

EMOTIONAL DEVELOPMENT AT DIFFERENT AGE STAGES

Ochilova Sevara Baxodir kizi

Student at Synergy University,

Pedagogical and Psychological Education

email: jafarzafarovich17@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20458546>

**РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ НА РАЗНЫХ
ВОЗРАСТНЫХ ЭТАПАХ ВЗРОСЛЕНИЯ**

Очилова Севара Баходир кизи

тудент Университета Сенергии,

по направлению педагогико- психологического образование

e-mail: jafarzafarovich17@gmail.com

Аннотация. В статье анализируются закономерности формирования и развития эмоциональной сферы личности в онтогенезе — на различных возрастных этапах взросления от младенчества до зрелости. Рассматриваются дифференциация эмоций и чувств, усложнение механизмов эмоциональной регуляции, становление высших социальных чувств (нравственных, интеллектуальных, эстетических) в контексте ведущих видов деятельности. Выделяются эмоциональные новообразования каждого возрастного этапа, раскрываются социальные и биологические факторы эмоционального развития.

Ключевые слова: эмоциональная сфера, эмоция, чувство, онтогенез, возрастные этапы, эмоциональная регуляция, высшие чувства, эмоциональный интеллект, эмпатия, развитие личности.

Abstract. The article analyzes the patterns of formation and development of the emotional sphere of personality in ontogenesis — at different age stages of growing up, from infancy to maturity. It examines the differentiation of emotions and feelings, the increasing complexity of emotional regulation mechanisms, and the formation of higher social feelings (moral, intellectual, aesthetic) within the context of leading types of activity. The emotional neoformations of each age stage are identified, and the social and biological factors of emotional development are revealed.

Keywords: emotional sphere, emotion, feeling, ontogenesis, age stages, emotional regulation, higher feelings, emotional intelligence, empathy, personality development.

Введение

В целостной психологической структуре личности человека эмоциональная сфера занимает одно из центральных мест. Эмоции и чувства представляют собой особую форму отражения действительности, выражающую систему потребностей, ценностей и отношений субъекта, и регулируют его поведение, познавательные процессы и социальную адаптацию. В современной психологической науке проблема эмоционального развития имеет не только теоретическое, но и практическое значение, поскольку эмоциональная зрелость личности непосредственно связана с её психическим здоровьем, успешностью в социальных отношениях и способностью к самореализации.

Актуальность темы особенно ярко проявляется в современных условиях глобализации и интенсификации информационных потоков. Такие проблемы, как эмоциональная нестабильность молодого поколения, рост уровня стресса и тревожности, сокращение реального эмоционального общения в цифровой среде, требуют глубокого изучения закономерностей эмоционального развития, а также разработки эффективных педагогических стратегий формирования эмоциональной грамотности. С этой точки зрения системный анализ возрастной динамики эмоциональной сферы приобретает важное теоретическое и практическое значение.

Формирование эмоциональной сферы протекает неравномерно: на каждом возрастном этапе оно характеризуется специфическими качественными изменениями, то есть эмоциональными новообразованиями. Цель настоящей статьи — теоретический анализ закономерностей и механизмов развития эмоциональной сферы личности на различных возрастных этапах взросления, а также факторов, влияющих на них. Исследование опирается на научные концепции Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Л.И. Божович, Д.Б. Эльконина, К. Изарда и других учёных.

Анализ литературы и методология

Теоретические основы проблемы эмоционального развития восходят к культурно-исторической теории Л.С. Выготского. По мнению учёного, эмоции, как и высшие психические функции, в результате усвоения социального опыта поднимаются с «природного» на «культурный» уровень и неразрывно связываются с речью и мышлением. А.Н. Леонтьев трактовал эмоции как механизм, отражающий личностный смысл деятельности, и связывал их с системой мотивов.

В работах Л.И. Божович и Д.Б. Эльконина эмоциональная сфера изучается во взаимосвязи с ведущей деятельностью и социальной ситуацией развития, характерными для каждого возрастного периода. Согласно теории дифференциальных эмоций К. Изарда, человек с рождения обладает рядом фундаментальных (базовых) эмоций, которые в процессе онтогенеза преобразуются в сложные эмоциональные комплексы и чувства. Концепция эмоционального интеллекта, разработанная Д. Гоулманом, определяет развитие навыков осознания и регуляции эмоций как важный показатель зрелости личности.

Исследование основано на методах теоретического анализа, сравнительного изучения научных источников, обобщения и систематизации материала по возрастным этапам. В качестве единицы анализа были выбраны эмоциональные новообразования, характерные для каждого возрастного периода, и механизмы их формирования.

Важное место в понимании эмоционального развития занимает также теория психосоциального развития Э. Эриксона. Учёный связывает каждый возрастной этап с разрешением определённого психосоциального противоречия (например, доверие — недоверие, инициатива — вина), и успешное разрешение этих противоречий обеспечивает эмоциональную устойчивость личности. В.К. Вилюнас же трактует эмоции как неотъемлемую составляющую деятельности и познавательных процессов, особо подчёркивая их регулятивную функцию. Данные подходы позволяют рассматривать эмоциональное развитие как единство биологического созревания и социального влияния.

Результаты и обсуждение

Младенчество (0–1 год). На начальном этапе эмоционального развития ребёнок выражает отношение к окружающей среде главным образом через врождённые базовые эмоции — удовлетворение и недовольство. Центральным эмоциональным новообразованием данного периода является «комплекс оживления», который проявляется как положительное эмоциональное отношение младенца к близким взрослым. Именно в этот период формируется привязанность (attachment), служащая основой для всех последующих эмоциональных отношений.

