

**БИОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКТОР КАК ПРЕДИКТОР ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРУДНОСТЕЙ, ВОЗНИКАЮЩИХ У СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ**

**BIOLOGICAL FACTOR AS A PREDICTOR OF PSYCHOLOGICAL DIFFICULTIES ARISING IN MODERN ADOLESCENTS**

В.С.Миналто, А.Н.Шилович  
V.S.Minalto, A.N.Shilovich  
БГПУ (Минск)  
Науч. рук. – С.А.Корзун,  
старший преподаватель,  
магистр психол.наук

*Настоящая статья посвящена междисциплинарной проблеме факторов, провоцирующих психологические трудности в подростковом возрасте. Анализируется роль биологического фактора как предиктора психологических трудностей в подростковом возрасте. В ней представлены результаты эмпирического исследования представлений студентов о причинах возникновения психологических трудностей у современных подростков.*

*This article is devoted to the interdisciplinary problem of factors provoking psychological difficulties in adolescence. The role of a biological factor as a predictor of psychological difficulties in adolescence is analyzed. It presents the results of an empirical study of students' ideas about the causes of psychological difficulties in modern adolescents.*

Подростковый возраст; биологический фактор; психологические трудности.

Teenage years; biological factor; psychological difficulties.

Подростковый возраст – это самый сложный жизненный этап развития человека, в котором происходит переход из детства во взрослую жизнь, поэтому его также называют переходным. В различных странах, в зависимости от культурных ценностей и религиозных убеждений народа, выделяют рамки подросткового возраста от 12 до 17 лет. Согласно Фонду Организации Объединённых Наций (UNFPA) в области народонаселения, подростки это лица в возрасте от 10 до 19 лет, так как именно в данное время происходят серьёзные физиологические и психические изменения у ребенка [1; 2].

Биологическая составляющая подросткового возраста характеризуется началом полового созревания или же пубертатным периодом (от лат. *pubertas* — «возмужалость, половая зрелость»). Половые железы вырабатывают гормоны, стимулирующие активный рост и развитие мозга, костей, кожи, мышц, органов, в том числе и репродуктивных органов. В первой половине пубертатного периода происходит ускоренный процесс роста тела, который заканчивается при достижении полноценной половой зрелости [2].

Психологические особенности подросткового возраста заключаются в проявлении ярко выраженного устойчивого стремления к самостоятельной жизни, независимости от родителей. Эмансипируясь от взрослых, подросток удовлетворяет свои эмоциональные, информационные и другие потребности в общении со сверстниками. Его внимание становится произвольным, хорошо контролируемым процессом. Этот же процесс характерен и для памяти. Вместо простой механической формы память принимает смысловую, логическую форму, в которой задействуется развитое абстрактное мышление. У подростков активно повышается уровень способности к личностной рефлексии и пониманию других [3].

В обычной жизни родители и педагоги часто сталкиваются с рядом вопросов, которые отражают трудности данного возрастного периода: «Почему подростки склонны к спорам, враждебности и агрессии к окружающим? Почему в пубертатном периоде молодые люди

совершают больше рискованных действий, аутоагрессивных поведенческих проявлений? Какая причина резких и частых смен настроения у подростков? Чем объясняется ранимость и чувствительность подростков?» и др. Дать адекватные ответы на возникающие вопросы не представляется возможным, без попытки найти причинно-следственные связи, рассмотрения биологического и психического развития подростков как единой системы, а не отдельных, не взаимосвязанных процессов в организме.

