

# ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Олійник Д. Ю.

*Полтавський національний педагогічний*

*університет імені В. Г. Короленка*

*dashaoleiynik@gmail.com*

Вибір підліткового віку у дослідженні обумовлений тим, що саме на цьому віковому етапі емоційна сфера якісно змінюється, тому що змінюються відносини підлітка з навколишнім середовищем. Стають більш складними відносини з дорослими та однолітками; підлітки по-іншому починають відноситися до навчальної діяльності та до самих себе. Це є джерелом різноманітних, складних, нерідко суперечливих переживань. Разом з тим, незважаючи на загальний достатньо високий рівень розвитку емоційної сфери в даний період, прояви емоцій недостатньо стійкі. Отже, соціальна значущість проблеми та недостатнє її вивчення в плані особливостей прояву та можливостей корекції у підлітковому віці зумовили вибір теми дослідження, що стосується аналізу психологічних особливостей емоційної сфери на даному віковому етапі [1, с. 104; 3, с. 256].

**Об'єктом дослідження** є особистість підлітка. **Предметом** – психологічні особливості емоційної сфери у дітей підліткового віку. **Мета дослідження** полягає у теоретичному та практичному аналізі психологічних особливостей емоційної сфери дітей підліткового віку.

Досягнення поставленої мети відбувалось у процесі виконання таких завдань:

1. З'ясувати сутність емоційних стосунків та проаналізувати основні аспекти їх вивчення в психології.
2. Розглянути особливості емоційних стосунків у дітей підліткового віку.
3. Обґрунтувати вибір комплексу методик дослідження емоційних стосунків у дітей підліткового віку.

Експериментальне дослідження психологічних особливостей емоційної

сфери дітей підліткового віку проводилось за допомогою таких методик [2, с. 144; 4, с. 167]. За допомогою методики «Дослідження суб'єктивного контролю» (за Є. Бажіним) був отриманий рівень суб'єктивного контролю підлітків (табл. 1).  
Таблиця 1. Результати діагностики парціальних позицій інтернальності-екстернальності учнів підліткового віку

| Шкали локус-контролю   | Хлопці |    | Дівчата |    | Всього |    |
|--|--------|----|---------|----|--------|----|
|  | Чол    | %  | Чол     | %  | Чол    | %  |
| Загальна інтернальність (Із)<br>інтернальний тип контролю (< 5,5)                  | 9      | 45 | 8       | 40 | 17     | 85 |
| екстернальний тип контролю (> 5,5)   | 1      | 5  | 2       | 10 | 3      | 15 |
| Інтернальність досягнень (Ід)<br>інтернальний тип контролю (< 5,5)                 | 7      | 35 | 8       | 40 | 15     | 75 |
| екстернальний тип контролю (> 5,5)   | 3      | 15 | 2       | 10 | 5      | 35 |
| Інтернальність невдач (Ін)<br>інтернальний тип контролю (< 5,5)                    | 6      | 30 | 7       | 35 | 13     | 65 |
| екстернальний тип контролю (> 5,5)   | 4      | 20 | 3       | 15 | 7      | 35 |
| Інтернальність в сімейних відносинах (Іс)<br>інтернальний тип контролю (< 5,5)     | 7      | 35 | 8       | 40 | 15     | 75 |
| екстернальний тип контролю (> 5,5)   | 3      | 15 | 2       | 10 | 5      | 25 |
| Інтернальність виробничих відносин (Іп)<br>інтернальний тип контролю (< 5,5)       | 8      | 40 | 9       | 45 | 17     | 85 |
| екстернальний тип контролю (> 5,5)   | 2      | 10 | 1       | 5  | 3      | 15 |
| Інтернальність міжособистісних відносин (Ім.)<br>інтернальний тип контролю (< 5,5) | 5      | 25 | 6       | 30 | 11     | 55 |
| екстернальний тип контролю (> 5,5)   | 5      | 25 | 4       | 20 | 9      | 45 |
| Інтернальність відносно здоров'я і хвороб (Ізх)                                    | 3      | 15 | 5       | 25 | 8      | 40 |

|  |   |    |   |    |    |    |
|--|---|----|---|----|----|----|
| Із)<br>інтернальний тип контролю (< 5,5) |   |    |   |    |    |    |
| екстернальний тип контролю(> 5,5)        | 7 | 35 | 5 | 25 | 12 | 60 |

