НЕГОСУДАРТСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ВОСТОЧНАЯ ЭКОНОМИКО-ЮРИДИЧЕСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ

АКАДЕМИЯ (Академия ВЭГУ)

Направление - 030301.62 Психология

Профиль - Клиническая психология

КУРСОВАЯ РАБОТА

Возрастные кризисы: психологическая сущность, структура и содержание

Венедиктова Ольга Николаевна

Магнитогорск

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

. СУЩНОСТЬ ВОЗРАСТНОГО КРИЗИСА

.1 Понятие о возрастном кризисе

.2 Отличия критических периодов развития от стабильных периодов

. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ВОЗРАСТНЫХ КРИЗИСОВ

.1 Кризис рождения и новорожденности

.2 Кризис одного года

.3 Кризис трёх лет

.4 Кризис семи лет

.5 Кризис подросткового возраста

.6 Кризис юности

.7 Кризис молодости

.8 Кризис взрослости

.9 Кризис старости

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

ВВЕДЕНИЕ

Проблема возрастных кризисов актуальна и интересна, но недостаточно разработана в теоретическом и экспериментальном плане.

Суть возрастных кризисов - это изменение системы взаимоотношений человека и окружающей действительности. В отличие от кризисов невротического или травматического типа, они являются нормативными изменениями, необходимыми для нормального психического развития.

В эти периоды изменяется эмоциональный фон, появляются элементы депрессивной симптоматики, тревожности, напряженности, снижения работоспособности. Дети в критические периоды становятся раздражительными, капризными, непослушными, вступая в конфликты с взрослыми. Для педагогов и родителей становится необходимой выработка новых стратегий воспитания и обучения в связи с кардинальными изменениями в психике ребёнка. Возрастные кризисы характерны не только для детского возраста. Существуют и так называемые кризисы взрослости, характерной чертой которых является анализ жизни человека и самого себя.

Исследование возрастных кризисов является важным моментом в практической деятельности психолога, так как помогает ему найти выход из кризисных состояний человека с наименьшими потерями и наибольшими приобретениями.

В данной работе рассмотрены основы понятия «возрастной кризис», показано отличие критических периодов от стабильных, а также дано развёрнутое описание всех возрастных кризисов.

Цель работы - формирование представлений о сущности, структуре и содержании возрастных кризисов.

Задачи: теоретическое исследование критических возрастов; анализ структуры и содержания возрастных кризисов.

Предмет исследования - влияние возрастных кризисов на жизнь человека.

Данная работа опирается на труды Л.С. Выготского, Э. Эриксона, Д.Б. Эльконина, Л.И. Божович и др.

. СУЩНОСТЬ ВОЗРАСТНОГО КРИЗИСА

1.1 Понятие о возрастном кризисе

Возрастные кризисы - это непродолжительные по времени (до года) возрастные периоды, в которые происходят резкие психологические изменения. Возрастные кризисы возникают при переходе от одной возрастной ступени к другой и относятся к нормативным процессам, необходимым для нормального развития личности (Л.С. Выготский, Э. Эриксон).

В современной психологии выделяются следующие возрастные кризисы [10]:

· кризис рождения

· кризис новорожденности

· кризис одного года

· кризис трёх лет

· кризис семи лет

· кризис подросткового возраста (14-15 лет)

· кризис юности (18-20 лет)

· кризис молодости (около 30 лет)

· кризис взрослости (40-45 лет)

· кризис старости (около 60 лет)

В возрастной психологии нет единого мнения по поводу кризисов, их места и роли в психическом развитии. Часть авторов (С.Л. Рубинштейн, А.В. Запорожец) считают, что кризисы являются негативным, девиантным проявлением, результатом неправильного воспитания, и что нормальное развитие человека вполне возможно без прохождения кризисов. Другие же авторы (Л. С. Выготский, Л.И. Божович, Д.Б. Эльконин) считают кризисы необходимым и обязательным условием для дальнейшего развития человека. Более того, человек, не переживший по-настоящему кризис, не будет полноценно развиваться дальше.

Возрастной кризис также обусловлен биологическими факторами (физиологические сдвиги в организме, морфофункциональные перестройки и др.), и социальными факторами (смена социальной ситуации развития, изменение статуса, принятие новых социальных ролей и др.). Возрастные кризисные изменения могут иметь непродолжительный характер, оставаясь практически незаметными для человека и окружающих его людей и выражаясь в аномальном поведении, а могут быть достаточно длительными, затяжными.

Протекание возрастных кризисов во многом зависит от темперамента, характера, индивидуальных биологических особенностей, социальных отношений, эмоционально-мотивационной сферы и др. Начало кризисного периода отмечается конфликтом между доступным и желаемым, т. е. конфликтом между рефлексивными моделями и готовностью человека выполнять намеченную жизненную траекторию.

Возрастной кризис характеризуется стремлением к смене ведущей деятельности, так как в новых возрастных условиях реализация прежней затруднена, либо невозможна. При обострении внутри личностных противоречий внешние условия могут спровоцировать возрастной кризис. Человек при этом становится более неустойчивым, на слабые раздражители отвечает неадекватными реакциями, что приводит к существенным изменениям в поведении.

Термин «возрастной кризис» ввёл отечественный психолог Л. С. Выготский и определял его как изменение личности человека, возникающее при смене стабильных периодов.

По Выготскому, возрастной кризис - качественные позитивные изменения, в результате которых личность переходит на новую, более высокую ступень развития. Длительность, форма и острота протекания этих изменений зависят от индивидуальных особенностей, социальных и микросоциальных условий.

