

УДК: 159.9

Дмитриева Л. И.

Магистрант псих.наук,

Хакасский государственный университет

им. Катанова ИНПО

ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ОТКЛОНЕНИЙ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

В работе описаны результаты произведенного эмпирического исследования проблемы эмоциональных отклонений у подростков и выявлены гендерные различия в этих проявлениях. Составлена программа-тренинг, помогающая подросткам выровнять их эмоциональное состояние.

Ключевые слова: депрессия, тревожность, агрессивность, эмоциональные отклонения.

Подростковый возраст является важным этапом в общем процессе становления человека как личности, когда на основе качественно нового характера, структуры и состава деятельности закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок. Психологические трудности, а также эмоциональные (аффективные) расстройства и нарушения поведения довольно часто встречаются у большинства подростков [1, с. 54].

Подростковый возраст — это сложный и противоречивый этап становления личности, сопровождаемый качественными и количественными изменениями в психосексуальной, интеллектуальной и социальной областях [2, с. 7].

Содержание эмоционального развития и его возрастную динамику определяют «эмоциональные новообразования», последовательно формирующиеся на различных этапах онтогенеза. Можно считать доказанным, что некоторые особенности эмоциональных реакций переходного возраста коренятся в гормональных и физиологических процессах. Физиологи связывают подростковую психическую неуравновешенность и характерные для нее резкие смены настроения, переходы от депрессии к экзальтации с настроением в пубертатном возрасте общего возбуждения и ослаблением всех видов условного торможения. Исследования свидетельствуют, что происходящие в этот период физиологические процессы повышают эмоциональную возбудимость подростка, его импульсивность, неуравновешенность [7, с. 98].

В основе изменений подросткового возраста лежат мощные биологические перестройки. На поведенческом уровне это проявляется в эмоциональной неустойчивости, неуправляемости, снижении работоспособности и адаптационных возможностей в процессе учебной деятельности [2, с. 76].

По целому ряду психологических тестов подростковые и юношеские нормы психического здоровья существенно отличаются от взрослых. Так, изучение 15 тысяч американских подростков в возрасте 14–15 лет посредством Миннесотского личностного теста (ММРП) показало, что вполне нормальные подростки имеют более высокие показатели по шкалам «психопатия», «шизофрения» и «гипомания», чем взрослые. Это значит, что эмоциональные реакции, которые у взрослого были бы симптомом болезни, для подростка статистически нормальны [9, с. 54].

Развитие современного подростка происходит в условиях нарастания темпа жизни, урбанизации, информационных перегрузок, адинами и т. п. Тезис о повышенной эмоциональной возбудимости и реактивности переходного возраста мало у кого вызывает сомнения. По данным исследований [1; 2; 4; 9], у многих подростков наблюдаются эмоциональные состояния, искажающие процесс нормального развития, такие как тревога,

стресс, сниженный эмоциональный тонус, агрессивные реакции. В некоторых случаях эти состояния могут привести к глубоким нарушениям личности и поведения.

При исследовании эмоциональных отклонений у подростков также следует обратить внимание на гендерный аспект, так как эмоциональные проявления у юношей и девушек различаются, и, следовательно, картина при эмоциональных нарушениях будет различной, так же как и пути коррекции возникающих отклонений. Также следует учесть тот факт, что в современном мире отмечаются тенденции к феминизации юношей и маскулинизации девушек, а также рост количества молодых людей с андрогинными чертами характера, поэтому картина эмоциональной сферы может отличаться от той, что обрисована в исследованиях второй половины XX века.

Под тревожностью мы понимаем негативное эмоциональное состояние, характеризующееся переживаниями, волнением, страхом. Различают ситуативную тревожность или тревогу и личностную тревожность как черту личности [8, с. 11].

Под агрессией мы понимаем любое поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим [10, с. 43].

Депрессия рассматривается как когнитивное нарушение. У каждого человека в когнитивном функционировании имеется слабое место — «когнитивная уязвимость», которая может проявиться стрессовой, психотравмирующей ситуации как депрессивный синдром [6, с. 76].

