

Шевякова Н. Л.

м. Київ

ОСОБИСТІСНІ КОМПОНЕНТИ ПСИХІЧНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ В ПЕРЕХІДНИЙ ПЕРІОД РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ ВІД ПІДЛІТКОВОГО ДО ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

У статті висвітлюється вікові і особистісні компоненти регуляції в перехідний період від підліткового до юнацького віку. Аналізуються емоційні й вольові аспекти регуляції як складові механізму саморегуляції.

Ключові слова: *вікові особливості, підліток, юнак, регуляція, саморегуляція, воля, емоції, емоційно-вольова саморегуляція.*

Постановка проблеми

Вступ. Актуальність проблеми дослідження обумовлена спрямованістю на вирішення однієї з фундаментальних проблем психології — розвитку у людини здатності до оволодіння власною поведінкою, подоланню труднощів у діяльності, успішному її виконанню, на розкриття психологічних умов формування особистості, активного суб'єкта власної діяльності та поведінки.

Аналіз останніх досліджень. Становлення психологічних механізмів регуляції діяльності людини відбувається, перш за все, в підлітковому і юнацькому віці, тому вивчення особливостей формування та розвитку системи емоційно-вольової регуляції як психологічного механізму регуляції діяльності в перехідний період від підліткового до юнацького віку цілком закономірно (Г. Абрамова, Л. Бортникова, В. Бойко, К. Дяченко, Г. Залеський, А. Здравомислов, Б. Круглов, Д. Леонт'єв, Ю. Жуков, В. Семенов, Л. Смирнов, П. Обухов, О. Славгородська, О. Філатова, О. Чебикін, М. Чумаков, Т. Шульга та ін.).

Теоретичні підстави для розгляду емоційних процесів як процесів, іманентно властивих вольовій регуляції, закладені в роботах таких психологів, як Л. Виготський, С. Рубінштейн, О. Леонт'єв, В. Іванніков, О. Дашкевич, О. Конопкін, Т. Шульга, М. Чумаков. Відтак, механізми емоційної регуляції безпосередньо пов'язані з механізмами вольової регуляції, що дозволяє говорити про емоційно-вольову регуляцію як інтегральний процес, що забезпечує ефективну соціальну взаємодію і діяльність в ситуації невизначеності й стрімкої динаміки суспільних перетворень (Г. Абрамова, Л. Бортникова, О. Дашкевич, К. Дяченко, В. Зобков, П. Обухов, О. Славгородська, Т. Тихолаз, О. Філатова, М. Чумаков та ін.).

Проблемний аспект дослідження емоційно-вольової сфери особистості полягає в тому, що незважаючи на підвищення останнім часом інтересу серед вітчизняних психологів (А. Асмолов, В. Асєєв, К. Абульханова-Славська, К. Дяченко, Є. Ільїн, В. Леонт'єв, А. Маркова, О. Славгородська, О. Філатова, О. Чебикін, М. Чумаков, В. Шадріков, Т. Шульга, А. Файзулаєв та ін.), значної кількості ґрунтовних зарубіжних праць (Х. Хекхаузен, R. Vagozzi, P. Gollwitzer, G. Kielhofner, J. Kuhl), до цих пір питання психологічної природи даного феномена залишається одним з дискусійних і вимагає глибокого теоретико-методологічного опрацювання.

Відтак, в сучасній психології існує суперечність між важливістю проблеми розвитку емоційно-вольової регуляції особистості, її актуальністю та значущістю як важливих індивідуальних якостей людини, з одного боку, і браком знань про природу даного психологічного феномену, про психологічні умови цілеспрямованого формування й корекції емоційно-вольових компонентів — з іншого. Як наслідок виникає питання про закономірності розвитку вольової організації, емоційної регуляції на межі старшого підліткового і юнацького віку, особистісних факторах, що сприяють її розвитку.

Мета статті: визначення психологічних особливостей емоційно-вольової регуляції в перехідний період розвитку особистості від підліткового до юнацького віку.

Виклад основного матеріалу

На думку Б. Ломова, основним, якщо не єдиним об'єктом психологічних досліджень є людина, як найскладніша з систем, що має унікальні характеристики і, насамперед, здатність до саморегуляції.