По определению Л.С.Выготского, в кризисные периоды ребенок в короткий промежуток времени изменяется целиком, становится трудновоспитуемым, но дело не в воспитании, а в изменении - ребенок становится иным по отношению к самому себе прежнему.

К внешним поведенческим особенностям кризисов по Выготскому [4] относятся следующие:

· неотчетливые границы, отделяющие начало и конец кризисов. Кризис возникает незаметно, трудно диагностировать его начало и конец;

· в середине кризиса наблюдается его кульминация, наличие которой отличает критический период от других;

· в поведении ребенка происходят резкие изменения, он становится трудновоспитуемым, снижаются интерес к занятиям и школьная успеваемость. Возможны конфликты с окружающими.

При более тщательном анализе можно обнаружить более глубокие особенности в поведении детей в кризисный период:

· в отличие от устойчивых этапов, развитие совершается скорее разрушительно, чем созидательно;

· прогрессивное развитие личности ребенка в это время приостанавливается, на первый план выходят процессы распада и разложения того, что образовалось на предшествующем этапе;

· ребенок не столько приобретает, сколько теряет из прежде приобретенного, ранее сложившиеся интересы распадаются.

Таким образом, по Выготскому, кризис - это этап развития, требующий обязательного разрушения, преодоления старой системы (отношений, связей, действий).

Основные положения Л.С.Выготского были развернуты в работах его последователей (Д.Б.Эльконина, Л.И.Божович и др.).

Д.Б.Эльконин определяет кризисы как переходы от одной системы к другой. Д.Б.Эльконин считал, что каждый период состоит из двух стадий: на первой стадии осуществляется изменение мотивационно-потребностной сферы личности, а на второй происходит освоение операционно-технической сферы. Он открыл закон периодичности разных типов деятельности на каждом этапе: за деятельностью, которая ориентирует субъекта в системе отношений между людьми, взаимодействия в социуме, обязательно следует деятельность, ориентирующая в способах употребления предметов. Между этими двумя типами ориентации каждый раз возникают противоречия.

По Д.Б.Эльконину [19], кризисы новорожденности, 3 и 11 лет - это кризисы отношений, когда возникают новые ориентации в человеческих взаимоотношениях; а кризисы 1-го года, 7 и 15 лет - кризисы мировоззрения, изменяющие ориентацию в мире вещей.

Л.И. Божович подразумевала под кризисами переходные этапы от одного периода детского развития к другому. Она считала, что в ответ на потребности ребёнка возникает системное новообразование, которое несет в себе побудительную силу. Это новообразование является обобщённым результатом психологического развития ребёнка в предшествующий период и становится основой для дальнейшего формирования и развития личности. Поэтому Л.И. Божович рассматривает кризисы как переломные этапы онтогенетического развития личности, анализируя которые можно найти психологическую сущность этого процесса.

Особенно ярко критические периоды проявляются у детей, чьи новые потребности, появляющиеся в конце каждого этапа психического развития, не удовлетворяются, либо активно подавляются. Л.И. Божович подчеркивала, что следует различать неудовлетворение потребностей в результате подавления их социальными требованиями (как окружающих, так и самого субъекта), и случаи неудовлетворения потребностей по причине отсутствия подходящих способов их удовлетворения. Так, во втором варианте противоречие между субъектом и его возможностями является основной движущей силой психического развития.

Таким образом, возрастной кризис считается переходным этапом, который переживает человек при смене возрастных периодов, когда завершаются определенные стадии развития.

1.2 Отличия критических периодов развития от стабильных периодов

Выделяются два периода развития - постепенного, литического и резкого, критического. В первый период изменения происходят медленно, эволюционным, или литическим течением. Это возрасты плавного, незаметного внутреннего изменения личности ребенка, когда на протяжении длительного срока (обычно несколько лет) не происходят какие-либо резкие перемены, перестраивающие всю личность ребенка. Они выступают наружу и становятся доступны прямому наблюдению только как заключение продолжительных процессов латентного развития.

В устойчивые, или стабильные, периоды развитие совершается главным образом за счет постепенных изменений личности ребенка, которые, накапливаясь, скачкообразно обнаруживаются в виде каких-либо возрастных новообразований. Этими периодами, если брать чисто хронологически, занята большая часть жизни. Если сравнивать человека в начале и в конце стабильного возраста, то можно отчётливо увидеть огромные перемены в его личности.

Стабильные возрастные периоды изучены значительно больше, чем те, которым характерен другой тип развития - кризисный. В этот период, длящийся от нескольких месяцев до двух лет, происходят резкие и значительные изменения в личности человека. Он меняется весь в целом, в основных чертах личности за короткий срок. Развитие происходит бурно, стремительно, как по скорости происходящих изменений, так и по смыслу совершающихся перемен.

Как уже было сказано выше, существуют внешние поведенческие особенности кризисов. Первой особенностью таких периодов является трудность в определении начала и конца кризиса, отделяющих его от стабильных периодов. Кризис начинается незаметно, сложно определить его наступление и окончание. С другой стороны, в середине этого возрастного периода происходит обострение кризиса, его кульминационная точка, которая является отличительной чертой критических периодов. Благодаря ней можно приблизительно очертить границы этого возрастного этапа, принимая за его начало ближайшее полугодие, предшествующее кульминационной точке, и ближайшее полугодие после неё.