С точки зрения нейробиологов и психологов, одним из факторов нестабильного поведения подростков является влияние гормонов на психику. Половые гормоны (тестостерон и эстроген) активизируют формирование вторичных половых признаков и отвечают за полноценное развитие первичных половых признаков [4; 5]. Как отмечает всемирно известный нейробиолог Р.Сапольски, в 13-14 лет как у мальчиков, так и у девочек, объём мозга практически соответствует объёму головного мозга взрослого человека. Однако мозг подростка всё ещё находится в процессе созревания, и этот процесс будет длиться вплоть до 25-30 лет. Следует отметить, что, говоря о созревании, имеется в виду не увеличение объёма мозга, а увеличение уровня его эффективности. Развитие мозга идёт по схеме: от нижней части к верхней и с задней части к передней. Таким образом самой поздней заканчивает своё созревание префронтальная кора, которая покрывает лобную долю. Лобная доля самая эволюционно молодая часть головного мозга, однако у человека она и самая большая – занимает треть каждого из полушарий. Лобная доля отвечает за мотивацию, целеполагание, побуждение, регулирование социального поведения, моторные компоненты речевых функций, обрабатывание информации, тормозные функции, планирование сложного когнитивного поведения, проявление личности и принятие решений. Из-за данных функций лобную долю иногда называют «очагом цивилизации». Прилежащее ядро расположено ниже лобной доли. Оно является важной частью мезолимбического пути, отвечающего за работу системы вознаграждения, получения удовольствия, смеха, зависимостей, агрессии, а также эффекта плацебо. Иначе его называют «центром удовольствия». В каждом полушарии расположено по одному миндалевидному телу, которые играют ключевые роли в формировании такой эмоции как страх. Прилежащее ядро и миндалевидные тела созревают гораздо раньше лобной доли. Из этого следуют важный для нас факт: прилежащее ядро требует получения удовольствия любым путем, подталкивая к рискованным действиям; миндалевидное тело провоцирует к недоверию и поиску обмана; а лобная доля ещё недостаточно созрела, чтобы успешно контролировать данные процессы. Этим и можно объяснить склонность подростков к импульсивному поведению, к действиям, с высоким уровнем риска, лёгкой подверженности неврозам, замкнутости и в целом нестабильности и ощущению себя одиночками [4].

Одной из задач эмпирического исследования явилось изучение представлений у студентов педагогического университета о причинах возникновения психологических трудностей у современных подростков. В качестве диагностического инструментария была авторская анкета «Представление студентов о причинах возникновения психологических трудностей у современных подростков». В исследовании приняли участие 58 человек (37 девушек и 21 юноша). Средний возраст – 19,5 лет.

В результате исследования, было установлено что 93 % респондентов подчеркивают, что подростковый возраст это особый кризисный период в развитии человека, оказывающий существенное влияние на дальнейшее развитие молодых людей. К наиболее значимым проблемам или трудностям подросткового возраста респонденты относят такие феномены как «личностные проблемы (неуверенность в себе, замкнутость, одиночество, психическая нестабильность)» (27 % респондентов); «буллинг» (27 % респондентов), «агрессия» (20 % респондентов), «взаимоотношения с семьей/ конфликты с родителями» (20 % респондентов). Рассматривая представления респондентов о роли биологического фактора как предиктора возникновения психологических трудностей, следует отметить, что большинство респондентов (54 %) отводят данному фактору решающую роль. В свою очередь, как отмечают респонденты (66 %), социальный фактор, представленный такими явлениями как

конформизм, интернет и социальные сети, ошибки воспитания, остракизм, давление и непонимание со стороны родителей, также оказывает существенное влияние на психологическое благополучие подростков. Следует отметить, что респонденты отмечают готовность учитывать биологические особенности данного возраста как при взаимодействии с подростками, так и при анализе причин отклоняющегося поведения подростков.

Таким образом, переходный возраст является непростым и тревожным периодом в жизни молодого человека. Он сопровождается неконтролируемым, а зачастую и агрессивным поведением подростка. Существует много психологических трудностей, которые переживает подросток в данном возрасте: неудачная попытка позиционирования себя в обществе, травля сверстниками, неразделённая влюблённость и многое другое. Важно понимать, что от такой эмоциональной нестабильности подросток страдает не меньше, чем родители и педагоги. Но справиться самостоятельно с данной проблемой, связанной с возрастными особенностями развития, он физически не в состоянии. Учет педагогами и родителями особенностей как биологического, так и психосоциального развития в подростковом возрасте будет способствовать более продуктивному взаимодействию в системе «взрослый - подросток».

#### *Литература*

1. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. — М.: ТЦ «Сфера», 2001. -464с.
2. Реан, А.А. Психология человека: от рождения до смерти / А.А. Реан. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 656 с.
3. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности: Избр. психол. тр. / Л.И. Божович ; под ред. Д.И. Фельдштейна. – М. : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2001. – 349 с.
4. Сапольски, Р. Биология добра и зла. Как наука объясняет наши поступки / Р. Сапольски. – М. : Альпина нон-фикшн, 2020. – 766 с.
5. Archer, J. Testosterone and human aggression: an evaluation of the challenge hypothesis / J. Archer // Neuroscience and Biobehavioral Reviews. – 2006. – Vol. 30.– P. 319 –345.