Возрастные периоды человека

Литература:

Мухина B.С. Возрастная психология

Обухова Л.Ф. Возрастная психология

Абрамова Г.С. Возрастная психология и психология развития

Психология развития – раздел психологии, который изучает возрастную динамику развития человеческой психики, онтогенез психических процессов и психологических качеств личности. Психологию развития можно назвать «возрастной психологией», хотя данный термин будет не совсем точным. В возрастной психологии развитие изучается только в связи с определенным хронологическим возрастом. Психология развития изучает не только возрастные этапы человеческого онтогенеза, она также рассматривает различные процессы психического развития вообще. Поэтому правильнее будет считать, что возрастная психология – это один из разделов психологии развития. Практически все исследователи считают, что развитие – это изменение во времени. Психология развития отвечает на вопросы что и как именно изменяется; в качестве предмета психология развития изучает закономерные изменения человека во времени и связанные с этим явления и особенности человеческой жизни.

Наука о психическом развитии ребенка – детская психология – зародилась как ветвь сравнительной психологии в конце XIX в. Объективные условия становления детской психологии, которые сложились к концу XIX в., были связаны с интенсивным развитием промышленности, с новым уровнем общественной жизни, что создавало необходимость возникновения современной школы. Учителей интересовал вопрос: как учить и воспитывать детей? Родители и учителя перестали рассматривать физические наказания как эффективный метод воспитания – появились более демократические семьи.

Задача понимания маленького человека стала одной из главных. Желание ребенка понять себя как взрослого человека побудило исследователей относиться к детству более внимательно. Они пришли к выводу, что только через изучение психологии ребенка лежит путь к пониманию того, что собой представляет психология взрослого человека. Точкой отсчета для систематических исследований детской психологии служит книга немецкого ученого-дарвиниста Вильгельма Прейера «Душа ребенка». В ней он описывает результаты ежедневных наблюдений за развитием собственного сына, обращая внимание на развитие органов чувств, моторики, воли, рассудка и языка. Несмотря на то, что наблюдения за развитием ребенка велись задолго до появления книги В. Прейера, его бесспорный приоритет определяется обращением к изучению самых ранних лет жизни ребенка и введением в детскую психологию метода объективного наблюдения, разработанного по аналогии с методами естественных наук. Взгляды В. Прейера с современной точки зрения воспринимаются как наивные, ограниченные уровнем развития науки XIX в. Он, например, рассматривал психическое развитие ребенка как частный вариант биологического. Однако В. Прейер первый осуществил переход от интроспективного к объективному исследованию психики ребенка. Поэтому, по единодушному признанию психологов, он считается основателем детской психологии. Как правило, возрастная психология изучает закономерности психического развития здорового человека и является отраслью психологических знаний. На этом основании выделяют детскую, подростковую, юношескую психологию, психологию взрослого человека и геронтопсихологию.

Онтогенез (от греч. on, ontos– «сущее, рождение, происхождение») – процесс развития индивидуального организма. В психологии онтогенез – формирование основных структур психики индивида в течение его детства; изучение онтогенеза – главная задача детской психологии. С позиций отечественной психологии основное содержание онтогенеза составляют предметная деятельность и общение ребенка (прежде всего совместная деятельность – общение с взрослым). В ходе интериоризации ребенок «вращивает», «присваивает» социальные, знаково-символические структуры и средства этой деятельности и общения, на основе чего и формируется его сознание и личность. Общим для отечественных психологов является также понимание формирования психики, сознания, личности в онтогенезе как процессов социальных, осуществляющихся в условиях активного, целенаправленного развития.

Возрастная психология как научная дисциплина в России начала складываться в середине ХХ в. Получившая распространение идея воспитания, построенного на знании законов духовного и телесного развития человека, выдвинула на первый план физиологию и психологию. На первоначальном этапе главной задачей было доказательство значимости психологии и педагогики. Необходимо было на основе сведений о духовном и физическом развитии ребенка попытаться ответить на ряд принципиальных вопросов. Попытка их решения нашла наиболее яркое воплощение в трудах Н. И. Пирогова, К. Д. Ушинского, Н. Х. Весселя и П. Д. Юркевича, Л. С. Выготского.

