

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОГНІТИВНОЇ ЕМПАТІЇ В ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF COGNITIVE EMPATHY IN MEN AND WOMEN

У статті досліджено психологічні особливості когнітивної емпатії в чоловіків і жінок, зокрема акцентовано увагу на комплексному впливі біологічних, соціокультурних і нейрофізіологічних чинників, які визначають формування та прояв емпатійних навичок у представників різної статі. Розглянуто когнітивний та афективний компоненти емпатії як ключові складники процесу міжособистісного сприйняття, які забезпечують здатність не лише до розуміння, але й до емоційного відгуку на психічні стани інших осіб. Проведено порівняльний аналіз когнітивної емпатії в чоловіків і жінок, визначено специфічні гендерні відмінності, що проявляються в способах пізнання та емоційного реагування на зовнішні стимули. Відображення цих відмінностей у поведінкових стратегіях соціальної взаємодії проілюстровано через аналіз різних підходів до розв'язання соціальних конфліктів, комунікативних моделей та вираження співпереживання. Особливу увагу в статті приділено ролі гормональних механізмів, зокрема впливу тестостерону та естрогену, а також структурним і функціональним особливостям мозку, які впливають на емоційну чутливість і когнітивне оброблення соціальної інформації. Соціокультурні чинники, включно з гендерними ролями, стереотипами та процесами соціалізації, розглянуто як важливі детермінанти, що модулюють розвиток емпатійних навичок у різних вікових групах і професійних контекстах. Запропоновано практичні рекомендації щодо адаптації педагогічних, психотерапевтичних та управлінських підходів з урахуванням гендерної специфіки емпатійних процесів, що сприяє підвищенню ефективності міжособистісної комунікації, покращенню соціальної взаємодії та збагаченню психологічної підтримки в різних сферах життєдіяльності.

Ключові слова: когнітивна емпатія, гендерні відмінності, біологічні фактори, соціокультурні впливи, нейрофізіологія, міжособистісна взаємодія, емоційна чутливість, соціалізація, гендерні ролі, розвиток емпатії, психологія спілкування.

The article investigates the psychological characteristics of cognitive empathy in men and women, with particular emphasis on the complex influence of biological, sociocultural, and neurophysiological factors that determine the formation and expression of empathic skills in representatives of different genders. The cognitive and affective components of empathy are examined as key elements of the interpersonal perception process, which ensure the ability not only to understand but also to emotionally respond to the mental states of others. A comparative analysis of cognitive empathy in men and women is conducted, identifying specific gender differences manifested in ways of cognition and emotional responses to external stimuli. The reflection of these differences in behavioral strategies of social interaction is illustrated through an analysis of various approaches to resolving social conflicts, communication models, and expressions of compassion. Special attention is given to the role of hormonal mechanisms, particularly the influence of testosterone and estrogen, as well as structural and functional brain features that affect emotional sensitivity and cognitive processing of social information. Sociocultural factors, including gender roles, stereotypes, and socialization processes, are considered important determinants that modulate the development of empathic skills across different age groups and professional contexts. Practical recommendations are proposed for adapting pedagogical, psychotherapeutic, and managerial approaches considering the gender specificity of empathic processes, which contributes to enhancing the effectiveness of interpersonal communication, improving social interaction, and enriching psychological support in various spheres of life.

Key words: cognitive empathy, gender differences, biological factors, sociocultural influences, neurophysiology, interpersonal interaction, emotional sensitivity, socialization, gender roles, empathy development, psychology of communication.

УДК 159.9:316.454.52]:17.026.3:305
DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.76.66>
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Левчук М.Ю.

аспірант
Карпатський національний університет
імені Василя Стефаника

Когнітивна емпатія, яка визначається як інтелектуальна здатність суб'єкта усвідомлювати, інтерпретувати та відтворювати ментальні стани, емоційні переживання та перспективи іншої особистості, є ключовим елементом соціально-психологічного функціонування людини. У сучасній психології вона розглядається як механізм, що забезпечує ефективну міжособистісну комунікацію, соціальну адаптацію та регуляцію поведінкових реакцій у процесі взаємодії. Наукові емпіричні дані свідчать про наявність виражених гендерних відмінностей у рівні прояву когнітивної емпатії: у чоловіків і жінок спостерігаються різні патерни сприйняття та осмислення емоційних станів інших людей.

