

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ

О. Г. Литвиненко

Херсонський державний університет

Науковий керівник кандидат психологічних наук А. М. Яцюк

Актуальність. У сучасній психології проблема емоцій особистості є найскладнішою. Основна увага дослідників зосереджується на вивченні емоцій як фундаментальної сфери психічного розвитку особистості, як основи її духовного життя, як інтимно сутнісного пласта психіки. Різноманітні дослідження емоцій описані у працях В. Вілюнаса, Б. Додонова, К. Ізарда, Є. Ільїна, Л. Кулікова, Д. Ліндслі, Я. Рейковського, П. Сімонова, П. Фресса, А. Чебикіна, П. Якобсона та інших вчених.

Вивчення емоційного розвитку є однією з актуальних проблем психології. Її теоретична значимість визначається необхідністю виявлення спільних закономірностей онтогенезу людської психіки і створення цілісної концепції психічного розвитку. Прагматизація сучасного суспільства та пріоритет когнітивної сфери зумовлюють деякий занепад досліджень емоційності. Водночас, визнається значення емоційності у становленні особистості у підлітковому віці.

Мета статті полягає у визначенні особливостей емоційної сфери у підлітковому віці.

Виклад основного матеріалу. Емоційна сфера особистості є широким спектром її переживань та почуттів. Будь-яке переживання є оцінкою процесу задоволення будь-якої потреби людини. Почуття постають як оцінка можливості конкретного об'єкта задовольнити цю потребу індивіда. Емоційні переживання людини діляться на емоції і емоційні стани.

До емоційних станів відносять настрої (загальний емоційний фон), афекти (інтенсивні реакції на екстремальні умови, коли людина втрачає здатність до саморегуляції), стреси (реакції на недостатність задоволення життєво важливих потреб, що потребують мобілізації усіх

зусиль), фрустрації (реакції на ситуації перешкоди, що виявляються у тимчасових порушеннях зв'язку між свідомістю й діяльністю).

Підлітковий період – найбільш емоціогенний, критичний період розвитку, пов'язаний зі специфічними емоційними труднощами. Він є періодом кризи адаптаційної рівноваги. У зв'язку з цим виникає питання про зв'язок стресових розладів у підлітковому віці з особливостями емоційного розвитку. Підлітковий вік вважається особливо «емоційно насиченим» і тому вивчення емоційного розвитку підлітків займає провідне місце в психології. Останнім часом інтерес до проблеми емоційного розвитку значно зріс. Емоційні порушення, що виникають у цей період, мають далекосяжні наслідки. Багато дослідників пов'язують деякі типи порушення поведінки у дітей з різними формами емоційних порушень. Неодноразово демонструється зв'язок емоційного неблагополуччя з неуспішністю, труднощами спілкування з однолітками та дорослими і т.д. [4; 5]

Мислення підлітка стає інтроспективним, що дозволяє аналізувати свої думки, формувати програму життя. Активно розвивається у підлітковому віці соціальне пізнання – здатність до розуміння соціальних стосунків, що зумовлює прийняття підлітком соціальної ролі. Підліток здатен розділяти точку зору «узагальненого іншого», тобто тієї соціальної системи, що створює середовище для нормальної комунікації і адекватного взаєморозуміння. Підліток знаходиться у стані «соціального переміщення» до неструктурованого соціального і психологічного поля. Відсутність необхідних для прийняття рішень когнітивних структур зумовлює невпевненість у поведінці підлітків і окреслює можливості індивідуальних варіацій поведінкових сценаріїв [2].

Кризовий період розвитку підлітків засвідчує про появу нових потреб, задоволення яких ускладнено в сталих умовах особистісного становлення. Чутливе ставлення дорослих до якісних перетворень підлітка у сфері соціальних стосунків, діяльності й свідомості, готовність перебудувати систему взаємодії із дітьми зумовлюють безконфліктний характер перебігу

підліткового розвитку. Дану позицію щодо пояснення природи підліткової кризи можна вважати педагогічно орієнтованою.

Емоційна сфера учнів підліткового віку пов'язана з гормональним і фізіологічним розвитком. Науковці потрактовують підліткову психічну неврівноваженість і характерні для неї різкі зміни настрою, переходи від екзальтації до депресії й від депресії до екзальтації наростанням у пубертатному віці загального порушення й ослабленням всіх видів умовного гальмування.

Значення емоції інтересу в еволюційному розвитку цивілізації та в індивідуальному розвитку індивіда важко переоцінити. На думку С. Томкінса «Без інтересу розвиток мислення та концептуального апарату було б серйозно порушено. Взаємовідносини між інтересом та функціями мислення й пам'яті настільки взаємопов'язані, що без афективної підтримки з боку інтересу порушується розвиток інтелекту не в меншій мірі, ніж руйнування тканини мозку. Щоб думати потрібно переживати, бути збудженим, постійно отримувати підкріплення. Немає жодного досвіду, яким можна було б опанувати без стійкого інтересу» [1, с. 56].

Підлітковий вік є сенситивним у процесі становлення особистості й вибору життєвого шляху. На даному періоді підліток розвивається у соціумі, навчається у закладах освіти, визначаючи свої плани на майбутнє. Емоційна сфера набуває якісних змін, учні підліткового віку навчаються керувати своїми емоціями та емоційними станами [3].

