

УДК 159.95

## ПРИРОДА ТА ПРОЦЕСУАЛЬНІСТЬ ЕМПАТІЇ

Святослав КУЗЬМИН, Інга ПЕТРОВСЬКА

*Львівський національний університет імені Івана Франка,  
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000,  
e-mail: psychology\_lviv@ukr.net*

Емпатію розглядають як складний психічний процес, який здатний емоційно проникати у внутрішній світ об'єкта, щоб пройнятися його душевними переживаннями як власними, зберігаючи свою лінію поведінки, відобразити після усвідомлення його стану своє емоційно забарвлене ставлення, відповідно до власних домінуючих моральних установок. Зосереджено увагу на біосоціалній природі емпатії, системній взаємодії між біологічним (наявність особливих нейронних структур, які відповідають за проведення емпатії) та соціальним. Ґрунтуючись на принципах системного підходу, окреслено структурні компоненти емпатії та механізм її утворення. З'ясовано відмінність емпатії від ідентифікації та децентрації.

*Ключові слова:* емпатія, емоційне зараження, дзеркальні нейрони, емпатогенна ситуація, ідентифікація, рефлексія, децентрація.

**Формулювання проблеми.** Незважаючи на актуальність і науковий потенціал цієї тематики, в науковому дискурсі проблематика природи та трактування емпатії – не вивчена до кінця. Багатоплановість і неоднозначність тлумачення терміна, сутнісних характеристик, структурних компонентів, а також механізму утворення емпатії, детермінували необхідність систематизувати різні погляди відповідно до цієї проблеми, а також висвітлення свого бачення процесуальності емпатії.

**Мета нашої праці** – проаналізувати емпатію як психологічний процес, окреслити її природу, процесуальність і механізм утворення, а також описати її структурні компоненти, їхню взаємодію.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідженнями проблеми емпатії займалися і займаються зарубіжні та вітчизняні науковці, зокрема: Т. П. Гаврилова, В. Галезе, Ю. Б. Гіппенрейтер, Д. Ріццолатті, К. Роджерс, Л. Фоггасі, З. Фройд, С. Ю. Головін, Т. Д. Карягіна, А. А. Меграбян, Н. Н. Обозов, В. В. Войтко, Л. П. Журавльова, Т. С. Кириленко, К. М. Лучко та ін. Проте вчені не одностайні у розумінні цього феномена.

Як зазначає Л. Журавльова, проблемним полем у трактуванні емпатії вважають “невизначеність співвідношення емоційного, когнітивного “внутрішнього” та поведінкового в емпатії; трактування статусу емпатії: вона і стан, і процес, і установка, і якість; відсутність визначеності у механізмах емпатії; розбіжності емпатії та схожих явищ: насамперед емпатії та симпатії, емпатії та ідентифікації” [6, с. 5].

На думку Ю. Б. Гіппенрейтер, емпатія це: "...здатність особистості переключатися з розуміння партнера на прояв власних як позитивних, так і негативних почуттів, не втрачаючи позитивного (конгруентного) ставлення до партнера" [11, с. 147]. Т. П. Гаврилова розглядає емпатію як: "...довільний відгук людини на емоції іншої, перетворення простих інстинктів на вищі почуття" [15, с. 150]. Досліджує емпатію К. Роджерс. Вона є ключовим елементом у психотерапії, становлячи разом із конгруентністю та безоцінковим ставленням – триаду необхідних умов психотерапевтичного процесу. Дослідник вважає, що: "Бути в стані емпатії, означає сприймати внутрішній світ іншого зі збереженням емоційних і смислових відтінків. Як нібито стаєш цим іншим, але без втрати цього відчуття "як нібито"" [16]. Із наведених трактувань випливає, що емпатія є тією ключовою якістю у професіях типу "Людина-Людина", за допомогою якої каталізується процес входження у внутрішній світ іншої людини, для подальшої реалізації фахових знань.

