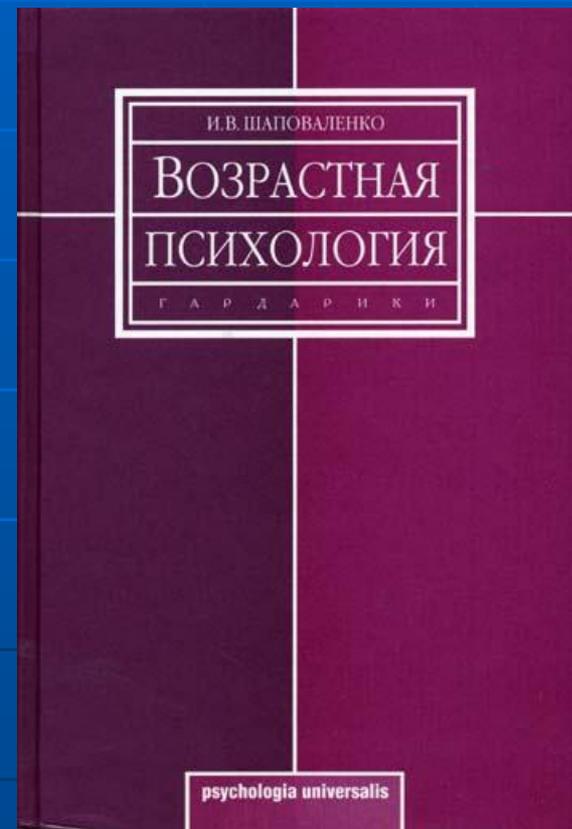


Психология взрослости

Гурова

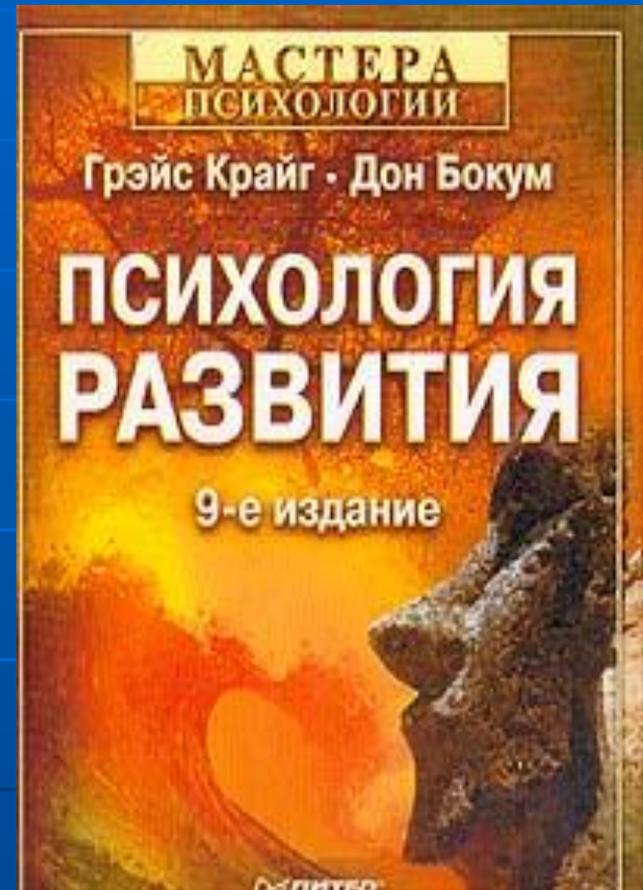
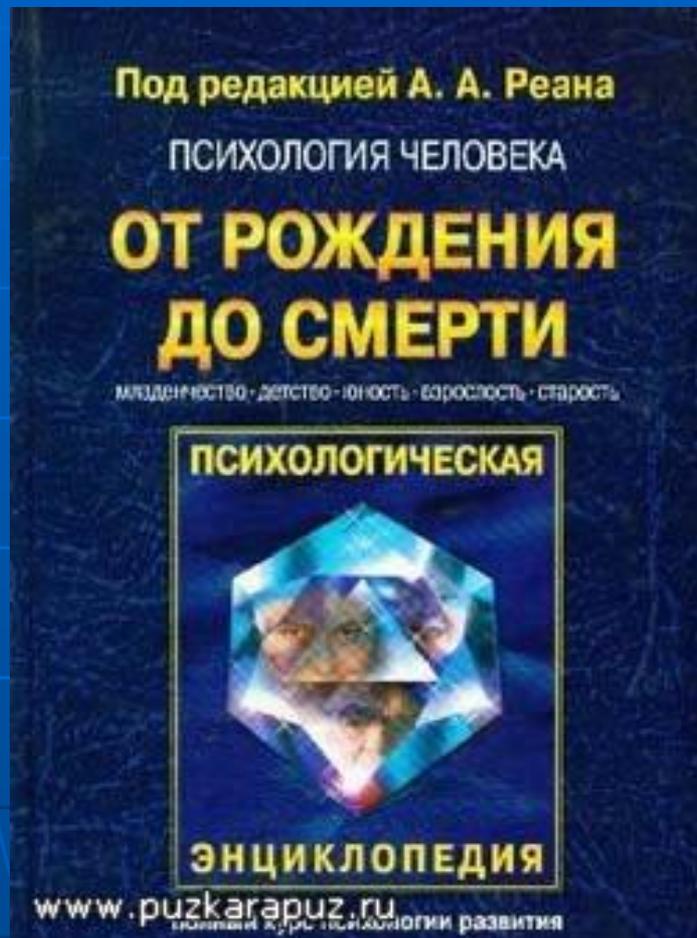
Елена Васильевна

Психология взрослости



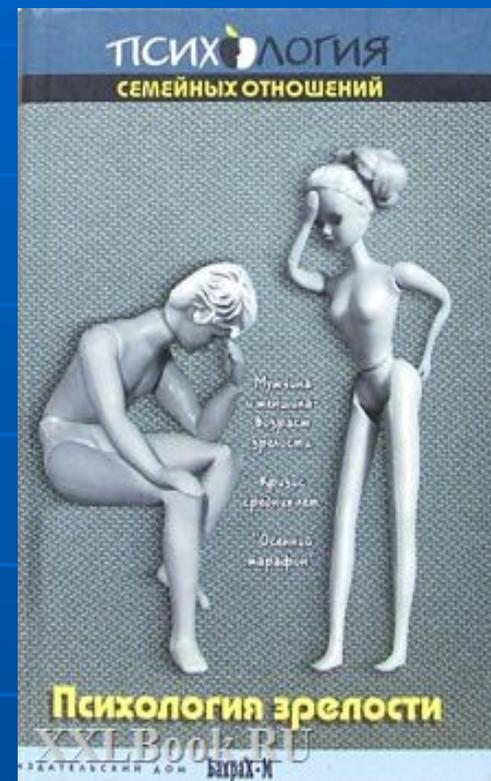
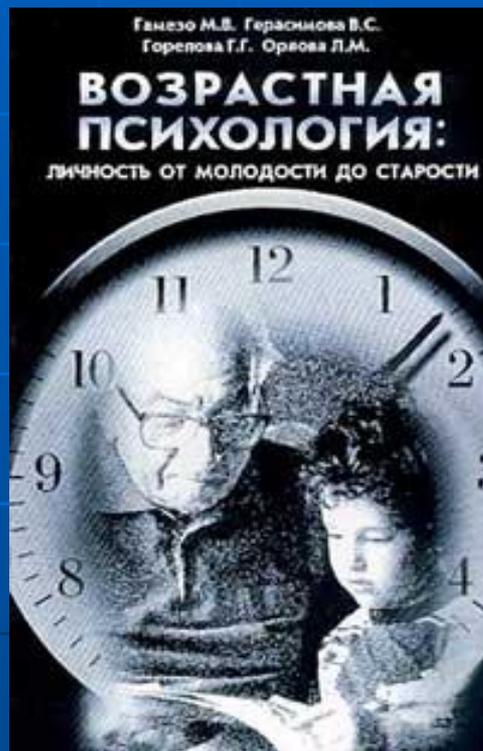
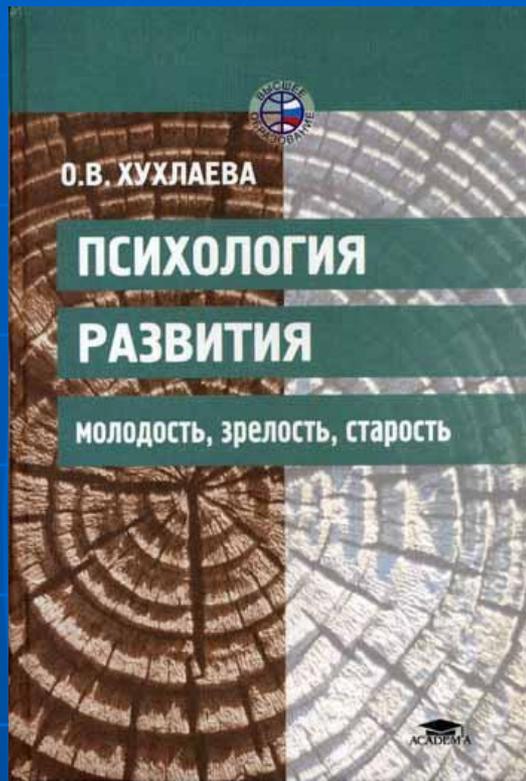
<http://www.koob.ru>