В подростковом возрасте могут проявляться повышенная тревожность, агрессивность, могут диагностироваться депрессивные реакции. Эмоциональные отклонения являются следствием и признаком остро протекающего подросткового кризиса и связаны с формированием «Я-концепции» [6, с. 23].

Целью нашего исследования стало изучение гендерных особенностей эмоциональных отклонений в подростковом возрасте. Мы предполагаем, что существуют гендерные особенности эмоциональных отклонений в старшем подростковом возрасте, а именно: девочки более склонны к тревожности и депрессии, а агрессивность свойственна и девочкам, и мальчикам старшего подросткового возраста.

Исследование проводилось на базе муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Черемшанская средняя общеобразовательная школа № 20».

В исследовании приняли участие 30 юношей и 30 девушек в возрасте 14–15 лет, учащиеся 9-х классов.

Были использованы методики: методика изучения тревожности Спилбергера-Ханина; шкала личностной тревожности А.М. Прихожан; методика изучения агрессивности Басса-Дарки; тест руки Вагнера; шкала депрессии А. Бека; опросник CDI.

В результате исследования по методике Спилберга-Ханина нами выявлены достоверные различия в уровне личностной и ситуативной тревожности юношей и девушек ($p=0,05$) — у девушек уровень тревожности достоверно выше. Девушки старшего подросткового возраста могут быть иметь склонность к тревожности, которая выражается всевозможными страхами, фобиями, излишним волнением в различных жизненных ситуациях.

Достоверные различия выявлены по всем шкалам методики А. Прихожан. Девушки в большей степени, чем юноши, склонны к тревожности ($p=0,05$). При этом, девушки в большей степени, чем юноши, склонны к тревожности, которая связана с самооценкой, например, испытывают тревогу в ситуациях, которые могут негативно повлиять на самооценку — ситуации критики, испытания способностей и т.д. Также для девушек в большей степени, чем для юношей, значимым источником тревожности являются межличностные отношения — общение, дружба, любовь и т.д. Неудачи в межличностных отношениях переживаются девушками сильнее, чем юношами, и чаще вызывают тревогу. Магическая тревожность также достоверно выше у девушек, они чаще боятся различных потусторонних явлений, например, привидений, страшных историй и т.д. Эти показатели

могут быть связаны с особенностями эмоциональной сферы девушек — их самооценка более хрупкая, зависит от оценок других, у них выше потребность в эмоциональных связях, выше эмоциональность и впечатлительность.

У юношей при этом достоверно выше школьная тревожность ($p=0,05$), то есть они в большей степени, чем девушки, испытывают тревожность в ситуациях, связанных с учением.

Статистически значимые различия зафиксированы в пяти шкалах опросника Басса-Дарки: физическая агрессия, косвенная агрессия ($p=0,01$), вербальная агрессия, подозрительность, враждебность ($p=0,05$).

У юношей физическая агрессия существенно более выражена, чем у девушек. У девочек, в свою очередь, значимо выше такие показатели как косвенная агрессия, вербальная агрессия и подозрительность.

Это означает, что у юношей агрессия чаще всего выражается в физических действиях — ударах, шлепках и т.д., у девушек — в обидных прозвищах, ругательствах, крике, сплетнях, стремлении навредить окольными путями, а также они часто считают, что окружающие пытаются навредить им.

В общем уровне агрессии статистически значимых различий у девушек и юношей не выявлено, показатели индекса враждебности у девушек значимо выше, чем у юношей (на уровне $p=0,01$). То есть, девушки скорее склонны к враждебности, чем открытой агрессии. Возможно, эти различия детерминированы гендерными стереотипами: открытые проявления агрессии считаются неприемлемыми для слабого пола, в то время как грубость и демонстрация физической силы — это удел мужчин. Однако, по результатам многочисленных исследований, можно утверждать, что агрессивность в одинаковой мере присуща для обоих полов, различны лишь ее проявления.

