

Присяжнюк Б.В.

Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ПОЧУТТЄВОЇ СФЕРИ У ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

У статті досліджено особливості розвитку емоційно-почуттєвої сфери у дітей підліткового віку. З'ясовано, що на сьогоднішній день актуальність дослідження емоційно-почуттєвої сфери людини обумовлена значним її впливом на міру ефективності будь-якого виду людської діяльності. Загострення емоційно-почуттєвої сфери найбільше загострюється саме у підлітків. Наведено сутність та значення емоційної сфери дітей. Визначено, що під емоціями слід вважати переживання порівняно нетривалого характеру, які є чітко ситуативними, тобто відображають відношення індивіда до існуючих чи можливих обставин, до власної діяльності і/або до конкретних дій. Розкрито головні особливості підліткового віку. З'ясовано, що підлітковий вік є перехідним, оскільки саме протягом даного періоду особа остаточно покидає дитинство і переходить в дорослу фазу життя. Підлітковий вік відіграє доволі важливу роль у формуванні емоційно-почуттєвої регуляції індивіда. Розглянуто особливості емоційних переживань підлітків. Визначено, що підлітковому віці притаманний підвищений рівень подразнення емоційно-почуттєвої сфери, яка може бути найголовнішою причиною емоційних негараздів. А найвиразнішими проявами емоційних негараздів є підвищений рівень тривожності, депресія, нейротизм, напади агресії тощо. Наведено характерні особливості емоційно-почуттєвої сфери у дітей підліткового віку. Встановлено, що емоційно-почуттєвій сфері у дітей підліткового віку притаманне не лише ставлення підлітка до зовнішнього оточення, але й водночас є своєрідною формою почуття, що віддзеркалює вагомості даного оточення для підлітка. Розкрито чинники, які впливають на розвиток емоційно-почуттєвої сфери у дітей підліткового віку. Як висновок наведено, що у випадку, якщо більшість вище наведених чинників несуть негативний ефект, то відбувається зростання навантаження на емоційно-почуттєву сферу, що призводить до нестабільності підліткових емоцій та почуттів, що може спричинити дезадаптивні емоційні зриви і кризи.

Ключові слова: емоційно-почуттєва сфера, підлітковий вік, емоції, почуття, тривожність, особливості, чинники, емоційно-почуттєва регуляція індивіда.

Постановка проблеми. Проблематика, пов'язана із дослідженням емоційно-почуттєвої сфери людини завжди була і є актуальною в психологічній науці. Це зумовлено тим, що на основі емоційно-почуттєвої сфери стає можливо сформулювати єдину психологічну будову індивіда з персональними особливостями, процесами і їх взаємовідношеннями. Крім цього, на сьогоднішній день актуальність дослідження емоційно-почуттєвої сфери людини обумовлена значним її впливом на міру ефективності будь-якого виду людської діяльності. Загострення емоційно-почуттєвої сфери найбільше загострюється саме у підлітків. В процесі накопичення повсякденного досвіду дана сфера здатна закріплюватися у манері їх поведінки, а протягом певного проміжку часу вона трансформується у певні особистісні риси.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед науковців, які досліджували особливості

розвитку емоційно-почуттєвої сфери у дітей підліткового віку можна виокремити таких як О.Є. Блинова, Т.С. Кириленко, Л.А. Кльоц, А.О. Коваленко, Б.І. Кочубей, Н.М. Макаренко, І.В. Мельничук, А.М. Одінцева, М.М. Понкратова, Н.М. Токарева, А.Г. Четверик-Бурчак, А.В. Шамне та інші.

Постановка завдання. Метою статті є дослідження особливостей розвитку емоційно-почуттєвої сфери у дітей підліткового віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. На думку чимало кількості науковців, діти у підлітковому віці є найбільш чутливими в емоційно-почуттєвому розвитку. Це зумовлено тим, що саме протягом даного періоду у емоційно-почуттєвій сфері відбуваються радикальні зміни, пов'язані із внутрішніми закономірностями розвитку психіки дитини. Подібні радикальні зміни торкається практично усіх аспектів розвитку і взаємовідносин дітей-підлітків з навколишнім середовищем, а

також дають можливість сформувати нові почуття і реакції на певні події чи явища. Однак такі зміни можуть набувати не лише позитивного, але й негативного характеру.

