

**Севостьянова С.С.**

кандидат медицинских наук, доцент

**Григорова Ю.Б.**

Костанайский государственный педагогический институт

### **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

Эмоциональная система является одной из основных регуляторных систем, обеспечивающих активные формы взаимодействия организма. Актуальность познания эмоциональной сферы не вызывает ни у кого сомнения. Ведь чаще всего объяснение поведения мы ищем в наших переживаниях. Эмоциональные состояния как помогают нам преодолеть ситуацию затруднения, так и препятствуют справиться с самым легким.

Дезорганизирующее влияние эмоций имеет два аспекта:

- нарушение целесообразного и социально-опосредованного поведения индивида, направленного на самого индивида и других людей (негативные эмоциональные состояния, депрессия);

- сильные эмоции гнева и страха, которые не только могут полностью разрушить текущую активность самого индивида, но и активно заражать других.

Дезорганизирующее влияние эмоций наблюдается на протяжении онтогенетического развития человека, но особенно ярко проявляется в кризисные периоды развития и выражается в различных формах.

Социально-психологическая и биологическое положение подростка является переходным от детства к взрослости.

Связанная с этим коренная ломка – инволюция одних психических особенностей и вызревание других обуславливает ряд психологических трудностей, носящих характер как субъективно значимых для подростков, так и объективных, нередко, осложняющих взаимодействие с

ними. Сочетание дисгармонии, напряженности протекания полового метаморфоза, функциональной недостаточности центральной нервной системы приводит к тому, что в подростковом возрасте чаще, чем в других критических возрастных фазах детства, возникают различного рода нарушения в сферах психической деятельности, в том числе и эмоциональной [2].

Нарушения в аффективной сфере являются источником дезадаптации подростков и нередко приводят к развитию патологии, антисоциального и криминального поведения [7]. Вот почему проблема эмоциональных нарушений привлекает внимание широкого круга исследователей. Вместе с тем, задача профилактики и коррекции нарушений в подростковом возрасте требует дальнейшего изучения.

Задержки и искажения развития могут привести к формированию и закреплению примитивных, не всегда адекватных форм аффективного реагирования, среди которых наиболее часто встречается агрессия. В быту термин «агрессия» имеет широкое распространение для обозначения насильственных захватнических действий. Агрессия и агрессоры всегда оцениваются резко отрицательно, как выражение наличия культа грубой силы. В основном же под агрессией понимается вредоносное поведение. В понятии «агрессия» объединяются различные по форме и результатам акты поведения – от злых шуток, сплетен, враждебных фантазий, до бандитизма и убийства. В подростковой жизни нередко встречаются формы насильственного поведения, определяемого в терминах «задиристость»,

«драчливость», «озлобленность», «жестокость». В подростковом возрасте важной деталью психологического развития является агрессия. К сожалению, в последние годы отмечается значительный рост как агрессивности подростков, так и проявления противоправного поведения [1].

Агрессивное поведение подростков становится источником душевных страданий не только родителей, но и самих подростков, которые нередко сами становятся его жертвами со стороны сверстников. Рост агрессивных тенденций в подростковой среде отражает одну из острейших социальных проблем нашего общества, где за последние годы резко возросла молодежная преступность, особенно преступность подростков. При этом тревожит факт увеличения числа преступлений против личности, влекущих за собой тяжкие телесные повреждения. Участились случаи групповых драк подростков, носящих ожесточенный характер [10].

Среди агрессивных реакций необходимо выделить следующие:

- физическая агрессия (нападение);
- использование физической силы против другого лица;
- косвенная агрессия – действия, окольными путями направленные на другое лицо (сплетни, злобные шутки), ненаправленные взрывы ярости (крик, топанье ногами, битье кулаками по столу, хлопанье дверьми и др.);
- вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг, ссора), так и через содержание словесных ответов (угрозы, проклятия, ругань);
- склонность к раздражению – готовность к проявлению, при малейшем возбуждении, вспыльчивости, резкости и грубости;
- негативизм – оппозиционная манера поведения, обычно направленная против авторитета или руководства. Негативизм может нарастать от

пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся законов и обычаев.

Агрессивные подростки, при всем различии их личностных характеристик и особенностей поведения, отличаются некоторыми общими чертами. К таким чертам относятся бедность ценностных ориентаций, их примитивность, отсутствие увлечений, узость и неустойчивость интересов. У этих детей, как правило, низкий уровень интеллектуального развития, повышенная внушаемость, подражательность, недоразвитость нравственных представлений. Им присущи эмоциональная грубость, озлобленность как против сверстников, так и против окружающих родственников. У таких подростков наблюдается крайняя неадекватная самооценка, повышенная тревожность, страх перед широкими социальными контактами, эгоцентризм, неумение находить выход из трудных ситуаций, преобладание защитных механизмов над другими механизмами, регулирующими поведение. Вместе с тем, среди агрессивных подростков встречаются дети хорошо интеллектуально и социально развитые. У них агрессивность выступает средством поднятия престижа, демонстрации своей самостоятельности, взрослости.

