

УДК 159.9

КОНСТРУКТИВНЫЕ И ДЕСТРУКТИВНЫЕ АСПЕКТЫ ЭМПАТИИ КАК СЛЕДСТВИЕ ЕЕ МНОГОМЕРНОЙ ПРИРОДЫ

© 2024 г. М. А. Холодная^{1,*}, Е. В. Соловьева^{2,**}

¹ФГБУН Институт психологии РАН;

129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13, корп. 1, Россия.

²ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова»;

150000, г. Ярославль, ул. Республиканская, д. 108/1, Россия.

*Доктор психологических наук, профессор, главный научный сотрудник лаборатории психологии способностей и ментальных ресурсов им. В.Н. Дружинина.

E-mail: kholod1949@yandex.ru

**Ассистент кафедры педагогики и педагогической психологии.

E-mail: solovyeva.ev205@gmail.com

Поступила 08.08.2023

Аннотация. Задача исследования — рассмотреть возможные причины психологической неоднородности эмпатии (ее конструктивных и деструктивных проявлений). Проанализирована специфика функций разных компонентов и разных уровней эмпатии по отношению к свойствам психической деятельности. Описаны конструктивные и деструктивные проявления эмпатии, которые выражены как на полюсе высокой эмпатии, так и на полюсе низкой эмпатии. Обосновано существование эффекта расщепления и высоких, и низких показателей эмпатии с выделением ее продуктивных и непродуктивных составляющих. В качестве критерия расщепления полюсов эмпатии выступает мера сформированности (и мера взаимодействия) концептуальных и метакогнитивных способностей. Таким образом, многомерную природу эмпатии характеризуют три взаимосвязанных аспекта: во-первых, сложность состава с учетом специфики функций разных компонентов, во-вторых, разноуровневость (наличие низших и высших уровней эмоционального реагирования) и, в-третьих, эффект расщепления высокой и низкой эмпатии.

Ключевые слова: эмпатия, многомерность, конструктивные и деструктивные формы эмпатии, “эффект расщепления”, концептуальные способности, метакогнитивные способности.

DOI: 10.31857/S0205959224010038

Если вы хотите быть хорошим человеком и творить добро, эмпатия — плохой помощник.

Пол Блум

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ: ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ НЕОДНОРОДНОСТЬ ЭМПАТИИ

Результаты ряда исследований свидетельствуют о том, что эмпатия тормозит проявления агрессии, способствуя тем самым успешным и конструктивным межличностным отношениям [3; 14; 25; 27; 47; 48; 51]. Эмпатия рассматривается как составная часть высших нравственных ценностей, наряду с такими высшими нравственными свойствами, как добродетельность, свобода воли, любовь

к человеку и рефлексивность [24], как духовно-нравственное качество в структуре духовной личности [15]. Эмпатия трактуется в качестве одного из профессионально важных качеств для профессий социономического типа [26]. Положительная оценка роли эмпатии выражается и в техниках психологической помощи, ориентированных на стимулирование эмпатических переживаний клиента.

Тем не менее в эмпирических исследованиях эмпатии имеют место результаты, не только не согласованные между собой, но и с очевидностью противоречащие друг другу. Нарастание критических противоречий — это всегда сигнал к тому, что пора проанализировать имеющиеся эмпирические данные и, возможно, изменить традиционное представление об эмпатии. Всегда ли высокая эмпатия это хорошо, а низкая эмпатия это всегда плохо?

Ясность в определении эмпатии как психического феномена отсутствует [40]. Анализ литературы, опубликованной за период 1980–2019 гг., показал, что большинство работ об эмпатии начинается с утверждения, что нет единого мнения о том, как следует определять эмпатию [39].

Не менее дискуссионный вопрос — это структура эмпатии. В большинстве исследований эмпатия рассматривается с учетом выделения в ее составе двух компонентов, таких как когнитивная эмпатия (понимание эмоциональных состояний другого человека) и аффективная эмпатия (переживание эмоций, воспроизводящих эмоции другого человека). Подчеркнем, что в зарубежных исследованиях наличие в эмпатии некоторого множества компонентов трактуется как ее многомерность (*multidimensional approach*). В частности, анализ публикаций с 2001 по 2013 г. показал, что 52% авторов писали об эмпатии как многокомпонентном явлении, а уже в 2017 г. многокомпонентность эмпатии отмечали 76% авторов [29].

Справедливости ради следует отметить, что представление о четырех компонентах эмпатии было введено несколько десятилетий назад М. Дэвисом [31], который не только обосновал выделение когнитивных и аффективных компонентов, но и разработал используемый до сих пор опросник на оценку меры их выраженности (*Interpersonal Reactivity Index, IRI*). В частности, им были выделены два компонента когнитивной эмпатии — Смена перспективы и Фантазия и два компонента аффективной эмпатии — Эмпатическая забота и Личный дистресс (в соответствии с названиями шкал). Позже этот опросник был адаптирован на русскоязычной выборке с выделением четырех аналогичных шкал: Децентрация, Сопереживание (Фантазия), Эмпатическая забота, Личный дистресс [4; 8].

Согласно Ж. Десети и Ф. Коуэллу, эмпатия включает три относительно независимых компонента: когнитивный (отвечает за понимание чужих состояний и за способность поставить себя на место другого), эмоциональный (способность разделять эмоции другого или эмоционально реагировать на них в тех же валентности, тоне и интенсивности) и мотивационный (побуждает к заботе о благосостоянии другого и проявляется в эмпатической заботе, беспокойстве о другом) [33; 34]. Подчеркивается, что “...ни один из этих аспектов по отдельности не может объяснить потенциал человеческой эмпатии. Все три компонента взаимосвязаны и должны взаимодействовать друг с другом, чтобы вызвать субъективный опыт сопереживания” [33, р. 75].

Э. Коплан выделяет три компонента эмпатии: “аффективное совмещение” — переживание эмоциональных состояний, совпадающих с состоянием другого человека; “понимание чужой точки зрения” — моделирование переживаний другого человека в рамках его позиции; “дифференциация Я—Другой” [31].

В последнее время был разработан опросник когнитивной и аффективной эмпатии (*Questionnaire of Cognitive and Affective Empathy, QCAE*; R.L. Reniers et al.), который был адаптирован применительно к русскоязычной выборке [1]. Когнитивная эмпатия включает две субшкалы (Децентрация и Подстройка); аффективная эмпатия — три субшкалы (Эмоциональная заразительность, Проксимальная чувствительность, Периферическая чувствительность).

Дальнейшие исследования показали, что психологическая неоднородность эмпатии проявляется не только в наличии разных компонентов в составе эмпатического переживания, но и в существовании разных уровней эмпатии.

Так, А. Голдман выделяет две формы эмпатии (два пути к эмпатии): “отражающую” (*mirroring*) — эмоциональная идентификация с объектом эмпатии (вымышленным персонажем либо реальным человеком) в виде “интерперсонального изоморфизма” и “реконструктивную” (*reconstructive*) — представление точки зрения другого в виде “чтения мыслей” [36].

Аналогичный подход предлагает В.В. Нуркова, различая “эмпатию—отождествление” и “эмпатию—моделирование” [13]. Эмпатия—отождествление — это эмоциональное заражение (паника, героический порыв и т.п.), тогда как эмпатия—моделирование — это мыслительный акт, создающий модели содержания сознания другого. “Эмпатия—моделирование” является производной от диалогической природы мышления способностью к созданию и удержанию в сознании динамичной репрезентации психического состояния другого человека при сохранении аутентичности осознания своего психического состояния [13, с. 12].

Фактически речь идет о разных уровнях организации эмпатии: в первом случае это низкоуровневая (автоматическая) способность, во втором — высокоуровневая (произвольная) способность. Можно допустить, что эмпатия может регрессировать на более низкий уровень развития (например, в условиях стресса или социального давления) либо, напротив, переходить с низшего уровня эмпатического переживания на высший (например, под влиянием интеллектуальной саморегуляции

либо за счет интеграции с нравственными качествами).

