Психологические особенности периода взрослости

План

- 1. Социальная ситуация развития
- 2. Ведущая деятельность
- 3. Общение в семье
- 4. Личностная сфера
- 5. Познавательная сфера
- 6. Кризисы середины жизни
- 7. Основные новообразования взрослости

1. Социальная ситуация развития в период взрослости

Границы взрослости однозначно не определены

Экспериментальных подтверждений периодизации взрослости не имеют

Д.Бромлей

■ Ранняя взрослость	21-25
■ Средняя взрослость	25-40
■ Поздняя взрослость	40-55

Предпенсионный период 55-60

Ранняя взрослость 21-25

- Полное включение во все виды социальной активности
- Освоение профессии
- Экономическая самостоятельность
- Возникновение собственной семьи
- Рождение ребенка

Средняя взрослость 25-40

- Годы пик для интеллектуальных достижений
- 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 мах. нагрузках)

Поздняя взрослость 40-55/60

- Годы пик для социальных достижений: статус, власть, авторитет
- Уход из семьи детей, изменение отношений супругов
- Уход из жизни родителей
- Упадок физических, сексуальных и умственных функций
- Изменение мотивации в связи с подготовкой к пенсии

1. Социальная ситуация развития

Личный мир

СТРЕМЛЕНИЕ К CANOCTOATEЛЬНОСТИ И НЕЗАВИСИМОСТИ

OCOSHAHUE OTBETCTBEHHOCTU U TOTOBHOCTЬ IIJUHATЬ GE

Профессиональ ный мир

Мир семьи

2. Ведущая деятельность Т



Этапы развития профессиональной деятельности

4. Регулярная профессиональная деятельность



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

3. Адаптация к профессии

2. Профессиональная подготовка

1. Профессиональное самоопределение

Ранняя взрослость

На всех этапах есть определенные трудности

Профессиональная деятельность влияет

на становление личностных качеств

3. Особенности общения

- Сужается круг общения
- Снижается возможность приобретения новых друзей

Функции общения

Терапев тическа

Я

Развива ющая



Компенс ирующа я

Констру ировани

е времени

Общение в семье (стадии развития отношений)

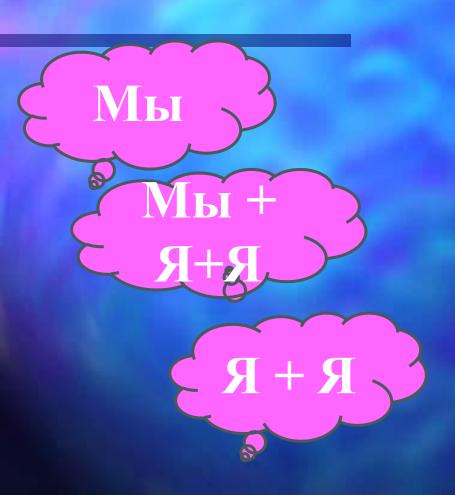
- 1. стадия влюбленности
- некоторое охлаждение
- 3. привыкание
- 4. неосознанное раздражение
- 5. отрицательная установка