Психология взрослости



<http://www.koob.ru>

Психология взрослости



<http://www.koob.ru>

Структура курса Психология взрослости

Введение

История

Границы

Взрослость
как возраст

Кризисы
взрослости

Ранняя
взрослость

Средняя взрослость

Физическое и
когнитивное
развитие

Психосоциальн
ое
развитие

Личностное
развитие

Отношения

Мотивы

Общение

самосознание

Профессиональн
ая
деятельность

Эмоции и
чувства

Взрослость как предмет научного исследования

1. Взрослый человек как объект исследования в психологии
2. Исследования взрослости в отечественной и зарубежной науке
3. Проблема возрастной периодизации
4. Взрослость как особый возраст
5. Понятие «зрелость» и ее критерии
6. Возрастные задачи развития в период взрослости



Психология
личности

Акмеология

Взрослый
человек

Психология
развития и
возрастная
психология

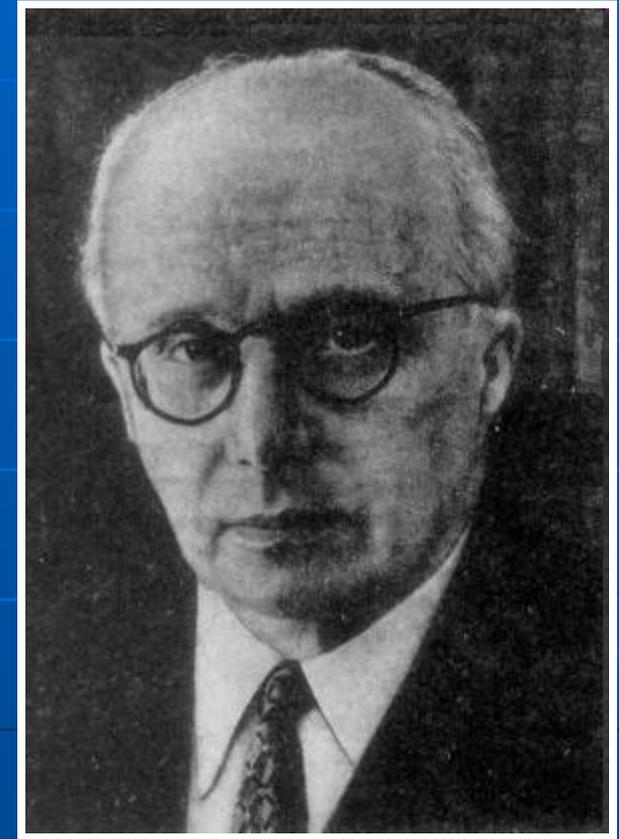
Психология личности

- Темперамент
- Характер
- Способности
- Мотивы и потребности (направленность)
- Эмоции
- Воля



Психология личности

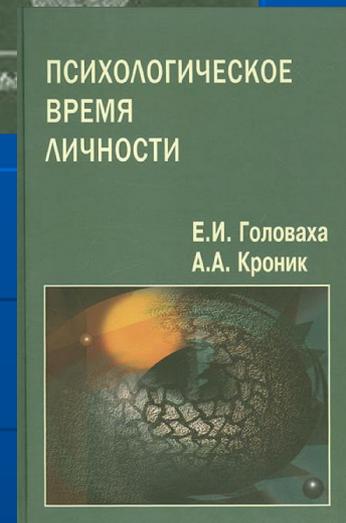
- Методологические основы изучения личности взрослого человека были заложены С.Л. Рубинштейном
- ◆ **«Психология жизненного пути»**



1889 - 1960

Психология личности

- Позднее разрабатывались и другие подходы:
- Стратегия жизни (К.А. Абульханова)
- Психология жизненных событий (А.А.Кроник, Р. А.Ахмеров)
- Психологическое время личности (Е.И.Головаха)
- Психология судьбы человека (Е.Ю Коржова)



Акмеолог ия

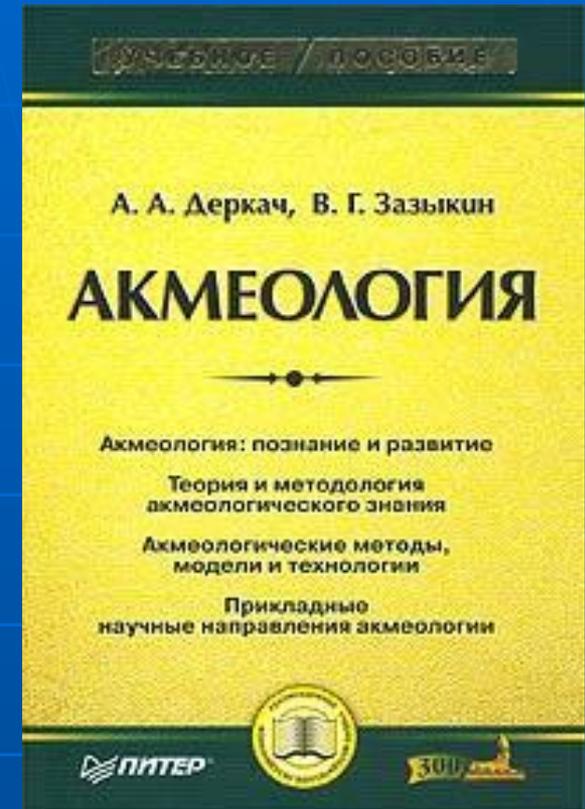
греч. акме
– вершина
расцвет

- это многомерное состояние взрослого человека
- показывает, насколько он состоялся как:
 - физический индивид
 - личность (гражданин, супруг, родитель и т.д.)
 - специалист в какой либо деятельности

наука о
совершенствовании
человека

Акмеология

- новая наука – 1980 гг.
- закрывает "белое пятно« в человекознании
- изучает процесс развития человека на этапе взрослости:
 - закономерности
 - факторы
 - условия самореализации творческого потенциала человека на пути к высшим достижениям жизни и деятельности



Кузьмина Нина Васильевна
Бодалев Алексей Александрович
Деркач Анатолий Алексеевич

Психология развития и возрастная психология

Взрослость

- как этап онтогенеза человека

- как психологический возраст

Психология взрослости

Психология взрослости

- раздел психологии развития, изучающий закономерности развития психики взрослого человека:
 - обоснование критериев взрослости
 - выделение хронологических границ
 - построение периодизации
 - определение факторов развития

Психология взрослости

Взрослость как самостоятельный возраст:

- ❖ социальная ситуация развития
- ❖ ведущая деятельность
- ❖ особенности общения
- ❖ новообразования в личностной и интеллектуальной сферах
- ❖ кризисы развития

Новое
направление

Психология взрослости

Трудности исследования:

- Наиболее длительный период развития
- Взрослость – это многомерное состояние
- Много видов (социальная, психологическая, биологическая и т. д.)
- Гетерохронность достижений в разных сферах

