

Министерство культуры Республики Беларусь  
Белорусский государственный университет культуры и искусств

**Е. Ч. Алехнович**

**ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

*Учебно-методический комплекс*

Минск  
БГУКИ  
2020

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет культуры и искусств»  
Факультет заочного обучения  
Кафедра психологии и педагогики

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ И. А. Малахова

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета

\_\_\_\_\_ Е. Е. Корсакова

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС  
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

*для специальностей (направлений специальности)*

1-17 01 05 Режиссура праздников (по направлениям)

1-17 03 01 Искусство эстрады (по направлениям)

1-18 01 01 Народное творчество (по направлениям)

1-21 04 01 Культурология (по направлениям)

1-23 01 11 Библиотекведение и библиография (по направлениям)

1-23 01 14 Социально-культурная деятельность (по направлениям)

1-15 02 01-07 Декоративно-прикладное искусство (реставрация изделий)

1-16 01 06-11 Духовые инструменты (народные)

1-16 01 10-02 Пение (народное)

1-17 02 01-04 Хореографическое искусство (народный танец)

1-17 02 01-05 Хореографическое искусство (балльный танец)

1-17 02 01-06 Хореографическое искусство (эстрадный танец)

1-21 04 02-05 Искусствоведение (интегрированное)

Составитель

**Алехнович Е. Ч.**, кандидат психологических наук, доцент

Рассмотрено и утверждено

на заседании Совета университета

(протокол № 3 от 01.11.2017 г.)

УДК 159.922.6(075.8)

ББК 88.4я73

А 491

Рецензенты:

*Н. Е. Петушко*, доцент кафедры межкультурных коммуникаций учреждения образования «Белорусский государственный университет культуры и искусств», кандидат педагогических наук, доцент;  
*кафедра педагогики и психологии дошкольного и начального образования государственного учреждения образования «Минский областной институт развития образования»*

**Алехнович, Е. Ч.**

А491

Возрастная психология : учеб.-метод. комплекс / Е. Ч. Алехнович ; М-во культуры Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т культуры и искусств. – Минск : БГУКИ, 2020. – 84 с.

ISBN 978-985-522-262-1.

Учебно-методический комплекс «Возрастная психология» разработан с целью оказания помощи студентам в системной и структурированной подготовке к лекционным и семинарским занятиям по данному учебному курсу, содействовать в формировании необходимых компетенций в области возрастной психологии.

Особенность структурирования данного комплекса – баланс между современными подходами и трактовками ряда важнейших психологических явлений в области психического развития личности и классическими идеями в этой области научного знания.

Учебное издание включает пояснительную записку, материалы лекций, тематику семинарских занятий, раздел контроля знаний, список литературы, глоссарий.

УДК 159.922.6(075.8)

ББК 88.4я73

ISBN 978-985-522-262-1

© Алехнович Е. Ч., 2020

© Оформление. Учреждение образования «Белорусский государственный университет культуры и искусств», 2020

## СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	6
-----------------------------	---

### 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

#### Тексты лекций

Лекция 1. Общее понятие о возрастной психологии и ее месте в системе наук о человеке .....	10
Возрастная психология как наука, предпосылки ее возникновения .....	10
Предмет возрастной психологии и ее ключевые понятия .....	11
Феномен психического развития, его основные характеристики .....	12
Лекция 2. Периодизация возрастного развития, ее особенности в свете основных психологических теорий .....	14
Проблема возрастной периодизации, ее культурно-историческая и социально-экономическая обусловленность .....	14
Типы возрастных периодизаций .....	15
Лекция 3. Психологическая характеристика основных этапов развития ребенка от рождения до 7 лет .....	19
Психологические особенности периода новорожденности .....	19
Специфика младенческого возраста .....	21
Психологические особенности раннего детства .....	22
Психологическая характеристика дошкольного возраста .....	24
Лекция 4. Психологические особенности младшего школьного возраста .....	25
Психологические особенности кризиса 7 лет .....	25
Особенности развития познавательных процессов .....	27
Эмоционально-личностные особенности младшего школьного возраста .....	29
Лекция 5. Особенности психического развития в подростковом возрасте .....	29
Анатомо-физиологические особенности подростков .....	29
Особенности социальной ситуации развития в подростковом возрасте .....	31
Особенности личностного развития и поведения в подростковом возрасте .....	32

Лекция 6. Психологическая характеристика юношеского возраста .....	34
Специфика социальной ситуации развития в юношеском возрасте. Подходы к определению ведущей деятельности .....	34
Особенности познавательного и личностного развития в юношеском возрасте .....	37
Лекция 7. Психология молодости и зрелости .....	40
Особенности социальной ситуации развития в период молодости и зрелости .....	40
Проблема возрастных кризисов в период взрослости .....	44
Лекция 8. Геронтогенез и его основные психологические характеристики .....	45
Старость как социокультурный феномен .....	45
Кризис пожилого возраста и причины, его обуславливающие .....	47
Физиологические особенности старости .....	47
Психологические особенности людей в период геронтогенеза...	48

## **2. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

### **Тематика семинарских занятий**

Семинарское занятие 1. Общее понятие о возрастной психологии и ее месте в системе наук о человеке .....	54
Семинарское занятие 2. Психологические особенности дошкольного возраста .....	55
Семинарское занятие 3. Особенности психического развития в подростковом возрасте .....	56

