

# Психология взрослости

Гурова

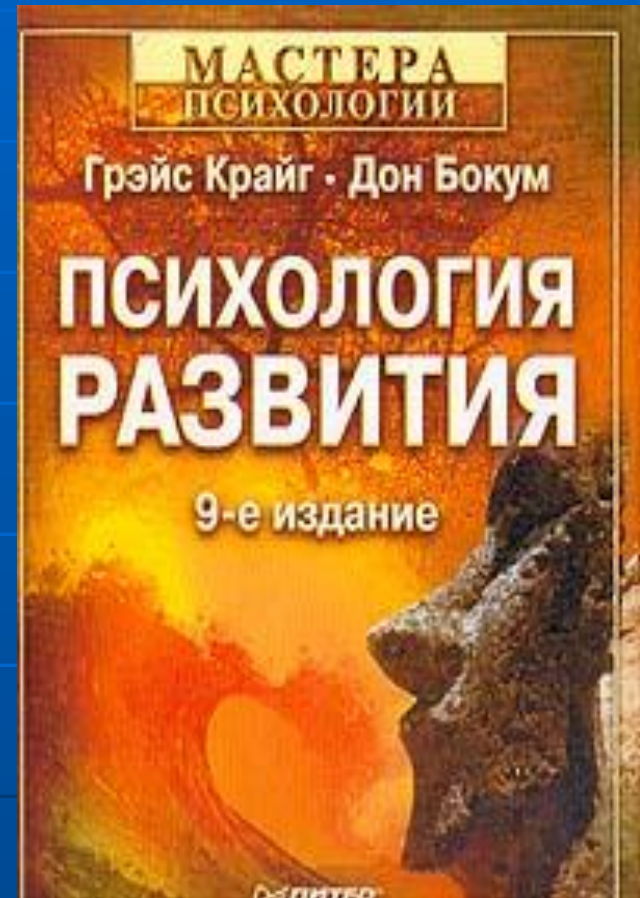
Елена Васильевна

# Психология взрослости



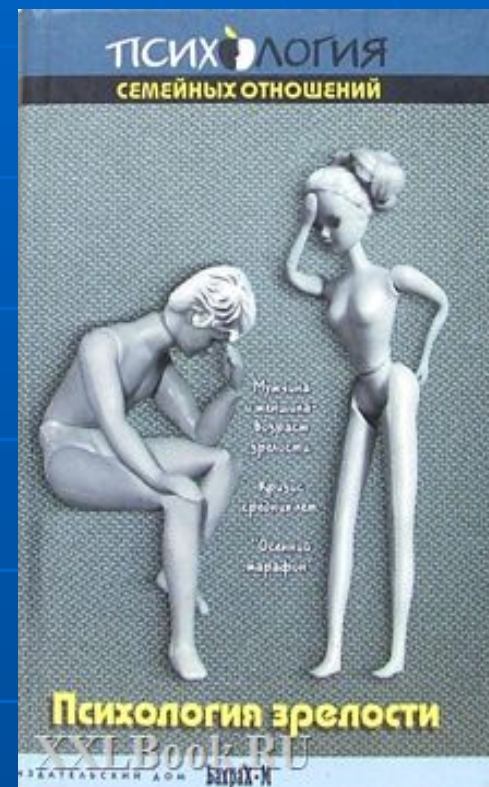
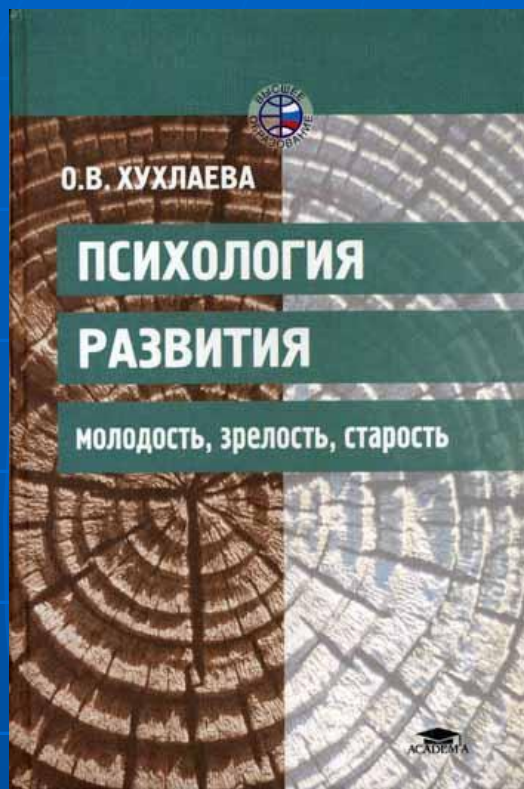
<http://www.koob.ru>

