**Особенности развития личности в зрелом возрасте**

**Введение**

С древнейших времен человек задумывался о своей природе, и том, что он собой представляет, какое место занимает в мире, каковы границы его возможностей, способен ли он стать господином своей судьбы или обречен быть ее слепым орудием. Сегодня проблема человека находится в центре внимания многих наук, составляет основу и предмет междисциплинарных исследований.

В настоящее время существует устойчивое мнение, что личностью человек не рождается, а становится. Потребности, интересы, идеалы, установки и ценности личности определяют, что хочет человек, его способности - что он может. Но остается еще вопрос о том, что же он есть - каковы основные, стержневые, наиболее существенные свойства человека, которые определяют его общий облик и его поведение.

Понятие «личность» вводится для выделения, подчеркивания неприродной («надприродной», социальной) сущности человека и индивида, таким образом, акцент делается на социальном начале. Личность - целостность социальных свойств человека, продукт общественного развития и включения индивида в систему социальных отношений посредством активной деятельности и общения.

**Целью** работы является изучение социально-психологических особенностей личности в зрелом возрасте.

**Объектом исследования** является личность в зрелом возрасте.

**Предмет исследования** - влияние развития личности на понимание смысла жизни в зрелом возрасте.

**Задачи исследования:**

1. Изучить теоретические источники по особенностям развития личности в зрелом возрасте.

2. Исследование социально-психологических особенностей и стилей общения людей зрелого возраста.

. Выявить наиболее актуальные проблемы среднего возраста.

**Гипотеза:** мы исходим из предположения, что социально-психологические особенности влияют на переоценку ценностей, влекущую за собой самоанализ и критический пересмотр собственной личности на выбор стиля общения в зрелом возрасте. [Дружинин, 13]

**1. Личность и особенности развития её в зрелом возрасте**

**.1 Определение личности, рост и развитие**

Психология личности интересуется *индивидуальными различиями.* Хотя все люди похожи, психологов, занимающихся изучением личности, особенно интересует то, в чем они различаются. Почему одни достигают успеха, а другие - нет? Почему одни воспринимают вещи именно так, а другие - иначе? Почему одни страдают от сильных стрессов, а другие - нет?

Исследователи личности интересуются также и целостной индивидуальностью, стараясь понять, каким образом различные аспекты функционирования индивида связаны между собой. Например, изучение восприятия напрямую не относится к области исследования личности, но к ней относится проблема понимания того, как индивиды различаются по своему восприятию и как эти различия связаны с функционированием индивида в целом. Изучение личности направлено не только на психологические процессы, но и на взаимосвязи между этими процессами. Понимание того, как эти процессы взаимодействуют между собой, формируя целое, часто дает больше, чем понимание каждого процесса в отдельности. Люди функционируют как организованное целое, и значит, мы должны понимать их именно в таком свете.

Выделив в качестве основного предмета исследования индивидуальные различия и целостного человека, как мы определим личность? Для широкой публики слово «личность» может выступать в роли оценочного суждения: если нам кто-то нравится, то потому, что он (или она) представляет собой *«хорошую* личность», или «масштабную личность». Однако ученым и студентам-психологам термин личность нужен для того, чтобы определить область изучения. Научное определение личности очерчивает область, которая подлежит рассмотрению и подсказывает нам, каким образом лучше всего к ее изучению подходить.

На данный момент будем использовать следующее рабочее определение личности: личность - это те характеристики человека, которые отвечают за согласованные проявления его чувств, мышления и поведения.

Это очень широкое определение, которое позволяет фокусировать внимание на множестве различных аспектов человека. В то же время оно подразумевает, что мы обращаем внимание на согласованные проявления чувств, мышления и поведения человека и на те его внутренние качества, которые отвечают за эти согласованности, а, например, не на рассмотрение качеств окружающей среды, которые отвечают за эти согласованности. Особый интерес представляет для нас то, как упомянутые чувства, мысли и внешние (наблюдаемые) действия увязываются друг с другом, формируя уникального, отличного от других индивида. Индивид есть продукт эволюционного развития, это есть некоторая целостность, некая не делимость. И в этом отношении понятие личность близко к понятию индивид. Таким образом, определение личности полезно настолько, насколько оно помогает превратить ту или иную сферу изучения в науку.

Итак, научное изучение личности включает систематическое стремление вскрыть и объяснить согласованности, повторяемости в мыслях, чувствах и наблюдаемых действиях людей, которые характерны для них в повседневной жизни.

Одна из самых серьезных задач, с которой сталкиваются психологи, - это объяснение развития индивидуальных различий и развития такой уникальной индивидуальности, какой является каждый из нас. Обычно детерминанты, определяющие развитие личности, подразделяют на генетические и средовые. К сожалению, это разделение часто приводит к настоящим баталиям по поводу того, что важнее для личности - *природа* (nature) или *воспитание* (nurture).

Причем под природой подразумеваются гены, а под воспитанием - воздействие среды. В разные моменты развития науки доминировал то один, то другой взгляд: маятник качался от всеобщего увлечения природой (генами) до признания примата среды (воспитания) и затем снова возвращался обратно. Ясно, что и генетическая, и средовая детерминанты важны для формирования человека.

Генетические детерминанты

Генетические факторы играют важную роль в детерминации личности, особенно в отношении того, что делает нас уникальными индивидами. Хотя исторически сложилось так, что психологи подчеркивали значение генетических и средовых детерминант в формировании личности как целого, современные исследователи признают, что значение этих факторов может варьировать от одной характеристики личности к другой. Генетические факторы, как правило, более важны для таких характеристик, как интеллект и темперамент, и менее важны для формирования ценностей, идеалов и убеждений.