## **3. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ**

### **Задания для контролируемой самостоятельной работы студентов**

<i>Тема 1.</i> Возрастная психология и ее место в системе наук о человеке .....	58
<i>Тема 2.</i> Периодизация возрастного развития, ее особенности в свете основных психологических теорий .....	59
<i>Тема 3.</i> Психологическая характеристика основных этапов развития ребенка от рождения до семи лет .....	61
<i>Тема 4.</i> Психологическая характеристика младшего школьного возраста .....	62
<i>Тема 5.</i> Особенности психического развития в подростковом возрасте .....	62
<i>Тема 6.</i> Психологическая характеристика юношеского возраста .....	63

Тема 7. Психологические особенности молодости и зрелости...	63
Тема 8. Геронтогенез и его основные психологические характеристики .....	64
<b>Дополнительные задания для самостоятельной работы студентов .....</b>	<b>66</b>
Темы рефератов .....	68
Вопросы к зачету по возрастной психологии .....	70
Вариант теста проверки и оценки знаний .....	71
Памятка по начислению баллов в соответствии с рейтинговой (накопительной) системой оценки учебной деятельности	72
<b>ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ</b>	
Учебно-методическая карта дисциплины .....	73
Рекомендуемая литература .....	80
Глоссарий .....	81

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современном стремительно меняющемся мире творческий потенциал личности является не только одним из критериев ее самооценности и самобытности, но и важнейшим фактором успешной адаптации к условиям жизни.

Социокультурная деятельность создает оптимальные условия для раскрытия творческого потенциала каждого человека. Но без учета возрастных особенностей личности достижение оптимальных результатов в данном направлении может быть затруднено. В связи с этим учебный курс «Возрастная психология» можно рассматривать как один из неотъемлемых компонентов в системе базовой подготовки будущих специалистов социокультурной сферы. Овладение системой теоретических знаний в области возрастной психологии будет способствовать не только их успешному профессиональному становлению, но и реализации личностного, творческого потенциала, формированию психологической культуры, укреплению гражданской позиции в целом.

Помимо непосредственной профессионально значимой направленности данный курс может помочь студентам глубже разобраться в себе, понять причину и неоднозначность реакций на происходящие в жизни события, объяснить особенности поведения и его мотивы у партнеров по общению, которые принадлежат к разным возрастным группам. Найти пути и средства построения при взаимодействии с ними конструктивных поведенческих стратегий.

Учебный курс «Возрастная психология» является важным блоком в структуре дисциплин психологического цикла. В нем системно и содержательно представлены особенности каждой возрастной группы, сделан акцент на важнейшие психологические качества и характеристики личности, формирующиеся на каждом этапе онтогенеза.

Изучение данной дисциплины даст возможность студентам, готовящимся стать педагогами в социокультурной сфере, увидеть тесную связь педагогики и психологии.

Освоение этого курса будет способствовать формированию *академических компетенций* (АК) специалистов социокультурной сферы:

АК-1. Уметь использовать базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;

АК-2. Владеть системным и сравнительным анализом;

АК-3. Владеть исследовательскими навыками;

АК-4. Уметь самостоятельно работать;

АК-5. Быть способным создавать новые идеи (владеть креативностью);

АК-6. Владеть междисциплинарным подходом к решению проблем;

АК-8. Владеть навыками устной и письменной коммуникации;

АК-9. Уметь учиться, постоянно повышать свою квалификацию, самостоятельно принимать профессиональные решения, анализировать исторические и современные проблемы экономической и социокультурной жизни общества;

овладению *социально-личностными компетенциями* (СЛК):

СЛК-1. Владеть гражданскими качествами;

СЛК-2. Быть способным к социальному взаимодействию;

СЛК-3. Владеть способностью к межличностной коммуникации;

СЛК-4. Владеть навыками здорового образа жизни;

СЛК-5. Быть способным к критике и самокритике;

СЛК-6. Уметь работать в команде;

СЛК-7. Быть способным к взаимодействию, сотрудничеству, разумному компромиссу во время решения инновационных проблем;

освоению *профессиональными компетенциями* в рамках педагогической деятельности (ПК):

ПК-2. Адаптироваться к изменению вида профессиональной деятельности в пределах направления специальности;

ПК-5. Формировать эстетический вкус и художественную культуру произведениями декоративно-прикладного, изобразительного искусства;

ПК-8. Регулировать отношения и взаимодействия в педагогическом процессе;

ПК-9. Планировать процесс обучения и воспитания в соответствии с разработанными нормативными и дидактическими документами;

ПК-12. Создавать психолого-эргономические условия успеваемости, личностно-профессионального становления учащегося;

ПК-13. Учитывать психологические особенности учащихся и практиковать индивидуальный подход к решению целей и задач обучения и воспитания;

ПК-23. Организовывать работу учебного или творческого коллектива на административных должностях в учреждениях образования, культуры и искусства;

ПК-25. Создавать народно-духовые инструментальные коллективы из разных социальных и возрастных групп населения с учетом конкретных условий регионов, осуществлять управление любительскими творческими коллективами, обеспечивать организационную и материально-техническую часть их деятельности.

*Цель учебно-методического комплекса (УМК) по дисциплине «Возрастная психология»* – оказать помощь студентам в системной и структурированной подготовке как к лекционным, так и семинарским занятиям по данному учебному курсу, содействовать в формировании необходимых компетенций в области возрастной психологии с возможностью дальнейшего применения их в профессиональной деятельности.

*Задачи УМК:*

1. Обеспечение студентов теоретическим и практическим материалом, направленным на формирование у них необходимых профессиональных компетенций.