# 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

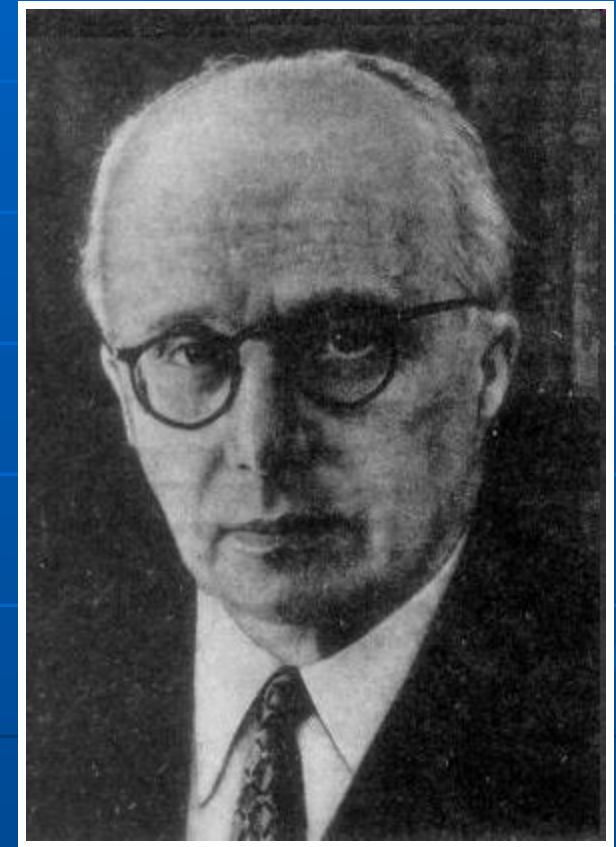
- Темперамент
- Характер
- Способности
- Мотивы и потребности (направленность)
- Эмоции
- Воля





# Психология личности

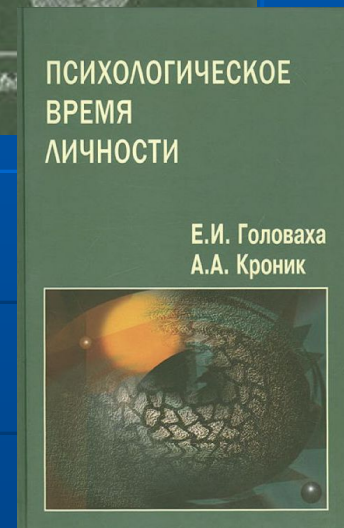
- Методологические основы изучения личности взрослого человека были заложены С.Л. Рубинштейном
- ◆ **«Психология жизненного пути»**



