**САМАРСКИЙ ФИЛИАЛ ВОСТОЧНОГО ИНСТИТУТА ЭКОНОМИКИ, ГУМАНИТАРНЫХ НАУК, УПРАВЛЕНИЯ И ПРАВА**

факультет психологии

**КУРСОВАЯ РАБОТА ПО ТЕМЕ**

**«ВОЗРАСТНЫЕ КРИЗИСЫ КАК ЗАКОНОМЕРНЫЕ ЭТАПЫ**

**ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ»**

Ягунова М.А.

Самара, 2007

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение. Понятие кризиса. Возрастной кризис

1. Детство

* 1. Кризис новорожденного
  2. Младенчество
  3. Раннее детство
  4. Кризис трех лет
  5. Дошкольный возраст
  6. Кризис семи лет ( школьный ).

2. Школьный возраст

2.1. Младший школьный возраст

2.2. Подростковый период

2.3. Кризис подросткового периода

3. Юность

4. Молодость

5 . Взрослость. Средний возраст

5.1. Кризис среднего возраста

6. Середина жизни. Старость

6.1.«Узелковый период» . Кризис старости

Список использованной литературы

**Введение.**

Кризис, от греческого krineo, буквально означает «разделение дорог». Понятие «кризис» означает острую ситуацию для принятия какого-то решения, поворотный пункт, важнейший момент в жизни или деятельности человека.

Кризис в жизни это ситуация, в которой человек сталкивается с невозможностью реализации внутренней необходимости своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей) в виду возникновения препятствий ( чаще всего внешних ), преодолеть которые, опираясь на свой прошлый опыт, он не может. Человек привыкает к определенной форме своей жизни и деятельности: образу и состоянию тела, пище, одежде, более или менее комфортным условиям существования, счету в банке, автомобилю, жене, детям, социальному статусу, смыслам и духовным ценностям. Кризисное состояние лишает его опоры. Однако наряду с отрицательными, негативными проявлениями, кризис как ничто другое вычленяет, что человеческого остается от человека, что у него остается внутри, что в нем укоренилось и крепко сидит, а что сразу разрушается, как только исчезнут внешние атрибуты. Все внешнее выходит наружу в процессе кризиса, и человек начинает осознавать его внешность. Если же он еще и отказывается от этой внешней шелухи, то происходит очищение сознания, глубинное понимание истинной ценности, духовное осознание себя. Поэтому психологический кризис – это физическое и психическое страдание, с одной стороны, и трансформация, развитие и личностный рост – с другой. Таким образом, источник кризиса психического развития лежит не в конфликте человека с внешней системой отношений, а обусловлен внутренним конфликтом отношения реальной и идеальной формы. Именно это отношение и провоцирует сначала конфликт, затем попытки его разрешения, а затем и переход в новую систему сотрудничества, т. е. переход к новой ведущей деятельности.

Кризис - это не тупик, а некие противоречия, которые накапливаются у человека. Кризис в жизни - это всегда неприятно. Будь то здоровье или семья, или работа, или дружеские отношения. Человек выбивается из привычного ритма. Тем не менее есть ряд так называемых «нормативных» кризисов, через которые человек проходит в течение всей жизни: кризис новорожденного, одного года, трех , семи, переходного возраста, кризис середины жизни в 35-45 лет, « узелковый период» …

Все жизненные кризисы подобны матрешке. Тяжело, когда человек не выходит из кризиса, а накапливает их. Все кризисы, по сути, связаны с поиском смысла жизни и попытками ответить на вопросы типа "Зачем я живу? Для кого?", а так же проблема личной свободы, и борьба за нее на всех этапах жизни.

Хотя у человека и есть внутренние резервы ( адаптационные свойства ) для того, чтобы решить возникающие трудности, зачастую эти защитные механизмы не справляются.

Рассматривая кризисы как закономерность психического развития человека, зная их периодичность и причины возникновения, их можно по меньшей мере предсказать, а значит смягчить неизбежные, встроенные в природу человека и избежать тех, которые являются результатом неправильного выбора самого человека .

Самой, пожалуй, важной функцией кризиса, является его влияние на развитие человека - Л.С. Выготский писал, что «если бы кризисы не были обнаружены экспериментально, их тем не менее следовало бы задать теоретически». Основанием для такого утверждения служит то, что процесс развития человека происходит «рывками», от одной стадии к другой, т. е. скорее революционным, чем эволюционным путем. В эти периоды в относительно короткий срок происходят кардинальные изменения, сильно заметные окружающим.

ВОЗРАСТНЫЕ КРИЗИСЫ

Понятие возрастных кризисов связано, как уже говорилось выше, с закономерностями психического развития человека. Процесс познания мира человеком, физическое, интеллектуальное, духовное и психическое развитие начинается с момента физического рождения , продолжается на протяжении всей жизни и заканчивается с его смертью.

Термин « кризисы возрастные » был введен Л.С. Выготским, который определял их как целостное изменение личности человека, регулярно возникающее при смене стабильных периодов и рассматривал это в качестве критериев возрастной периодизации, характерных для конкретного этапа развития. По Выготскому, возрастной кризис обусловлен возникновением основных новообразований предшествующего стабильного периода, которые приводят к разрушению одной социальной ситуации развития и возникновению другой, адекватной новому психологическому облику человека. Сам механизм смены социальных ситуаций и есть психологическое содержание возрастного кризиса. При возникновение нового в развитии обязателен одновременно и распад старого. Л.С. Выготский полагал такое разрушение необходимым .

В современных исследованиях принято опираться на следующую возрастную периодизацию или этапы развития :

новорожденный (1-10 дней);

грудной возраст (10 дней - 1 год);

раннее детство (1-3 года);

первое детство (4-7 лет);

второе детство (8-12 лет);

подростковый возраст (13-16 лет);

юношеский возраст (17-21 год);

зрелый возраст (первый период: 22-35 лет - мужчины, 21-35 лет - женщины;

второй период: 36-60 лет -мужчины, 36-55 лет - женщины);

пожилой возраст (61-74 года - мужчины, 56-74 года - женщины);

старческий возраст (75-90 лет - мужчины и женщины);

долгожители (90 лет и старше).

Однако, психическое развитие человека индивидуально, оно условно, и с трудом может укладываться в жесткие рамки периодизации, поэтому целесообразнее выделить несколько основных периодов психического развития и на основе их рассматривать такое понятие как возрастной кризис.

1. Детство , включая младенчество (0- 7 года)
2. Школьный возраст ( 7 – 16 лет)
3. Юность ( 16 -20 лет)
4. Молодость ( 20-30 лет)
5. Взрослость ( 30 -60 лет)
6. Пожилой возраст и старость ( 60 - ….. лет )

1. Детство.

Основные возрастные кризисы происходят в период детства и подростковый период, это характеризуется тем, что именно на начальных годах жизни человек накапливает ведущие знания и восприятия самого себя, которые являются базисом для его дальнейшего позиционирования себя в системе социального и личностного общения. В первое десятилетие жизни психика ребенка проходит такое «расстояние», с которым не сравнится ни один последующий возраст. Именно в этот период организм ребенка интенсивно развивается и росту сопутствует созревание мозга и нервной системы, он развивается со стороны психических функций, общения, воли и чувств. Он начинает осознавать свою уникальность и проявлять себя как личность в ответственные моменты жизни. Важнейшим фактором психического развития и становления как личности, восприятия себя и других, понятие добра и зла, лжи и искренности , в период детства , формируется в результате взаимодействия с родителями и учителями.

« Все мы родом из детства» как говорил замечательный ученый, основоположник психоаналитического анализа З.Фрейд, имея в виду основные причины возникновения психических заболеваний, неврозов, отклонений у взрослого человека. Поэтому наибольшее внимание современности уделено именно детским кризисам.

* 1. Кризис новорожденности

*Родясь на свет, мы плачем-*

*Грустно нам*

*К комедии дурацкой приступаться…*

*В. Шекспир*

Само понятие « новорожденный » таит в себе огромный смысл – новый и рожденный ( *др. слав. рож ( рожь) –* жизнь ), то есть новая жизнь! Новый человек приходит в эту жизнь , и в этот момент он сталкивается с самым главным кризисом своей жизни – рождением. Ему приходится отказаться от всего того, что у него есть - его привычного и комфортного мира, и мало того, еще и знакомство с другим, страшным и неизвестным, происходит через преодоление жутких трудностей и препятствий – процесса рождения. Для организма новорожденного, процесс рождения - это тяжкое физическое испытание, которое истощает его организм и является мощной стрессовой ситуацией. Как трудно в этот момент маме, но какой ужас при этом испытывает ребенок, сложно представить, хотя существуют теории, что каждый человек обладает воспоминанием об этом, которое хранится глубоко в бессознательном, и оказывает мощное влияние в дальнейшем на формировании психики.

Новорожденный изначально беспомощен. Едва появившись на свет, он должен приспособиться к условиям существования, которые резко отличаются от существования в утробе матери. Его жизнь зависит от того, как организм может адаптироваться к изменившимся условиям среды.

Многие психологи современности указывают на важность процесса рождения естественным путем, ведь именно этот кризис является самым главным звеном в психическом развитии ребенка.

Официальная статистика доказывает, что дети, рожденные естественным путем, быстрее и эффективнее адаптируются в социуме, чем так называемые «кесарята» - дети, появившиеся на свет в результате «кесарева сечения», среди которых ярко выраженной особенностью является интровертность.

Сегодня распространено множество альтернативных вариантов рождения, направленных на возможное снижение психологического кризиса, такие как – роды в воде

( считается что человек рождаясь, попадает сразу в привычную стихию и более комфортно переносит этот кризис ), роды в стоячем положении ( женщина держится за специальную перекладину , тем самым увеличивается сила притяжения по сравнению с горизонтальным положением во время родов ) и т. д.