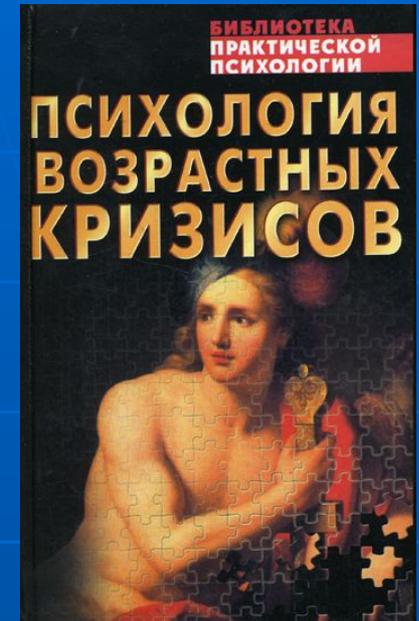
Психология взрослости

Трудности исследования

- **Множество признаков:**
- новый характер развития – саморазвитие, самосовершенствование
- развитие в меньшей степени связан с физическим ростом и когнитивном совершенствованием
- способность успешно преодолевать трудности
- преодоление зависимости
- развитое чувство ответственности
- самостоятельность в постановке задач и целей
- новые черты характера: инициативность, уверенность, целеустремленность

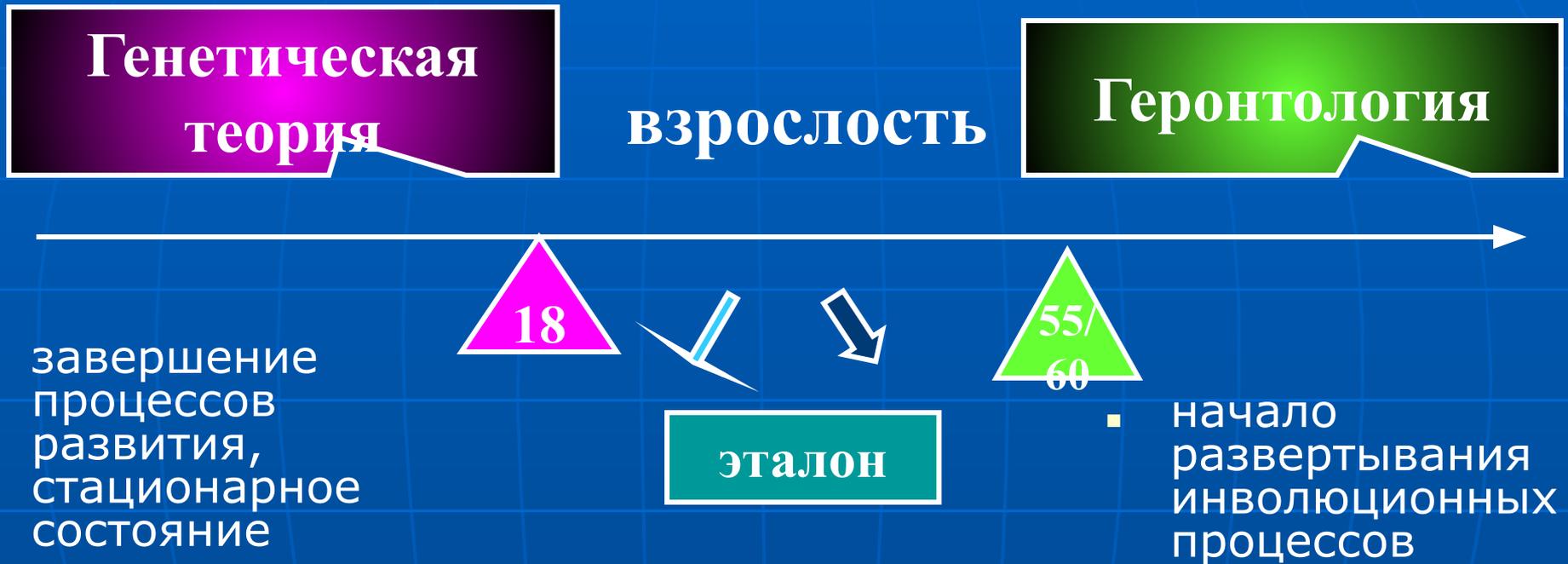
Психология взрослости

- Психология возрастных кризисов (К.Юнг, Д.Левинсон, В.И. Слободчиков),
- Этот подход позволяет выделить стабильные и кризисные развития



- Возрастные категории взрослости в психологической науке проработаны плохо

2. Исследования взрослости в отечественной науке

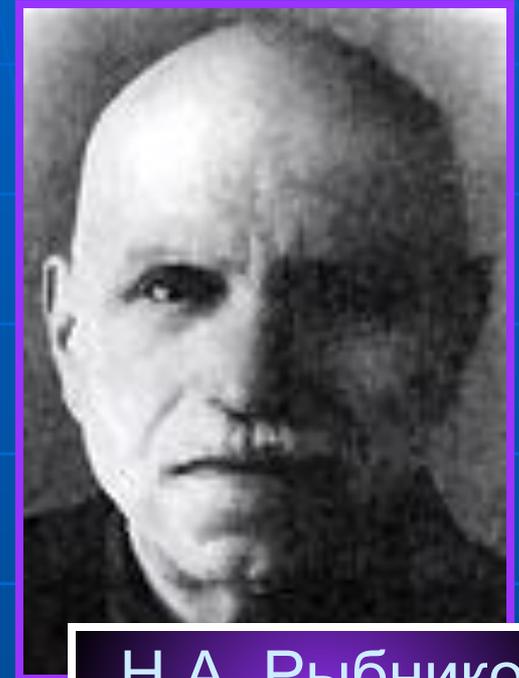


Взрослость «период психической окаменелости», или «мертвое плато» (Э.Клаперед)

Взрослость – период, арестованный началом и концом жизненного пути (А.Бандура)

2. Исследования взрослости в отечественной науке

- Впервые задача изучения взрослости была поставлена в 1928 г.
- Без взрослости невозможно создать целостную картину развития человека и построить полную возрастную периодизацию
- Зрелость – особый этап в жизни
- Главный критерий – высокая эффективность в разных сферах жизни и профессиональной деятельности (акме)



Н.А. Рыбников
1890-1961

2. Исследования взрослости в отечественной науке

Онтопсихология
наука о развитии
личности

- Первым организовал широкомасштабные исследования психического развития человека в период взрослости (1965 – 1968 гг.)



Б.Г. Ананьев
1907—1972

Онтос -
бытие

2. Исследования взрослости в отечественной науке

- **Выборка и организация исследования**
 - 1800 человек от 20 до 65 лет
 - развитие человека изучалось по отдельным годам жизни
 - использовался ЛОНГИТЮД
- Это позволило обнаружить определенные закономерности — разнообразные механизмы, фазы и переходные периоды в развитии взрослого человека

2. Исследования взрослости в

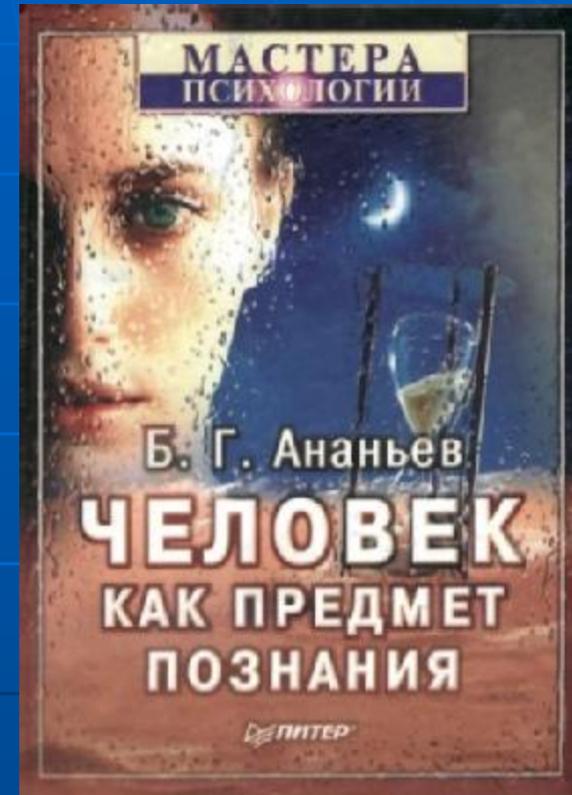
Открытие отечественной науке

е

- развитие человека носит непрерывный характер
- природа изменений психофизиологических функций в период взрослости разнородна и противоречива: повышение, стабилизация, понижение и вновь повышение
- изменения различных функций происходят неравномерно

