

**Франк Людмила Александровна**

Магистрант

**Направление:** Психология

**Магистерская программа:** Общая психология и история психологии

**Психологические условия оптимизации развития эмоционально-волевой сферы в юношеском возрасте**

**Аннотация.** В статье представлен анализ психологических условий оптимизации развития эмоционально волевой сферы в юношеском возрасте. Проведено обзор различных подходов к обучению и воспитанию подростков, позволяющих провести оптимизацию их эмоционально-волевого воспитания.

**Ключевые слова:** оптимизация, эмоционально-волевая сфера, подростки, психологические условия, эмоционально-волевое развитие.

Юношеский возраст представляет собой один из переломных периодов личностного развития, характеризуется усилением интенсивности развития эмоционально-волевой сферы. В то же время, принимая во внимание тот факт, что юношеский возраст является кризисным, представляется важным обратиться к выявлению психологический условий, которые позволят оптимизировать процессы развития эмоционально-волевой сферы личности.

В процессе выявления оптимальных психологических условий, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы в юношеском возрасте, следует, прежде всего, помнить, что они должны отвечать цели достижения высокого уровня сформированности владения собственными эмоциями; сознательного самоконтроля, целям развития эмоционально-волевой сферы как целостного, системного свойства личности молодого человека.

Учитывая особенности юношеского возраста, следует создать комфортную, доверительную атмосферу взаимодействия между всеми акторами образовательно-воспитательного процесса.

Важно добавить, что достижение целей развития эмоционально-волевой сферы представляется возможным лишь при условии применения комплексного подхода, при реализации которого будут учтены особенности личности молодого человека, его окружения и, прежде всего, семьи, особенности личности, которая осуществляет работу по развитию волевых и эмоциональных качеств.

Можно выделить следующие психолого-педагогические условия нравственно-волевого развития обучающихся [2, с. 72]:

1) со стороны молодого человека: готовность к саморазвитию; сформированность личностных качеств, обеспечивающих нравственно-волевое развитие;

2) со стороны родителей: создание благоприятной образовательно-воспитательной среды, оказание поддержки обучающимся, мотивация их к дальнейшему эмоционально-волевому развитию;

3) со стороны педагога: готовность и способность педагога к инновационным изменениям в процессе реализации профессионально-педагогической деятельности, готовность и способность организовывать образовательно-воспитательный процесс в логике системно-деятельностного, компетентностного подходов. В задачи педагога входит создание ситуаций успеха, стимулирование поисковой активности, формирование положительной мотивации, поощрение индивидуального прогресса в вопросах эмоционально-волевого развития. Крайне важно помнить, что юноши, как и подростки испытывают потребность в поддержке со стороны окружающих;

4) со стороны учебной среды: создание психологически безопасного, комфортного образовательного контекста; соответствующая материально-техническая база. Важно добавить, что образовательно-развивающее пространство должно быть насыщено психологическими знаниями, что создаст условия для внутреннего развития, саморазвития личности, будет способствовать развитию психологической культуры личности. В пространстве эффективной развивающей среды представляется возможным помочь личности

развить недостающие качества и умения, которые обеспечат гармоничное всестороннее развитие эмоционально-волевой сферы.

Соответственно, в процессе моделирования оптимальных психологических условий определенные требования выдвигаются к уровню подготовки всех участников образовательно-воспитательного процесса, включая педагога, самого юношу, семью и социокультурную образовательную среду.

В графическом виде совокупность основных психологических условий, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы личности, может быть представлена в виде рис. 1.



Рис. 1. Психолого-педагогические условия развития эмоционально-волевой сферы личности в юношеском возрасте.

Кроме того, оптимизация эмоционально-волевого воспитания, развития волевых качеств личности требует обоснования подходов к обучению и воспитанию. В рамках данного исследования основополагающим выступает *компетентностный подход*, основной задачей которого выступает развитие личности обучающегося в ходе формирования ключевых компетенций

посредством решения социальных, академических, профессиональных задач. Практическая реализация данного подхода требует усиления личностно-деятельностного направления в обучении, акцентируя внимание на практическом аспекте академической деятельности, а также результатах обучения [4, с. 114].

Сущность *личностного подхода* заключается в определении личности в юношеском возрасте как субъекта образовательного процесса, актуализации внимания на его личности, организации образовательно-воспитательного процесса в соответствии с личностными особенностями, интересами и предпочтениями обучающегося. Практическая реализация индивидуального, дифференцированного подхода требует адаптации форм и методов развивающего воздействия в соответствии с личностными особенностями воспитанников. Принципиально важным положением в процессе развития эмоционально-волевой сферы личности юношеского возраста должна стать опора на внутренние ресурсы индивидуума.

