

УДК 37.034/0.35

DOI: <https://doi.org/10.33216/2220-6310-2021-102-3-149-155>

## ВИХОВАННЯ ПОЧУТТЯ ДОБРОТИ В ПІДЛІТКІВ У КОНТЕКСТІ СУЧАСНОГО СОЦІУМУ

**М. А. Касич**

ORCID 0000-0001-7633-1533

*У цій статті автор порушує проблему необхідності виховання почуття доброти в підлітків у контексті потреб і поглядів сучасного соціуму. Автор розмірковує про те, які риси характеру притаманні добрій людині. У статті розглянуто три основні рівні прояву доброти, що були запропоновані шотландськими соціологами Джулією Браунлі та Саймоном Андерсоном: спонтанні прояви доброти, реляційні прояви доброти та рівень абсолютної доброти. Автор обґрунтовує свої погляди на важливість виховання доброти в підростаючого покоління як необхідної складової існування сучасного суспільства. Автор стверджує, що сьогодні наш соціум вражає своїм різноманіттям, адже у межах однієї країни й навіть міста можуть проживати представники абсолютно різних рас, національностей, етносів, віросповідань і конфесій, люди з абсолютно різним рівнем і способом життя, з різноманітними політичними та етичними поглядами. Крім того, завдяки досягненням медицини, люди з особливими фізичними станами здатні вести повноцінне життя і так само відчують потребу в інтеграції в соціум. Отже, соціальна політика має бути, у першу чергу, з тенденцією до побудови інклюзивного суспільства. Зробити це можна за допомогою виховання почуття доброти й доброго ставлення до оточуючих, починаючи з раннього віку. У статті описана ідея Джона Уотсона, засновника концепції біхевіоризма, про те, що набір особистих якостей індивіда залежить лише від його виховання та правильне оточення здатне сформувати будь-яку модель поведінки. Спираючись на цю думку, автор стверджує, що доброта – це не вроджена риса людини, а результат виховання, а, отже, її можливо й необхідно виховувати. Автор описує низку позитивних аспектів виховання почуття доброти в підлітків.*

**Ключові слова:** доброта, підлітки, виховання, сучасний соціум, спонтанні прояви доброти, біхевіоризм.

**Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** Які риси характеру

завзвичай мають на увазі, коли розмірковують про почуття доброти? Завзвичай людину вважають доброю, якщо вона: виявляє співчуття до інших, вміє слухати співрозмовника, щедра, милосердна, товариська, ввічлива, допомагає тим, хто цього потребує, проявляє турботу до оточуючих.

Для чого сучасному суспільству зараз, як ніколи потрібна доброта й навіть її виховувати? Наш соціум, завдяки тенденції до всесвітньої глобалізації, відрізняється своєю різноманітністю. У межах однієї країни, навіть одного міста, особливо, якщо брати до уваги великі міста з населенням понад мільйон людей, можуть проживати представники різних рас, національностей, етносів, віросповідань і конфесій, люди з абсолютно різним рівнем і способом життя, з різноманітними політичними та етичними поглядами. Кожен має свої особливості не тільки ментальні, але й фізичні. Наприклад, на сьогодні в нашому суспільстві з'явилося більше людей з інвалідністю й вродженими та хронічними захворюваннями, які завдяки досягненням медичної науки можуть вести повноцінне життя в соціумі. Проте, для багатьох з них великою проблемою постає несприйняття їх суспільством, особливо, якщо з першого погляду видно, що людина відрізняється від інших (наприклад, пересувається на інвалідному візку). Часто оточуючі просто не знають, як потрібно спілкуватись і поводитись з такими людьми, що породжує неприйняття, страх, навіть агресію. Цього можна уникнути підвищуючи рівень обізнаності серед населення. Соціальна політика має бути, у першу чергу, з тенденцією до побудови інклюзивного суспільства, тобто такого, де кожен, незалежно від його зовнішніх, ментальних, фізичних та культурних особливостей, буде залучений до активного співіснування в соціумі. Зробити це можна за допомогою виховання почуття доброти й доброго ставлення до оточуючих, починаючи з раннього віку.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковане вирішення даної проблеми й на які спирається автор.** Поняття доброти у контексті сучасного соціуму вивчали Джулія Браунлі та Саймон Андерсон. Поняття абсолютної доброти розглянула Анжела Сантомеро.