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

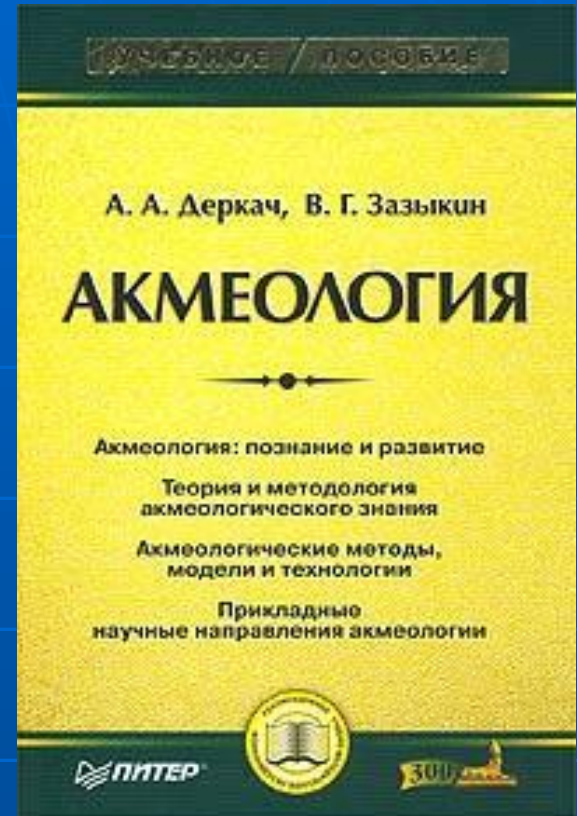
греч. акме  
– вершина  
расцвет

- 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



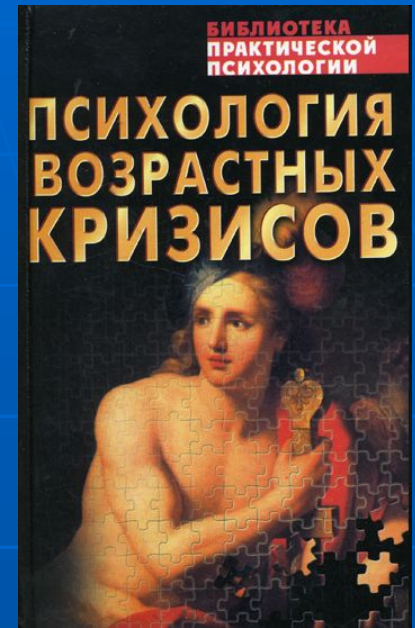
# Психология взрослости

## 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

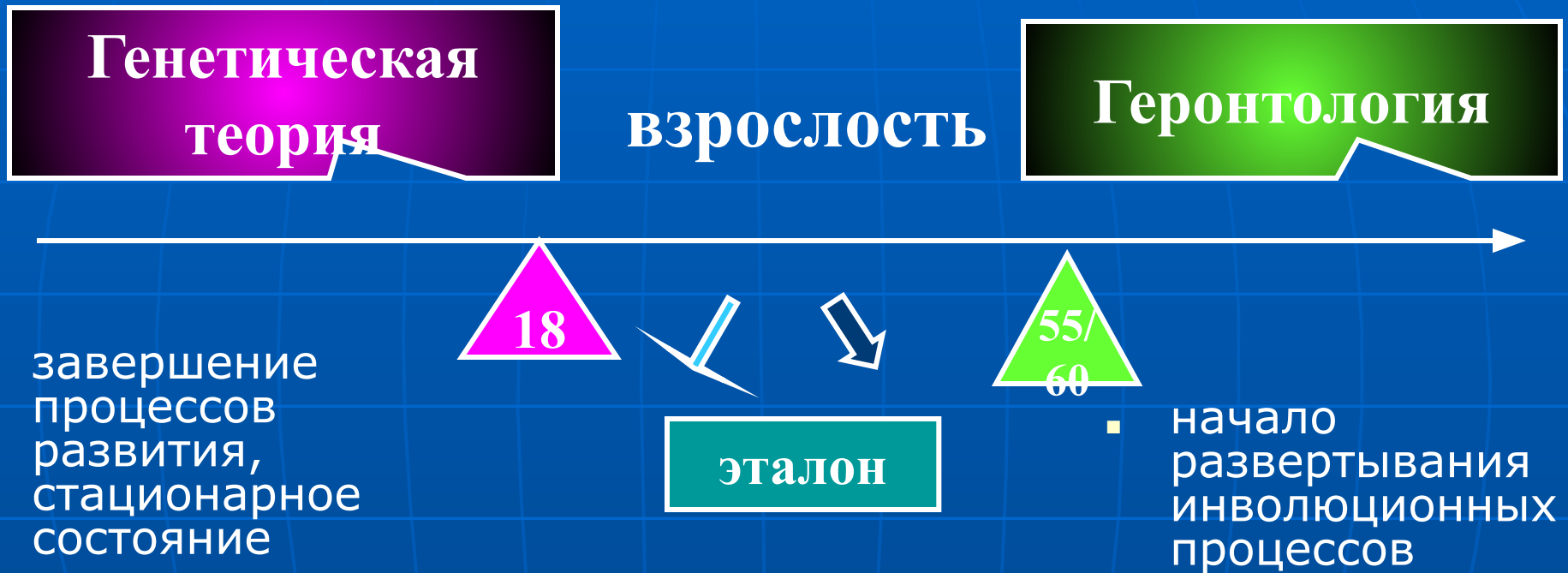
# Психология взрослости

- 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



- завершение процессов развития, стационарное состояние

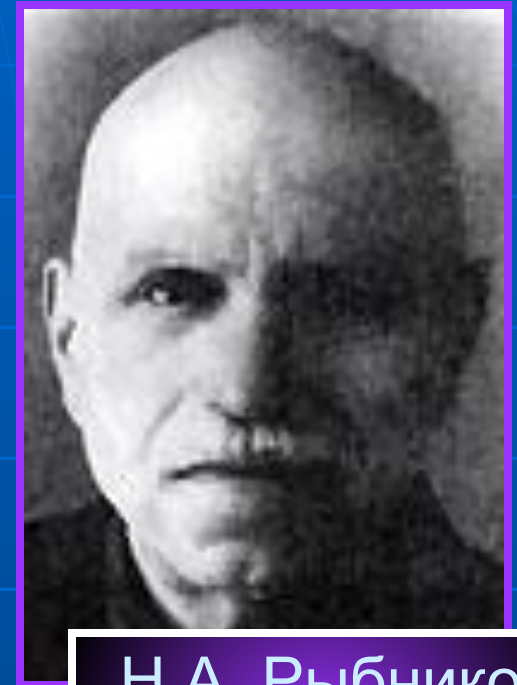
- начало развертывания инволюционных процессов

