

Научная статья

УДК 378

DOI: <https://doi.org/10.29039/2949-1258/2026-2/130-142>

EDN: <https://elibrary.ru/OYGHJN>

Потенциал профессионального развития педагога: учет возрастных особенностей голосовых ресурсов личности в онтогенезе

Санина Наталья Наумовна

Корпоративный институт непрерывного образования

Москва. Россия

***Аннотация.** Опора современной педагогики на идеи антропологии способствует овладению педагогами компетенций и изучению интегративных знаний из разных областей: физиологии, педагогики, возрастных особенностей развития личности, а также из области развития голоса. Анализируются универсальные компетенции стандарта педагогического образования, которые подразумевают компетенции, отражающие владение способностями к поддержке развития личности и голоса учащегося (воспитанника). Цель исследования – раскрыть возрастные этапы и особенности голосовых ресурсов личности как потенциал профессионального развития педагога. Раскрыты функции голоса человека. Педагог должен знать, слышать и понимать, в чем состоят голосовые особенности ученика и возможные причины этого. Голос человека формируется в организме через процесс голосообразования; он отражает эмоциональное, нервно-психическое состояние, а также темп, ритм, тембр. Анализ литературы, опыт педагогической деятельности и наблюдений автора позволили проинтерпретировать взаимосвязи голоса, вариантов сопровождения и препятствия окружающих. Проанализированы теории возрастного развития в соответствии с ведущими видами деятельности, этапами, кризисами, физиологическим диапазоном, выразительным диапазоном, «островками молчания» – локализацией частичной утраты функций голоса. Показаны законы, по которым развиваются организм и психика ребенка, что позволяет реализовывать педагогическую деятельность. Педагог, зная эти закономерности, может способствовать развитию голоса, помогая проявлять голос и в определенной степени развивать его.*

***Ключевые слова:** голос, педагог, профессиональные компетенции, возрастные особенности, классификации*

***Для цитирования:** Санина Н.Н. Потенциал профессионального развития педагога: учет возрастных особенностей голосовых ресурсов личности в онтогенезе // Территория новых возможностей. Вестник Владивостокского государственного университета. 2026. Т. 18, № 2. С. 130–142. DOI: <https://doi.org/10.29039/2949-1258/2026-2/130-142>. EDN: <https://elibrary.ru/OYGHJN>*

Original article

The potential of professional development of a teacher: taking into account the age characteristics of the voice resources of a person in ontogenesis

Natalya N. Sanina

Corporate Institute of Continuing Education

Moscow. Russia

***Abstract.** The reliance of modern pedagogy on the ideas of anthropology contributes to the development of competencies by teachers and the study of integrative knowledge from various*

© Санина Н. Н., 2026

fields: physiology, pedagogy, age-related characteristics of personality development, as well as the development of the voice. The article analyzes the universal competencies of the pedagogical education standard, which include competencies that reflect the ability to support the development of the personality and voice of a student (pupil). The purpose of the article is to reveal the age-related stages and characteristics of the voice resources of an individual as a potential for the professional development of a teacher. The functions of the human voice are also discussed. A teacher must know, hear, and understand the voice characteristics of their students and the possible reasons for these characteristics. A person's voice is formed in the body through the process of voice formation, and it reflects the emotional, nervous, and mental state, as well as the tempo, rhythm, and timbre. The analysis of literature, the author's experience in teaching and observations, allowed us to interpret the relationship between voice, accompaniment options, and environmental obstacles. We analyzed the theories of age-related development in accordance with the leading activities, stages, crises, physiological range, expressive range, and "islands of silence" – the localization of partial loss of voice functions. We also demonstrated the laws that govern the development of a child's body and psyche, which provides a foundation for effective teaching practices. By understanding these patterns, educators can facilitate the development of a child's voice, helping them to express and enhance their vocal abilities.

Keywords: *voice, teacher, professional competencies, age-related characteristics, classifications*

For citation: *Sanina N. N. The potential of professional development of a teacher: taking into account the age characteristics of the voice resources of a person in ontogenesis // The Territory of New Opportunities. The Herald of Vladivostok State University. 2026. Vol. 18, № 2. P. 130–142. DOI: <https://doi.org/10.29039/2949-1258/2026-2/130-142>. EDN: <https://elibrary.ru/OYGHJN>*

Введение

В сфере педагогики развитие голосовых способностей заключается, прежде всего, в изучении подходов к развитию певческих способностей. Однако современные тенденции создания и публикации собственного контента в сети Интернет актуализируют тему развития собственного голоса у большого числа молодых людей, особенно у педагогов. Голос в определенной степени изучается в педагогической риторике. В частности, педагогическая риторика в качестве инструмента использует темп, громкость, тембр для привлечения учеников к изучаемой проблематике.