Итак, человек появляется на свет с первым в жизни опытом ( скорее всего негативным) и этот опыт дает толчок к дальнейшему психическому развитию . Психическое развитие ребенка в период младенчества, начинается с первого крика, хотя мнения на этот счет у большинства ученых разделяются. Считается что первый крик – это не только результат спазма голосовой щели, который сопровождает дыхательные рефлексы, но и первое проявление отрицательной эмоции. В первые дни жизни ребенок криком отвечает на неприятные ощущения , связанные с потребностью в пище, сне, тепле. При нормальном воспитании, крик постепенно переходит в менее бурное выражение отрицательной эмоции – *плач*. Плач означает всякие рода страдания , физические или ( конечно позднее ) душеное горе. Несколько позже появляется *улыбка*, выражающая положительные эмоции, которая обычно либо при зрительном сосредоточении на предмете, либо в ответ на обращенные к нему ласковые слова и улыбку взрослого ( конец первого- начало второго месяца ). Можно сказать, что проявление улыбки у ребенка вызвана получением впечатлений, связанных со взрослым и постепенно вырабатывается особая эмоционально-двигательная реакция, обращенная ко взрослому, которая называется *комплекс оживления.* Ребенок сосредотачивает взгляд на лице взрослого, улыбается ему, оживленно двигает ножками и ручками, издает звуки. Это все есть проявление появившейся потребности общения, первой социальной потребностью ребенка.

1.2. Младенчество.

В период младенчества уже ярко обнаруживается общая закономерность психического развития. Младенец очень зависим от взрослого, который удовлетворяет органические потребности ребенка – кормит, купает, переворачивает с одной стороны на другую. Также взрослый удовлетворяет и растущую потребность в впечатлениях , от него исходят основные осязательные и слуховые впечатления, ощущения пространства, во время передвижения на руках взрослого, возможность видеть новые предметы, трогать их , затем и схватывать.

Эмоциональное общение со взрослым сильно сказывается на настроении малыша, к четырем-пяти месяцем он начинает различать своих - чужих, знакомому взрослому радуется, улыбается, лепечет, незнакомый человек может вызвать сильный испуг.

При правильных методах воспитания, общение постепенно перетекает в совместную деятельность взрослого и ребенка – взрослый вводит ребенка в предметный мир, наглядно демонстрирует способы действия с предметом, помогает выполнить желаемое действие, направляя движения малыша. Совместная деятельность определенным образом формирует положительные привычки и умения правильно себя вести, посредством оценки со стороны взрослого поведения ребенка – поощрение улыбкой, хмуря брови, грозя пальцем, если малыш поступает не так , как следует. Большое значение в такой деятельности имеет способность ребенка подражать действиям взрослого. Она открывает величайшие возможности обучения – в семь-девять месяцев ребенок внимательно следит за движениями и речью взрослого, пытается воспроизвести их ( чаще всего не сразу, а спустя некоторое время ). Во втором полугодии первого года жизни нормально развивающийся здоровый ребенок много и с удовольствием лепечет, подолгу произносит различные слоги, пытается подражать слогам, произнесенным взрослым. Обычно к концу года ребенок может произносить от 4 до 15 слов.

Зависимость ребенка от взрослого приводит к тому, что отношение его к самому себе и к действительности всегда преломляется сквозь призму отношений с другим человеком. Недостаток любви и внимания со стороны взрослого, негативно отражается на будущей самооценке ребенка, формируют комплекс «недолюбленности» , верно и другое, переизбыток внимания и постоянное «облизывание» малыша, приводит к тому, что в будущем он может стать «зависимым» - от родителей ( в психологической практике часто встречаются случаи, когда взрослый мужчина не может создать семью, подсознательно нуждаясь в постоянной опеке мамы ) а так же как крайние варианты выражения – зависимость от алкоголя и наркотиков.

* 1. Раннее детство

Психическое развитие ребенка в этом возрасте происходит не только усвоением разнообразных действий, но и формированию качеств, необходимых для их выполнений.

Ребенок постепенно овладевает свойственными человеку формами поведения в обществе и проявляет внутренние черты, которые определяют его поступки.

По мнению Э.Эриксона, этому периоду характерно три линии развития , готовя, одновременно и его кризис:

1) ребенок становится более настойчивым и свободным в своих движениях и вследствие этого устанавливает более широкий и, по-существу , неограниченный для него радиус целей;

2) его чувство языка становится настолько совершенным, что он начинает задавать бесконечные вопросы обо всем, часто не получая должного и вразумительного ответа, что способствует совершенно неправильному толкованию многих понятий;

3) речь и развивающаяся моторика позволяют ребенку распространить свое воображение на такое большое количество ролей, что зачастую его пугает.

В этот период формируются предпосылки мужской и женской инициативы, а так же некий половой образ себя, который ярко выражен в игре; - у мальчика акцент выставлен на «делании» , а у девочек – «ловлей» в виде или агрессивного захвата, или превращении себя в привлекательную и неотразимую особу.

Тогда как взрослый человек в своем поведении руководствуется осознанными мотивами, личностной системой ценностей, мотивы ребенка еще не осознаны и не имеют системы значимости, внутренний мир только начинает приобретать устойчивость и определенность. В своих действия малыш в основном опирается на чувства и желания и в этот период важно развитие таких чувств, которые побуждают учитывать интересы других людей. Примерно с полутора лет важнейшим источником чувств ребенка служит оценка его действий со стороны взрослых. Похвала, одобрение окружающих, развивает такое чувство как *гордость*. В это же время появляется притязаниена *признание со стороны взрослого*.

Выражается это обычно: « Смотри, как я умею!», « Смотри, как я делаю!».

Ребенок, стремясь заслужить положительную оценку, прививает себе привычку делать правильно и хорошо и получает признание со стороны взрослого и самого себя. Чувство *стыда* появляется позднее, чем чувство гордости и провоцируется неодобрением, порицанием со стороны взрослого.

И все-таки, развитие самоуважения, чувства гордости и стыда у ребенка в этом возрасте, еще не означает способность сознательно управлять своими поступками, ему еще трудно удержаться от немедленного удовлетворения возникшего желания, а тем более выполнить непривлекательное действие по предложению взрослого, но основные предпосылки сознательного управления рождаются именно здесь.

Наряду с этим, важным фактором в развитии психики является идентификация с собственным именем. Можно сказать, что имя, является основой личностного восприятия и заявления внешнему миру, недаром первым вопросом, обращенным к ребенку, обычно бывает « Как тебя зовут?». Такая идентификация выражается в особом интересе к литературным героям и людям, носящим подобное имя. Постепенно появляется осознание себя как отдельного человека, выделение своего «Я». Сначала ребенок начинает говорить о себе в третьем лице: «Ваня хочет!», однако очень скоро он открывает, что «Я» может относиться к нему самому. Это и есть начало формирования самосознания: «Я» начинает употребляться для обозначения самого себя среди других. Нередко, в этот период ребенок беседует с собой , ругает, уговаривает, благодарит. Это происходит, как правило в период с двух до трех лет. К концу третьего года, под влиянием самостоятельности, происходит осознание присутствия у себя различных желаний и действий, отличных от тех, которые «навязаны» взрослыми. Ребенок начинает говорить: «Дай мне», «Я хочу», он научается отделять себя от других людей, осознавать, что он обладает *волей*, которой может пользоваться. У ребенка появляется стремление к волеизъявлению, он стремится к самостоятельности, к противопоставлению своих желаний желанием взрослых. Он чувствует, что способен управлять своими действиями и своим воображением, способен изменить мир. Именно в этот период и проявляется «кризис трех лет».

1.4. Кризис трех лет.

Кризис трех лет, как уже писалось выше, возникает при появлении и проявлении «воли» ребенка. В этот период взаимоотношения ребенка и взрослого оборачиваются тяжелым испытанием. Малыш начинает сравнивать себя со взрослыми и хочет пользоваться такими же правами, выполнять такие же действия. Он отстаивает свою независимость и самостоятельность в упорном стремлении поступить так, а не иначе, ощутив прелесть и возбуждающую тревогу от собственного волеизъявления. Это настолько захватывает его, что он начинает осознанно противиться воле взрослого, и открыто противопоставлять свои желания его ожиданиям.

Важные симптомы кризиса трех лет ( Э. Келер):

- ***негативизм*** . Выражен отказом подчиняться требованиям взрослых .

-***упрямство***. Происходит выделение личности и выдвигается требование, чтобы с ней считались. Ребенок настаивает на своих требованиях и решениях.

- ***строптивость****.* Как правило, это протест против порядков, существующих в доме.

- ***своеволие .*** Ребенок сам хочет что-то делать, стремится к эмансипации от взрослого.

- ***обесценивание взрослых.*** Мама – «дура» .

- ***протест-бунт***. Ребенок находится в состоянии конфликта, войны с окружающими.

- ***стремление к деспотизму*** . ( встречается в семьях с единственным ребенком)

Все эти симптомы развиваются внутри отношений взрослого и ребенка. Попытки общения с ребенком в рамках сложившихся до этого отношений могут привести к поддержанию противостояния, упрямства и негативизма. Именно взрослый должен в каждом отдельном случае найти выход из ситуации, в которой ребенок глубоко переживает свою обособленность от других. Ведь, настаивая на своем, ребенок не только реализует свою самостоятельность, но и впервые испытывает отторжение от других, которое он провоцирует своим дурным поведением, или своей волей.