Л. С. Выготский избрал областью своего исследования психологию сознания. Он назвал ее **«**вершинной психологией» и противопоставил ее трем другим**:** глубинной, поверхностнойиобъяснительной**.** Л. С. Выготский разработал учение о возрасте как единице детского развития и показал его структуру и динамику. Он заложил основы детской (возрастной) психологии, в которой реализуется системный подход к изучению детского развития. Учение о психологическом возрасте позволяет избежать биологического и средового редукционизма при объяснении детского развития.

**Основные понятия**

**«Возраст»** - это определенный цикл онтогенеза, имеющий специфику и качественное своеобразие психического развития, обусловленное физиологическими условиями организма, условиями жизни, обучением и воспитанием.

Понятие «возраст» разделяют на психологический и хронологический. Хронологическим называют паспортный возраст, т.е. зафиксированную дату рождения. Он является неким фоном для процессов психического развития и становления человека ка личности. Психологический же возраст не связан с датой рождения, его не определяет количество психологических процессов. Он зависит от внутреннего содержания, от того, какие чувства, стремления, желания испытывает человек.

**«Психическое развитие»** - это закономерное изменение психологических процессов во времени, выраженное в количественных, качественных и структурных преобразованиях. На каждом этапе онтогенеза имеет свою специфику, проявляющуюся в возрастной динамике.

**«Социальная ситуация развития (ССР)»** - специфическая для каждого возраста система субъектов социальной деятельности в которой происходит психическое развитие (Выготский)– он определяет ее как то особое сочетание внутренних процессов развития и внешних условий, которые являются типичными для каждого возраста и обуславливают и динамику развития и психическое новообразование, возникающее к концу этого возраста.

**«Психическое новообразование»** - это качественные изменения психики человека к концу каждого возраста в условиях ведущего типа деятельности.

**«Ведущий тип деятельности»** (Леонтьев) - это  деятельность в рамках которой закладываются новые виды деятельности, перестраиваются психические познавательные процессы, возникают псих.новообразования, что в совокупности свидетельствуют о готовности ребенка к переходу на новую возрастную ступень развития.

**«Возрастной кризис»** - это особый, относительно непродолжительный по времени протекания период на разных этапах онтогенеза, характеризуемый обострением противоречий. Это противоречия между новыми потребностями или возможностями развития человека и невозможностью их удовлетворения.

**«Сензетивный период развития»** - это период в котором психика ребенка оказывается наиболее восприимчивой в усвоении чего-либо.

Эти понятия дают ключ к пониманию основных механизмов и закономерностей психического развития человека на разных этапах онтогенеза.

**Возраст –** это конкретная относительно ограниченная во времени ступень психического и психологического развития, имеющая свою структуру и динамику. **Психологический возраст** (Л.С. Выготский) - качественно своеобразный период психического развития, характеризуется прежде всего появлением новообразования, которое подготовлено всем ходом предшествующего развития. Понятие возраст включает в себя: хронологический возраст, биологический, психологический.

Попытка системного анализа категории психологического возраста принадлежит Л.С. Выготскому. Ключевыми его характеристиками он считал социальную ситуацию развития, отражающую место ребенка в системе общественных отношений, деятельность ребенка, новообразования в сфере сознания и личности.

Психологический возраст может не совпадать с хронологическом возрастом отдельного человека, записанным в его свидетельстве о рождении, а затем в паспорте. Возрастной период имеет определенные границы. Но эти хронологические границы могут сдвигаться, и один человек вступит в новый возрастной период раньше, а другой - позже. Особенно сильно «плавают» границы подросткового возраста, связанного с половым созреванием детей.

Возраст — качественно специфическая ступень онтогенетического развития. В жизни человека принято выделять следующие возраста:

1. младенческий возраст 0-1 год

2. раннее детство 1-3

3. дошкольное детство 3-6,7;

4. младший школьный возраст 6,7-10

5. подростковый10-15;

6. юность

 15-17(ранняя);

 17-21-собственно юность

7. зрелость21-60,

 21-35-молодость,

 35-50-взрослость

 50-60-зрелость;

8. пожилой возраст 60-75

9. старческий 75-90

10. долгожители от 90

Каждый возраст в человеческой жизни имеет определенные нормативы, при помощи которых можно оценить адекватность развития индивида и которые касаются психофизического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития. Переход к следующему этапу происходит в форме кризисов возрастного развития.