Второй особенностью является так называемая трудновоспитуемость. В этот период ребёнок как бы выпадает из системы педагогического воздействия. В школьные годы в критические периоды у ребёнка обнаруживается ослабление интереса к школьным занятиям, общее снижение работоспособности, и как следствие падение успеваемости. Ребенок становится относительно трудновоспитуемым потому, что изменение педагогической системы, применяемой к ребенку, не успевает за быстрыми изменениями его личности, так как педагогика критических возрастов меньше всего разработана в теоретическом и практическом отношении. Так же этот возраст сопровождается более или менее острыми конфликтами с окружающими. В этот период ребёнок очень переживает, борясь с внутренними конфликтами.

Третьей и самой важной в теоретическом плане особенностью критических возрастов является негативный характер развития. В отличие от стабильных возрастов, в критические периоды развитие совершает разрушительную, а не созидательную работу. Прогрессивное развитие личности на этом этапе приостанавливается. На первый план выходят процессы свертывания и отмирания, распада того, что образовалось в стабильный период. В критические периоды не столько приобретается, сколько теряется из приобретенного прежде, уходят интересы, прежде сложившиеся формы внешних отношений и внутренней жизни.

Но все эти особенности встречаются не всегда. У разных детей критические возрастные этапы проходят по-разному. Существует множество вариаций протекания кризиса, чем в стабильные периоды. Например, не у всех детей наблюдается выраженная трудновоспитуемость или снижение школьной успеваемости. Важно влияние внешних и внутренних факторов на ход самого кризиса.

В критические периоды разрушительная работа совершается в зависимости от необходимости развития свойств и черт личности. Исследования показывают, что негативное содержание развития в переломные периоды только обратная сторона позитивных изменений личности, являющихся смыслом всякого критического возраста. Сущность критического возраста заключается в возникновении своеобразных и специфичных новообразований, которые, в отличие от стабильных возрастов, носят переходный характер и не сохраняются в том виде, в котором возникли. Они включаются в состав новообразований следующего, стабильного периода.

. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ВОЗРАСТНЫХ КРИЗИСОВ

2.1 Кризис рождения и новорожденности

возрастной кризис стабильный критический

Акт рождения ребенка сопровождается сильным стрессом, как для матери, так и для новорожденного. После появления на свет, нервная система ребёнка глубоко потрясена происшедшим, что дало основание называть это психологической травмой рождения. В одночасье происходит переход от темноты к свету, от тепла к холоду, от одного типа питания к другому, многие физиологические системы начинают работать заново. Родовой кризис - это этап перехода от внутриутробного к внеутробному образу жизни.

При рождении происходит физическое отделение ребенка от матери, что приводит к разрыву биохимических, структурно-органических, физиологических связей между ними. Происходит резкий скачёк в развитии ребёнка, переход от биологического к социальному типу развития. Так как младенец не может самостоятельно удовлетворить ни одной жизненной потребности, взрослый становится для него основой развития и полноценной жизни.

Так как этот период очень короткий (до трёх недель), здесь не происходит больших приобретений в психическом развитии, уход за ребенком в основном состоит в стабилизации неустойчивых форм поведенческих реакций.

Кризис новорожденности характеризуется переходом от автоматических движений к произвольным. Ребёнок начинает держать голову, переворачиваться с бока на бок, со спины на живот и обратно. Но главным приобретением в этот период является хватательный рефлекс - первое организованно направленное действие. Ребёнок совершенствует психическое управление движениями рук на основе зрительного восприятия предмета на разнообразных ситуациях, создаваемых взрослым.

Затем ребенок учится сидеть без поддержки, что способствует расширению круга обозреваемых и вовлекаемых в исследование предметов.

Для ребёнка в этом возрасте огромный интерес представляют люди. В присутствии других, особенно матери, он улыбается, оживляется, громко смеётся, бурно реагирует на щекотание. На этом этапе у ребенка преобладает благодушное, жизнерадостное настроение.

Основой развития в кризис новорожденности является противоречие между социальностью ребёнка и минимальными возможностями реализовать эти социальные связи и отношения. В этот период важными становятся взаимоотношения типа « уход - приход» (сон-бодрствование, голод-сытость, взятие-невзятие на руки и др.), образующие пространство, где появляются и реализуются новые средства утверждения и подтверждения самости ребенка. В этот период реализуется потребность в общении и взаимоотношении между ребёнком и взрослым. Такой тип общения называется непосредственно-эмоциональным. Все поведение ребенка теперь воспринимается как «речь», требующая ответа: на плач - приход или предметное замещение, на улыбку - подтверждение своего присутствия и т.п.

Так же в этом возрасте начинается развитие непосредственно речи. Взрослый, имитируя звуки ребёнка, вступает с ним в так называемый «разговор», а ребёнок начинает подражать звукам взрослого. Подражание выступает здесь как своеобразная форма общения и механизм развития речи.

2.2 Кризис одного года

В исследовании кризиса первого года жизни важны 3 момента:

· развитие ходьбы

· развитие речи (первые слова)

· проявление аффектов и воли

С развитием ходьбы у ребёнка расширяется пространство. Но помимо этого происходит отделение его от взрослого. Теперь ребёнок сам решает, куда ему идти, а не мать ведёт его. Ходьба - это важное основное новообразование младенческого возраста.

Развитие речи связано с появлением первых слов. В этом возрасте ещё нельзя сказать, является ли ребёнок говорящим или нет, так как его речь эмоционально окрашена и понятна только близким. Это новообразование даёт начало к возникновению осмысленной речи.

Проявление аффектов и воли, по Л.С.Выготскому, связано с появлением первых актов протеста, противопоставления себя взрослому. Так как ребёнок начинает вести себя как независимое существо, в этом возрасте совершенно нормальным считается появление негативизма, если блокируется его исследовательская деятельность, действия с предметами и т.п. Если ребёнку в чём-то отказано, он в своём поведении как бы возвращается к более раннему этапу своего развития. Подобные реакции наблюдаются у всех детей этого периода, даже у благополучно развивающихся, и могут длиться до 6-7 месяцев.