Данный период становится решающим для установления соотношения между доброй волей и полным ненависти самоутверждением, между кооперативностью и своеволием, самовыражением или смиренной угодливостью. Но именно переживания кризиса обостряют чувствительность ребенка к чувствам и переживаниям других людей, учат не только навыкам позитивного общения, но и навыкам приемлемых форм обособления себя от окружающих. Учат умению общаться и сравнивать себя с другими людьми в социальном пространстве, в котором приняты правила о правах и обязанностях, выраженные для детского сознания словами «можно» и «нельзя». Из этого периода ребенок должен выйти с *чувством инициативы*, как основным для достоверного ощущения собственных амбиций и целей.

* 1. Дошкольный возраст.

Основной характеристикой этого периода является игра. Игра, как средство познания мира и себя, как очередной этап психического развития. По мнению Д.Б. Эльконина, игра есть деятельность, в которой ребенок сначала эмоционально, а затем интеллектуально, осваивает всю систему человеческих отношений. Игра – это особая форма освоения действительности путем ее воспроизведения, моделирования. Как показали исследования Д.Б. Эльконина, игра возникает только на определенных этапах развития общества, когда ребенок не может принять непосредственное участие в системе общественного труда, когда возникает»пустой» промежуток времени, когда надо подождать, чтобы ребенок подрос.

Центром игры является роль, которую берет на себя ребенок. В детских садах можно видеть, что в игре детей присутствуют все основные профессии, которые есть в окружающем мире. Взяв на себя роль взрослого человека, ребенок воспроизводит его деятельность очень обобщенно, в символическом виде. Д.Б. Эльконин писал, что символика игры дает возможность смоделировать систему отношений между людьми, в игре происходит рождение смыслов человеческих действий – все делается для другого человека **,** и в этом есть величайшее гуманистическое значение игры.

Нельзя не упомянуть значение совместной игры – игры со сверстниками или взрослыми, во время совместной игры, моделируя различные ситуации, ребенок постепенно обучается тонкой *рефлексии на другого человека* , которая в свою очередь имеет сильное влияние на психическое развитие ребенка.

В дошкольном периоде ребенок, стремясь к реализации своего «Я», в общении с другими людьми широко и естественно пользуется *идентификацией и обособлением*. Ребенку свойственно со всей своей детской горячностью погружаться в общение, в переживание за другого, проецируя себя на место этого другого. Идентификация в форме сочувствия делает детей из пассивных слушателей ( чтение сказок, устные рассказы), в активные. Ребенок искренне сочувствует горю литературных героев, а при наличии страшных моментов, ужасается, требуя, чтобы книгу закрыли или придумывает более благополучное развитие ситуации. Обособление же выражается в стремлении подтвердить свою самостоятельность и , как частное выражение – отчуждение в виде страхов. Недостаток любви приводит к ощущению одиночества и «покинутости», отчужденное отношение близких порождает чувство отчужденности от других и связанный с этим страх – состояние тревоги, беспокойства, сильного смятения. Некоторые взрослые , для того, чтобы добиться послушания, прибегают к запугиванию: «Веди себя тихо, не то бабайка заберет!» ( из собственного опыта), тем самым проявляя не только отчужденность, но и явную агрессию. Частое переживание страха негативно влияет на физическое и психическое самочувствие ребенка. Однако принципиально различается *страх за других*, который является скорее вариантом сочувствия и способствует появлению такого качества как сопереживание.

В этом же периоде ребенок активно овладевает речью как средством общения. С помощью речи, он учится рассказывать о значимых для него событиях, делиться впечатлениями и переживаниями. В своей речи, ребенок бессознательно перенимает стиль общения, принятый в семье, подражая родителям и близким людям. В своем ребенке каждая семья получает слепок своих недостатков и эмоциональных проявлений. Развитие речи у дошкольника идет в нескольких направлениях: - совершенствуется ее практическое употребление, речь становится основой перестройки психических процессов и орудием мышления. Рост словарного запаса непосредственно зависит и отражает условия жизни и воспитания ребенка. Здесь наиболее заметны особенности индивидуального психического развития. Для детей такого возраста характерны эксперименты с рифмой, с суффиксами, со сменой смыслового значения слов.

В развитии детей в виде общения с другими детьми , лежит такое стремление , как потребность быть признанным, но реализации такой потребности могут сопутствовать и негативные образования, такие, как *ложь* (намеренное искажение истины в корыстных целях ) и *зависть* ( чувство досады, вызванное благополучием, успехом у другого ). Нереализованное притязание на признание может спровоцировать ребенка на ложь, а так же ложь может возникать как компенсация недостаточности волевого поведения . В ситуации, когда ребенок должен решить для себя дилемму : удовлетворить собственные желания и стремления и пойти против воли взрослого или выполнить его требование, сохранив с ним хорошие отношения, ребенок открывает для себя еще один выход – сделать по-своему и скрыть это. Зависть же вызывается тем, что ребенок может правильно позиционировать отношения со сверстниками и свое реальное место в этих отношениях.

Промежуточный кризис в дошкольный период связан с посещением дошкольных учреждений типа детского сада, в котором ребенок вынужден строить взаимоотношения со своими сверстниками. Общение со сверстниками – жесткая школа социальных отношений. Именно это общение требует высокого эмоционального напряжения. В общении со сверстниками очень быстро складываются отношения, в которых появляются предпочитаемые и отвергаемые. В этом отношении основная ответственность ложиться на плечи воспитателя. Воспитатель должен быть доброжелательным, видеть и нивелировать конфликтные ситуации, увлекать детей интересной деятельностью и игрой. От стиля общения, положения среди сверстников зависит, насколько ребенок чувствует себя спокойным, удовлетворенным, это один из первых серьезных опытов социального взаимодействия на равных условиях, с себе подобными, и именно здесь ребенок учится применять на практике усваиваемые нормы поведения.

Особое место в общении детей начинают занимать отношения мальчиков и девочек. Стереотипы мужского и женского поведения входят в психологию ребенка через непосредственное наблюдение поведения мужчин и женщин, мамы и папы, а так же через традиционные установки: «Ты же девочка, тебе нельзя драться!», «Не реви. Мальчики не плачут!». Таким образом осознание своего «Я», обязательно включает в себя осознание половой принадлежности. В совместных играх и реальном общении дети усваивают не только социальные роли, но и способы общения мужчин и женщин, мальчиков и девочек. Этому периоду характерно появление первых предпочтений, «влюбленностей» в особу противоположного пола.

К концу дошкольного периода ребенок учится таким эмоциям и чувствам, которые помогают ему устанавливать продуктивные отношения со своими сверстниками и со взрослыми, у него начинают формироваться основы ответственного отношения к результатам своих действий и поступков. Ответственность пробуждает *чувство долга*. Эмоционально- положительное отношение к самому себе, лежащее в основе структуры самосознания нормально развивающегося ребенка, ориентирует его на соответствие этическому эталону. Личная заинтересованность в уважении и признании окружающих приводит к потребности соответствия нравственному эталону. Когда эти потребности обретают личностный смысл, можно говорить об ответственности, как о черте личности. Если ребенок до школы обладает чувством ответственности за самого себя, то с этим чувством он придет в класс и постепенно оно разрастется до « ответственность за группу», «ответственность за класс».

* 1. Кризис семи лет. Готовность к школе.

Основным симптомом кризиса семи лет является *потеря* *непосредственности* .

Это обусловлено тем, что между желанием что-то сделать и самой деятельностью возникает новый момент – переживание того, какое значение это действие будет иметь для самого ребенка, что оно может принести. Это внутренняя ориентация в том, какой смысл может иметь осуществление деятельности, его положительные и негативные проявления, удовлетворение или неудовлетворение от него. Таким образом, в психическом развитии ребенка впервые возникает эмоционально-смысловая основа поступка. Согласно взглядам Д.Б.Эльконина, когда появляется ориентация на смысл поступка, тогда можно говорить о переходе ребенка в новый возраст. Диагностика этого перехода является одной из самых актуальных проблем современной возрастной психологии. К этой проблеме непосредственно примыкает проблема готовности ребенка к школе, его психическое и нравственное развитие.

В этот период характерными особенностями поведения ребенка выступают, так называемое , «манерничанье» и симптом «горькой конфеты». Манерничанье проявляется в том, что ребенок постоянно что-то из себя «строит», играет придуманные им самим роли и образы, зачастую становится скрытным. Симптом «горькой конфеты» у ребенка обусловлен желанием скрыть внутреннее ( а порой и физическое) ощущение боли и страха. Ребенок начинает замыкаться в себе и становится неуправляемым. Кризис требует перехода к новой социальной ситуации, нового содержания отношений, в том числе и с близкими. Ребенок стремится осуществлять обязательную, общественно необходимую и общественно полезную деятельность ( по Д.Б.Эльконину ) Эти тенденции выражаются в стремлении скорее пойти в школу.

Проблема готовности к школе до сих пор не имеет четкого решения. Нередко ребенок приходит в школу с более высокими показателями развития, однако позже обнаруживается, что психически ребенок оказывается не готов. Переход к системе школьного обучения – это переход от естественной, реактивной программы к упорядоченной программе школьных предметов , усвоению научных понятий ( Л.С.Выготсткий ). Однако в мире существуют различные учреждения и программы, направленные на подготовку ребенка к школе, постепенный интеллектуальный и психический переход от стадии детства к более ответственному и серьезному периоду – школьному.

2. Школьный возраст.

Это очень серьезный этап в становлении человека. Психика человека меняется кардинально, и за 10 школьных лет, из меленького ребенка формируется взрослая личность. Этот этап невозможно рассматривать целиком, поэтому он разбивается на две составляющих – младший школьный возраст и подростковый период ( отрочество ).

2.1. Младший школьный возраст.