Повноцінний розвиток регуляційних аспектів в підлітково-юнацькому віці представляє найважливіший аспект гармонійного розвитку особистості. Особливої актуальності ці завдання набувають на межі старшого підліткового і юнацького віку у зв'язку з інтенсивним дорослішанням, становленням особистості, соціалізацією. Перехід від підліткового до юнацького віку супроводжується множинними змінами: соматичними, психологічними, психосоціальними. В психологічному аспекті важливо виділити, насамперед, зміни, що стосуються діяльності регуляторної системи підлітків.

Л. Божович зазначає, що психологічно зрілою особистістю є людина, яка здатна управляти свідомо поставленими цілями, що визначає активний характер її поведінки. Ця здатність обумовлена розвитком трьох сторін особистості: раціональної, вольової та емоційної [2]. Результати останніх досліджень свідчать, що бурхливий розвиток системи усвідомленої саморегуляції у всій її цілісності припадає саме на ранній юнацький вік (В. Козинцева, І. Дубровіна, Л. Мітіна, Л. Регуш, Н. Лейтес, Є. Рибалко).

Безперечно важливість дана проблема набуває в перехідний період від підліткового до юнацького віку, який надзвичайно важливий для подальшого становлення особистості, але до цього часу залишається найменш вивченим етапом онтогенезу. Часто підлітки в перехідний період не готові до нових жорстких вимог суспільства, не здатні зробити самостійний вибір і взяти на себе відповідальність за свою поведінку, за своє майбутнє [7].

Д. Фельдштейн зазначає, що розглядаючи підлітковий вік як особливу фазу розвитку, як етап безперервного процесу, необхідно враховувати, що представлена в психологічних дослідженнях картина вікового розвитку поки ще нецілісна, вона складається із сукупності окремих вікових етапів, мало пов'язаних між собою [18]. Дане положення обумовлене, на думку В. Давидова, тим, що фахівці з психології недостатньо приділяють уваги «стикам», переходам одних етапів в інші.

Отже, найважливіше значення як в плані дослідження тенденції безперервності, так і у вивченні тенденції неприривності психічного розвитку особистості в онтогенезі має розкриття особливостей вікових стиків, рубежів розвитку, закономірностей переходу дитини з однієї стадії в іншу [18].

Принципово важливим для дослідження психологічних особливостей емоційно-вольової регуляції в перехідний період від підліткового до юнацького віку є необхідність чіткого виділення його меж, які мінливі, умовні і визначаються конкретно-історичними обставинами, особливостями суспільного розвитку.

Відомо, що не існує єдиної думки з питання про межі підліткового віку. Як відмічає І. Кон [11], вікові категорії позначають не просто хронологічний вік і певний щабель індивідуального розвитку, а й певний статус, специфічний для даного віку. Автор визначає підлітковий вік від 11–12 до 14–15 років, ранню юність від 14–15 до 18 років. І. Дубровіна [6] обмежує підлітковий вік 10–14 роками, а юнацький — 15–18 роками. Крім того, психологи розмежовують підлітковий вік і юність. Проте, хронологічно межі цих періодів дуже умовні.

Розглядаючи проблему дорослішання і пов'язаних з цим труднощів сепарації і індивідуації старших школярів, ми виходимо з положень, представлених в роботах Л. Божович. Нами, в свою чергу, робиться спроба деталізувати картину психічного розвитку в перехідний період від підліткового до юнацького віку, і в нашому розумінні це період від 14 до 16 років.

Л. Божович характеризує цей вік як сукупність індивідуальних процесів, пов'язаних з переживанням соматичних змін, з необхідністю адаптації до них, опанування ними, а також соціальними реакціями на них [2]. Одним із парадоксів періоду дорослішання, що обумовлений необхідністю в найкоротший термін адаптуватись до власного дорослого «Я», фактично є протистояння хаосу і порядку — двох компліментарних потреб (С. Максименко, Д. Фельдштейн, Л. Фридман).