Метою статті є ґрунтовний аналіз особливостей когнітивної емпатії в чоловіків і жінок, а також визначення психологічних та соціальних наслідків цих відмінностей.

Емпатію традиційно поділяють на два ключові компоненти – афективний та когнітивний. Афективна емпатія трактується як здатність особистості емоційно резонувати з внутрішнім станом іншої людини, співпереживати її почуттям та реагувати адекватними емоціями. Когнітивна емпатія, своєю чергою, передбачає інтелектуальне усвідомлення та аналітичне розуміння внутрішніх станів, мотиваційних структур і перспектив партнера по взаємодії [12, с. 5]. За результатами низки досліджень установ-

лено, що жінки зазвичай демонструють вищі показники афективної емпатії, тоді як чоловіки нерідко характеризуються більш розвиненими когнітивними аспектами емпатійного реагування [12, с. 15].

Актуальність дослідження когнітивної емпатії полягає в тому, що вона є одним із базових механізмів соціальної когніції та відіграє визначальну роль у формуванні ефективних комунікативних стратегій, толерантної поведінки та гармонійних міжособистісних стосунків. У процесі зростання соціальної динаміки та глобалізаційних змін дослідження гендерної специфіки когнітивної емпатії набуває практичної значущості для вдосконалення системи освіти, психотерапії, медіації та соціальної роботи.

Роль емпатії в міжособистісній взаємодії та гендерних відносинах визначається її впливом на здатність будувати довірливі стосунки, ефективно розв'язувати конфлікти, проявляти соціальну підтримку та розуміння. Гендерні аспекти емпатії важливі для розуміння психологічних особливостей комунікативної поведінки чоловіків і жінок, а також для розроблення корекційних програм, спрямованих на розвиток емпатійних навичок у різних соціальних групах.

Короткий огляд досліджень свідчить про те, що у світовій психології існують різні концепції гендерних особливостей емпатії. Зокрема, результати робіт Барон-Коена, Девіса та інших дослідників підтверджують тенденцію до більш високого рівня афективної емпатії в жінок, що пов'язано як з біологічними, так і соціокультурними чинниками. Чоловіки натомість виявляють більш структуровані когнітивні стратегії розуміння емоційних станів, що може бути зумовлено як соціальною роллю, так і особливостями нейропсихологічних процесів [11].

У результаті емпіричних досліджень, проведених Шульте-Рютером та колегами, було встановлено, що жінки демонструють більш виражену схильність до емпатійно орієнтованої поведінки, а також характеризуються вищим рівнем здатності до точного і швидкого розпізнавання емоційних станів інших людей [13, с. 394]. Подібні результати підтверджуються в роботах Рюккерта та Наібара, які наголошують на стабільній перевазі жінок над чоловіками у виконанні завдань, пов'язаних з ідентифікацією емоційних реакцій та проявом афективної емпатії [15].

Разом із тим під час розгляду когнітивного компонента емпатії виявляються протилежні тенденції. Згідно з дослідженнями, чоловіки нерідко демонструють більш високі результати в завданнях, що потребують аналітичного розуміння перспективи або ментального стану іншої особистості, не обов'язково залучаючись до емоційного резонансу з її переживаннями [12], що свідчить про можливу диференціацію механізмів когнітивної та афективної емпатії залежно від гендерної приналежності, що, ймовірно, пов'язано з відмінностями в нейропсихологічній організації та соціальних ролях чоловіків і жінок.

Гендерні відмінності в когнітивному компоненті емпатії можна пояснити комплексною взаємодією біологічних та соціокультурних чинників. З біологічної позиції існують припущення, що гормональні відмінності, зокрема рівень тестостерону та естрогену, мають безпосередній вплив на розвиток і прояв емпатійних здібностей [14]. Зокрема, вважається, що підвищений рівень тестостерону корелює зі зниженим рівнем емпатійних реакцій, тоді як естроген може сприяти підсиленню емоційної чутливості та соціальної орієнтації. Чен та співавтори встановили, що високий рівень тестостерону негативно асоціюється з емпатійною поведінкою, що особливо виражено в чоловіків, які фізіологічно мають вищий показник цього гормону порівняно з жінками [14].