На всем протяжении подросткового периода наблюдается четко выраженная динамика агрессивности. По данным Д.Д.Исаева, физические формы агрессивности преобладают у детей 10-11 лет. Особенно быстрыми темпами с возрастом растет негативизм. По мере взросления у подростков все сильнее проявляется вербальная агрессия [5]. По данным Л.Л. Семенюк, наибольшей агрессивностью отличаются 10-11 летние подростки – мальчики, у которых преобладает физическая агрессия. У мальчиков с возрастом происходит затухание физической агрессии, а у девочек отмечается рост этой формы агрессив-

ности. При спаде косвенной агрессии у мальчиков, идет её значительное увеличение у девочек. В 12-13 лет отмечается снижение вербальной агрессии у мальчиков, при постоянном нарастании этой агрессии у девочек. К 14-15 годам у мальчиков так же происходит всплеск вербальной агрессии. Негативизм значительно сильнее проявляется у мальчиков на всех возрастных периодах подросткового возраста. У девочек негативизм несколько затухает при переходе с 13 лет к 14-15 годам. За внешней грубостью мальчиков-подростков и скрытностью девочек лежит сложная картина половозрастных различий их развития, в том числе развития и проявления различных форм агрессивности [10].

Подростковый возраст часто называют периодом диспропорции развития. В этом возрасте увеличивается внимание к себе, к своим физическим особенностям, обостряется внимание к окружающим. И неудивительно, что результатом этих переживаний становится возрастная тревожность. По данным многолетних исследований ряда авторов количество тревожных людей, вне зависимости от половозрастных, региональных и других характеристик, обычно бывает близко к пятнадцати процентам. В настоящее время данный показатель увеличился в пять раз [4].

Повышенная тревожность влечет за собой большие изменения в структуре личности: снижается самооценка, возникает чувство уверенности, ненужности, агрессии, возникают трудности в адаптации и общении. А.М. Прихожан определяет тревожность как устойчивое личностное образование, сохраняющееся на протяжении достаточно длительного периода. Тревожность имеет свою побудительную силу и константные формы реализации поведения с преобладанием в последних компенсаторных и защитных проявлений [9].

Определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной, деятельной личности. У каждого человека существует свой оптимальный уровень – это так называемая «полезная тревожность». Возрастные тревожности обусловлены, главным образом, сферой межличностных отношений, поскольку она непосредственно связана с тем, как человека оценивают другие. Расхождение в оценках, данных человеком самому себе и полученных им от других, являются важным источником тревожности. Тревожность возрастает тогда, когда индивид ощущает свою неадекватность или неэффективность в повседневной жизни.

Тревожность имеет ярко выраженную специфику, обнаруживающуюся в её источниках, содержании, формах проявления, компенсации и защиты. Для каждого возрастного периода существуют определенные области, объекты действительности, которые вызывают повышенную тревогу большинства детей в независимости от наличия реальной угрозы или тревожности как устойчивого образования. Эти возрастные пики тревожности являются следствием наиболее значимых социальных потребностей. Установлено, что подростки наиболее тревожны в отношении с одноклассниками и родителями и наименее тревожны с посторонними взрослыми и учителями. Старшие школьники обнаруживают высокий уровень тревоги во всех сферах общения, но особенно резко у них возрастает тревожность в общении с родителями и теми взрослыми, от которых они в какой-то степени зависят. В результате комплексного исследования детей 13-17 лет выделены следующие, значимые для каждого возраста, виды тревожности:

- у учащихся седьмых классов - «школьная тревожность» и тревожность, обусловленная особенностями нервной системы;

- у учащихся восьмых классов - межличностная и самооценочная тревожность;

- у девятиклассников тревожность проявляется во всех сферах примерно в равной степени, и её испытывают сравнительно небольшое количество учащихся;

- у десятиклассников преобладает самооценочная тревожность [4].

Ситуации, которые могут вызвать приступ тревоги у подростков могут быть самыми разнообразными. Основной причиной тревоги у девочек 11-13 лет являются опасение всяких фантастических страшилищ, чудищ, мертвецов, а так же ситуации традиционно тревожные для людей. В 15-16 лет основной причиной тревоги девочек становятся страх за родных и близких, опасения доставить им неприятность, переживание за их здоровье, душевное состояние. Мальчиков больше всего тревожит насилие, они боятся физических травм, несчастных случаев, а так же наказаний, источником которых являются родители или авторитеты вне семьи. Угроза насилия, наказания остается основной темой для беспокойства у мальчиков в 11-12 лет и в 15-16 лет. Такие нюансы, как отвержение, стыд, чувство вины, переживание за родных и близких волнует их значительно меньше. Довольно часто тревожность усиливается под влиянием переутомления. К сожалению, режим школьной жизни, структура учебного года сами по себе способствуют переутомлению детей, особенно физически и эмоционально неустойчивых [9].