Емоційна сфера – це цілісне інтегративне утворення, виражене як у внутрішньому (емоційні переживання), так і зовнішньому (емоційні прояви) просторі особистості. Під емоціями в психологічній науці розуміють психічне відображення у формі безпосереднього пристрасного переживання життєвого сенсу явищ та ситуацій, зумовленого відношенням їх об'єктивних властивостей до потреб суб'єкта. З позицій розуміння емоційної сфери Т.С. Кириленко визначає останню як чуттєву, пристрасну сферу психіки, в якій виникають і живуть емоційні феномени – емоції та почуття індивіда, емоційні реакції, емоційні властивості та стани та її процеси відображають ставлення людини до значущих для неї об'єктів, явищ і подій у формі переживань [2].

Важливість вивчення вікових особливостей емоційної сфери дітей полягає у тому, що існує тісний зв'язок емоційного і інтелектуального розвитку. Порушення в емоційному розвитку дитини дошкільного віку веде того, що дитина не в змозі використати інші здібності, зокрема інтелект, для подальшого розвитку. У дітей з емоційним порушенням домінують такі негативні емоції, як горе, страх, гнів, відраза. У них спостерігається високий рівень тривожності, а позитивні емоції майже не проявляються. А тому, постає проблема контролю за емоційним розвитком дітей і при необхідності використовувати психокорекційні програми. Емоції у людини з'являються іще до її народження [3].

На нашу думку, під емоціями слід вважати переживання порівняно нетривалого характеру, які є чітко ситуативними, тобто відображають відношення індивіда до існуючих чи можливих обставин, до власної діяльності і/або до конкретних дій. Варто зазначити, що вікова логіка розвитку емоційно-почуттєвої сфери для підлітків сприяє систематизації емоцій та почуттів відповідно до усіх їх показників, зокрема за змістом, повнотою і способами їх прояву.

Підлітковий період є складним етапом у процесі особистісного розвитку, що відрізняється різномірними характеристиками соціального дозрівання. Рівень соціальних можливостей підлітка, умови і швидкість його соціального розвитку залежить від осмислення підлітком себе і своєї приналежності до суспільства, ступеня вираження прав і обов'язків, рівня оволодіння сві-

том сучасних речей і стосунків, насичення далеких і близьких зв'язків, їх диференційованості. У процесі дорослішання у підлітка змінюється характер і особливості сприймання себе у суспільстві, сприймання суспільства, ієрархії суспільних зв'язків, змінюються мотиви і ступінь їхньої адекватності суспільним потребам [8, с. 14].

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. [1; 6].

Отже, загальновідомо, що підлітковий вік є перехідним, оскільки саме протягом даного періоду особа остаточно покидає дитинство і переходить в дорослу фазу життя. Підлітковий вік відіграє доволі важливу роль у формуванні емоційно-почуттєвої регуляції індивіда. Підліток розвиває свої почуття як узагальнені порівняно витривалі переживання. Додержання моральних принципів відбивається в почуттях душевного задоволення. Активними темпами з'являються душевні почуття, які дієво коректують підліткові вчинки. Проте підлітки за певних обставин не осмислюють співвідношення загальних норм із власною поведінкою в певній ситуації. Формування моральних якостей перебуває і тісних зв'язках із вольовими аспектами: посилюється сила волі, зменшується вплив і сентиментальність до дії зовнішніх факторів.