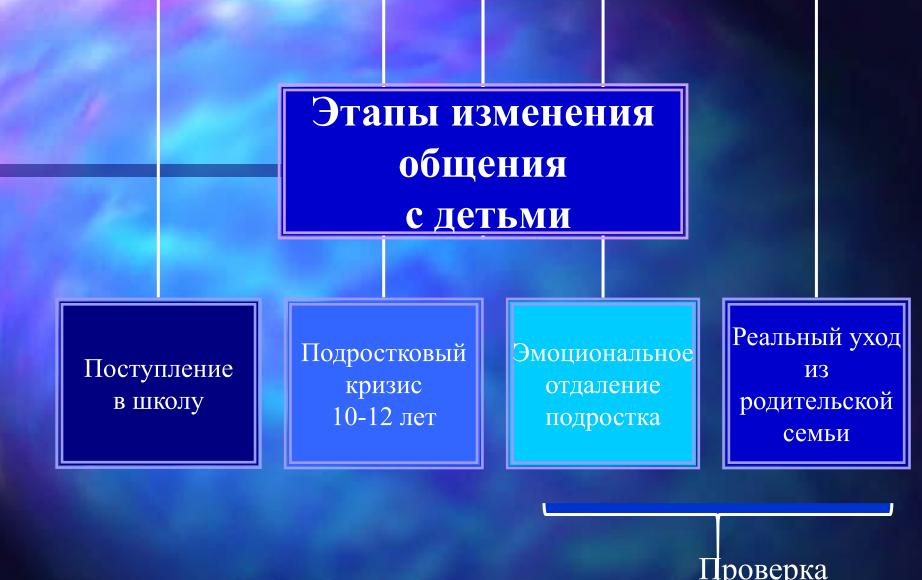
Готовность к браку

Совместимость супругов

Модели семейных отношений



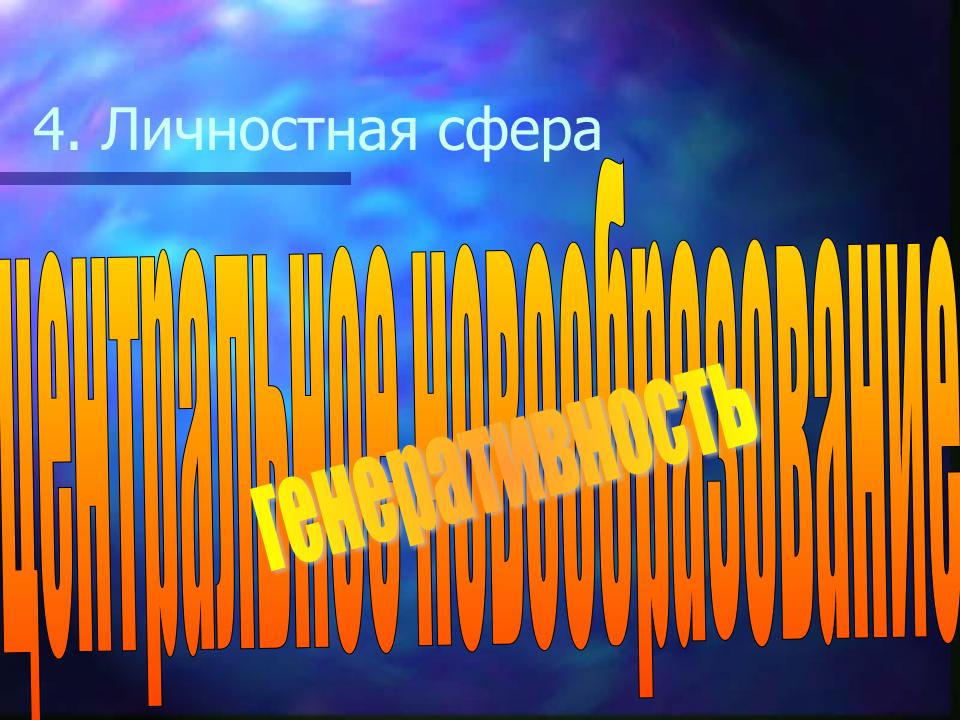
- Изменяются с возрастом и в кризисы семьи
- 5-7 лет изменяется образ партнера, понижается его психологический статус, видят недостатки
- 13-18 лет психологическая усталость друг от друга, взросление детей, тяготение к новизне отношений



Проверка родительства и устойчивости брака

Искусство брака - осознание

- Семья ценность
- В браке невозможно удовлетворить все свои желания и потребности
- Брак ограничение
- Жизнь без проблем невозможна



Генеративность

Продуктивность, производительность

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

THE TRANSPORT OF THE TR

Мотивы и потребности

- в труде
- в реализация своего творческого потенциала
- в пополнении своих знаний, культурного уровня
- в установление связей, заботе (семья, дети)
- в безопасности и защите
- в сохранении внешней привлекательности и физической форме
- в подготовке к спокойной и обеспеченной старости

Це HT pa ЛЬ H Ы й ЖИ 3**H** M₀ ТИ в «С M ыс ЖИ

Эмоциональная сфера

- Уже не молодой еще не старый
- Осознание своей конечности
- Источники чувств: работа, семья, дети, здоровье
- Чувства:
- □ ответственности
- □ уверенности в себе
- □ одиночества
- Способность к эмоциональной поддержке других

Самосознание

- осознанное, взвешенное, реалистическое отношение к себе
- самооценка приобретает обобщенный характер
- самопринятие
- самоактуализация не любыми способами, а в пределах нравственных норм

5. Познавательная сфера

 Природа изменений всех познавательных функций разнородна и противоречива: повышение, стабилизация, понижение

6. Кризисы взрослости

- Существуют, но границы не определены
- Протекают в иной форме, нежели в детстве
- Кризис молодости 27-33 (прощание с юностью)
- Кризис взрослости 39-45 (освобождение от иллюзий)
- Кризис зрелости 55-65 (встреча со старостью)

 $\mathbf{a}\mathbf{x}$

Проявления кризисов

- Недовольство собой и окружающими
- Обвинение себя или других
- Чувство тоски, нереализованности
- Мрачные мысли: жизнь проходит напрасно
- Депрессия

Основные новообразования периода взрослости

- Развитые чувства: ответственности, «сделанности жизни», уверенности в себе, самопринятия
- Потребности: в заботе о других, в самореализации, самопознании
- Способности:
- к активному участию в жизни общества
- к эффективному использованию своих знаний и умений,
- □ к конструктивному решению проблем,
- □ к психологической близости с другим человеком,
- □ к эмоциональной поддержке других
- Стремление к власти и организаторские способности
- Целеустремленность
- Склонность к философским обобщениям