Подобного рода “дробление” эмпатии означает признание того факта, что эмпатия — это многомерный психический феномен, организация которого характеризуется многокомпонентностью и многоуровневостью. Именно это обстоятельство является, на наш взгляд, исходным основанием для объяснения противоречивой роли эмпатии.

Задача исследования — проанализировать возможные причины противоположного (фасилитационного либо ингибирующего) влияния эмпатии на особенности психической деятельности.

Гипотезы исследования: 1) как высокий, так и низкий уровень эмпатии может обуславливать как конструктивные, так и деструктивные изменения в организации психической деятельности — в виде эффекта расщепления полюсов высоких и низких показателей эмпатии; 2) выраженность эффекта расщепления полюсов эмпатии определяется мерой сформированности концептуальных способностей, отвечающих за построение ментальной модели эмоционального состояния другого человека, и метакогнитивных способностей, обеспечивающих произвольный и произвольный контроль собственных эмоциональных состояний.

СПЕЦИФИКА ФУНКЦИЙ РАЗНЫХ КОМПОНЕНТОВ И РАЗНЫХ УРОВНЕЙ ЭМПАТИИ

Существуют многочисленные доказательства различий когнитивной и аффективной эмпатии.

При изучении связей показателей шкал Эмпатическая забота и Децентрация с эскалацией конфликта с родителями в подростковой выборке оказалось, что эти аспекты эмпатии проявляются по-разному, в том числе в рамках лонгитюда: снижение конфликтности семейных отношений в большей мере было связано со способностью понимать позицию другого человека, нежели с эмпатической заботой. Таким образом, именно децентрация является предпосылкой конструктивного поведения в конфликтной ситуации [54].

При изучении связей разных компонентов эмпатии (в терминах опросника “Когнитивная и аффективная эмпатия”, апробация А.И. Белоусовой, М.Я. Гейвандовой) с показателями шкалы интеллектуальной оценки риска, корреляционный анализ показал наличие высоко значимых связей ($p < 0.001$): Эмоциональная заразительность положительно связана с неприятием неопределенности

и эмоциональной ранимостью и отрицательно — с самооффективностью в решении проблем, тогда как Децентрация отрицательно связана с неприятием неопределенности и положительно — с самооффективностью [11].

Дополнительным аргументом в пользу предположения о том, что за разными компонентами эмпатии стоят разные механизмы, является факт разнонаправленных связей аффективной и когнитивной эмпатии с тревогой: при росте когнитивной эмпатии наблюдается уменьшение социальной тревожности, тогда как при росте аффективной эмпатии — ее увеличение [50].

Таким образом, аффективная и когнитивная эмпатия, несмотря на их взаимодействие, — это разные психические состояния, выполняющие разные функции по отношению к организации психической деятельности.

Исследования показывают, что, в свою очередь, и аффективная эмпатия также неоднородна. В свое время при изучении связей четырех компонентов эмпатии с различными личностными свойствами выяснилось, что, согласно корреляционному анализу, сильные связи (r в пределах от 0.34 до 0.59; $p \leq 0.05$) обнаружались только со шкалой эмпатического дистресса: чем выше показатели этого компонента эмпатии, тем выше такие личностные черты, как застенчивость, социальная тревога, чувство страха (боязливость), и тем ниже самооценка. То есть люди, склонные к эмпатическому дистрессу (переживанию боли другого), — это те, кто характеризуется боязливостью, неуверенностью и уязвимостью [32].

При сравнении “эмпатической заботы” (помощи другому на основе сострадания) и эмпатии в узком значении (сопереживания, идентичного эмоциональному переживанию другого человека) было выявлено их различие. В частности, в трех разных выборках получена одна и та же факторная структура, согласно которой Личный дистресс и Поведенческое заражение вошли в один фактор, тогда как Эмпатическая забота и Смена перспективы (Децентрация) — в другой фактор (Фантазия как аспект когнитивной эмпатии вошла в оба фактора) [45]. Более того, при изучении альтруизма, измеряемого в терминах количества денежного пожертвования на страдающих детей из развивающихся стран, выяснилось, что, согласно регрессионному анализу, высокие показатели эмпатической заботы связаны с большей величиной пожертвования ($b = 0.183$; CI (0.113, 0.253); $p < 0.001$) и, напротив, высокие показатели эмпатического дистресса — с меньшей величиной пожертвования ($b = 0.111$; CI (0.190, 0.032); $p < 0.006$) ($R^2 = 0.13$) [45]. Таким

образом, эмпатическая забота о других является положительным предиктором просоциальных действий, тогда как эмпатия в узком смысле — их отрицательным предиктором.

Наконец разные компоненты аффективной эмпатии разнонаправленно сопряжены с расстройствами личности: симптоматика и тяжесть личностных расстройств связаны с низкой эмпатической заботой и высоким личным дистрессом [41].

Таким образом, эмпатия является психологически неоднородным (многомерным) явлением. Во-первых, в состав эмпатического сопереживания входит некоторое множество разных компонентов, которые различаются по своим функциям по отношению к разным видам психической деятельности. Во-вторых, эмпатическое сопереживание может реализовываться на двух разных уровнях: низкоуровневая форма эмпатии предполагает активацию эмоций, изоморфных эмоциям другого человека на основе эмоционального заражения и эмоциональной идентификации, высокоуровневая форма эмпатия — конструирование ментальной модели эмоционального состояния другого человека на основе включения регуляторных процессов. Однако, на наш взгляд, существует еще один важный аспект многомерности эмпатии, связанный с множественностью ее проявлений (конструктивных и деструктивных) на полюсах высокой и низкой эмпатии.

КОНСТРУКТИВНЫЕ И ДЕСТРУКТИВНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМПАТИИ

Аргументы в пользу представления о психологической неоднородности эмпатии и, соответственно, радикально разных ее проявлениях можно найти в исследованиях, посвященных изучению связей показателей эмпатии с другими психологическими свойствами человека.

В первую очередь необходимо рассмотреть связь эмпатии с агрессией. Принято считать, что люди с высоким уровнем эмпатии демонстрируют желательное социальное поведение и альтруизм, тогда как люди с низким уровнем эмпатии склонны к агрессивному поведению. Однако связь низкой эмпатии с агрессией далеко не очевидна.

Д. Вашон с соавторами проанализировали результаты исследований связей между эмпатией и агрессией на выборках взрослых людей (рядовых граждан, студентов и преступников). Метаанализ исследований ($n = 16\,773$) показал, что связь между эмпатией и агрессией была на удивление слабой ($r = -0.11$), в том числе для конкретных видов

агрессии — вербальной агрессии ($r = -0.20$), физической агрессии ($r = -0.12$) и сексуальной агрессии ($r = -0.09$) (хотя все связи значимы на уровне $p < 0.01$). Авторы сообщают, что только около 1% вариаций агрессии объясняется отсутствием эмпатии [53].

При изучении феномена школьного издевательства оказалось, что между подростками-жертвами и подростками-обидчиками отсутствовали различия по показателям и аффективной, и когнитивной эмпатии [52]. То есть подростки (средний возраст 14 лет), в явном виде проявлявшие агрессию по отношению к одноклассникам, не отличались от последних более низким уровнем эмпатии.

Факты, напротив, свидетельствуют, что высокая эмпатия может мотивировать жестокость и агрессию. Дело в том, что сопереживание другому может оказаться предвзятым, зависимым от субъективной позиции эмпата. Типичным примером является “эффект идентифицируемой жертвы” (*identifiable victim effect*) — это разновидность когнитивного искажения, суть которого в том, что имеет место тенденция оказывать более щедрую помощь отдельному индивиду (жертве), чьи затруднительные жизненные обстоятельства можно наблюдать напрямую, нежели неопределенной группе лиц с аналогичными проблемами. Иными словами, процесс идентификации того (тех), кто вызывает эмпатию, является узконаправленным и подверженным влиянию социальных установок [28]. Подобного рода избирательность эмпатии может привести к тому, что именно лица с повышенной эмпатией будут склонны к жестокому поведению по отношению к “нереферентным” другим.