Вік ранньої юності іноді розглядають як отрочество або як другу частину підліткового віку [2]. В ранній юності остаточно формується інтелектуальний апарат, що робить можливим осмислене конструювання свого власного світогляду, індивідуальної системи цінностей і Я-концепції. Образ «Я» в цей період більш стабільний, ніж у підлітка і більш позитивний. На думку Л. Божович, до 16–17 років виникає особливе особистісне «самовизначення», яке характеризується усвідомленням себе як члена суспільства і конкретизується в новій суспільно значимій позиції.

Особистісне самовизначення як психологічне явище виникає на межі старшого підліткового та раннього юнацького віку. Водночас, неповна відповідність біологічного віку етапам психологічного формування особистості припускає на цьому етапі продовження кризи юності [6].

Розвиток самосвідомості характеризується становленням ідентичності як продукту сексуальних, когнітивних і соціальних трансформацій [1]. Підліткова спрямованість на самопізнання змінюється поглядом на себе в системі суспільних відносин. Пізнання себе, формування самооцінки, самоповаги у старшокласників здійснюється під впливом людей, які сприймаються як носії еталонного рівня комунікативних, вольових та інтелектуальних властивостей.

Характерною рисою в перехідний період розвитку від підліткового до юнацького є формування життєвих планів. Це явище одночасно соціального і етичного порядку. Прагнення до самоствердження змінюється реалістичнішим і критичнішим самоаналізом і самовихованням (Г. Абрамова).

У зв'язку з виникненням життєвих планів у підлітків формується вміння підпорядковувати свою поведінку конкретним цілям щодо свого майбутнього самостійного життя. В міру того як життєві цілі стають дійовими, їх вольова поведінка набуває певної внутрішньої єдності й цілеспрямованості.

Як зауважував Л. Виготський, значення цільової регуляції, — у загальному контексті розвитку особистості полягає, по-перше, у тому, що життєвий план як певна система пристосування до навколишньої дійсності вперше усвідомлюється в підлітковому віці, а по-друге, у тому, що цей план є внутрішнім корелятом процесу становлення особистості [4].

Зокрема, В. Франкл розглядає регуляцію психічних станів як прояви волі в зв'язку з пошуком сенсу життя і вибором життєвого шляху. Орієнтація на життєві смисли, на його думку, дозволяє підтримувати емоційну стійкість навіть у самих несприятливих зовнішніх умовах [8].

Рівень свідомого самоконтролю в юнаків набагато вищий, ніж у підлітків, але вони ще часто скаржаться на своє слабівлля, нестійкість, схильність до зовнішніх впливів і такі характерологічні риси, як примхливість, ненадійність, уразливість. Мотиви деяких вчинків самі юнаки не можуть пояснити [11, 80–83].

Вольова регуляція старшокласників характеризується насамперед тим, що її основним механізмом стає самостимуляція. Як вказує Є. Ільїн, самостимуляція не тільки краще осмислюється, але й більш диференційовано використовується при подоланні труднощів, вона є важливим компонентом у психологічній структурі вольової активності юнаків і дівчат [9, 214].

На перехідному етапі вікового розвитку від підліткового до юнацького формуються передумови для становлення вищої системи регуляції, характерної для зрілої автономної особистості, проте індивідуальна траєкторія розвитку не завжди до цього призводить [13].

Дослідження вікової динаміки емоційно-вольової регуляції підтверджують тенденцію до зростання ефективності механізмів регуляції діяльності в підлітковому і юнацькому віці, що пов'язується авторами із зниженням імпульсивності й емоційної збудливості, підвищенням емоційної стійкості старшокласників порівняно з молодшими підлітками, психічної саморегуляції (Л. Божович, М. Боришевський, О. Запорожець, А. Здравомислов, Б. Круглов, Т. Кириленко).

В період 13–15 років посилюється активність симпатичної ланки вегетативної регуляції, що забезпечує в даному віці адекватне енергозабезпечення та швидку адаптацію різних систем організму до зовнішніх умов, а отже, і високу гнучкість регуляторики [15].

Підлітковий вік є одним із ключових етапів в процесі становлення емоційно-вольової регуляції особистості. Відзначимо, що емоційно-вольова регуляція аналізується дослідниками як інтегральний процес, в якому органічно відображені емоційно-вольові, регуляторні, особистісні властивості особи, що забезпечують усвідомлення, ухвалення і регуляцію станів і почуттів і опосередковують рівень продуктивності діяльності й особистий розвиток людини [8; 20].