**Хронологический возраст** – возраст отдельного человека, начиная с момента зачатия и до конца жизни. Хронологические возрасты двух разных людей сопоставимы в двух системах измерения: с одной стороны, по абсолютной шкале времени (временное смещение) и, с другой стороны, по тем психическим изменениям, которые появляются у них в определенном возрасте (возрастное соответствие).

**Биологический возраст** определяется состоянием обмена веществ и функций организма по сравнению со статистически средним уровнем развития, характерным для всей популяции данного хронологического возраста. В понятие биологического возраста за основу взяты генетические, морфологические, физиологические и нейрофизиологические изменения, которые происходят в организме каждого человека.

**Психологический возраст** определяется путем соотнесения уровня психического (умственного, эмоционального и т.п.) развития индивида с соответствующим нормативным средне-статистическим симптомокомплексом. Здесь за основу взяты психофизиологические, психологические и социально-психологические изменения, которые происходят в психике человека (умственный возраст IQ, социальная зрелость или адаптация к среде, эмоциональная зрелость, личностная зрелость).

Некоторые возрастные периодизации

1. В основе периодизации З. Фрейда развитие сексуальности ребенка.

Он рассматривал несколько возрастных периодов, полагая, что в основе критерия развития лежит сексуальное развитие ребенка:

– оральный. От рождения до раннего детства;

– анальное детство. Возникают проблемы: расточительство, накопительство;

– пассивно-сексуальная стадия (5–6 лет). Дети впервые влюбляются;

– латентный возрастной этап. В этот период дети утрачивают интерес к сексуальной теме;

– активный генитальный. Период активной сексуальности (от 11–12 до 15–16 лет).

2. В отечественной психологии существует периодизация Д. Б. Эльконина. Периоды и стадии детского развития он классифицировал следующим образом:

1) этап раннего детства состоит из двух стадий. Первая стадия – младенчество, открывается кризисом новорожденности. Именно на кризисе новорожденности развивается мотивационно-потребностная сфера личности. Вторая стадия – ранний возраст. Начало этой стадии – кризис первого года жизни;

2) этап детства. Начало данного этапа – кризис 3 лет, который открывает начало дошкольного возраста. Вторая стадия начинается с кризиса 6–7 лет. Этот кризис – начальный этап младшего школьного возраста;

3) этап отрочества делится на две стадии. Первая – стадия подросткового возраста. Начало – кризис 11–12 лет. Вторая – стадия ранней юности, начинается кризисом 15 лет.

Д. Б. Эльконин считал, что кризисы 3 и 11 лет – это кризисы отношений, после которых формируются новые ориентации в человеческих отношениях. Кризисы 1-го года, 7 и 15 лет – это кризисы мировоззрения, меняющие ориентацию в мире вещей.

Концепция Э. Эриксона

Психосоциальная концепция развития личности, разработанная Э. Эриксоном, показывает тесную связь психики человека и характера общества, в котором он живет. На каждой стадии своего развития ребенок либо интегрируется с обществом, либо отторгается. Каждой из них соответствуют свои, присущие данному обществу, ожидания, которые человек может оправдать или не оправдать. Все его детство от рождения до юности рассматривается ученым как длительный период формирования зрелой психосоциальной идентичности, в результате которого человек приобретает объективное чувство принадлежности к своей социальной группе, понимание неповторимости своего индивидуального бытия. Постепенно у ребенка формируется «эгоидентичность», чувство устойчивости и непрерывности своего Я. Это длительный процесс, он включает в себя ряд стадий развития личности:

1. В младенчестве главную роль для ребенка играет мать — она кормит, ухаживает, дает ласку, заботу, в результате чего формируется базовое доверие к миру. Оно проявляется в легкости кормления, хорошем сне ребенка, нормальной работе кишечника, умении спокойно ждать мать (не кричит, не зовет, как бы уверен, что она придет и сделает то, что нужно). Динамика развития доверия зависит от матери. Здесь важно не количество пищи, а качество ухода за ребенком, принципиальна уверенность матери в своих действиях. Если она тревожна, невротична, если обстановка в семье напряженная, если ребенку уделяют мало внимания (например, он живет в доме сирот), то формируется базовое недоверие к миру, устойчивый пессимизм. Сильно выраженный дефицит эмоционального общения с младенцем приводит к резкому замедлению его психического развития.
2. Вторая стадия раннего детства связана с формированием автономии и независимости. Ребенок начинает ходить, обучается контролировать себя при выполнении актов дефекации; общество и родители приучают ребенка к аккуратности, опрятности, начинают стыдить за «мокрые штанишки». Социальное неодобрение позволяет ребенку посмотреть на себя как бы изнутри, он чувствует возможность наказания, формируется чувство стыда. В конце этой стадии должно сложиться равновесие «автономии» и «стыда». Это соотношение будет положительно благоприятным для развития ребенка, если родители не станут подавлять его желания, не будут наказывать за провинности.
3. В возрасте 3-5 лет, на третьей стадии, ребенок уже убежден, что он личность. Это осознание приходит, потому что он бегает, умеет говорить. Также расширяется область овладения миром, у ребенка формируется чувство предприимчивости, инициативы, которое закладывается в игре. Последняя очень важна, так как благодаря ей возникают инициативность, творчество, усваиваются отношения между людьми, развиваются психические возможности ребенка: воля, память, мышление и пр. Но если родители сильно его подавляют, не уделяют внимания играм, то это отрицательно влияет на развитие, способствует закреплению пассивности, неуверенности, чувству вины.
4. В младшем школьном возрасте (четвертая стадия) ребенок уже исчерпал возможности развития в рамках семьи, и теперь школа приобщает его к знаниям о будущей деятельности. Если ребенок успешно овладевает знаниями, новыми навыками, он верит в свои силы, уверен, спокоен. Когда в школе его преследуют неудачи, появляется, а потом и закрепляется чувство неполноценности, неверия в свои силы, отчаяния, теряется интерес к учебе. В этом случае он как бы снова возвращается в семью, она оказывается для него убежищем, если родители с пониманием стараются помочь ребенку преодолеть трудности в учебе. Когда родители лишь ругают и наказывают за плохие оценки, чувство неполноценности у ребенка закрепляется на всю его жизнь.
5. В подростковом возрасте (пятая стадия) формируется центральная форма «эгоидентичности». Бурный физиологический рост, половое созревание, озабоченность тем, как он выглядит в глазах других, необходимость найти свое профессиональное призвание, способности, умения — вот проблемы, которые встают перед подростком. И это уже есть требования общества к нему, связанные с его самоопределением. На этой стадии снова возникают все критические моменты прошлого. Если раньше у ребенка оказались сформированными автономность, инициатива, доверие к миру, уверенность в своей полноценности, значимости, то подросток успешно создает целостную форму эгоидентичности, находит свое Я, свое признание со стороны окружающих. В противном случае идентичность размывается, подросток не может отыскать свое Я. Он не осознает своих целей и желаний. Тогда он возвращается к инфантильным, детским, иждивенческим реакциям. Появляется смутное, но устойчивое чувство тревоги, одиночества, опустошенности, постоянного ожидания чего-то такого, что может изменить жизнь. Однако сам человек никаких активных действий не предпринимает, рождаются страх перед личным общением и неспособность эмоционально воздействовать на лиц противоположного пола, враждебность, презрение к окружающему обществу, чувство «непризнания себя» со стороны окружающих. Если человек нашел себя, то идентификация облегчается.
6. На шестой стадии (молодость) актуальным становится поиск спутника жизни, тесное сотрудничество с людьми, укрепление связей со своей социальной группой. Человек не боится обезличивания, смешения с другими людьми, появляется чувство близости, единства, сотрудничества, интимного единения с определенными людьми. Однако если и в этом возрасте происходит диффузия идентичности, то человек замыкается, изоляция и одиночество становятся еще сильнее.
7. Седьмая, центральная, стадия — взрослый этап развития личности. Формирование идентичности продолжается всю жизнь; воздействие ощущается со стороны других людей, особенно детей, — они подтверждают, что ты им нужен. Положительные симптомы этой стадии таковы: личность реализует себя в хорошем, любимом труде и заботе о детях, удовлетворена собой и жизнью. Если не на кого обратить свое Я (нет любимой работы, семьи, детей), то человек опустошается; намечаются застой, косность, психологический и физиологический регресс. Как правило, такие отрицательные симптомы выражены сильнее, если личность подготовлена к этому всем ходом своего развития, если постоянно происходил отрицательный выбор.
8. После 50 лет (восьмая стадия) создается завершенная форма эгоидентичности как результат всего развития личности. Человек переосмысливает всю свою жизнь, осознает свое Я в духовных раздумьях о прожитых годах. Ему нужно понять, что его жизнь — это неповторимая судьба, которую не следует переделывать. Человек «принимает» себя и свою жизнь, им осознается необходимость в логическом завершении жизни, проявляется мудрость, отстраненный интерес к жизни перед лицом смерти. Если «принятия себя и жизни» не произошло, то человек чувствует разочарование, теряет вкус к жизни, понимая, что она прошла не так, зря.