Профессиональная подготовка включает изучение психофизиологии и психологии школьника, что позволяет подготовить педагога к основам педагогической деятельности. Теория педагогики опирается на труды К. Д. Ушинского, который впервые включил в педагогику принцип единства воспитания и обучения; он писал о приоритете воспитания [1]. Взгляд на педагогику как стройную систему, в центре которой К. Д. Ушинский поставил человека, ребенка, особо актуален сегодня, когда с ранних лет ребенок включен в цифровые технологии. Он замечает, что поведение и приоритеты его родителей показывают значимость технологий по сравнению со значимостью теплоты отношений. Писатель обосновал положение о том, что без изучения законов, по которым развиваются организм и психика ребенка, научить его крайне трудно. Педагог, по мнению К. Д. Ушинского, должен изучать индивидуальный опыт, историю жизни ребенка, анализировать его потребности и социальное окружение [1].

Обращение к теме голоса в ключе воспитания обращает нас к онтогенетическому контексту. Однако нами не найдено данных о том, как педагогу понимать проблемы с голосом у учащегося (воспитанника), что именно скрыто в системе

возрастных особенностей развития голоса. Все это явилось проблемой, решению которой посвящена настоящая работа. *Цель исследования* состоит в расширении профессионально-педагогического потенциала педагога через раскрытие возрастных особенностей голосовых ресурсов личности в онтогенезе. Данное исследование построено на основе гипотезы о возможности обоснования профессионально-педагогической компетентности – создании условий для развития голоса на основе сопоставления теорий возрастного развития, физиологических данных и опыта собственной педагогической деятельности автора в развитии голоса. *Методологической основой работы* являются: антропология К. Д. Ушинского, идея о целостном подходе к изучению воспитуемого, о том, что педагогика должна опираться на множество наук; труды Л. С. Выготского, Э. Эриксона о возрастных особенностях развития личности. *Теоретическая основа исследования* построена на базе трудов отечественных и зарубежных исследователей развития голоса.

В онтогенезе развитие голоса – это процесс формирования и развития голосовых характеристик на протяжении жизни человека; он связан с анатомическими, физиологическими и нейропсихологическими процессами. Лексические значения голоса включают разные категории: голос как право на высказывание, голос как суждение, разные звуки, в том числе образные, природные – «голос ветра», внутренние процессы осознания «голоса совести».

О. С. Орлова, П. А. Эстрова, А. С. Калмыкова описывают стадии развития голоса как голосового аппарата – обычную, интенсивную и замедленную [2, с. 93]. Эти стадии могут протекать равномерно или скачкообразно; зависит от эмоционального состояния ребенка, стрессов, психологических травм или социальной среды.

Голос ребенка может отражать его эмоциональное состояние и нервно-психическое развитие. Невербальные компоненты голоса (темп, ритм, мелодика, паузирование, модулирование, тембр, логическое ударение) тесно связаны с показателями здоровья и психоэмоционального состояния [3].

Универсальные компетенции (УК) педагога должны обеспечивать профессиональное саморазвитие, создавать благоприятную среду, а также индивидуальный подход и дифференцировать обучение с учетом особенностей каждого ученика. Педагог, зная эти закономерности, может способствовать развитию его голоса, помогая и проявлять голос и в определенной степени развивать его. Включению таких ресурсов в профессионализацию будущего педагога способствуют требуемые компетенции. Так, УК 2 (воспитательная и социально-педагогическая деятельность) – это владение формами и методами воспитательной работы на уроке и во внеурочной деятельности»; требует от учителя умения создавать комфортную и безопасную образовательную среду и организовывать пространство для общения, в том числе индивидуальную работу, в целях помощи в проявлении голоса, способностей говорить грамотно [4].

Развитие личности как часть компетенции педагога (УК 3) требует понимания возрастных и индивидуальных способностей учащегося. Психолого-педагогические ресурсы сопровождения ученика с трудностями в проявлении голоса и хорошей речи также отражены в компетенциях педагога (УК 3).

Вовлеченность в гаджеты, компьютерные игры и другие факторы затрудняют способность говорить, проявлять голос [5]. Проблемы нейропсихологии голоса говорят о важной роли среды в его развитии и формировании дефектов. Голос является акустическим средством разного рода информации, в том числе невербальной, эмоционально окрашенной, что выражается через высоту голоса, его тембр, темп и силу (громкость).

М. В. Шорохова показала, что существуют различия между эмоциональными характеристиками фразы и темпом произнесения. Индивидуальные особенности тембра окрашивают голос уникальными оттенками [6]. Важной причиной особого внимания развития голоса с позиции педагогики является голос и его развитие, а также сохранение его у самого педагога, что ряд авторов считает инструментом и важнейшим элементом профессионального мастерства. Для педагога это условия повышенной нагрузки: развитый голос очень важен, поскольку педагогу приходится говорить перед сложной и большой аудиторией, говорить активно, длительное время и убеждать. Такая работа ставит перед голосовым аппаратом сложные задачи, и неумелое пользование им приводит к возникновению различных функциональных, а порой и органических заболеваний, поэтому необходимо обращать особое внимание на свой голос и воспитывать его [7–9].