Результатом неправильної ідентифікації емоцій є те, що підлітки можуть несвідомо ігнорувати власні негативні емоції, не «впізнаючи» їх, що призводить до накопичення та необхідності виразу таких емоцій в поведінці, як способу зняття напруги. Одним з таких способів можуть бути агресивні дії проти іншої людини, від нецензурних слів у його адресу до скоєння тяжкого злочину.

Але, емоційні реакції й поведіння підлітків, не пояснюються лише зрушеннями гормонального порядку. Вони залежать також від соціальних

факторів й умов виховання, зокрема індивідуально-типологічні розходження суцільно й поруч превалюють над віковими. Психологічні труднощі, що виникають при дорослішанні, суперечливість рівня домагань і образа «Я» нерідко приводять до того, що емоційна збудливість, типова для підлітка.

Тому, питання про особливості емоційного світу учнів підліткового віку має самостійне значення. Так як деякі особливості емоційних реакцій перехідного віку кореняться у гормональних й фізичних процесах. Фізіологічні витoki емоційної напруженості краще проявляються у дівчат. У них депресія, дратівливість, тривожність та зниження самоповаги тісно пов'язані з певним періодом менструального циклу, за яким слідує емоційний підйом. У хлопців такої жорсткої психофізіологічної залежності не виявляється. Хоча пубертатний вік і для них важкий. Пік негативних реакцій припадає на 12,5 -13,5 року.

Так, для емоційної сфери учнів підліткового віку характерні:

1) висока емоційна збудливість, тому підлітки відрізняються запальністю, бурхливим виявом своїх почуттів, пристрасністю: вони швидко беруться за цікаву справу, активно обстоюють свої погляди, готові «вибухнути» на найменшу несправедливість до себе і своїх товаришів;

2) стійкість емоційних переживань у порівнянні з молодшими школярами; зокрема, учні підліткового віку довго не забувають образи;

3) підвищена готовність до очікування страху, що проявляється в тривожності; підвищення тривожності у старшому підлітковому віці пов'язане з появою інтимно-особистісних відносин з людиною, що викликає різні емоції, у тому числі в зв'язку зі страхом видатися смішним;

4) суперечливість почуттів: часто підлітки захищають своїх товаришів, але розуміють, що того варто осудити; володіючи високорозвиненим почуттям власної гідності, вони можуть заплакати від образи, хоча й розуміють, що плакати не потрібно;

5) виникнення переживання не тільки з приводу оцінки підлітків іншими, але і з приводу самооцінки, яка з'являється у них в результаті зростання самосвідомості;

6) значно розвивається почуття приналежності до групи, тому вони гостріше переживають несхвалення товаришів, чим несхвалення дорослих або вчителів; часто виникає страх бути відкинутим групою;

7) пред'явлення високих вимог до дружби, в основі якої лежить не сумісна гра, як у молодших школярів, а спільні інтереси, етичні відчуття; дружба у підлітків більш вибіркова й триваліша; під впливом дружби змінюються і підлітки, але не завжди у позитивний бік; поширена групова дружба;

8) прояв громадянського почуття патріотизму [1].

Цілком нормальні підлітки мають більш високі показники за шкалами «психопатія», «шизофренія» і «піроманія», ніж дорослі. Це означає, що емоційні реакції, які у дорослого були б симптомом хвороби, для підлітка статистично нормальні. У старших підлітків виявляється значно вищий порівняно з іншими рівень тривожності в усіх сферах спілкування, але особливо різко зростає тривожність у процесі спілкування з батьками і дорослими, від яких вони в деякій мірі залежать. Такі акцентуації, не є патологічними, але підвищують можливість психічних травм й відхиляються від норми поведінки.

Висновок. Емоційна сфера учнів підліткового віку характеризується не тільки ставленням суб'єкта до навколишнього середовища, але одночасно виступає специфічною формою переживання, що відображає значення об'єктів для суб'єкта. У підлітковому віці відбувається втрата дитячого статусу. Такому становищу сприяють суб'єктивні враження: різкі фізичні зміни, мрії та ідеали, кризові зіткнення з самим собою і сім'єю, почуття самотності й прагнення швидше досягнути статусу дорослої людини. Вікові особливості підліткового віку створюють сприятливі передумови для розвитку внутрішньо-особистісного емоційного інтелекту, з іншого –

соціальна ситуація розвитку підлітка зумовлює необхідність розвитку міжособистісного емоційного інтелекту.

Література:

1. Абдюкова Н. В. Психологічні особливості соціалізації сучасного підлітка: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.05. / Н. В. Абдюкова. К.:КДОУ, 2010. – 21 с.
2. Кротенко В.І. Психологічні особливості емпатії підлітків: дис. канд. психол. наук: 19.00.07 / В.І. Кротенко. К.: Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова, 2017. 193 с.
3. Липунова О. В. Эмоции как базовый компонент в структуре адаптивного поведения личности (На примере личности подростков и юношей): Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. / О. В. Липунова. – Комсомольск-на-Амуре: КПУ, 2012. 202 с.
4. Соціокультурні та психологічні вектори становлення особистості: *колективна монографія* / О.Є. Блинова, С.І. Бабатіна, Т.М. Дудка, А.М. Одінцова та ін. / відпов. ред. Блинова О.Є. – Херсон: Вид-во ФОП Вишемирський В. С., 2018. 428 с.
5. Одінцова А.М., Коваленко А.О. Схильність до маніпулювання у підлітковому віці // *Інсайт : зб. наук. праць студентів, аспірантів та молодих вчених* / І. С. Попович, С. І. Бабатіна, І. Р. Крупник та ін. Херсон: ВД «Гельветика», 2018. 296 с.