

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2025. Т. 31, № 1. С. 84–91. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2025, vol. 31, no. 1, pp. 84–91.

ISSN 2073-1426

Научная статья

УДК 159.9

EDN FUCSEI

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2025-31-1-84-91>

ВОЗМОЖНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ИГРЫ «ЭМПАТИ-БИНГО» КАК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОТЕХНОЛОГИИ

Веричева Ярослава Игоревна, Костромской государственной университет, Кострома, Российская Федерация, yaravericheva1official@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0007-8608-0038>

Крылова Наталья Геннадьевна, кандидат педагогических наук, доцент, Костромской государственной университет, Кострома, Российская Федерация, natkrulova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5102-5393>

Аннотация. Статья посвящена изучению потенциала психологической игры «Эмпати-Бинго» как интегративной психотехнологии, направленной на оценку и развитие эмпатии у участников. Представлены результаты двух эмпирических исследований: первичной апробации психологической игры «Эмпати-Бинго» и определения конвергентной валидности как вспомогательной методики диагностики эмпатии, характера связей между общим баллом и отдельными блоками игры «Эмпати-Бинго». По результатам апробации психологической игры «Эмпати-Бинго», проведенной на группах людей юношеского возраста и возраста ранней взрослости (N общ. = 44; M = 17,15; SD = 1,35), из которых 75 % выборки являлись девушки и молодые женщины, 35 % выборки являлись юношами и молодыми мужчинами, удалось определить структуру психологической игры «Эмпати-Бинго», состоящую из трех этапов-блоков. В эмпирическом исследовании оценивалась конвергентная валидность 1-го этапа игры «Разгляди эмоцию» и 3-го этапа «Почувствуй эмоцию». Выборка составила 103 человека разного возраста (M = 21,69 л., SD = 4,6), пола (62,14 % ж. и 37,86 % м.) и социального статуса. В исследовании использовался опросник по эмоциональному интеллекту (TEIQue-SF), опросник когнитивной и аффективной эмпатии ЭКА (QCAE). Результаты показали, что игра «Эмпати-Бинго» в большей степени ориентирована на развитие аффективного компонента эмпатии, включая эмоциональную заразительность и периферическую чувствительность. Полученные данные позволяют рассматривать игру «Эмпати-Бинго» как вспомогательную методику для оценки уровня развития эмпатии и ее компонентов, особенно в командном игровом формате.

Ключевые слова: психологическая игра, эмпатия, эмоциональный интеллект, интегративная психотехнология, коллективная игра, конвергентная валидность.

Для цитирования: Веричева Я.И., Крылова Н.Г. Возможности психологической игры «Эмпати-Бинго» как интегративной психотехнологии // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2025. Т. 31, № 1. С. 84–91. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2025-31-1-84-91>

Research Article

THE POTENTIAL OF THE PSYCHOLOGICAL GAME «EMPATHY BINGO» AS AN INTEGRATIVE PSYCHOTECHNOLOGY

Yaroslava I. Vericheva, Kostroma State University, Kostroma, Russia, yaravericheva1official@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0007-8608-0038>

Natalia G. Krylova, Candidate of pedagogical sciences, Kostroma State University, Kostroma, Russia, natkrulova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5102-5393>

Abstract. The paper is focused on the study of the potential of the psychological game “Empathy Bingo” as an integrative psychotechnology aimed at an estimation and development of empathy in participants. Two studies are discussed: the primary approbation of the game “Empathy Bingo” and the study of its compliance with the target construct “empathy” and its effectiveness for diagnosing empathy. The first study involved 44 participants, mainly (75 %) girls and young women, 35 % of the sample were boys and young men (N total = 44; M = 17.15; SD = 1.35), and established the game’s three-stage structure. The second study, with 103 individuals of varying ages (M = 21.69, SD = 4.6), sex (62.14 % w. and 37.86 % m.) and backgrounds, assessed the game’s first and third stages. Emotional intelligence questionnaire (TEIQue-SF), cognitive and affective empathy questionnaire (QCAE) were used in the study. The Empathy Bingo game focused more on the development

of the affective component of empathy, including emotional contagion and peripheral sensitivity. The results of the study allow us to consider the psychological game Empathy Bingo is useful integrative psychotechnology as an auxiliary tool for measuring empathy levels and empathy development, particularly in group settings.

Keywords: psychological game, empathy, emotional intelligence, integrative psychotechnology, team game, convergent validity.