Для педагогики важен интегративный контекст знаний. Педагог как субъект образования сам является условием его развития. Области психолого-педагогических знаний и методологических подходов в ходе профессионального образования педагога постоянно пополняются, но новые подходы попадают в них спустя существенное время. Решение проблем интеграции знаний о голосе может способствовать совершенствованию профессиональной подготовки учителя [10].

Разные стороны исследования голоса являются важными для педагога, но учет развития его ключевых функций, в контексте возрастной динамики в течение жизни ребенка, до сих пор не нашел своего отражения в исследованиях. Родители также реализуют педагогические функции и знания о формировании голоса, которые являются для них важными и значимыми [11].

Голос несет в себе ключевые психологические функции, напрямую связанные с развитием личности:

- 1) витальная выражает поддержание ощущения «я жив, я есть»;
- 2) саморегулирующая является природным камертоном нервной системы [12];
- 3) энергетическая обеспечивает преобразование внутреннего намерения и эмоции в физическую вибрацию;
- 4) интегративная объединяет тело и психику в момент звучания [12, 13];
- 5) экспрессивная отражает прямое выражение эмоции без цензуры [14];
- 6) коммуникативная – это диалог на уровне ощущений [13, 14];
- 7) защитно-территориальная реализует обозначение границ «Я», а также функцию идентичности, так называемый звуковой портрет личности [14];
- 8) креативно-игровая обеспечивает способность к спонтанной игре со звуком.

По данным наших наблюдений, когда эти функции подавлены, голос теряет объем, силу и краски, а человек утрачивает доступ к важным частям самого себя – вытесненным, непринятым или неосознаваемым.

Ключевыми факторами развития голоса являются: анатомо-физиологические (например, неодновременность завершения роста, скачкообразность, диспропорции развития органов); гормональная регуляция; психическое состояние; подражание; речевая и вокальная нагрузка. Педагог должен знать, слышать и понимать, в чем состоят голосовые особенности ученика и возможные причины этого. Для того чтобы человек мог говорить, в организме происходит процесс, называемый голосообразованием. Педагог должен понимать, что голосообразование – это сложный многофункциональный процесс согласно программе, вырабатываемой специальными центрами, которые находятся в коре головного мозга. Новым потенциалом развития педагога как профессионала является учет возрастных особенностей развития голоса обучающегося в воспитательном процессе. Педагоги дошкольного образования должны знать пути развития и варианты препятствия развития голоса у детей с младенческого возраста; педагоги школы – информацию о развитии голоса у школьников всех возрастов; педагоги высшего образования – информацию о развитии голоса взрослых.

Рассмотрим развитие голоса на всех этапах онтогенеза. В классификации Д. Б. Эльконина, которая опирается на теории Л. С. Выготского и А. Н. Леонтьева (далее будем упоминать ее как возрастную классификацию отечественной психологии), возрастные характеристики развития отражают социальную ситуацию развития и ведущую деятельность [15, 16].

Этап 1. Младенчество (0–1 год). Отечественная классификация в качестве ведущего вида деятельности считает непосредственно-эмоциональное общение [15]. Классификация Э. Эриксона этот период характеризует как базовое доверие против недоверия [17]. Голос рождается как обращение к другому: крик, плач, гуление, лепет, первые слова. Голос матери настраивает нервную систему ребенка [13]. Голос существует в контакте, а не отдельно. Саморегуляция ребенка реализуется через голос. Крик, плач, кряхтение – это единственный способ сообщить о потребности и восстановить равновесие. Ребенок кричит не «назло», а потому что это единственный доступный ему способ саморегуляции: вывести напряжение через звук и дыхание. В норме мать слышит крик, приходит, берет на руки, дает грудь. Ее голос активирует парасимпатику ребенка [12, 13]. Так формируется связка: «Я могу звучать – и мир откликается. Мои звуки имеют силу. После напряжения приходит облегчение». Динамический диапазон на старте: громкость – врожденная. Младенец кричит громко, без торможения. Это его способ достучаться до мира. Если на громкий крик приходят – громкость получает позитивное подкрепление. Если крик игнорируется, а громкость вызывает агрессию, ребенок может начать останавливать (тормозить) сам импульс к громкому звуку.

Звуковысотный диапазон на старте: голос очень высокий, обертонов почти нет. Тем не менее диапазон очень широкий. Через интонацию матери (высокие, певучие материнские ноты) закладывается способность воспринимать верхний регистр как безопасный [13]. Выразительный диапазон почти отсутствует. Крик и плач имеют мало тембральных оттенков. Но в гулении появляются первые намеки на разные краски и интонации. Это первое творческое проявление малыша.