**Викладення основного матеріалу.** Щодо визначення емпатії, треба дослідити її сутність. Адже емпатію можна вважати властивістю та процесом, станом чи особистісною якістю, залежно від того, який рівень аналізу цікавить дослідника. Наприклад, якщо керуватись індукційним методом, який розглядає від конкретики до загального, то емпатію первинно можна розглядати як властивість. Фактажем цього є те, що її природа, крім соціального, має також генетичне коріння (про яке йтиметься далі), яке свідчить, що людина народжується з закладеними задатками до емпатії. На психофізіологічному рівні нас цікавитиме як саме емпатія функціонує, тому розглядати її можна як процес. Доказом цього є те, що вона постійно перебуває у динамічно-взаємопов'язаних перетвореннях на шляху від емоційного зчитування (зараження) до її кінцевого прояву. Якщо охоплювати ще загальніше, не зосереджуючи увагу на механізмах її виникнення та природі, можна розглядати емпатію як стан. Як стан емпатію можна розглядати на протигагу іншим станам, які саме в цей час паралельно з нею відбуваються в інших системах організму. Два найзагальніші статуси емпатії – трактування як якості особистості і як людський феномен. У першому випадку, наділяючи емпатію статусом особистісної якості, вона сприймається як потенційна здатність, яку людина може розвивати в собі та використовувати у певній сфері діяльності, акцентуючи увагу на її значущості. Зокрема, сфера психології належить до типу "Людина-Людина", наголошуючи на якісній міжособистісній взаємодії, бо емпатія є важливим чинником її встановлення, сприяє виникненню стосунків психолог-клієнт, які ґрунтуються на довірі. В цьому випадку як людський феномен емпатію можна окреслювати з позицій духовного ракурсу філософії, як даність вищих сил, які наділили людину емпатією, заклавши її в людську природу.

Отже, ми не виділяємо з цього масиву можливих статусів єдиний найважливіший. Розглядаємо їх як єдине взаємопов'язане утворення – система, де кожен аспект наукового огляду на своєму рівні важливий. Ми наділятимемо емпатію статусом процесу, оскільки увага зосереджена на її механізмах утворення.

Щодо природи емпатії, то варто зазначити про її біосоціальний характер. Генетичні основи емпатії вивчали близнюковим, генеалогічним, молекулярно-генетичним методами [8]. Ці дослідження довели наявність генетичної компоненти у формуванні

емпатії. З емпатію асоційовані гени: OXTR, GABRB3, AVPR1Ars1 і AVPR1aRS3 [8, с. 2]. Отриманий фактаж дає підстави стверджувати, що, народившись, людина вже володіє потенційною здатністю до емпатії. Однак біологічна компонента передбачає тільки наявність можливості до розвитку емпатії, виявляючись у формі задатків, розвиток яких для повноцінного її функціонування відбувається завдяки процесу соціалізації.