For citation: Vericheva Y.I., Krylova N.G. The potential of the psychological game “Empathy Bingo” as an integrative psychotechnology. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2025, vol. 31, no. 1, pp. 84–91 (In Russ.). <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2025-31-1-84-91>

Введение. Игра является внутренне мотивированной, самоцельной для человека деятельностью, в которой он ощущает себя наиболее естественно, находясь в субъектной позиции и полностью управляя процессом своего развития в контексте игровой ситуации [Практикум]. Эта особенность игры позволяет увидеть ее психологический потенциал как ресурс для личностного развития участников. Существуют несколько видов психологических игр: 1) игровые оболочки, в которых игровое пространство является фоном для реализации других психотехнологий (чаще тренинговых), 2) игры-проживание, сущность которых заключается в построении межличностных отношениях, происходит осмысление ценности своего существования в заданной игровой ситуации, 3) игра-драма, ориентированная на совершение выбора участника в контексте игровой ситуации как акта смыслового и ценностного самоопределение человека, 4) деловые игры, задачей участника которой становится освоение и осмысление инструментальных задач, связанных с выполнением реальной деятельности [Практикум]. Психологические игры зачастую применяются в качестве образовательных психотехнологий [Крылова] или инструмента психологического консультирования [Фаерман]. Однако в русле развития современной психологии как науки – становления интегративной парадигмы – психологическая игра обретает особое значение, так как в этой форме работы может быть реализован один из принципов этой парадигмы: «интегрирование диагностического и психотехнического инструментария при сохранении их автономии в последующем развитии» [Козлов], что позволяет рассмотреть психологическую игру как интегративную психотехнологию.

Первоначально психологическая игра «Эмпати-Бинго» применялась как терапевтический инструмент работы с группой на официальном портале исследователей позитивной психологии positivpsychology.com в официальном инструментарии «The Positive Psychology Toolkit» [Pennock, Alberts; Веричева Я.И., Веричева О.Н.]. Основными целями применения упражнения являлись: повышение осведомленности участников группы об эмпатии, помощь в проявлении сочувствия к самому себе (self-compassion) [Веричева Я.И., Веричева О.Н.]. Игра состояла из двух частей. Часть «А» включала в себя бинго-бланк, в котором участники могут вычеркнуть описанное ведущим

эмоцию или чувство. Были представлены 12 эмоций и чувств, проявляющихся в социальных взаимодействиях. Часть «В» включала в себя диалоги, в которых проявлялись заданные и присутствующие в бинго-сетке эмоции и чувства [Веричева Я.И., Веричева О.Н.].

Недостаточность репрезентации негативных эмоций в материале тренингового упражнения, культурные различия в восприятии сложных эмоций и чувств, а также факт того, что теоретическая модель упражнения «Empathy-Bingo» S.F. Pennock, H. Alberts является проприетарной, стали основаниями для структурного пересмотра стимульного материала упражнения «Empathy-Bingo» и процедуры его предъявления.

Апробация игры «Эмпати-Бинго» была проведена в две серии в форме командного группового соревнования (N общ. = 44; M (средний возраст) = 17,15; SD = 1,35; 75 % девушек и молодых женщин, 35 % юношей и молодых мужчин).

В соответствии с задачами структурного пересмотра упражнения была выбрана форма психологической игры-оболочки, был изменен и дополнен стимульный материал, ход игры. Пересмотренная версия упражнения «Empathy-Bingo» S.F. Pennock, H. Alberts – психологическая игра «Эмпати-Бинго» – состоит из трех этапов:

1. Этап «Разгляди эмоцию», 15–20 минут.

Участникам предлагается узнать 12 эмоций (радость, печаль, гнев, отвращение, удивление, горе, стыд, интерес, презрение, смущение, вина, восторг) по фотографиям человеческих лиц. На данном этапе выдаются пустые бинго-карточки и наименования эмоций для 1-го этапа. Этот этап являлся индивидуальным.

2. Этап «Считай эмоцию», 25–30 минут.

Участникам предлагается определить 20 эмоций (радость, стыд, волнение, презрение, гнев, страх, смущение, горе, уверенность, благодарность, тревога, надежда, свобода-восторг, вина, спокойствие, удивление, отвращение, интерес, любовь, печаль) по видеофрагментам из художественных кинофильмов и мультфильмов. На этом этапе выдаются пустые бинго-карточки и наименования эмоций. Этот этап являлся командным.

3. Этап «Почувствуй эмоцию», 8–10 минут.

Участникам предлагается определить одну эмоцию из 20 (радость, стыд, волнение, презрение, гнев,

страх, смущение, горе, уверенность, благодарность, тревога, надежда, свобода-восторг, вина, спокойствие, удивление, отвращение, интерес, любовь, печаль) по тексту диалога (печатному материалу). Участник должен определить более ярко проявленную эмоцию у одного из собеседников. Этот этап являлся командным.