З таблиці 1 видно, що за шкалою загальної інтернальності у 85% підлітків спостерігається високий показник рівня суб'єктивного контролю над ситуаціями. Такі люди вважають, що більшість важливих подій в їх житті були результатом їх власних дій. Низькі показники за цією шкалою спостерігається у 15% учнів, такі підлітки приписують свої успіхи, досягнення зовнішнім обставинам.

Високі показники за шкалою «Інтернальність невдач» визначено у 65% учнів, це свідчить про розвинене відчуття суб'єктивного контролю по відношенню до негативних подій і ситуацій. Низькі показники спостерігаються у 35% підлітків, це говорить про те, що ці досліджувані схильні приписувати відповідальність за подібні події іншим людям.

Високі показники інтернальності в сімейних відносинах отримані у 75% учнів. Це означає, що підлітки вважають себе відповідальними за події сімейного життя. Низький показник, який спостерігається у 25% учнів вказує на те, що підлітки вважають не себе, а оточуючих причиною значущих ситуацій, що виникають в сім'ї.

Високий показник інтернальності у процесі навчання визначається у 85% учнів і свідчить про те, що підлітки вважають свої дії важливим чинником в організації власної навчальної діяльності. Низький показник було визначено у 15% підлітків. Такі досліджувані схильні приписувати важливе значення зовнішнім обставинам.

Високий показник інтернальності міжособистісних відносин спостерігається у 55% учнів і свідчить про те, що такі учні вважають себе здатними контролювати свої неформальні відносини з іншими людьми. Низький показник, який отримано у 45% досліджуваних, навпаки, вказує на те, що вони не вважають себе здатними активно формувати своє коло спілкування.

Високі показники інтернальності відносно здоров'я і хвороб спостерігається у 40% учнів і свідчить про те, що досліджувані вважають себе багато в чому відповідальними за своє здоров'я. Підлітки з низьким показником (60%), вважають здоров'я і хвороби результатом випадку і сподіваються на те, що одужання прийде в результаті дій інших людей, перш за все лікарів.

З метою дослідження емоційної спрямованості у підлітковому віці використано методику «Дослідження емоційної спрямованості особистості» (за Б. Додоновим) (табл. 2).

Таблиця 2. Результати дослідження емоційної спрямованості підлітків

| Емоції        | Юнаки      |      | Дівчата    |      | Всього     |      |
|---------------|------------|------|------------|------|------------|------|
|               | Абс. знач. | %    | Абс. знач. | %    | Абс. знач. | %    |
| Альтруїстичні | 2          | 6,7  | 3          | 10   | 5          | 16,7 |
| Комунікативні | 5          | 16,7 | 3          | 10   | 8          | 26,7 |
| Глорістичні   | 3          | 10   | -          | -    | 3          | 10   |
| Проксемічні   | -          | -    | 1          | 3,3  | 1          | 3,3  |
| Пугнічні      | 2          | 6,7  | -          | -    | 2          | 6,7  |
| Романтичні    | -          | -    | 4          | 13,3 | 4          | 13,3 |
| Гностичні     | 1          | 3,3  | 1          | 3,3  | 2          | 6,7  |
| Естетичні     | 2          | 6,7  | 2          | 6,7  | 4          | 13,3 |
| Гедоністичні  | -          | -    | 1          | 3,3  | 1          | 3,3  |
| Акзизитивні   | -          | -    | -          | -    | -          | -    |
| Всього        | 10         | 33,3 | 20         | 66,7 | 30         | 100  |

Як свідчать отримані дані, провідними емоціями у хлопців є комунікативні (26,7%) та альтруїстичні (16,7%). Альтруїстичні емоції з'являються на основі потреби у допомозі іншим людям: бажання принести іншим людям радість, почуття тривоги за їх долю; комунікативні - на основі потреби у спілкуванні: бажання спілкуватись, ділитись думками та переживанням, знайти їм відгук.