В одной работе приводится хороший пример индивидуальных различий по темпераменту, который касается уровней активности и робости (Kagan, 1994). Некоторые дети более активны и более смелы, чем другие. Эти особенности могут сохраняться на протяжении многих лет: одни люди всегда хотят двигаться и действовать, а другие, как правило, предпочитают почитать или подремать, одни решительны и бесстрашны, а другие, как правило, робки и осторожны. Тот факт, что эти особенности появляются рано, сохраняются на протяжении длительного времени и, по-видимому, относительно не зависят от обучения, позволяет предположить, что они относятся к генетически обусловленным, или наследуемым, характеристикам. Генетические детерминанты также подчеркиваются теми исследователями личности, которые занялись нашим эволюционным наследием. Судя по их данным, многие паттерны поведения человека уходят корнями в наше эволюционное прошлое и связаны с генами, общими для людей и представителей других видов. Но, помимо этого, психологи-эволюционисты полагают также, что нас всех объединяют паттерны социальных отношений друг с другом. Например, характеристики, которые считаются желательными для особей женского или мужского пола, различная включенность мужчин и женщин в заботу о детях, альтруизм и основные переживаемые нами эмоции - все это, как предполагается, проявления эволюционного наследия, заложенного в генах. Таким образом, дети так же, как и взрослые, и шимпанзе так же, как и люди, переживают подобные эмоции, потому что у них общее эволюционное наследие и общая генетическая структура. Это не значит, что опыт не сказывается на том, какие эмоции чаще встречаются у данного индивида, или на том, когда, при каких условиях переживаются определенные эмоции и как они выражаются. Нет, опыт влияет, но развитие происходит в соответствии с заложенной генетической структурой.

В итоге, можно сказать, что роль генов состоит в том, что они обеспечивают принадлежность всех нас к единому человеческому роду и в то же время создают между нами индивидуальные различия.

Средовые детерминанты

К средовым детерминантам относятся влияния, которые делают нас похожими друг на друга, а также влияния, которые делают нас уникальными.

*Культура***.** Одной из значимых средовых детерминант личности является опыт человека, связанный с его принадлежностью к определенной культуре*.*

Каждая культура имеет свои собственные институционализированные и санкционированные паттерны поведения, ритуалов и верований, которые передаются через обучение. Это означает, что большинство представителей данной культуры будут обладать определенными общими личностными характеристиками. Поэтому мы часто не подозреваем о культурных влияниях до тех пор, пока не вступим в контакт с носителями другой культуры. Именно потому, что мы принимаем влияние культуры как само собой разумеющийся факт, оно пронизывает, по сути, все стороны нашего существования.

*Социальный класс.*Хотя определенные паттерны поведения складываются благодаря влияниям, которым подвергаются все представители данной культуры, однако существуют и другие паттерны, возникающие вследствие принадлежности к определенному социальному классу. В личности индивида мало что можно понять без обращения к социальному классу, к которому принадлежит данный человек. Относится ли он к высшему или к низшему классу, к рабочему классу или классу квалифицированных специалистов - вопрос чрезвычайной важности. Классовый фактор определяет статус индивида, те роли, которые он исполняет в обществе, обязательства, которые он на себя принимает, и привилегии, которыми он пользуется. Этот фактор влияет на то, как индивид воспринимает себя и как он воспринимает представителей других социальных классов, а также и на то, как человек зарабатывает и тратит деньги. Подобно культурным факторам, классовые факторы оказывают воздействие на то, как человек определяет ситуацию и как реагирует на нее.

*Семья***.** Помимо сходства поведения людей, детерминированного такими средовыми факторами, как принадлежность к одной культуре и к одному классу, факторы среды определяют и значительное разнообразие личностного функционирования внутри данного класса и данной культуры. Один из важнейших средовых факторов - это влияние семьи. Родители могут быть теплыми и любящими или враждебными и отвергающими, гиперопекающими и навязчивыми или понимающими потребность ребенка в свободе и автономии. Любой паттерн родительского поведения сказывается на развитии личности ребенка. Родители влияют на поведение своих детей тремя основными способами:

. Своим собственным поведением они создают ситуации, которые формируют определенное поведение детей (например, фрустрация ведет к агрессии).

. Они служат ролевыми моделями для идентификации.

. Они выборочно вознаграждают, подкрепляют определенные действия.

Вместе с тем личность характеризует человека только с одной стороны:включенность его в общественные отношения, его направленность,которая определяется ведущими мотивами деятельности, поведения. Направленность личности может быть общественной или эгоистической. В первом случае человеком движут мотивы служения общему делу, обществу, своей Родине и т.д. Во втором случае мотивы связаны личным благополучием, личными выгодами. В одних случаях общественные и личные интересы могут совпадать, в других - эгоистическая направленность может приносить вред другим людям, обществу в целом.

Исходя из этого, можноговорить о положительном и отрицательномразвитии личности. Уровень положительного развития личности определяетсямерой ответственности человека перед другими людьми, перед окружающей средой, перед своей деятельностью, перед собой. На высокой ступени развития нравственности у человека появляется потребность совершать нравственные поступки. Так, добрый человек не может не делать добра. Нравственные нормы, принятые человеком и перешедшие во внутренний план его психической жизни, контролируются с помощью чувств, называемых чувством долга, совестью, стыдом*.* Обычно говорят, что этот человек не может совершить такой поступок: совесть ему не позволяет. Это означает, что данный поступок противоречит тем нравственным нормам, которые характерны для данного человека. В тех случаях, когда человек нарушает принятые им нормы, он переживает чувство стыда. Это чувство переживается как неудовлетворение собой, как сожаление, как осуждение себя. Важно отметить, что в этом случае человеку стыдно не только перед другими, но и перед самим собой. Человек может остро переживать мучительные чувства, испытывать угрызения совести за содеянное, хотя об этом никто не знает.

С личностью, с нравственностью связаны и такие понятия, как честное слово, кодекс чести, достоинство личности.

*Честное слово -* это слово совести человека. Нарушить честное слово - значит пойти против совести.

*Кодекс чести -* это всегда свод нравственных норм, принятых в данном сообществе. Говорят о кодексе чести офицера, врача, учителя. Человек, будучи членом данного сообщества, должен выполнять его кодекс.

*Достоинство личности -* умение отстоять свою позицию, свои нравственные нормы, если кто-то заставляет отступить от них.

При отрицательном развитии личности человек ориентируется на нормы, противоречащие принятым в обществе. Поведение, основанное на аморальных правилах, приносит вред другим людям; в этих случаях говорят о безответственном отношении человека.