Для того чтобы оценить потенциал психологической игры «Эмпати-Бинго», ее соответствие целевым конструктам «эмпатия» или «эмоциональный интеллект», был проведен анализ современных концептуализаций данных феноменов. Соотношение феноменов «эмпатия» и «эмоциональный интеллект» является дискуссионной психологической проблемой. Эмоциональный интеллект и эмпатия являются адаптационными механизмами, позволяющими оценивать окружающий эмоциональный фон, что способствует социальной ориентировке. Эмоциональный интеллект традиционно определяется и измеряется в рамках модели способностей, понимающей его как когнитивную способность, связанную с обработкой эмоциональной информации, и измеряется тестами [Панкратова]. Смешанные модели понимают эмоциональный интеллект как совокупность когнитивных способностей и личностных черт, помогающих управлять эмоциями и идентифицировать их. Измерительные инструменты, созданные в рамках смешанных моделей эмоционального интеллекта, построены по типу личностных опросников [Панкратова]. Адаптивное значение эмоционального интеллекта отмечает Р. Бар-Он [Хазова], который понимает эмоциональный интеллект «как совокупность некогнитивных способностей, компетенций, умений, которые влияют на способность быть успешным в совладании с требованиями и давлением окружающей среды» [Bar-On R.].

Эмоции рассматриваются как особый класс психических процессов и состояний, связанных с инстинктами, потребностями и мотивами, отражающих в форме непосредственного переживания (удовлетворения, радости, страха и т. д.) значимость действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности [Хомская, Батова]. В рамках теории дифференциальных эмоций К.Э. Изарда эмоция – это психологическое явление, которое «переживается как чувство (feeling), мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и действия» [Изард]. В рамках модели Decety J., Moriguchi Y. эмпатия представляет собой многомерный двусоставной психический процесс. «Низшая» эмпатия – автоматический, бессознательный эмоциональный процесс, помогающий распознавать эмоциональное состояние другого человека. «Высшая» эмпатия – осознаваемый когнитивный психический процесс, помогающий объ-

яснять и предсказывать собственное поведение человека и поведение других людей (в рамках модели Decety J., Moriguchi Y.) [Decety, Moriguchi]. Теоретическая модель эмпатии «Social Work Framework for Empathy» [Панкратова] разделяет эмпатию на три компонента: 1. Affective response – неосознаваемый аффективный компонент; 2. Cognitive processing – когнитивный компонент; 3. Conscious decision making – поведенческий компонент, выделяющий ключевые нейрофизиологические, психологические и социальные феномены для каждого из них и пути их развития. В рамках модели эмоционального интеллекта (как комплекса способностей) [Gerdes, Segal, Jackson, Mullins] Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо эмоциональный интеллект состоит из четырех компонентов: идентификация эмоций, эмоциональное содействие мышлению, понимание эмоций, управление эмоциями, которые организованы в виде иерархии [Mayer, Salovey, Caruso]. Следовательно, эмпатия может рассматриваться как часть эмоционального интеллекта (как в модели Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо), так и как самостоятельный конструкт (как в модели «Social Work Framework for Empathy»). Игровые инструменты, задачами которых является развитие осознанности, повышение эмоциональной осведомленности, могут быть использованы в качестве инструментов для развития и оценки развитости различных компонентов эмпатии.

Программа исследования. Целью исследования являлось определение эмпирической (конвергентной) валидности первого блока «Разгляди эмоцию» и третьего блока «Почувствуй эмоцию» психологической игры «Эмпати-Бинго», определение ответов, соответствующих континууму правильно определенной эмоции по уровням ее определения и характера связи результатов по отдельным игровым блокам и общего балла игры (внутренней согласованности блоков игры «Эмпати-Бинго»).

Гипотеза исследования заключалась в том, что первый и третий блок психологической игры «Эмпати-Бинго» обладают конвергентной валидностью, что позволяет использовать ее как вспомогательный инструмент диагностики эмпатии.

Исследование было проведено в период с октября 2023 г. по октябрь 2024 г., состояло из двух этапов:

1. Пилотажное исследование, апробация психологической игры «Эмпати-Бинго» на базе студенческого объединения «Клуб психологических игропрактик» кафедры общей и социальной психологии института педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет», ОГБУ «Молодежный центр “Кострома”» [Веричева Я.И., Веричева О.Н.].

2. Эмпирическое исследование, направленное на проверку конвергентной валидности первого и третьего блока психологической игры «Эмпати-

Бинго», внутренней согласованности этих блоков психологической игры «Эмпати-Бинго».

Методы:

1. Опросник по эмоциональному интеллекту (Trait Emotional Intelligence Questionnaire, TEIQue-SF), адаптация: А.А. Панкратова, Д.С. Корниенко, А.В. Фетисова, 2021.

2. Опросник когнитивной и аффективной эмпатии ЭКА (QCAE), адаптация: А.И. Белоусова, М.Я. Гейвандова, 2021.

