекта был выбран опросник «ЭмИн», разработанный Дмитрием Витальевичем Люсиным (Тест эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина).

В последние десятилетия проблема эмоционального интеллекта занимает одно из ведущих мест в психологической науке. Это связано с изменением представлений о факторах успешности личности: наряду с высоким уровнем когнитивных способностей всё большее значение приобретают умение понимать собственные эмоции, управлять ими и эффективно взаимодействовать с окружающими людьми.

Понятие «эмоциональный интеллект» возникло на стыке исследований интеллекта, эмоций и межличностного взаимодействия. В наиболее общем виде эмоциональный интеллект понимается как способность человека распознавать эмоциональные состояния — собственные и чужие, осознавать их значение, регулировать эмоциональные реакции и использовать эмоции для достижения целей и построения эффективного общения.

Интерес к изучению эмоционального интеллекта обусловлен тем, что данный феномен оказывает влияние практически на все сферы жизнедеятельности человека: профессиональную успешность, качество межличностных отношений, стрессоустойчивость, уровень психологического благополучия и социальную адаптацию.

В современной психологии существует несколько подходов к пониманию структуры и содержания эмоционального интеллекта. Наиболее значимыми являются модели Говарда Гарднера, Дэниела Гоулмана, Питера Сэловея, Джона Майера и Дмитрия Витальевича Люсина.

Исследования в области эмпатии подтверждают наличие определённых гендерных различий в её проявлении. Так, работы Мартина Хоффмана показали, что женщины чаще демонстрируют эмоциональную отзывчивость,

склонность к сопереживанию и более выраженную эмпатическую заботу по сравнению с мужчинами. По мнению исследователя, подобные различия начинают проявляться уже в детском возрасте и усиливаются в процессе социализации.

Сходные результаты были получены в исследованиях Нэнси Айзенберг, посвящённых развитию просоциального поведения. Учёная отмечала, что девочки чаще ориентированы на эмоциональную поддержку и межличностное взаимодействие, тогда как мальчики в большей степени склонны к сдерживанию эмоциональных проявлений.

Исследования эмоционального интеллекта также демонстрируют наличие гендерных особенностей. Согласно работам Дэниела Гоулмана, женщины чаще превосходят мужчин по показателям эмпатии, эмоциональной осведомлённости и навыков межличностного общения. Мужчины, в свою очередь, могут демонстрировать более высокий уровень эмоционального самоконтроля и уверенности в стрессовых ситуациях.

В отечественной психологии проблема гендерных различий эмоционального интеллекта рассматривалась в исследованиях Дмитрия Витальевича Люсина. Полученные результаты свидетельствуют о том, что женщины обычно имеют более высокий уровень межличностного эмоционального интеллекта, то есть лучше распознают и понимают эмоции других людей, тогда как мужчины чаще демонстрируют более развитый внутриличностный компонент, связанный с контролем собственных эмоциональных состояний.

Вместе с тем современные исследования подчёркивают, что различия между мужчинами и женщинами не являются абсолютными. Значительное влияние оказывают индивидуальные особенности личности, уровень эмоциональной культуры, профессиональная деятельность и социальная среда.

Сбор эмпирических данных для исследования проводился на базе психологического центра среди мужчин и женщин в возрасте от 20 до 35 лет, являющихся посетителями данного учреждения. Исследование осуществлялось в индивидуальной форме в комфортных и привычных для респондентов условиях, что способствовало снижению уровня ситуативного напряжения и обеспечивало более достоверные результаты диагностики.

На первом этапе участникам исследования предоставлялась информация о целях и общем содержании исследования. Респондентам объяснялось, что исследование посвящено изучению особенностей эмоциональной сферы личности, а именно взаимосвязи эмпатии и эмоционального интеллекта. Особое внимание уделялось соблюдению принципов добровольности участия, конфиденциальности и анонимности полученных данных. Участники были проинформированы о том, что результаты будут использоваться исключительно в научных целях в обобщённом виде без указания персональных данных.

После получения согласия на участие испытуемым предлагалось заполнить диагностический пакет методик. Исследование проводилось преимущественно в отдельном кабинете психологического центра в спокойной обстановке, исключающей посторонние отвлекающие факторы. В ряде случаев диагностика осуществлялась в промежутках между консультациями или после завершения психологической встречи, при условии готовности респондента к участию.

Общая продолжительность обследования составляла в среднем от 30 до 50 минут в зависимости от индивидуального темпа работы участников и особенностей восприятия инструкций.

Для диагностики уровня эмпатии использовалась методика диагностики эмпатических способностей В.В. Бойко. Перед началом выполнения испытуемым предоставлялась стандартная инструкция, разъясняющая

порядок ответов на утверждения опросника. Участникам предлагалось внимательно ознакомиться с каждым утверждением и отметить степень согласия или несогласия в соответствии со своими привычными способами поведения, эмоционального реагирования и особенностями взаимодействия с окружающими людьми. Особо подчёркивалось отсутствие «правильных» или «неправильных» ответов, что позволяло минимизировать влияние социальной желательности.