Таким образом, на каждом возрастном этапе между ребенком и обществом, родителями, педагогами складывается своя специфическая социальная ситуация взаимодействия; каждый раз складывается та или иная ведущая деятельность, которая обусловливает главные изменения в развитии личности и способностей человека. Появление новых качеств на определенном возрастном этапе (на другом ведущая деятельность окажется иной, как и социальная ситуация, в которой протекает развитие) порождает специфические проблемы, которые могут быть решены человеком с позитивным или негативным исходом. Результат этого исхода во многом зависит от внешних факторов — от воздействия окружающих, поведения и воспитания родителей, норм общества и этнической группы и т. п.

Например, в младенчестве, если нет тесного эмоционального контакта, любви, внимания и заботы, нарушается социализация ребенка, возникает задержка психического развития, развиваются различные заболевания, у ребенка появляется агрессивность, а в будущем — различные проблемы, касающиеся взаимоотношений с другими людьми. То есть эмоциональное общение младенца со взрослыми является ведущей деятельностью на этом этапе, влияющей на развитие его психики и обусловливающей положительный или негативный исход. Позитивный результат на этом этапе — у младенца формируется доверие к миру, людям, оптимизм; негативный — недоверие к миру, людям, пессимизм, даже агрессивность.



Кризисы возрастного развития

Возрастные кризисы – особые, относительно непродолжительные по времени (до года) периоды онтогенеза, характеризующиеся резкими психическими изменениями. Относятся к нормативным процессам, необходимым для нормального поступательного хода личностного развития (Эриксон).

Форма и длительность этих периодов, а также острота протекания зависят от индивидуальных особенностей, социальных и микросоциальных условий. В возрастной психологии нет единого мнения по поводу кризисов, их места и роли в психическом развитии. Часть психологов считает, что развитие должно быть гармоничным, бескризисным. Кризисы – ненормальное, «болезненное» явление, результат неправильного воспитания. Другая часть психологов утверждает, что наличие кризисов в развитии закономерно. Более того, по некоторым представлениям в возрастной психологии, ребенок, не переживший по-настоящему кризис, не будет полноценно развиваться дальше. К этой теме обращались Божович, Поливанова, Гейл Шихи.

Л.С. Выготский рассматривает динамику переходов от одного возраста к другому. На разных этапах изменения в детской психике могут происходить медленно и постепенно, а могут – быстро и резко. Выделяются стабильные и кризисные стадии развития, их чередование – закон детского развития. Для стабильного периода характерно плавное течение процесса развития, без резких сдвигов и перемен в Личности ребенка. По продолжительности долгие. Незначительные, минимальные изменения накапливаются и в конце периода дают качественный скачок в развитии: появляются возрастные новообразования, устойчивые, фиксирующиеся в структуре Личности.

Кризисы длятся недолго, несколько месяцев, при неблагоприятном стечении обстоятельств растягиваясь до года или даже двух лет. Это краткие, но бурные стадии. Значительные сдвиги в развитии, ребенок резко меняется во многих своих чертах. Развитие может принять в это время катастрофический характер. Кризис начинается и завершается незаметно, его границы размыты, неотчетливы. Обострение наступает в середине периода. Для окружающих ребенка людей оно связано с изменением поведения, появлением «трудновоспитуемости». Ребенок выходит из-под контроля взрослых. Аффективные вспышки, капризы, конфликты с близкими. У школьников падает работоспособность, ослабляется интерес к занятиям, снижается успеваемость, иногда возникают мучительные переживания, внутренние конфликты.