3. Тест «Распознавание эмоций», включающий в себя стимульный материал психологической игры «Эмпати-Бинго», 1-й и 3-й блок (в формате «Google Формы»). 2-й блок с распознаванием видеофрагментов не удалось интегрировать в «Google Форму».

Выборка: 103 человека, русскоязычные пользователи социальных сетей «ВКонтакте» и «Телеграм», М (средний возраст) = 21,69 л., SD (стандартное отклонение по возрасту) = 4,6, из них: 62,14 % – женщины, 37,86 % – мужчины. Обучающимися являются 56,31 % выборки (школьники – 4,85 %, студенты СПО – 17,48 %, студенты вуза – 33,98 %), трудоустроены 53,4 % выборки (трудоустроены – 39,81 %, трудоустроены на фрилансе – 13,59 %), не имеют работы 16,56 % выборки. Работающие респонденты относят себя к следующим профессиональным сферам: «Человек – Техника» – 23,30 %, «Человек – Человек» – 16,5 %, «Человек – Знаковая система» – 13,59 %, «Человек – Художественный образ» – 7,77 %, «Человек – Природа» – 2,91 %.

Все ответы респондентов были распределены по трем уровням соответствия заданной эмоции:

1) 1 балл – точное совпадение с ответом или использование близких синонимов-эмотивов.

2) 0,5 балла – соответствие представленного респондентом мотива с определениями типовой семантики и словами, выявляющими: эмоциональное состояние / эмоциональное отношение / становление эмоционального состояния и отношения / эмоциональное воздействие / внешнее выражение эмоций / эмоциональная характеристика / эмоциональное качество [Бабенко] в соответствии с заданными эмоциями (для 1-го этапа: радость, печаль, гнев, отвращение, удивление, горе, стыд, интерес, презрение,

смущение, вина, восторг; для 3-го этапа: радость, стыд, волнение, презрение, гнев, страх, смущение, горе, уверенность, благодарность, тревога, надежда, свобода-восторг, вина, спокойствие, удивление, отвращение, интерес, любовь, печаль).

3) 0,25 балла – верное определение валентности эмоции.

Категоризация и определение баллов осуществлялась на основе словаря-тезауруса эмотивной лексики «Алфавит эмоций» Л.Г. Бабенко [Бабенко].

Результаты эмпирического исследования. В результате анализа массива данных были определены наиболее часто встречающиеся близкие синонимы некоторых эмоций:

С оценкой 1 балл: радость (веселье, счастье), печаль (грусть, тоска, уныние, депрессия), гнев (злость, ярость, агрессия), отвращение (неприязнь, избегание чего-то, брезгливость, отторжение), удивление (шок, изумление), горе (отчаяние, истерика, горечь), презрение (пренебрежение), интерес (заинтересованность, увлечение), смущение (стыд, кринж), восторг (восхищение, ликование).

С оценкой 0,25 балла для положительных эмоций: позитивные / позитив, приятно. С оценкой 0,25 балла для негативных эмоций: негативные / негатив, расстройство.

Так как распределение не всех исследуемых переменных по критерию Колмогорова – Смирнова является нормальным, для проверки внутренней согласованности блоков психологической игры «Эмпати-Бинго» применен коэффициент корреляции Спирмена ($r_{\text{блок}_1} = 0,017 < 0,05$; $r_{\text{блок}_3} = 0,075 > 0,05$; $r_{\text{общий_балл}} = 0,021 < 0,05$), для проверки эмпирической (конвергентной) валидности 1-го и 3-го блока психологической игры «Эмпати-Бинго» применен коэффициент корреляции Спирмена ($r_{\text{Децентрация}} = 0,200 > 0,05$; $r_{\text{Подстройка}} = 0,011 < 0,05$; $r_{\text{Когн. Эмпатия}} = 0,200 > 0,05$; $r_{\text{Эмоц. Заразительность}} = 0,015 < 0,05$; $r_{\text{Проксим. Чувствительность}} = 0,000 < 0,05$; $r_{\text{Периф. Чувствительность}} = 0,000 < 0,05$; $r_{\text{Аффект. Эмпатия}} = 0,200 > 0,05$; $r_{\text{Подд. Отн.}} = 0,190 > 0,05$; $r_{\text{Соц. Комп.}} = 0,041 < 0,05$; $r_{\text{ЭИ}} = 0,200 > 0,05$).

С помощью корреляционного анализа была выявлена сильная прямая связь (табл. 1) балла по третьему

Таблица 1

Вклад в величину общего балла по психологической игре «Эмпати-Бинго» балла по отдельным блокам игры, n = 103

		Корреляции		
			блок_1	блок_3
r Спирмена	Общий балл	Коэффициент корреляции	0,696**	0,939**
		Знач. (двухсторонняя)	0,000	0,000
		N	103	103

Примечание: ** – корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).

