



**УНІВЕРСИТЕТ  
ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ  
В ПЕРЕЯСЛАВІ**

**ВІТЧИЗНЯНА НАУКА НА ЗЛАМІ ЕПОХ:  
ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ**

**Матеріали Всеукраїнської науково-практичної  
інтернет-конференції  
(16 травня 2025 року)**

**№ 108**

**Переяслав – 2025**

УНІВЕРСИТЕТ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ  
В ПЕРЕЯСЛАВІ

Рада молодих учених університету

Матеріали

Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції

**«ВІТЧИЗНЯНА НАУКА НА ЗЛАМІ ЕПОХ:  
ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ»**

16 травня 2025 року

Вип. 108

Збірник наукових праць

Переяслав – 2025

#### ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Про Національну поліцію: Закон України від 2 лип. 2015 р. № 580-VIII. Відомості Верховної Ради України. 2015. № 40-41. Ст. 379.
2. Токарська А.С., Балинська О.М. Проблеми формування та реалізації комунікативної компетентності правника/правоохоронця. *Право і суспільство*. 2020. № 4. С. 29-34.
3. Семенов О.М., Насіленко Л.А. Професійна комунікативна підготовка майбутніх юристів: теорія і практика: монографія. Суми: СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2015. 324 с.
4. Юхимець О.І. Інтегративний зміст комунікативної компетентності майбутніх правознавців. *ScienceRise: Pedagogical Education*. 2017. № 11(19). С. 44-48.
5. Hymes D. On communicative competence. *Sociolinguistics: Selected readings*; [eds. J. Pride, J. Holmes]. Harmondsworth, UK: Penguin, 1972. P. 269-293.
6. Жук Н.А. Суб'єктивні передумови формування комунікативної компетентності патрульних поліцейських. *Актуальні питання психологічного забезпечення діяльності національної поліції та закладів вищої освіти МВС України: матеріали II міжвідомчого наук.-прак. кругл. столу*. (Київ, 23 квіт. 2020 р.). Київ, 2020. С. 55-57.
7. Про затвердження Концепції запровадження в діяльності органів та підрозділів Національної поліції України скандинавської моделі забезпечення публічної безпеки та порядку під час проведення масових заходів: Наказ МВС України від 23 серп. 2018 р. №706. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1223-16#Text>
8. Скляр О.С. Історико-правовий аспект початку діяльності поліції діалогу в Україні. *VI Міжнародна наук.-практ. конф. «Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України»: зб. наук. пр. / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Каф. тактич. та спец.-фіз. підгот. ф-ту № 2*. Харків: ХНУВС, 2021. 324 с.
9. Якимчук М.Ю., Шнайдер А.О. Комунікативна компетентність як складова професійної діяльності працівника поліції. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право»*. 2020. № 2(22). URL: [http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20\\_ymydp.pdf](http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20_ymydp.pdf).
10. Шевчук О.М. Професійна комунікативна компетентність студентів закладів вищої юридичної освіти: типологічні компоненти. *Юридичний науковий електронний журнал*. 2023. № 1. С. 341-344.

УДК 159.922.73-053.6:159.942

Лілія Леневиц, Леся Василенко  
(Дрогобич)

#### ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

*Дослідження емоційного розвитку підлітків зосереджується на вивченні змін в емоційній сфері, зумовлених фізіологічною перебудовою організму, психологічними кризами та соціальними впливами. У підлітковому віці відбуваються значні трансформації, що впливають на емоційну стабільність, самосвідомість та соціальну адаптацію. Підлітки часто переживають емоційну нестабільність, що може проявлятися в імпульсивності, зміні настрою та внутрішніх конфліктах. Важливу роль у розвитку емоційної зрілості відіграють сімейне виховання, взаємини з однолітками, шкільне середовище та вплив цифрових технологій. Створення підтримуючого середовища і розвиток емоційного інтелекту є ключовими чинниками успішної адаптації підлітків та формування їхньої емоційної зрілості.*

**Ключові слова:** емоційний розвиток, підлітковий вік, емоційна стабільність, гормональні зміни, самосвідомість, соціальні впливи, сімейне виховання, стосунки з однолітками, шкільне середовище, цифрові технології, емоційний інтелект, саморегуляція, емоційна зрілість, психологічна підтримка.

*Adolescence is a period of profound physiological, psychological, and social changes that directly influence the emotional sphere of an individual. Adolescents experience internal contradictions due to hormonal changes, the search for their "self," assertion in society, and the formation of values. Changes in emotional perception of the world, increased affective reactivity, mood swings, and emotional instability create conditions for both the development of a harmonious personality and the risk of destructive behavior. Emotional reactions are often impulsive, complicating interactions with others. Therefore, it is important to study the mechanisms of emotional development in adolescents and find effective ways of psychological support and correction at this age.*

**Keywords:** *emotional development, adolescence, emotional stability, hormonal changes, self-awareness, social influences, family upbringing, peer relationships, school environment, digital technologies, emotional intelligence, self-regulation, emotional maturity, psychological support.*

**Постановка проблеми.** Підлітковий вік є періодом глибоких фізіологічних, психологічних та соціальних змін, що безпосередньо впливають на емоційну сферу особистості. Підлітки переживають внутрішні суперечності через гормональні зміни, пошук власного "Я", утвердження в соціумі та формування цінностей. Зміни в емоційному сприйнятті світу, посилення афективної реактивності, зміна настрою та емоційна нестабільність створюють умови як для розвитку гармонійної особистості, так і для ризику деструктивної поведінки. Емоційні реакції часто є імпульсивними, що ускладнює взаємодію з іншими людьми. Тому важливим є вивчення механізмів емоційного розвитку підлітків та пошук ефективних шляхів психологічної підтримки і корекції в цьому віці.