В кризисе развитие приобретает негативный характер: распадается, исчезает то, что образовалось на предыдущей стадии. Но создается и что-то новое. Новообразования оказываются неустойчивыми и в следующем стабильном периоде трансформируются, поглощаются другими новообразованиями, растворяются в них, и, таким образом, отмирают.

Д.Б. Эльконин развил представления Л.С. Выготского о детском развитии. «К каждой точке своего развития ребенок подходит с известным расхождением между тем, что он усвоил из системы отношений человек – человек, и тем, что он усвоил из системы отношений человек – предмет. Как раз моменты, когда это расхождение принимает наибольшую величину, и называются кризисами, после которых идет развитие той стороны, которая отставала в предшествующий период. Но каждая из сторон подготавливает развитие другой».

Кризис новорожденности. Связан с резким изменением условий жизни. Ребенок из комфортных привычных условий жизни попадает в тяжелые (новое питание, дыхание). Адаптация ребенка к новым условиям жизни.

Кризис 1 года. Связан с увеличением возможностей ребенка и появлением новых потребностей. Всплеск самостоятельности, появление аффективных реакций. Аффективные вспышки как реакция на непонимание со стороны взрослых. Главное приобретение переходного периода – своеобразная детская речь, называемая Л.С. Выготским автономной. Она значительно отличается от взрослой речи и по звуковой форме. Слова становятся многозначными и ситуативными.

Кризис 3 лет. Граница между ранним и дошкольным возрастом – один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. Это разрушение, пересмотр старой системы социальных отношений, кризис выделения своего «Я», по Д.Б. Эльконину. Ребенок, отделяясь от взрослых, пытается установить с ними новые, более глубокие отношения. Появление феномена «Я сам», по Выготскому это новообразование «внешнее Я сам». «Ребенок пытается установить новые формы отношения с окружающими – кризис социальных отношений».

Л.С. Выготский описывает 7 характеристик кризиса 3 лет. Негативизм– негативная реакция не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого. Главный мотив действия – сделать наоборот.

Меняется мотивация поведения ребенка. В 3 года он впервые становится способен поступать вопреки своему непосредственному желанию. Поведение ребенка определяется не этим желанием, а отношениями с другим, взрослым человеком. Мотив поведения уже находится вне ситуации, данной ребенку. Упрямство. Это реакция ребенка, которая настаивает на чем-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он сам об этом сказал взрослым и требует, чтобы с его мнением считались. Строптивость. Она направлена не против конкретного взрослого, а против всей сложившейся в раннем детстве системы отношений, против принятых в семье норм воспитания.

Ярко проявляется тенденция к самостоятельности: ребенок хочет все делать и решать сам. В принципе это положительное явление, но во время кризиса гипертрофированная тенденция к самостоятельности приводит к своеволию, она часто неадекватна возможностям ребенка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми.

У некоторых детей конфликты с родителями становятся регулярными, они как бы постоянно находятся в состоянии войны со взрослыми. В этих случаях говорят о протесте-бунте. В семье с единственным ребенком может появиться деспотизм. Если в семье несколько детей, вместо деспотизма обычно возникает ревность: та же тенденция к власти здесь выступает как источник ревнивого, нетерпимого отношения к другим детям, которые не имеют почти никаких прав в семье, с точки зрения юного деспота.

Обесценивание. 3-летний ребенок может начать ругаться (обесцениваются старые правила поведения), отбросить или даже сломать любимую игрушку, предложенную не вовремя (обесцениваются старые привязанности к вещам) и т.п. У ребенка изменяется отношение к другим людям и к самому себе. Он психологически отделяется от близких взрослых.

Кризис 3 лет связан с осознанием себя как активного субъекта в мире предметов, ребенок впервые может поступать вопреки своим желаниям.