Корреляции показателей психологической игры «Эмпати-Бинго», опросника на эмоциональный интеллект TEIQue-SF, опросника когнитивной и аффективной эмпатии ЭКА (QCAE), $n = 103$

			Под. отн.	Соц. комп.	ЭИ	1-й блок	3-й блок	Общий балл
р Спир-мена	Децентрация	r	0,329**	0,591**	0,469**	-0,171	-0,162	-0,202*
		p	0,001	0,000	0,000	0,084	0,103	0,041
	Подстройка	r	0,350**	0,472**	0,440**	-0,003	-0,089	-0,077
		p	0,000	0,000	0,000	0,979	0,369	0,442
	Когнитивная эмпатия	r	0,388**	0,609**	0,518**	-0,105	-0,141	-0,162
		p	0,000	0,000	0,000	0,293	0,155	0,102
	Эмоциональная заразительность	r	-0,254**	0,018	-0,168	0,080	0,233*	0,203*
		p	0,010	0,856	0,090	0,421	0,018	0,040
	Проксимальная чувствительность	r	0,022	0,351**	0,153	0,095	0,098	0,120
		p	0,823	0,000	0,123	0,338	0,324	0,226
	Периферическая чувствительность	r	-0,175	0,010	-0,126	0,217*	0,202*	0,226*
		p	0,077	0,922	0,204	0,028	0,041	0,021
	Аффективная эмпатия	r	-0,203*	0,111	-0,099	0,183	0,231*	0,243*
		p	0,040	0,264	0,318	0,065	0,019	0,013
	Поддержание отношений	r	1,000	0,602**	0,943**	0,031	-0,119	-0,092
		p	–	0,000	0,000	0,755	0,231	0,353
	Соц. компетентность	r	0,602**	1,000	0,817**	0,008	-0,070	-0,053
		p	0,000	–	0,000	0,937	0,484	0,596
Эмоциональный интеллект	r	0,943**	0,817**	1,000	0,016	-0,141	-0,110	
	p	0,000	0,000	–	0,870	0,156	0,269	
N			103					

Примечание: ** – корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя);

* – корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

блоку игры ($r_2 = 0,939$, $p_2 = 0,000$). Это говорит о том, что более высокие баллы по третьему блоку игры, в котором участникам предлагается распознать более ярко выраженную эмоцию в диалоге, достаточно сильно связаны с более высоким общим баллом игры, результат по третьему блоку игры имеет больший вклад в общий балл игры.

Общий балл игры (табл. 2) имеет значимые (на уровне 0,05) слабые прямые связи с компонентами аффективной эмпатии: эмоциональной заразительностью ($r = 0,203$; $p = 0,040$), периферической чувствительностью ($r = 0,226$; $p = 0,021$), собственно аффективной эмпатией ($r = 0,243$; $p = 0,013$); значимую слабую обратную связь с децентрацией как компонентом когнитивной эмпатии ($r = -0,202$; $p = 0,041$). То есть более высокий балл по игре «Эмпати-Бинго» может быть связан с легкостью передачи и отзеркаливания эмоциональных состояний других людей, более высокой эмоциональной реакцией в моменте социального взаимодействия и более низкой способностью учитывать и принимать позицию других людей в контексте социального взаимодействия.

Балл по 1-му блоку игры – распознавание эмоций по фото – имеет значимую (на уровне 0,05) сла-

бую прямую связь с периферической чувствительностью ($r = 0,217$; $p = 0,021$), следовательно, связан с более высоким уровнем эмоциональных реакций в процессе опосредованного наблюдения за другими людьми.

Балл по 3-му блоку игры – распознавание эмоций в тексте диалога – имеет значимые (на уровне 0,05) слабые прямые связи с компонентами эмпатии: эмоциональной заразительностью ($r = 0,233$; $p = 0,018$), периферической чувствительностью ($r = 0,202$; $p = 0,041$), аффективной эмпатией ($r = 0,231$; $p = 0,019$).

Таким образом, было установлено, что балл по игре «Эмпати-Бинго» не имеет связей с показателями эмоционального интеллекта, но имеет связи с компонентами эмпатии.

При этом для выборки характерны связи компонентов эмпатии и компонентов эмоционального интеллекта.

Децентрация как компонент когнитивной эмпатии связана со способностью к поддержанию отношений, социальной компетентностью и собственно эмоциональным интеллектом ($r_1 = 0,329$, $p_1 = 0,001$; $r_2 = 0,591$, $p_2 = 0,000$; $r_3 = 0,469$, $p_3 = 0,000$). Подстройка как компонент когнитивной эмпатии также свя-

зана со способностью к поддержанию отношений, социальной компетентностью, эмоциональным интеллектом ($r_1 = 0,350$; $p_1 = 0,000$; $r_2 = 0,472$; $p_2 = 0,000$; $r_3 = 0,440$; $p_3 = 0,000$). Когнитивная эмпатия имеет такие же связи с эмоциональным интеллектом и его компонентами ($r_{\text{п.соц.отн.}} = 0,388$; $p_{\text{п.соц.отн.}} = 0,000$; $r_{\text{соц.комп.}} = 0,609$; $p_{\text{соц.комп.}} = 0,000$; $r_{\text{эи}} = 0,518$; $p_{\text{эи}} = 0,000$).