**Аналіз сучасних досліджень.** Сучасні дослідження емоційного розвитку підлітків зосереджуються на складній взаємодії біологічних, психологічних і соціальних чинників. Вчені, зокрема Л. І. Божович та Д. Б. Ельконін, підкреслюють, що в цьому віці формується самосвідомість, яка суттєво впливає на емоційну сферу. Підлітки стають більш чутливими, емоційно вразливими, схильними до частих змін настрою та внутрішніх переживань. Дослідження показують, що велике значення для емоційного стану має соціальне середовище – сім'я, школа, коло однолітків. Емоційна нестабільність часто пов'язана з конфліктами, тиском і недостатньою підтримкою. У сучасному контексті важливу роль відіграє цифрове середовище: соцмережі можуть як сприяти емоційному самовираженню, так і посилювати тривожність і фрустрацію. Також активно вивчається поняття емоційного інтелекту, який допомагає підліткам краще розуміти і контролювати власні емоції, будувати здорові стосунки та адаптуватися до змін. Загалом дослідники сходяться на думці, що саме в підлітковому віці закладаються основи емоційної зрілості, а своєчасна підтримка з боку дорослих має вирішальне значення.

**Мета дослідження:** проаналізувати всебічне вивчення особливостей емоційного розвитку в підлітковому віці, зокрема аналіз характерних змін в емоційній сфері, які зумовлені фізіологічною перебудовою організму, психологічними кризами та соціальними впливами. Дослідження спрямоване на виявлення чинників, що сприяють або, навпаки, перешкоджають формуванню емоційної зрілості, саморегуляції та емоційної стабільності в підлітків, а також на визначення ролі родинного виховання, шкільного середовища, стосунків з однолітками та інформаційного простору в процесі емоційного становлення особистості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.**

Підлітковий вік – один із найвідповідальніших і найскладніших періодів розвитку особистості, який охоплює проміжок часу приблизно від 11-12 до 14-15 років. Цей етап характеризується глибокими біологічними, психологічними та соціальними змінами, що торкаються всіх сфер життя, зокрема емоційної. Формування емоційної сфери особистості в цей період відбувається в умовах швидкої зміни самооцінки, зростання потреб у самостійності та самовизначенні, посиленої чутливості до впливу соціального середовища

та актуалізації внутрішніх суперечностей. Усе це зумовлює інтенсивний, а часто й суперечливий характер емоційного розвитку. [5, с. 134]

Одна з ключових особливостей емоційного розвитку підлітків полягає в нестабільності емоційного стану. Підлітки стають вразливішими до різноманітних зовнішніх впливів, частіше переживають різкі зміни настрою, можуть виявляти емоційну імпульсивність, запальність, образливість або, навпаки, замкнутість, відстороненість. Ці зміни мають як фізіологічне, так і психологічне підґрунтя. На біологічному рівні відбувається гормональна перебудова, що безпосередньо впливає на нервову систему, а отже – й на емоційну регуляцію. На психологічному рівні виникає суперечність між потребою у визнанні та самореалізації і недостатнім життєвим досвідом, що дозволяє впевнено орієнтуватися у складних емоційних ситуаціях. [6, с. 58]

У цей період інтенсивно розвивається емоційна самосвідомість – здатність усвідомлювати власні почуття, надавати їм значення, рефлексувати щодо свого емоційного досвіду. Підліток починає розуміти, що його емоції можуть не збігатися з емоціями інших людей, виникає потреба у розумінні емоційних станів як власних, так і чужих. Це зумовлює зростання інтересу до внутрішнього світу інших людей, розвиток емпатії, але разом із тим – і зростання емоційної напруги в разі невідповідності очікувань, складнощів у спілкуванні, відчуження чи соціального тиску. [1, с. 103]

Значний вплив на емоційний розвиток підлітків справляє стиль сімейного виховання. Встановлено, що демократичне, емоційно тепле і підтримувальне середовище сприяє розвитку емоційної стабільності, відкритості, довіри до себе та інших. Натомість авторитарне, жорстке або, навпаки, байдужо-пасивне ставлення з боку батьків може формувати в дитини тривожність, схильність до пригнічення почуттів, відчуття емоційної самотності. Саме в підлітковому віці відбувається переоцінка ставлення до батьків, часто спостерігається протест проти батьківської влади, емоційне відсторонення або посилене прагнення до емоційної незалежності. Ці процеси є природними, але потребують мудрої підтримки та розуміння з боку дорослих. [2, с. 117]