Краткий обзор нарушений в эмоциональном развитии свидетельствует о том, что такие проявления, как агрессия и тревожность оказывают существенное влияние на многие сферы жизнедеятельности человека. В связи с этим становится актуальной проблема коррекции этих нарушений. Остроту проблемы порождают и усили-

вают две взаимосвязанные негативные тенденции:

- с каждым годом увеличивается число детей со всевозможными нарушениями развития эмоциональной сферы, причем велик процент отклонений неорганического генеза;

- это беспомощность психологов, педагогов при столкновении с негативными проявлениями эмоционального развития вследствие дефицита коррекционно-развивающих технологий.

В работе с тревожными и агрессивными подростками предлагаются самые разнообразные методы. Так, например, А.М. Прихожан предлагает два метода по снятию школьной тревожности:

- метод последовательной десенсибилизации;

- метод «отреагирования» страха, тревоги, напряжения [9].

Коррекция агрессии у ребенка должна начинаться с выяснения её причин. Если коррекция не является сигналом нарушения в эмоционально – мотивационной сфере, то коррекционные действия могут быть направлены не на её устранения, а на смягчение и недопущение негативных последствий агрессивного поведения. Некоторые авторы считают, что тактика психологического воздействия должна строиться в зависимости от природы агрессивного поведения.

Вайнер М.Э. предлагает технологию, ориентированную на работу с собственно эмоциями и эмоциональными реакциями как формой их проявления. В качестве ведущего средства коррекции эмоциональной сферы выступает игровой сенсомоторный тренинг [3]. Лебединский В.В. разработал уровневую технологию коррекции эмоциональных нарушений и считает, что в условиях психокоррекции очень важно обращение к базальной аффективной сфере ребенка. Первой задачей в психологической коррекции в данном случае является пре-

имущественная ориентация коррекционных воздействий на собственные механизмы базальной аффективной сферы. Второй и важной задачей психокоррекции является ориентация на структуру уровней. Такой уровневый подход к психокоррекции позволяет точно определить объект и задачи коррекционной работы, получить возможность построения и тактики работы, т.е. прицельно выбирать приемы психокоррекции и определять последовательность их применения [8]. Шевченко Ю.С., Корнеева В.А. предлагают следующие методики коррекции эмоциональной сферы:

- онтогенетически-ориентированная методика развития эмоциональной сферы;
- тренинг эмоциональной компетентности;
- методика развития саморегуляции эмоциональных состояний [11].

Наиболее обоснованным методом повышения эмоциональной устойчивости подростков является социально-психологический тренинг. В тренинге по развитию эмоциональной устойчивости задействованы когнитивная, эмоциональная и поведенческая сферы. Коррекционная программа данного тренинга представляет интерактивную и пошаговую модель переструктурирования поведения на основе комплексного воздействия и стимуляции изменений в мотивационной, эмоциональной, волевой и нравственной сферах личности подростка [6].

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы по проблеме агрессивности и тревожности, как проявлений эмоциональных нарушений, свидетельствует о том, что в настоящее время отсутствует единая система классификации эмоциональных нарушений; выявляется определенная возрастная динамика эмоциональных нарушений в подростковом возрасте. Разработанные

психокоррекционные программы направлены в основном на коррекцию эмоциональной сферы, с использованием различных психокоррекционных средств.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Аверин В.А. Психология детей и подростков. -СПб.: Питер, 1998. - 380с.
2. Бреслав Г. Психология эмоций. – М.:Смысл, 2004. -544с.
3. Вайнер М.Э. Психолого-педагогическая коррекция эмоциональной сферы.// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. 1997, №2. –с10-27.
4. Дубровина И.В. Практическая психология образования. –М.:Сфера , 2000. -525с.
5. Исаев Д.Д., Журавлев И.И. Типологические модели поведения подростков с различными формами аддиктивного поведения.- СПб.: Питер, 1997. -242с.
6. Колодич Е.Н., Павлова И.М. Возможности социально-психологического тренинга в процессе повышения эмоциональной устойчивости учащихся// Мир психологии. 1999, №4. –с364-371
7. Лебединская К.С. Подростки с нарушениями в аффективной сфере. – М.:Педагогика , 1988. -165с.
8. Лебединский В.В. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция. –М.: Изд.-во МГУ, 1990. -199с.
9. Прихожан А.М. Причина и профилактика тревожности. // Психологическая наука и образование. 1998, №2 – с14-19.
10. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков. М.:Прогресс, 1996. -270с.
11. Шевченко Ю.С., Корнеева В.А. Методики коррекции эмоциональной сферы //Вестник МГУ, серия №14, Психологи