личность психология зрелый возраст

**1.2 Этапы развития жизни**

Традиционно принято разделять жизненный цикл на четыре больших периода: пренатальный (внутриутробный) период, детство, отрочество и зрелость (взрослое состояние). В свою очередь каждый из этих этапов состоит из нескольких стадий, имеющих ряд характерных особенностей.

Пренатальный период

Этот период длится в среднем 266 дней и состоит из трех стадий, соответствующих разным фазам развития от оплодотворения яйцеклетки до рождения ребенка.

Предзародышевая стадия длится две недели. Она соответствует развитию оплодотворенного яйца (зиготы) во время его перемещения в матку и внедрения в ее стенку вплоть до образования пупочного канатика.

Зародышевая (эмбриональная) стадия охватывает период с начала 3-й недели после оплодотворения до конца 2-го месяца развития. На этой стадии происходит анатомическая и физиологическая дифференцировка различных органов.

Стадия плода начинается с 3-го месяца развития и завершается к моменту родов. В это время происходит развитие функций и систем, которые позволяют организму выжить после рождения. Однако способность к выживанию в воздушной среде плод приобретает только в начале 7-го месяца развития. Вот почему начиная с этого времени плод нередко называют уже ребенком.

Детство

Детство включает три стадии.

Первое детство начинается с появления ребенка на свет и продолжается 3 года: это период развития функциональной независимости и речи.

Развитие «Я»

Второе детство охватывает период с 3 до 6 лет и характеризуется развитием личности ребенка и когнитивных процессов.

Третье детство продолжается с 6 до 12 лет, т.е. соответствует школьному возрасту и включению ребенка в социальную группу.

Начало полового созревания знаменует собой окончание детства и вступление ребенка в отрочество.

Отрочество

Отрочество подразделяется на два периода.

Пубертатный период соответствует половому созреванию и продолжается до 15 или 16 лет. В это время под влиянием конституциональных сдвигов у подростка формируется новое представление о самом себе.

Ювенильный период, продолжающийся с 16 до 18-20 лет, соответствует приспособлению подростков обоего пола к семье, школе и среде своих сверстников.

Юность представляет собой переходный период от отрочества к зрелости; юности свойственно чувство психологической независимости, хотя человек еще не успел взять на себя никаких социальных обязательств.

Зрелость

Зрелость несколько произвольно разделяют на три стадии.

Стадия ранней зрелости охватывает период с 20 до 40 лет. Она соответствует вступлению человека в интенсивную личную жизнь и профессиональную деятельность.

Зрелый возраст, продолжающийся с 40 до 60 лет, характеризуется стабильностью и продуктивностью, особенно в профессиональном и социальном отношении.

Завершающий период зрелости начинается с 60-65 лет и чаще всего сопровождается отходом человека от активной жизни. О возрасте до 75 лет говорят как о первой старости, после 75 возраст считается преклонным.

Если психическое развитие человека в детстве и отрочестве сравнительно хорошо исследовано, то изучение в этом плане других периодов жизни еще только началось. Вероятно, в ближайшем будущем мы узнаем много нового о пренатальной жизни и зрелости, которые до сих пор исследовались весьма поверхностно.

**1.3 Видение современных психологов на возрастную психологию в обобщённом варианте**

Существуют много периодизаций развития взрослого человека. В них отражены представления, иногда совершенно различные, о целостном жизненном пути, решаемых задачах, переживаниях и кризисах. Каждый из периодов развития взрослого человека (состоящий в свою очередь из серии микропериодов) противоречиво сочетает разные процессы становления: нарастание мощи одних функций, понижение работоспособности других, стабилизацию уровней функционирования ряда характеристик. Структура развития взрослости - зрелости значительно сложнее, чем любая более однородная и однонаправленная структура периодов созревания и старения.

Рассмотрим возрастные рамки по И.Ю. Кулагиной и В.М. Колюцкому: граница юности и молодости - около 20-23 лет; молодости и зрелости - 28-30 лет (иногда ее отодвигают до 35 лет); граница зрелости и старости - примерно 60-70 лет.

**Юность (от 17 до 20-23 лет).**

Юность - всего лишь 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.

а) Условия развития.

Покидая стены школы после 9-го класса, подростки идут в технические колледжи или работать, некоторые с посещением вечерней школы. Происходит смещение кризиса 17 лет в сторону кризиса 15 лет. Кризис 15 лет характерен в основном для тех, кто имеет сильную гедонистическую установку. Во время кризиса такие подростки бывают циничны и достаточно откровенны, ясно формулируют свое жизненное кредо. Период юности для них - время проб и ошибок. Они говорят: «Высшее образование денег не дает. Интеллигенция живет хуже».

Одиннадцать классов кончают более благополучные дети. Но в 17 лет кризис протекает не менее остро, чем в 15 лет. Д.Б. Эльконин отмечал это как наиболее тяжелый кризисный период наряду с кризисами 3 и 11 лет.

Большинство 17-летних ориентируются на продолжение образования, немногие - на поиск работы, на который не решились после 9 класса. Высшее образование им необходимо, чтобы получить профессию, позволяющую «жить достойно», «много зарабатывать», «обеспечивать себя и семью». Существуют две категории выпускников школы:

первые надеются на помощь родителей (платный ВУЗ) и не теряют душевного равновесия;

вторые рассчитывают на свои силы - наиболее подвержены связанным с поступлением стрессам.

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.

Возраст - категория конкретно-историческая. 19-20-летние юноши основные трудности своей жизни связывают с появлением ответственности, которой не было раньше. Ценят свой возраст, который вместе с проблемами принес и более широкие возможности.

б) Обучение в ВУЗе.

По данным Санкт-Петербургских психологов, в начале 90-х годов прошлого столетия в стране резко снизилась ценность образования, как возможность материально обеспечить себя в будущем. В конце 90-х годов образование снова вошло в систему ценностей.

В последнее время студенты сочетают работу с учебой, т.е. подрабатывают.

Таким образом, какой выбор будет сделан в юности, решение пойти в тот или иной конкретный ВУЗ зависит от направленности личности, доминирующих мотивов, основных ценностных ориентаций.