Підлітковий вік є кризовим періодом розвитку індивіда. Одночасно цей період розвитку індивіда є сензитивним по відношенню до впливу середовища через те, що саме в цей період відбувається активне формування особистості як суб'єкта. Підлітковий період це фаза переходу від залежного дитинства до самостійної дорослості, і певною мірою, є вирішальним періодом у житті людини. У цей час активно розвивається рефлексія і само-свідомість, постає гостра потреба у спілкуванні

й глибоких емоційно-насичених міжособистісних стосунках. Виступаючи як важливий етап становлення особистості, підлітковий вік являє собою складний процес особистісного розвитку, що відрізняється різноманітними характеристиками соціального дозрівання. Рівень можливостей старшокласника, умови і швидкість його соціального розвитку пов'язані з осмисленням підлітком себе і своєї приналежності до суспільства, ступенем вираженості прав і обов'язків, ступенем оволодіння світом соціальних речей і відносин, насиченістю далеких і ближніх зв'язків, їх диференціацією [7].

Емоційні переживання підлітків характеризуються глибиною, міцністю, тривалістю, вони більш різноманітні за змістом і спрямованістю порівняно із молодшими школярами. Центральним новоутворенням у сфері почуттів підлітка є «почуття дорослості», що виявляється як суб'єктивне переживання готовності бути повноправним членом суспільства дорослих. Високого розвитку починають набувати інтелектуальні почуття, зокрема любов, почуття нового, здивування, сумніву, упевненості, невпевненості тощо. Особливо загострюються почуття, пов'язані з усвідомленням свого «Я», власної гідності. Збагачуються естетичні почуття та емоційна вразливість [8].

Підлітковому віці притаманний підвищений рівень подразнення емоційно-почуттєвої сфери, яка може бути найголовнішою причиною емоційних негараздів. На думку науковців, найвиразнішими проявами емоційних негараздів є підвищений рівень тривожності, депресія, нейротизм, напади агресії тощо. Так, варто зазначити, що впродовж підліткового віку діти підпадають під підвищений рівень тривожності, що проявляється у всіх комунікаційних сферах, проте найбільше в комунікації з батьками чи іншими дорослими. На нашу думку, під тривожністю слід розуміти персональну психологічну ознаку, яка виражається у схильності індивіда до систематичних та посиленних тривожних переживань. Проте, певна тривожність притаманна будь-якій людині і є потрібним для оптимальної адаптації індивіда до реальності.

Досить часто підлітки проявляють свою тривожність через безініціативну діяльність та байдужість. Суперечності між двоїстими прагненнями можна вирішити шляхом відмовлення від всяких прагнень. Байдужість до дитячих інтересів призводить до втрати зацікавленості, а невдоволення головних потреб – до зменшення інтенсивності даних потреб.

У дослідженні І. Мельничука, яке проводилося під керівництвом А. Чебикіна, у результаті комплексного вивчення особливостей емоційної сфери підлітків, у сімнадцятирічних підлітків виявлено підвищений рівень реактивної тривожності, а у шістнадцятирічних – підвищений рівень реактивної агресії та сором'язливості. При дослідженні п'ятнадцятирічних підлітків у них було виявлено підвищений рівень експресивності, тривожності, саморегуляції і знижений рівень агресії [5].

У міру дорослішання у підлітка змінюються характер і особливості бачення себе в суспільстві, сприйняття суспільства, ієрархії громадських зв'язків, змінюються його мотиви і ступінь їх адекватності суспільним потребам. В підлітковому віці спостерігається чітко виражена тенденція розвитку переваги соціально-орієнтованої форми спілкування, що створює для підлітків реальні умови їх визнання як соціально значущих осіб. Таке положення чітко пов'язане з характерним для підлітка активним прагненням до заняття нової соціальної позиції, з усвідомленням нею свого «я» і затвердженням у дорослому світі. При цьому мова йде не про бажання підлітка наслідувати дорослим людям, а про залучення до їх справ і відносин, появи у нього почуття соціальної відповідальності як можливості і необхідності відповідати за себе і за інших на рівні дорослої людини [9].

Беручи до уваги все вище наведене можна дійти висновку, що серед характерних особливостей емоційно-почуттєвої сфери у дітей підліткового віку є:

1. Доволі високий рівень емоційно-почуттєвої збудливості, через що підлітки досить часто є роздратованими, бурхливо проявляють власні почуття. Вони завзято беруться за захопливу роботу, бурхливо борються за власні переконання, дратуються через кожний випадок несправедливості по відношенню до себе або приятелів.

