

Мещерякова Наталья Юрьевна

студентка

Научный руководитель

Коробова Мария Владимировна

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Липецкий государственный педагогический
университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского»

г. Липецк, Липецкая область

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация: в статье рассматриваются подростковый кризис и его влияние на эмоциональное развитие ребёнка. Перечислены главные особенности формирования эмоционального развития. Наблюдаются негативные факторы эмоционального характера, которые влияют на психологическое здоровье. Говорится о том, что на эмоциональное развитие подростка влияют как объективные, так и субъективные факторы.

Ключевые слова: подростковый возраст, эмоции, подростковый кризис, эмоциональное развитие.

Подростковый возраст является наиболее трудным периодом из всех этапов взросления. В это время ребенок переживает колоссальные изменения в физическом, психологическом и социальном здоровье. В то же время образовывается у подростка самопознание самого себя и окружающего мир, формулируются принципы и знания у подростка, которые в итоге составляют жизненную позицию, благодаря, который подросток понимает, как ему жить во взрослой жизни [1].

Формируются следующие особенности данного возраста. У подростка возникают новые ценности и ориентации, при этом ребенок находится в привычной среде. Также появляется желание быть взрослым, но при этом отсутствуют возможности и условия отделиться от родителей, жить самостоятельно, это яв-

ляется основным фактором для подросткового кризиса. Подросток начинает поиск себя и условия бытия, расширяется восприятие подростка [8].

В состоянии переходного возраста психические процессы ребенка приобретают более личный характер.

Особенности подросткового возраста вытекают из кризиса. Подростковый кризис – это стадия перехода от детства к взрослости, что заставляет ребенка менять свои ценности, находить новые интересы и знания, а самое главное познание и определения себя в этом мире. Обычно это происходит с 11 до 18 лет.

Л.И. Божович проводил анализ основных проблем подростка, выявил, что в данный период является самый значимый и фундаментальный для изменений в эмоциональном и психическом развитии, ребенок учится воспринимать самого себя и окружение, которое вокруг него формируется [1].

Подросток тяжело переживает кризис из-за того, что происходит развитие положительной идентичности, в этот период происходит противоречие, ребенок переживает субъективные чувства неблагополучия из-за внутреннего конфликта между прошлым и настоящим. Из-за этого появляются такие эмоции как агрессия, злость, вина и другие эмоции [8].

При этом в подростковом кризисе, ребёнок часто неадекватно реагирует на внешние воздействия, которые затрагивают его внутренний мир и особенно его принципы, это приводит к потере самоконтроля. Из этого следует, что существуют факторы, которые приводят к эмоциональному раздражения ребёнка.

Выделяют биологический, психологический, социально-психологические факторы, которые нарушают эмоциональное состояние подростка.

Ребенок в подростковом возрасте не может адекватно оценить суждения людей, которые окружают его. Поэтому важным фактором для подростка на формирование эмоционального развития является социальное окружение и влияние других людей. Одну из главных ролей играют родители ребенка, которые принимают или отвергают актуальные проблемы, интересы, ценности подростка. Именно в подростковом периоде ребенок ищет поддержку у родителей, понимания того, что с ним все в порядке, что он находится в норме, пока он

узнает нового себя. Поэтому, если подросток получает поддержку и понимания родителей, то кризис подросткового возраста проходит спокойнее, и появляются положительные эмоции такие как интерес, радость. Ребенок проживет это более конструктивно и осмысленно. Но чаще всего родители ведут себя наоборот, что приводит к риску возникновения тревожности, которая мешает подростку уже во взрослой жизни, обычно пропадает интерес к жизни, а следовательно, и мотивацию ребенку не откуда брать. И авторитет взрослого человека отвергается.

Пока подросток не способен и не может себя воспринимать как взрослого, потому что зависит от родителей в разных сферах деятельности его жизни. Но в данный период ребенок проходит этап сепарация от родителей, это тяжело для подростка эмоционально. Часто подросток начинает больше тревожиться и опасаться из-за отделения от родителей, так как ему приходится открывать новые навыки, и способность брать ответственность за себя.