З позиції соціокультурного підходу розвиток емпатії значною мірою зумовлюється традиційними гендерними ролями та суспільними очікуваннями. Дівчат з раннього віку зазвичай виховують як більш турботливих, чутливих та емоційно виразних, що підкріплює і розвиває афективний аспект емпатії [15]. Чоловіки, навпаки, частіше орієнтовані на розвиток раціонального та когнітивного аспектів соціальної взаємодії, що пов'язано з вимогами, які суспільство висуває до маскуліної поведінки.

Нейровізуалізаційні дослідження підтверджують, що структурні та функціональні особливості головного мозку можуть лежати в основі цих відмінностей. У жінок спостерігається більший об'єм передньої поясної кори – ділянки, що безпосередньо пов'язана з емоційним обробленням та регуляцією афективних реакцій. У чоловіків же переважає більший об'єм тім'яної кори, яка відповідає за просторові здібності та когнітивне оброблення інформації [6]. Крім того, функціональна асиметрія півкуль також відіграє ключову роль у формуванні емпатії. Дослідження доводять, що права півкуля головного мозку є більш значущою в процесах емоційного розуміння та співпереживання. У жінок спостерігається більш виражена активація правої півкулі під час виконання завдань, що потребують емпатійного залучення [3], що може пояснювати їх перевагу в завданнях, орієнтованих на емоційне розпізнавання.

Крістов-Мур та співавтори здійснили міждисциплінарний аналіз, залучивши дані з етології, соціальної психології, нейроекономіки та нейронауки, щоб продемонструвати наявність глибинних і системних відмінностей у неусвідомлюваних (імпліцитних) показниках емпатії, які простежуються як на рівні індивідуального розвитку (онтогенезу), так і на рівні еволюційного становлення виду (філогенезу) [18]. Вчені дійшли висновку, що статеві відмінності в емпатійних реакціях не є суто культурно зумовленими чи нав'язаними процесами соціалізації, а мають біологічну основу, сформовану в ході еволюційного розвитку людини.

Дослідження показали, що чоловіки і жінки схильні використовувати різні стратегічні моделі емпатійної взаємодії. Чоловіки зазвичай демон-

струють більш утилітарно орієнтовану поведінку, залучаючи нейронні мережі, пов'язані з когнітивним контролем, аналітичним мисленням та раціональним розв'язанням проблем. Жінки ж, навпаки, характеризуються вищою емоційною чутливістю, активнішою реакцією дзеркальних нейронів та більш вираженим співпереживанням у відповідь на емоційний або фізичний біль іншої особи.

Швенк та співавтори (2014) провели емпіричне дослідження впливу віку, статі та рівня інтелектуального розвитку (IQ) на когнітивну та емоційну емпатію серед дітей і підлітків шкільного віку. Результати аналізу показали, що вік є одним із найвагоміших предикторів розвитку когнітивної емпатії, пояснюючи від 33,5% до 39,1% варіативності результатів. Параметри статі та IQ виявилися менш значущими: стать пояснювала лише від 3% до 5% дисперсії, а IQ – від 8% до 9%. На противагу цьому, ні вік, ні стать, ні рівень інтелектуального розвитку не продемонстрували істотного зв'язку з емоційною емпатією [18]. Дані свідчать про те, що протягом дитинства та юнацького віку відбувається активний розвиток когнітивної емпатії, тоді як емоційна емпатія залишається більш стабільною.

Отже, хоча загалом жінки демонструють вищі показники афективної емпатії, чоловіки нерідко мають перевагу в когнітивному аспекті емпатійних процесів. Такі відмінності зумовлені складною взаємодією біологічних, соціокультурних та нейропсихологічних факторів. Усвідомлення природи цих розбіжностей є критично важливим для створення цілеспрямованих психолого-педагогічних і клінічних програм, спрямованих на розвиток емпатійних навичок у представників обох статей. Майбутні дослідження повинні зосередитися на подальшому аналізі нейропсихологічних і соціальних механізмів, що лежать в основі гендерних відмінностей в емпатії, а також на пошуку методів їх гармонізації в різних освітніх, соціальних та терапевтичних контекстах.

