

# ВОЗРАСТНОЙ КРИЗИС

Возрастной кризис - переходный этап от одного возрастного периода к другому.



Возрастные кризисы сопровождаются:

- депрессивными состояниями;
- выраженной неудовлетворенностью собой;
- трудноразрешимыми проблемами внутреннего и внешнего характера;
- резкими изменениями в поведении человека.



# Психологический кризис

- ▣ Кризисы возрастной психологии:
- ▣ 1 года: связанный с недостаточностью эмоционального общения для овладения действиями
- ▣ 3 лет: негативизм, упрямство, самоуправство.
- ▣ 7 лет: потеря непосредственности. Период рождения социального «Я» ребенка.
- ▣ 11-12 лет: тревога, неустойчивость в принятии решений, растерянность, раздражение, пессимистические взгляды.
- ▣ 17-18 лет: встреча с взрослостью — переживания связанные с самоопределением, поиском своего места в мире взрослых.
- ▣ 25 лет: сексуально-гормональный кризис юношеского возраста у мужчин. Становление мужчины в сексуальном плане, подготавливающий его к следующему кризису взрослости.
- ▣ 30 лет: Малозаметен, основной целью данного кризиса является оценка собственных достижений. Человек задумывается насколько он реализовал себя в соответствии с социальными установками общества, по большей части это касается карьерных достижений.
- ▣ 35 лет: сексуально-гормональный кризис у женщин. Примерно тот же эффект, что и у мужчин в 25 лет.
- ▣ 40 лет: кризис среднего возраста. Переоценка жизненного опыта и выбранного пути

# Кризис 1 года

Как всякий кризис, он связан со всплеском самостоятельности, появлением аффективных реакций. Аффективные вспышки у ребенка обычно возникают, когда взрослые не понимают его.



# Кризис 3х лет

Кризис 3 лет — граница между ранним и дошкольным детством — один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. Это разрушение, пересмотр старой системы социальных отношений, кризис выделения своего "я".



# Кризис 7 лет

Кризис 7 лет – это переживание ребенком той системы отношений, в которую он включен. Изменилось восприятие своего места в системе отношений — значит, меняется социальная ситуация развития, и ребенок оказывается на границе нового возрастного периода.



d4jm7-356 [RF] © www.visualphotos.com

# Кризис подросткового возраста

Кризис подросткового возраста в первую очередь связан с половым созреванием и перестройкой всего организма ребенка. Иногда весь подростковый возраст называют "стадным кризисом".



# Подростковый кризис 16-20 лет

16-20 лет в этом возрасте человек уже является формально и считается взрослым. Более того — взрослым он считает себя сам, и соответственно пытается это доказать себе и всему остальному миру.





# Тридцатилетие

Тридцатилетие в это время человек оценивает сделанное и уже гораздо более трезво смотрит в будущее.



# Кризис среднего возраста

Кризис среднего возраста- в этот период человеку видится впереди старость, а за ней самое страшное — смерть. Тело утрачивает силу и красоту, появляются морщины, седые волосы, одолевают болезни.



# Старость

Старость- человек в эти годы, как правило, выходит на пенсию и совершенно не знает, чем себя занять. К тому же здоровье уже не то, старые друзья далеко.



# Возрастной кризис мужчин

Первый возрастной кризис у мужчин проходит в 14-16 лет: доказать окружающим, что он не маленький.

Второй кризис наступает в 21-23 года: доказывает, что взрослый во всех сферах жизни.

Третий кризис 28-30 лет: он ясно понимает, что все его юношеские мечты только лишь мираж.

Кризис среднего возраста 37-38 лет: ощущает, что он смертный.



# Возрастной кризис женщины

У женщин кризис появляется ближе к 30 годам. Женщине вдруг начинает казаться, что молодость прошла. Каждое проявление возраста она воспринимает, как личную драму.



# Исход кризисов

Исход кризиса зависит от того, насколько конструктивным (созидательным) или деструктивным (разрушительным) был выход из этого кризиса. Другими словами, пользу или вред принес этот период человеку.