Оскільки, в дійсному дослідженні акцентується увага на необхідності не зовнішньої регуляції діяльності учнів, то правомірно використання терміна «емоційно-вольова саморегуляція».

Щодо особливостей психічної регуляції в перехідний період розвитку особистості від підліткового до юнацького віку, то дослідження показують, що інтенсивне оволодіння способами вольової регуляції відбувається в підлітковому віці, коли і задані ззовні, і вироблені самою особистістю способи самоуправління та мобілізації своїх можливостей починають активно реалізовуватися в різних видах діяльності. Відповідно й оціночне ставлення підлітків до різних ситуацій і компонентів вольової регуляції стає менш суперечливим, тобто уніфікується і стабілізується [3]. Вольова регуляція в старшому шкільному віці (16–18 років) характеризується цілісністю свого прояву, комплексним з'єднанням усіх її ланок й практично не підлягає флуктуаціям. Людина стає суб'єктом власного розвитку.

У період з 14 до 16 років відбувається особливий розвиток особистості, який характеризується тим, що підлітки вчаться управляти собою, своїми емоціями соціально прийнятними способами. У той же час підлітки не в змозі створити свою систему цінностей і слідувати їй. Вони змушені підкорятися нормам, які до них пред'являють сім'я, суспільство, інститути соціалізації [3].

Ймовірно, що емоційно-вольова регуляція в перехідний період від підліткового до юнацького віку об'єктивно виявляється в свідомому виборі особистої поведінки в ситуаціях внутрішнього конфлікту інтересів, що виникає при необхідності підкорятися прийнятним соціальним нормам, і відсутності при цьому індивідуальних і стійких прагнень до цього.

Як відмічає В. Селіванов, в психіці підлітка багато протиріч. Наявність розвинених вольових якостей, бажання самоствердитися за їх допомогою поєднується в цьому віці з незрілістю переконань, що дозволяє констатувати недостатній рівень розвитку вольової регуляції [16]. Існуючі протиріччя у вольовій сфері старших підлітків А. Висоцький пов'язує з тим, що при значно збільшеній загальній активності підлітка, механізми його вольової активності ще недостатньо сформовані [5].

Дослідження вікової динаміки емоційно-вольової регуляції підтверджують тенденцію до нестабільного характеру волі підлітка, що пов'язується авторами з узко-ситуативною вольовою активністю [3]. При цьому, сильні емоції у підлітків набагато частіше ніж у дорослих блокують розумне рішення [2].

В свою чергу, клініцисти визначають підлітковість як вік маніфестації пов'язаних зі сферою «Я» проблем (А. Захаров, В. Ковальов, С. Кулаков, В. Лебединський, В. Менделевич). Перманентний психофізіологічний стрес внаслідок інтенсивного зростання призводить до того, що весь тягар адаптивних можливостей підлітка припадає саме на його емоційну сферу [17, 2]. На тлі гетерохронності статевого, загально-органічного і соціального розвитку (за Л. Виготським) загострюється афективна реактивність і чутливість, спостерігаються такі прояви як вразливість, розгальмованість, імпульсивність, агресивність тощо. У певному розумінні, внутрішня робота в підлітковому віці полягає у пошуках рівноваги між активацією та реакцією на неї [7, 85].

Так, І. Фурманов, в результаті експериментального дослідження порушень поведінки у дітей підліткового і юнацького віку, доводить, що порушення поведінки є наслідком недоліків у мотиваційному, емоційному, вольовому і моральному компоненті регуляції поведінки, а також неефективних стилів виховання в сім'ї; симптомокомплекси агресивності (різних типів і спрямованості) та негативізму в узагальненому вигляді включають регресивний мотиваційний профіль, високу напруженість (незадоволеність) базових спонукань, негативні емоційні стани (невротизм, психотизм, депресивність чи психічну неврівноваженість в цілому), слабкість вольових процесів, слабкий самоконтроль, «інфантильну» моральність [19].

Засновник ебології S. Hall стверджує, що підлітковий вік неминуче постає періодом «шторму і натиску» («*sturm und drang*»). Ця точка зору була розширена в численних психоаналітичних інтерпретаціях підліткового розвитку, які абсолютизували кризовий характер підлітковості.