Психологічний вимір емпатії виявляє суттєві гендерні особливості, пов'язані з когнітивними стилями, емоційною регуляцією та особистісними установками. Жінки демонструють більш виражену інтеграцію афективних і когнітивних процесів, що дозволяє їм швидше встановлювати емоційний контакт і співпереживати емоційному стану інших людей. Вони мають тенденцію до вищої емоційної інтуїції та чутливості до невербальних сигналів (інтонації, міміки, мікроекспресій). Така особливість пояснюється не лише соціалізаційними моделями, але й більшою схильністю жінок використовувати емоційно забарвлену інформацію під час прийняття рішень. Чоловіки схильні до аналітичного та систематичного підходу в процесі соціального сприйняття. Вони частіше фокусуються на логічній реконструкції поведінки іншого, намагаються інтерпретувати внутрішні мотиви через когнітивні стратегії, не завжди залучаються до афективного резонансу. Таке «відсторонене» ставлення дозволяє чоловікам ефективніше виконувати завдання, що

вимагають об'єктивного аналізу ситуації, наприклад, під час розв'язання конфліктів або ухвалення рішень, де надмірна емоційна залученість може знижувати раціональність мислення. Медіа, культурні норми та історично закріплені уявлення про «жіночість» і «чоловічість» впливають на формування емоційного інтелекту. Наприклад, у багатьох культурах очікується, що жінка проявлятиме більше емпатійних реакцій (як ознаку соціальної чутливості), тоді як у чоловіків ціниться здатність аналізувати ситуацію без емоційної «упередженості». Професійні та освітні сфери також формують когнітивну емпатію по-різному. Жінки частіше працюють у сферах, що вимагають високої соціальної взаємодії (освіта, соціальна робота, охорона здоров'я), що сприяє розвитку навичок розуміння емоційних станів інших. Чоловіки ж нерідко залучені у сфери, де важливішими є аналітичні здібності та стратегічне мислення, що стимулює розвиток когнітивного компонента емпатії без глибокого афективного залучення.

Емпіричні дослідження з гендерних аспектів емпатії демонструють неоднозначні результати, однак спільною тенденцією є розподіл переваг за різними компонентами емпатії. Метааналізи, проведені на основі даних понад 100 вибірок, виявили, що жінки стабільно мають вищі показники емоційної чутливості, тоді як чоловіки нерідко демонструють кращі результати в тестах на розуміння соціальних ситуацій та інтерпретацію психічних станів без емоційного залучення. Наприклад, дослідження із застосуванням тесту «Reading the Mind in the Eyes» (RMET), який оцінює здатність розпізнавати психічні стани за виразом очей, показують, що жінки мають невелику перевагу, однак у завданнях, де потрібно логічно реконструювати мотиви іншої людини або передбачити її поведінку, чоловіки нерідко мають вищі середні показники. Нейропсихологічні дослідження з використанням fMRI показали, що в чоловіків під час виконання когнітивних емпатійних завдань активуються ділянки префронтальної кори, що відповідають за аналітичне оброблення інформації та контроль когнітивних процесів. У жінок же спостерігається посилене взаємодія між лімбічною системою та ділянками мозку, що відповідають за соціальне сприйняття. Дані досліджень у віковому аспекті свідчать, що з віком когнітивна емпатія зростає у представників обох статей, але у чоловіків вона має тенденцію до більш швидкого вдосконалення в підлітковому та молодому дорослому віці, що пов'язано із соціальним навчанням і потребою виконувати ролі, де важливий стратегічний аналіз поведінки інших.

Системний аналіз теоретичних та емпіричних даних дозволяє стверджувати, що когнітивна емпатія є багатовимірним феноменом, який формується під впливом як біологічних (гормональних, нейрофізіологічних), так і соціокультурних факторів. Установлено, що жінки мають схильність до більш високих показників афективної

емпатії, що пов'язано з їх емоційною чутливістю та більш розвиненими механізмами емоційного оброблення інформації. Своєю чергою чоловіки нерідко демонструють вищий рівень когнітивної емпатії, зосереджуючись на логічному аналізі ситуацій, перспективному мисленні та раціональному розумінні психічних станів інших людей. Для психології ці результати мають значне теоретичне та практичне значення, оскільки вони дозволяють: глибше зрозуміти механізми міжособистісної взаємодії в різних соціальних контекстах; розробляти моделі розвитку емоційного інтелекту з урахуванням гендерної специфіки; адаптувати психотерапевтичні підходи та педагогічні стратегії з огляду на переваги і слабкі сторони когнітивної та афективної емпатії в чоловіків і жінок.