*Системно-деятельностный подход* подразумевает организацию условий для проявления обучающимися нравственно-волевых качеств, «включение учащихся в социально полезную нравственно формирующую деятельность; наполнение жизнедеятельности кадетов разнообразными коллективными и индивидуальными творческими делами – учебными, трудовыми, благотворительными, общественно полезными, досуговыми, чтобы каждый кадет нашел себе дело по душе, ощущая чувство успеха, уверенности в себе, без чего невозможно сформировать достоинство и нравственную устойчивость кадета; активное использование в интересах нравственного воспитания учебной и служебной деятельности; использование в интересах нравственного воспитания естественных и специально созданных жизненных ситуаций, требующих от учащихся поступка, нравственного выбора; воспитание положительного отношения к труду как высшей бытийной ценности, развитие потребности в творческом труде» [3, с. 158].

*Рефлексивный подход* определяется необходимостью формирования умений адекватного осмысления, оценивания субъектом образования смысла осуществляемой академической, профессиональной деятельности, ее успешности и результатов. Практическая реализация положений рефлексивного подхода позволяет адекватно оценивать прежний опыт в рамках преобразования неэффективных поведенческих стереотипов, траекторий. Рефлексивный компонент включает оценку, контроль, коррекцию собственной академической деятельности. Учет основных положений данного подхода представляется особенно важным в юношеском возрасте, когда, как было выявлено, рефлексия начинает регулировать как внутренние ощущения, эмоции личности, так и затрагивать философские, экзистенциальные проблемы.

Помимо подходов, в процессе организации работы, направленной на повышение эмоционально-волевого развития личности, необходимо соблюдать ряд принципов, включая следующие [1, с. 151].

- 1) принцип добровольности участия;
- 2) принцип активности, который предполагает, что участники принимают активное участие в выполнении заданий, упражнений, форм работы;
- 3) принцип конфиденциальности, который предполагает, что действия каждого из участников образовательно-воспитательного процессе остаются неизвестными другим. Рассказывать можно исключительно о своих чувствах, переживаниях;
- 4) принцип личной ответственности, который предполагает, что каждый из участников принимает на себя ответственность за результаты развития эмоционально-волевой сферы;
- 5) принцип искренности, который предполагает, что все участники будут рассказывать о своих эмоциях, переживаниях, не подстраиваясь под мнения других;

б) принцип постепенности и поэтапности, согласно которому каждый последующий этап работы плавно вытекает из предыдущего, участники постепенно входят в состояние осознания происходящих с ними изменений;

7) принцип исследовательской творческой позиции, реализация которого заключается в том, что в ходе развития эмоционально-волевой сферы у участников постепенно формируется система представлений о собственных личностных качествах, ресурсах, реакций на различные ситуации;

8) принцип партнерского общения, который заключается в создании атмосферы доверия, безопасности, открытости, позволяющий экспериментировать с поведением участников;

9) принцип безоценочности, который заключается в том, что в процессе анализа собственного поведения участники избегают абстрактности, аргументированно, обосновано объясняют выбор тех или иных стратегий и тактик;

10) принцип избегания прямых советов — участники открыто рассказывают о своем опыте, однако избегают оценок чужого поведения, воздерживаются от советов;

11) принцип полноты проявления рефлексии и работы с проблемным содержанием (незнакомые, новые, неопределенные, проблемно-конфликтные ситуации) [6, с. 75];

12) принцип взаимодействия с другими, группового решения проблем при групповом обсуждении, в ситуациях общего взаимодействия [6, с. 75];

13) принцип персонификации, реализация которого предполагает выбор и задач работы на основании учета индивидуальных особенностей каждого [5, с. 39-40].

Неотъемлемым условием развития эмоционально-волевой сферы выступает отбор содержания работы таким образом, чтобы оно обеспечивало развитие волевых качеств, лучшее понимание собственных эмоциональных состояний, управление

Важно добавить, что в условиях работы с молодыми людьми особую актуальность приобретают активные социально-психологические методы работы, упражнения и психотехники. Все методы и приемы должны предполагать максимальное проявление инициативы, самостоятельности в индивидуальной и групповой деятельности молодых людей.

### Литература

1. Гадаборшева З.И. Формирование психологической устойчивости личности студентов педагогического вуза: Дис. ... канд. психол. наук. Пятигорск: Пятигорский государственный лингвистический университет, 2015.
2. Даньшова Т.А. Формирование универсальных учебных действий, как фактор успешной социализации младших школьников // Вестник Совета молодых ученых и специалистов Челябинской области. 2014. № 5.
3. Дугин И.М. Концепция нравственного воспитания учащихся кадетских корпусов России // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. 2005. № 1 (25).
4. Евстигнеева И.А. Методика развития дискурсивных умений студентов на основе современных информационных и коммуникационных технологий (английский язык, языковой вуз). Дис. ... канд. пед. наук. М.: Московский государственный гуманитарный университет им. М.А. Шолохова, 2013.
5. Качалова А.В., Костенко А.А., Терсакова А.А. Программа социально-психологического сопровождения развития жизненного ресурса личности в юношеском возрасте // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2016. № 3.
6. Лушпаева Е.В. Развитие рефлексии в общении средствами социальнопсихологического тренинга: Дис. ... канд. психол. наук. М.: МГУ им. М.В. Ломоносова, 1989.