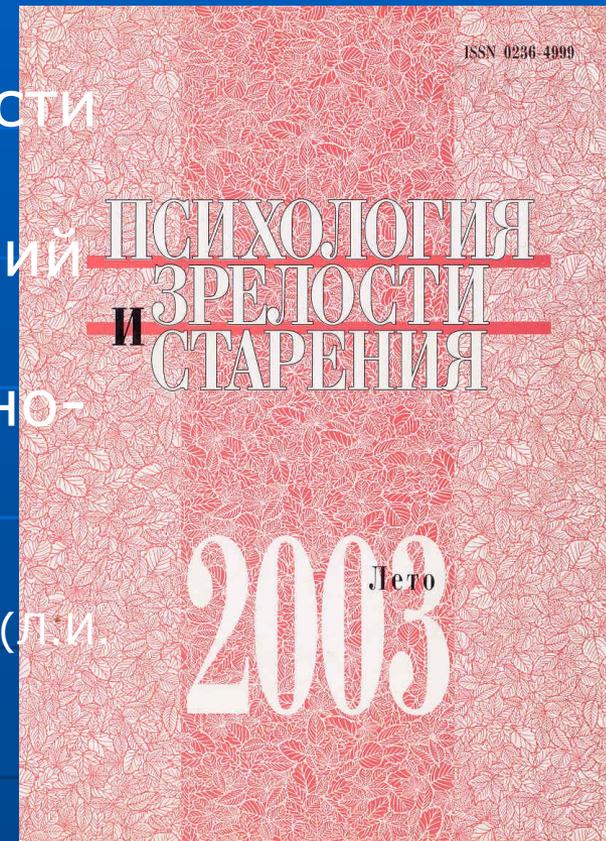
2. Исследования взрослости в отечественной науке

- процесс обучения в период взрослости оказывает положительное воздействие на людей:
 - совершенствуется интеллект, психическая регуляция
 - задерживается процесс старения не только на интеллектуальном уровне, но и психофизиологическом



2. Исследования взрослости в отечественной науке

- В современной отечественной науке исследования в области возрастной психологии взрослости связаны с изучением:
 - психофизиологических изменений в период взрослости (Б.Г. Ананьев)
 - внутриличностной, мотивационно-смысловой динамики (Б.Г.Братусь)
 - особенностей обучения и профессионализации взрослых (Л.И. Анцыферова, И.Подольский)

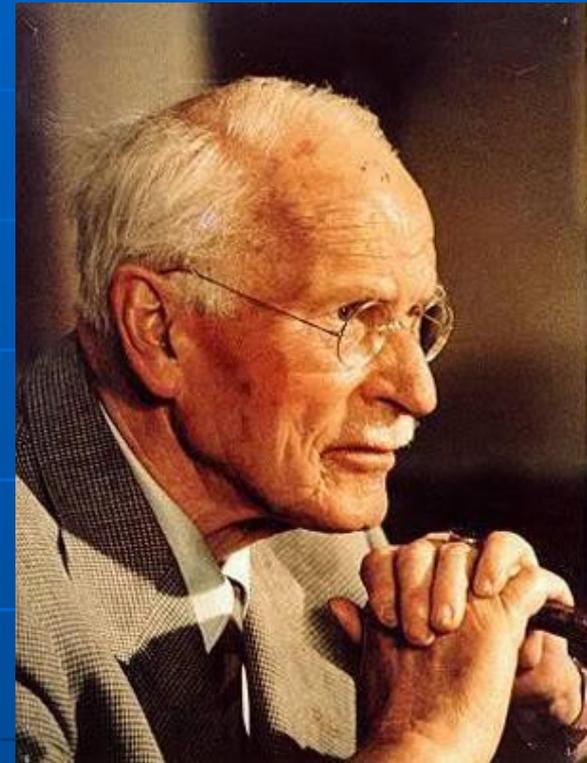


2. Проблема психологии взрослости в зарубежной науке

- изучена в большей степени
- несколько направлений:
- психологическое содержание стадий возрастного развития взрослых и механизмы развития (Д.Левинсон, Дж. Хейвигхерст, М. Пек, Э.Эриксон, К.Юнг)
- адаптивность взрослого человека, влияние событий жизни на индивидуальное развитие (Cni, Vaillant, Hultsch and Plemons, Lieberman)
- соотношение постоянного и изменяющегося в личности на протяжении жизненного пути (Б. Нюгартен . P.Costa, R.R.McRae)

Карл Юнг о взрослости

- Первым обратил внимание на специфику развития личности в зрелом возрасте
- Сравнивал жизнь человека с движением солнца: 4 периода



Швейцария,
1875-1961

Период	метафора	задача	характеристики
Детство (1-я четверть жизни)	Рассвет	Становление самосознания	Беспроblemное существование Ребенок - проблема для других
Молодость (2- четверть)	Позднее утро	Распространение своего влияния, продолжение рода, освоение природы и социального пространства, внешняя экспансия	Освоение жизненной проблематики
Зрелость (3- четверть)	Послеполуде нное время	Кульминация, инверсия идеалов, овладение культурой и развитие самости	Освоение жизненной проблематики
Старость (4 четверть)	Закат	Усиление интравертированности, самоанализ и самопознание	Беспроblemное существование. Старик - проблема для других

Карл Юнг о взрослости

- Ранняя взрослость - человек энергичен, импульсивен, страстен, но еще зависим от других
- Это – период жизни, когда человек овладевает профессией, женится, заводит детей, обретает общественное положение

Карл Юнг о взрослости

- Середина жизни – достигнуты две цели: определенный финансовый статус и продолжения рода
- Возникает опрос: "Что же является целью во второй половине жизни?»

Карл Юнг о взрослости

- К концу тридцатых – началу сороковых годов жизни происходит радикальная смена ценностей
- Юношеские интересы и стремления заменяются новыми, более культурными и менее биологическими
- Человек среднего возраста становится более интровертированным и менее импульсивным
- Мудрость и прозорливость приходят на смену физической и умственной энергичности
- Ценности личности сублимируются в социальные, религиозные, гражданские и философские символы
- Человек становится более духовным

Карл Юнг о взрослости

- Этот период – решающее событие человеческой жизни
- Стремление сохранять прежние цели неплодотворно
- Если человек "застревает" на них, это приводит к неудовлетворенности, неврозам, страху старости и смерти
- Во второй половине жизни и у мужчин, и у женщин ярче проявляются черты противоположного пола
- Женщины: конкурентность, решительность, жесткость, агрессивность
- Мужчины: мягкость, зависимость, сентиментальность

Карл Юнг о взрослости

- Люди во второй половине жизни начинают использовать психологический резерв свойств противоположного пола, который был нереализован ранее, когда личность осваивала и расходовала гораздо больше гендерно-специфичных черт

Карл Юнг о взрослости

- Во второй половине жизни человек воссоединяется с человеческим родом, снова становится его частью
- начинает с большей охотой делиться чем-то с другими (добровольно посвящать свое время общим делам, заниматься строительством, садоводством, искусством), чем разрушать
- обращает больше внимания на свои чувства — осознаваемые и неосознаваемые
- Для молодости характерна тема поиска своей настоящей сути, а для целостной личности ведущей является идея вклада в общий опыт
- Юнг предполагал, что конечная цель коллективного бессознательного и самореализации — достижение высочайшего, то есть, духовного уровня опыта

Теория Э. Эриксона

- Эго психология
- Ключевое понятие - идентичность личности
- Каждый человек от рождения до смерти проходит через восемь стадий развития идентичности
- Каждый возраст характеризуется определенной эволюционной задачей и двумя возможными полюсами становления личностной идентичности - положительным и отрицательным