Раннее детство (1–3 года). В этот период, когда ведущей является предметно-орудийная деятельность, эмоциональные реакции непосредственны, неустойчивы и ситуативны. С появлением позиции «Я сам» ребёнок стремится к самостоятельности, что нередко проявляется в аффективных вспышках и капризах. Вместе с тем начинают формироваться первичные социальные чувства — зачатки стыда и гордости.

Дошкольный возраст (3–7 лет). С превращением ролевой игры в ведущую деятельность эмоциональная сфера значительно обогащается. В этот период происходит интеллектуализация эмоций: ребёнок начинает заранее предчувствовать результат своих действий (эмоциональное предвосхищение). Активно развиваются эмпатия, сочувствие и нравственные чувства, формируются первые формы произвольной регуляции эмоций. Чувства начинают выражаться через речь и подчиняться социальным нормам.

Младший школьный возраст (7–11 лет). Учебная деятельность служит источником новых эмоциональных переживаний. В этот период интенсивно формируются высшие чувства — интеллектуальные (познавательный интерес, удивление), нравственные (чувство долга, справедливости) и эстетические. Ребёнок гораздо лучше контролирует свои эмоции, однако их внешнее выражение по-прежнему остаётся ярким. Оценка со стороны учителя и сверстников оказывает сильное влияние на самочувствие.

Подростковый возраст (11–15 лет). Этот этап считается наиболее противоречивым в эмоциональном развитии. На фоне полового созревания и гормональных изменений наблюдаются эмоциональная нестабильность, впечатлительность, резкая смена настроения и аффективность. В связи с развитием «чувства взрослости» и самосознания у подростка усиливаются рефлексивные переживания и внимание к собственному «Я». Общение со сверстниками становится центром эмоциональной жизни.

Юношеский возраст (15–18 лет). В этот период эмоциональная сфера начинает стабилизироваться. С формированием мировоззрения и системы ценностей переживания приобретают более глубокий, устойчивый и осознанный характер. Формируются высшие чувства, такие как любовь, дружба и преданность, а также эмоциональная направленность,

связанная с будущим. Эмоциональная саморегуляция поднимается на значительно более зрелый уровень.

Зрелость. У взрослой личности в полной мере проявляется эмоциональный интеллект — способность осознавать, различать и регулировать собственные и чужие эмоции. Эмоции устойчиво дифференцированы, адаптированы к социальному контексту и гармонизированы с системой ценностей личности. При этом следует подчеркнуть, что эмоциональная зрелость достигается не автоматически, а является качеством, формируемым в результате жизненного опыта и сознательной работы.

Результаты анализа позволяют выделить ряд общих закономерностей эмоционального развития: дифференциация эмоций от простых к сложным; переход эмоциональной регуляции от произвольной к произвольному управлению; становление высших социальных чувств; а также всё более глубокая интеграция эмоций с познавательными процессами и речью. На этот процесс совокупно влияют такие факторы, как семейная среда, система обучения и воспитания, социальное взаимодействие и уровень созревания нервной системы.

Факторы, влияющие на эмоциональное развитие, можно условно разделить на две группы. К биологическим факторам относятся созревание нервной системы, особенности темперамента и гормональные процессы; социальные факторы составляют эмоциональная атмосфера в семье, стиль воспитания родителей, отношения со сверстниками и культурные нормы. Дисбаланс этих факторов, например неудовлетворение эмоциональных потребностей или хронический стресс, может приводить к нарушениям эмоционального развития — состояниям тревожности, агрессивности или эмоциональной холодности. Поэтому на каждом возрастном этапе особое значение имеют эмоциональная поддержка и чуткое отношение.

Заключение

Эмоциональная сфера личности представляет собой сложную систему, развивающуюся в онтогенезе непрерывно, но поэтапно. Каждый возрастной этап характеризуется специфическими эмоциональными новообразованиями, которые непосредственно связаны с ведущей деятельностью и социальной ситуацией развития. Общее направление эмоционального развития заключается в дифференциации эмоций, усилении произвольной регуляции и становлении высших социальных чувств.

Проведённый анализ указывает на необходимость организации педагогических и психологических подходов с учётом закономерностей эмоционального развития. Чуткое отношение к эмоциональным потребностям ребёнка, формирование эмоциональной грамотности и системная работа, направленная на развитие эмоционального интеллекта, являются важным условием гармоничного становления личности. В качестве перспективных направлений исследования темы можно указать эмпирическое изучение особенностей эмоционального развития в различных социокультурных условиях.

Список использованной литературы

1. Выготский Л.С. Психология развития человека. — М.: Смысл; Эксмо, 2005. — 1136 с.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Смысл; Академия, 2005. — 352 с.

3. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. — СПб.: Питер, 2008. — 400 с.
4. Изард К.Э. Психология эмоций. — СПб.: Питер, 2007. — 464 с.
5. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2011. — 783 с.
6. Эльконин Д.Б. Психология развития. — М.: Академия, 2007. — 144 с.
7. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. — М.: АСТ, 2018. — 544 с.
8. Ғозиев Э.Ғ. Умумий психология. — Тошкент: Университет, 2010. — 540 б.
9. Каримова В.М. Психология. — Тошкент: Шарқ, 2002. — 208 б.