Неожиданные результаты были получены при изучении связи эмпатии с проявлениями агрессии у педагогов общеобразовательной школы. Оказалось, что в группе педагогов со средним и высоким уровнем эмпатии значимо выше показатели физической агрессии, вербальной агрессии, негативизма, недоверчивости, общий индекс агрессии [7]. Аналогично юноши с более высокими показателями эмпатии имели более высокие оценки по вербальной агрессии, при этом достоверных корреляций эмпатии с другими чертами личности у юношей не обнаружено [5].

Еще более удивительный факт был выявлен при изучении выраженности эмпатии при разных уровнях авторитарной агрессии (склонности к осуждению и наказанию людей, не соблюдающих традиционные нормы и принадлежащих к “другой” социальной общности) [19]. Общая выборка (студенты I курса университета) была разделена на три группы на основе показателей авторитарной

агрессии (низкие, средние и высокие показатели). Группа со средними значениями авторитарной агрессии сравнительно с группой с низкими значениями, характеризовалась более низким уровнем эмпатии (по показателям “рациональный канал эмпатии”, “идентификация”, “общий показатель эмпатии”, в терминах опросника В.В. Бойко), т.е. имело место ожидаемое соотношение: при низком уровне эмпатии значимо выше проявления авторитарной агрессии. Однако в группе с высокими значениями авторитарной агрессии сравнительно с группой со средними значениями зафиксировано увеличение уровня эмпатии по показателю “рациональный канал эмпатии” (различия значимы на уровне $p = 0.01$), т.е. выявлено неожиданное соотношение: при высоком уровне когнитивной эмпатии значимо выше проявления агрессии. Был сделан вывод о том, что «...обратной стороной рациональной эмпатии являются “ошибки” восприятия, или так называемой социальной перцепции. Искажения, иллюзии субъективного опыта могут существенно менять воспринимаемое окружение, и тогда опора на эмпатическую информацию приводит к уязвимости по отношению к антидемократической идеологии» [19, с. 126].

Противоположные связи эмпатии с агрессией приводят к вопросу о роли эмпатии в регуляции морального поведения. С одной стороны, факты свидетельствуют, что дефицит эмпатии сопряжен с формированием психопатических черт личности, что, в свою очередь, проявляется в тенденции к аморальным поступкам. С другой стороны, утверждается, что прямых доказательств роли эмпатии относительно моральных качеств человека недостаточно [34].

Есть свидетельства того, что люди с низким уровнем эмпатии высказывают более рациональные суждения при работе с классическими моральными дилеммами. Респонденты, которые последовательно давали утилитарные ответы (спасти наибольшее количество жизней, пожертвовав одним человеком), отличались значимо меньшими показателями эмпатической заботы по сравнению с участниками, которые давали неутилитарные ответы (не причинять вреда человеку ни при каких условиях). Однако связи между неутилитарными суждениями в ситуации морального выбора и другими компонентами эмпатии, такими как Смена перспективы, Фантазия и Личный дистресс, отсутствовали [35].

Почему низкая эмпатическая забота предрасполагает к более рациональным решениям в ситуации морального выбора, а высокая — к эмоциональным решениям? Проявление эмпатической заботы

о других, вероятно, обусловлено эволюционными механизмами, связанными прежде всего с родительским поведением [25]. Это объясняет, почему эмпатия может служить основой аморального поступка в угоду своему интересу или интересам человека из своего социального окружения.

Особую важность представляют результаты изучения связи эмпатии и духовно-нравственных качеств личности как компонентов моральных способностей. Были установлены значимые положительные связи между показателями уровня выраженности духовно-нравственных качеств личности и тремя шкалами эмпатии: Децентрация, Сопереживание (Фантазия) и Эмпатическая забота; связь со шкалой Эмпатический стресс отсутствовала. По мнению автора, последняя шкала отражает негативные аспекты эмпатии: эмоциональные переживания эгоцентрического типа, озабоченность своим собственным состоянием, чрезмерную “загруженность” чужими эмоциями [15].

Таким образом, высокая эмпатия может инициировать и позитивные, и негативные последствия (обеспечивать как фасилитацию психической деятельности, так и ее ингибицию). И снова встает вопрос о том, действительно ли высокая эмпатия столь полезна и, соответственно, низкая эмпатия столь вредна?

В свете описанных выше фактов становится понятным феномен субъективного неприятия эмпатии на уровне обыденного сознания. В частности, был проведен метаанализ исследований, где респондентам предлагалось выбрать ситуации, в которых они могли либо проявить эмпатию, либо предпочесть какие-то альтернативные действия. Авторы обнаружили устойчивую склонность избегать эмпатию, что было связано с восприятием эмпатии как более трудоемкой, вызывающей отвращение и менее эффективной стратегией поведения [30].

Появились описания разных форм деструктивной эмпатии, таких как эгоистичная эмпатия (*selfish empathy*) — сострадание другому вызывает положительные эмоции, которые играют важную роль в удовлетворенности собственной жизнью; эмпатический вампиризм (*empathic vampirism*) — присвоение чужого эмоционального состояния для поддержания значимости своего Я (фанаты, матери с синдромом гиперопеки); эмпатический садизм (*empathic sadism*) — манипулирование эмоциональным состоянием другого с целью издевательства [29].

В современных исследованиях был выделен тип личности, названный “темным эмпатом”, это

личность с высокими показателями “темной триады” (нарциссизма, психопатии и макиавеллизма) и одновременно с высоким уровнем эмпатии [40]. При сравнении с “типичными” респондентами (средние показатели темной триады и эмпатии) и “эмпатами” (низкие показатели темной триады и высокие показатели эмпатии) выяснилось, что “темные эмпаты” отличаются более высоким уровнем экстраверсии и косвенной агрессии (склонностью к провоцированию чувства вины, злонамеренному юмору и эмоциональному садизму). Здесь интерес представляет не столько специфика личностных свойств “темных эмпатов”, сколько сам факт, казалось бы, невозможного сочетания темной триады с высокой эмпатией, при этом в общей выборке (991 респондент) “темные эмпаты” составили 19.3% [42].

Были получены любопытные уточнения характера связей эмпатии (в терминах опросника Дэвиса) со свойствами темной триады: с нарциссизмом оказались значимо положительно связаны высокие показатели личного дистресса — у мужчин и высокие показатели Личного дистресса и Фантазии — у женщин [44]. Поскольку нарциссизм характеризуется потребностью в демонстрации своих эго-потребностей, то, возможно, высокая чувствительность к чужой боли, включая чрезмерное фантазирование, помогает нарциссу устанавливать эмоциональные отношения с людьми для того, чтобы иметь возможность покрасоваться перед собой и другими своим “альтруизмом”.

Итак, высокая эмпатия может иметь деструктивный аспект: в виде либо отсутствия связей с социально желательными типами поведения, либо наличия дезадаптивных проявлений эмпатии.

Что касается низкой эмпатии, то, к сожалению, исследования, в которых бы низкая эмпатия рассматривалась как конструктивное (“светлое”) явление, единичны.

Факты свидетельствуют, что медицинские работники демонстрируют относительно низкий уровень эмпатии, причем снижение ее выраженности имеет место по мере роста профессиональной квалификации [49]. В исследовании Е.Л. Бережковской и Н.Г. Радинской участвовали врачи-реаниматологи и врачи-терапевты поликлиник. Выяснилось, что специфика деятельности реаниматологов, работающих в экстремальных условиях, порождает неожиданный эффект: снижение эмпатии выступает в качестве условия их профессионального роста, а именно повышения выраженности таких профессионально важных качеств, как самореализация, самопонимание и автономность (для терапевтов картина прямо противоположная) [2].