Взрослому следует проявить терпение и тактичность. Ребёнок в этом возрасте быстро и без проблем переключается на другую деятельность, включается в новую ситуацию, если появляется возможность проявить свою активность и самостоятельность. Поэтому следует, с одной стороны, поощрять его самостоятельность, а с другой, строить взаимоотношения на основе потребности ребёнка в сотрудничестве с взрослыми.

Негативизм в поведении ребёнка, эмоциональные вспышки проявляются в связи с назревшими противоречиями между новыми потребностями ребёнка и возможностями его действий с предметами, отношений с взрослыми, когда активность ребенка была связана с деятельностью взрослого. Эти противоречия разрешаются с помощью речевого общения и новых отношений с близкими людьми. В процессе совместной предметной деятельности зарождается субъектность ребенка, развивается самостоятельность и самобытность.

2.3 Кризис трёх лет

Кризис трёх лет один из самых изученных как в отечественной психологии, так и в зарубежной. Основные проявления кризиса трех лет:

) Негативизм. Возникает уже в начале кризиса. В этом возрасте ребёнок идет вразрез со всем, что ему предлагают взрослые. При этом негатив вызывает не само содержание действия, сколько то, что это предложение взрослых.

) Упрямство. Ребенок начинает принимать самостоятельные решения и настаивать на них, но чаще не потому, что это ему сильно хочется, а потому что он так сказал.

) Строптивость. Выражается в детском недовольстве, противоречии просьбам и требованиям взрослых, в стремлении настоять на собственном желании. Направлена против норм установленных воспитания, существующего образа жизни.

) Своеволие, своенравие. Проявление самостоятельности, так называемое «Я сам». Ребёнок показывает своё недовольство опекой взрослых, отказывается от их помощи.

) Протест-буря. Поведение ребёнка выражает протест против всего, как будто он находится в постоянном конфликте с окружающими.

) Обесценивание. Происходит обесценивание всего от игрушек до взрослых и сверстников. В лексиконе появляются ругательные слова.

) Стремление к деспотизму или ревность. Стремление к деспотизму проявляется чаще в семьях с единственным ребёнком и выражается в том, что взрослые должны делать то, что хочет ребёнок. В семье с несколькими детьми чаще встречается ревность к младшим или старшим сестрам и братьям.

Это всё первичные проявления кризиса трёх лет. К вторичным проявлениям психологи относят:

· потребность ребенка в оценке взрослого, фантазирование с целью получения для себя выгодного результата;

· предвосхищение реакции взрослого на свои действия, заслуживающие порицания;

· демонстративное выражение чувств;

· вымысел с целью избегания наказания;

· сопереживание настроению близких людей;

· переживание неуспеха в деятельности;

· зависимость от собственных фантазий;

· хвастовство несуществующими достижениями;

· хитрость и изворотливость и др.

Психологи считают, что кризис трех лет, наиболее остро протекает при неблагополучных условиях воспитания ребенка. Взрослые испытывают трудности во взаимоотношениях с ребёнком этого возраста, так как его протестующее поведение является неожиданным и немотивированным для них. Ребёнок проявляет негативную эмоциональную реакцию на критику или замечания.

Причиной этого кризиса является отделение ребёнка от взрослого, который теперь возникает в детском мире отдельно и независимо. Дети начинают открывать и познавать мир взрослых, у них появляется стремление к осознанному участию в этой жизни. На этом этапе развития ребёнок становится субъектом своего внутреннего мира, начинает отделять побуждения к действиям от самих действий, у него возникают и умножаются собственные желания. Опыт самостоятельности, инициативности приводит к самоутверждению, осознанию своего «Я». Но в то же время ещё отсутствует опыт принятия обоснованного решения, соподчинения собственных желаний, выбора предмета действий. Например, на предложение взрослого пойти гулять, ребёнок ответит отказом, а на следующее за этим согласие с ним, потребует пойти гулять и т.д.

Для преодоления кризиса трех лет взрослые должны игнорировать ревность ребёнка, настаивать на праве родителей принадлежать друг другу, на праве иметь свою жизнь, отдельную от ребёнка, запрещать вмешиваться в разговоры взрослых, блокировать агрессию по отношению к другим. Ограничения и запреты должны открывать ребёнку объемность и сложность взрослой жизни. Одной из форм обособления взрослого от ребёнка является отдание его в детский сад, где будет больше возможностей для его самостоятельной деятельности, а отношения ребенка с взрослыми и другими детьми строятся по другим правилам, нежели в семье.

«Кризис трёх лет - это перестройка социальных отношений ребёнка, смена его позиции по отношению к окружающим взрослым, прежде всего к авторитету родителей. Он пытается установить новые, более высокие формы отношений с окружающими.» [18, 15]

2.4 Кризис семи лет

Первым в отечественной психологии описал кризис семи лет Л.С.Выготский, который заметил в поведении детей этого возраста резкие перемены и трудновоспитуемость. По Выготскому, основной отличительной чертой этого периода становится утрата ребёнком непосредственности и наивности. Его поведение, отношения с окружающими становятся непонятными в сравнении с предыдущим стабильным периодом, появляется манерность, вычурность, искусственность в поведении.