Мотивы поступления в ВУЗ определяют и стиль студенческой жизни.

Стиль студенческой жизни в западной психологии связан с особой субкультурой. Ф. Райс выделил 4 типа субкультур колледжей:

Студенческая субкультура - здесь колледж (ВУЗ) превращен в загородный клуб (вечеринки, выпивка, спорт - учебные предметы на втором плане);

Профессиональная субкультура - предполагает целеустремленность в учебе, желание обеспечить себе целенаправленную подготовку и продвижение;

Академическая субкультура - ее ценности не диплом, а знания и идеи; углубленное изучение предметов выходит за рамки учебной программы;

Нонконформистская субкультура, которую отличает инакомыслие, ее создают интеллектуальные «социальные мятежники», студенты, ведущие богемный образ жизни, и прочие яркие личности.

в) Поиски работы.

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.

Если работа найдена, предстоит 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.

г) Армия

Здоровые юноши, не обучающиеся на дневных отделениях ВУЗов, призываются на срочную службу в Вооруженные силы - это еще одна резкая смена образа жизни. Жесткий режим, большая физическая нагрузка, беспрекословное подчинение старшим по званию для многих становятся тяжелым испытанием. Но с другой стороны этой молодежи проще - здесь все регламентировано, не надо самому планировать свои действия и отвечать за их последствия. 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, 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.

д) Бегство от общества или «ничегонеделание»

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.

Х. Ремшмидт считает, что религии и соответствующая идеология предлагают упрощенную перспективу на будущее, подчинение мессии, пророку и т.д. В личностном плане последствия не менее разрушительны: приобретается зависимость от группы, неспособность к эмоциональным связям с другими людьми, утрачивается способность самостоятельно мыслить. Доктор А.Е. Червоненко (о нем будет описано позднее) сказал: «Хочешь знать - иди учиться, хочешь верить - иди молиться». Второе проще: «Ничегонеделание».

**Молодость (от 20-23 до 30 лет)**

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.

А.В. Толстых отмечает, что в современную эпоху, когда увеличилась продолжительность жизни и расширились сроки образования и профессиональной подготовки, повысилась их значимость, «молодость стала наиболее ценимым возрастом, влияющим своими вкусами, ценностями, привычками и т.д. на вкусы, ценности, привычки всего общества. Отсюда естественное желание дольше быть в разряде молодых - вступить в этот возраст пораньше и задержаться в нем подольше… Молодость… таит в себе обаяние. И это не только очарование здорового тела, физической красоты, обаяния свежести. Это во многом обаяние тех видов деятельности, которые доступны молодости в наибольшей степени, которые составляют если уж не ее привилегию, то, по крайней мере, неотъемлемый атрибут».

а) Главные стороны жизни. Любовь и семья

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.

Создание семьи чрезвычайно важно для личностного развития. От того, как складывается семейная жизнь, во многом зависит общее развитие человека - его духовный рост, развитие способностей. Большое 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.

Несмотря на сензитивность молодости к созданию семьи и все сопутствующие этому возрасту благоприятные факторы, задача выбора спутника жизни не всегда решается успешно. Более 50% разводов совершается в молодости. Пресловутое «не сошлись характерами» - наиболее частая формулировка при расторжении брака.

Сущностные отношения меду людьми обычно основаны на той или иной схожести, созвучии их сущностных связей с миром. Любовь, привязанность чаще всего возникают вследствие этого созвучия.

Итак, молодых людей, создавших семью (средний возраст  
их примерно 24 года), ждет не только начало семейной жизни,  
но и критический период ее становления. Как известно, кризис в межличностных отношениях проявляется в частых конфликтах. [абрамова 553]

Родительская безусловная любовь имеет те же истоки, что и привязанность к отчиму дому, родным местам, ко всему «своему». В основе всех этих сущностных отношений лежит заложенная от природы потребность в привязанности, принадлежности, любви к соответствующим объектам мира.

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. Иначе невозможна полная, подлинная разделенность.

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

Там, где семейные отношения не основаны на сущностном единении супругов, раньше или позже обнаруживается несостоятельность веры в гармонию, в духовное созвучие. Влюбленность проходит, и совместная жизнь сама по себе теряет смысл.

Э. Фромм указывает на одну из причин сильных взаимных чувств - стремление человека преодолеть свое одиночество, отчужденность от себя и от мира, стремление реализовать свою потребность любить.

Э. Фромм: «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».

б) Профессиональная деятельность

Вторая сторона социальной ситуации развития в этот период - овладение выбранной профессией. В юности происходит личностное и профессиональное самоопределение, выбор жизненного пути. А в молодости человек утверждает себя в выбранном деле, обретает профессиональное мастерство. Профессиональная подготовка в молодости завершается. Сроки значительно расширены в связи с научно-техническим прогрессом. А.В. Толстых подчеркивает, что в молодости человек максимально работоспособен, выдерживает наибольшие физические и психические нагрузки, наиболее способен к овладению сложными способами интеллектуальной деятельности. Легче всего приобретаются все необходимые в выбранной профессии знания, умения и навыки, развиваются специальные личностные и функциональные качества (организаторские способности, инициативность, мужество и находчивость, необходимые в ряде профессий, четкость и аккуратность, быстрота реакции и т.д.).

Те, кто выбрал научную деятельность, как правило, становятся кандидатами наук. В искусстве, в инженерно-технической деятельности проявляют наивысшие способности, становятся руководителями, главными специалистами по соответствующим направлениям.

Таким образом, в молодости человек приобретает профессиональное мастерство и компетентность.

Семейные отношения и чувство профессиональной компетентности - центральные возрастные новообразования этого периода.

в) Дружба

Установление и развитие дружеских связей является важной стороной жизни в молодости. Дружба в этот период выходит на новый качественный уровень.

И.С. Кон: «Большую часть своих друзей люди приобретают именно в процессе совместной деятельности, в своих производственных или учебных коллективах…»

Определение дружбы как вида сущностных связей с миром позволяет говорить о спонтанности, естественности ее появления. Дружба - результат того или иного значимого для ее субъектов созвучия. Близкого человека можно лишь встретить.