1902-1994, США

Теория Э. Эриксона

- "Средний возраст", по Эриксону, охватывает период от 30 до 60-65 лет
- Позитивный полюс –развития это время является формирование производительности (generativity), которая у мужчин выражается преимущественно в творчестве, а у женщин - в рождении и воспитании детей

Генеративность

- Забота о воспитании нового поколения
- Продуктивная трудовая деятельность
- Индивидуальное творчество

Продуктивность,
производительность

чувство неустрашимости

Теория Э. Эриксона

- Во все, что делает человек, вкладывается частичка его "Я", и это приводит к личностному обогащению
- Отрицательный полюс идентичности - сосредоточенность на себе, что приводит к косности и застою (stagnation)
- В этом случае возникает "физическая и психологическая инвалидизация" личности

застой

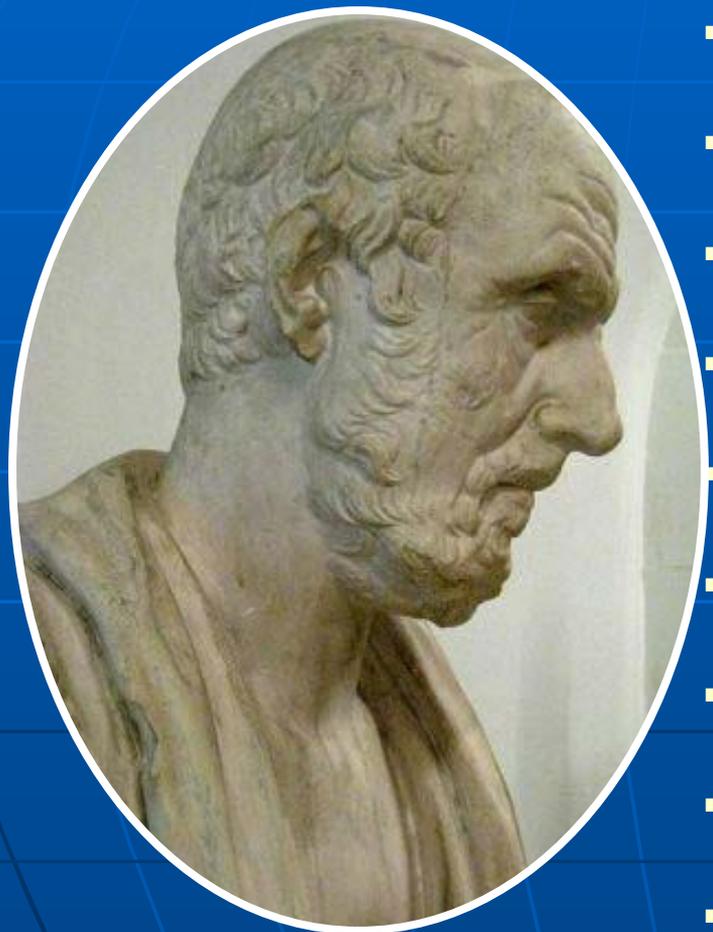
3. Проблема возрастной периодизации развития взрослого человека

- Периодизация - выделение в целостном жизненном цикле человека последовательности стадий (периодов) психического развития
- Существует много периодизаций взрослости, при этом ученые выделяют различные основания в качестве критерия периодизации
- Но экспериментальных подтверждений они не имеют

Древняя китайская классификация

1	Молодость	До 20 лет
2	Возраст вступления в брак	До 30...
3	Возраст выполнения общественных обязанностей	До 40...
4	Познание собственных заблуждений	До 50...
5	Последний период творческой жизни	До 60...
6	Желанный возраст	До 70...
7	Старость	До 90...

Классификация возрастов жизни по Гиппократу (IV в. до н.э)



- Первый период 0-7 лет
- Второй период 7-14 лет
- Третий период 14-21 год
- Четвертый период 21-28 лет
- Пятый период 28 - 35 лет
- Шестой период 35-42 года
- Седьмой период 42- 49 лет
- Восьмой период 49-56 лет
- Девятый период 56 – 63 лет
- Десятый период 63-70 лет

Цикл – 7 лет

Классификация возрастов жизни по Пифагору (VI в. до н.э.)



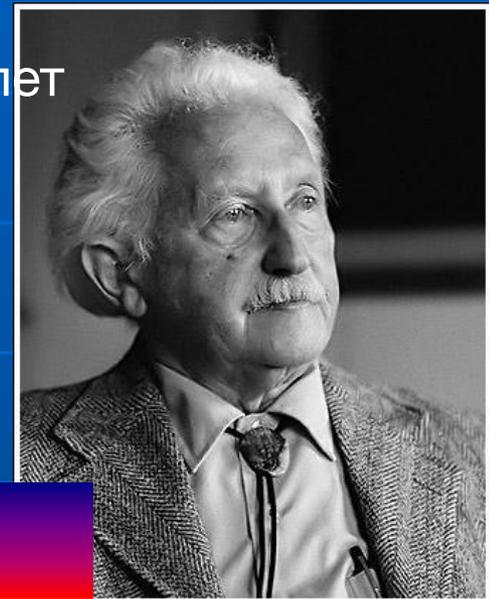
- Период становления 0-20 лет (весна)
- Молодость 20-40 лет (лето)
- Расцвет сил 40-60 лет (осень)
- Старость и угасание 60-80 лет (зима)

времена года

Стадии развития личности по Э. Эриксону

идентичность

1	Раннее младенчество	От рождения до 1 года
2	Позднее младенчество	От 1 года до 3 лет
3	Раннее детство	Около 3-5 лет
4	Среднее детство	От 5 до 11 лет
5	Подростничество и юность	От 11 до 20 лет
6	Ранняя взрослость	От 20 до 40-45 лет
7	Средняя взрослость	От 40-45 до 60 лет
8	Поздняя взрослость	Свыше 60 лет



1902-1994, США

Периодизация развития взрослого человека Ш.Бюлер

(1893 – 1974, Германия)

самоопределен
ие

Первая фаза	16 — 20 лет	предшествует собственному самоопределению
Вторая фаза	с 16 — 20 лет до 25 — 30 лет	Фаза проб и поиска (профессии, спутника жизни и т.п.). Жизненные цели часто нереалистичны и подвержены изменениям
Третья фаза — пора зрелости	с 25—30 до 45—50 лет)	Человек находит свое дело в жизни, обзаводится семьей Субъективно этот возраст переживается как апогей жизни, желания становятся реалистичными, оценки трезвыми К 40 годам устанавливается самооценка личности, в которой отражаются результаты жизненного пути как целого
Четвертая фаза — стареющий человек	с 45 — 50 до 65 — 70 лет	Завершение профессиональной деятельности, исчезновение активного самоопределения и постановки целей
Пятая фаза - старый человек	старше 70 лет	Обращение к прошлому и желание покоя

Периодизация психического развития человека Дж . Биррена (1964, США)

Первая фаза	младенчество	до 2 лет
Вторая фаза	предшкольный возраст	от 2 до 5 лет
Третья фаза	детство	5-12 лет
Четвертая фаза	юность	12-17 лет
Пятая фаза	ранняя зрелость	17-25 лет
Шестая фаза	зрелость	25-50 лет
Седьмая фаза	поздняя зрелость	50-75 лет
Восьмая фаза	старость	от 75 лет и далее

Периодизация психического развития человека Д.Бромлей (1966, Англия)

- В классификации Д. Бромлея (1966) выделяются пять циклов развития:
 - 1.внутриутробный
 - 2.детство
 - 3.юность
 - 4.взрослость
 - 5. старость
- При этом каждый цикл в свою очередь подразделяется на несколько стадий
 - Цикл «взрослость» состоит из трех стадий:
 - ранняя взрослость - 21-25
 - средняя взрослость - 25-40
 - поздняя взрослость - 40-55
 - переходная стадия - 55-65

социальные и психологические
характеристики

Периодизация психического развития В.И. Слободчикова

- субъектность - основа личности
- интегральная способность человека выстраивать жизнь в соответствии с собственными целями и ценностями
- проявляется в активной творческой позиции человека при решении жизненных задач, в способности к саморегуляции и саморефлексии собственной деятельности и своего я (индивид, личность, индивидуальность)



Доктор наук, профессор, член-корреспондент РАО, директор Института педагогических инноваций РАО

**Субъектност
ь**

- 1) оживление
 - 2) одушевление
 - 3) персонализация
- # Периодизация психического развития В.И. Слободчикова

■ 4. Стадия индивидуализация:

- кризис юности: 17–21 год
- молодость: 19–28 лет
- кризис молодости: 27 -33 года
- взрослость: 32–42 года

■ 5. Стадия универсализация:

- кризис взрослости: 39–45 лет
- зрелость: 44 года-66 лет
- кризис зрелости: 55–65 лет
- старость: 62 года

Возрастная периодизация, принятая Международным симпозиумом по возрастной периодизации в Москве в 1965 г.