Ведущей деятельностью данного периода становится учебная деятельность. Младший школьник приступает к усвоению человеческого опыта, представленного в форме научных знаний. Этот период занимает особое место в психологии ещё и потому, что является качественно новым этапом психологического развития человека. Ведь в это время психическое развитие осуществляется главным образом в процессе учебной деятельности и, следовательно, определяется степенью включённости в него самого школьника" . Несмотря на подготовку к школе, осуществляемую в детском саду и родителями, адаптация к школе требует немалых усилий от ребёнка. Происходит резкое изменение режима всего дня. Учебная деятельность, став ведущей, ставит свой ряд требований к младшему школьнику. Ритм школьной жизни способствует развитию необходимых для успешного обучения навыков и умений. Школьник теперь сам должен распределять своё время, общается с большим количеством детей. Ребёнок меньше двигается, но зато ему приходится выносить нагрузки, связанные с умственной деятельностью.

Два важных новообразования младшего школьного периода - это личностная рефлексия и рефлексия интеллектуальная. Рефлексия (от лат "reflexio" - "обращение назад") - это процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний. Рефлексия в общей психологии - это познание субъектом внутренних психических актов и состояний. Личностная рефлексия понимается как осознание действующим лицом того, как он воспринимается партнёром по общению. Когда человек анализирует себя и своё поведение во взаимоотношениях с другими людьми и пытается представить, что о нём думают окружающие, он, таким образом, приходит к некоторому познанию своего «я». Это способствует пониманию особенностей своего характера, как положительных, так и негативных. Такого рода самопознание играет существенную роль в процессе самовоспитания.

Отличие личностной рефлексии от интеллектуальной заключается в том, что оценивание положения происходит не на базе заданных (объективных, логических, общепризнанных и т.п.) оснований, а на оценке по собственным, часто глубоко субъективным критериям, которые могут иметь морально-нравственную, этическую, культурологическую природу.

Поэтому можно сделать вывод, что процесс личностной рефлексии как одного из механизмов саморазвития личности достаточно индивидуален.

Личностная рефлексия как деятельность самопознания, как процесс получения явного знания о себе самом, ведёт к исследованию своего поведения, своих личностных особенностей, отношений с людьми, своего поведения. В младшем школьном возрасте, когда ряд факторов, влияющих на самооценку, заметно расширяется, глубина и интенсивность рефлексии зависит от многих социальных (социальное происхождение и среда), индивидуально-типологических (степень интраверсии-экстраверсии) и биографических (условия семейного воспитания, отношения со сверстниками). Условиями для развития личностной рефлексии могут стать какие-то необычные или озадачивающие ситуации в общении, необходимость понять переживания другого человека.

В младшем школьном возрасте личностная рефлексия как одно из новообразований данного периода имеет ряд особенностей. Постепенно у учащихся появляется своя точка зрения на всё, охватывающее их. Конечно, мнение окружающих влияет на самооценку младших школьников. Обычно, отвечая на вопрос, что о них думают другие, учащиеся начальных классов концентрируют своё внимание на конкретных делах, и лишь в средней школе дети начинают постигать особенности своего характера. Оценочные представления младших школьников достаточно ситуативны, и критерии их оценок относительны.

В школьные годы дети становятся способны не только запоминать информацию, но и размышлять о том, как они это делают. Интеллектуальная рефлексия - это осмысление ребёнком своих действий, в процессе которого он осознаёт схемы и правила его деятельности. Рефлексия как особый вид познавательной деятельности заключается в уточнении и выяснении основания своих знаний, в раскрытии их сущности через анализ и обобщение.

Интеллектуальная рефлексия определяется, как умение субъекта оценивать, выделять, анализировать и соотносить с предметной ситуацией собственные действия. Основой интеллектуальной рефлексии являются мыслительные операции: анализ, синтез, построение умозаключений, обобщений, аналогий, сопоставлений, оценок, выводов. Также важными функциями интеллектуальной рефлексии являются критичность анализа, логичность обоснования, обобщённость систематизация, составление собственных представлений, накопление опыта .

Рефлексия, по мнению некоторых исследователей, неразрывно связанна с самооценкой, воображением и развитием речи. В теории учебной деятельности Д.Б. Эльконина и В.В. Давыдова, учебная деятельность развивает у младших школьников способность к рефлексии, являющейся одним из трех компонентов теоретического мышления (анализ, планирование, рефлексия). Г.А. Цукерман предлагает изучать рефлексию как способность человека определять границы своего знания и находить способы перехода этих границ. Выходить за границы наличной ситуации и собственных возможностей -- главная функция рефлексии и обобщенная характеристика умения учиться.

В современной теории учебной деятельности выделяют, как правило, три основные сферы проявления рефлексии (деятельность и мышление; коммуникация и кооперация; самосознание). Механизм порождения рефлексии определяется как процесс осознания оснований собственных действий и способности различения собственного знания и незнания.

Интеллектуальная рефлексия неразрывно связанна со сферой общения. Предпосылки учебной деятельности складываются на основе игровой деятельности, где важную роль играет воображение, которое является в дошкольном периоде центральным новообразованием. Благодаря игре, ребёнок овладевает навыками общения и приобретает рефлексивную позицию в общении. Поэтому рефлексия непосредственно связанна с общением ребёнка с окружающими.

Недостаточное развитие рефлексии чаще всего связано с неполноценным развитием общения в дошкольном детстве, с бедным содержанием игрового взаимодействия детей и их предметной деятельности, и, как следствие, с недостатками в развитии воображения .

Внутренний план действий тесно связан с воображением. Условием для развития внутреннего плана действий является общение с людьми, в ходе которого происходит усвоение социального опыта и средств его осмысления. Как и любое психическое действие, становление внутреннего плана действий проходит в своём развитии несколько этапов. Сначала это внешнее, практическое действие с материальными предметами. Затем реальный предмет заменяется его схемой, изображением. На финальном этапе после фазы проговаривания действия с предметом "про себя" следует умственное действие, т. е. действием «в уме».

Нельзя не упомянуть о влиянии отметки на психику школьника. Отметка существенно осложняет жизнь ребенка. Начав понимать зависимость своего положения в классе от отметки, ребенок превращает ее в фетиш – в знак, который определяет его место в жизни. Поэтому низкая отметка травмирует психику, создает комплексы неполноценности, а высокая отметка дает повод к зазнайству и высокомерию.

2.2**.** Подростковый период.

В настоящее время имеется несколько определений рубежей подросткового периода. Например, Г. Гримм ограничивает его возрастом 12-15 лет у девочек и 13-16 лет у мальчиков, а по Дж. Биррену этот период охватывает 12-17 лет. В классификации Д.Б. Брамлий данный возраст ограничивается 11-15 годами. Но, наиболее адекватно очерчены границы подросткового возраста в периодизации, предложенной Д.Б. Элькониным, где акцент делается не на физическом развитии организма ( пубертатный период ), а на появлении психологических новообразований, обусловливаемых сменой и развитием ведущих типов деятельности. В данной периодизации границы подросткового периода устанавливаются между 10-11 и 15-16 годами. Специфическая особенность этого периода состоит в том, что с одной стороны, по уровню характера психического развития это типичная эпоха детства, с другой - перед нами растущий человек, в усложненной деятельности которого четко намечается направленность на новый характер общественных наблюдений. Он реально вступает в новые формы взаимосвязей, общения, пытается осознать их характер, самоопределится. Важнейший факт физического развития в подростковом возрасте - половое созревание, начала функционирования половых желез. И хотя оно не является единственным источником психологических особенностей данного возраста, оказывая лишь опосредованное влияние на развитие личности через отношения ребенка к окружающему миру, но, тем не менее, мы не можем отрицать, что оно вносит много нового в жизни подростка. Половое созревание провоцирует интенсивный рост скелета, достигающий 4-7 см. в год , который опережает развитие мускулатуры. Все это приводит к некоторой непропорциональности тела, подростковой угловатости. Дети часто ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими. Появляются вторичные половые признаки- внешние признаки полового созревания и тоже в разное время у разных детей. В связи с быстрым развитием возникают трудности функционирования сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. Поэтому для подростков характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса. А такие перепады вызывают быструю смену физического состояния и, соответственно, настроению. В подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным, нестабильным. К этому следует добавить, что ребенок вынужден постоянно приспосабливаться к физическим и физиологическим изменениям, происходящим в его организме, переживать саму “гормональную бурю”. Эмоциональную нестабильность усиливает сексуальные возбуждения, сопровождающие процесс сексуального созревания. Большинство мальчиков все в больше мере осознают истоки этого возбуждения. У девочек больше индивидуальных различий: часть из них испытывают такие же сильные сексуальные возбуждения, но большинство более неопределенные, связанные с удовлетворением других потребностей ( в привязанности, любви, поддержки, самоуважения ). По мнению западных психологов, подростки еще бисексуальны. Тем не менее, в этот период половая идентификация достигает нового, более высокого уровня. Отчетливо проявляется ориентация на образцы мужественности и женственности поведении и проявлении личностных свойств. Но ребенок может сочетать в себе, как и традиционные женские так и традиционно мужские качества.

Благодаря бурному росту и перестройки организма в подростковом возрасте резко повышается интерес к своей внешности. Формируется новый образ физического “Я”. Из-за его гипертрофированной значимости ребенком остро переживаются все изъяны внешности, действительные и мнимые. Непропорциональность частей тела, неловкость движений, неправильности черт лица, кожа, теряющая детскую чистоту, излишний вес или худоба- все расстраивает, а иногда приводит к чувству неполноценности, замкнутости, даже неврозу. Типичны случаи нервной анорексии : девочки, стремясь стать изящными, как фотомодель, соблюдают строгую диету, а затем совсем отказываются от пищи и доводят себя до полного физического истощения.