Эмоциональный диапазон еще не дифференцирован. Ребенок выражает глобальное состояние удовольствия (гуление, смех) или неудовольствия (крик, плач). Но при внимательном вслушивании крик боли отличается от крика голода, а плач дискомфорта – от желания общаться. Если взрослый на них откликается, ребенок получает первый опыт: «Мои чувства могут быть выражены – и услышаны». Если отклика нет, закладывается база для будущего подавления эмоций. Кризис новорожденности характеризует первый крик – первое голосовое проявление. Если он не был услышан, диафрагма не получает опыта свободного, мощного выдоха. В период кризиса одного года голос становится инструментом требования и отказа, разделения и дифференциации «Я это не мама, мама – это не я». Первое «нет» – как голосовое отделение себя. Так формируются точки формирования «молчащих островков». Формула может выглядеть так: дефицит доверия к миру → трудность с низкими, грудными, теплыми частотами. Игнорирование крика, агрессия в ответ на крик → голос фиксируется: «Меня не слышат – звучать бессмысленно – звучать опасно». Происходит блок на физиологический и динамический диапазоны. Отсутствие отклика на эмоциональные звуки → первый слой блока на эмоциональный диапазон.

Этап 2. Ранний возраст (1–3 года). Отечественная классификация в качестве ведущего вида деятельности считает предметно-орудийную деятельность [15]. Классификация Э. Эриксона этот период характеризует как автономию против стыда и сомнения [17]. Голос способствует освоению мира вещей. Голос – инструмент называния, требования, отказа. Происходит впитывание интонаций родителей как принадлежности к семье [13].

Физиологический диапазон, отражающий саморегуляцию: ребенок активно использует крик, плач, визг, смех все еще как телесную разрядку. Но теперь к ним добавляются речевое «нет» и аффективные вспышки. В норме взрослый выдерживает эти бури, контейнирует их, не запрещая сам звук, а ставя границы действию. Ребенок получает опыт: «Мои сильные чувства могут быть выражены голосом. Это безопасно. После бури я успокаиваюсь».

Динамический диапазон на этом этапе характеризуется как время активного освоения громкости. Ребенок кричит, орет, визжит – пробует силу своего голоса. Он проверяет: «Как громко я могу?» Если в ответ на громкий звук мир рушится (мама кричит, папа наказывает), громкость может стать запретной. Если она принимается, то становится ресурсом, новой возможностью.

Звуковысотный диапазон на этом этапе характеризуется первыми попытками управлять высотой: высокий визг радости, низкое «не-е-ет». Ребенок начинает связывать разные частоты с разными состояниями. Выразительный диапазон на этом этапе характеризуется интонациями, которые становятся разнообразнее. Голос может быть разным по качеству. Появляются первые тембральные краски, связанные с игрой, чтением сказок, стихов.

Эмоциональный диапазон на этом этапе отражает более оформленные эмоции. Ярость, радость, печаль, страх уже звучат по-разному. Если взрослый выдерживает злость ребенка и не разрушается, если он принимает его слезы и не стыдит, формируется связка: «Я могу чувствовать разное – и это нормально».

Всему есть место в моем голосе». Кризис трех лет «Я сам» отражает факт – голос становится инструментом воли. Ребенок активно использует громкость. Трудности проявления голоса формируются уже с этого возраста. Назовем их точками формирования «молчащих островков». Они формируются в случаях жесткого подавления крика и плача; формируется блокировка голоса. Это блок на физиологический диапазон голоса. Запрет на громкость – блок на динамический диапазон. Ограничение высоких или низких звуков – начало блокировки звуковысотного диапазона. Запрет на отдельные чувства имеет последствия: из эмоционального диапазона изымаются конкретные краски.

Этап 3. Дошкольный возраст (3–7 лет). Отечественная классификация в качестве ведущего вида деятельности считает сюжетно-ролевую игру (ведет за собой развитие) [5]. Классификация Э. Эриксона этот период характеризует как инициативу против вины [17]. Голос в игре пробует разные роли. Он гибкий, выразительный, спонтанный. Развиваются выразительный и эмоциональный диапазоны.

Физиологический диапазон реализует саморегуляцию голоса – физиологические звуки вплетаются в игру: рычание тигра, вой волка, смех до упаду, визг радости. Это не просто разрядка, а игровая саморегуляция – через звук и движение проживаются разные состояния. В норме взрослые допускают игровой шум, и физиологический диапазон остается живым и разнообразным.