1	Новорожденный	1 день - 10 дней
2	Грудной возраст	10 дней - 1 год
3	Раннее детство	1 год - 2 года
4	Первый период детства	3 года - 7 лет
5	Второй период детства	8 лет - 12 лет для мальчиков 8 лет - 11 лет для девочек
6	Подростковый возраст	13 лет - 16 лет для мальчиков 12 лет - 15 лет для девочек
7	Юношеский возраст	17 лет - 21 год для юношей 16 лет - 20 лет для девушек
8	Средний (зрелый) возраст первый период второй период	22 года - 35 лет для мужчин 21 год - 35 лет для женщин 36 лет - 60 лет для мужчин 36 лет - 55 лет для женщин
9	Пожилой возраст	61 год - 74 года для мужчин 56 лет - 74 года для женщин
10	Старческий возраст	75 лет - 90 лет для мужчин и женщин
11	Долгожители	Старше 90 лет

Периодизация психического развития взрослого человека

- Нижняя граница колеблется от 16 до 25, средняя - от 20 до 55, верхняя - от 55 до 75
- Границы очень условны и размыты
- Это объясняется разными принципами построения
- Четкие методологические основания периодизации взрослости все еще остаются малоработанными
- Научно обоснованная периодизация должна отражать внутренние закономерности самого процесса развития
- но все авторы отмечают неоднородность зрелости, фазность в развитии взрослого человека в течение жизни

«Остается белым пятном» Б.Г. Ананьев

Периодизация психического развития взрослого человека

- Осуществление периодизации взрослости связано с определенными трудностями:
 - нахождение объективных критериев
 - неравномерность и гетерохронность развития (психологическое, социальное, физиологическое)
 - влияние социокультурных условий жизни взрослого человека
 - развитие в период взрослости приобретает качественно новую форму саморазвития
 - сочетание процессов эволюции и инволюции
 - роль духовного аспекта - начала в жизни взрослого человека

4. Взрослость как особый возраст

СОЦИАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ

- Социальная ситуация развития – система отношений, различные уровни социального взаимодействия, различные типы и формы деятельности человека
- Понятие введено в науку Л.С. Выготским
- Рассматривается учеными в качестве основного условия личностного развития, т.к. меняется самим человеком в соответствии с возможностями



1896 - 1934

4. Взрослость как особый возраст

СОЦИАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ

Личный мир

стремление к самостоятельности и независимости
осознание ответственности и готовность принять ее

Профессиональ
ный
мир

Мир
семьи

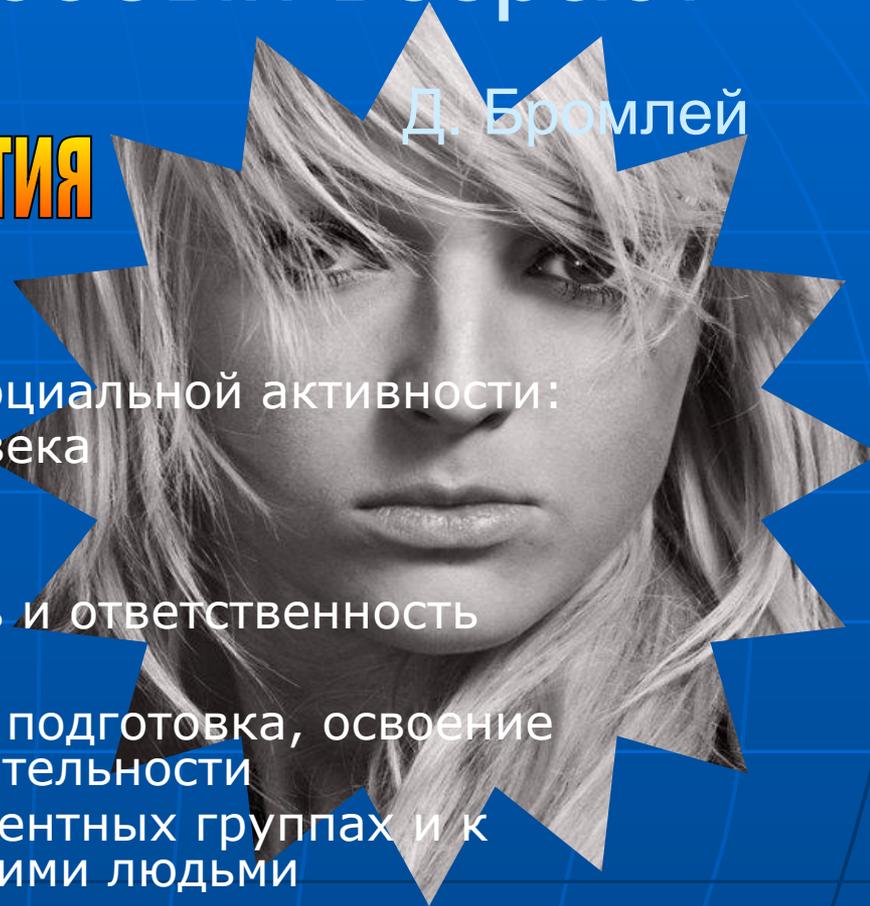
4. Взрослость как особый возраст

Д. Бромлей

СОЦИАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ

Ранняя взрослость 21-25

- Полное включение во все виды социальной активности:
- овладение ролью взрослого человека
- правовая зрелость
- избирательные права
- экономическая самостоятельность и ответственность
- Отделение от родительской семьи
- Продолжается профессиональная подготовка, освоение профессии и начало трудовой деятельности
- Стремление к признанию в референтных группах и к близким дружеским связям с другими людьми
- Поиск партнера для жизни
- Возникновение собственной семьи и освоение семейных ролей
- Рождение ребенка и освоение родительской роли



4. Взрослость как особый возраст

СОЦИАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ

Д. Бромлей

Средняя взрослость 25-40

- Годы пик для интеллектуальных достижений
- Консолидация социальных и профессиональных ролей по роду службы
- Профессиональное мастерство
- Лидерство и старшинство среди сотрудников
- Расцвет семейной жизни
- Накопление материальных средств
- Помощь детям и престарелым родителям
- Легкий упадок физических и умственных функций (при макс. нагрузках)