Кризис 7 лет. Может начаться в 7 лет, а может сместиться к 6 или 8 годам. Открытие значения новой социальной позиции – позиции школьника, связанной с выполнением высоко ценимой взрослыми учебной работы. Формирование соответствующей внутренней позиции коренным образом меняет его самосознание. Как считает Л.И. Божович – это период рождения соц. «Я» ребенка. Изменение самосознания приводит к переоценке ценностей. Происходят глубокие изменения в плане переживаний – устойчивые аффективные комплексы. Проявляется то, что Л.С. Выготский называет обобщением переживаний. Цепь неудач или успехов (в учебе, в широком общении), каждый раз примерно одинаково переживаемых ребенком, приводит к формированию устойчивого аффективного комплекса – чувства неполноценности, унижения, оскорбленного самолюбия или чувства собственной значимости, компетентности, исключительности. Благодаря обобщению переживаний, появляется логика чувств. Переживания приобретают новый смысл, между ними устанавливаются связи, становится возможной борьба переживаний.

Это приводит к возникновению внутренней жизни ребенка. Начавшаяся дифференциация внешней и внутренней жизни ребенка связана с изменением структуры его поведения. Появляется смысловая ориентировочная основа поступка – звено между желанием что-то сделать и разворачивающимися действиями. Это интеллектуальный момент, позволяющий более или менее адекватно оценить будущий поступок с точки зрения его результатов и более отдаленных последствий. Смысловая ориентировка в собственных действиях становится важной стороной внутренней жизни. В то же время она исключает импульсивность и непосредственность поведения ребенка. Благодаря этому механизму утрачивается детская непосредственность; ребенок размышляет, прежде чем действовать, начинает скрывать свои переживания и колебания, пытается не показывать другим, что ему плохо.

Чисто кризисным проявлением дифференциации внешней и внутренней жизни детей обычно становятся кривляние, манерность, искусственная натянутость поведения. Эти внешние особенности так же, как и склонность к капризам, аффективным реакциям, конфликтам, начинают исчезать, когда ребенок выходит из кризиса и вступает в новый возраст.

Новообразование – произвольность и осознанность психических процессов и их интеллектуализация.

Пубертатный кризис (от 11 до 15 лет) связан с перестройкой организма ребенка – половым созреванием. Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие. Появляются вторичные половые признаки. Подростковый возраст иногда называют затянувшимся кризисом. В связи с быстрым развитием возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. В подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным, нестабильным.

Эмоциональная нестабильность усиливает сексуальное возбуждение, сопровождающее процесс полового созревания.

Половая идентификация достигает нового, более высокого уровня. Отчетливо проявляется ориентация на образцы мужественности и женственности в поведении и проявлении личностных свойств.

Благодаря бурному росту и перестройке организма в подростковом возрасте резко повышается интерес к своей внешности. Формируется новый образ физического «Я». Из-за его гипертрофированной значимости ребенком остро переживаются все изъяны внешности, действительные и мнимые.

На образ физического «Я» и самосознание в целом оказывает влияние темп полового созревания. Дети с поздним созреванием оказываются в наименее выгодном положении; акселерация создает более благоприятные возможности личностного развития.

Появляется чувство взрослости – ощущение себя взрослым человеком, центральное новообразование младшего подросткового возраста. Возникает страстное желание если не быть, то хотя бы казаться и считаться взрослым. Отстаивая свои новые права, подросток ограждает многие сферы своей жизни от контроля родителей и часто идет на конфликты с ними. Кроме стремления к эмансипации, подростку присуща сильная потребность в общении со сверстниками. Ведущей Деятельностью в этот период становится интимно-личностное общение. Появляются подростковая дружба и объединение в неформальные группы. Возникают и яркие, но обычно сменяющие друг друга увлечения.

Кризис 17 лет (от 15 до 17 лет). Возникает точно на рубеже привычной школьной и новой взрослой жизни. Может сместиться на 15 лет. В это время ребенок оказывается на пороге реальной взрослой жизни.

Большинство 17-летних школьников ориентируются на продолжение образования, немногие – на поиски работы. Ценность образования – большое благо, но в то же время достижение поставленной цели сложно, и в конце 11 класса эмоциональное напряжение может резко возрасти.

Для тех, кто тяжело переживает кризис 17 лет, характерны различные страхи. Ответственность перед собой и своими родными за выбор, реальные достижения в это время – уже большой груз. К этому прибавляется страх перед новой жизнью, перед возможностью ошибки, перед неудачей при поступлении в вуз, у юношей – перед армией. Высокая тревожность и на этом фоне выраженный страх могут привести к возникновению невротических реакций, таких как повышение температуры перед выпускными или вступительными экзаменами, головные боли и т.п. Может начаться обострение гастрита, нейродермита или другого хронического заболевания.