Зрозуміло, що для запуску механізму емпатії, наявності самостійних генних структур – недостатньо. Генетична основа емпатії – це своєрідний центр управління нею, який має відбуватися за наявності певних анатомічних провідних шляхів, забезпечуючи процеси інтеріоризації емпатогенної ситуації й екстеріоризації емпатичної реакції, і вони наявні. Зокрема, у 1990 р. італійський вчений Джакомо Ріццолатті виявив, що в головному мозку приматів є структури спеціальних – “дзеркальних нейронів”, які, об’єднуючись, утворюють так звану дзеркальну систему нейронів [12]. Останні дослідження (за допомогою методів прямої візуалізації головного мозку) підтвердили наявність дзеркальних нейронів і у людини [13, с. 156], бо відіграють ключову роль у розумінні значення дій інших людей. Щодо взаємозв’язку емпатії та дзеркальної системи нейронів, Джакомо Ріццолатті зазначив: “...швидке розуміння емоцій інших, яке гіпотетично відбувається завдяки емоційній дзеркальній системі є необхідною умовою емпатії, яка є основою більшості більш складних стосунків між індивідами” [12, с. 162]. Зауважимо, що розуміння емоцій іншої людини – так званий емоційний інтелект – є первинною необхідною ланкою, на підставі якої відбувається утворення емпатії, як вторинний психічний процес. Конкретизуючи залежність вияву емпатії від функціонування системи дзеркальних нейронів, акцентується увага на залежності продуктивності цих структур від їхньої активності, адже “...стверджується, що саме активність дзеркальних нейронів відіграє ключову роль у здатності до емпатії” [1, с. 4]. Як бачимо, дзеркальні нейрони в утворенні емпатії мають провідне значення як науково доведені провідні шляхи й анатомічні структури, за допомогою яких утворюється емпатія та від активності яких залежить її рівень виявлення. Цю активність як ключовий чинник утворення емпатії треба розвивати шляхом набуття соціального досвіду в комунікативній сфері. Адже розвиток емпатії залежить від рівня соціалізації людини. Як зазначає І. А. Дружиніна, “...ця здатність найбільш “невловима” для аналізу, але очевидна для всіх людей, що спілкуються” [4, с. 80], тому чим більше людина задіяна в контактах з соціумом, тим ліпше у неї розвинена емпатія, а отже, й активність дзеркальних нейронів, які забезпечують її утворення.

До складу емпатії автори зачисляють різні компоненти, виділяючи в її структурі той чи інший найважливіший, на їхню думку, компонент. Зокрема, автори інтегративного підходу (В. В. Бойко, В. М. Юсупов, Т. П. Гаврилова, К. Роджерс, Н. Н. Обозов, Ю. Б. Гіппенрейтер) емпатію розглядають як системне утворення, до складу якого входять такі компоненти: емоційний, когнітивний, поведінковий і комунікативний [9, с. 459]. Емоційний компонент – це співучасть у переживаннях інших людей. Когнітивний – здатність прогнозувати поведінку іншої людини. Поведінковий виражається в актах безкорисливої допомоги іншій людині, а комунікативний компонент допомагає передати людині розуміння її переживань. А. Н. Обозов, розуміючи емпатію як механізм

спілкування, зачисляє до неї: когнітивну, емоційну та дієву складову, вважаючи, що “в основі ієрархічної структурно-динамічної моделі лежить когнітивна емпатія” [14, с. 152], яка виявляється в розумінні психічного стану іншої людини без зміни власного стану. С. Ю. Головін трактує емпатію як “...осягання емоційного стану, проникнення-вчуття в переживання іншої людини” [4, с. 79] та на підставі цього виділяє: емоційну, когнітивну та предикативну емпатію. На відміну від уже знайомих видів емпатії, предикативну трактують як таку, що виявляється у здатності передбачати афективні реакції іншого в конкретних ситуаціях. Л. П. Журавльова у структурі емпатії виділяє такі компоненти: “...афективний (емоційний), когнітивний (пізнавальний) і конативний (дієвий)” [5, с. 52].

Незважаючи на багатозначність трактувань емпатії та різні погляди на її структурні компоненти, на нашу думку, треба розрізняти такі компоненти:

- емоційний – зчитування та сприймання емоційних переживань об’єкта емпатії, передаючи їх відповідними провідними шляхами в когнітивні центри;
- когнітивний – опрацювання сприйнятих переживань емпата з можливістю відчуття його переживання на собі, перейнявшись ними як власними зі збереженням своєї лінії поведінки та виробити на підставі домінуючих моральних установок певне узагальнене ставлення щодо нього у конкретній ситуації;
- поведінковий – забезпечення емоційно забарвленої екстеріоризації свого ставлення щодо емпатогенної ситуації емпата у тій чи іншій формі чи дії.