г) Кризис 30 лет. Проблема смысла жизни

В возрасте порядка 30 большинство людей переживает кризисное состояние. У людей изменяется представление о своей жизни, часто даже разрушается прежний образ жизни.

И.С. Кон: «Никто не может реализовать себя полностью», и самоанализ выявляет эту нереализованность.

А.В. Толстых: «У человека на границе третьего десятилетия своей жизни самоанализ имеет особое значение. Оглядываясь на пройденный путь, индивид видит, как при сложившейся и внешне благополучной жизни, не совершенна его личность. Происходит переоценка ценностей, влекущая за собой самоанализ и критический пересмотр собственной личности».

«Человека «сковывают» семья, профессия, привычный образ жизни. Найдя себя и утвердившись во взрослой жизни, он вдруг осознает, что стоит фактически перед той же задачей - найти себя в новых обстоятельствах жизни, соразмеряя в данном случае масштаб своей личности с новыми перспективами и новыми ограничениями, которые он увидел только теперь».

Итак, кризис 30 лет возникает вследствие нереализованности жизненного замысла. Если же при этом еще и переосмысливаются ценности, то речь идет о том, что жизненный замысел вообще оказался неверным.

Кризис 30 лет нередко называют кризисом смысла жизни. С этим периодом связаны поиски смысла существования. Эти поиски, как и весь кризис в целом, знаменуют переход от молодости к зрелости.

Проблема смысла жизни зачастую появляется уже в начале молодости, а иногда даже в подростковом возрасте. По Кулагиной в подростковом возрасте - при личностной неразвитости. По доктору А. Червоненко - у ищущей личности. Таким образом, мы с вами видим прямо противоположные мнения двух специалистов. Довольно часто стоит эта проблема и в период зрелости.

В. Франкл пишет: «Сегодняшний пациент уже не столько страдает от чувства неполноценности, сколько от глубинного чувства утраты смысла, которое соединено с ощущением пустоты».

Очень большой процент людей умирают, так и не найдя смысла жизни.

Что же представляет собой смысл как психологическая категория? Согласно В. Франклу: «Смысл - это то, что имеется ввиду человеком, который задает вопрос, или ситуацией, которая тоже подразумевает вопрос, требующий ответа». По А. Червоненко: «Смысл - это попытка ответить на вопрос Кто я? Что я? Зачем явлен в свет?»

Достижение цели по Франклу имеет в виду достижение мотива. Смысл, таким образом, - это то, что связывает цель и стоящий за ней мотив, это обращение цели к мотиву (если цель и мотив, как это обычно бывает, не совпадают).

Достижение цели по А. Червоненко - через расширение сознания человека, путем проникновения в подсознание прийти к сверхсознанию, т.е. обретение просветления (А. Червоненко - доктор из Санкт-Петербурга, Лидер Международного оздоровительного движения).

Отсюда вывод по В. Франклу - проблема смысла жизни возникает тогда, когда цель не соответствует мотиву, ждя ее достижения не приводит к достижению предмета потребности, т.е. когда цель была поставлена неверно.

Человек обретает способность быть самим собой, согласен с миром только в сущностных сторонах жизни. К целостности личности, общему согласию с миром он приходит при сущностной форме жизни, когда любовь, привязанности, глубокие непреходящие интересы и т.п. начинают определять ее основное содержание.

Согласие с миром, способность быть самим собой - вот тот мотив, депривация которого оборачивается потерей смысла жизни. Полная потеря смысла жизни возможна тогда, когда в жизненном мире нет ни одного значимого сущностного мотива. Только сущностные мотивы адекватны согласно человека с миром, только в сущностных сторонах жизни он становится самим собой. Чем больше в его жизни таких сторон, тем меньше его экзистенциальные проблемы.

Эгоистические мотивы, мотивы удовольствий неадекватны согласию с миром.

**Зрелость**

Зрелость - самый длительный для большинства людей период жизни. Его верхнюю границу разные авторы определяют по-разному: от 50-55 до 65-70 лет. Согласно Э. Эриксону, зрелость охватывает время от 25 до 65 лет, т.е. 40 лет жизни.

Зрелость считается порой полного расцвета личности, когда человек может реализовать весь свой потенциал, добиться наибольших успехов во всех сферах жизни. Это время исполнения своего человеческого предназначения - как в профессиональной или общественной деятельности, так и в плане преемственности поколений.

а) Особенности развития личности. Профессиональная продуктивность.

В зрелости, как и в молодости, главные стороны жизни - профессиональная деятельность и семейные отношения. Но если в молодости она включала овладение выбранной профессии и выбор спутника жизни, то в зрелости это - реализация себя, полное раскрытие своего потенциала в профессиональной деятельности и семейных отношениях.

Э. Эриксон считает основной проблемой зрелости выбор междупродуктивностью и инертностью.

Понятие продуктивности по Эриксону - творческая, профессиональная продуктивность, а также вклад в воспитание и утверждение в жизни следующего поколения.

Продуктивность по Эриксону связана с заботой «о людях, результатах и идеях, к которым человек проявляет интерес».

Инертность ведет к поглощенности собой, своими личными потребностями.

Важнейшей особенностью зрелости является осознание ответственности за содержание своей жизни перед самим собой и перед другими людьми.

Развитие личности зрелого человека требует избавления от неоправданного максимализма, характерного для юности и частично молодости, взвешенности и многогранности подхода к жизненным проблемам, в том числе к вопросам своей профессиональной деятельности. Накопленный опыт, знания, умения представляют для человека огромную ценность, но могут создавать ему и трудности в восприятии новых профессиональных идей, тормозить рост его творческих возможностей. Прошлый опыт при отсутствии разумной гибкости и многогранности может стать источником консерватизма, регидности, неприятия всего того, что исходит не от себя самого.