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

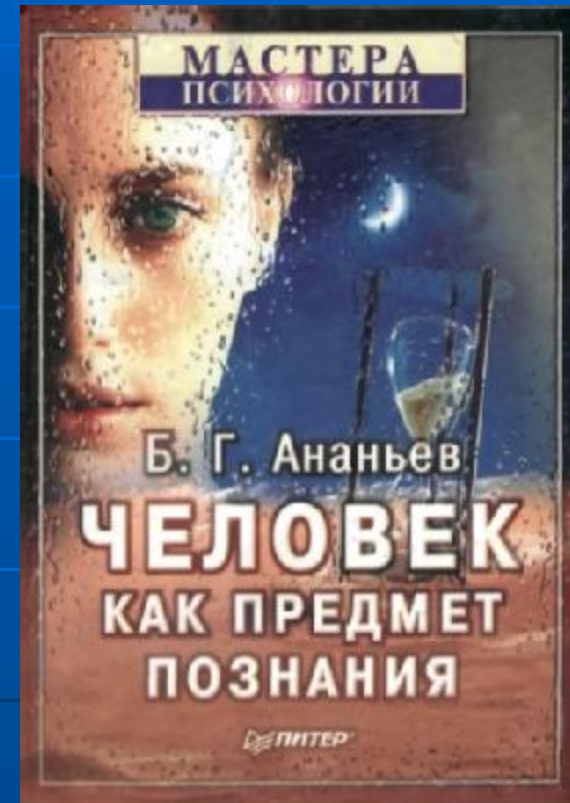
### Отечественной науке

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)

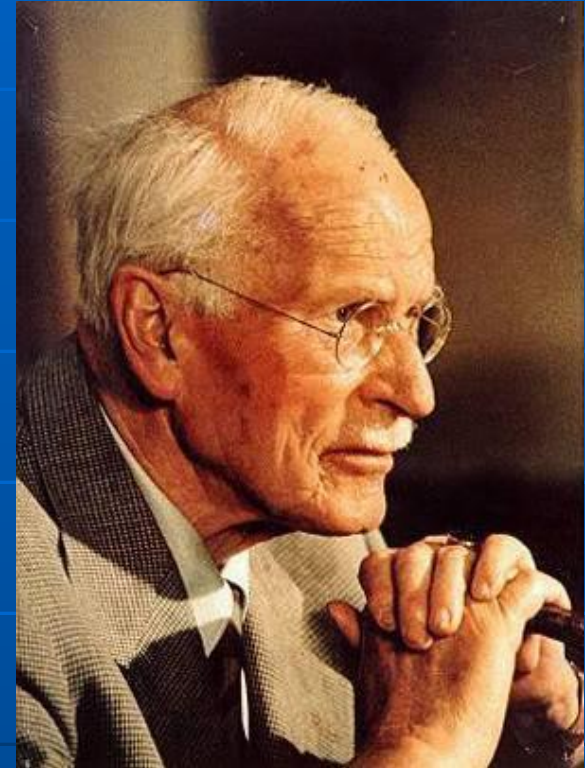


## 2. Проблема психологии взрослости в зарубежной науке

- 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
<b>Зрелость (3- четверть)</b>	<b>Послеполуде нное время</b>	<b>Кульминация, инверсия идеалов, овладение культурой и развитие самости</b>	<b>Освоение жизненной проблематики</b>
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