Третье эмоциональное отклонение, которое нами исследовалось — это подростковая депрессия. По результатам двух методик выявлено, что у девушек достоверно выше показатели депрессии по сравнению с юношами ($p=0,05$).

Таким образом, результаты нашего исследования говорят о том, что для девушек более характерны такие эмоциональные отклонения, как повышенная личностная тревожность, тревожность самооценочная, межличностная и магическая. Юноши менее склонны к тревоге, но для них имеют значения учебные ситуации. Агрессия характерна для обоих полов, различен лишь характер ее проявления. Депрессия — это также, скорее «женская болезнь», нежели мужская, хотя имеются данные, что депрессия у юношей сложнее поддается диагностике и коррекции.

По результатам проведенного исследования нами была разработана психологическая программа коррекции эмоциональных отклонений в старшем подростковом возрасте. Программа рассчитана на девять занятий, при этом учтен гендерный аспект — пять занятий являются общими, а четыре предназначены отдельно для юношей и отдельно для девушек. При разработке занятий для девушек больший упор сделать на коррекции и предупреждении формирования тревожности, формирование адекватной самооценки, профилактике депрессивных проявлений, а при разработке занятий для юношей — профилактике школьной тревожности, физической агрессии и девиантного поведения.

Основное содержание группового занятия составляют игры и психотехнические упражнения, а также психотехники, направленные на развитие групповых структур и процессов, поддержание благоприятного внутригруппового климата, сплочение и организационное развитие подросткового сообщества. В ходе занятия устанавливаются доверительные и доброжелательные отношения между участниками, приходит сотрудничество и взаимопомощь, наблюдаются разрешения различных ситуаций [3, с. 65].

Таким образом, нами были исследованы гендерные особенности проявления тревожности, агрессивности и депрессии в старшем подростковом возрасте, выявлены достоверные различия в проявлении эмоциональных нарушений в зависимости от пола испытуемых.

Литература

1. Алиева М. А., Гришанович Т. В., Лобанова Л. В., Травникова Н. Г., Трошихина Е. Г. Тренинг развития жизненных целей (программа психологического содействия успешной адаптации). / Под ред. Е. Г. Трошихиной. — СПб.: Речь, 2002. — 216 с.
2. Емельянова Е. В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. — СПб.: Речь, 2008. — 336 с.
3. Матвеев Б. Р. Развитие личности подростка: программа практических занятий. Методическое пособие. — СПб.: Издательство «Речь», 2005. — 176 с.
4. Мафсон, Л., Моро Д. и др. Подросток и депрессия. Межличностная психотерапия. — М.: ЭКСМО, 2003. — 320 с.
5. Микляева А. В. Я — подросток. Программа уроков по психологии. — СПб.: Издательство «Речь», 2006. — 336 с.: ил.
6. Подольский, А. И., Идобаева О. А., Хейманс П. Диагностика подростковой депрессивности: теория и практика: учебное пособие. СПб.: Питер, 2004. 202 с.
7. Прихожан, А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. СПб.: Питер, 2007. 192 с.
8. Реан, А. А., Трофимова Н. Б. Гендерные различия структуры тревожности у подростков. // Актуальные проблемы деятельности практических психологов. Минск: МГУ, 2003. С. 6–7.
9. Роль психобиологических характеристик юношеского возраста в формировании клинической картины депрессий и особенностях терапии / [М. Я. Цуцуйковская, Копейко Г. И., Олейчик И. В., Владимирова Т. В.] // Психиатрия. — 2003. — № 5. — С. 21–28.
10. Романко, О. А. Особенности формирования агрессивности в подростковом возрасте / О. А. Романко // Психология обучения. — 2007. — №9. — С. 53-63.
11. Рязанова Д. В. Тренинг с подростками: С чего начать? Пособие для психолога и педагога. — М.: Генезис, 2003. — 138 с.: с илл. — (Психологическая работа с детьми).
12. Семенюк, Л. М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. — М., 1996.
13. Сидоров, К. Р., Крохина И. Г. Исследование причин тревожности учащихся // Новое образование. 2013. № 1. С. 3-5.