Зокрема, у працях представників психоаналітичного напрямку була сформульована теорія «підліткового збентеження» («*adolescent turmoil*»), яка пояснювала виникнення внаслідок пубертату стану емоційної збудженості, загострення раніше не розв'язаних конфліктів і маніфестацію нових конфліктів в умовах відносно послабленої структури «*ego*» (P. Blos, H. Deutsch, K. Eissler, E. Erikson). H. Wilson наголошує, що підлітковий період не є патологічним процесом, проте має свої «симптоми і прояви», серед яких епізоди тривоги, депресії, агресії та делінквентної поведінки [10].

Разом із тим, спеціальні дослідження зарубіжних психологів не підтверджують поглядів на підлітковий вік як на період криз та потрясінь (E. Douvan, J. Adelson, J. Coleman, D. Offer, J. Masterson, M. Rutter). Насамперед, авторами зазначається, що більшість підлітків відносно спокійно переживають даний віковий період. Перехідний період від підліткового до юнацького віку характеризується як специфічний етап розвитку, проте криза для нього виняток. Так, результати дослідження нормального дорослішання спростовують популярне в психоаналізі положення про неминучу, але тимчасову психопатологію підліткового і юнацького віку.

Ймовірно, що порушення поведінки в підлітковому віці по типу психічної нестійкості корелюють з незрілістю емоційно-вольової та інтелектуальної сфери. Серед психічних особливостей пубертатного віку значимими для виникнення патологічного підліткового кризу представляються наступні: збереження інфантильності суджень, крайня залежність від ситуації з нездатністю активно впливати на неї, схильність до відходу від важких ситуацій, слабкість реакції на осуд; невиразність власних вольових установок, слабкість функцій самоконтролю та саморегуляції як прояв не сформованості основних передумов пубертатного віку [12].

Емпірично встановлено, що сучасні старшокласники, в цілому дещо імпульсивні, непостійні, мінливі у настроях і інтересах, тривожні, недостатньо відповідальні. Тривожність суперечливо впливає на формування регуляторних властивостей. При високій тривожності відзначається невпевненість у собі, слабкий самоконтроль емоцій і поведінки, низька гнучкість саморегуляції. Оскільки тривожність, занепокоєння, як правило, пов'язані з невпевненістю в своїх силах, емоційною нестійкістю, то очевидно

це ускладнює процес адекватного і швидкого реагування на зміни ситуації. Одним із позитивних ефектів тривожності можна вважати розвинену здатність до планування. Проте, невпевненість в собі, а також слабка розвиненість інших регуляторних властивостей заважають високотривожним втілювати плани в життя [21].

За Р. Немовим, перехід від підліткового віку до юнацького відбувається із супроводжуваними психологічними симптомами, які вказують на значні індивідуальні відмінності. Разом із тим, спостерігаються і загальні тенденції. Одна з них полягає в тому, що в ранній юності в порівнянні з підлітковим віком, значно знижується гострота міжособистісних конфліктів, в меншому ступені проявляється негативізм. Поліпшується загальне емоційне самопочуття дітей, підвищуються їх контактність і товариськість. Відзначається більше розумності і стриманості в поведінці. Все це свідчить про те, що криза підліткового віку або минула, або йде на спад. Одночасно відбувається певна стабілізація внутрішнього життя, що, зокрема, проявляється в зниженні рівня тривожності від підліткового до раннього юнацького віку [14]. Можна зазначити, що відбувається часткова гармонізація станів особистості на межі підліткового і юнацького віку.

Оволодіння способами емоційно-вольової регуляції можна вважати вирішальним моментом в її генезисі, тобто ядерним утворенням емоційно-вольової регуляції. Дослідження А. Бикова, Т. Шульги показують, що переломним моментом у становленні вольової регуляції, представленої різноманітними способами, які використовуються суб'єктом для зміни своєї діяльності й поведінки виступає підлітковий вік, зростає їх адекватність умовам діяльності, продуктивність, що дозволяє говорити про те, що середній шкільний вік є сенситивним до засвоєння та самостійного вироблення способів вольової регуляції. В старшому шкільному віці розвиток вольової регуляції характеризується зростанням усвідомлення учнями як парціальних, так і глобальних підсумків вольової регуляції, реалізацією способів дій, прямо спрямованих на досягнення запланованих результатів [3].