В этом возрасте дети начинают дистанцироваться, отделяться от близких родных, от семейных ритуалов и стереотипов. Они требуют уважения к себе, формируя тем самым чувство собственного достоинства. Ребёнок по-прежнему любит своих родителей, но не хочет показывать это вовне, выражая недовольство, когда его целуют или ласкают на публике. Дети во время кризиса семи лет начинают ориентироваться на людей вне семьи, находя себе авторитеты среди педагогов, воспитателей, друзей семьи и т.д.

К семилетнему возрасту начинается осознание детьми своих реальных возможностей, или чему ещё им надо научиться, чтобы стать взрослыми. Воспитателями детских садов замечено, что дети, обучающиеся в подготовительных к школе группах, выбиваются из детсадовского распорядка жизни, их тяготит образ жизни в детском саду, и они стремятся к такой деятельности, которая была бы важной, значимой, ценой в глазах людей. В этом возрасте у ребёнка появляется желание учится в школе, поэтому игры в школу становятся важными и постоянными.

В этот период складывается ряд противоречий, которые определяют психологическую готовность ребёнка к школе. Дети этого периода обладают возросшими интеллектуальными возможностями, но не могут их удовлетворить «дошкольными» способами. Так же они стремятся к самоутверждению в видах деятельности, требующих общественной оценки и охватывают сферы жизни, раньше недоступные им. Важным в психическом развитии старшего дошкольника является обучаемость, то есть готовность к усвоению правил поведения и к овладению целями и способами систематического обучения.

При определении психологической готовности ребёнка к школе следует учитывать следующие компоненты:

) Интеллектуальная готовность. К ней относятся общие характеристики мышления ребёнка. Для успешного освоения учебной деятельности должно быть сформировано наглядно-образное мышление и отдельные операции понятийного. Так же ребёнок к 6 годам должен принимать некую задачу как учебную и превращать её в самостоятельную цель деятельности.

) Личностная готовность. Это готовность мотивационной сферы: желание идти в школу, учиться, интерес к школьной жизни и учёбе. Поступая в школу, ребёнку приходится включаться в новую систему социальных отношений, где у окружающих появляются новые требования и ожидания к нему. Детям необходимо теперь ориентироваться на новые заданные социальные нормы.

) Социально-психологическая готовность. Связана с формированием сферы отношений ребёнка с взрослыми и сверстниками. Общение становится внеситуативным. Дети теперь ориентируются на определённые, сознательно принятые задачи, нормы, правила.

) Эмоционально-волевая готовность. Относится к сфере самосознания личности ребенка, отношения к самому себе. Ребёнок учится оценивать себя и свою работу. Волевая готовность поможет ребёнку в выполнении требований учителей, дисциплины, режима, когда «хочу» противопоставляется «надо». Так же формируется активное отношение к препятствиям, мотивация к достижению целей, самостоятельное принятие решений и ответственность за них. Ребёнок учится планировать собственную деятельность, выделять этапы предстоящей работы, выстраивать их в систему, видеть цель на протяжении всех промежуточных этапов и т.п. Важную роль здесь играет речь - сначала подчинение ребенка словесным инструкциям взрослого, а потом и собственным словесным требованиям.

Наличие всех перечисленных видов готовности обеспечивают гармоничное включение ребёнка в режим школы, помогая успешному овладению учебной деятельностью.

2.5 Кризис подросткового возраста

Кризис подросткового возраста является одним из самых длительных. Это трудный этап полового созревания и психологического взросления ребёнка. У подростка появляется желание быть, или хотя бы казаться, взрослым, ограждая многие сферы своей жизни от контроля родителей и часто конфликтуя с ними. Так же он стремиться к интимно - личностному общению со сверстниками. Возникают подростковая дружба, неожиданные, сменяющие друг друга интересы, объединения в неформальные группы.

Физиологические изменения в организме подростка играют важную роль в этот период. Происходит интенсивный рост тела, мускульного аппарата, окостенение скелета. Неравномерное развитие сердца и сосудов, усиленная деятельность желез внутренней секреции приводят к временным расстройствам кровообращения, повышению кровяного давления, напряжению сердечной деятельности у подростков, что выражается в раздражительности, быстрой утомляемости, головокружении и сердцебиении. Нервная система подростка ещё не в состоянии выдержать сильные или длительно действующие раздражители, поэтому часто переходит в состояние сильного возбуждения, либо, наоборот, торможения.

Центральным в физическом развитии ребёнка подросткового возраста становится половое созревание. Появляется половое влечение, а вместе с ним новые переживания и мысли. В этот период важную роль играет правильный режим жизни - труда и отдыха, сна и питания, физических нагрузок и спорта.

Психическое развитие подростка этого возраста носит прогрессивный характер. Происходит развитие навыков научного мышления, с помощью которых он рассуждает о времени, выдвигает гипотезы, предположения, строит прогнозы. Возрастной особенностью этого периода становится склонность к теоретизированию. Выдвигаются собственные политические и философские теории, формулы счастья и любви и т.п. Осваивая логическое мышление, подросток начинает интеллектуально экспериментировать, создавая своеобразную игру в понятия, формулы и т. д. Как следствие появляется своеобразный эгоцентризм. По словам Пиаже, подросток ведёт себя так, как будто бы мир должен подчиняться системам, а не системы действительности.

Кризис подросткового возраста связан с возникновением «чувства взрослости» и нового уровня самосознания. Подросток стремится к утверждению себя в обществе, добивается от взрослых признания своих прав и возможностей. Появляется стремление к самостоятельности и независимости, болезненное самолюбие и обидчивость, если окружающие недооценивают их.