Динамический диапазон развивается через игру, которая требует разной громкости: тигр рычит громко и низко, мышонок пищит тихо и высоко. Ребенок осваивает переходы от громкого к тихому и обратно – это основа гибкого динамического диапазона. Звуковысотный диапазон в игре отражается так: ребенок активно использует и высокие, и низкие звуки. Он может говорить, «как папа», – низко и весомо или «щебетать как птичка» – тоненько и легко. Эти «пробы» высоты закладывают основу будущего полного звуковысотного диапазона. Выразительный диапазон отражается через роли, которые требуют разного тембра: мама говорит тепло и мягко, строгий врач – сухо и резко, Баба-Яга – скрипуче. Ребенок пробует десятки оттенков; его голос становится богатым и гибким. Эмоциональный диапазон в игре: игра – лаборатория чувств. Ребенок в роли через голос проживает страх, радость, заботу, ярость.

Эмоциональный диапазон расширяется и обогащается. Начинается кризис семи лет, происходит потеря детской непосредственности. Голос начинает оцениваться, разделяется на спонтанный и «правильный». Точки формирования «молчащих островков» – запрет на громкие, «животные» звуки. Именно таким образом физиологический диапазон сужается. В случае ограничения громкости динамический диапазон теряет гибкость. Запрет на «глупые» голоса является фактором того, что звуковысотный диапазон фиксируется в «нормальном» регистре. Когда происходит обесценивание игровых красок, выразительный диапазон голоса обедняется. Оценка чувств («не злись на маму», «не плачь, ты же мужчина») способствует тому, что из эмоционального диапазона уходят целые пласты.

Этап 4. Младший школьный возраст (7–11/12 лет). Отечественная возрастная классификация в качестве ведущего вида деятельности считает учебную деятельность [15, 16]. Классификация Э. Эриксона этот период характеризует как трудолюбие против неполноценности [17]. Голос становится объектом оценки и произвольного управления. Ответ у доски, декламация, хоровое проговаривание и пение – везде есть «правильно» и «неправильно».

Физиологический диапазон как саморегуляция: школа – это пространство, где физиологический диапазон системно исключается. На уроке нельзя кричать, смеяться громко, плакать, стонать, звать с голосом. В норме остаются пространства, где голос разрешен: двор, игра, спорт. Но, если их нет – он атрофируется. Динамический диапазон в школе: школа требует средней, контролируемой громкости. Громкий смех на перемене и тихий шепот на уроке могут пресекаться.

Динамический диапазон сужается до «разрешенной» полосы. Звуковысотный диапазон в школе: в хоре или на уроке музыки высота может оцениваться («не вытягиваешь»); в личном общении – «говоришь, как маленький». Если ребенок получает негативную оценку своего высокого или низкого звука, он может перестать им пользоваться. Выразительный диапазон в школе отражается выразительным чтением – это единственная «разрешенная» форма тембральной свободы, но и она оценивается. Многие дети начинают говорить монотонно, чтобы избежать ошибки. Выразительный диапазон сужается до нейтрального.

Эмоциональный диапазон под контролем: чувства в школе под строгим контролем. Голос должен быть ровным, «ученическим». Эмоциональный диапазон сужается до нейтральной полосы. Наступает латентный период. Острога кризиса нет, но накапливаются последствия кризиса семи лет. Точки формирования «молчащих островков»: системное исключение физиологических звуков, вследствие чего физиологический диапазон атрофируется. Ограничение громкости и тишины способствует тому, что динамический диапазон теряет гибкость. Страх оценки высоты → звуковысотный диапазон фиксируется в «безопасном» регистре. Требование нейтральности → выразительный и эмоциональный диапазоны обедняются.

Этап 5. Подростковый возраст (11/12–15 лет). Отечественная возрастная классификация в качестве ведущего вида деятельности считает общение в кругу сверстников и интимно-личное общение [15]. Классификация Э. Эриксона этот период характеризует как идентичность против ролевого смещения [17]. Голос претерпевает период голосовой мутации. Он ломается физически и перестраивается психологически, что характеризует телесную инициацию, становление взрослости.

Физиологический диапазон реализации саморегуляции характеризуется тем, что подросток переживает мощнейшие аффективные бури. Новый, низкий, мощный голос мог бы стать инструментом разрядки: крик, рычание, громкий смех. Но если физиологический диапазон уже подавлен на предыдущих этапах, подросток им не пользуется. Более того, мутирующий голос кажется ему чужим и некрасивым. Вместо разрядки может возникнуть еще больший зажим.

Динамический диапазон в мутации: голос становится громче, но одновременно он становится неуправляемым. Подросток может начать говорить тише, чтобы контролировать «петухов». Динамический диапазон сужается, уходит в сторону тихого, сжатого звука.