Хотя эмпатия обычно рассматривается как важный фактор психологического благополучия личности, было показано, что разные компоненты эмпатии (в терминах опросника Бойко) по-разному связаны с тремя показателями жизнестойкости (в терминах опросника Леонтьева): эмоциональный канал эмпатии (эмоциональная отзывчивость к состоянию другого) — значимо отрицательно (r в пределах от 0.20 до 0.45 при $0.001 \leq p \leq 0.01$), тогда как проникающая способность в эмпатии (коммуникативное свойство человека, позволяющее создавать атмосферу открытости и доверительности) — значимо положительно (r в пределах от 0.30 до 0.37 при $p \geq 0.001$) [9]. Иными словами, низкая аффективная эмпатия связана с более высоким уровнем жизнестойкости. Аналогичные результаты были получены и в другом исследовании с использованием тех же методик: низкий уровень эмпатии сопряжен с более высоким уровнем жизнестойкости [12].

Необычные результаты были получены еще в одном исследовании профессионалов. Наиболее сильные отрицательные связи были выявлены между эмпатией и такими аспектами жизнестойкости, как противодействие эмоциональному истощению ($r = -0.52$ при $p < 0.01$) и формирование системы конструктивных ценностей ($r = -0.45$ при $p < 0.01$). «Все это свидетельствует о том, что чрезмерная эмпатическая включенность в ситуацию может приводить к эмоциональному истощению, а в некоторых случаях даже “смещениям” в системе ценностей специалиста» [6].

Казалось бы, удивительно, но низкая эмпатия сопряжена с более высокими показателями социально-психологической адаптации студентов к обучению в вузе [17]. В частности, установлено, что студенты-первокурсники с низкими показателями эмпатии в меньшей мере используют дезадаптивные стратегии поведения, такие как Демонстрация слабости и Отслеживание производимого впечатления [18].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что имеет место эффект расщепления высоких и низких показателей эмпатии: и при высокой, и при низкой эмпатии могут иметь место как конструктивные, так и деструктивные ее проявления.

ОБСУЖДЕНИЕ

Возникают следующие вопросы. Какие психические механизмы обуславливают эффект расщепления высокой и низкой эмпатии? Каким образом эффект расщепления связан с разными

компонентами и разными уровнями эмпатического переживания?

Как уже отмечалось выше, когнитивные компоненты эмпатии основаны на ментальном моделировании субъективности других [32]. Неудивительно, что некоторые авторы отмечают взаимопересечение понятия “когнитивная эмпатия” с понятием “теория психического”, вплоть до их отождествления [10; 36; 55].

В ряде работ используется термин “ментализация” (*mentalization*) — способность мысленно (в своем воображении) представлять (реконструировать) эмоциональные состояния другого, включая понимание их причин и последствий. Соответственно, сформулировано утверждение о том, что “когнитивная эмпатия очень тесно связана с теорией разума или ментализацией (когнитивной способностью мысленно представлять психическое состояние самого себя и других людей. — *Авт.*). Ментализация относительно аффективных состояний других людей есть, следовательно, аффективная теория разума — которая более или менее является синонимом когнитивной эмпатии” [55, р. 11].

Согласно Ф. Канске с соавторами, аффективная эмпатия (эмпатическая забота и личный дистресс; эмпатия измерялась как мера выраженности сочувствия страдающему персонажу на немом видеоролике) строится на физической, сенсорной или эмоциональной “подстройке” к другому по типу эмоционального заражения, тогда как ментализация (понимаемая авторами как построение “модели психического” и измеряемая в терминах способности правильно описать мотивы и убеждения персонажа в нейтральном состоянии) предполагает процесс выдвижения гипотез об актуальных переживаниях другого человека, основанный на накопленном личном опыте [46]. Исследования этих авторов показали, что при низком уровне эмпатии в равной мере может наблюдаться и низкая, и высокая способность к ментализации (аналогично при высоком уровне эмпатии — и низкая, и высокая способность к ментализации). Следовательно, низкая эмпатия в ряде случаев является предпосылкой способности строить адекватную ментальную картину состояния другого человека; напротив, интенсивное сопереживание другим людям, сильное чувство жалости могут ухудшать когнитивную реконструкцию и понимание другого [46].

Особая роль в процессе ментализации отводится воображению. А. Коплан прямо отождествляет эмпатию с воображением: “Эмпатия — это сложный процесс воображения, в котором наблюдатель имитирует психологические состояния другого

человека, сохраняя при этом четкую дифференциацию себя и других” [31, р. 4].

Таким образом, эмпатия предполагает построение ментальной (на высшем ее уровне — концептуальной) модели, которая обеспечивает не только оценку состояния другого человека, но и учет контекста ситуации. Следовательно, можно говорить о важной роли не столько воображения, сколько понятийных (концептуальных) способностей в процессе формирования эмпатического сопереживания.

Далее факты свидетельствуют, что эмпатия — это контролируемый процесс, основанный на непроизвольной и произвольной саморегуляции собственных эмоциональных состояний.

В частности, при изучении связи эмпатии с индивидуальными различиями в нарушениях внимания в повседневных жизненных ситуациях (таких как забывчивость, отвлекаемость и потеря цели), которые выявлялись с помощью опросника когнитивных неудач (*Cognitive Failures Questionnaire, CFQ*), был выявлен следующий интересный факт. Нарушения в непроизвольном контроле внимания по-разному связаны с когнитивной и аффективной эмпатией: люди, склонные к нарушениям внимания (“когнитивным сбоям”), в меньшей мере понимали точку зрения других, но в большей мере переживали их чувства [38]. Ранее в другом исследовании с использованием опросника для оценки свойств внимания (*Attentional Control Scale, ACS*) был получен аналогичный результат: люди, которые сообщали о большей способности переключать и концентрировать свое внимание между разными задачами в повседневной жизни, демонстрировали более высокий уровень когнитивной эмпатии и более низкий уровень аффективной эмпатии [37]. Оба эти исследования позволяют сделать вывод о том, что способность к контролю внимания повышает проявления когнитивной эмпатии и снижает проявления аффективной эмпатии.

Подчеркивается ключевая роль произвольных стратегий регуляции эмпатии — как в сторону увеличения, так и в сторону уменьшения интенсивности эмпатического сопереживания [43].

Стратегии регуляции эмоциональной эмпатии достаточно разнообразны, в том числе: 1) подавление (*suppression*) — блокирование мыслей о страдающих людях; 2) переосмысление (*reframing*) — новая интерпретация эмоционального состояния другого, дистанцирование, переформулирование контекста ситуации; 3) контроль воздействующих факторов (*exposure control*) — устранение либо,

напротив, поиск стимулов, индуцирующих эмпатию.

Стратегии регуляции когнитивной эмпатии — это различные приемы повышения эмпатической точности процесса “чтения мыслей” другого (поиск релевантной информации, пересмотр прогнозических суждений и т.д.).

Центральная идея этого исследования заключается в том, что темная сторона эмпатии обусловлена плохой саморегуляцией, вследствие чего эмпатии оказывается либо слишком много, либо слишком мало — и тогда наблюдаются негативные психологические последствия.

В случае чрезмерно высокого уровня аффективной эмпатии имеет место “уход” в собственное страдание, тогда как в случае чрезмерно низкого ее уровня — эмоциональная черствость. Примерами негативных последствий высокого уровня аффективной эмпатии является профессиональное выгорание, низкого уровня — профессиональная деформация.

В случае чрезмерно высокого уровня когнитивной эмпатии отмечается потеря Я в силу полного замещения своей самости позицией партнера, тогда как в случае чрезмерно низкого ее уровня — эгоцентризм как доминирующая проекция собственной точки зрения при игнорировании позиции партнера. Примерами негативных последствий высокого уровня когнитивной эмпатии являются ситуации, когда люди (сотрудники либо жены), находящиеся в оскорбительных отношениях, посвящают много времени и усилий выяснению

и предотвращению причин гнева партнера (начальника либо мужа), хотя более эффективной была бы стратегия выхода из подобных отношений. В свою очередь, низкий уровень когнитивной эмпатии провоцирует многочисленные “пропуски” в оценке тех состояний партнеров, которые позже выливаются в открытый конфликт или “неожиданный” разрыв отношений.

Таким образом, эмпатия предполагает включение механизмов непроизвольной и произвольной саморегуляции. Следовательно, можно говорить о важной роли метакогнитивных способностей в процессе порождения эмпатического сопереживания.