б) Кризис 40 лет. Коррективы жизненного замысла

Часть людей проживает еще один «внеплановый кризис» 40 лет (бывает раньше и позже). Это как бы повторение кризиса 30 лет, кризиса смысла жизни, если кризис 30 лет не привел к должному решению проблем. Кризис 40 лет нередко вызывается и обострением семейных отношений. Дети, как правило, вырастают и начинают жить своей жизнью, умирают некоторые близкие родственники и родственники старшего поколения. Утрата непосредственного участия в жизни детей способствует окончательному осознанию характера супружеских отношений. Зачастую бывает, что кроме детей супругов ничто значимое для них обоих не связывает. В случае возникновения кризиса 40 лет, человеку вновь приходится перестраивать свой жизненный замысел, вырабатывать новую «Я - концепцию». Этот кризис может серьезно изменить жизнь человека вплоть до смены профессии и создания новой семьи.

Если в молодости центральным возрастным новообразованием являются семейные отношения, включая материнство и отцовство и профессиональную компетентность, то в зрелости на их основе возникает уже объединенное образование. Оно интегрирует результаты развития обоих новообразований предыдущего периода и называется продуктивностью.

Кризис 40 лет говорит еще об одном важном новообразовании зрелости: коррективах жизненного замысла и связанных с ними изменениях «Я - концепции».

Швейцарский психолог Э. Клапаред полагал, что достигая в зрелости своего расцвета и пика профессиональной продуктивности, человек прекращает свое развитие, останавливается в повышении своего профессионального мастерства, творческого потенциала и т.д. Затем наступает спад, постепенное убывание профессиональной продуктивности: все лучшее, что человек мог сделать в своей жизни, остается позади, на уже пройденном отрезке пути. Также считали не только Э. Клапаред, но и еще ряд исследователей.

Внутри периода зрелости выделим «акмэ» - вершину, когда у многих людей начинается спад жизненной энергии и активности.

Переход от прогресса к регрессу связывается у разных авторов и исследователей с разным возрастом. Этот возраст чаще всего считается от 40 до 50 лет. Инволюционные процессы в развитии психических функций связывают с начинающимся биологическим старением. В противовес вышесказанному работы Б.Г. Ананьева и его учеников показали, что процесс развития психических функций в зрелости сложен и неоднозначен. Ученики доктора А. Червоненко своим жизненным примером доказали, что, если заниматься энергетическим упражнениями, то в возрасте 40-50 лет можно открыть неограниченные способности и вопреки исследованиям Э. Клапареда жизненная активность и энергия в возрасте 40-50 лет может многократно увеличиться.

Время пика профессиональной продуктивности зависит от необходимого оптимального соотношения уровня мастерства, знания, опыта, с одной стороны, и функциональной и физической подготовки - с другой. На время и продолжительность «акмэ» влияют и индивидуально-личностные особенности человека. Для представителей очень многих профессий пик продуктивности, после которого наступает ее спад, нехарактерен. Это актеры, преподаватели, врачи - специалисты и т.д. Здесь профессиональное мастерство не имеет жесткой зависимости от уровня физической и функциональной зависимости. Но для ряда профессий возрастной тип продуктивности обусловлен самим характером работы. Это летчики-испытатели, артисты балета. Они достигают «акмэ» в самом начале своей зрелости. В таких профессиях как врач-хирург, авиадиспетчер «акмэ» может сдвигаться к середине, иногда ко второй половине зрелости.

Особый интерес представляет проблема «акмэ» для людей творческих профессий - ученых, писаталей, поэтов, композиторов, художников. У одних всплеск в ранний период взрослости, а далее творческая продуктивность как бы выключилась, и больше не писалось удивительных произведений. Другие, как, например, П.И. Чайковский, - свой расцвет творчества пронес через всю свою жизнь.

Высочайший уровень продуктивности, сохранившийся до конца жизни, отличает творчество очень многих выдающихся ученых, писателей, поэтов, композиторов, художников и представителей других творческих профессий. Это: Леонардо да Винчи, М.В. Ломоносов, И. Гете. В.И. Вернадский, А.П. Чехов, Ф.М. Достоевский, Ч. Диккенс, А. Эйнштейн, М.М. Пришвин и др.

в) Отношения с детьми

Зрелость - время продуктивности во всех сферах жизни. Одна из самых важных задач взрослого человека - вырастить своих детей. В психологии рассматривается три варианта любви:

безусловная любовь

обусловленная любовь

неприятие

В безусловной любви ребенка любят независимо от того красив он или некрасив, способен или неспособен. Но этой любви недостаточно для личностного роста.

Обусловленная любовь - любовь неистинная. Ребенка любят только тогда, когда он отвечает требованиям и ожиданиям родителей (когда послушен, не доставляет хлопот, хорошо учится и т.д.).

Такая любовь порождает в ребенке неуверенность, тревожность, чувство неполноценности, снижает уровень самооценки.

Неприятие ребенка возникает не только в благополучных семьях. Причины бывают разными. Например, ждали сына, а родилась дочь. Мама красива, а ее дочь «гадкий утенок».

Дети чувствуют и неискренность обусловленной любви и неприятие. И это обязательно сказывается на отношениях в семье между двумя поколениями. Отчуждения, замкнутость, уход «на улицу» начинается, как правило, с подросткового возраста.

Особенности отношений между родителями и детьми определяются не только на эмоциональной основе, но и стилем воспитания.

Отношение родителей и детей зависит и от ребенка, его личностных особенностей.

Индивидуальные особенности детей необходимо учитывать в процессе обучения и воспитания. Если родителями не учитываются его индивидуальные особенности, воспитание оказывается неадекватным. Особенности личности ребенка накладывают отпечаток на семейные отношения.

Когда младший ребенок покидает родительский дом, родители оставшиеся вдвоем, лишенные привычных связей и забот, вынуждены в какой-то мере пересматривать свои отношения и образ жизни.

Отношения в семье усложняются, когда взрослый ребенок приводит в родительский дом жену (мужа). Здесь идеальный случай, когда система старых отношений вовремя перестраивается, не возникает ни серьезных конфликтов, ни «игр», родители «отпускают» от себя детей, не теряя взаимных теплых чувств.

г) Зрелость и психологический возраст

Выделяют 3 взаимосвязанных, но не совпадающих друг с другом возраста:

хронологический (паспортный)

физический (биологический)

психологический

Психологический возраст - каким человек себя чувствует и осознает. Он во многом влияет на физический возраст.

Психологический возраст - возрастная идентификация, которая может быть разной степени осознанности - это аспект самосознания, связанный с представлениями о времени.