Одновременно с внешними, объективными проявлениями взрослости, возникает и отношение подростка к себе, как взрослому, представление, ощущение себя в какой-то мере взрослым человеком. Эта субъективная сторона взрослости считается центральным новообразованием подросткового возраста. Чувство взрослости особая форма самосознания; оно не жестко связано с процессом полового созревания. Как проявляется чувство взрослости подростка? Прежде всего он претендует равноправие в отношениях со взрослыми и идет на конфликты, отстаивая свою позицию. Чувство взрослости проявляется и в стремлении к самостоятельности, желание оградить какие-то стороны своей жизни от вмешательства родителей. Кроме того, проявляются собственные вкусы, взгляды, оценки, собственная линия поведения. Подросток с жаром отстаивает их, даже не смотря на неодобрение окружающих. Поскольку в подростковом возрасте все не стабильно, взгляды могут измениться через пару неделей, но защищать противоположную точку зрения ребенок будет столь же эмоциональным.

Чувство взрослости связано с этическими нормами поведения, которые усваиваются детьми в это время. Появляется моральный “кодекс”, предписывающий подросткам четкий стиль поведения в дружеских отношениях со сверстниками. Наряду с чувством взрослости Д.Б. Элькониным рассматривается подростковая тенденция к взрослости - стремление быть, казаться и считаться взрослым. Подросток обладает сильными, иногда гипертрофированными потребностями в самостоятельности и общении со сверстниками. Подростковая самостоятельность выражается, в основном, в стремлении к эмансипации от взрослых, освобождение от их опеки, контроля и в разнообразных увлечениях неучебных занятиях. Эти потребности так ярко проявляются в поведении, что говорят о ”подростковых реакциях ”. Увлечения сильные, часто сменяющие друг друга, иногда “запойные” характерны для подросткового возраста. Считается, что подростковый возраст без увлечений подобен детству без игр. Ребенок сам выбирает себе занятия по душе, тем самым, удовлетворяя и потребность в самостоятельности, познавательную потребность, и некоторые другие. В подростковом возрасте не только бурно увлекаются разнообразными делами, но и столь же эмоционально общаются со сверстниками. Общение пронизывает всю жизнь подростков, накладывая отпечаток и на учение и на неучебные занятия, и на отношения с родителями. Ведущей деятельностью в этот период становится интимно-личностное общение. Наиболее содержательное и глубокое общение возможно при дружеских отношениях. Близкий друг для подростка, обычно его ровесник это своеобразный психотерапевт, умеющий выслушать и посочувствовать, понимающий и принимающий его переживания и установки, помогающий преодолеть неуверенность в своих силах, поверить в себя. В этот возрастной период детей так тянет друг к другу, их общение настолько интенсивно, что говорят о типично подростковой “реакции группирования”. Но особенно важно для подростка иметь референтную группу, ценности которой он принимает, на чьи нормы поведения и оценки он ориентируется. Однако, нередко подросток чувствует себя одиноким рядом со сверстниками в шумной компании. Кроме того, не всех подростков принимают в группу, часть из них оказывается изолированной либо неуверенные в себе, замкнутые дети, либо излишне агрессивные и заносчивые.

Еще одна значимая сфера отношения подростков - отношения со взрослыми, прежде всего, с родителями. Влияние родителей уже ограничено им не охватываются все сферы жизни ребенка, как это было в младшем школьном возрасте, но его значение трудно переоценить. Мнение сверстников обычно наиболее важно в вопросах дружеских отношений с мальчиками и девочками, в вопросах, связанных с развлечением, молодежной модой и тому подобное. Но ценностные ориентации подростка, понимание им социальных проблем, нравственные оценки событий и поступков, зависит, в первую очередь, от позиций родителей. В тоже время для подростков характерно стремление к эмансипации от близких взрослых. Нуждаясь в родителях, в их любви и заботе, в их мнении, они испытывают сильное желание быть самостоятельным, равными с ними в правах. То, как сложатся отношения в этот трудный для обеих сторон период, зависит, главным образом, о стиля воспитания, сложившегося в семье, и возможностей родителей перестроится - принять чувство взрослости своего ребенка. Основные сложности в общении, конфликты возникают из-за родительского контроля над поведением, учебой подростка, его выбором друзей и т.д. Контроль может быть принципиально различным. Наиболее благоприятный стиль семейного воспитания- демократичный, когда родители не ущемляют права ребенка, но одновременно требуют выполнения обязанностей; контроль основан на теплых чувствах и разумной заботе. Гиперопека, как и вседозволенность, равнодушие или диктат- все это препятствует успешному развитию личности подростка. Конфликты возникают при отношении родителей к подростку как к маленькому ребенку и при непоследовательности требований, когда от него ожидается, то детское послушание, то взрослая самостоятельность.

И, наконец, интеллектуальная сфера в подростковом возрасте характеризуется дальнейшим развитием теоретического рефлексивного мышления. Приобретенные в младшем школьном возрасте операции становятся формально-логическими. Подросток, абстрагируясь от конкретного наглядного материала, рассуждает в чисто словесном плане. На основе общих посылок он строит гипотезы и проверяет их, то есть рассуждает гипотетико-дедуктивно. Подростки в этот период начинают рассуждать об идеалах, о будущем, приобретают новый, более глубокий и обобщенный взгляд на мир. Становление основ мировоззрения, начинающееся в этот период, тесно связны с интеллектуальным развитием. Подросток приобретает взрослую логику мышления. В это же время происходит дальнейшая интеллектуализация таких психических функций, как восприятие и память. Связано с общим интеллектуальным развитием и развитие воображения.

Чувство взрослости становится центральным новообразованием младшего подросткового возраста, а к концу периода, примерно в 15 лет, ребенок делает еще один шаг в своем личностном развитии. После поисков себя , личностные нестабильности у него формируется “Я- концепция”- система внутренне согласованных представлений о себе, образов “Я”. Примерно в 11-12 лет возникает интерес к своему внутреннему миру, а затем происходит постепенное усложнение и углубление самопознания. Подросток открывает для себя свой внутренний мир. Сложные переживания, связанные с новыми отношениями, свои личностные черты, поступки анализируются им пристрастно. Подросток хочет понять, каков он есть на самом деле, и представляет себе, каким бы он хотел быть. Познать себя ему помогают друзья, в которых он смотрится как в зеркало, в поисках сходства и отчасти близкие взрослые. Подростковая рефлексия, потребность разобраться в себе самом порождают и исповедальность в общении с ровесником, и дневники, которые начинают вести именно в этот период, стихи и фантазии. Образы “Я”, которые создает в своем сознании подросток, разнообразны - они отражают все богатство его жизни. Физическое “Я”, то есть представления о собственной внешней привлекательности, представления о своем уме, способностях в разных областях, о силе характера, общительности, доброте и других качествах, соединяясь, образуют большой пласт “Я-концепции”- так называемое реальное “Я”. Для ребенка важно не только знать, какой он есть на самом деле, но и на сколько значимы его индивидуальные особенности. Оценка своих качеств зависит от системы ценностей, сложившейся, главным образом, благодаря влиянию семьи и сверстников. Подросток еще не цельная, зрелая личность. Отдельные его черты обычно диссонируют, сочетание разных образов “Я” негармоничны. Когда же образ “Я” достаточно стабилизировался, а оценка значимого человека или поступок самого ребенка ему противоречит, часто включаются механизмы психологической защиты. Допустим, мальчик , считающий себя смелым , струсил. Рассогласование его представлений о себе и реального поведения может вызвать такие болезненные переживания, что избавляясь от них, он начинает убеждать всех, и прежде всего себя, что этот поступок был разумным, его требовали обстоятельства, и поступить иначе было бы глупо ( механизм рационализации); или признает, что он струсил, но ведь и все его приятели трусы, каждый поступил так же на его месте ( механизм проекции) и т.д.

Помимо реального “Я” , “Я-концепция” включает в себя “Я-идеальное”. При высоком уровне притязания и недостаточном осознании своих возможностей идеальное “Я” может слишком сильно отличатся от реального. Тогда переживаемый подростком разрыв между идеальным образом и действительным своим положением приводит к неуверенности в себе, что внешне может выражаться в обидчивости, упрямстве, агрессивности. Когда идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию. Оно становится возможным в этот период, благодаря тому, что у подростков развивается саморегуляция. Разумеется, далеко не все они способны проявить настойчивость, силу воли и терпения, чтобы медленно продвигаться к созданному ими самими идеалу. Кроме того, у многих сохраняется детская надежда на чудо. Вместо того, чтобы действовать, подростки погружаются в мир фантазий.

В конце подросткового возраста , на границе с ранней юностью, представления о себе обычно стабилизируются и образуют целостную систему- “Я-концепцию”, что является важнейшим этапом в развитии самосознания. Когда говорят, что ребенок взрослеет, имеют в виду становление его готовности к жизни в обществе взрослых людей, причем как равноправного участника этой жизни. Конечно, подростку еще далеко до истиной взрослости - и физически, и психологически, и социально. Он объективно не может включиться во взрослую жизнь, но стремится к ней и претендует на равные со взрослыми правами. Новая позиция проявляется в разных сферах, чаще всего во внешнем облике, в манерах.

Нельзя не отметить, что внешний вид подростка часто становится источником постоянных недоразумений и даже конфликтов в семье. Родителей не устраивают ни молодежные мода, ни цены на вещи, так нужные их ребенку. А подросток, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится внешне ничем не отличатся от сверстников. Он может переживать отсутствие куртки такой же как у всех в его компании как трагедию. Желание слиться с группой, ни чем не выделятся, желание, отвечающее потребности в безопасности, психологи рассматривают как механизм психологической защиты и называют социальной мимикрией. Хотя претензии на взрослость бывают нелепыми, иногда уродливыми, а образцы для подражания не лучшими, в принципе, ребенку полезно пройти через такую школу новых отношений, научится брать на себя разнообразные роли. Но лишь небольшая часть подростков достигают высокого уровня развития морального развития, немногие способны принять на себя ответственность за благополучие других.