Резкая смена образа жизни, включение в новые виды Деятельности, общение с новыми людьми вызывают значительную напряженность. Новая жизненная ситуация требует адаптации к ней. Помогают адаптироваться в основном два фактора: поддержка семьи и уверенность в себе, чувство компетентности.

Устремленность в будущее. Период стабилизации Личности. В это время складывается система устойчивых взглядов на мир и свое место в нем – мировоззрение. Известны связанные с этим юношеский максимализм в оценках, страстность в отстаивании своей точки зрения. Центральным новообразованием периода становится самоопределение, профессиональное и личностное.

Кризис 30 лет. Приблизительно в возрасте 30 лет, иногда несколько позже, большинство людей переживают кризисное состояние. Оно выражается в изменении представлений о своей жизни, иногда в полной утрате интереса к тому, что раньше было в ней главным, в некоторых случаях даже в разрушении прежнего образа жизни.

Кризис 30 лет возникает вследствие нереализованности жизненного замысла. Если же при этом происходит «переоценка ценностей» и «пересмотр собственной Личности», то речь идет о том, что жизненный замысел вообще оказался неверным. Если же жизненный путь выбран верно, то привязанность «к определенной Деятельности, определенному укладу жизни, определенным ценностям и ориентациям» не ограничивает, а, наоборот, развивает его Личность.

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

Проблема смысла во всех своих вариантах, от частных до глобального – смысла жизни – возникает тогда, когда цель не соответствует мотиву, когда ее достижение не приводит к достижению предмета потребности, т.е. когда цель была поставлена неверно. Если речь идет о смысле жизни, то ошибочной оказалась общая жизненная цель, т.е. жизненный замысел.

У части людей в зрелом возрасте бывает еще один, «внеплановый» кризис, приуроченный не к границе двух стабильных периодов жизни, а возникающий внутри данного периода. Это так называемый кризис 40 лет. Это как бы повторение кризиса 30 лет. Оно происходит тогда, когда кризис 30 лет не привел к должному решению экзистенциальных проблем.

Человек остро переживает неудовлетворенность своей жизнью, расхождение между жизненными планами и их реализацией. А.В. Толстых отмечает, что к этому добавляется изменение отношения со стороны коллег по работе: время, когда можно было считаться «подающим надежды», «перспективным», проходит, и человек чувствует необходимость «оплаты векселей».

Помимо проблем, связанных с профессиональной Деятельностью, кризис 40 лет нередко вызывается и обострением семейных отношений. Потеря некоторых близких людей, утрата очень важной общей стороны жизни супругов – непосредственного участия в жизни детей, каждодневной заботы о них – способствует окончательному осознанию характера супружеских отношений. И если кроме детей супругов ничто значимое для них обоих не связывает, семья может распасться.

В случае возникновения кризиса 40 лет человеку приходится еще раз перестраивать свой жизненный замысел, вырабатывать во многом новую «Я-концепцию». С этим кризисом могут быть связаны серьезные перемены в жизни, вплоть до смены профессии и создания новой семьи.

Кризис ухода на пенсию. Прежде всего негативно сказывается нарушение привычного режима и уклада жизни, нередко сочетающееся с острым ощущением противоречия между сохраняющейся трудоспособностью, возможностью принести пользу и их невостребованностью. Человек оказывается как бы «выброшенным на обочину» текущей уже без его деятельного участия общей жизни. Снижение своего социального статуса, потеря сохранявшегося десятилетиями жизненного ритма иногда приводят к резкому ухудшению общего физического и психического состояния, а в отдельных случаях даже к сравнительно быстрой смерти.

Кризис ухода на пенсию часто усугубляется тем, что примерно в это время вырастает и начинает жить самостоятельной жизнью второе поколение – внуки, что особенно болезненно отражается на женщинах, посвятивших себя в основном семье.

С уходом на пенсию, нередко совпадающим с ускорением биологического старения, часто связано ухудшение материального положения, иногда более уединенный образ жизни. Кроме того, кризис может осложниться смертью супруга (супруги), утратой некоторых близких друзей.