Временная перспектива с возрастом расширяется. В зрелости изменения временной перспективы связаны с разным ощущением течения времени, которое может субъективно ускоряться и замедляться, сжиматься и растягиваться.

С возрастом меняется ценность времени, оказывается все более значимым «личное время», благодаря развитию самосознания, осознанию конечности своего существования и необходимости реализовать свои возможности на протяжении не такой уж длительной жизни. Психологическое время наполнено событиями, будущими целями и мотивами развернутыми в настоящей деятельности. Время, вместившее в себя много впечатлений, достижений, событий и т.п. воспринимается как быстро протекающее, и став психологическим прошлым, кажется продолжительным.

Психологический возраст зависит от сложившейся у человека временной перспективы, вне ее он не существует.

В молодости вероятность соответствия психологического возраста хронологическому весьма велика. Если социально значимая цель не достигнута (образование, женитьба), психологический возраст может отставать от хронологического.

В зрелости психологический возраст в гораздо большей степени зависит от индивидуальных особенностей человека, от направленности его личности, специфики жизненных целей и их реализации.

В зрелости возможны три варианта соотношения психологического возраста с хронологическим:

Адекватность, отставание, опережение.

Опережение психологическим возрастом хронологического в зрелости обычно означает преждевременное старение. Преждевременное старение нередко бывает связано с несчастием - утратой близкого человека, тяжелой болезнью, природной и социальной катастрофой.

Любовь, творческое достижение могут привести к движению в обратном направлении - в сторону психологической молодости.

Отставание психологического возраста может иметь место в случае симбиотических отношений между матерью и единственным ребенком.

Зрелые по паспортному возрасту люди с выраженными чертами инфантильности отстают в психологическом возрасте.

У людей деятельных, творческих сохранение чувства молодости связано с реальной продуктивной работой в настоящем и значительными планами на будущее.

Если человек «отдается делу, которому он себя посвятил», - его психологическое прошлое, как бы велико оно ни было, всегда меньше психологического будущего. Процесс творчества бесконечен и перед человеком открываются новые перспективы.

Рубежом, разделяющим зрелость и позднюю зрелость, считается уход на пенсию, окончание активной профессиональной деятельности. Следовательно, на переходном этапе между зрелостью и поздней зрелостью мы вновь сталкиваемся с последним кризисным периодом, отмеченным психологами, - кризис ухода на пенсию.

Но, к сожалению, наша российская действительность такова, что с уходом на пенсию ухудшается материальное положение человека. Не каждый может себе позволить - не работать.

Очень важно в зрелом возрасте уметь сохранять эмоциональную стабильность в любых стрессовых ситуациях, находить возможности к осмыслению происходящих изменений (физических, физиологических, психологических и т.п.). Тогда и мужчинам, и женщинам будет легче справляться с причинами и последствиями назревающих в организме и личности «сбоев». Так уж устроен мир: никуда не денешься от потери близких, от безответной любви, надвигающейся старости. Существуют и неизлечимые болезни, и критическое стечение обстоятельств, и угроза неосуществления жизненно важных целей (по разным причинам, в том числе и потому, что у человека остается небольшой запас сил и времени, например, к концу периода зрелости). Для человека зрелых лет оказывается очень трудным, порой мучительным, переход от состояния максимальной активности, бурной деятельности, присущей периоду «акмэ», к ее постепенному свертыванию, ограничению в связи с тем, что подтачивается здоровье, меньше становится сил, возникает объективная необходимость уступить место новым поколениям при субъективном нежелании, внутреннем сопротивлении это сделать, так как сегодня человек в свои 50-60 лет субъективно не ощущает себя старым.

В этих сложных жизненных ситуациях, кажущихся порой безвыходными, жизнь не утрачивает смысла и ценности, если научиться подчинять себе обстоятельства (разумеется, там, где это возможно и целесообразно), развить в себе способности управлять своими эмоциями, способности к самоанализу и саморегуляции поведения. В решении этих важнейших практических задач, как нам кажется, весьма существенную помощь может оказать овладение человеком саногенным мышлением (по Ю.М. Орлову), т.е. таким мышлением, которое способствует оздоровлению психики, снятию в ней внутренней напряженности, устранению застарелых обид, комплексов и др.

**2. Исследование влияния социально-психологических особенностей на развитие личности в зрелом возрасте**

**.1 Исследование тревожности в зрелом возрасте**

Поведение субъекта во многом обуславливается таким свойством личности как тревожность. У каждого человека существует свой оптимальный уровень тревожности - полезная тревожность. Существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания является оценка человеком своего состояния.

Тревожность делится на личностную и ситуативную.

Личностная тревожность - это устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и возможность воспринимать некоторое количество ситуаций как угрожающих, отвечая на каждую из них определенной реакцией.

Ситуативная тревожность - это субъективно переживаемые эмоции: напряжение беспокойство, озабоченность, нервозность. Это эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию, которая может быть разной по интенсивности и динамичности во времени.

Исследование тревожности по методике Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина

Цель исследования: Оценка уровня личностной и ситуативной тревожности.

Материал и оборудование: Бланк шкал самооценки, включающий 40 вопросов-суждений, 20 из которых предназначены для оценки уровня ситуативной тревожности и 20 - для оценки уровня личностной тревожности, ручка или карандаш для письма.

Порядок работы: Исследование испытуемых проводится по отдельности. Испытуемым предлагается ответить на вопросы шкал согласно инструкциям, помещенным в опроснике. На каждый вопрос возможны 4 варианта ответа по степени интенсивности. (Приложение №1,2).

Обработка результатов: Определение показателей ситуативной и личностной тревожности с помощью ключа. Ориентировочные оценки: до 30 баллов - низкая, 31-44 балла - умеренная, 45 и более - высокая тревожность.

Проведение исследования

Проведено исследование двух групп по 10 человек. Группа А - испытуемые от 18 до 28 лет, группа Б - испытуемые от 28 до 38 лет.

