

Коваленко Екатерина Александровна

аспирант

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный
педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация: актуальность темы обусловлена изменением влияния психологических факторов на эмоциональную сферу в юношеском возрасте. В статье рассмотрены основные компоненты эмоциональной сферы юношей: общение, эмоциональные состояния, самосознание, самоопределение, волевая регуляция, дружба. Методологическим подходом проводимого автором исследования служат основные положения возрастной периодизации Д.Б. Эльконина. Теоретические методы исследования: анализ, обобщение, сравнение, систематизация. Основным полученным автором результатом является уточнение особенностей эмоциональной сферы периода ранней юности. Автор приходит к выводу о том, что формирование эмоциональной сферы юношей и девушек – это сложный многоплановый, многогранный и противоречивый процесс.

Ключевые слова: юношеский возраст, эмоциональная сфера, общение, развитие.

Юношеский возраст – важнейший период формирования и активного развития человека. На этом этапе завершается физическое развитие юноши и начинается процесс самоопределения. Именно в этот период меняется характер, появляется сознательное поведение, образуются нравственные представления молодых людей. На развитие эмоциональной сферы в юношеском возрасте, существенно влияют социально-экономические и культурные особенности того окружения, в котором происходит процесс взросления и становления молодого человека.

В психологии юношеский возраст определяется в возрастном диапазоне от 15–17 до 23–25 лет. В психологии общепринято разделять юношеский возраст на раннюю юность (старший школьный возраст) и позднюю юность. У представителей различных психологических направлений обозначение временных рамок этих периодов значительно отличается. Согласно периодизации развития личности по Э. Эриксону жизненный цикл индивида подразделяется на восемь фаз. Развитие личности по своему содержанию определяется тем, что общество ожидает от человека, какие ценности и идеалы ему предлагает, какие задачи ставит перед ним на разных возрастных этапах [1, с. 77]. Старший подростковый возраст и ранняя юность составляют (13–18 лет) пятую стадию развития личности, период самого глубокого кризиса. В нем объединяются и преобразуются все предыдущие идентификации ребенка; к ним добавляются новые, поскольку повзрослевший, изменившийся внешне ребенок включается в новые социальные группы и приобретает другие представления о себе [1, с. 81].

В отечественной психологии общепризнанной считается возрастная периодизация Д.Б. Эльконина. Согласно этой периодизации юношеский возраст включает в себя средний школьный возраст (11–15 лет) и старший школьный возраст или раннюю юность (15–17 лет). Понятие психологических новообразований и ведущей деятельности является центральными и определяют психологические особенности развития личности и ее поведения. Для ранней юности ведущим видом деятельности является учебно-профессиональная деятельность и общение со сверстниками. Именно в юношеском возрасте происходит перенаправление общения с родителей и учителей на сверстников. Общение для юношей в этот период – важный канал передачи информации, который помогает формировать навыки социальных коммуникаций. Общение также является специфическим видом эмоционального контакта. Оно помогает обрести самоуважение, чувство эмоционального благополучия.

В период ранней юности происходят биологические и социальные изменения, являющиеся естественными, нормальными и переходящими. Такие процессы называют нормативными жизненными кризисами. В данный период раз-

вивается регуляторная функция эмоций, а также интенсивно развивается эмоциональная сфера: появляется чувство долга, развивается сопереживание, сочувствие, становятся более осознанными эстетические и моральные переживания становятся более осознанными. У молодых людей активно проявляется чувство симпатии, увлечения, первой любви. В целом общее эмоциональное самочувствие в этом возрасте ровнее, чем у подростков, нет резких аффективных вспышек, скоропалительных суждений о людях, необоснованно образующихся пристрастий. Проявляется большая эмоциональная восприимчивость к действительности, взаимоотношениям людей.

В юношеском возрасте получает развитие процесс самосознания молодого человека. Но теперь самосознание меняет свой вектор на осознание индивидом своих личностных уникальных особенностей. Самосознание в данный возрастной период характеризуется увеличением внимания юноши к своим недостаткам. Предпочитаемый образ «Я» у молодых людей состоит из ценимых ими качеств других людей и ведет непосредственно к волевому усилию, направленному на саморазвитие.