2. Развитие навыков решения личностных и профессиональных проблем с опорой на знания психологических особенностей разных возрастных групп.

3. Воспитание психологической культуры студентов, формирование у них стремления к личностному и профессиональному саморазвитию.

В состав УМК входят теоретический и практический разделы, а также раздел контроля знаний и вспомогательный.

В теоретическом разделе представлен краткий курс лекций по данному предмету, в практическом – тематика семинарских занятий по курсу «Возрастная психология». Раздел контроля знаний включает в себя задания для КСРС, ориентированные на индивидуальный подход, возможность самовыражения, креативность студентов. Также в данном разделе даны темы рефератов и требования к их написанию. Далее представлены вопросы для зачета по данному курсу и примеры тестов контроля знаний в процессе изучения данного курса. Также в этом разделе даны условия начисления баллов в рамках накопительной рейтинговой системы, используемой при изучении дисциплины.

Во вспомогательном разделе приведены учебная программа по возрастной психологии, список литературы, содержащий основные и дополнительные источники по данной дисциплине, учебный терминологический словарь, перечень сетевых ресурсов, полезных для изучения данного курса.

Особенностью структурирования данного учебно-методического комплекса является ориентация на современные тенденции в организации учебного процесса в вузе, приоритет в усвоении знаний путем стимулирования познавательной активности студентов, активизации их мыслительных процессов, опоры на жизненный опыт и его теоретическое обоснование, возможность индивидуального самораскрытия в процессе выполнения заданий к семинарским занятиям и КСРС. Данный курс построен с соблюдением баланса между современными подходами и трактовками к ряду важнейших психологических явлений в области психического развития личности и классическими, фундаментальными идеями в данной области. Во многом данный курс носит интерактивный характер. Это проявляется в методиках организации семинарских занятий, а также в процессе чтения ряда лекций.

# 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

## ТЕКСТЫ ЛЕКЦИЙ

### **Лекция 1. Общее понятие о возрастной психологии и ее месте в системе наук о человеке**

#### ***Возрастная психология как наука, предпосылки ее возникновения***

*Возрастная психология* – это отрасль психологической науки, изучающая закономерности этапов психического развития и формирования личности на протяжении онтогенеза.

Возрастная психология оформилась в качестве самостоятельной области знания к концу XIX в.

Основными предпосылками, давшими начало этому процессу, явились:

- требования педагогической практики – развитие всеобщего обучения;
- разработка идеи развития в биологии – эволюционная теория Ч. Дарвина – идея о генезисе психики;
- появление экспериментальной психологии и разработка объективных методов исследования.

Первоначально возрастная психология ограничивалась лишь изучением закономерностей психического развития ребенка и в большей степени была не возрастной, а детской психологией. Однако запросы современного общества и логика развития науки сделали очевидной необходимость целостного анализа онтогенетических процессов.

Что же это за запросы современного общества?

- а) научное обоснование профотбора;

б) проблема акселерации в период роста и ретардация (отодвигание границ геронтогенеза на более поздние возрастные границы);

в) выявление психических ресурсов человека;

г) установление периодов наивысшей продуктивности;

д) необходимость выработки возрастных норм.

В связи с этим разделами возрастной психологии являются:

– детская психология;

– психология школьного возраста;

– психология юности;

– психология зрелого возраста;

– геронтопсихология.

Возрастная психология связана с большим количеством наук, изучающих различные области человекознания. К числу этих наук можно отнести *другие отрасли психологии*: общую, социальную, педагогическую психологию, психологию развития. Также в этом ряду важно упомянуть педагогику, социологию, физиологию, этнологию, культурологию и др.

### ***Предмет возрастной психологии и ее ключевые понятия***

Предметом любой науки является спектр проблем, вопросов, изучением которых она и занимается.

Как правило, исследователи выделяют три основные составляющие предмета возрастной психологии:

– количественные и качественные изменения в психике при переходе из одной возрастной группы в другую. Изменения в психике и поведении осуществляются практически постоянно. Они могут быть эволюционными, революционными, ситуационными;

– уникальные особенности каждого возрастного этапа, «специфика возраста». В каждом возрасте человек имеет уникальное, характерное только для него соединение психологических и поведенческих особенностей, которое за пределами этого возраста уже больше никогда не повторяется. Понятие «возраст» в психологии имеет несколько значений. Прежде всего, это возраст хронологический, биологический, психологический, социально-психологический;

– движущие силы, условия и законы психического и поведенческого развития человека. Под движущими силами психического развития понимаются факторы, которые определяют собой поступательное развитие человека, являются его причинами, содержат в себе энергетические, побудительные источники развития, направляют его в нужное русло. Условиями психического развития являются внутренние и внешние постоянно действующие факторы, которые, не выступая в качестве движущих сил развития, влияют на него, направляя ход, формируя его динамику и определяя конечные результаты. Законы психического развития определяют те общие и частные закономерности, с помощью которых можно описать психическое развитие человека. Кроме того, опираясь на данные законы, можно влиять на психическое развитие человека.

Основными понятиями возрастной психологии являются:

– сензитивный период развития – период наиболее благоприятный для формирования той или иной психической функции или личностного качества;

– ведущий тип деятельности – вид деятельности, с которым связано возникновение важнейших психических новообразований;

– социальная ситуация развития (термин ввел Л. С. Выготский) – конкретная форма значимых для человека отношений, в которых он находится с окружающей его действительностью (прежде всего социальной) в тот или иной период своей жизни;

– кризис возрастного развития – сосредоточение резких и капитальных сдвигов и смещений, изменений и переломов в личности человека. Важной особенностью возрастного кризиса является его местоположение на линии онтогенеза. Как правило, кризис возникает на стыке двух возрастов и знаменует собой завершение предыдущего этапа развития и начало следующего.