2.3. Кризис подросткового возраста.

На образ физического “Я” и самосознания в целом оказывает влияние темп полового созревания. Дети с поздним созреванием оказываются наименее выгодным положением; акселерация создает более благоприятные возможности личностного развития. После относительно спокойного младшего школьного возраста, подростковый кажется бурным и сложным. Развитие на этом этапе действительно идет быстрыми темпами, особенно много изменений наблюдается в плане формирования личности. И, пожалуй, главная особенность подростка личностная нестабильность. Противоположные черты, стремление, тенденции, сосуществуют и борются друг с другом, определяя противоречивость характера и поведения взрослеющего ребенка. Анна Фрейд так описала эту подростковую особенность :”… подростки исключительно эгоистичны, считают себя центром Вселенной и единственным предметом, достойным интересом, и в тоже время, ни в один из последующих периодов своей жизни они не способны на такую преданность и самопожертвование. Они вступают в страстные любовные отношения лишь для того, чтобы оборвать их также внезапно, как и начали. С одной стороны, они с энтузиазмом включаются в жизнь сообщества, а с другой- они охвачены страстью к одиночеству. Они колеблются между слепым подчинением избранному ими лидеру и вызывающим бунтом против любой и всяческой власти. Они эгоистичны и материалистичны и в тоже время преисполнены возвышенного идеализма. Они аскетичны, но внезапно погружаются в распущенность самого примитивного характера. Иногда их поведение по отношению к другим людям грубо и бесцеремонно, хотя, сами они неимоверно ранимы. Их настроение колеблется между сияющим оптимизмом и самым мрачным пессимизмом. Иногда они трудятся с неиссякающим энтузиазмом, а иногда, медлительны и апатичны”.

Многие подростки, подпадая под зависимость от физического со­стояния, начинают сильно нервничать и обвинять себя в несостоятель­ности. Эти ощущения часто не осознаются, а подспудно формируют *напряженность,* с которой подростку трудно справиться. На таком фоне любые внешние трудности воспринимаются особенно трагически.

Подростковый возраст- период отчаянных попыток «пройти че­рез все». При этом подросток по большей части начинает свой поход с табуированных или прежде невозможных сторон взрослой жизни. Многие подростки «из любопытства» пробуют алкоголь и наркотики. Если это делается не для пробы, а для куража, возникает физическая зависимость. Но и баловство, пробы могут привести к психологиче­ской зависимости, что проявляет себя в возникновении напряженно­сти, тревоги, раздражительности.

Подростки достаточно легкомысленно относятся к человеческим порокам и слабостям и в результате быстро приобщаются к алкого­лю и наркотикам, превращая их из источника ориентированного поведения (любопытства) в предмет своих потребностей. На этом фоне, рефлексируя на свое «падение», подросток нередко превраща­ет его в форму своего самоутверждения, заглушая внутреннее чувст­во потери себя, своего личного кризиса.

Подростки с большим любопытством относятся к сексуальным отношениям. Там, где слабы внутренние тормоза, где слабо развито чувство ответственности за себя и другого, прорывается готовность к сексуальным контактам с представителями противоположного, а иногда и своего пола. Высокая степень напряжения до и после сексу­ального общения ложится сильнейшим испытанием на психику. Первые сексуальные впечатления могут оказать влияние на сферу сексуальной жизни взрослого человека. Поэтому важно, чтобы эти впечатления отражали достойные формы взаимодействия юных сек­суальных партнеров. Многие подростки на почве неблагополучного опыта обретают неврозы, а некоторые - и венерические заболева­ния. Все эти формы новой жизни подростков ложатся на психику тяжелым бременем. Напряженность от неопределенности жизни в новом качестве (курильщик, сексуальный партнер и др.) в результа­те потери самоидентичности толкает многих подростков в состояние остро переживаемого кризиса.

Отдельно следует указать на отроческий кризис, связанный с ду­ховным ростом и изменением психического статуса. Хотя в этот период происходит объективное изменение социального положения отрока (возникают новые отношения с близкими, сверстниками, учителями; расширяется поле деятельности и др.), наиважнейшим фактором, влияющим на возникновение кризиса, являются рефлек­сия на внутренний мир и глубокая неудовлетворенность собой. По­теря идентичности с самим собой, несовпадение прежних представ­лений о себе с сегодняшним образом - вот основное содержание отроческих переживаний. Неудовлетворенность может быть столь сильной, что появляются навязчивые состояния: непреодолимые угнетающие мысли о себе, сомнения, страхи. При этом сохраняется критическое отношение к этим состояниям, что усугубляет тяжелые чувства подростка.

Многие подростки переживают кризис во внешних проявлениях негативизма - бессмысленном противодействии другому, немоти­вированном противостоянии родителям, учителям. Задача близких взрослых и психологов здесь однозначна - необходимо включить­ся в проблемы отрока и постараться облегчить его жизнь в этот период.

Не всякий подросток, однако, проходит столь тяжелое испытание душевным кризисом. А те, кто проходят, по большей части выбира­ются из него самостоятельно: близкие нередко не догадываются о душевных бурях своих дорогих чад

3. Юность

Юность наиболее воспеваемый период жизни – самое начало взрослой жизни. Ощущение того, что вся жизнь впереди, дает возможность пробовать, ошибаться и искать с легкой душой. Здесь детство остается в прошлом. Все психические функции в основном сформированы и началась стабилизация личности, рамки отдельных возрастов носят все более условный характер.

Кризис 17 лет - рубеж привычной школьной и новой взрослой жизни. Это стрессовый период, в котором определяется дальнейшая профессиональная деятельность. Для тяжело переживающих кризис 17 лет характерны различные страхи. Ответственность за сделанный выбор, реальные достижения в это время - уже большой груз. Сюда еще прибавляются страхи перед новой жизнью, перед возможностью ошибки, перед неудачей при поступлении в ВУЗ, у юношей - перед армией. Высокая тревожность и выраженный страх могут привести к возникновению невротических реакций (обострению гастрита, нейродермита, головных болей, давлению) и др. хронических заболеваний. Но если даже выпускник мало тревожен, и все складывается удачно, резкая смена образа жизни, включение в новые виды деятельности, общение с другими людьми вызывают значительную напряженность. Новая жизненная ситуация требует адаптации к ней. Помогают в этом уверенность в себе, чувство компетентности, поддержка семьи и другое, о чем будет сказано дальше.

Выпускники школы, решившие работать или не поступившие в ВУЗ, сталкиваются с различными трудностями. Они не имеют ясной цели в своих поисках при выборе работы или же, если сделан выбор, трудно найти соответствующее место. Проблема самопрезентации обостряется из-за отсутствия опыта, уверенности в себе или излишнего юношеского напора. Самая большая трудность - это заработать на жизнь, достичь той материальной независимости от родителей, к которой стремятся почти все в юношеском возрасте. Реальный заработок - необходимость, если в родительской семье нет достатка или создается собственная семья. Юные супруги сталкиваются с большими трудностями: они еще не вполне зрелые личности, не очень хорошо понимающие другого и склонные принимать легкую увлеченность за любовь, не достаточно ответственные, надеющиеся на помощь родителей, а не на себя.

При условии нахождения работы, человеку предстоит еще и адаптация на новом рабочем месте. Приобретение практических умений, приспособление к коллективу взрослых и новым требованиям оказываются в разной степени трудными для юношей и девушек с разным интеллектом и разными чертами характера.

В этом возрасте характерна и негативная составляющая возможности выбора. Юноша или девушка могут выбрать еще один путь: бегство в наркотики, религиозные секты, нарциссическую погруженность в себя и т.д. Такой выбор может быть следствием серии серьезных неудач или образовавшегося вакуума. На неправильный путь могут подтолкнуть скука, желание получить новые впечатления, забыть о "серой" жизни, нежелание трудиться.

Особой темой в это период выступает армия. Многие современные люди испытывают страх перед службой, всячески стараясь избежать ее. Этому на самом деле есть причины. Жесткий режим, большая физическая нагрузка, беспрекословное подчинение старшим по званию для многих становятся тяжелым испытанием. Накладывают свой отпечаток "горячие точки" и "дедовщина". Самосознание, мировоззрение, ценностные ориентации и другие личностные особенности, в том числе и психика тех, кто прошел через войну, потерял друзей, был ранен или пережил плен, кардинально изменяются. Поэтому многим бывшим солдатам по возвращении к мирной жизни необходима психотерапевтическая помощь.

При "дедовщине" устанавливаются иерархические отношения. Здесь главным стимулом агрессии является желание испытать власть над людьми. Появляющееся чувство превосходства компенсирует сформировавшееся ранее чувство неполноценности. Проходящие через "дедовщину" становятся либо взрослее и психологически сильнее, либо агрессивными и мстительными.

4. Молодость

Молодость охватывает период жизни от окончания юности от 20-23 лет до примерно 30 лет, когда человек "более или менее утверждается во взрослой жизни" (А.В.Толстых). Верхняя граница молодости некоторыми авторами продлевается до 35 лет. Молодость - время создания семьи, время освоения выбранной профессии, определения отношения к общественной жизни и своей роли в ней. Молодость - пора оптимизма. Человек полон сил и энергии, желания осуществить свои цели и идеалы. В молодости наиболее доступны самые сложные виды профессиональной деятельности, наиболее полно и интенсивно происходит общение, наиболее легко устанавливаются и наиболее полно развиваются отношения дружбы и любви. Молодость считается оптимальным временем для самореализации.