Звуковысотный диапазон в мутации можно трактовать следующим образом: главный удар принимает на себя именно он. У мальчиков основной тон падает на октаву, у девочек – немного снижается. Высокие ноты становятся недоступны физически у мальчиков, низкие – могут быть непривычны у девочек. Если подросток стесняется нового звучания, он может «застрять» в детском регистре или, наоборот, задавить высокие частоты. Выразительный диапазон в мутации – новый тембр кажется чужим. Подросток может пытаться говорить «старым» голосом, но это не получается. Выразительный диапазон обедняется – все силы уходят в контроль.

Эмоциональный диапазон голоса находится под ударом. Подростковый возраст – время сложных, противоречивых, стыдных чувств. Если эмоциональный диапазон уже сужен, подросток не может выразить то, что с ним происходит. Голос не слушается, чувства слишком сильны. Это дает тройной удар: стыд содержания, стыд чувства вообще и стыд нового голоса. Эмоциональный диапазон может сузиться до одной-двух «разрешенных» эмоций или до полного молчания. Происходит подростковый кризис (≈13 лет), отделение от взрослых, поиск себя. Точки формирования «молчащих островков»: гортань фиксируется в хроническом напряжении, следовательно, может блокироваться физиологический диапазон. Из-за страха громкости динамический диапазон сужается. Непринятие нового голоса способствует блокировке звуковысотного диапазона. Из-за стыда нового тембра происходит обеднение выразительного диапазона. Можно говорить о действии формулы: стыд чувств + стыд голоса → сужение эмоционального диапазона.

Этап 6. Юность (15–18 лет). Отечественная возрастная классификация в качестве ведущего вида деятельности считает учебно-профессиональную деятельность [15, 16]. Классификация Э. Эриксона этот период характеризует как близость против изоляции (начало) [17]. Голос стабилизируется после мутации. Начинается поиск «своего» взрослого звучания.

Физиологический диапазон: на этом этапе голос уже не развивается, а только используется или добивается. Если он подавлен, человек не плачет годами, не кричит никогда, не смеется в полный голос; тело хронически напряжено.

Динамический диапазон: голос получает новую, взрослую силу. Но если громкость была под запретом, человек не умеет ею пользоваться. Его голос может быть хронически тихим или, наоборот, форсированно громким.

Звуковысотный диапазон: если подростковый кризис не разрешен, человек может «застрять» в инфантильном регистре или, наоборот, задавить верхние частоты. Полный звуковысотный объем недоступен. Выразительный диапазон: в профессиональном обучении может начать формироваться «маска» – тембр, который кажется подходящим для будущей роли. Спонтанные краски вытесняются «профессиональными».

Эмоциональный диапазон юности – это время, когда голос начинает звучать не только для близких, но и для «мира». Экзамены, поступление, общение с незнакомыми людьми. Мир требует «взрослого» голоса: спокойного, уверенного, лишённого эмоциональных колебаний. Если на это накладывается подавленный эмоциональный диапазон, голос быстро застывает в маске. Происходит юношеский кризис (≈ 17 лет), жизненное самоопределение, страх будущего. Точки формирования «молчащих островков»: формирование голосовой маски профессионала – компетентной, но «пустой». Потеря контакта со всеми пятью диапазонами как с живым, подлинным звучанием.

Этап 7. Взрослость: трудовая деятельность (18/20–60/65 лет). Отечественная возрастная классификация в качестве ведущего вида деятельности считает трудовую, семейную, общественную деятельность [15, 16]. Классификация Э. Эриксона этот период характеризует как генеративность против стагнации [9]. Голос находится на пике силы и выносливости. Происходит накопление профессиональных «масок» и хронических зажимов.

Физиологический диапазон: если голос подавлен, взрослый человек страдает от невозможности разрядиться через звук; если сохранен или восстановлен, остается мощнейшим ресурсом саморегуляции на всю жизнь [18].

Динамический диапазон: у многих взрослых голос сужен до «рабочей» громкости. Громко – нельзя, тихо – не слышно. Гибкость утрачена. Звуковысотный диапазон: может быть ограничен «авторитетным» низким регистром у мужчин и «теплым» средним у женщин. Высокие, легкие ноты или низкие, мощные – недоступны, потому что «не соответствуют роли». Выразительный диапазон: часто сведен к двум-трем профессиональным краскам. Педагог говорит «учительским» тембром, психолог – «принимающим», руководитель – «стальным», остальные краски атрофируются.

Эмоциональный диапазон взрослого: голос чаще всего используется функционально. Вся палитра чувств – нежность, уязвимость, растерянность, злость, игривость – может быть утеряна. Человек говорит «правильным» голосом, но перестает чувствовать его живым.

Происходит кризис начала карьеры (≈ 20 –25 лет) и кризис середины жизни (≈ 35 –45 лет). Ощущение «потолка» или утраты смысла. В кризисе середины жизни человек часто впервые замечает, что «не может выдохнуть», «не может заплакать», «не помнит, когда смеялся в голос». Это крик подавленных диапазонов. Точки формирования «молчащих островков»: ригидность голосовых паттернов по всем пяти диапазонам. Голос перестает быть живым – он становится «рабочим инструментом», который истощает, а не питает.