Таким образом, более высокие показатели развития структурных компонентов эмоционального интеллекта связаны с более развитой способностью понять и принять позицию другого человека, поставить себя на его место.

Проксимальная чувствительность (эмоциональное реагирование в момент непосредственного наблюдения за людьми и в социальных взаимодействиях, компонент аффективной эмпатии) имеет связь с социальной компетентностью в структуре эмоционального интеллекта ($r = 0,351$; $p = 0,000$), более высокий уровень проксимальной чувствительности связан с более высоким уровнем социальной компетентности в структуре эмоционального интеллекта.

Аффективная эмпатия и эмоциональная заразительность имеют слабые обратные связи со способностью к поддержанию отношений ($r_1 = -0,254$; $p_1 = 0,010$; $r_2 = -0,203$; $p_2 = 0,040$). Аффективная эмпатия и эмоциональная заразительность могут быть связаны со сниженной способностью поддержания отношений, что является парадоксальным результатом. Это может объясняться тем, что эмоциональная заразительность предполагает быстрое проникновение эмоциями других людей, что может создавать неблагоприятные условия для поддержания наиболее благоприятного, эмоционально устойчивого фона для реализации социальных отношений.

Следовательно, игра «Эмпати-Бинго» направлена на работу с эмпатией, но не с эмоциональным интеллектом. Более высокий общий балл по игре или же по отдельным ее блокам может быть использован как относительный показатель выраженности аффективного компонента эмпатии: более высокий общий балл и более успешное прохождение третьего блока игры, чем первого, могут быть связаны с более развитой аффективной эмпатией и ее компонентами (эмоциональной заразительностью, периферической чувствительностью). При этом также более высокий общий балл по игре может быть связан со сниженным показателем децентрации в структуре когнитивной эмпатии.

Выводы

1. Доказано, что психологическая игра «Эмпати-Бинго» направлена на работу с эмпатией: 1-й и 3-й блоки психологической игры согласованы между собой, результаты оценки этих блоков игры имеют связь с компонентами эмпатии.

3. Психологическая игра «Эмпати-Бинго» может быть использована как вспомогательная методика, направленная на оценку уровня развития эмпатии и ее компонентов. При индивидуальном прохождении игры более высокий общий балл игры связан с более развитой аффективной эмпатией: эмоциональной заразительностью, периферической чувствительности, эмпатия представляет собой личностную переменную. В случае командного соревнования участников психологической игры «Эмпати-Бинго» общее количество баллов и факт наличия/отсутствия призового места в игре будет говорить о том, что участники команд-призеров имеют более высокий средний уровень развития аффективного компонента эмпатии, чем другие участники этой игровой группы. Более высокий общий балл игры в случае командного соревнования отражает коллективную эмпатию, уровень которой может быть связан со сформированностью и преобладанием конъюнктивных чувств в исследуемых микрогруппах. Влияние этого социально-психологического феномена, возникающего при общении, нельзя исключить при групповой форме проведения игры.

4. Психологическая игра «Эмпати-Бинго» не является универсальным психодиагностическим инструментом и не может быть использована самостоятельно для оценки уровня развития эмпатии, так как корреляции балла игры, подтверждающие существование конвергентной валидности, являются значимыми, но слабыми по силе.

5. Достоинством психологической игры «Эмпати-Бинго» как вспомогательной методики, направленной на оценку уровня развития эмпатии и ее компонентов, является формат взаимодействия. Игровая форма работы дает возможность оценить эмпатию игроков в действии. Особенно ярко это проявляется в ситуации командного соревнования. Отсутствие дополнительного стрессора – ситуации «психологического тестирования» – помогает сохранить высокий уровень вовлеченности участников игры в игровой процесс.

Список литературы

Бабенко Л.Г. Алфавит эмоций: словарь-тезаурус эмотивной лексики. Москва: Кабинетный ученый, 2022. 432 с.

Белоусова А.И., Гейвандова М.Я. Когнитивная и аффективная эмпатия: апробация опросника на российской выборке // Вестник Московского государственного областного университета. Сер.: Психологические науки. 2021. № 2. С. 6–20.

Веричева Я.И., Веричева О.Н. Игра как методическое средство подготовки студентов гуманитарных направлений в вузе // Социальная политика и социальное партнерство. 2024. № 10. URL: <https://panor.ru/articles/igra-kak-metodicheskoe-sredstvo-podgotovki>

studentov-gumanitarnykh-napravleniy-v-vuze/107575.html#

Изард К.Э. Психология эмоций. Москва: Питер, 2006. 460 с.