Важливим чинником емоційного розвитку є стосунки з однолітками. У підлітковому віці соціальна активність значно посилюється, а думка ровесників часто набуває більшого значення, ніж думка дорослих. Потреба у визнанні, належності до групи, емоційній підтримці з боку друзів є домінантною. Позитивні міжособистісні зв'язки з однолітками сприяють розвитку емпатії, вміння ділитися емоціями, формуванню емоційної компетентності. Проте у разі неприйняття або конфліктів у групі, підлітки можуть зазнавати значного емоційного дискомфорту, що призводить до розвитку тривожних станів, зниження самооцінки, почуття самотності, фрустрації. [3, с. 91]

Неможливо оминати увагою вплив шкільного середовища. Взаємини з учителями, навчальна мотивація, соціальний статус у класі, успішність – усе це може як стимулювати розвиток емоційної зрілості, так і ставати джерелом стресу. Важливими залишаються методи педагогічного впливу, особистісні якості вчителя, його готовність до відкритого діалогу з учнями. Учитель, який виявляє емпатію, зацікавленість у внутрішньому стані учня, здатен стати значущою фігурою для підлітка та позитивно впливати на його емоційний розвиток. [4, с. 63]

Окремий аспект сучасного емоційного життя підлітка – це взаємодія з цифровим простором. Соціальні мережі, месенджери, онлайн-платформи стали невід'ємною частиною комунікації, самовираження та навіть емоційного самозаспокоєння. У цьому контексті варто говорити про двоїсту роль віртуального середовища. З одного боку, воно надає підліткам можливості для творчості, спілкування, підтримки в кризових ситуаціях. З іншого – створює небезпеку емоційної залежності, впливу ідеалізованих образів, порівняння себе з іншими, що часто веде до заниженої самооцінки, розвитку емоційного виснаження, апатії чи навіть депресивних станів.

Важливо також зазначити, що в підлітковому віці починає формуватись поняття емоційної автономії. Це означає, що підліток поступово вчиться самостійно розпізнавати, приймати і регулювати свої емоційні реакції. Цей процес є складним, часто пов'язаний із помилками, внутрішніми суперечностями та необхідністю шукати підтримку. Але саме завдяки переживанню сильних емоцій – першого кохання, дружби, втрати, зради, – формується здатність до глибоких почуттів, до розуміння себе та інших. Уміння переживати та висловлювати емоції стає основою зрілої особистості.

У науковій психології дедалі більше уваги приділяється розвитку емоційного інтелекту – здатності адекватно розпізнавати та виражати свої емоції, розуміти емоції інших, управляти емоційними станами. Підлітки з високим рівнем емоційного інтелекту краще справляються зі стресами, мають вищу самооцінку, кращі соціальні навички, схильні до конструктивного вирішення конфліктів. Розвиток емоційного інтелекту тісно пов'язаний із вихованням, освітнім середовищем, культурою спілкування в родині та суспільстві. [3, с. 56]

Оскільки емоційна сфера у підлітків формується у складній системі взаємодії внутрішніх і зовнішніх чинників, необхідним є створення сприятливого середовища для її розвитку. Це передбачає уважне ставлення до переживань підлітка, забезпечення психологічної підтримки, визнання його почуттів, створення умов для відкритого емоційного самовираження. Особливої уваги потребують підлітки, які з різних причин виявляють труднощі в емоційному самоконтролі – у таких випадках важливо залучати психологічну допомогу, шукати індивідуальні підходи, що сприяють формуванню емоційної рівноваги та впевненості у собі.

**Висновки.** Емоційний розвиток у підлітковому віці є складним, багатограним процесом, що супроводжується глибокими внутрішніми переживаннями, становленням емоційної самосвідомості, формуванням здатності до емпатії, регуляції почуттів і побудови зрілих міжособистісних стосунків. На нього впливають біологічні, психологічні та соціальні чинники: гормональні зміни, стиль виховання, спілкування з ровесниками, роль школи, а також вплив медіа. Успішний емоційний розвиток забезпечується підтримкою з боку дорослих, безпечним середовищем для самовираження та цілеспрямованим формуванням емоційного інтелекту. Саме в цей період закладається основа емоційної зрілості, яка стане запорукою психічного благополуччя в дорослому житті.

### ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Бех І. Д. Особистісно орієнтоване виховання: теоретико-технологічні засади. Київ : Либідь, 2003. 280 с.
2. Гіппенрейтер Ю. Б. Спілкуватися з дитиною. Як? Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2021. 224 с.
3. Кірта І. П. Емоційний інтелект у підлітковому віці: розвиток і корекція. Львів : Світ, 2019. 144 с.
4. Петренко О. М. Психологія підлітка: навч. посібник. Одеса : ПНЦ АПН України, 2018. 192 с.
5. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія. 6-те вид., перероб. і доповн. Київ : ВЦ «Академія», 2024. 384 с.
6. Ткачук С. В. Емоційний розвиток дітей та підлітків. Київ : Наукова думка, 2020. 216 с.