В общении со сверстниками подросток боится быть отвергнутым. Его эмоциональное благополучие в этот период зависит от занимаемого в коллективе места, которое определяется оценками и отношением товарищей. В этом возрасте подростки часто объединяются в группировки, «братства», появляется готовность безоглядно следовать за лидером.

В своем поведении подросток начинает руководствоваться формирующимися собственными нравственными понятиями, убеждениями, принципами, своей системой требований и норм, которая часто не совпадает с требованиями взрослых.

В этот же период важнейшим моментом в становлении личности подростка становится развитие самосознания, самооценки, которая формируется, прежде всего, под влиянием оценок других людей и сравнении себя с другими. Так же в этом возрасте можно наблюдать появление кумиров, примеров для подражания.

К концу этого критического периода происходит самоопределение подростка, осознание им себя в качестве члена общества и своего назначения в жизни.

2.6 Кризис юности

Переход к самостоятельной жизни молодых людей открывает перед ними большие возможности приложения сил и способностей и начинается с реализации личных жизненных планов. Начало взрослой жизни начинается с внутренних противоречий, связанных с особенностями развития личности. С одной стороны, молодые люди приобретают статус взрослых, но с другой стороны, опыта «взрослой» жизни у них еще нет, его только предстоит приобрести. Молодые люди стараются показать свою самостоятельность при выборе и принятии решений, однако этот выбор часто осуществляет импульсивно, под влиянием обстоятельств. Как и в подростковый период, они болезненно воспринимают ограничение самостоятельности и критику их решений, хотя внутренний самоконтроль ещё недостаточно развит.

Наиболее ярко кризис юности проявляется у тех юношей и девушек, которые не поступили в ВУЗы или колледжи. Несбывшиеся надежды вынуждают снова начинать работу по самоопределению. Некоторые молодые люди остаются верны своему выбору и откладывают поступление на следующий год. Другие ищут учебные заведения с меньшим конкурсом, тем самым меняя свой первоначальный выбор, что грозит последующим разочарованием.

Нелёгкий путь ждёт и тех, кто поступил в учебные заведения, подтвердив тем самым свои жизненные планы. Процесс адаптации первокурсников сопровождается следующими трудностями:

· уход из школьного коллектива с его взаимной помощью и моральной поддержкой;

· неподготовленность к обучению в вузе;

· неумение осуществлять психологическое саморегулирование собственного поведения и деятельности в связи с отсутствием контроля со стороны педагогов;

· поиск оптимального режима труда и отдыха;

· налаживание быта (для проживающих в общежитии) и т.п.

Из-за отсутствия жизненного опыта молодым людям свойственна идеализация окружающей действительности - людей, действий, событий. Также в кризисный период в поведении многих юношей и девушек появляется внутренняя неуверенность в себе, сопровождающаяся внешней агрессивностью, развязностью и чувством непонятности, а иногда даже представлением о собственной неполноценности. В студенческом возрасте часто наступает разочарование в жизненном и профессиональном выборе, несоответствие представлений о профессии и ожиданий с реальностью её освоения.

Для тех юношей и девушек, которые выбрали практическую профессиональную деятельность, внутренние переживания и конфликты связаны с расхождением идеальных представлений о деятельности и реальным характером ее протекания. Но для всех молодых людей кризисного возраста важно найти свое место в обществе и построить новые отношения с другими людьми.

В кризис юности молодые люди впервые сталкиваются с экзистенциальным кризисом - кризисом смысла жизни. Появляются вопросы о смысле жизни, о назначении человека, о собственном «Я». Отсюда - интерес к нравственно-этическим проблемам, к психологии самопознания и самовоспитанию. Желание выделится, пойти против массовости и обезличенности отношений взрослой жизни приводит к объединению молодых людей в различные группировки и движения - хиппи, рокеры, панки и другие.

В худшем варианте развития нерешённость кризиса приводит к наркомании, алкоголизму. Неспособность справиться с кризисом в крайней форме приводит к суициду. Но есть у кризиса юности и позитивное начало - возможность становления индивидуальности человека, формирование гражданской ответственности, сознательное и целенаправленное самообразование.

2.7 Кризис молодости

Молодые люди, вступающие в период кризиса молодости, переживают чувства осознания, что юность миновала и начинается новый этап в индивидуальной жизни. Часто прощание с юностью окрашено в грустные тона, так как представление о жизни, сложившиеся между 20 и 30 годами, оказалось не совсем верными, жизнь вдруг перестала казаться понятной, разрушились основы образа жизни, начала перестраивается вся личность.

К тридцати годам завершается определённый этап социального и психологического развития личности. Человек подводит предварительные итоги и определяет перспективы дальнейшей жизни. Рефлексивная оценка пройденного пути, осознание возможностей и перспектив дальнейшего развития является основной чертой кризиса тридцатилетних. Человек может быть доволен своей жизнью, но испытывать неудовлетворенность собой, задаваться вопросом о том, каков он и каким хотел бы быть. Происходит глубинный самоанализ и критический пересмотр собственной личности, приводящий к переоценке ценностей. Иногда это приводит к смене профессии, пересмотру отношений с окружающими, перемене уклада жизни. Такая внутренняя работа необходима для осознания человеком своего места в жизни, что даёт ему возможность изменить себя и развиваться дальше.

Основой процесса самоопределения личности в кризисный период является профессиональная деятельность. Более тяжело этот кризис переживают мужчины, так как ещё в юности, в период самоопределения, они на первое место ставят работу. Тридцатые годы жизни - это годы, когда необходимо делать карьеру. С освоением профессии, приобретением необходимых профессиональных знаний и умений человеку требуется реальное подтверждение его профессиональных достижений. Если после 4-5 лет самостоятельной трудовой деятельности руководство тормозит с дальнейшим продвижением молодого специалиста, то возникает внутренний конфликт, приводящий к углублению кризиса молодости. При этих условиях происходит либо смена работы, либо полное разочарование в своей профессиональной деятельности.