Козлов В.В. Интегративная психология: учеб.-метод. пособие. Ярославль: ЯрГУ, 2018. 48 с.

Крылова Н.Г. Игра как метод обучения конструктивному совладающему поведению старшеклассников в ситуации подготовки к экзаменам // Психология стресса и совладающего поведения: устойчивость и изменчивость отношений, личности, группы в эпоху неопределенности: материалы VI Междунар. науч. конф.; Кострома, 22–24 сентября 2022 года. Кострома: Костромской государственный университет, 2022. С. 214–218.

Панкратова А.А. Эмоциональный интеллект: о возможности усовершенствования модели и теста Мэйера – Сэловея – Карузо // Вестник Московского университета. Сер. 14: Психология. 2010, № 3. С. 52–64.

Панкратова А.А., Корниенко Д.С., Фетисова А.В. Русскоязычная адаптация краткой версии опросника TEIQue (trait emotional intelligence questionnaire) К. Петридеса и А. Фернхема // Вопросы психологии. 2021. № 1 (67). С. 130–144.

Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / под ред. М.Р. Битяновой. Санкт-Петербург: Питер, 2008. С. 11–27.

Фаерман М.И. Трансформационная игра как учебная психотехнология // II Междунар. конф. по консультативной психологии и психотерапии, посвящ. памяти Федора Ефимовича Василюка: сб. материалов. 2020. № 1. С. 245–247.

Хазова С.А. Эмоциональные ресурсы совладающего поведения // Ярославский педагогический вестник. 2014. № 1. С. 293–297.

Хомская Е.Д., Батова Н.Я. Мозг и эмоции. Нейропсихологическое исследование. Москва: Изд-во МГУ, 1992. С. 6–67.

Var-On R. Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A Measure of Emotional Intelligence. Technical Manual, Toronto, Canada, Multi-Health Systems, 2004, pp. 123-147.

Decety J., Moriguchi Y. The empathic brain and its dysfunction in psychiatric populations: Implications for intervention across different clinical conditions. *BioPsychoSocial Medicine*, 2007, no. 11 (22), pp. 1-21. <https://doi.org/10.1186/1751-0759-11-22>

Gerdes K.E., Segal E.A., Jackson K.F., Mullins J.L. Teaching empathy: a framework rooted in social cognitive neuroscience and social justice. *Journal of Social Work Education*, 2011, vol. 47, no. 1, pp. 109-131. <https://doi.org/10.5175/JSWE.2011.200900085>

Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional intelligence: theory, findings, and implication. *Psychological Inquiry*, 2004, vol. 15, no. 3, pp. 197-215.

Pennock S.F., Alberts H. The Positive Psychology Toolkit. *PositivePsychology.com* [Online]. USA, 2023, 149 p.

Petrides K.V. Psychometric properties of the Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue). *Assessing emotional intelligence: Theory, research, and applications*. New York, Springer, 2009, pp. 85-101.

References

Babenko L.G. *Alfavit emotsii: slovar'-tezaurus emotivnoi leksiki* [The Alphabet of Emotions: A Dictionary-Thesaurus of Emotive Lexicon]. Moscow, Kabinetnyi Uchenyi Publ., 2022, 432 p. (In Russ.)

Belousova A.I., Geivandova M.Ia. *Kognitivnaia i afektivnaia empatiia: aprobatitsia oprosnika na rossiiskoi vyborke* [Cognitive and Affective Empathy: Testing the Questionnaire on a Russian Sample]. *Vestnik Moskovskogo Gosudarstvennogo Oblastnogo Universiteta. Ser.: Psikhologicheskie Nauki* [Bulletin of the Moscow State Regional University. Ser.: Psychological Sciences], 2021, no. 2, pp. 6-20. (In Russ.)

Izard K.E. *Psikhologiya emotsii* [Psychology of Emotions]. Moscow, Piter Publ., 2006, 460 p. (In Russ.)

Faerman M.I. *Transformatsionnaia igra kak uchebnaia psikhotehnologiya* [Transformational Game as an Educational Psychotechnology]. *II Mezhdunar. konf. po konsul'tativnoi psikhologii i psikhoterapii, posviash. pamiatii Fedora Efimovicha Vasiliuka: sb. materialov* [II International Conference on Counseling Psychology and Psychotherapy Dedicated to the Memory of Fedor Efimovich Vasiluk: Collection of Materials], 2020, no. 1, pp. 245-247. (In Russ.)

Khazova S.A. *Emotsional'nye resursy sovladaushchego povedeniia* [Emotional Resources for Coping Behavior]. *Yaroslavskii Pedagogicheskii Vestnik* [Yaroslavl Pedagogical Bulletin], 2014, no. 1, pp. 293-297. (In Russ.)