Важно подчеркнуть, что процессы ментализации (концептуализации) и саморегуляции теснейшим образом взаимосвязаны. В частности, согласно исследованиям в рамках “модели психического”, формирование представления о психическом состоянии другого человека включает в свой состав действие такого базового механизма, как когнитивный контроль [16].

Итак, можно предположить, что критерии расщепления полюсов эмпатии — это мера сформированности (и мера взаимодействия) концептуальных и метакогнитивных способностей (рис. 1).

Согласно рис. 1, в равной мере высокие показатели эмпатии могут скрывать радикально *разные формы эмпатии* с разным ресурсным потенциалом. При сочетании высокой эмпатии с высоким уровнем концептуальных и метакогнитивных способностей можно говорить о “концептуальной эмпатии”,

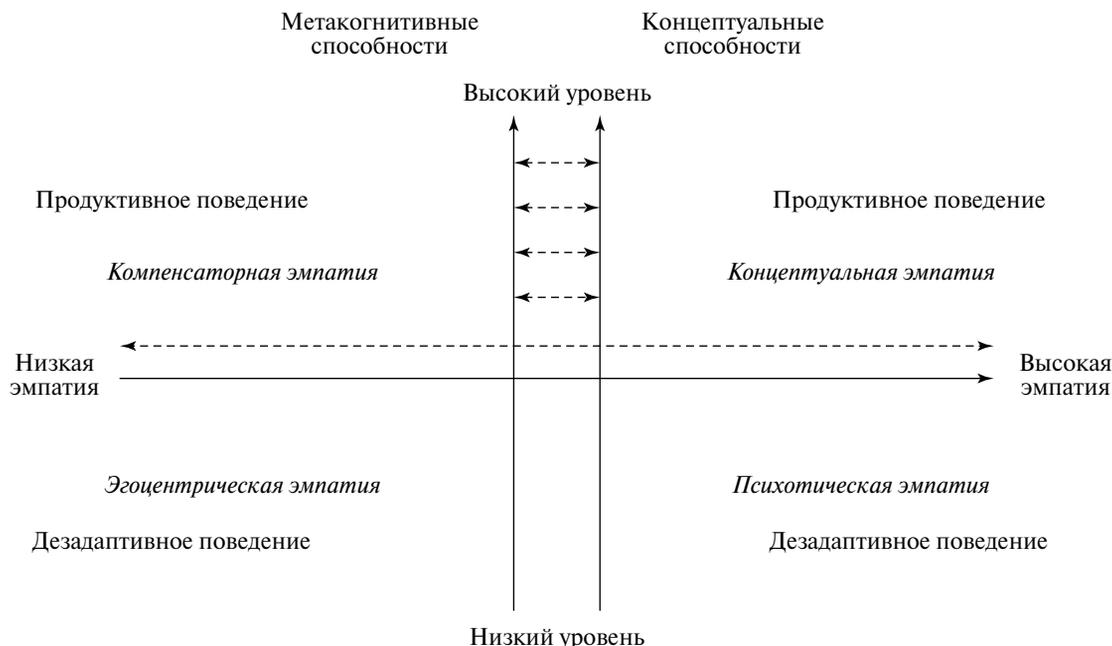


Рис. 1. Эффект расщепления высоких и низких показателей эмпатии

предполагающей построение объективированной содержательной модели состояния другого человека с учетом контекста конкретной ситуации и позволяющей изменять интенсивность эмпатического переживания от максимума до минимума. При сочетании высокой эмпатии с низким уровнем концептуальных и метакогнитивных способностей имеет место “психотическая эмпатия”, которая характеризуется генерализованным эмоциональным заражением, фиксированностью и когнитивными искажениями по типу “как хочу, так и понимаю”.

Аналогично в равной мере низкие показатели эмпатии могут скрывать радикально разные формы эмпатии с разным ресурсным потенциалом. При сочетании низкой эмпатии с высоким уровнем концептуальных и метакогнитивных способностей формируется “компенсаторная эмпатия”, отличающаяся наличием объективированной содержательной модели состояния другого человека, включая ситуационный контекст, и включением механизма регуляции интенсивности эмпатического переживания, вплоть до его блокирования. При сочетании низкой эмпатии с низким уровнем концептуальных и метакогнитивных способностей можно констатировать наличие “эгоцентрической эмпатии”, которая характеризуется эмоциональной фиксацией (эмоциональной тупостью) и когнитивными искажениями по типу “понимаю только то и так, как мне выгодно”.

Подчеркнем, что концептуальная эмпатия и компенсаторная эмпатия предполагают *интеграцию* (взаимодействие) концептуальных и метакогнитивных способностей (короткие горизонтальные стрелки на рис. 1) и *мобильность* эмпатического сопереживания в виде возможности обратимого перемещения от одного полюса к другому (одна длинная горизонтальная стрелка на рис. 1), тогда как психотическая эмпатия и эгоцентрическая эмпатия характеризуются дезинтеграцией этих двух видов интеллектуальных способностей и фиксированностью эмпатического переживания.

Эмпатия, сопряженная с концептуальными и метакогнитивными способностями, выступает в качестве эмпатии высшего уровня (концептуальная и компенсаторная эмпатия), при этом она может регулировать нижележащие уровни эмпатического переживания, способствуя тем самым становлению адаптационного потенциала личности. Если концептуальные и метакогнитивные способности развиты слабо (эгоцентрическая и психотическая эмпатия), то происходит регресс эмпатических переживаний на нижележащие уровни, что проявляется в ряде негативных последствий (усилении эмоционального выгорания, росте тревожности

и агрессии, формировании “темных сторон” личности и т.п.).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенный анализ феномена эмпатии доказывает ее многомерную природу, которая объясняет возможность ее конструктивных и деструктивных проявлений. Многомерность эмпатии характеризуется тремя взаимосвязанными аспектами: во-первых, сложность состава с учетом специфики функций разных компонентов, во-вторых, разнородность в виде наличия в эмпатическом переживании низшего и высшего уровней эмоционального реагирования и, в-третьих, эффект расщепления высоких и низких показателей эмпатии.

Можно предположить, что решающую роль в эффекте расщепления высоких и низких показателей эмпатии играют концептуальные способности (способность мысленно строить ментальную модель эмоционального состояния другого человека) и метакогнитивные способности (способность к произвольной и непроизвольной саморегуляции собственных эмоциональных состояний). Возможность сочетания высокой либо низкой эмпатии с мерой сформированности этих способностей позволяет утверждать, что высокая эмпатия это не всегда хорошо, а низкая эмпатия это не всегда плохо.

Большинство негативных последствий эмпатии интерпретируется в психологических исследованиях чаще всего как ошибка измерения, поэтому конструктивные проявления низкой эмпатии почти не описаны в литературе. Эмпатию свойственно отождествлять прежде всего с позитивными эффектами раскрытия личностных возможностей при игнорировании “артефактов” в виде альтернативных данных. Учет эффекта “расщепления” показателей эмпатии позволит избежать этой нежелательной стороны психологических исследований.

На наш взгляд, эффект расщепления психологических показателей имеет универсальный характер. Ранее он был описан на материале исследований когнитивных стилей [20], психометрического интеллекта и психометрической креативности [21], стратегий совладания [22], рефлексии [23]. Теперь аналогичные закономерности обнаружены в отношении эмпатии.