Психологи выделяю четыре возможных способа разрешения профессионального кризиса в этом возрасте:

) Прекращение профессионального роста. Человек останавливается в развитии на определённом уровне, ограничивает профессиональные притязания и перемещает интересы в другие сферы жизни.

) Развитие одной из сторон профессиональной деятельности. Специалист выбирает одно из наиболее успешных профессиональных направлений, повышая квалификацию без выхода за его узкие границы.

) Конструктивное разрешение. Профессионал ищет новые пути развития, что приводит его на более высокий профессиональный уровень.

) Деструктивное разрешение. В этом варианте человек не находит другого выхода, кроме как начать всё сначала - сменить работу, профессиональную деятельность.

Пути разрешения кризиса зависят от особенностей предшествующего периода и индивидуальных особенностей человека. Мужчины и женщины по-разному переживают пересмотр жизненных ценностей в этом возрасте. У мужчин, как и в молодости, приоритетным направлением остаётся карьера. Они могут сменить работу, либо свой образ жизни. Женщины, вследствие разнородности устремлений, труднее достичь своих целей. В этот период приоритеты, установленные в молодости, меняются. Так, например, женщины, ориентированные на семью, начинают активно строить карьеру. И наоборот, те, кто отдавал свои силы работе, начинают больше времени и сил уделять семье.

Тридцатилетний человек - это уникальная личность, находящаяся на вершине развития своих интеллектуальных возможностей, со своим мировоззрением, образом жизни и кругом общения.

.8 Кризис взрослости

Кризис взрослости - это время подведения предварительных итогов. В связи с изменившимися возможностями и условиями жизни человек пересматривает прежнее представление о себе, свои возможности и перспективы, что он успел сделать в жизни, и что ещё может сделать. «Это своего рода повтор, дубль тридцатилетнего кризиса, когда человек заново начинает искать смысл жизни.» [18, 27]

Некоторые исследователи считают главной характеристикой кризиса взрослости расхождение между мечтами и жизненными целями человека, поставленными в юности, и реальностью его существования. Часто оценка достигнутого окрашена в отрицательные, грустные тона: жизнь прошла зря, упущено много возможностей и т.д.

Для других авторов главной причиной кризиса середины жизни становится убывание жизненных сил. К сорока годам появляются первые признаки невозможности достичь результатов, которые могли быть достигнуты в прошлом. Организм начинает слабеть, появляются возрастные заболевания, мысли о старости, угасшей привлекательности.

Третья группа исследователей считают кризис взрослости кризисом жизненных ценностей. В этот период начинается поиск новых ценностных ориентиров в жизни. Чаще всего в этом возрасте человек начинает искать духовные опоры, его духовное развитие либо угасает вместе с биологическими функциями, либо поднимается на совершенно другой уровень, пробуждая новые творческие силы.

В период кризиса взрослости у человека появляется необходимость произвести переоценку ценностей. В случае если переоценка произведена, человек начинает перестраивать свой образ жизни в соответствии с ней. Если этого не сделано, взрослый человек сохраняет мысль о себе как о молодом, что в дальнейшем может привести к отчаянию и разочарованию в жизни.

Кризис проявляется и в личной, интимной сфере. Многие, в тоске по собственной юности, стремятся найти более молодого спутника жизни. В этот возрастной период супругам следует совместно найти новое содержание жизни. Укрепление сложившихся ранее семейных отношений приведёт к расцвету новой волны любви.

Для разрешения кризиса человеку необходимо пересмотреть свои цели в рамках более реалистичной и сдержанной точки зрения, а так же ограниченности оставшегося времени жизни. Тогда он сможет преодолеть кризис взрослости и вступить в следующий период своей жизни с новыми планами и с чувством оптимизма. Если же этого не происходит, у человека начинается период застоя, при котором невозможно прогрессивное развитие личности. Он блокирует свои внутренние противоречия, приспосабливается к ним, тем самым убегая от решения проблемы.

В результате кризиса средних лет вырабатывается новый образ Я, переосмысливаются жизненные цели, вносятся изменения во все области привычного существования, приводя личность в соответствие с изменившимися условиями жизни.

2.9 Кризис старости

В предыдущий стабильный период человек воспринимал мир во всей своей полноте, была видна далёкая перспектива. Но после 56 лет взгляд снова обращается вовнутрь. Начало кризиса старости ознаменовано возникновением чувства будущих больших испытаний. Это время для обдумывания, что уже сделано, что надо завершить, и что ещё хочется сделать. Возникают мысли о затрате времени на какие-то пустяки, об отсутствии дальнейшего будущего.

В этом возрасте человек готовится к выходу на пенсию. Ему приходится привыкать к упадку физических и умственных сил, дальнейшему ослаблению сексуальных потенций и интересов, а также к зависимости от других. Но вместе с этим это период общих социальных достижений - положение в обществе, авторитет и власть, освобождение от рутинных занятий, возможность выбора общественных дел, наиболее интересных для личности. Изменяется мотивация человека, связанная с подготовкой его к предстоящему пенсионному образу жизни, ожиданию старости или сопротивление ей.

Г.С.Абрамова выделяет три группы людей зрелого возраста:

) Есть желание выйти на пенсию. Люди этой группы хотят выйти на пенсию, чтобы заниматься другим делом. Они активно готовятся к этому, получая дополнительную специальность или осваивая новую, необходимую информацию. Пенсию они воспринимают как начало новой жизни, возможность заниматься любимым делом.