Khomskaiia E.D., Batova N.Ia. *Mozg i emotsii: Neiropsikhologicheskoe issledovanie* [Brain and Emotions: A Neuropsychological Study]. Moscow, Izd-vo MGU Publ., 1992, pp. 6-67. (In Russ.)

Kozlov V.V. *Integrativnaia psikhologiya: ucheb.-metod. posobie* [Integrative Psychology: A Teaching and Methodological Guide]. Yaroslavl, Yargu Publ., 2018, 48 p. (In Russ.)

Krylova N.G. *Igra kak metod obucheniia konstruktivnomu sovladaushchemu povedeniiu starsheklassnikov v situatsii podgotovki k ekzamenam* [Game as a Method for Teaching Constructive Coping Behavior to High School Students in Exam Preparation Situations]. *Psikhologiya Stressa i Sovladaushchego Povedeniya: Ustoychivost' i Izmenchivost' Otmosheni, Lichnosti, Gruppy v Epokhu Neopredelennosti: materialy VI Mezhdunar. Nauch. Konf.; Kostroma, 22-24 Sent. 2022 g.* [Psychology of Stress and Coping Behavior: Materials of the VI In-

ternational Scientific Conference; Kostroma, September 22–24, 2022]. Kostroma, Kostromskoi Gosudarstvennyi Universitet Publ., 2022, pp. 214-218. (In Russ.)

Pankratova A.A. *Emotsional'nyi intellekt: o vozmozhnosti usovershenstvovaniia modeli i testa Meiera – Seloveia – Karuzo* [Emotional Intelligence: On the Possibility of Improving the Model and Test of Mayer–Salovey–Caruso]. *Vestnik Moskovskogo Universiteta. Ser. 14: Psikhologiya* [Bulletin of Moscow University. Ser. 14: Psychology], 2010, no. 3, pp. 52-64. (In Russ.)

Pankratova A.A., Kornienko D.S., Fetisova A.V. *Russkoiazychnaia adaptatsiia kratkoi versii oprosnika TEIQue (trait emotional intelligence questionnaire) K. Petridesa i A. Fernkhema* [Russian Adaptation of the Short Version of the TEIQue (Trait Emotional Intelligence Questionnaire) by K. Petrides and A. Furnham]. *Voprosy Psikhologii* [Issues of Psychology], 2021, no. 1 (67), pp. 130-144. (In Russ.)

Praktikum po psikhologicheskim igram s det'mi i podrostkami [Practicum on Psychological Games with Children and Adolescents], ed. by M.R. Bityanova. St. Petersburg, Piter Publ., 2008, pp. 11-27. (In Russ.)

Vericheva Ia.I., Vericheva O.N. *Igra kak metodicheskoe sredstvo podgotovki studentov gumanitarnykh napravlenii v vuze* [Game as a Methodological Tool for Preparing Humanities Students in Higher Education]. *Sotsial'naya Politika i Sotsial'noe Partnerstvo* [Social Policy and Social Partnership], 2024, no. 10. URL: <https://panor.ru/articles/igra-kak-metodicheskoe-sredstvo-podgotovki-studentov-gumanitarnykh-napravleniy-v-vuze/107575.html#> (In Russ.)

Bar-On R. *Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A Measure of Emotional Intelligence*. Technical Manual, Toronto, Canada, Multi-Health Systems Publ., 2004, pp. 123-147.

Decety J., Moriguchi Y. The empathic brain and its dysfunction in psychiatric populations: Implications for intervention across different clinical conditions. *BioPsychoSocial Medicine*, 2007, no. 11 (22), pp. 1-21. <https://doi.org/10.1186/1751-0759-1-22>

Gerdes K.E., Segal E.A., Jackson K.F., Mullins J.L. Teaching empathy: a framework rooted in social cognitive neuroscience and social justice. *Journal of Social Work Education*, 2011, vol. 47, no. 1, pp. 109-131. <https://doi.org/10.5175/JSWE.2011.200900085>

Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional intelligence: theory, findings, and implication. *Psychological Inquiry*, 2004, vol. 15, no. 3, pp. 197-215.

Pennock S.F., Alberts H. *The Positive Psychology Toolkit*. PositivePsychology.com [Online]. USA, 2023, 149 p.

Petrides K.V. Psychometric properties of the Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue). *Assessing emotional intelligence: Theory, research, and applications*. New York, Springer Publ., 2009, pp. 85-101.

Статья поступила в редакцию 27.12.2024; одобрена после рецензирования 15.01.2025; принята к публикации 15.01.2025.

The article was submitted 27.12.2024; approved after reviewing 15.01.2025; accepted for publication 15.01.2025.