2. Стійкий рівень емоційних переживань порівняно з дітьми молодшого віку. Так, наприклад, підлітки довго не можуть забути зневаги та кривди як по відношенню до себе, так і до друзів.

3. Своєрідне передчуття страху та максимальний рівень тривожності.

4. Протиріччя почуттів. Так, неодноразово підліток може захищати власного приятеля, попри розуміння неправильності його вчинків. Маючи досить розвинуті почуття самоповаги підліток може заридати від образи, попри те, що його жалітися соромно.

5. З'являються переживання як стосовно оцінки їх іншими особами, так і стосовно самооцінювання, що обумовлено розвитком свідомості у даному віці.

6. Доволі висока прив'язаність до людей, через що підлітки досить важко переживають засудження друзів, ніж засудження дорослих.

7. Завищені вимоги до дружби, яка ґрунтується не на колективній грі, як у дітей молодшого віку, а на одностайності зацікавлень.

8. Вибірковість та тривалість підліткової дружби.

Емоції підлітків у значній мірі пов'язані із спілкуванням. А тому, особистісно значимі ставлення до інших людей визначають як зміст, так і характер емоційних реакцій. При цьому, недолік досвіду переживань емоцій у новій провідній діяльності (навчанні) і досвіду спілкування призводить до того, що підліток у основі свого емоційного еталону ставить не загальні, що повторюються у різних людей, а індивідуальні особливості конкретної людини. Зберігається у підлітків і негативні ставлення до себе. У результаті для школярів цього віку характерна схильність до негативних емоцій і неузгодженість у мотиваційній сфері. У підлітків, у порівнянні із школярами молодших класів покращується вербальне визначення базових емоцій страху і радості. Починаючи із підліткового віку знання про емоції стають усе більш опосередкованими щодо цих емоцій [3].

У підлітковий вік відбувається зміна структури самосвідомості в її різних проявах: самооцінки, особистісної рефлексії, вимог до себе та інших, мотивах діяльності, ідеалах, інтересах тощо. У 14–16 років у підлітків виникає «оперативна самооцінка», що визначає ставлення підлітка до себе і в даний час. Ця самооцінка ґрунтується на зіставленні підлітком своїх особистісних особливостей, форм поведінки з певними нормами, які виступають для нього як ідеальні форми його особистості [7].

На розвиток емоційно-почуттєвої сфери у дітей підліткового віку впливають такі чинники:

1. Фізіологічні чинники зумовлені особливостями зростання та статевого дозрівання.

У цей період відбувається фізичний розвиток організму, що впливає на емоційну стабільність та сприйняття себе. Зростає увага до інстинктів, процес збудження превалює над процесом гальмування, що може призводити до підвищеної збудливості.

2. Психологічні чинники пов'язані з формуванням категорії моральності, самоідентифікації та соціальної позиції. Важливим аспектом цього періоду, який потребує прискіпливої уваги, є самооцінка. Доведено, що підлітки не завжди здатні адекватно оцінити власні можливості, схильні до максималізму, що може призвести до підозрливості, озлоблення, дратівливості або ж байдужості, апатії, індіферентності.

3. Соціально-психологічні чинники пов'язані з позиціонуванням підлітком себе в соціумі, розумінням себе частиною суспільства. На перший план виходять роздуми про подальше життя, вибір професії, реалізацію власних амбіцій та можливостей. Емоційний план при цьому характеризується так званним відчуттям «дорослості», що зумовлює потребу в незалежності, вихід із-під контролю та опіки дорослих [4].

У випадку, якщо більшість вище наведених чинників несуть негативний ефект, то відбувається зростання навантаження на емоційно-почуттєву сферу, що призводить до нестабільності підліткових емоцій та почуттів, що може спричинити дезадаптивні емоційні зриви і кризи. Однак саме шляхом внутрішніх суперечностей відбувається процес формування особистості.