На формування особистості більшою мірою впливає соціум, тобто оточення індивіда, а не його біологічні та генетичні особливості. Засновник концепції біхевіоризма, напрямку психології, який вивчає поведінку людини, Джон Уотсон вважав, що правильне оточення здатне сформувати будь-яку модель поведінки. У своїй книзі він стверджував: «Довірте мені десяток здорових нормальних дітей і дайте можливість виховувати їх так, як я вважаю за потрібне; гарантую, що, обравши кожного з них навмання, я зроблю його тим, ким задумаю: лікарем, юристом, художником,

комерсантом і навіть жебраком чи злодієм, незалежно від його даних, здібностей, покликання чи раси його предків» (Watson, 1930). Уотсон був впевненим, що спадковість не має істотного впливу на розвиток схильностей і особистих якостей індивідуума, і що це залежить лише від виховання. Спираючись на цю концепцію, можливо стверджувати, що доброту можна й необхідно виховувати. І починати цей процес потрібно якомога раніше, поки особистість ще формується.

**Мета статті** – обґрунтувати необхідність виховання почуття доброти, зокрема у дітей підліткового віку, враховуючи контекст сучасного соціального середовища.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Щоб детальніше вивчити це питання, спочатку розглянемо різні рівні проявів доброти у контексті сучасного соціуму, запропоновані шотландськими соціологами Джулією Браунлі та Саймоном Андерсоном (Brownlie, & Anderson, 2018):

1. **Спонтанні прояви доброти.** Термін, що став популяризованим завдяки сучасним медіа і є ідіоматичним. Це незаплановані добрі вчинки, у яких людина виступає ініціатором безкорисливої практичної та емоційної участі в проблемах незнайомих або малознайомих людей. Зазвичай такими проявами називають «маленькі» епізоди доброти вчинені в певних побутових ситуаціях. Наприклад: допомогти жінці з дитиною впоратись із візочком, запропонувати літньому сусідові винести сміття «разом із своїм», оплатити проїзд у громадському транспорті людині, у якої раптом виявилось недостатньо коштів і вона ризикує далі мерзнути на зупинці чи не потрапити додому взагалі. Прикладів можна навести безліч. За ініціативою міжнародних благодійних організацій був створений Міжнародний день спонтанних проявів доброти, який відзначають 17 лютого.

2. **Реляційні прояви доброти** знаходять відображення в багатьох міжособистісних стосунках. Цим терміном характеризують тривалі прояви доброти до людей з близького кола оточення, а також доброту, що виявляють представники певних професій під час виконання своїх обов'язків. Медсестра, що проявляє турботу й особливу уважність до своїх пацієнтів, продавець, що щиро посміхається до покупців і допомагає обрати товар, вихователь, який терпляче й м'яко ставиться до дітей, вчитель, що піклується про своїх учнів і підбадьорює їх у випадку невдач – усі вони проявляють ту саму реляційну доброту, і це не просто вимога професії, як може здатися на перший погляд. Прояви доброти не можуть бути обов'язками й такими не є – це внутрішні почуття працівника, що знайшли своє вдале відображення в його професійній діяльності.

3. **Абсолютна доброта** – це певний стан душі, що означає постійний прояв доброти у всіх своїх вчинках, словах і думках. Бути безумовно добрим повсякчас і до всіх. Це передбачає не лише ситуативні прояви доброти, а певний стиль життя, у якому ми постійно живемо із співчуттям до оточуючих (Santomeo, 2019).

Підлітковий вік – важливий етап становлення особистості, саме в цей період закладаються життєві ідеали й певна модель поведінки. Тому програми навчальних закладів повинні враховувати потребу виховання доброти як передусім необхідної практичної навички для співіснування в соціумі з іншими, адже без доброти громади, школи, офіси, робочі місця, сім'ї – всі місця, що передбачають комунікацію людей, – перетворяться на «цитаделі» тотальної неприязні, де неможливо буде комфортно жити, навчатись, працювати.

Варто виділити такі позитивні аспекти виховання доброти у підлітків (Curtie, 2015):

1. **Підвищення рівня щастя й радості.** Доведено, що добрі вчинки підвищують рівень ендорфінів, і це, в свою чергу, позитивно впливає на ментальне та психофізіологічне здоров'я підлітків. Доброта допомагає налагодити міцні стосунки з оточуючими, що є запорукою побудови сильного, дружнього соціуму.