Найбільш виражене зростання вольових якостей виявлено в підлітковому віці, проте піки сформованості окремих вольових якостей виявлені в основному в старшому шкільному віці, що свідчить про підвищення результативності вольової регуляції, і це закономірно: ефективно оволодіння способами вольової регуляції з неминучістю повинно було призвести до підвищення її результативності [3]. Отже, вольові якості виступають в якості провідного механізму досягнення високих результатів при здійсненні емоційно-вольової регуляції.

Результати останніх експериментальних досліджень доводять, що вікова динаміка емоційно-вольової регуляції в діапазоні від молодшого підліткового віку до ранньої юності виражена слабо. Компоненти системи емоційно-вольової регуляції розвиваються гетерохронно [20]. Для активізації динаміки розвитку емоційно-вольової регуляції необхідні програми її формування.

Узагальнюючи дослідження системи емоційно-вольової регуляції як психологічного механізму регуляції діяльності й поведінки в перехідний період розвитку від підліткового до юнацького віку, наголосимо, що недостатня розвиненість в особистості емоційно-вольових, регуляторних, особистісних диспозицій виявляється в афективних

реакціях, імпульсивності, тривожності, психовегетативних дисоціаціях тощо. Зазначений комплекс явищ супроводжується водночас низьким рівнем самоактуалізації, самооцінки (впевненості у собі, самоприйняття), а також схильністю до внутрішньої конфліктності та самозвинувачування.

Упродовж підліткового і юнацького віку інтенсивно формуються виконавська ланка (реалізація суб'єктом своїх оцінок, планів і умов діяльності, вибору способів дій) і оцінно-результативна ланка вольової регуляції, яка включає в себе аналіз та оцінку суб'єктом як конкретних результатів своєї діяльності, так і результатів самозмінювання [3].

Підсумовуючи вищесказане зазначимо, що підлітки (14–16 років) за своїми віковими особливостями, з одного боку, мають значні резерви пластичності, адже процес особистісного зростання ще не завершений, з іншого — вони часто перебувають у стані підліткової кризи, мають обмежений життєвий досвід. Разом із тим, саме на даному віковому етапі розвитку, опосередковуючись Я-концепцією, емоційні й вольові якості стають стійкими особистісними утвореннями.

Висновки

Вольова регуляція як один із стрижневих параметрів індивідуальних особливостей є невід'ємним фактором розвитку особистості. Характер функціонування емоційно-вольових регуляторних процесів в перехідний період розвитку особистості від підліткового до юнацького віку визначається специфікою домінантних особистісних утворень: регуляція більш свідомими, опосередкованими знаннями про зовнішній світ, про свої цінності й можливості, на основі яких здійснюється поведінка й оцінка наслідків власної активності.

Перспективність дослідження психологічних механізмів розвитку основних ідей проведеного дослідження убачається в необхідності перевести проблематику у практичну площину, визначенні чинників, що обумовлюють її просування до більш високого рівня.

ЛІТЕРАТУРА

1. Алексеев В. А. Развитие самосознания на рубеже подросткового и юношеского возраста: автореф. дис. на соискание учен. степ. канд. психол. наук: 19.00.13 «Психология развития, акмеология» / В. А. Алексеев. — М., 1985. — 20 с.
2. Божович Л. И. Проблемы формирования личности / Л. И. Божович. — М. : Изд-во Ин-та практ. психологии, 1995. — 352 с.
3. Быков А. В. Становление волевой регуляции в онтогенезе: учеб. пособие / А. В. Быков, Т. И. Шульга. — М. : УРАО, 1999. — 168 с.
4. Выготский Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. — М. : Смысл; Эксмо, 2005. — 1136 с. — (Библиотека всемирной психологии).
5. Высоцкий А. И. Характеристика процесса самовоспитания у подростков / А. И. Высоцкий // Проблемы формирования личности и волевой процесс. — Рязань, 1968. — С. 38–45.
6. Дубровина И. В. Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту / И. В. Дубровина. — М. : Педагогика, 1987. — 184 с.