Також відзначається, що у дівчат переважають романтичні емоції (13,3%), потяг до всього таємного, незвичайного, почуття особливої значущості дійсності. Перевагу естетичним емоціям, пов'язаним з ліричними переживаннями: краси; задоволення красою будь-чого; почуття граціозного; насолода звуками; поетичний стан, почуття душевної м'якості, віддали перевагу 6,7% хлопців та 6,7% дівчат.

Емоції підлітків значною мірою пов'язані зі спілкуванням. Тому особистісно-значуще ставлення до інших людей визначають як зміст, так і характер емоційних реакцій. У більшості підлітків відзначається емоційна нестабільність й амбівалентність почуттів. Нестійкість емоцій зумовлюється значною невпевненістю підлітка відносно правильності виборів форм поведінки. Мотивація підлітків характеризується, з одного боку, прагненням до самостійності і самоповаги, а з іншого – вони стискаються з регламентаціями, контролем, заборонами і вимогами дорослих. Такий конфлікт часто викликає імпульсивні, нестабільні, інколи важко передбачувані емоції. Амбівалентність (суперечливість) позначається на поведінці, торкаючись морального змісту вчинків. У підлітковому віці дитина прагне зрозуміти, що означає бути дорослим, проводить паралелі між вчинками дорослих та своїми. У зв'язку з появою у підлітків нових психологічних особливостей інколи їхні стосунки з дорослими супроводжуються конфліктами, негативними формами поведінки, зокрема проявами грубості, впертості. Це пов'язане з прагненням до самостійності, яке дорослі не сприймають і не підтримують. Характерною особливістю підлітків є посилене прагнення до спілкування з ровесниками і трохи старшими за себе, стосунки з якими відіграють важливу роль в їхньому житті. Вони прагнуть заслужити повагу і визнання, мати серед авторитет. У товаристві ровесників у підлітків починає формуватися нова система критеріїв оцінювання поведінки та особистості, відбувається переоцінка цінностей.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Кацавець Р. С. Психологія розвитку особистості : навчальний посібник. К. : Алерта, 2024. 152 с.
2. Мельничук О. Б. Психологічна діагностика : навчальний посібник. К. : Каравела, 2023. 316 с.
3. Поліщук В. М. Вікова і педагогічна психологія : навчальний посібник. К. : Університетська книга, 2023. 352 с.
4. Терлецька Л. Г. Вікова психологія і психодіагностика : підручник. К. : Видавничий дім «Слово», 2016. 608 с.

## **МАНДАЛА-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ ПІДЛІТКА**

**Опанасюк І.В.**

*Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника,*

*кандидат психологічних наук, викладач*

*Івано-Франківськ*

*i.opanasjuk@gmail.com*

**Актуальність дослідження** зумовлена тим, що кожна особистість живе у своєму емоційному просторі, який позначається на всіх етапах її життєдіяльності та налагодженні стосунків із навколишнім світом. У цьому контексті особливої ваги набуває усвідомлення емоційного контексту підлітками своїх світоглядно-диспозиційних пошуків за допомогою арт-терапевтичних засобів. Цікавою через призму цієї проблеми є мандала-терапія, як засіб розвитку особистісних ресурсів підлітка.

**Мета** – світоглядно-диспозиційний пошук власного емоційного простору за допомогою колірної барви та художньо-символічних засобів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Зцілення мистецтвом, активізація внутрішніх ресурсів та їх творче самовираження посередництвом художньо-символічних форм вивчали у своїх працях О. Вознесенська, І.