2. **Підвищення самооцінки.** Дослідження також показують, що підвищення рівня ендорфінів створює відчуття гордості за себе. Повідомляють, що навіть невеликі добрі вчинки позитивно впливають на наше почуття благополуччя, збільшують рівень енергії та дають чудове відчуття оптимізму та власної гідності.

3. **Прийняття однолітками.** Дослідження просоціальної поведінки серед підлітків показують, що доброзичливість збільшує популярність особистості серед однолітків і її здатність формувати хороші стосунки з іншими людьми. Визнання однолітками є важливою складовою підліткового життя і добрі вчинки сприяють налагодженню комунікації. Дослідження повідомляють про те, що у класах, де практикують більш інклюзивну поведінку (тобто однаково добре ставлення до всіх, незалежно від їх особливостей), рівень психічного здоров'я, як правило, вище середнього.

4. **Покращення здоров'я й зниження рівня стресу.** Існує низка переваг для фізичного та психічного здоров'я, яких можна досягти, проявляючи доброту. Альтруїстичні дії викликають викид гормону окситоцину, який може значно підвищити рівень щастя людини та зменшити рівень стресу. Окситоцин також захищає серце, знижуючи

кров'яний тиск і зменшуючи вільні радикали та запалення, які прискорюють процес старіння.

**5. Підсилене почуття вдячності.** Коли підлітки беруть участь у заходах, які спрямовані на допомогу іншим, яким пощастило менше, це дає їм можливість оцінити власне щастя. Доброта допомагає навчитися цінувати те, що вони мають, змушує відчувати себе корисними й сприяє вихованню співпереживання.

**6. Краща концентрація уваги й ліпші результати у навчанні.** Доброта є ключовим інгредієнтом, який сприяє гарному настрою й допомагає підліткам почувати себе добре, оскільки підвищує рівень серотоніну. Ця важлива хімічна речовина впливає на навчання, пам'ять, настрій, сон, здоров'я та травлення. Учні з позитивним світоглядом мають ліпшу концентрацію уваги, більше бажання вчитися та краще творче мислення для покращення результатів у школі.

**7. Зниження рівня депресій.** Добрі вчинки підвищують рівень серотоніну, природної хімічної речовини, що відповідає за покращення настрою. Цей приріст щастя відбувається не лише у тих, хто дарує й одержує доброту, а й у кожного, хто є її свідком.

**8. Менше булінгу.** Дослідники Шанетія Кларк і Барбара Маринак стверджують, що, на відміну від попередніх поколінь, жорстокість сучасних підлітків по відношенню до однолітків досягає тривожних показників. Вони твердо вірять, що знущанню та насильству серед підлітків можна протистояти за допомогою шкільних програм, які інтегрують «доброту — протилежність віктимізації». (Pennsylvania State University, 2010).

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** Отже, почуття доброти – необхідна складова сучасного соціуму. Прагнучи побудувати інклюзивне суспільство, ми маємо виховувати доброту в підлітках, адже саме в цей період закладаються життєві ідеали й певна модель поведінки. Крім того, виховання доброти в підлітків має низку позитивних аспектів для їх фізичного й психологічного здоров'я, побудови гарних стосунків у підлітковому колективі.

### Література

1. Santomero A. C. Radical Kindness: The Life-Changing Power of Giving and Receiving. 2019.
2. Brownlie J., Anderson S. Not random but radical? Beyond bumper sticker versions of kindness. 2018, October 03.
3. Currie L. Bullying prevention. Why Teaching Kindness in Schools Is Essential to Reduce Bullying. 2015, August 10. URL: <https://www.edutopia.org/blog/teaching-kindness-essential-reduce-bullying-lisa-currie> (дата звернення: 12.12.2021).

4. Pennsylvania State University. Researchers advocate kindness to combat bullying. 2010, April 27.
5. Watson J. Behaviorism, 2nd ed. 1930. New York: Norton.

#### References

1. Santomero, A. C. (2019). Radical Kindness: The Life-Changing Power of Giving and Receiving (eng).
2. Brownlie, J., & Anderson, S. (2018). Not random but radical? Beyond bumper sticker versions of kindness. October 03 (eng).
3. Currie, L. (2015). Bullying prevention. Why Teaching Kindness in Schools Is Essential to Reduce Bullying. August 10. Retrieved from <https://www.edutopia.org/blog/teaching-kindness-essential-reduce-bullying-lisa-currie> (date of appeal: 12.12.2021) (eng).
4. Pennsylvania State University (2010). Researchers advocate kindness to combat bullying. April 27 (eng).
5. Watson, J. (1930). *Behaviorism*, 2nd ed. New York: Norton (eng).