Расширение спектра исследований эффектов расщепления по отношению как к способностям, так и личностным свойствам является предпосылкой более глубокого понимания природы психических

явлений с учетом сложности их организации и нелинейного характера их проявлений.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белоусова А.И., Гейвандова М.Я. Когнитивная и аффективная эмпатия: апробация опросника на российской выборке // Вестник Московского государственного областного университета. Сер. Психологические науки. 2021. Т. 31. № 2. С. 6–20.
2. Бережковская Е.Л., Радинская Н.Г. Культурно-историческая и гуманистическая психология: возможные точки схода (эмпатия как высшая психическая функция) // Вестник РГГУ. 2006. № 1. С. 126–145.
3. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М.: Информационно-издательский дом «Филинь», 1996.
4. Будаговская Н.А., Дубровская С.В., Карягина Т.Д. Адаптация многофакторного опросника эмпатии М. Дэвиса // Консультативная психология и психотерапия. 2013. № 1. С. 202–227.
5. Буркова В.Н., Бутовская М.Л., Дронова Д.А., Апалькова Ю.И. Эмпатия, тревожность и агрессия у московских студентов // Этнографическое обозрение. 2019. № 5. С. 169–188.
6. Валиева Ф.И. Резилиантность как фактор социально-профессиональной адаптации // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2014. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/reziliantnost-kak-faktor-sotsialno-professionalnoy-adaptatsii> (дата обращения: 03.03.2023).
7. Капранов К.С., Левин В.И., Звездина Г.П. Психологические особенности педагогов с различным уровнем эмпатии // Научный альманах (Психологические науки). 2021. № 7–1 (81). С. 142–145.
8. Карягина Т.Д., Кухтова Н.В. Тест эмпатии М. Дэвиса: содержательная валидность и адаптация в межкультурном контексте // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 4. С. 33–61.
9. Кашапов М.М., Смирнов А.А., Соловьева Е.В., Серафимович И.В. Эмпатия как ресурс жизнестойкости студентов при адаптации к вузу // Сибирский психологический журнал. 2022. № 86. С. 119–138.
10. Клименкова Е.Н. Развитие ментализации и эмпатии в онтогенезе: обзор эмпирических исследований // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 4. С. 126–137.
11. Корнилова Т.В. Эмпатия в структурах интеллектуально-личностного потенциала: Единство интеллекта и аффекта // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 3. С. 57–68.
12. Михалкина С.А., Анисимова К.С. Исследование взаимосвязи эмпатии и жизнестойкости студентов педагогического вуза // Проблемы современного педагогического образования. 2022. № 75 (2).
13. Нуркова В.В. Культурное развитие эмпатии-отожествления и эмпатии-моделирования // Национальный психологический журнал. 2020. № 4 (40). С. 3–17.
14. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений. Киев: Лыбидь, 1990.
15. Ожиганова Г.В. Духовно-нравственные качества личности и эмпатия как компоненты высших моральных способностей: верификация взаимосвязи на российской выборке // Вестник Российского университета дружбы народов. Сер. Психология и педагогика. 2020. Т. 17. № 4. С. 637–655.
16. Сергиенко Е.А., Уланова А.Ю., Лебедева Е.И. Модель психического: Структура и динамика. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020.
17. Смирнов А.А., Соловьева Е.В. Взаимосвязь подверженности фашизму и каналов эмпатии у студентов // Вестник Костромского государственного университета. Сер. Педагогика. Психология. Социоконетика. 2021. Т. 27. № 1. С. 71–76.
18. Смирнов А.А., Соловьева Е.В. Рефлексивность и вариативность поведения на разных уровнях эмпатии при адаптации студентов // Ярославский психологический вестник. 2022. № 2 (53). С. 37–44.
19. Соловьева Е.В. Выраженность параметров эмпатии при уровнях авторитарной агрессии // Методология современной психологии. № 14. М.-Ярославль: ЯрГУ, ЛКИИСИ РАН, МАПН, 2021. С. 123–127.
20. Холодная М.А. Когнитивные стили: о своеобразии индивидуального ума. СПб.: Питер, 2004.
21. Холодная М.А. Многомерная природа показателей интеллекта и креативности: теоретические и методические следствия // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 3. С. 18–31.
22. Холодная М.А. Понятийные способности и эффективность совладающего поведения // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен / Отв. ред. А.Л. Журавлев, М.А. Холодная, П.А. Сабадош. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 141–149.
23. Холодная М.А. Светлые и темные стороны рефлексии и арефлексии: эффект расщепления // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 4. С. 15–26.
24. Шадриков В.Д. Системогенез ментальных качеств человека. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2022. 287 с.
25. Юдина Т.О. Эмпатия и мораль: место встречи (обзор зарубежных исследований) // Шаги / Steps. 2017. Т. 3 (1). С. 28–39.
26. Юсупов И.М. Психология эмпатии (теоретические и прикладные аспекты): Дис. ... д-ра психол. наук. СПб.: С-Петербург. гос. Ун-т, 1995.
27. Яшкова А.Н., Милаева К.А. Агрессия и эмпатия подростков // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. 2020. № 1. С. 82–87.

28. Bloom P. Empathy and Its Discontents // Trends in Cognitive Sciences. 2017. V. 21. № 1. P. 24–31.
29. Bošnjaković J., Radionov T. Empathy: Concepts, Theories and Neuroscientific Basis // Alcoholism and Psychiatry Research. 2018. № 54. P. 123–150.
30. Cameron C.D., Hutcherson C.A., Ferguson A.M., Schefler J.A., Hadjiandreou E., Inzlicht M. Empathy is hard work: People choose to avoid empathy because of its cognitive costs // Journal of Experimental Psychology: General. 2019. V. 148 (6). P. 962–976.
31. Coplan A. Understanding Empathy: Its Features and Effects // Coplan A., Goldie P. (eds). Empathy. Philosophical and Psychological Perspectives. N.Y.: Oxford University Press, 2011. P. 3–18.
32. Davis M.H. Measuring Individual Differences in Empathy: Evidence for a Multidimensional Approach // Journal of Personality and Social Psychology. 1983. V. 44. № 1. P. 113–126.
33. Decety J., Jackson Ph.L. The Functional Architecture of Human Empathy // Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews. 2004. V. 3 (2). P. 71–100.
34. Decety J., Cowell J. The complex relation between morality and empathy // Trends in Cognitive Sciences. 2014. V. 18. № 7. P. 337–339.
35. Gleichgerrecht E., Young L. Low levels of empathic concern predict utilitarian moral judgment // PLoS One. 2013. V. 8. № 4.
36. Goldman A.I. Two routes to empathy: Insights from cognitive neuroscience // In Coplan A., Goldie P. (eds). Empathy. Philosophical and Psychological Perspectives. N.Y.: Oxford University Press, 2011.
37. Goodhew S.C., Edwards M. Attentional control both helps and harms empathy // Cognition. 2021. 206. Art. 104505.
38. Goodhew S.C., Edwards M. The relation between cognitive failures and empathy // Personality and Individual Differences. 2022. 186. Art. 111384.
39. Hakansson Eklund J., Summer Meranius M. Toward a consensus on the nature of empathy: A review of reviews // Patient Education and Counseling. 2020. V. 104 (2). P. 300–307.
40. Hall J.A., Schwartz R. Empathy present and future // The Journal of Social Psychology. 2018. P. 1–19.
41. Hengartner M.P., Ajdacic-Gross V., Rodgers S., Muller M., Haker H., Rossler W. Fluid intelligence and empathy in association with personality disorder traitscores: exploring the link // European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience. 2014. V. 264. P. 441–448.
42. Heym N., Kibowski F., Bloxson C., Blanchard A., Harper A., Wallace L., Firth J., Sumich A. The Dark Empathy: Characterising dark traits in the presence of empathy. Personality and Individual Differences. 2020. 169. Art. 110172.
43. Hodges S.D., Biswas-Diener R. Balancing the empathy expense account: Strategies for regulating empathic response // T.F.D. Farrow, P.W.R. Woodruff (eds). Empathy in mental illness. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2007. P. 389–407.
44. Jonason P.K., Krull Ch.H. A Multidimensional View of the Relationship Between Empathy and the Dark Triad // J. of Individual Differences. 2015. V. 36 (3). P. 150–157.
45. Jordan M.R., Amir D., Bloom P. Are Empathy and Concern Psychologically Distinct? // Emotion. Advance online publication. 2016.
46. Kanske P., Bockler A., Trautwein F.M., Parianen Lesemann F.H., Singer T. Are strong empathizers better mentalizers? Evidence for independence and interaction between the routes of social cognition // Social, Cognitive and Affective Neuroscience. 2016. V. 11 (9). P. 1383–1392.
47. Kaukiainen A., Björkqvist K., Lagerspetz K., Österman K., Salmivalli Ch., Rothberg S., Ahlbom A. The relationship between social intelligence, empathy, and three types of aggression // Aggressive Behavior. 1999. V. 25. P. 81–89.
48. Lovett B.J., Sheffield R.A. Affective empathy deficits in aggressive children and adolescents: A critical review // Clinical Psychology Review. 2007. V. 27. P. 1–13.
49. McFarland D.C., Malone A.K., Roth A. Acute empathy decline among resident physician trainees on a hematology-oncology ward: an exploratory analysis of house staff empathy, distress, and patient death exposure // Psycho-Oncology. 2017. V. 26. № 5. C. 698–703.
50. Merle-Marie P., Marije R., Lea Jasmin S.F., Annelieke M.R. Social Anxiety and Empathy: A Systematic Review and Meta-analysis // Journal of Anxiety Disorders. 2021. V. 78.
51. Miller P.A., Eisenberg N. The relation of empathy to aggressive and externalizing/antisocial behavior // Psychological Bulletin. 1988. V. 103. P. 324–344.
52. Salavera C., Usan P., Teruel P., Urbon E., Murillo V. School Bullying: Empathy among Perpetrators and Victims // Sustainability. 2021. V. 13. Art. 1548.
53. Vachon D.D., Lynam D.R., Johnson J.A. The (non)relation between empathy and aggression: surprising results from a meta-analysis // Psychological Bulletin. 2014. V. 140. № 3. P. 751–773.
54. Van Lissa C.J., Skyler T.H., Susan B., Koot H.M., Wim H.J. Common and unique associations of adolescents' affective and cognitive empathy development with conflict behavior towards parents // Journal of Adolescence. 2016. V. 47. P. 60–70.
55. Walter H. Social Cognitive Neuroscience of Empathy: Concepts, Circuits, and Genes // Emotion Review. 2012. V. 4. № 1. P. 9–17.