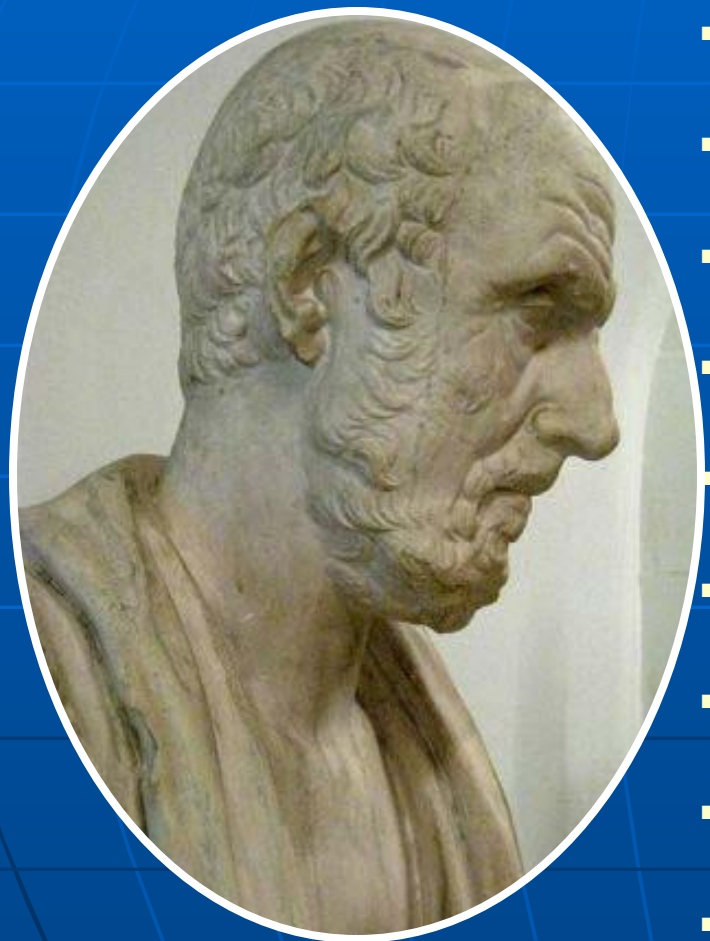
- Периодизация - выделение в целостном жизненном цикле человека последовательности стадий (периодов) психического развития
- Существует много периодизаций взрослости, при этом ученые выделяют различные основания в качестве критерия периодизации
- Но экспериментальных подтверждений они не имеют

# Древняя китайская классификация

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



# 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.)



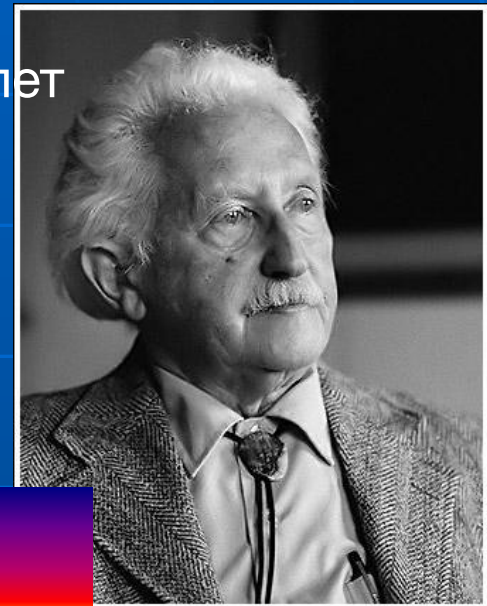
- Период становления 0-20 лет (весна)
- Молодость 20-40 лет (лето)
- Расцвет сил 40-60 лет (осень)
- Старость и угасание 60-80 лет (зима)

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 зрелость	От 20 до 40-45 лет
7	Средняя зрелость	От 40-45 до 60 лет
8	Поздняя зрелость	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