Молодость - возраст любви. Для нее характерно оптимальное сочетание психологических, физиологических, социальных и других факторов, благоприятствующих выбору спутника жизни и созданию семьи. Это возраст наибольшей половой активности, время, когда организм женщины лучше приспособлен к рождению первого ребенка. Люди легче всего знакомятся и адаптируются к условиям совместной жизни также в молодости. Люди, не создавшие семьи до 28-30 лет, в дальнейшем, как правило, сделать это уже не в состоянии. Они привыкают жить в одиночестве, становятся излишне требовательными к другому человеку, у них появляется ригидность привычек, часто делающих очень трудной совместную жизнь.

Большое психологическое значение имеет рождение детей. Меняется весь строй и уклад семейной жизни, у супругов появляются новые обязанности, новые аспекты ответственности друг перед другом и новая общая ответственность за судьбу человека, которому они дали жизнь.

Выбор спутника жизни и создание семьи - одна из сторон социальной ситуации развития в молодости. Соответствующая этой ситуации деятельность является одной из главных сторон жизни.

В отличие от родительской любви, в любви между мужчиной и женщиной безусловность сущностных отношений встречается крайне редко. Обязательно должны быть какие-то очень значимые, важные стороны жизни, которые объединяли бы обоих. Любовь должна быть не только взаимной, но и равнозначной. Любовь между мужчиной и женщиной означает гораздо больше, чем одна из - пусть чрезвычайно важных - сущностных связей с миром.

Известный русский философ В.С. Соловьев утверждал, что только эротическая любовь позволяет человеку раскрыть свою индивидуальность, что непременным условием обретения им своей сущностной целостности является единение с предназначенной ему половиной.

Мужчина и женщина во взаимной любви становятся более завершенными, взаимно дополняют друг друга. Другие сущностные связи с миром тоже завершают человека, но каждая из них раскрывает какую-то одну сторону его сущности. В любви же между мужчиной и женщиной раскрывается, находит свое отражение вся сущность каждого из них. В этой любви человек проявляется весь целиком.

Любовь между мужчиной и женщиной нельзя противопоставлять другим видам любви, поскольку она в определенном смысле синтезирует их, ее содержание определяется их наличием.

Любовь по природе своей может быть только разделенной, она завершает человека, делает его более целостным, более самим собой.

Э. Фромм говорит о причинах возникновения сильных взаимных чувств: «Тотальная коммерциализация общественного индивидуального сознания, примат материальных ценностей над духовными, современное развитие общества не дает возможности большинству людей развить индивидуальность, раскрыть свою сущность, реализовать потребность стать самим собой» , т.е. влечение, влюбленность - стремление человека преодолеть свое одиночество, отчужденность от себя и от мира, стремление реализовать свою потребность любить.

5. Взрослость. Средний возраст**.**

В этом возрасте , как правило, человек уже достигает того, к чему осознанно стремился – у него четко сформировавшая система ценностей , есть определенное социальное и семейного положения, он психически уравновешен… Но вот доволен ли он своей жизнью, принесло ли ему моральное удовлетворение достижение целей, счастлив ли он, любит ли он своего( ю) супруга(у)!? Человек начинает думать об этом, задавать себе вопросы, переживать эту ситуацию в своей жизни, так, постепенно он входит в кризис, который характерен для человека в возрасте около 30-35 лет.

5.1. Кризис среднего возраста.

Кризис среднего возраста – самая странная и страшная пора в психическом развитии человека. Многие люди ( особенно творческие ), не найдя в себе силы, и не обретя новый смысл жизни, просто уходят из нее. На этот период ( после подросткового) приходится наибольшее число суицидов.

Как уже говорилось выше, у взрослого человека начинают формироваться вопросы, на которые он не в состоянии ответить, но которые сидят внутри и разрушают его. « В чем смысл моего существования!?», «Это то, чего я хотел!? Если да, то что же дальше!?» и т.д. Представления о жизни, сложившиеся между двадцатью и тридцатью годами, не удовлетворяют его. Анализируя пройденный путь, свои достижения и провалы, человек обнаруживает, что при уже сложившейся и внешне благополучной жизни личность его несовершенна, что много времени и сил потрачено впустую, что он мало сделал по сравнению с тем, что мог бы сделать, и т. п. Иными словами, происходит переоценка ценностей, критический пересмотр своего «Я». Человек обнаруживает, что многое он уже не может изменить в своей жизни, в себе: семью, профессию, привычный образ жизни. Самореализовав себя в период молодости, человек вдруг осознает, что, в сущности, стоит перед той же задачей – поиска, самоопределения в новых обстоятельствах жизни, с учетом реальных возможностей (в том числе ограничений, не замечавшихся им ранее). Этот кризис проявляет себя в ощущении необходимости «что-то предпринимать» и свидетельствует о том, что человек переходит на новую возрастную ступень – возраст взрослости. «Кризис тридцати» – условное название этого кризиса. Это состояние может наступить и раньше, и позднее, ощущение кризисного состояния может наступать на протяжении жизненного пути неоднократно (как и в детстве, отрочестве, юности), так как процесс развития идет по спирали, не останавливаясь.

Для мужчин в это время характерны разводы, смена работы или изменение образа жизни, приобретение дорогих вещей ( автомобили, мотоциклы), частая смена сексуальных партнерш, причем прослеживается четкая ориентация на юный возраст последних., он, как бы начинает добирать то, чего не смог получить в более раннем возрасте, реализует свои детские и юношеские потребности.

У женщин во время кризиса 30-летия обычно меняются приоритеты, установленные в начале ранней взрослости. Женщин, ориентированных на замужество и воспитание детей, теперь в большей степени начинают привлекать профессиональные цели. В то же время те, кто отдавал свои силы работе, теперь, как правило, направляют их в лоно семьи и брака.

Переживая этот кризисный момент своей жизни, человек ищет возможность укрепления своей ниши во взрослой жизни, подтверждения своего статуса взрослого: он хочет иметь хорошую работу, он стремится к безопасности и стабильности. Человек еще уверен в том, что возможно полное воплощение надежд и чаяний, образующих «мечту», и усердно трудится для этого.

6. Середина жизни. Старость.

В начале пятого десятилетия жизни (может чуть раньше или поз­же) человек проходит через период критической самооценки и переоценки того, что было достигнуто в жизни к этому времен, анали­за аутентичности образа жизни: решаются проблемы морали; человек проходит через неудовлетворенность брачными отношения­ми, беспокойство о покидающих дом детях и недовольство уровнем служебного роста. Появляются первые признаки ухудшения здоровья, потери красоты и физической формы, отчуждения в семье и в отношениях с повзрослевшими детьми, приходит опасение, что ничего лучшего не получится в жизни, в карьере, в любви.

Этот психологический феномен называют кризисом середины жизни (термин введен Левинсоном). Люди критически переоценивают свою жизнь, анализируют ее. Очень часто эта переоценка приводит к пониманию того, что «жизнь прошла бессмысленно и время уже потеряно».

Кризис среднего возраста связан со страхом старения и осознания того, что достигнутое иногда значительно меньше, чем предполага­лось, и является недолгим пиковым периодом, за которым следует по­степенное уменьшение физической силы и остроты ума. Человеку при­суща преувеличенная озабоченность собственным существованием и отношениями с окружающими. Физические признаки старения ста­новятся все очевиднее и переживаются индивидом как утрата красоты, привлекательности, физических сил и сексуальной энергии. Все это и на личностном и на социальном уровне оценивается негативно. Кроме того, у человека появляется и растет беспокойство, что он может ока­заться на шаг позади нового поколения, получившего профессиональ­ную подготовку в соответствии с новыми стандартами, энергичного, обладающего новыми идеями и готовностью согласиться, по крайней мере на первых порах, на значительно меньшую зарплату.

В результате доминирующими в общем фоне настроений становится депрессивные состояния, чувство усталости от надоевшей действительности, от которых человек либо прячется в мечтах, либо в реальных попытках «доказать свою молодость» через любовные интриги или взлет карьеры. В этот период человек пересматривает свою жизнь и задает себе вопрос, который иногда очень страшен, но всегда приносит облегчение: «Кто я, отдельно от своей биографии и ролей, которые я исполняю?» Если он открывает, что жил, формируя и укрепляя ложное «я» – тогда он открывает для себя возможность второго взросления. Этот кризис – возможность переопределения и переориентации личности, переходный ритуал между продолжением подросткового периода на стадии «первой взрослости» и неизбежным наступлением старости и близости смерти. Те, кто сознательно проходят через этот кризис, ощущают, что их жизнь стала более значимой. Этот период открывает перспективу обретения нового взгляда на свое «я», которая, правда, зачастую связана с весьма болезненными ощущениями.

Кризис начинается с давления со стороны бессознательного. Ощущение «я», приобретенное человеком в результате социализации, вместе с сформировавшимся у него восприятием и совокупностью комплексов, вместе с его защитами своего внутреннего ребенка, начинает скрипеть и скрежетать в борьбе с самостью, которая ищет возможности для выражения. До осознания наступившего кризиса человек направляет свои усилия на преодоление, игнорирование или избежание воздействия глубинного давления (например, с помощью алкоголя).

Оказавшись на подходе к кризису среднего возраста, человек обладает реалистическим мышлением, он испытал столько разочарований и сердечной боли, что даже избегает проявлять крупицы своей подростковой психологии.

Каждый человек в среднем возрасте становится свидетелем исчезновения своих проекций, окончания надежд и прекращения ожиданий; при этом он чувствует, что ему не хватает таланта, интеллекта и мужества. Исчезновение всех проекций приводит к ощущению предательства, неоправданных ожиданий, вакуума и потери смысла жизни. Тем не менее, психическая энергия, регрессивная в своем отношении к авторитету (родительская воля, родительские комплексы и социально-культурный конформизм), часто удерживает человека в сильной зависимости от этих комплексов и тем самым тормозит его личностное развитие, возможность стать индивидуальностью.