### ВОСПИТАНИЕ ЧУВСТВА ДОБРОТЫ У ПОДРОСТКОВ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННОГО СОЦИУМА

**М. А. Касич**

*В этой статье автор поднимает проблему необходимости воспитания чувства доброты у подростков в контексте нужд и взглядов современного социума. Автор рассуждает о том, какие черты характера присущи доброму человеку. В статье рассмотрены три основных уровня проявления доброты, предложенные шотландскими социологами Джулией Браунли и Саймоном Андерсоном: спонтанные проявления доброты, реляционные проявления доброты и уровень абсолютной доброты. Автор обосновывает свои взгляды на важность воспитания доброты у подрастающего поколения, как необходимой составляющей существования современного общества. Автор утверждает, что сегодня наш социум поражает своим разнообразием, поскольку в рамках одной страны и даже города могут проживать представители абсолютно разных рас, национальностей, этносов, вероисповеданий и конфессий, люди с абсолютно разным уровнем и стилем жизни, с разнообразными политическими и этическими взглядами. Кроме этого, благодаря достижениям современной медицины, люди с особенными физическими состояниями способны вести полноценную жизнь, и точно так же чувствуют потребность в интеграции в социум. Следовательно, социальная политика должна быть, в первую очередь, с тенденцией к постройке инклюзивного общества. Сделать это можно с помощью воспитания чувства доброты и доброго отношения к окружающим, начиная с раннего возраста. В статье описана идея Джона Уотсона, основателя концепции бихевиоризма, о том, что набор личных качеств индивида зависит только от его воспитания и правильное окружение способно сформировать любую модель поведения. Опираясь на это мнение, автор утверждает, что доброта – не врождённая человеческая черта, а результат*

воспитания, и, следовательно, её можно и нужно воспитывать. Автор описывает ряд положительных аспектов воспитания чувства доброты у подростков.

**Ключевые слова:** доброта, подростки, воспитание, современный социум, спонтанные проявления доброты, бихевиоризм.

## UPBRINGING THE SENSE OF KINDNESS IN ADOLESCENTS IN THE CONTEXT OF MODERN SOCIETY

**M. A. Kasych**

*In this article the author raises an issue about the necessity of upbringing the sense of kindness in adolescents in the context of needs and views of modern society. The author considers about the personal characteristics that are inherent to the person. In this article three basic levels of kindness, which were proposed by Scottish sociologists Julia Brownlie and Simon Anderson, were reviewed: random acts of kindness, relational acts of kindness and radical kindness. The author substantiates his views on the importance of educating kindness in the younger generation, as a necessary component of the existence of modern society. The author approves that modern society impresses with its diversity, as the representatives of completely different races, nationalities, ethnic groups, religions and confessions, people with completely different levels of life and lifestyles, with various political and ethical views can live in one country and even in one city. Moreover, thanks to the achievements of modern medicine, people with special physical conditions are able to lead a fulfilling life, and in the same way feel the need for integration into society. Therefore, the social policy should be, first of all, with a tendency to build an inclusive society. This can be done by fostering a sense of kindness and kindness towards others, starting from an early age. The article describes the idea of John Watson, the founder of the concept of behaviorism, that the set of personal qualities of an individual depends only on his upbringing and the right environment can form any model of behavior. Based on this opinion, the author claims that kindness is not an innate human trait, but the result of upbringing, and, therefore, it can and should be brought up. The author describes a number of positive aspects of upbringing sense of kindness in adolescents.*

**Key words:** Kindness, adolescents, upbringing, modern society, random acts of kindness, behaviorism.

**Касич Марія Андріївна** – аспірантка кафедри педагогіки Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (м. Северодонецьк, Україна). E-mail: mariakasych@gmail.com

**Касич Марія Андреевна** – аспірантка кафедри педагогіки Восточноукраинского национального университета имени Владимира Даля (г. Северодонецк, Украина). E-mail: mariakasych@gmail.com

**Kasych Mariia Andriivna** – Post-graduate student of the Department of Pedagogy of Volodymyr Dahl East Ukrainian University (Severodonetsk, Ukraine). E-mail: mariakasych@gmail.com