7. Залунина Л. М. Подростки: ответы для родителей и профессионалов / Л. М. Залунина. — СПб. : Питер, 2004. — 144 с.
8. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции: учеб. пособие / В. А. Иванников. — 3-е изд. — СПб. : Питер, 2006. — 208 с.
9. Ильин Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. — 2-е изд. — СПб. : Питер, 2009. — 368 с. — (Серия «Мастера психологии»).
10. Крыгина Л. А. Динамика взглядов на роль подросткового возраста в генезе психических заболеваний (зарубежная психиатрия, исторический аспект) / Л. А. Крыгина // Архив психиатрии. — 2001. — № 4. — С. 68–73.
11. Кон И. С. Психология ранней юности: кн. для учителя / И. С. Кон. — М. : Просвещение, 1989. — 255 с.
12. Лебединская К. С. Подростки с нарушениями в аффективной сфере: клинико-психологическая характеристика "трудных" подростков / К. С. Лебединская, М. М. Райская, Г. В. Грибанова. — М. : Педагогика, 1988. — 167 с.
13. Леонтьев Д. А. Психология смысла. Природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. — 2-е изд. — М. : Смысл, 2003. — 488 с. — (Серия: «Фундаментальная психология»).
14. Немов Р. С. Психология: учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений: в 3 кн. / Р. С. Немов. — 4-е изд. — М. : ВЛАДОС, 2007. — Кн. 2 «Психология образования». — 606 с.
15. Русалов В. М. О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека / В. М. Русалов // Вопросы психологии. — 1985. — № 1. — С. 19–32.
16. Селиванов В. И. Избранные психологические произведения: воля, ее развитие и воспитание / В. И. Селиванов. — Рязань : РГПИ, 1992. — 574 с.
17. Сичевський А. С. Психологічні особливості емоційного компонента емпатії у пубертатному періоді: автореф. дис. на здобуття наук, ступ. канд. психол. наук: 19.00.07 «Вікова і педагогічна психологія» / А. С. Сичевський. — К., 2004. — 21 с.
18. Фельдштейн Д. И. Психологические аспекты изучения современного подростка / Д. И. Фельдштейн // Вопросы психологии. — 1983. — № 1. — С. 33–42.
19. Фурманов И. А. Психологические основы диагностики и коррекции нарушений поведения у детей подросткового и юношеского возраста / И. А. Фурманов. — Минск : НИО, 1997. — 198 с.
20. Чумаков М. В. Эмоционально-волевая регуляция деятельности в социальном взаимодействии: автореф. дис. на соискание учен. степ. д-ра психол. наук: 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии»; 19.00.05 «Социальная психология» / М. В. Чумаков. — Ярославль, 2007. — 52 с.
21. Шрейбер Т. В. Ригидность, тревожность и экстраверсия как факторы, детерминирующие особенности саморегуляции страшеклассников / Т. В. Шрейбер // Вестник Удмуртского ун-та. — 2009. — Вып. 2. — С. 74–84. — (Серия «Философия. Психология. Педагогика»).

Шевякова Н. Л.

**ЛИЧНОСТНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ПСИХИЧЕСКОЙ РЕГУЛЯЦИИ
В ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ
ОТ ПОДРОСТКОВОГО К ЮНОШЕСКОМУ ВОЗРАСТУ**

В статье освещаются возрастные и личностные компоненты регуляции в переходный период от подросткового к юношескому возрасту. Анализируются эмоциональные и волевые аспекты регуляции как составляющие механизм саморегуляции.

Ключевые слова: *возрастные особенности, подросток, юноша, регуляция, саморегуляция, воля, эмоции, эмоционально-волевая саморегуляция.*

Shevyakova N. L.

**THE PERSONAL COMPONENTS OF THE PSYCHICAL REGULATION
DURING THE TRANSITION PERIOD OF DEVELOPMENT
OF A PERSONALITY FROM THE TEEN-AGE TO YOUTH AGE**

The age and personal components of regulation during the period of growth from the teen-age to youth age are reflected in the article. The emotional and volitional aspects of regulation as components of the mechanism of self-regulation are analyzed.

Key words: *age peculiarities, teenager, youth, regulation, self-regulation, will, emotions, emotionally-volitional self-regulation.*