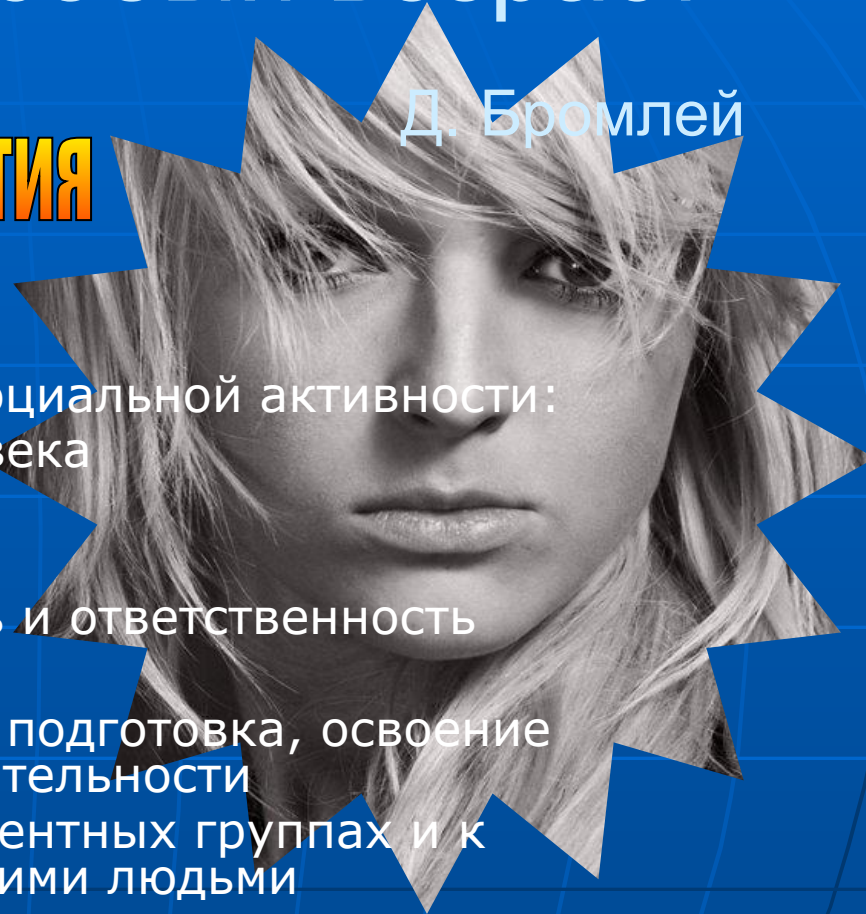
# 4. Взрослость как особый возраст

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

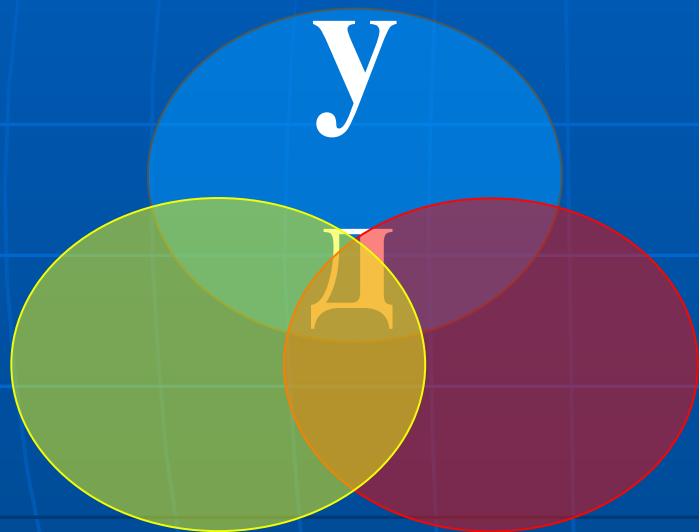
### переходная стадия - 55-65

- 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
- 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