Підтримуючи позицію системного підходу, вважаємо, що не зовсім доцільно виокремлювати той чи інший домінуючий компонент із вище перелічених. Емпатія є цілісною структурою, діє за аналогією до теорії функціональних систем П. К. Анохіна, в якій кожен елемент виконує свою важливу функцію, проте всі вони діють разом як єдина злагоджена функціональна система.

Проаналізувавши природу та виокремивши компоненти емпатії, треба розглянути механізм її утворення покроково. Вдаючись до аналогії (для полегшення сприйняття інформації), механізм емпатії можна звести до принципу функціонування рефлекторної дуги, де вироблення рефлексу аналогічне до емпатії. За основу механізму емпатії, на яку можна опертися, ми взяли дослідження Л. П. Журавльової, у якій “сприймання емпатогенної ситуації і співпереживання складають дві ланки першого етапу; переживання з приводу почуттів іншого, як другого етапу, аналізуючи її на когнітивному рівні внісши деякі корективи, щодо загального бачення; систему дієвих компонентів, як третього” [5, с. 40–52], доповнюючи цю структуру певними власними корективами.

Емпатія виникає в емоційному компоненті, який розкривається в умовах так званої емпатогенної ситуації (ЕС), за наявності суб’єкта (емпатуючий) та об’єкта емпатії (емпат). Емпатогенна ситуація – це ситуація, в якій емпат переживає певний психічний емоційно-забарвлений стан. Зазвичай процес емпатії асоціюють із тими емпатогенними ситуаціями, в яких емпат переживає стани неблагополуччя. Т. С. Кириленко зазначає: “деякі автори до емпатогенних зараховують і ситуації, в яких об’єкт переживає радісні почуття, що провокують у суб’єкта певні емоційні реакції (співрадість)” [7, с. 148]. Відповідно до нашої аналогії, цей етап є тим самим подразненням чутливих рецепторів, внаслідок якого запускається механізм утворення рефлексу.

Актуалізація емпатії відбувається через емоційне зараження емпатуючим (емоційне зчитування), яке становить: "...процес передачі емоційного стану від іншого індивіда на психофізіологічному рівні контакту попри власний смисловий вплив чи як додаток до нього" [3, с. 24], виконуючи відповідно до механізму рефлекторної дуги функцію аферентних нейронів, забезпечуючи після зчитування експресії емпата перехід від рівня відчуттів до сприйняття. Тим паче цю аналогію можна сприймати буквально, бо таке сприймання є однією з функцій дзеркальних нейронів.

Після зчитування емоційного стану іншої людини, її розпізнавання відбувається на когнітивному рівні завдяки процесам ідентифікації та децентрації, діючи на підґрунті рефлексії. Рефлексію трактують як "...внутрішню психічну діяльність, спрямовану на усвідомлення власних дій та станів людини" [10, с. 635]. Рефлексія забезпечує концентрацію особистості емпатуючого на собі – своєму внутрішньому світі (пережитий екзистенційний, унікальний досвід). Коли до когнітивних центрів надходить сприйнята інформація, то для її розпізнавання вмикається механізм ідентифікації (отождоження). Варто зазначити, що багато науковців, трактуючи емпатію, часто плутають її з ідентифікацією, бо терміни досить схожі за механізмом дії. Через це виникають значні непорозуміння у розумінні термінології та розмежуванні процесів: емпатії, децентрації та ідентифікації. Ідентифікацію, за визначенням В. В. Войтко, трактують як "...прийом наукового пізнання, при якому встановлюється тотожність, подібність об'єктів завдяки спільності певних рис, ознак" [2, с. 67]. Процес ідентифікації має й відмінні критерії від емпатії, однак виконує важливу роль у її утворенні. Як зазначалось вище, процес ідентифікації передбачає уподібнення себе до емпата, намагаючись повністю вибудувати свою поведінку так, як це б робив емпат, зливаючись з ним у єдине ціле. Процес емпатії, передбачає часткову ідентифікацію, але тільки заради діагностики стану іншого. Про це зазначила Т. Б. Партико на прикладі взаємодії клієнт-психолог: "Психолог бере до уваги лінію поведінки клієнта або його точку зору, приймає її зі співчуттям. Однак свою поведінку вибудовує по-своєму" [10, с. 99]. Нехтується при ідентифікації, розмежовуючи два поняття. Якщо емпатуючий, шляхом отождоження, вибудує свою поведінку так само як це б, на його думку, зробив інший – відбувається повна ідентифікація як втрата свого "Я" (розчинення "Я" в особистості іншого). Засновник клієнт-центрованої терапії Карл Роджерс, під час проведення психотерапевтичних заходів, вбачав небезпеку в тому, що в психологічному консультуванні треба виявляти емпатійне розуміння та тримати дистанцію між емпатією та ідентифікацією без злиття: ніби й отождожуючись із людиною, але не забуваючи про частку "як нібито". Залишаючи свою лінію поведінки. Якщо цією вказівкою знехтувати, то будемо плисти за течією, переживаючи ці проблеми, що може стати причиною нервового зриву чи емоційного вигорання.