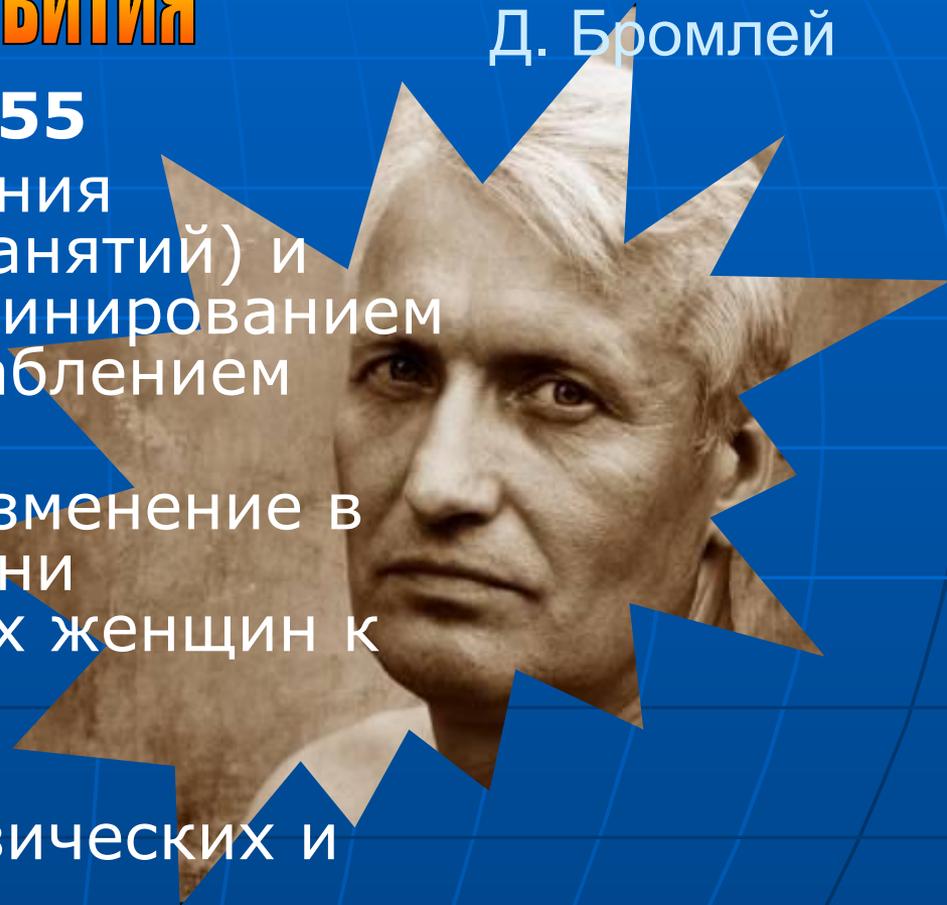
4. Взрослость как особый возраст

СОЦИАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ

Д. Бромлей

Поздняя взрослость 40-55

- Продолжение установления специальных (по роду занятий) и социальных ролей с доминированием некоторых из них и ослаблением других
- Уход детей из семьи и изменение в связи с этим образа жизни (возвращение некоторых женщин к служебной роли)
- Менопауза
- Дальнейший упадок физических и умственных функций



4. Взрослость как особый возраст

СОЦИАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ РАЗВИТИЯ

Д. Бромлей

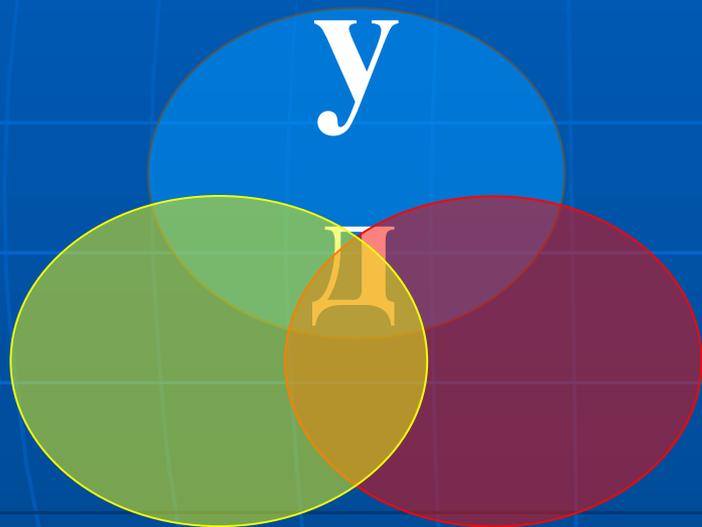
переходная стадия - 55-65

- Предпенсионный возраст
- Более очевидный упадок физических и умственных функций,
- Дальнейшее ослабление сексуальных функций и интересов
- Это годы «пик» для наиболее общих социальных достижений — положения в обществе, власти и авторитета
- Частичная освобожденность от занятий и отбор наиболее интересных для личности общественных дел
- Изменение всей мотивации в связи с подготовкой к предстоящему пенсионному образу жизни
- Ожидание старости или сопротивление ее наступлению

4. Взрослость как особый возраст

ведущая деятельность

п
о
з
н
а
н
и



- Максимальная реализация сущностных сил человека
 - Стремление к высшим достижениям в разных областях: физической, нравственной, интеллектуальной, профессиональной
- о
б
щ
е
н
и

4. Взрослость как особый возраст и **ведущая деятельность**

Этапы развития профессиональной деятельности

4. Регулярная профессиональная
деятельность

3. Адаптация
к профессии

2. Профессиональная
подготовка

1. Профессиональное
самоопределение



- Опыт (30-40)
- Мастерство (40-50)
- Авторитет
- Наставничество

Ранняя
взрослость

На всех этапах
есть
определенные
трудности

4. Взрослость как особый возраст

ведущая деятельность

Профессиональная деятельность влияет на становление

- Профессиональных качеств

Профессионализм

- Профессионального типа личности

Творчество
продуктивность

Проблема профессиональной деформации личности и профессионального выгорания

Взрослости

Зрелость

Соотношение понятий

Взрослость зрелость

- Многие ученые используют термины взрослость и зрелость как синонимы
- Взрослость часто называют периодом зрелости
- За этой синонимичностью стоит предположение, что взрослость нормативно является возрастом достижения зрелости
- Взрослость как возраст это самый продолжительный период
- Это самый социально активный и продуктивный период жизни человека

ЭКМЕ

Зрелость

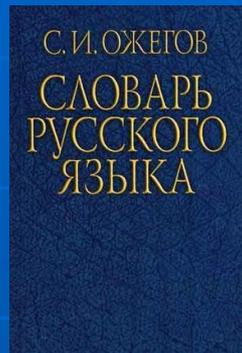
5. Зрелость и ее критерии

- заканчивается общесоматическое развитие, достигает своего оптимума физическое и половое созревание
- изменяется система отношений с окружающим миром – включение во все сферы общественной жизни
- определяется жизненный путь
- наступает расцвет творческих сил
- наблюдается проявлений того активного отношения к жизни, в результате которого создаются материальные и духовные ценности общества
- этот период интеллектуальных достижений, социальной активности
- это возраст достижения зрелости

Зрелость – качество в психическом развитии человека

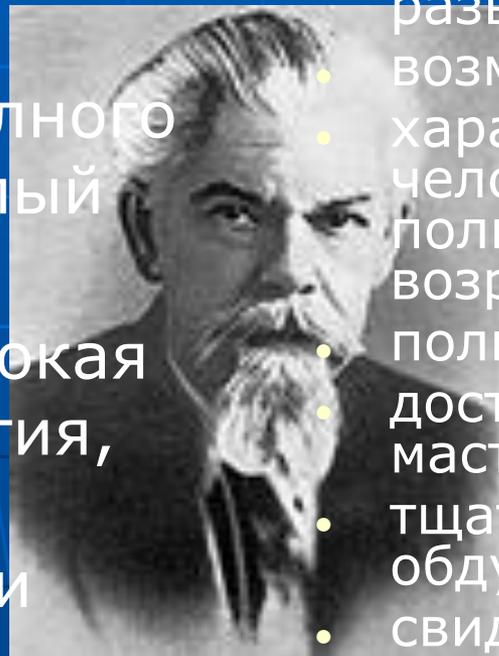
Это одно из основных возрастных новообразований периода взрослости

5. Зрелость и ее критерии



■ Словарь русского языка: «зрелость»:

- 1) состояние организма достигшего полного развития; зрелый возраст;
- 2) перен.: высокая степень развития, совершенства; зрелость мысли