Этап 8. Поздняя взрослость и старость (60/65+). Отечественная возрастная классификация в качестве ведущего вида деятельности считает передачу опыта, наставничество [15, 16]. Классификация Э. Эриксона этот период характеризует как целостность против отчаяния [9]. Голос теряет физическую силу, появляется «патина времени»; при благополучном исходе – глубина и мудрость, при отчаянии – тусклость, обессточенность.

Все диапазоны голоса: при целостности голос обретает особую глубину, теплоту и мудрость. В нем может быть меньше силы и высоты, но богатство тембра и эмоциональная наполненность достигают пика. При отчаянии голос звучит обесточенно, все диапазоны «схлопываются» до монотонного, тусклого звучания.

Заключение

Современное педагогическое образование требует от педагога включения в широкий контекст компетенций, связанных с личностными образовательными результатами [19]. Это относится к созданию условий для развития голосовых ресурсов обучающихся, что определяет требования к профессионализму педагога и его компетентности. Голос занимает особое место в профессии педагога как инструмент, если это его собственный голос, и как объект приложения сил, внимания и профессиональных компетенций, если это голос учащегося (воспитанника). Принцип единства воспитания и обучения, приоритет воспитания говорят о том, что голос является важным компонентом и фактором развития личности ученика. Взгляд на педагогику как систему развития личности должен включать знание и учет возрастных особенностей личности в образовательном процессе. Развитие личности может помочь педагогу разобраться, как помочь и не навредить развитию голоса ученика в образовательном процессе. Новизна статьи состоит в составлении системы возрастных особенностей развития голоса в онтогенезе. Рассмотрены восемь этапов развития голоса с позиций ведущих видов деятельности, показаны кризисы и этапы, физиологические особенности, роль выразительности голоса, саморегуляции, «островки молчания», которые формируются как препятствие свободе голоса. Оптимизация условий учебной, игровой и развивающей деятельности может создать условия для развития личности и голоса как важного ресурса развития. Работая с разными видами диапазонов и восстанавливая «молчащие островки» голоса, педагог может вернуть ученику способность полноценно пользоваться своими голосовыми возможностями.

Список источников

1. Ушинский К. Д. Человек как предмет воспитания: опыт педагогической антропологии. Изд. 5-е. Санкт-Петербург: типография Н. А. Лебедева, 1881. Т. 2. 434 с.
2. Орлова О. С., Эстрова П. А., Калмыкова А. С. Особенности развития детского голоса в онтогенезе // Специальное образование. 2013. № 4 С. 92–104.
3. Алмазова Е. С. О возрастных особенностях голоса у дошкольников, школьников и молодежи: электронное пособие. URL: <http://pedlib.ru/Books/2/0030/index.shtml> (дата обращения: 12.05.2026).
4. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 года № 544н «Об утверждении профессионального стандарта „Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)“»: зарегистрирован в Минюсте РФ 6 декабря 2013 г. № 30550.
5. Смирнова Е. О., Радева Р. Е. Развитие речи у детей в цифровую эпоху // Вопросы психологии. 2018. № 3. С. 42–53.

6. Шорохова М. В. Социально-психологический и акустический контекст проблемы голоса и его нарушений // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. № 18. С. 51–56.
7. Захаров В. А. Голос и процесс его воспитания в коммуникативном процессе // Экономика развития. 2010. № 3-55. С. 103, 104. EDN OXLYFH
8. Чернов Д. Е., Чернова Л. В. Голос и речь учителя – важнейший элемент профессионального мастерства // Педагогическое образование в России. 2011. № 5. С. 218–223.
9. Зоткина Е. А. Голос как инструмент профессиональной деятельности педагога // Образование в современном мире: профессиональная подготовка кадрового потенциала с учетом передовых технологий: сб. науч. тр. Всерос. науч.-метод. конф. с междунар. участием (Самара, 14 декабря 2018 г.) / Самарский университет, отв. ред. Т. И. Руднева. Сызрань: Изд-во «Ваш Взгляд», 2018. С. 336–341.
10. Азаров Ю. П. Мастерство воспитателя. Москва: Просвещение, 1971. 126 с.
11. Зверева О. Л. Вовлечение родителей в образовательный процесс ДОО как составляющая взаимодействия с семьей // Дошкольное воспитание. 2016. № 5. С. 70–75. EDN XXQPZR
12. Van der Kolk B. A. The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress // Harvard Review of Psychiatry. 1994. Vol. 1, № 5. P. 253–265.
13. Назайкинский Е. В. О психологии музыкального восприятия. Москва: Музыка, 1972.
14. Juslin P. N., Laukka P. Communication of emotions in vocal expression and music performance: Different channels, same code? // Psychological Bulletin. 2003. Vol. 129, № 5. P. 770–814.
15. Выготский Л. С. Психология развития человека. Москва: Изд-во Смысл; Эксмо, 2005. 1136 с
16. Обухова Л. Ф. Возрастная психология. Москва: Юрайт, 2024. 411 с.
17. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / пер. с англ.; общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. Москва: Прогресс, Б. г. (1996). 340 с.
18. Санина Н. Н., Пискулина В. П., Афонина Н. С. В созвучии красок, мелодий и слов: метод. пособие. Екатеринбург: Уральский гос. ун-т, 2014.
19. Исаев Е. И. Деятельностный подход в педагогическом образовании: становление и реализация // Психологическая наука и образование. 2020. Т. 25, № 5. С. 109–119. DOI: 10.17759/pse.2020250509