### ***Феномен психического развития, его основные характеристики***

Развитие – всеобщий принцип объяснения природы и общества. Процессу развития подвержены все явления на нашей планете: живые организмы, общество, культура, государственное устройство и т. д.

Л. С. Выготский выделял следующие типы развития:

- преформированный;
- непреформированный.

Преформированный – это тип, при котором в самом начале заданы, закреплены, зафиксированы как стадии, которые явление (организм) пройдет, так и конечный результат, которого явление достигнет.

Непреформированный – тип развития, при котором с момента рождения ребенка не даны ни те стадии, через которые он должен пройти, ни тот итог, которого он должен достигнуть.

Также исследователи выделяют три основных свойства данного процесса: необратимость, направленность, закономерность.

Необратимость выступает как отсутствие возможности возврата к предыдущему состоянию в его первоначальном варианте.

Направленность реализуется в движении развития от низших форм состояний явлений к высшим.

Закономерность – способность системы к воспроизведению однотипных изменений у разных людей.

#### *Основные закономерности психического развития*

*Неравномерность и гетерохронность.* Под неравномерностью понимается уникальность развития каждой психической функции, неповторимость «кривой» ее развития. Каждая психическая функция имеет свои стадии подъема, стабилизации и спада, т. е. развитию присущ колебательный характер. Гетерохронность – несовпадение во времени фаз развития отдельных психических функций.

*Неустойчивость развития.* Развитие всегда проходит через неустойчивые периоды. Наиболее ярко эта закономерность проявляется в кризисах детского развития.

*Сензитивность* – каждая психическая функция имеет свои наиболее благоприятные периоды для формирования.

*Кумулятивность* психического развития означает, что результат развития каждой предшествующей стадии включается в последующую, при этом определенным образом трансформируясь.

*Дивергентность* – конвергентность хода развития – две противоречивые и взаимосвязанные тенденции в психическом раз-

витии. В данном случае дивергенция – это повышение разнообразия в процессе психического развития, а конвергенция – его свертывание, усиление избирательности.

В понимании сути феномена психического развития важно также знать и его основные факторы.

Факторы психического развития – это ведущие детерминанты развития человека. К их числу относят наследственность, среду и активность.

Действие фактора наследственности проявляется в индивидуальных свойствах человека и выступает в качестве предпосылок развития, действие фактора среды (общества) – в социальных свойствах личности, действие фактора активности – во взаимодействии двух предшествующих.

## **Лекция 2. Периодизация возрастного развития, ее особенности в свете основных психологических теорий**

### ***Проблема возрастной периодизации, ее культурно-историческая и социально-экономическая обусловленность***

Для возрастной психологии проблема выделения возрастных этапов является ключевой. Тем не менее, данный вопрос до сих пор не получил однозначного решения.

Если рассматривать этот вопрос в историческом контексте, то можно заметить, что в разных культурах выделялось разное количество возрастных этапов.

Так, например, у древних греков священное число семь нашло отражение и в возрастной периодизации. Солон, один из известнейших представителей своего времени, общественный деятель, политик, поэт в своей возрастной периодизации делил жизнь человека на десять семилетий – хебдомад (hebdomade).

В свою очередь, в Древней Индии священным числом было число четыре. И, как следствие, жизнь человека состояла из четырех стадий: стадии ученичества, стадии домохозяина, стадии лесного отшельника, стадии аскетизма и религиозного подвижничества.

Помимо культурно-исторических факторов, определяющих, как было показано, суть возрастной периодизации, немалую роль в этом вопросе играют также и социально-экономические условия.

Наиболее убедительно данный факт представлен на примере изменения статуса подросткового возраста на протяжении последних 120 лет. Согласно современным подходам граница данного возраста – 12–16 лет. Если в конце XIX – начале XX вв. представители данной возрастной группы уже имели статус вполне самостоятельных граждан, были заняты на производстве, создавали семьи, то сегодня у подростков совершенно иной статус. Они по-прежнему зависят от взрослых, ограничены в ряде прав (гражданских, юридических и др.). Причина таких разительных подходов – в серьезных изменениях, произошедших повсеместно в социально-экономической обстановке.

Таким образом, вышеперечисленные факты убедительно показывают, что возраст – важнейший структурообразующий принцип функционирования социума.

Данный тезис предполагает, что принадлежность человека к тому или иному возрастному слою обеспечивает его права и обязанности, определяет основные социальные роли и нормы поведения. Можно сказать, что традиционная культура понимает возраст как последовательное изменение социального статуса в процессе жизненного пути. Кроме того, важно отметить, что достижение индивидом той или иной стадии жизненного цикла не только обеспечивает ему определенный социальный ранг, но и во многом определяет его идентичность возрасту – т. е. от него требуется и ожидается поведенческое соответствие той возрастной категории, к которой этот человек начинает относиться.

Такой способ организации общественной жизни во многом стабилизирует ее, делая устойчивой и прогнозируемой.

### ***Типы возрастных периодизаций***

В психологии все существующие периодизации, согласно мнению Л. С. Выготского, можно разделить на три группы.