CONSTRUCTIVE AND DESTRUCTIVE ASPECTS OF EMPATHY AS A CONSEQUENCE OF ITS MULTIDIMENSIONAL NATURE

M. A. Kholodnaya^{1,*}, E. V. Solovyeva^{2,**}

¹*Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences;
129366, Moscow, Yaroslavskaya str., 13, bldg. 1, Russia.*

²*Demidov Yaroslavl State University;
150003, Yaroslavl, Matrosov Passage, 9, Russia.*

**ScD (Psychology), Professor, Chief Scientific Officer of Laboratory of Psychology of Abilities and Mental Resources Named after V.N. Druzhinin.*

E-mail: kholod1949@yandex.ru

***Assistant of the chair of pedagogy and pedagogical psychology.*

E-mail: solovyeva.ev205@gmail.com

Received 27.10.2022

Abstract. Research objective: to consider possible causes of psychological heterogeneity of empathy [its constructive and destructive manifestations]. The specifics of the functions of different components and different levels of empathy in relation to the characteristics of mental activity are analyzed. Constructive and destructive manifestations of empathy are described, which are expressed both at the pole of high empathy and at the pole of low empathy. The existence of the splitting effect of both high and low indicators of empathy with the allocation of its productive and unproductive components is substantiated. The criterion for splitting the poles of empathy is the measure of formation [and the measure of interaction] of conceptual and metacognitive abilities. Thus, the multidimensional nature of empathy is characterized by three aspects: firstly, the complexity of the composition, taking into account the specifics of the functions of different components, secondly, the multilevel [the presence of lower and higher levels of emotional response] and, thirdly, the effect of splitting high and low empathy.

Keywords: empathy, multidimensionality of mental properties, “splitting effect”, conceptual and metacognitive abilities.

REFERENCES

1. *Belousova A.I., Gejvandova M.Ya.* Kognitivnaya i afektivnaya empatiya: aprobatsiya oprosnika na rossijskoj vyborke. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta. Seriya Psihologicheskie nauki.* 2021. V. 31. № 2. P. 6–20. (In Russian)
2. *Berezhkovskaya E.L., Radinskaya N.G.* Kul'turno-istoricheskaya i gumanisticheskaya psihologiya: vozmozhnye tochki skhoda (empatiya kak vysshaya psihicheskaya funkciya). *Vestnik RGGU.* 2006. № 1. P. 126–145. (In Russian)
3. *Bojko V.V.* Energiya emocij v obshchenii: vzglyad na sebya i na drugih. Moscow: Informacionno-izdatel'skij dom “Filin”, 1996. (In Russian)
4. *Budagovskaya N.A., Dubrovskaya S.V., Karyagina T.D.* Adaptatsiya mnogofaktornogo oprosnika empatii M. Devisa. *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya.* 2013. № 1. P. 202–227.
5. *Burkova V.N., Butovskaya M.L., Dronova D.A., Apal'kova Yu.I.* Empatiya, trevozhnost' i agressiya u moskovskih studentov. *Etnograficheskoe obozrenie.* 2019. № 5. P. 169–188. (In Russian)
6. *Valieva F.I.* Rezilientnost' kak faktor social'no-professional'noj adaptatsii, *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Sociologiya.* 2014. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rezilientnost-kak-faktor-sotsialno-professionalnoy-adaptatsii> (date of access: 03.03.2023). (In Russian)
7. *Kapranov K.S., Levin V.I., Zvezdina G.P.* Psihologicheskie osobennosti pedagogov s razlichnym urovnem empatii. *Nauchnyj al'manah (Psihologicheskie nauki).* 2021. № 7–1 (81). P. 142–145. (In Russian)
8. *Karyagina T.D., Kuhtova N.V.* Test empatii M. Devisa: sodержatel'naya validnost' i adaptatsiya v mezhhkul'turnom kontekste. *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya.* 2016. V. 24. № 4. P. 33–61. (In Russian)
9. *Kashapov M.M., Smirnov A.A., Solov'eva E.V., Serafimovich I.V.* Empatiya kak resurs zhiznestojkosti studentov pri adaptatsii k vuzu. *Sibirskij Psihologicheskii zhurnal.* 2022. № 86. P. 119–138. (In Russian)
10. *Klimenkova E.N.* Razvitie mentalizatsii i empatii v ontogeneze: obzor empiricheskikh issledovanij. *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya.* 2016. V. 24. № 4. P. 126–137. (In Russian)
11. *Kornilova T.V.* Empatiya v strukturah intellektual'no-lichnostnogo potenciala: Edinstvo intellekta i affekta.