Ослабление проекций, а также исчезновение воплощенных в них надежд и ожиданий – еще один важный процесс на подступах к кризису «середины жизни». Наиболее распространенные и подвергающиеся в этот период пересмотру проекции – те, которые попадают на карьеру, а также в сферу супружеских и родительских отношений.

В это же время человек начинает осознавать, что с его телом происходят неизбежные физиологические изменения помимо его воли. Человек признает, что он смертен и ему обязательно придет конец, при этом он не сможет завершить все, чего так страстно желал и к чему стремился. Происходит крушение надежд, связанных с инфантильными представлении о своей будущей жизни (власти, богатстве, отношениями с окружающими).

Отчетливо ощущается стресс в брачной жизни. Супруги, терпевшие друг друга ради детей или не обращавшие внимания на серьезные про­блемы во взаимоотношениях, зачастую больше не желают смягчать свои разногласия. Следует также учесть, что сексуальная близость к этому времени притупляется привычкой, ощутимым снижением физичес­кой формы, первыми симптомами ослабляющих организм болезней, наступлением климакса, глубоко сидящим гневом на партнера и неясным чувством чего-то упущенного в жизни. Количество разводов среди состоящих в браке 15 и более лет постепенно увеличивается. Именно поэтому в среднем возрасте происходит, так называемая « третья волна» расторжения браков.

Велики социальные и психологические трудности, с которыми сталкиваются разведенные. К ним относятся преодоление чувства краха, последовав­шего за продолжительным периодом личностных трат на другого; ут­рата привычного образа жизни и вероятная потеря друзей и родствен­ников, сохранивших лояльность к ставшему чужим партнеру.

Мужчинам легче повторно вступить в брак, чем женщинам, и иног­да они женятся на женщинах значительно моложе себя. В силу соци­ального осуждения браков, в которых жена старше мужа, женщины обнаруживают, что группа подходящих по возрасту и свободных мужчин относительно невелика. Кроме того, общение и ухаживание особенно затруднительны, если в доме есть дети. Вновь образовавшиеся семьи сталкиваются с проблемами смешения детей от двух и более предыду­щих браков, распределения ролей приемных родителей и продолжаю­щегося влияния прежнего супруга. Если развода удается избежать и брачная жизнь сохраняется, то остается проблема старения. Перспектива многолетней зависимости продолжает тяготить, в то время как «пустое семейное гнездо» обещает новообретенную свободу.

Стрессы на этой почве в их совокупности приводят к психологической и эмоциональной напряженности.

Изменяется также отношение к деньгам и богатству. Для многих женщин экономическая свобода означает материальную поддержку, которую они не получали. Для многих мужчин материальное положение означает нескончаемые ограничения. Во время кризиса «середины жизни» происходит пересмотр и в этой сфере.

В протекании кризиса середины жизни у мужчин и женщин обнаружены некоторые различия. Показано, что у женщин стадии жизненного цикла в большей мере структурированы не хронологическим возрастом, а стадиями семейного цикла – брак, появление детей, оставление выросшими детьми родительской семьи.

Таким образом, в течение кризиса «середины жизни» возникает и затем возрастает необходимость поиска своего пути, но на этом пути возникают серьезные препятствия. Симптомы, характерные для кризиса, – скука, смена места работы и/или партнера, заметные проявления насилия, самоуничтожительные мысли и поступки, непостоянство в отношениях, депрессия, тревога и возрастающая навязчивость. За этими симптомами скрываются два факта: существование огромной внутренней силы, оказывающей очень сильное давление изнутри, и повторение прежних паттернов поведения, сдерживающих эти внутренние импульсы, однако при этом возрастает сопутствующая им тревога. Когда прежние стратегии все хуже и хуже помогают сдерживать возрастающее внутренне давление, появляется резкий кризис в самосознании и самоощущении.

6.1. «Узелковый период» Кризис старости.

В преклонном возрасте (старости) человеку предстоит преодолеть три подкризиса. Первый из них заключается в переоценке собственного «Я» помимо его профессиональной роли, которая у многих людей вплоть до ухода на пенсию остается главной. Второй подкризис связан с осознанием факта ухудшения здоровья и старения тела, что дает человеку возможность выработать у себя в этом плане необходимое равнодушие. В результате третьего подкризиса у человека исчезает самоозабоченность, и теперь он без ужаса может принять мысль о смерти.

Бесспорно, проблема смерти является всевозрастной. Тем не менее именно для пожилых и престарелых она не представляется надуман­ной, преждевременной, трансформируясь в проблему естественной смерти. Для них вопрос об отношении к смерти переводится из под­текста в контекст самой жизни. Наступает время, когда в пространстве индивидуального бытия начинает отчетливо звучать напряженный диалог между жизнью и смертью, осознается трагизм временности.

Тем не менее старение, смертельные болезни и умирание воспри­нимаются не как составные части процесса жизни, а как полное пора­жение и болезненное непонимание ограниченности возможно­стей управлять природой. С точки зрения философии прагматизма, подчеркивающей значение достижений и успеха, умирающий являет­ся потерпевшим поражение.

Сейчас наша социальная структура, равно как и философия, рели­гия и медицина почти ничего не могут предложить для облегчения душевных мук умирающего. Пожилые и престарелые люди, как прави­ло, опасаются не самой смерти, а возможности лишенного всякого смыс­ла чисто растительного существования, а также страданий и мучений, причиняемых болезнями. Можно констатировать наличие двух веду­щих установок в их отношении к смерти: во-первых, нежелание обре­менять своих близких, во-вторых, стремление избежать мучительных страданий. Этот период также называют «узелковым», потому что , не желая обременять своей старостью и смертью, многое пожилые люди начинают готовиться к смерти, собирать сопутствующие обряду вещи, откладывать деньги на проведение похорон. Поэтому многие, находясь в подобном положении, пере­живают глубокий и всеохватывающий кризис, затрагивающий одно­временно биологические, эмоциональные, философские и духовные стороны жизни.

В научном труде «О смерти и умирании» Элизабет Кюблер-Росс подчеркивает важность открытого и честного общения с умирающими, готовность последних обсуждать любые психологически близкие им темы. В ре­зультате подобного подхода они могут научить остающихся в живых важным вещам, относящимся не только к заключительным фазам жиз­ни, но и проблемам работы человеческого сознания, а также к некото­рым редким аспектам нашего существования вообще. Кроме того, дан­ный процесс обогатит его участников и, возможно, снизит уровень их тревоги относительно собственной смерти.

В связи с этим важным представляется осмысление социально-пси­хологических механизмов адаптации человека к феномену смерти. Речь идет и о системе психологической защиты, определенных моделях сим­волического бессмертия, и о социальной апробации смерти – культе предков, поминальных обрядах, похоронных и мемориальных службах и о просветительских программах пропедевтического характера, в кото­рых феномен смерти становится темой раздумий и духовных поисков.

Культура сопереживания смерти другого человека выступает неотъемлемой составляющей общей культуры как личности, так и об­щества в целом. При этом совершенно справедливо подчеркивается, что отношение к смерти служит эталоном, индикатором нравственно­го состояния общества, его цивилизованности. Важно создать не толь­ко условия для поддержания нормальной физиологической жизнеспо­собности, но и предпосылки для оптимальной жизнедеятельности, удовлетворить потребность пожилых и престарелых людей в знаниях, культуре, искусстве, литературе, часто выходящих за пределы досягае­мости для старших поколений.

На современном этапе кризисная ситуация для пожилых и престаре­лых людей обусловлена и усугубляется следующими обстоятельствами:

1. Экономический статус данной социальной группы чрезвычайно низок, происходит процесс обнищания.
2. Отсутствует продуманная система профессиональных маршрутов для лиц пенсионного возраста, сохранивших трудовую и соци­альную активность.
3. Состояние здоровья людей данной возрастной категории обычно хуже, чем у молодых членов общества. Наличие хронических болезней вынуждает их чаше обращаться к медицинской помощи, а это, соответственно, ведет к дополнительным расходам. Практи­чески отсутствует реабилитационная система.
4. Нарастающая новизна ситуации, постоянное возникновение но­вых, необычных реалий общественной жизни на финальном этапе онтогенетического развития человека порождает чувство тревоги, апокалипсические настроения, кризис социальной идентичности у пожилых и престарелых.
5. Службы оказания социальной помощи находятся в зачаточном со­стоянии.

Итак, в данной работе были представлены особенности и характеристики возрастных кризисов: их симптомы, психологическое содержание, динамика протекания, пути выхода их них. Также рассмотрены особенности каждого из возрастных кризисов в как определенных « вех» в психическом развитии человека. Конечно, в этой сфере еще очень много направлений для дальнейших исследований. Проблема кризисов и выходов из них , на сегодняшний день – одна из самых перспективных и актуальных проблем психологии.

Список использованной литературы:

1. Л.Ф.Обухова «Возрастная психология» 2001
2. Э. Эриксон «Идентичность. Юность и кризис» 1996
3. Г.С.Абрамова «Возрастная психология» 2003
4. В.С. Мухина «Возрастная психология» 2000
5. Е.И. Рогов «Общая психология» 1997
6. К.Н. Поливанова Психология возрастных кризисов: учебное пособие для студентов педагогических вузов» 2000
7. Д.Б.Эльконин «Избранные психологические труды» 1989
8. Д.Холлис «Перевал в середине пути: кризис среднего возраста»2002
9. Г. Крайг, Д.Бокум. «Психология развития» 2004
10. Л.С. Выготский Собрание сочинений 1981-1984

Источник вспомогательной литературы – Глобальная сеть Интернет .

2007