Характерным признаком периодизаций первой группы является то, что в их основе лежит внешний или внутренний, не

связанный непосредственно с самим процессом психического развития критерий. Примером могут служить периодизации, созданные в рамках теории рекапитуляции (К. Гетчинсон, С. Холл).

Также к данной группе можно отнести периодизацию П. П. Блонского. В ней показатель возраста – появление и смена зубов. В связи с этим П. П. Блонский предложил периодизацию, включающую в себя следующие стадии: беззубое детство (до 2–2,5 лет), детство молочных зубов (примерно до 6,5 лет), детство постоянных зубов (до появления зубов мудрости).

Отметим, что перечисленные периодизации далеко не полностью исчерпывают данную группу.

Ко второй группе Л. С. Выготский отнес периодизации возрастного развития, построенные на основе одного психологического критерия. Данная группа периодизаций самая многочисленная. Рассмотрим примеры.

В периодизации Лоуренса Кольберга показатель возраста – степень развитости морального сознания. Исследователь выяснил, что на различных возрастных этапах дети по-разному решают возникающие перед ними нравственные проблемы и задачи, строящиеся на основе морального выбора или оценки.

Л. Кольберг рассматривает развитие морального сознания как последовательный процесс. Обобщив обширный экспериментальный материал, исследователь выделяет шесть стадий развития, объединяющихся в три уровня.

Первый – доморальный уровень (первая и вторая стадии). Нормы морали для ребенка – нечто внешнее, он выполняет правила, установленные взрослыми, из чисто эгоистических соображений. Первоначально он ориентируется на наказание и ведет себя «хорошо», чтобы его избежать (первая стадия).

Затем он начинает ориентироваться и на поощрение, ожидая получить за свои правильные действия похвалу или какую-нибудь другую награду (вторая стадия).

Второй уровень (третья и четвертая стадии) – конвенциональная мораль. Источник моральных предписаний для ребенка остается внешним. Но он уже стремится вести себя определенным образом из потребности в одобрении, в поддержании хороших отношений со значимыми для него людьми. Третья стадия проявляет себя в том, что поступая тем или иным способом, ребенок ориентируется на ожидания и одобрение дру-

гих – группы как целого – мнение класса, дворовой компании. На четвертой стадии – его направленность смещается с референтной группы на конкретное авторитетное лицо, на одобрение и хорошее мнение о себе тех, кого ребенок считает значимыми, референтными для себя лицами. И здесь, мнение одного, авторитетного, человека может стоять больше, чем мнение целой группы.

Третий уровень (пятая и шестая стадии) – автономная мораль. Моральные нормы и принципы становятся собственным достоянием личности, т. е. внутренними. Поступки определяются не внешним давлением или авторитетом, а своей совестью: «на том стою и не могу иначе». Сначала появляется ориентация на принципы общественного благополучия, демократические законы, принятые на себя обязательства перед обществом (пятая стадия), потом – на общечеловеческие этические принципы (шестая стадия).

Согласно наблюдениям Л. Кольберга, дошкольники (примерно 70 %) находятся на доморальном уровне развития; многие дети к 13 годам решают моральные проблемы на втором уровне; развитие высшего уровня морального сознания связано с развитием интеллекта. Однако становления формально-логических операций недостаточно. Даже интеллектуально развитые взрослые люди могут не иметь автономной морали. Что же касается подростков, то только 10 % из них поднимаются до высшего уровня морального сознания.

Также, к данной группе периодизаций возрастного развития относятся периодизация психосексуального развития З. Фрейда, периодизация интеллектуального развития Ж. Пиаже и др.

В третью группу Л. С. Выготский отнес периодизации возрастного развития, построенные на основании нескольких существенных критериев, важных для психологического развития личности. Примером могут служить периодизация Д. Б. Эльконина и Л. С. Выготского.

Так, например, в основу периодизации, предложенной самим Л. С. Выготским, положены два критерия – динамический и содержательный.

Руководствуясь динамикой развития, он выделял в детстве критические и литические периоды, дав качественную характеристику кризисов.

С точки зрения содержания он разделил детство на периоды, исходя из новообразований каждого этапа, т. е. из тех психических и социальных изменений, которые определяют сознание и деятельность детей конкретного возраста.

Сама же периодизация психического развития в детском возрасте, согласно этому ученому, выглядит следующим образом:

- кризис новорожденности;
- младенчество (2 мес. – 1 год);
- кризис одного года;
- раннее детство (1–3 года);
- кризис 3 лет;
- дошкольный возраст (3–7 лет);
- кризис 7 лет;
- школьный возраст (8–12 лет);
- кризис 13 лет;
- пубертатный возраст (14–17 лет);
- кризис 17 лет.

Показательным является тот факт, что большинство периодизаций возрастного развития касаются в основном только детского-юношеского возраста.

Причина этого кроется в том, что первый этап в жизненном цикле человека очень значим в генетическом плане и хорошо изучен, т. к. формирование мотивационной сферы, самосознания, ценностных ориентации и др. прослеживается на протяжении младшего школьного и подросткового возрастов. Возрастные периоды, приходящиеся на середину и конец жизненного цикла, охарактеризовать труднее, потому что с возрастом увеличиваются индивидуально-типические различия; менее определенными становятся, наряду с содержанием, и границы периодов, каждый новый возраст – новое новообразование, после отроческого периода новообразования становятся трудно интерпретируемым феноменом прямого культурного влияния; в период взрослости развитие приобретает новый характер: не связывается напрямую с физическим созреванием и приобретением новых когнитивных навыков и в большей степени определяется внутренней субъектной позицией человека, т. е. принимает качественно новую форму саморазвития; развитие взрослых является суммой не только эволюционных, но и инволюционных процессов.