Специфика эмоциональных процессов в периоде юности заключается в происходящих в этот возрастной период гормональных и физиологических изменениях. Эмоциональное поведение юношей зависит также от индивидуальнотипологических особенностей индивида, социальных факторов и условий его воспитания. В этот возрастной период происходит повышение эмоциональной чувствительности, повышение разнообразия и увеличение продолжительности эмоциональных реакций. Вместе с тем возрастает возможность психологической защиты и эмоциональная устойчивость, повышается уровень саморегуляции и самоконтроля.

В юношеский период появляется потребность в сопричастности и идентификации себя с группой. В группе юноша получает признание себя как личности. Общеизвестно, что в молодежной среде имеется большое количество групп, формальных и неформальных, в которые юноши и девушки вступают исходя из своего круга интересов и увлечений. Такие референтные группы бы-

вают как в реальной, так и в виртуальной жизни. В результате проведенных психологических исследований было выявлено, что все большее количество юношей и девушек выбирают виртуальное общение, поскольку в нем можно участвовать анонимно и не использовать визуальные средства общения. Такая ситуация объяснима с точки зрения психологических особенностей юношеского возраста, поскольку коммуникация посредством сети Интернет позволяет попробовать новые социальные статусы, широко востребованные в этот возрастной период. Наряду с удобством онлайн-коммуникаций, существует реальная опасность тотальной подмены реального общения на более удобное, на взгляд юношей, виртуальное общение в сети Интернет. С одной стороны, старшеклассник восполняет потребность в общении, но при этом юноша не в полной мере получает необходимое качественное содержание взаимоотношений, Недостаток реального общения влияет на уровень развития эмоционального интеллекта. Молодой человек, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится внешне ничем не отличаться от сверстников. Типичной чертой юношеских групп является конформность -склонность индивида к усвоению определенных групповых норм, привычек и ценностей. Желание слиться с группой, ничем не выделяться, отвечающее потребности в безопасности, психологи рассматривают как механизм психологической защиты и называют социальной мимикрией.

Еще одной особенностью данного возрастного периода является необходимость в уединении. Одним из признаков периода юношества часто становится чувство одиночества и неприкаянности, которое достаточно трудно переживается молодым человеком. В противоположность потребности к личной самостоятельности проявляется стремление к дружеским отношениям. Понятие «дружба» становится главным в списке юношеских жизненных ценностей. В основе желания иметь хороших друзей лежит потребность в тесных эмоциональных контактах и в понимании себя другими. Дружеское общение занимает главенствующую позицию в межличностных отношениях раннего юношеского возраста. Дружба – важнейший вид эмоциональной привязанности и межлич-

ностных отношений юношеского возраста. Любовь в период юности включает в себя дружбу, в то же время она предполагает большую степень интимности, чем дружба.

Таким образом, на основании проведенного анализа можно сделать следующие выводы: развитие эмоциональной сферы в юношеском возрасте имеет свою ярко выраженную характеристику, которая, с точки зрения развития личности, определяет переходный сложный, трудный процесс. Это важный период в становлении личности человека: расширяется объем деятельности, качественно меняется характер, закладываются основы сознательного поведения, формируются нравственные представления.

Список литературы

1. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет / И.Ю. Кулагина; Ун-т Рос. акад. образования. – 5-е изд. – М.: Изд-во УРАО, 1999. – 175 с.
2. Кон И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 256 с.
3. Пантелеева Т.В. Психологические особенности и развитие эмоциональной сферы и интеллектуальных способностей в ранней юности [Текст] / Т.В. Пантелеева // Психологические науки: теория и практика: материалы IV Междунар. науч. конф. (Москва, ноябрь 2015 г.). – М.: Буки-Веди, 2015. – С. 11–14 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/196/8957/> (дата обращения: 19.04.2022).
4. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте / Д.Б. Эльконин // Вопросы психологии. – 1971. – №1. – С. 6–20.