- Psikhologicheskii zhurnal. 2022. V. 43. № 3. P. 57–68. (In Russian)
12. *Mihalkina S.A., Anisimova K.S.* Issledovanie vzaimosvyazi empatii i zhiznestojkosti studentov pedagogicheskogo vuza. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*. 2022. № 75 (2). (In Russian)
 13. *Nurkova V.V.* Kul'turnoe razvitie empatii-otozhdestvleniya i empatii-modelirovaniya. *Nacional'nyj Psikhologicheskii zhurnal*. 2020. № 4 (40). P. 3–17. (In Russian)
 14. *Obozov N.N.* *Psihologiya mezhlichnostnyh otnoshenij*. Kiev: Lybid', 1990. (In Russian)
 15. *Ozhiganova G.V.* Duhovno-nravstvennye kachestva lichnosti i empatiya kak komponenty vysshih moral'nyh sposobnostej: verifikaciya vzaimosvyazi na rossijskoj vyborke. *Vestnik Rossijskogo universiteta družby narodov. Seriya Psihologiya i pedagogika*. 2020. V. 17. № 4. P. 637–655. (In Russian)
 16. *Sergienko E.A., Ulanova A.Yu., Lebedeva E.I.* Model' psicheskogo: Struktura i dinamika. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2020. (In Russian)
 17. *Smirnov A.A., Solov'eva E.V.* Vzaimosvyaz' podverzhenosti fashizmu i kanalov empatii u studentov. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya Pedagogika. Psihologiya. Sociokinetika*, 2021. V. 27. № 1. P. 71–76. (In Russian)
 18. *Smirnov A.A., Solov'eva E.V.* Refleksivnost' i variativnost' povedeniya na raznyh urovnjah empatii pri adaptacii studentov. *Yaroslavskij psikhologicheskij vestnik*. 2022. № 2 (53). P. 37–44.
 19. *Solov'eva E.V.* Vyrazhennost' parametrov empatii pri urovnjah avtoritarnoj agressii. *Metodologiya sovremennoj psihologii*. № 14. M.-Yaroslavl': YarGU, LKIISI RAN, MAPN, 2021. P. 123–127. (In Russian)
 20. *Holodnaya M.A.* *Cognitivnye stili: o svoeobrazii individual'nogo uma*. SPb.: Piter, 2004.
 21. *Holodnaya M.A.* Mnogomernaya priroda pokazatelej intellekta i kreativnosti: teoreticheskie i metodicheskie sledstviya. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2020. V. 41. № 3. P. 18–31. (In Russian)
 22. *Holodnaya M.A.* Ponyatijnye sposobnosti i effektivnost' sovladayushchego povedeniya. Sposobnosti i mental'nye resursy cheloveka v mire global'nyh peremen. Eds. A.L. Zhuravlyov, M.A. Holodnaya, P.A. Sabadosh. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2020. P. 141–149. (In Russian)
 23. *Holodnaya M.A.* Svetlye i temnye storony refleksii i arefleksii: effekt rasshchepleniya. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2022. V. 43. № 4. P. 15–26. (In Russian)
 24. *Shadrikov V.D.* Sistemogenez mental'nyh kachestv cheloveka. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2022. 287 p. (In Russian)
 25. *Yudina T.O.* Empatiya i moral': mesto vstrechi (obzor zarubezhnyh issledovanij). *Shagi. Steps*. 2017. V. 3 (1). P. 28–39. (In Russian)
 26. *Yusupov I.M.* *Psihologiya empatii (teoreticheskie i prikladnye aspekty): Dis. ... d-ra psihol. nauk*. St. Petersburg: S-Peterb. gos. un-t, 1995. (In Russian)
 27. *Yashkova A.N., Milaeva K.A.* Agressiya i empatiya podrostkov. Aktual'nye problemy i perspektivy razvitiya sovremennoj psihologii. 2020. № 1. P. 82–87. (In Russian)
 28. *Bloom R.* Empathy and Its Discontents. *Trends in Cognitive Sciences*. 2017. V. 21. № 1. R. 24–31.
 29. *Bošnjaković J., Radionov T.* Empathy: Concepts, Theories and Neuroscientific Basis. *Alcoholism and Psychiatry Research*. 2018. № 54. P. 123–150.
 30. *Cameron C.D., Hutcherson C.A., Ferguson A.M., Schefker J.A., Hadjiandreou E., Inzlicht M.* Empathy is hard work: People choose to avoid empathy because of its cognitive costs. *Journal of Experimental Psychology: General*. 2019. V. 148 (6). P. 962–976.
 31. *Coplan A.* Understanding Empathy: Its Features and Effects. Coplan A., Goldie P. (eds). *Empathy. Philosophical and Psychological Perspectives*. New York: Oxford University Press, 2011. P. 3–18.
 32. *Davis M.H.* Measuring Individual Differences in Empathy: Evidence for a Multidimensional Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1983. V. 44. № 1. P. 113–126.
 33. *Decety J., Jackson Ph.L.* The Functional Architecture of Human Empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*. 2004. V. 3 (2). R. 71–100.
 34. *Decety J., Cowell J.* The complex relation between morality and empathy. *Trends in Cognitive Sciences*. 2014. V. 18. № 7. P. 337–339.
 35. *Gleichgerrcht E., Young L.* Low levels of empathic concern predict utilitarian moral judgment. *PLoS One*. 2013. V. 8. № 4.
 36. *Goldman A.I.* Two routes to empathy: Insights from cognitive neuroscience. Coplan A., Goldie P. (eds). *Empathy. Philosophical and Psychological Perspectives*. New York: Oxford University Press, 2011.
 37. *Goodhew S.C., Edwards M.* Attentional control both helps and harms empathy. *Cognition*. 2021. 206. Art. 104505.
 38. *Goodhew S.C., Edwards M.* The relation between cognitive failures and empathy // *Personality and Individual Differences*. 2022. 186. Art. 111384.
 39. *Hakansson Eklund J., Summer Meranius M.* Toward a consensus on the nature of empathy: A review of reviews. *Patient Education and Counseling*. 2020. V. 104 (2). P. 300–307.
 40. *Hall J.A., Schwartz R.* Empathy present and future. *The Journal of Social Psychology*. 2018. P. 1–19.
 41. *Hengartner M.P., Ajdacic-Gross V., Rodgers S., Muller M., Haker H., Rossler W.* Fluid intelligence and empathy in association with personality disorder traitscores: exploring the link. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*. 2014. V. 264. P. 441–448.

42. *Heym N., Kibowski F., Bloxson C., Blanchard A., Harper A., Wallace L., Firth J., Sumich A.* The Dark Empathy: Characterising dark traits in the presence of empathy. *Personality and Individual Differences*. 2020. 169. Art. 110172.
43. *Hodges S.D., Biswas-Diener R.* Balancing the empathy expense account: Strategies for regulating empathic response. T.F.D. Farrow, P.W.R. Woodruff (eds). *Empathy in mental illness*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 2007. P. 389–407.
44. *Jonason P.K., Kroll Ch.H.* A Multidimensional View of the Relationship Between Empathy and the Dark Triad. *J. of Individual Differences*. 2015. V. 36 (3). P. 150–157.
45. *Jordan M.R., Amir D., Bloom P.* Are Empathy and Concern Psychologically Distinct? *Emotion*. Advance online publication. 2016.
46. *Kanske P., Bockler A., Trautwein F.M., Parianen Lese-mann F.H., Singer T.* Are strong empathizers better mentalizers? Evidence for independence and interaction between the routes of social cognition. *Social, Cognitive and Affective Neuroscience*. 2016. V. 11 (9). P. 1383–1392.
47. *Kaukiainen A., Björkqvist K., Lagerspetz K., Österman K., Salmivalli Ch., Rothberg S., Ahlbom A.* The relationship between social intelligence, empathy, and three types of aggression. *Aggressive Behavior*. 1999. V. 25. P. 81–89.
48. *Lovett B.J., Sheffield R.A.* Affective empathy deficits in aggressive children and adolescents: A critical review. *Clinical Psychology Review*. 2007. V. 27. P. 1–13.
49. *McFarland D.C., Malone A.K., Roth A.* Acute empathy decline among resident physician trainees on a hematology-oncology ward: an exploratory analysis of house staff empathy, distress, and patient death exposure. *Psycho-Oncology*. 2017. V. 26. № 5. P. 698–703.
50. *Merle-Marie P., Marije R., Lea Jasmin S.F., Anne-lieke M.R.* Social Anxiety and Empathy: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*. 2021. V. 78.
51. *Miller P.A., Eisenberg N.* The relation of empathy to aggressive and externalizing/antisocial behavior. *Psychological Bulletin*. 1988. V. 103. P. 324–344.
52. *Salavera C., Usan P., Teruel P., Urbon E., Murillo V.* School Bullying: Empathy among Perpetrators and Victims. *Sustainability*. 2021. V. 13. Art. 1548.
53. *Vachon D.D., Lynam D.R., Johnson J.A.* The (non)relation between empathy and aggression: surprising results from a meta-analysis. *Psychological Bulletin*. 2014. V. 140. № 3. P. 751–773.
54. *Van Lissa C.J., Skyler T.H., Susan B., Koot H.M., Wim H.J.* Common and unique associations of adolescents' affective and cognitive empathy development with conflict behavior towards parents. *Journal of Adolescence*. 2016. V. 47. P. 60–70. 53.
55. *Walter H.* Social Cognitive Neuroscience of Empathy: Concepts, Circuits, and Genes. *Emotion Review*. 2012. V. 4. № 1. P. 9–17.