Ідентифікація є релізером (причиною) для виникнення співпереживання як легкої форми вияву емпатії, тригування якої відбувається залежно від свідомого вибору емпатуючого. При співпереживанні емпатуючий намагається відповісти на запитання: якби я сприймав ситуацію емпата щодо своєї унікальності? Ідентифікація вмикається не усвідомлено, ґрунтуючись на егоцентричних засадах, оскільки опирається на свій

досвід. Двоє людей, переживаючи ту саму ситуацію, не будуть розцінювати її однаково. Як зазначив видатний французький фізіолог Алексіс Каррель: “Кожна людина – історія, не схожа ні на яку іншу”. Інша людина – інший життєвий досвід, інші життєві травми, умови виховання чи властивості ВНД. Зважаючи на такий спектр неповторності іншої людини, для глибокого розуміння її переживань, треба вміти долати свій егоцентризм, трактуючи ситуацію, опираючись на децентрацію як досконаліший механізм мислення на противагу ідентифікації. Коли ідентифікація не переривається на співпереживанні, вона переходить до децентрації як складнішої, але досконалішої форми. Як відомо, людина народжується егоцентричною за природою і тільки у процесі соціалізації переходить від егоцентричного мислення до децентрації. Такий процес переходу відбувається у період дошкільного віку як основне новоутворення у пізнавальній сфері. Децентрацією мислення називається: “...здатність дитини до врахування думок чи позицій інших людей при вирішенні мисленневих задач.” [14, с. 352]. Це не означає, що егоцентризму цілком немає. Раніше ми зазначили, що переходимо від ідентифікації (яка відбувається автоматично), яка ґрунтується на егоцентризмі, до децентрації. На цьому рівні ідентифікація наявна як початкове врахування своїх позицій, проте акцентується на врахуванні позицій іншого. Децентрація є складнішою формою емпатії, за якої рефлексія відбувається з акцентом на внутрішньому світі емпата, а не на своєму, що потребує більшої соціалізації й уяви. На цьому етапі емпатуючий намагається відповісти на запитання: як він сприймає цю ситуацію, враховуючи особливості свого внутрішнього світу? Тільки знайшовши правильну відповідь на це запитання, емпатуючий може виробити загальну картину внутрішнього стану особистості емпата, дізнавшись, які переживання за модальністю йому в цей час характерні: позитивні чи негативні.