Тем не менее, в психологии существует ряд возрастных периодизаций, охватывающих полный жизненный цикл человека.

В рамках нашего учебного курса мы будем придерживаться периодизации, принятой Международным конгрессом по возрастной периодизации в Москве в 1965 г.:

- новорожденный до 10 дней;
- грудной (младенческий) возраст 10 дней – 1 год;
- раннее детство 1–2 года;
- первый период детства (дошкольный возраст) 3–7 лет;
- второй период детства (младший школьный возраст) 8–12 лет для мальчиков, 8–11 – для девочек;
- подростковый возраст 13–16 лет для мальчиков, 12–15 – для девочек;
- юношеский возраст 17–21 год для юношей (мужчин), 16–20 лет для девушек (женщин);
- средний (зрелый) возраст:
  - первый период (молодость) 22–35 лет для мужчин, 21–35 – для женщин;
  - второй период (зрелость) 36–60 лет для мужчин, 36–55 – для женщин;
  - пожилой возраст 61–74 года для мужчин, 56–74 – для женщин;
  - старческий возраст 75–90 лет – для мужчин и женщин;
  - долгожители – старше 90 лет.

Помимо периодизаций, описанных в данной лекции, заслуживают внимания также возрастные периодизации, предложенные авторами Э. Эриксоном, Р. Заззо, К. Бюллером, В. И. Слободчиковым и др.

### **Лекция 3. Психологическая характеристика основных этапов развития ребенка от рождения до 7 лет**

#### ***Психологические особенности периода новорожденности***

Рождение – тяжелый, переломный момент в жизни ребенка. Многие исследователи говорят о кризисе новорожденности.

Чем обусловлен этот тезис? Целым рядом доказательств. Прежде всего, рождаясь, ребенок попадает в совершенно но-

вые условия окружающей среды – более низкая температура воздуха, яркая освещенность, его касаются другие люди и тело уже не так защищено от внешнего, не всегда комфортного воздействия, как это было раньше. Кроме того, рождение сопровождается также и кардинальными изменениями, происходящими в функционировании самого организма ребенка. Совершенно по-другому начинают работать системы кровообращения, дыхания, пищеварения, теплообмена. Также ребенок испытывает шок от утраты чувства защищенности и безопасности, которые он испытывал, развиваясь внутриутробно. Бесспорно, всех вышеперечисленных изменений вполне достаточно, чтобы описать этот период в жизни каждого человека как кризисный.

Важно также иметь в виду, что ребенок рождается значительно более беспомощным, чем детеныши многих животных. И эта особенность не случайна.

Отсутствие врожденных форм поведения вынуждено компенсироваться приобретенными формами, преимуществом которых являются пластичность и способность к развитию.

Тем не менее, при всей своей неприспособленности ребенок имеет достаточный и необходимый набор рефлексов, обеспечивающих ему жизнеспособность.

Все рефлексы новорожденного исследователи делят на две группы – функциональные и атактистические. К числу функциональных рефлексов относят группу *пищевых рефлексов*, таких как сосательный, глотательный и др., а также комплекс *защитных рефлексов* (мигательный, зрачковый, рефлекс отдергивания). В этой же группе находятся и *ориентировочные рефлексы* (на звук, цвет).

Вторую группу рефлексов новорожденного ребенка составляют атактистические рефлексы, такие как хватательный рефлекс, а также переступательный, плавательный, ползательный и др.

Таким образом, основными характеристиками периода новорожденности являются следующие:

– социальная ситуация развития – биологическая беспомощность, полная зависимость в удовлетворении потребностей от взрослого;

– ведущая деятельность – непосредственное эмоциональное общение со взрослым;

– новообразование – формирование потребностей в получении впечатлений, движении, общении со взрослым и в познании окружающего мира.

Важным событием в жизни новорожденного ребенка является его первая реакция на взрослого человека. Она проявляется в осознанном, сфокусированном на другом человеке взгляде, улыбке, возможной вокализации, имеющей конкретного адресата – другого человека, а также в усилении двигательной активности. Данной реакции новорожденного исследователи дали название – «комплекс оживления». Это первая осознанная реакция ребенка на другого, иначе говоря – первая социальная реакция. И именно это событие знаменует завершение у ребенка периода новорожденности и переход его в новую возрастную стадию – младенческий возраст.

### *Специфика младенческого возраста*

Согласно периодизации возрастного развития верхняя граница младенческого возраста четко определена – один год.

Какими же основными особенностями характерен этот период в жизни ребенка?

Прежде всего, младенцы активно растут. В среднем, в месяц ребенок прибавляет по одному килограмму в весе, а в росте – по два сантиметра. Кроме того, за первый год своей жизни дети совершают скачок в развитии движений. Так, например, наряду с импульсными движениями в их арсенале появляются и произвольные движения (перекатывания, переворачивания, ползание и т. п.); к пяти-шести месяцам они могут самостоятельно сидеть, и произвольно с помощью сформированного зрительного навыка управлять движением рук; к семи месяцам дети могут ползать; к восьми месяцам – стоять в кроватке; к девяти-десяти – начинают ходить.

Нужно иметь в виду, что представленные данные носят обобщенный характер. Важно помнить и о том, что, согласно мнению Л. С. Выготского, в данном возрасте ребенок развивается «согласно внутренней программе», которая может иметь и индивидуальные особенности.