Помимо того, подростковый период имеет ряд особенностей, которое определяет характерное поведение ребенка. У подростка нет возможности адекватно оценивать жизненные обстоятельства из-за нехватки житейского опыта. Также у некоторых плохо развита самокритичность, а других чересчур развита, что мешает верно оценивать себя. В равной мере ребенок подвержен мнению окружающих причем не важно является ли это правдой или нет. Все это приводит к нестабильной эмоциональной среде подростка.

Все эти факторы приводят к тому, что ребенок переживает сильные изменения в эмоциональной сфере во время взросления. Подростковый возраст характеризуется повышенной эмоциональностью, что приводит к изменению настроения, вспыльчивости, возникновение повышенной тревожности, агрессии, а также тревоги и страхов.

По мнению В.Г. Казанской, подросткам свойственно застревать на своих эмоциях, не важно положительные или отрицательные. Из-за этого они не замечают и не реагируют на помощь других людей. Одной из важной эмоциональной проблемы является общение с родителями и с ровесниками [5].

Вместе с тем, подросткам обычно трудно говорить о своих эмоциях. Плюс ко всему у ребенка быстро сменяются положительные эмоции на отрицательные, а вот отрицательные эмоции на положительные меняются медленно. Например, если подросток словит скуку и не найдёт себе занятие, эта эмоция приведёт к злости и тоски, и переключить его на действие или положительные эмоции будет сложно, скорее всего подросток захочет заниматься никчёмными делами.

Важность подросткового возраста заключается в том, что ребёнку нужно овладеть новыми навыками, знаниями, принципами и самое главное познания самого себя.

Подростковый кризис можно назвать кризисом идентичности. Подростку в этот период необходимо понять свою сущность, интересы, возможности, чтобы справиться с эмоциональным развитием. Это поможет подростку во взрослой жизни быть менее тревожным, также даст возможность получить стабильную самооценку. Если подросток справится с кризисом и преодолит все препятствия, то у него появятся новые возможности и индивидуальность.

Подросток встречается с такими эмоциями как агрессия, вспыльчивость, жестокость, грубость, молчаливость и замкнутость. Это связано с тем, что ребенок не желает принимать позицию взрослого, особенно если у него есть лидерские качества. Подросток считает, что только его мнение правильное, и когда сталкивается с другой точкой, отказывает принимать его во внимание. Все это доказывает вышенаписанное, что в подростковом кризисе ребенок сталкивается с трудностями как биологическими так и психологическими, эмоции играют важную роль в этот период, так как подросток формирует себя заново, ищет себя и учится взаимодействовать с миром и собой.

Таким образом есть прямая связь между подростковым кризисом и эмоциональным развитием ребенка, эти знания необходимы для того, чтобы помочь ребенку наиболее полно реализовать возможности этого периода, выработать эффективные, конструктивные способы преодоления трудностей, что, с точки

зрения современной психологии, важно для решения главных задач развития в этот период.

Список литературы

1. Буровихина И.А. Субъективная картина жизненного пути современных подростков // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. – 2011. – №4. – С. 148–161.
2. Васильева О.С. Психология здоровья человека: Эталоны, представления, установки: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальности «Психология» / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. – М.: Academia, 2001. – 343 с.
3. Иванова Е.С. Психология эмоций: перспективы экспериментальных исследований / Е.С. Иванова, Д.В. Люсин // Научный диалог. – 2012. – №11. – С. 137–143.
4. Крылов В.И. Нарушение эмоциональной и волевой регуляции психической деятельности как основа для развития навязчивых нарушений / В.И. Крылов, Д.Ю. Бутылин // Вестник психиатрии и психологи Чувашии. – 2014. – №10. – С. 14–20.
5. Казанская В.Г. Подросток: от аидова порога к ценностям жизни. Психологические особенности суицидальной направленности подростка / под ред. А.С. Обухова. – М.: Национальный книжный центр, 2015. – 224 с.
6. Остапова А.В. Психологические особенности подросткового возраста // Евразийский научный журнал. – 2015. – №7. – С. 54–59.
7. Петровский В.А. Отчуждение как феномен детско-родительских отношений / В.А. Петровский, М.В. Полевая // Вопросы психологии. – 2001. – №1. – С. 19–26.
8. Прихожан А.М. Интересная психология: Л.С. Выготский и Л.И. Божович / А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых // Вопросы психологии. – 2010. – №5. – С. 63–72.