References

1. Ushinsky K. D. Man as a subject of education: experience in pedagogical anthropology. Ed. 5 e. St. Petersburg: printing house of N. A. Lebedev; 1881. Vol. 2. 434 p.
2. Orlova O. S., Estrova P. A., Kalmykova A. S. Features of the development of children's voice in ontogenesis. *Special education*. 2013; (4): 92–104.
3. Almazova E. S. On the age characteristics of voice in preschoolers, schoolchildren and young people: electronic manual. URL: <http://pedlib.ru/Books/2/0030/index.shtml> (accessed date: 12.05.2026).
4. Order of the Ministry of Labor and Social Protection of the Russian Federation of October 18, 2013 No. 544n "On approval of the professional standard «Teacher (pedagogical activity in the field of preschool, primary general, basic general, secondary general education) (teacher, teacher)»": registered with the Ministry of Justice of the Russian Federation December 6, 2013 No. 30550.
5. Smirnova E. O., Radeva R. E. The development of speech in children in the digital age. *Questions of psychology*. 2018; (3): 42–53.

6. Shorokhova M. V. Socio-psychological and acoustic context of the problem of voice and its violations. *Scientific and methodological electronic journal "Concept"*. 2017; (18): 51–56.
7. Zakharov V. A. Voice and the process of its upbringing in the communication process. *Development Economics*. 2010; (3-55): 103, 104. EDN OXLYFH
8. Chernov D. E., Chernova L. V. The voice and speech of the teacher is the most important element of professional skills. *Pedagogical education in Russia*. 2011; (5): 218–223.
9. Zotkina E. A. Voice as a tool for the professional activities of a teacher. *Education in the modern world: professional training of personnel potential, taking into account advanced technologies: Sat. scientific. tr. All-Russia. scientific-method. conf. with international. participation (Samara, December 14, 2018) / Samara University, resp. ed. T. I. Rudneva. Syzran: Publishing house "Your Look"; 2018. P. 336–341.*
10. Azarov Yu. P. The skill of the educator. Moscow: Enlightenment; 1971. 126 p.
11. Zvereva O. L. Involvement of parents in the educational process of subsidiaries as a component of interaction with the family. *Preschool education*. 2016; (5): 70–75. EDN XXQPZR
12. Van der Kolk B. A. The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress. *Harvard Review of Psychiatry*. 1994; 1 (5): 253–265.
13. Nazaykinsky E. V. On the psychology of musical perception. Moscow: Music; 1972.
14. Juslin P. N., Laukka P. Communication of emotions in vocal expression and music performance: Different channels, same code? *Psychological Bulletin*. 2003; 129 (5): 770–814.
15. Vygotsky L. S. Psychology of human development. Moscow: Publishing House Meaning; Eksmo; 2005. 1136 p.
16. Obukhova L. F. Age psychology. Moscow: Yurayt; 2024. 411 p.
17. Erickson E. Identity: youth and crisis/trans. from English; general. ed. and foreword. A. V. Tolstykh. Moscow: Progress, B. G. (1996); 340 p.
18. Sanina N. N., Piskulina V. P., Afonina N. S. In harmony of colors, melodies and words: method. allowance. Yekaterinburg: Ural State. un-t; 2014.
19. Isaev E. I. Activity approach in pedagogical education: formation and implementation. *Psychological science and education*. 2020; 25 (5): 109–119. DOI: 10.17759/pse.2020250509

Информация об авторе:

Санина Наталья Наумовна, педагог дополнительного образования, ООО «Корпоративный институт непрерывного образования», г. Москва, Natali040223@yandex.ru

DOI: <https://doi.org/10.29039/2949-1258/2026-2/130-142>

EDN: <https://elibrary.ru/OYGHJN>

Дата поступления:
06.05.2026

Одобрена после рецензирования:
12.05.2026

Принята к публикации:
15.05.2026