Активно в этом возрасте развивается и познавательная сфера младенца.

В развитии мышления – основные способы познания окружающего мира – научение, а также метод проб и ошибок.

Память – начинают формироваться простейшие виды памяти. Первым появляется узнавание. В три-четыре месяца дети могут узнавать игрушки. В четыре месяца отличает знакомое лицо от незнакомого.

Речевое развитие – основными механизмами речевого развития в младенчестве становятся подражание и подкрепление. Основные стадии развития речи – гуление (0–6 месяцев); лепет (6–12 месяцев). К концу 1 года ребенок понимает 10–20 слов, произносимых взрослыми, и сам произносит одно или несколько своих первых слов, сходных по звучанию со словами взрослой речи. С появлением первых слов начинается новый этап в психическом развитии ребенка.

Немаловажным событием данного возрастного периода является кризис 1 года.

Основными факторами, обуславливающими данный кризис являются: развитие ходьбы, появление первого слова, сфера аффектов и воли.

Именно в данном возрасте ребенок демонстрирует первые акты неповиновения взрослому – так называемые гипобулические реакции. Для благополучного прохождения данного кризиса взрослому следует признать возросшие возможности и самостоятельность ребенка, не злоупотреблять запретами, а предлагать ему новые формы сотрудничества, основанные на предметных действиях.

### ***Психологические особенности раннего детства***

В период раннего детства (от года до трех лет) психическое развитие ребенка происходит по следующим линиям:

- развитие предметной деятельности и делового общения со взрослым;
- развитие активной речи ребенка;
- развитие произвольного поведения;
- появление игровых замещений;
- формирование потребности в общении со сверстниками.

Для социальной ситуации развития данного возраста характерны возрастающая самостоятельность ребенка, активное вовлечение взрослого в совместное взаимодействие при познании окружающего мира; разрушение ситуации неразрывного единства ребенка и взрослого (ситуация «Мы», по Л. С. Выготскому).

Ведущей в раннем детстве становится предметно-манипулятивная деятельность, направленная на усвоение ребенком функций предметов, закрепленных за ними в культуре.

### *Особенности развития познавательной сферы*

Восприятие. Прежде всего, раннее детство – сензитивный период для развития восприятия ребенка. Дети активно усваивают эталоны и начинают ориентироваться в мире предметов по их форме, размеру и цвету. Восприятие имеет ярко выраженный эмоциональный характер. Детей привлекают выделяющиеся, имеющие для них эмоциональную окрашенность признаки предметов или явлений (громкость, яркость).

В раннем возрасте у ребенка память произвольна. Как правило, она носит кратковременный или оперативный характер. Такая мнемическая особенность детей данного возраста получила название «феномен детской амнезии». В научный оборот это понятие ввел З. Фрейд более ста лет назад.

В развитии мышления в раннем детстве доминирует наглядно-действенная форма. Особенно ярко этот тип мышления проявляется в те моменты, когда в процессе практических действий ребенок познает мир, решает важные для себя задачи – построить башню, правильно надеть обувь и т. п.

Немаловажную роль в развитии мышления в данном возрасте играет речь. Благодаря ее символической функции малыш выходит в своих мыслях за рамки наличной ситуации. Слова становятся для него полномочными представителями вещей – дети могут сообщить о том, что было вчера, что отсутствует в данный момент. Важно также помнить и о том, что раннее детство – сензитивный период для развития речи ребенка.

В данном возрасте у ребенка формируется также и первичная самооценка. В норме она должна быть устойчиво положительной. Взрослым важно помнить, что отношение ребенка к себе полностью определяется отношением к нему других людей (прежде всего – родных).

## ***Психологическая характеристика дошкольного возраста***

Дошкольное детство – большой отрезок жизни ребенка. Условия жизни в это время стремительно расширяются, рамки семьи раздвигаются до пределов улицы, города, страны. В этот период ребенок открывает для себя мир человеческих отношений, разных видов деятельности, общественных функций людей. Мир взрослых все больше и больше привлекает ребенка. Желание отразить весь спектр переживаний, рождающихся у него по этому поводу, смоделировать жизнь взрослых, модели особенностей их профессионального и личностного взаимодействия он реализует посредством своей ведущей деятельности – *сюжетно-ролевой игры*. Отметим, что данный вид игровой деятельности – наивысший. На пути к ней ребенок проходит предварительные стадии в развитии игры: ознакомительную (6 месяцев – первый год), образительную (второй год жизни), сюжетно-образительную (третий год жизни).

Роль сюжетно-ролевой игры в психическом развитии ребенка неопределима. Прежде всего, в игре активно формируются и перестраиваются психические процессы, начиная от самых простых и заканчивая самыми сложными; в процессе игры у дошкольника формируется символическая (знаковая) функция сознания, которая проявляется в использовании вместо реальных предметов их заместителей (палка – вместо коня, шишка – вместо пирога, листик – вместо тарелки и т. п.). В игре активно формируется способность становиться на точку зрения другого человека, партнера по игре, смотреть на вещи с его позиции. Тем самым создается возможность преодоления эгоцентризма детского мышления, перехода его на более высокую степень интеллектуального развития. Игра обладает большими возможностями для формирования «детского общества». В силу своего большого психотерапевтического потенциала игра помогает ребенку в решении эмоциональных проблем, преодолении страхов, формировании навыков конструктивного выражения агрессии и т. п. В игре ребенок научается сознательно подчиняться правилам, что так важно для овладения учебной деятельностью.