После завершения методики Бойко респондентам предлагалось пройти тест эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина. Испытуемые получали инструкцию, согласно которой необходимо было оценить степень согласия с представленными утверждениями, отражающими особенности понимания и регуляции эмоций — как собственных, так и эмоций других людей. В процессе выполнения методики участники могли при необходимости уточнить организационные вопросы, не связанные с содержательной интерпретацией утверждений.

В ходе исследования поддерживалась нейтральная и доброжелательная атмосфера взаимодействия, избегались оценочные комментарии и влияние на ответы участников. Это было особенно важно с учётом специфики исследуемой темы, связанной с эмоциональными переживаниями и личностными особенностями респондентов.

После завершения диагностики проводилась первичная проверка полноты заполнения бланков. Далее результаты методик подвергались количественной и качественной обработке в соответствии с ключами и интерпретационными схемами, предложенными авторами методик.

Полученные данные использовались для последующего сравнительного анализа показателей эмпатии и эмоционального интеллекта у мужчин и женщин, а также для выявления особенностей взаимосвязи между исследуемыми психологическими характеристиками.

Для статистической обработки полученных данных использовались U-критерий Манна–Уитни (для выявления различий между группами мужчин и женщин, гендерные различия) и коэффициент ранговой корреляции Спирмена (для анализа взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта).

Обработка данных выполнялась на основе ранговых значений, что обусловлено порядковым характером шкал и небольшим объемом выборки.

Выбор непараметрических методов обусловлен тем, что данные имеют порядковую природу и не требуют предположения о нормальном распределении.

Обработка результатов осуществлялась с использованием стандартных статистических процедур.

На основании проведенного теоретического и эмпирического исследования можно сделать **выводы**:

1. Гипотеза, что существуют значимые гендерные различия во взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта у молодых людей в возрасте от 20 до 35 лет подтвердилась.
2. Выявлены значимые гендерные различия в уровне эмпатии и эмоционального интеллекта.
3. У женщин выше выражены эмпатия и межличностный эмоциональный интеллект.
4. У мужчин относительно выше показатели внутриличностного эмоционального интеллекта.
5. Обнаружены различия в структуре взаимосвязей эмпатии и эмоционального интеллекта у мужчин и женщин.

6. Эмпатия у женщин сильнее связана с межличностными аспектами эмоционального интеллекта, у мужчин — с внутриличностными.

В рамках данного исследования была изучена проблема гендерных различий во взаимосвязи эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта у лиц в возрасте от 20 до 35 лет. Актуальность темы обусловлена возрастающей значимостью эмоциональной компетентности личности в современном обществе, а также влиянием гендерных стереотипов на формирование эмоциональной сферы и особенности межличностного взаимодействия.

Теоретический анализ показал, что эмпатия и эмоциональный интеллект являются тесно взаимосвязанными психологическими феноменами, обеспечивающими эффективное социальное функционирование личности. Эмпатия выступает как способность к пониманию и сопереживанию эмоциональным состояниям других людей, тогда как эмоциональный интеллект включает процессы осознания, понимания и регуляции как собственных, так и чужих эмоций.

В результате статистической обработки данных были получены следующие основные результаты:

1. Выявлены статистически значимые гендерные различия в уровне эмпатии и эмоционального интеллекта.
2. У женщин показатели эмпатии и межличностного эмоционального интеллекта оказались выше, чем у мужчин.
3. У мужчин относительно более выражены показатели внутриличностного эмоционального интеллекта, связанные с саморегуляцией и управлением собственными эмоциями.
4. Обнаружены различия в характере взаимосвязей между эмпатией и компонентами эмоционального интеллекта у мужчин и женщин.

Корреляционный анализ показал, что у женщин эмпатия в большей степени связана с межличностными компонентами эмоционального интеллекта, включая понимание эмоций других людей и социальные навыки. У мужчин выявлена более выраженная связь эмпатии с внутриличностными компонентами эмоционального интеллекта, что отражает ориентацию на эмоциональную саморегуляцию и контроль собственных состояний. Полученные результаты в целом подтверждают выдвинутую гипотезу исследования о существовании гендерных различий в структуре взаимосвязи эмпатии и эмоционального интеллекта.

Таким образом, эмоциональная сфера личности имеет выраженные гендерные особенности, которые проявляются не только в уровне развития эмпатии и эмоционального интеллекта, но и в специфике их взаимосвязи. Данные различия во многом обусловлены сочетанием биологических предпосылок и социокультурных факторов, включая гендерные стереотипы и особенности социализации.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования полученных результатов в психологическом консультировании, образовательной практике и программах развития эмоциональной компетентности, с учётом гендерных особенностей клиентов. Перспективы дальнейших исследований связаны с расширением выборки, включением дополнительных возрастных групп и более детальным изучением влияния отдельных компонентов эмоционального интеллекта на различные формы эмпатии.