Процес ідентифікації та децентрація полягають в усвідомленні внутрішнього стану, який переживає емпат. Дізнавшись це, відбувається передача інформації, яку розпізнають шляхом децентрації, через призму власних домінуючих моральних установок, які в кожного унікальні. На цьому когнітивному етапі забезпечується побудова реакції на ситуацію емпата, відповідно до його психічного стану, який він переживає. Весь когнітивний етап від ідентифікації до пропускання через власні моральні установки можна розглядати аналогічно до вставних нейронів, мета яких донести інформацію до головного мозку, вибудувавши відповідну реакцію у ньому. Моральний блок формування емпатії стає тригером (пусковим механізмом) в екстеріоризації своєї поведінки щодо переживань емпата, що відповідно до аналогії виконує функцію еферентних нейронів, які подають сигнал дії до робочого м’язу, утворюючи рефлекс. Залежно від спрямованості моральних установок (егоцентризм чи альтруїзм) емпатуючого буде залежати модальність поведінки до емпата. Отож, ми цілковито погоджуємось із позицією Л. П. Журавльової, яка зазначила: “...психічні стани іншого можуть викликати як адекватні, так і неадекватні переживання суб’єкта: вони можуть мати амбівалентний характер, полярну модальність тощо. Наприклад, горе може викликати як співчуття, так і злорадство, а радість – співрадість і заздрість” [5, с. 47].

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Емпатія – це складний психічний процес, який здатний емоційно проникати у внутрішній світ об’єкта, щоб

пройнятися його душевними переживаннями як власними, зберігаючи свою лінію поведінки, та відобразити після усвідомлення його стану своє емоційно-забарвлене ставлення, відповідно до власних домінуючих моральних установок.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у визначенні ролі емпатії як професійно-детермінуючої якості особистості практичного психолога; пошуку чинників, які впливають на розвиток емпатії та розробку тренінгів для підвищення рівня емпатії.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бояндіна Г. С. Філософське розуміння біологічних засад феномену емпатії / Г. С. Бояндіна // Вісник Київського національного університету ім. Тараса Шевченка. – 2010. – №97. – С. 4–8.
2. Войтко В. І. Психологічний словник / В. І. Войтко. – Київ : Вища школа, 1982. – 216 с.
3. Горбатова Е. А. Эмпатия: Психологическая структура и механизмы реализации / Елена Александровна Горбатова. // Учение записки СПбГИПСР. – 2014. – С. 23–29.
4. Дружиніна І. А. Емпатія у системі професійно важливих якостей майбутніх психологів / І. А. Дружиніна. // Психологія: Реальність і перспективи.. – 2015. – №4. – С. 78–81.
5. Журавльова Л. П. Психологія емпатії : монографія / Лариса Петрівна Журавльова. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. – 327 с.
6. Карягина Т. Д. Эволюция понятия “Эмпатия” в психологии : дис. канд. психол. наук / Т. Д. Карягина. – Москва, 2013. – 175 с.
7. Кириленко Т. С. Психологія. Емоційна сфера особистості. / Таїсія Сергіївна Кириленко. – Київ: Либідь, 2007. – 256 с.
8. Лучко К. М. Агресивність та емпатія як фактори генетичної диференціації міського населення : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. біол. наук / К. М. Лучко. – Київ, 2016. – 22 с.
9. Маценок А. О. Взаємозв'язок емпатії та психологічного благополуччя у майбутніх психологів. / А. О. Маценок. // Молодий вчений. – 2016. – № 4. – С. 459–462.
10. Партико Т. Б. Психологія : підручник / Т. Б. Партико та ін. – Київ : Ін Юре, 2014. – 661 с.
11. Перетятко Л. Г. Аналіз емпатії та темпераменту як компонентів педагогічної діяльності / Л. Г. Перетятко, Н. О. Юдіна // Психологія і особистість. – 2017. – № 1. – С. 146–154.
12. Риццолатти Д. Зеркала в мозге: О механизмах совместного действия и сопереживания / пер. с англ. О. А. Кураковой, М. В. Фаликман / Д. Риццолатти, К. Синигалья. – Москва : Языки славянских культур, 2012. – 208 с.
13. Романюк В. Л. Дзеркальні нейрони та проблеми когнітивної психофізіології // Наукові записки НУОА. – Серія “Психологія і педагогіка”. – Вип. 12. Сучасні дослідження когнітивної психології. – Острогор : Вид-во НУОА, 2009. – С. 152–159.
14. Сакалюк О. П. Емпатія як соціально-психологічний феномен / О. П. Сакалюк // Наукові записки Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. – 2013. – № 110. – С. 147–153.
15. Сергєєнкова О. П. Вікова психологія : навч. посіб. / О. П. Сергєєнкова, О. А. Столярчук, О. П. Коханова, О. В. Пасєка та ін. – Київ : Центр учбової літератури, 2012. – 376 с.
16. Rogers C. Empathic: An Unappreciated Way of Being [Електронний ресурс] / Carl Rogers // The Counseling Psychologist. – 1975. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.sa>