Отже, когнітивна емпатія формується під впливом складної взаємодії гормональних механізмів, особливостей мозкової організації, а також соціальних факторів, серед яких ключову роль відіграють гендерні ролі та культурні норми. Вікові та інтелектуальні характеристики також значною мірою впливають на рівень розвитку когнітивної емпатії, особливо в дитячому та підлітковому віці. Розуміння цих особливостей має вагоме значення для розвитку психологічної науки та практики, зокрема для адаптації педагогічних, психотерапевтичних та управлінських стратегій. Гендерно орієнтовані підходи сприяють підвищенню ефективності втручання, спрямованих на формування та вдосконалення емпатійних компетенцій у різних соціальних групах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Василюшина Т.В. Емпатія як фактор ефективності педагогічного спілкування : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2000. 20 с.
2. Журавльова Л.П. Діагностика емпатії та її форм у підлітковому та юнацькому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки: збірник*. Київ : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2020. Вип. 31(55). С. 154–161.
3. Коган І.М. Емпатія і особливості її розвитку у дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Ін-т психології імені Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2005. 20 с.
4. Мінько Т.В. Емпатія як умова розвивального впливу в міжособистісних стосунках. *Практична психологія та соціальна робота*. 2022. № 2. С. 19–21.

5. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяконов Г.В. Практикум із загальної психології. Київ : Знання, КОО, 2021. 204 с.
6. Mehrabian A., Epstein N. Measure of Emotional Empathy. *Journal of Personality*. 1972. Vol. 40. № 4. P. 525–544.
7. Miller N.E. a. Dollard J. Social learning and imitation. New Haven, Yale Univ. Press, 1941. 341 p.
8. Preston S. D., Waal, F. B. Empathy: Its ultimate and proximate bases. *Behavioral Brain Sciences*, 25, 2002. P. 1–71.
9. Richardson D.R., Hammock G.S., Smoth S. Empathy as a Cognitive Inhibitor of Interpersonal Aggression. *Aggressive Behavior*. 1994. Vol. 20. № 4. P. 275–289.
10. Rogers C. Empathic: An unappreciated way of being. *The Counseling Psychologist*. 1975. № 5. P. 2–10.
11. Titchener Edward Bradford. A text book of psychology. 1910. P. 474–505. URL: archive.org/stream/atextbookpsycho01titcgoog#page/n16/mode/2up
12. Smith A. Cognitive empathy and emotional empathy in human behavior and evolution. *The Psychological Record*, 2006, 56, 3–21.
13. Schulte-Ru ther M., Markowitsch H. J., Shah N. J., Fink G. R., Piefke, M. Gender differences in brain networks supporting empathy. *NeuroImage*, 2008, 42(1), 393–403.
14. Chen W., Feng H., Lv C., Lu J. Relationships between empathy, gender, and testosterone levels in older adults. *Shanghai Normal University*.
15. Rueckert L., Naybar N. Gender differences in empathy: The role of the right hemisphere. *Neuropsychologia*, 2008, 46(3), 774–783.
16. Clarke M. J., Marks A. D. G., Lykins A. D. Bridging the gap: The effect of gender normativity on differences in empathy and emotional intelligence. *Journal of Gender Studies*, 2015. DOI: 10.1080/09589236.2015.1049246.
17. Schwenck C., Gohle B., Hauf J., Warnke A., Freitag C. M., Schneider, W. Cognitive and emotional empathy in typically developing children: *The influence of age, gender, and intelligence*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2014, 55(1), 1–9.
18. Christov-Moore L., Simpson E. A., Coudé G., Grigaityte K., Iacoboni M., Ferrari P. F. Empathy: Gender effects in brain and behavior. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 2014, 46, 604–627.

Стаття надійшла у редакцію: 27.08.2025

Стаття прийнята: 12.09.2025

Опубліковано: 23.10.2025