Висновки. Таким чином, беручи до уваги все вище наведене можна дійти висновку, що емоційно-почуттєвій сфері у дітей підліткового віку притаманне не лише ставлення підлітка до зовнішнього оточення, але й водночас є своєрідною формою почуття, що віддзеркалює вагомості даного оточення для підлітка. Проходячи підлітковий вік, людина втрачає дитячий статус та переходить в доросле життя. Цьому сприяють індивідуальні враження: динамічні фізичні переміни, кризові непорозуміння з собою та дорослими, відчуття самотності та бажання швидше увірватися у доросле життя.

Список літератури:

1. Блинова О.Є. Соціокультурні та психологічні вектори становлення особистості: колективна монографія. Херсон: Вид-во ФОП Вишемирський В. С., 2018. 428 с.
2. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К.: Либідь, 2007. 256 с.
3. Кльоц Л.А. Розвиток емоційної сфери підлітків техніками самовираження. URL: http://zippo.net.ua/data/files/KafPsihol/NavchRobota/kla_3.pdf
4. Кочубей Б.І. Емоційна стійкість школяра. Київ : Освіта, 1998. 237 с.

5. Мельничук І. Генеза емоційних особливостей у дітей різного віку та статі: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Харків, 2003. 15 с.
6. Одінцева А.М., Коваленко А.О. Схильність до маніпулювання у підлітковому віці. Херсон: ВД «Гельветика», 2018. 296 с.
7. Понкратова М.М. Гендерні особливості інтелектуальної сфери старшокласників. URL: <https://dspace.library.khai.edu/xmlui/bitstream/handle/123456789/902/Ponkratova.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
8. Токарева Н.М., Шамне А.В., Макаренко Н.М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу: монографія. Кривий Ріг, 2014 309 с.
9. Четверик-Бурчак А.Г. Емоційний інтелект як інтегративна властивість особистості. Матеріали VIII міжнародної науково-практичної конференції «Психолінгвістика у сучасному світі – 2013». Переяслав-Хмельницький, 2013. 73 с.

Prsyazhniuk B.V. FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF THE EMOTIONAL AND SENSITIVE SPHERE IN ADOLESCENT CHILDREN

The article examines the peculiarities of the development of the emotional and sensory sphere in adolescent children. It has been found that today the relevance of the study of the emotional and sensory sphere of a person is due to its significant influence on the degree of effectiveness of any type of human activity. Aggravation of the emotional and sensory sphere is most acute in teenagers. The essence and significance of the emotional sphere of children is given. It was determined that emotions should be considered experiences of a relatively short-term nature, which are clearly situational, that is, they reflect the individual's attitude to existing or possible circumstances, to his own activity and/or to specific actions. The main features of adolescence are revealed. It was found that adolescence is transitional, because it is during this period that a person finally leaves childhood and enters the adult phase of life. Adolescence plays a rather important role in the formation of an individual's emotional and sensory regulation. Peculiarities of emotional experiences of teenagers are considered. It was determined that adolescence is characterized by an increased level of irritation of the emotional and sensory sphere, which can be the main cause of emotional troubles. And the most obvious manifestations of emotional troubles are an increased level of anxiety, depression, neuroticism, attacks of aggression, etc. Characteristic features of the emotional and sensory sphere in children of adolescent age are given. It has been established that the emotional-sensual sphere of adolescent children is characterized not only by the adolescent's attitude towards the external environment, but also at the same time is a peculiar form of feeling that reflects the importance of this environment for the adolescent. The factors that affect the development of the emotional and sensory sphere in children of adolescent age are revealed. The conclusion is that if most of the above factors have a negative effect, then there is an increase in the load on the emotional and sensory sphere, which leads to the instability of adolescent emotions and feelings, which can cause maladaptive emotional breakdowns and crises.

Key words: *emotional-sensual sphere, adolescence, emotions, feelings, anxiety, features, factors, emotional-sensual regulation of an individual.*