Испытуемым предложено ответить на вопросы шкал согласно инструкциям. (Приложение №3, Приложение №4)

Обработка результатов:

Вычисление средних показателей СТ и ЛТ и их сравнительный анализ в зависимости от возрастного показателя. (Приложение №5)

На основе оценки уровня тревожности сделаны соответствующие выводы.

Показатель реактивной тревожности (РТ и ЛТ) высчитывают по формуле:

=∑1 - ∑2 + 35

где ∑1 - сумма зачеркнутых цифр на бланке по пунктам 3, 4, 6, 7 9, 13, 14, 17, 18; ∑2 - сумма остальных зачеркнутых цифр (пункты 1, 2, 5, 8, 10, 15, 19, 20);

ЛТ = ∑1 - ∑2 + 35

где ∑1 - сумма зачеркнутых цифр на бланке по пунктам 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40; ∑2 - сумма остальных зачеркнутых цифр (пункты 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39)

При интерпретации результат можно оценивать следующим образом: до 30 - низкая тревожность; 31-45 - умеренная тревожность; 46 и более - высокая тревожность.

Анализ результатов

В группе «А» среднее значение ситуативной тревожности составляет 38,8 баллов, среднее значение личностной тревожности составляет 42,2 баллов. Это умеренный уровень тревожности.

В группе «В» в среднем наблюдается высокая тревожность. Среднее значение ситуативной тревожности составляет 46,3 баллов, среднее значение личностной тревожности составляет 50 баллов.

Полученные результаты дают свидетельство о том, что с возрастом повышается ситуативная и личная тревожность.

Реактивная, или ситуативная, тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Если она велика, то у человека нарушается внимание, а иногда и тонкая координация движений.

Личностная тревожность - это устойчивое состояние. Она характеризует склонность человека воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Очень высокая личностная тревожность прямо связана с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и нервными срывами и с психосоматическими заболеваниями.

**Заключение**

По результатам теоретического исследования можно сделать следующие выводы:

1. Зрелость - самый длительный и самый значимый период в жизни человека, когда он должен раскрыть свой потенциал, реализовать себя во всех сферах, исполнить свое предназначение. В этом смысле зрелость - цель развития, достижение расцвета, но эта цель не обязательно предполагает его конец. Это достижение расцвета, за которым может следовать не увядание, а дальнейшее развитие.

2. Стиль общения необходимо анализировать как целостное образование, в котором отчетливо выделяются две главные подструктуры - мотивационно-смысловая, выявляющаяся в форме направленности в общении (ценностей, мотивов, целей общения), и операциональная, представленная устойчивой системой приемов, способов, средств коммуникативного поведения. Стиль общения как единство указанных составляющих формируется в результате и процессе взаимодействия, взаимопознания, взаимоотношения участников общения. Ведущую роль играет направленность личности в общении, в содержании которой главенствующее значение необходимо придать ценностно - смысловым критериям общения. Направленность в общении есть выражение ценностного отношения личности к человеку вообще, к другому как партнеру по общению и к самой себе; выявляется в мотивах, целях, средствах и способах общения.

Целью настоящей работы являлось изучение влияния социально-психологических особенностей личности в зрелом возрасте.

Для достижения поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы был выполнен теоретический анализ специальной психологической литературы, посвященной исследованиям социально-психологическим особенностям личности зрелого возраста, особенностей стилей общения в зрелом возрасте; выбрана методика для проведения экспериментального исследования влияния особенностей личности на стиль общения в зрелом возрасте (Методика исследования тревожности Спилбергера, Ханина)

По результатам проведенного экспериментального исследования мы не можем говорить об однозначной связи возраста и стиля общения. Это подтверждается данными теста

Анализ не выявил значимых связей между возрастом и особенностями общения. Таким образом, возраст не является основополагающим фактором, определяющим особенности общения в зрелом возрасте.

На основе сделанных выводов можно утверждать, что цель исследования достигнута. Гипотеза получила частичное подтверждение: выявлена связь возраста и определенного стиля общения.

**Список литературы**

личность психология зрелый возраст

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. Учеб. пособие для студ. вузов. - 4-е изд., - М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 672 с.

. Аверин В.А. Психология человека от рождения до смерти. Учеб. Пособие под ред. А.А. Реана. 1999. - 180 с.

. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания.-М.: Наука, 1977. 380 c. ((348-357.))

. Введение в психологию. Под общ. ред. проф. А.В. Петровского. - М.: Издательский центр «Академия», 1996. ((384))

. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов всех специальностей

педагогических вузов. - М.: Педагогическое общество России, 2003.-512 с. ((256-257,227))

. Годфруа Ж. Что такое психология: Т. 1: Пер. с франц.-М.: Мир 1992.-496 с.

. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология: Учеб. пособие - М.: 1997. - 256 с.

. Колесников В.Н. Лекции по психологии индивидуальности. - М.: Издательство «Институт психологии», 1996. - 224 с. ((163))

. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - М.: ТЦ «Сфера», 2001. -464 с. ((175-231))

. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии: Учеб. пособие для вузов по спец. «Психология» / Под ред. Д.А. Леонтьева, Е.Е. Соколовой. - М.: Смысл, 2000. - 509 с. ((492- использ.))

. Первин Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования / Пер, с англ. М.С. Жам-кочьян под ред. В.С. Магуна - М.: Аспект Пресс, 2001. - 607 с. ((35-36,41-43))

. Психология развития. Под ред. А.К. Болотовой и О.Н. Молчановой. - М: ЧеРо, 2005, 524 с. ((434))

. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2003. - 672 с.

. Рогов Е.И. Общая психология Учеб. пособие - М.: ВЛАДОС, 1998. - 300 с.

. Роговин М.С. Введение в психологию. М.: Высшая школа, 1969. - 384 с.

. Талызина Н.Ф. Педагогическая психология: Учеб. пособие для студ.

сред. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 1998. - 288 с. ((138)))

. Хулаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость». - М.: 2005 г.

18. Шевандрин Н.И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. - М.: гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999 г. - 512 с.

. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер.с англ. и нем./ Общ.ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева; - М.:» Прогресс», 1990.-368 с.

. Сапогова Е.Е. Психология развития человека: Учеб. Пособие - М.: Аспект Пресс, 2005.-460c.