) Бояться выхода на пенсию. Эта группа людей пытается продлить время работы, что бы чувствовать себя кому-то нужными, зарабатывая достаточное количество денег.

) Равнодушные. Эти люди давно уже не работают с полной отдачей, поэтому выход на пенсию не принесёт им существенных переживаний, связанных с изменением образа жизни.

В период кризиса старости человек оценивает накопленный опыт, соотношение ожидаемого и достигнутого, подводит итоги своей деятельности, задумываясь над смыслом жизни и ценностью сделанного. Источником жизненной энергии в этом возрасте становятся успехи детей.

Кризис старости преодолевается пониманием роли и места своей деятельности в историческом и общественном процессе, смирением с новой профессиональной деятельностью, приходом новых людей, включением в процесс созидания нового, используя своё общественное и профессиональное положение. В новой ситуации развития человеку необходимо заново найти себя в новых условиях, вырабатывая соответствующие формы поведения и способы деятельности.

В этот период творческая деятельность и профессиональный рост выражаются в обобщении профессионального опыта и передаче его следующему поколению. Это так называемая фаза наставничества. Появляются ученики и последователи, делая жизнь человека более осмысленной и наполненной.

«Искусство старения - это в какой-то степени искусство созревания. Главные элементы и условия «третьего возраста» - физическое и психическое здоровье, глубокая жизненная мудрость и опыт, открытая альтруистическая позиция. Этот идеал реализовать нелегко, но стоит его осмыслить и встать на путь достижения. Осень своей жизни человек должен встретить подготовленным, чтобы его «третий возраст» стал для него «золотым». [10, 103]

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Возрастные кризисы являются непродолжительными возрастными периодами, в которые происходят резкие психические и целостные изменения личности человека. Они возникают при переходе от одной возрастной ступени к другой и связаны с качественными изменениями в социальной, деятельной сферах и сфере сознания. Во время кризиса происходит разрушение одной социальной ситуации развития и возникновение другой, основанной на новом психологическом облике человека. Длительность и интенсивность протекания этих периодов зависят от индивидуальных особенностей, социальных и микросоциальных условий.

Выделяют следующие возрастные кризисы: кризис рождения и новорожденности; кризис одного года; кризис трех лет; кризис семи лет; подростковый кризис; кризис юности; кризис молодости; кризис взрослости; кризис старости. Все эти кризисные периоды чередуются с периодами стабильности, которые отличаются длительностью протекания, меньшей динамикой психических изменений и характером возникающих новообразований.

Целью изучения возрастных кризисов является помощь психологам и педагогам в диагностике и консультировании детей и взрослых, проходящих через эти периоды.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология: Учебное пособие для студентов ВУЗов. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 672 с. ISBN: 5-7695-0303-3

. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. - М.: Просвещение, 1968. - 446 с.

. Возрастная и педагогическая психология / под ред. Гамезо и др. - М., 1984.

. Выготский Л. С. Психология. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2000 - 1008 с.

. Зимняя И. А. Педагогическая психология. Учебник для вузов. Изд. второе, доп., испр. и перераб. - М.: Издательская корпорация «Логос», 2000. - 384 с. ISBN: 5-88439-097-1

. Косякова О. О. Возрастные кризисы. Ростов н/Д: Феникс, 2007 - 224 с.

. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. - 9-е изд. - СПб.: Питер, 2005 - 940 с. (Серия "Мастера психологии")

. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития. Учебник для студентов высших учебных заведений. - М.: Академия, 2012. - 656 с. ISBN: 978-5-7695-9163-1

. Новое педагогическое мышление. Под ред. Петровского А. В. - М., 1989. - 310с.

. Носко И. В. Психология развития и возрастная психология: Учебное пособие. - Владивосток: ТИДОТ ДВГУ, 2003. - 131 с.

. Обухова Л. Ф. Детская возрастная психология (Учебно-методический комплекс: учебник, сборник задач, хрестоматия). - М.: МГППУ, 2004. - 374 с.

. Обухова Л. Ф. Возрастная психология. Учебник для вузов. М.: Юрайт МГППУ, 2012. - 460 с. ISBN: 978-5-9916-0633-2

. Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов: Учебное пособие для студ. высших педагогических заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 184 с.

. Рабочая книга школьного психолога / И. В. Дубровина, М. К. Акимова, Е. М. Борисова и др.; Под ред. И.В.Дубровиной. - М.: Просвещение, 1991. - 303 с.: ил. - (Псих. наука - школе)

. Сорокумова Е. А. Возрастная психология. Краткий курс. СПб.: Питер, 2007. - 208 с: ил. - (Серия «Краткий курс») ISBN: 978-5-469-00943-6

. Хрестоматия по возрастной психологии: Учебное пособие для студентов. Сост. Л. М. Семенюк. Под ред. Д. И. Фельдштейна. - Издание 2-е, дополненное. - М.: Институт практической психологии, 1996. - 304 с.

. Шаповаленко И. В. Возрастная психология. М.: Гардарики, 2005. - 349 с.

. Шпаргалка по возрастной психологии. - М.: Издательство «Окей-книга», 2011. (Скорая помощь студенту) - 32 с. ISBN 978-5-409-00201-5

. Эльконин Д. Б. Детская психология. - М.: Учпедгиз, 1960. - 328 с.

. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. Перевод с английского. - М.: Флинта, 2006. (Серия: Библиотека зарубежной психологии). - 342 с.