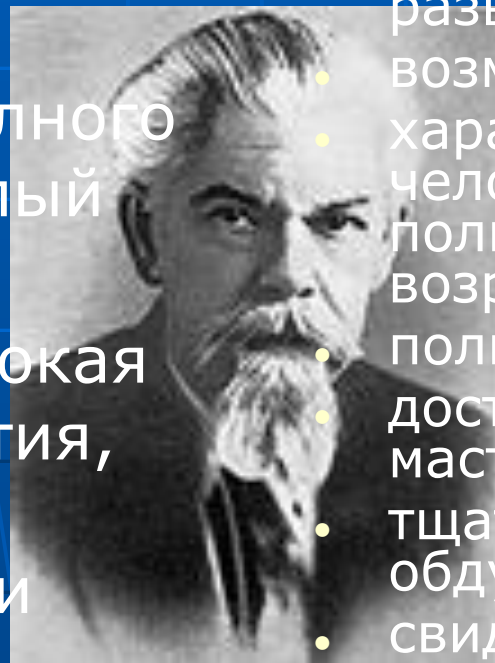
Это одно из основных возрастных  
новообразований периода взрослости

# 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



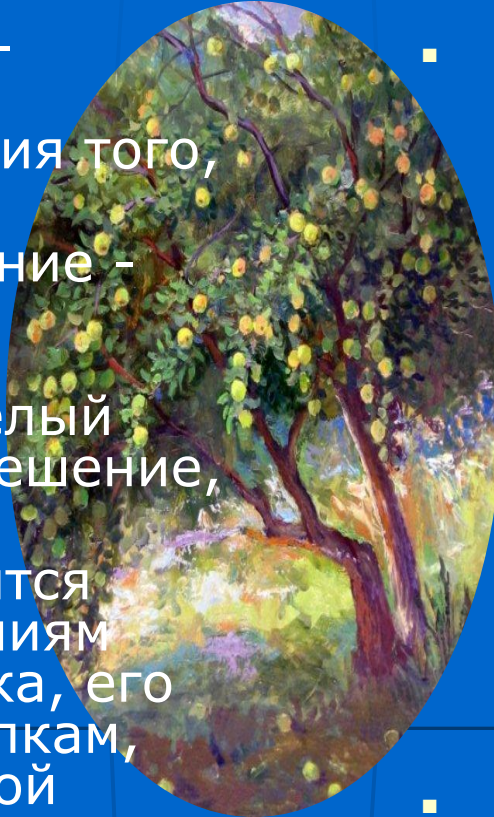
- прилагательное «зрелый»:
- созревший, спелый;
- достигший полного развития;
- возмужалый;
- характерный для человека, достигшего полного развития (о возрасте, поре жизни);
- полностью сложившийся;
- достигший опытности, мастерства;
- тщательно взвешенный, обдуманый;
- свидетельствующий об опытности,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

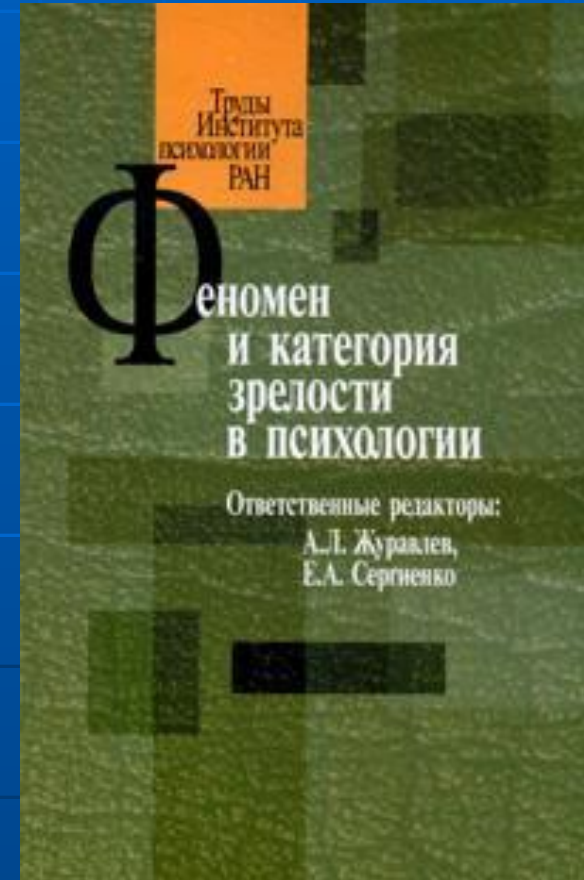
## 5. Зрелость и ее критерии

- **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