geofasheville.com/pub\_downloads/EMPATHIC\_AN\_UNAPPRECIATED\_WAY\_OF\_BEING.pdf

Стаття надійшла до редколегії 28.11.2017

Прийнята до друку 28.12.2017

## EMPATHY NATURE AND PROCESSUALITY

**Sviatoslav KUZMYN, Inha PETROVSKA**

*Ivan Franko National University of Lviv,  
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000,  
e-mail: psychology\_lviv@ukr.net*

Empathy is considered by us from the standpoint of a systematic approach, as a complex mental process, which is the ability to emotionally penetrate into the inner world of the empath in order to feel their emotional experiences as if they were our own while maintaining our own line of behavior, exteriorizing emotional attitude, after realizing their state, according to our own dominant moral attitude. The article analyzes biosocial nature of empathy. It presents the results of genetic studies, which indicate the presence of a genetic component in the formation of empathy, as well as specific genes associated with it. The system of mirror neurons, which is an anatomical link of an organism, has been characterized, playing a key role in the formation of empathy whose level of expression depends on the activity of this system. We emphasize the interdependence of biological and social in a human being. Accordingly, biological acts as an opportunity to develop in the form of deeds, the development of which occurs through the process of socialization, as a result of interpersonal interaction with others, and as a consequence experience of life events, which determines the level of empathy.

On the basis of the analyzed scientific literature, the main, in our opinion, components of empathy, namely emotional, cognitive and behavioral, are singled out. However, we consider it inappropriate to distinguish one – the most important component. Since, based on the positions of the system approach, we consider each component to be equivalent in terms of functional value. The emotional component of empathy involves reading and perceiving the emotional experiences of the object of empathy, passing them via appropriate leading ways to the cognitive centers. Passing from emotional to cognitive, in the latter there is a process of perceived experiences of the empath, with the ability to feel their experiences, perceiving them as our own with the preservation of our line of behavior and to develop on the basis of dominant moral attitudes a certain generalized attitude towards them in a particular situation. The behavioral component is characterized by the provision of an emotionally colored exteriorization of our attitude toward the empathogenic situation of the empath in one form or another.

The article considers in detail the mechanism of empathy formation which occurs as a result of a consistent systemic interaction between the components of empathy. The empathy mechanism itself is explained by resorting to the analogy of the reflex arc functioning. We show that the empathy originates in the emotional component, due to the presence of the empathy subject (empathic person) and object (empath). Empathy is updated through emotional contagion (emotional reading) of the emotional state by an empathic person under conditions of the so-called “empathic situation” (ES). After reading the emotional state of some other person, it is recognized at the cognitive level through the processes of identification and decentralization on the basis of reflection. At this stage, the sequence of the formation of empathy on its cognitive level is explained, outlining the differences



between these leading processes, as well as their interaction in the processing of perceived information. Subsequently, the moralisation of the situation takes place through the prism of own dominant attitudes, and the attitude to empath, which is expressed through such possible forms of empathy as: sympathy, wickedness, compassion or envy, is formed.

*Key words:* empathy, emotional contagion, mirror neurons, empathic situation, identification, reflection, decentralization.