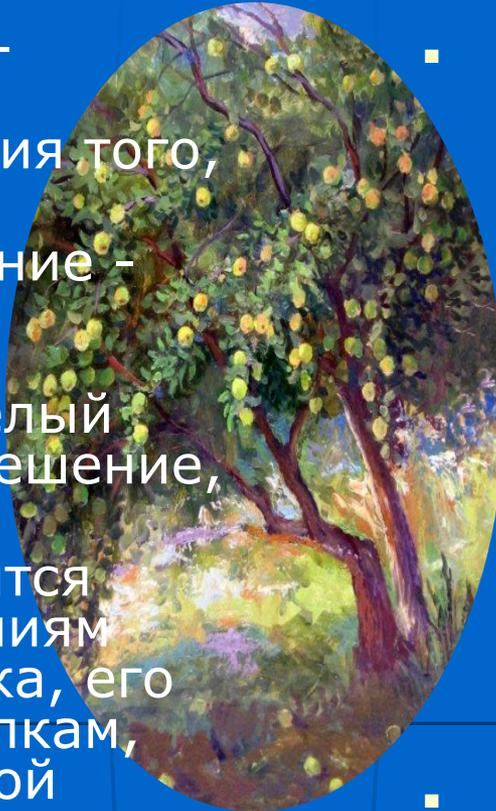


- прилагательное «зрелый»:
 - созревший, спелый;
 - достигший полного развития;
 - возмужалый;
 - характерный для человека, достигшего полного развития (о возрасте, поре жизни);
 - полностью сложившийся;
 - достигший опытности, мастерства;
 - тщательно взвешенный, обдуманый;
 - свидетельствующий об опытности, мастерстве

Зрелость

5. Зрелость и ее критерии

- Прямое значение - полнота развития организма, развития того, что было
- Переносное значение - «обдуманый», «тщательно взвешенный»: зрелый человек, зрелое решение, зрелый поступок
- Этот смысл относится скорее к проявлениям характера человека, его поведению, поступкам, мыслям, ценностной позиции, выполнению ролей, установкам



- Образ зрелости – дерево, покрытое зрелыми, крупными плодами
- Внутреннее переживание – «Мне многое по плечу»

5. Зрелость и ее критерии

Зрелость

- Понятие «зрелость» используется многими признанными исследователями развития взрослой личности
 - Адлер, Гоулд Ловингер, Олпорт, Фрейд, Эриксон, Юнг и др.
 - Б.Г. Ананьев, К.А.Абульханова Славская, В.И.Слободчиков, А.А. Реан, Братусь
- Акцент на разных сторонах зрелости:
 - способность реагировать на изменяющиеся условия социальной жизнедеятельности и успешно приспосабливаться к ним (Datan, Ginsberg)
 - ответственность за свою субъектность (Слободчиков)
 - переход от поддержки со стороны окружения к самоподдержке (Perls)
 - возможность интеграции понимания себя с пониманием других (Loevinger) и т.д.

Зрелость

5. Зрелость и ее критерии

- Черты зрелой личности в разных концепциях перекликаются или даже совпадают
- Но их диапазон слишком велик
- **К. Г. Юнг** – принятие ответственности
- **Э. Фромму** – забота, ответственность, уважение и знание
- **К. Роджерс** – осознанность, свобода быть самим собой, управлением собственной жизнью и выбором

Зрелость 5. Зрелость и ее критерии

Г. Олпорт

- широкие границы «Я» (активность в разных сферах)
- способность к теплым социальным отношениям
- наличие самопринятия
- реалистичное восприятие опыта
- способность к самопознанию
- чувство юмора
- наличие определенной жизненной философии

- **Б. Ливехуд** - три основных свойства зрелого человека:
 - Мудрость
 - Мягкость и снисходительность
 - Самосознание

Зрелость

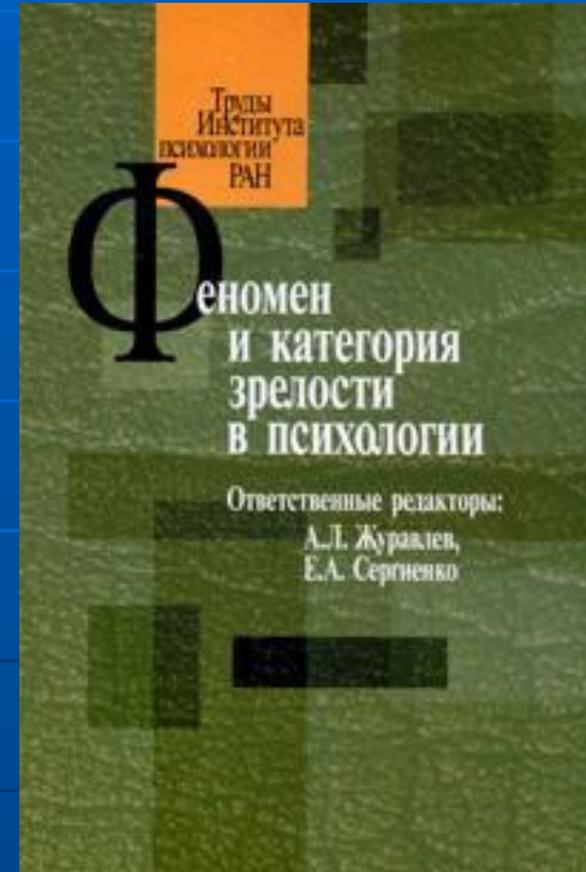
5. Зрелость и ее критерии

- **Ананьев Б.Г.** - свойства зрелой личности :
 1. Ответственность за свои действия и решения и не обвиняет других, когда что-то идёт не так.
 2. Способность оставаться верным своей цели и перед лицом больших трудностей (например, непопулярности, отвержения).
 3. Живёт спонтанно, просто, естественно, синхронно с жизнью.
 4. Высокая степень принятия себя и других, в том числе различных сложностей человеческой природы и т.д.
- **А. А. Реан** – попытка обобщить:
 - • ответственность;
 - • терпимость;
 - • саморазвитие;
 - • позитивное мышление или позитивное отношение к миру, определяющее позитивный взгляд на мир

5. Зрелость и ее критерии

Зрелость

- Характеристиками зрелой личности называют:
- 1) **развитое чувство ответственности**
- 2) потребность в заботе о других людях
- 3) способности к:
 - активному участию в жизни общества;
 - эффективному использованию своих знаний;
 - психологической близости с другим человеком;
 - конструктивному решению различных жизненных проблем на пути к полноте самореализации



Зрелость

5. Зрелость и ее критерии

- В рамках одной парадигмы проблема зрелости рассматривается на уровнях индивида, личности, субъекта деятельности и познания
- Б.Г.Ананьев выделяет зрелость человека как:
 - индивида – физическая зрелость
 - личности – социальная, (гражданская) зрелость
 - субъекта познания и труда – умственная зрелость
 - Эти виды зрелости во времени не совпадают
- Применительно к другой системе понятий выделяют зрелость:
 - интеллектуальную
 - эмоциональную
 - личностную
 - социально-психологическую
 - нравственную
 - профессиональную
 - и т.д.

6. Возрастные задачи развития в период взрослости

Э. Эриксон

- Достижение интимности и близости в отношениях
- Физическая близость двоих людей
- Способность одного человека заботиться о другом и делиться с ним всем существенным без боязни потерять при этом себя
- Достижение идентичности

Даниэл Левинсон

основная задача взросления складывается из четырех составляющих:

- Увязать мечты с реальностью
- Найти наставника
- Обеспечить себе карьеру
- Наладить интимные отношения

6. Возрастные задачи развития в период взрослости

- **Роберт Хейвигхерст** (Navighurst) выделил в жизни человека в период средней взрослости основные события, обозначив их как жизненные задачи:
 - **Ранняя взрослость** - начало семейной жизни и карьеры
 - **Средняя взрослость** - поддержание того, что мы создали ранее, а также адаптация к физическим и семейным изменениям
 - **Поздние годы** – адаптация к другим аспектам жизни

6. Возрастные задачи развития в период взрослости

• Задачи периода ранней взрослости

- Выбрать супруга
- Научиться жить с партнером по браку
- Начать семейную жизнь
- Воспитать детей
- Вести домашнее хозяйство
- Начать профессиональную деятельность
- Принять гражданскую ответственность
- Найти близкую по духу социальную группу

Задачи периода средней взрослости

- Достичь гражданской и социальной ответственности взрослого
- Установить и поддерживать экономические стандарты жизни
- Организовать досуг
- Помочь детям подросткового возраста стать ответственными и счастливыми взрослыми
- Создать отношения с супругом как с личностью
- Принять физиологические изменения среднего возраста и адаптироваться к ним
- Адаптироваться к стареющим родителям