К числу важнейших эмоционально-личностных особенностей старшего дошкольника относятся следующие характери-

стики: соподчинение мотивов, проявляющееся в способности ребенка выбирать между несколькими своими желаниями, учитывая при этом и потребности других – взрослых, сиблингов, сверстников. Конечно, научиться этому, найти баланс между собственными потребностями и потребностями других непросто, но при помощи и поддержке взрослых, при их грамотном поведении такие модели поведения становятся для ребенка вполне достижимыми.

Кроме того, к концу старшего дошкольного возраста дети усваивают важнейшие нравственные нормы, принятые в близком для них окружении. При этом не всегда дошкольники следуют этим нормам, но понимание того, что есть хорошо, а что – плохо, у большинства детей уже сформировано.

Еще одним важным новообразованием старшего дошкольного возраста является *произвольность*. Для произвольного поведения дошкольника характерны устойчивость, внеситуативность, соответствие внешних поступков внутренней позиции. В этом возрасте ребенок в достаточной степени знает свои возможности, он может сам ставить цели и находить средства для их достижения. У него появляется возможность планировать свои действия и производить их анализ и самоконтроль.

#### **Лекция 4. Психологические особенности младшего школьного возраста**

##### ***Психологические особенности кризиса 7 лет***

В возрасте семи лет взрослые часто сталкиваются с некоторыми особенностями поведения ребенка, которые, на первый взгляд, могут показаться странными, обескураживающими. Например, без видимой причины ребенок вдруг начинает кривляться, манерничать, капризничать; он может говорить писклявым голосом, ходить изломанной походкой, рассказывать взрослые анекдоты в совершенно неподходящих ситуациях. В его поведении появляется что-то нарочитое, нелепое и искусственное. Именно такие особенности поведения и являются признаком кризиса 7 лет.

За таким несурзным, на первый взгляд, поведением скрывается попытка ребенка выработать у себя способы поведения, с помощью которых можно «дозировано» проявлять свои чувства, контролировать свое эмоциональное состояние, «держаться лицо», исполняя определенные социальные роли. Ведь во многом признаком зрелого поведения является самообладание, способность сохранять контроль над своими эмоциональными и поведенческими порывами.

В семь лет ребенок уже четко знает, что взрослые не всегда напрямую выражают свои переживания, их поведение не всегда тождественно их внутреннему состоянию. Манерничанье и кривляние и есть те первые, не очень умелые попытки семилетнего ребенка освоить этот навык.

При благоприятном проживании данного кризиса у ребенка появляется *произвольность*, дающая ему возможность контролировать свое поведение. Также он начинает *осознавать свои переживания* – психологи называют данное новообразование *интеллектуализацией аффекта*. Если раньше внешние проявления ребенка полностью соответствовали его внутренним переживаниям, то теперь между переживанием и поступком вклинивается «интеллектуальный момент». Ребенок пытается придумать себе какое-то состояние, которое на самом деле в данный момент не переживает.

Потеря непосредственности и интеллектуализация аффекта являются именно теми предпосылками, которые позволяют ребенку благополучно перейти на новый этап развития.

Важнейшей особенностью социальной ситуации развития в данном возрасте является дифференциация системы «ребенок – взрослый» на «ребенок – учитель» и «ребенок – родители». Отметим, что отношение «ребенок – учитель» выступает для ребенка отношением «ребенок – общество» и начинает определять отношения ребенка к родителям и отношения с другими детьми. В первое время дети стремятся точно следовать указаниям учителя; если учитель по отношению к правилу допускает лояльность, то и правило разрушается изнутри. Ребенок начинает относиться к другому ребенку с опорой на отношение к последнему самого учителя. Поэтому важно, чтобы педагог сохранял в отношении с детьми доброжелательность и толерантность независимо от их успеваемости.

Новая социальная ситуация развития требует от ребенка особой деятельности – учебной. Когда ребенок приходит в школу, учебной деятельности как таковой еще нет, и она должна быть сформирована в виде умений учиться. Именно это является специфической задачей младшего школьного возраста.

### ***Особенности развития познавательных процессов***

Появление новой деятельности требует от ребенка более высокого уровня развития познавательных процессов.

Так, восприятие, как и у старших дошкольников, по-прежнему характеризуется произвольностью, хотя элементы произвольного восприятия начинают встречаться все чаще и чаще. Однако у первоклассников еще отсутствует систематический анализ самих воспринимаемых свойств и качеств предметов. Восприятие младшего школьника определяется прежде всего особенностями самого предмета, поэтому дети воспринимают не самое главное, существенное, а то, что ярко выделяется на фоне других предметов (окраска, величина, форма и т. д.).

К третьему классу дети обучаются «технике» восприятия: сравнению сходных объектов, выделению главного, существенного. Восприятие превращается в целенаправленный, управляемый процесс, становится расчлененным.

Внимание, как и восприятие, в начале обучения произвольно. Развитию произвольности способствует четкая организация действий ребенка, обучение его самоконтролю, опора на образец. Объем и распределение внимания низкие, поэтому дети с трудом могут одновременно писать и слушать. К третьему классу и устойчивость внимания, и распределение, и объем возрастают, но предшествовать этому должна целенаправленная работа учителя.

Важными особенностями памяти младшего школьника, особенно, в первые годы обучения в школе, являются эмоциональность и произвольность. Легче всего ребенку запомнить то, что включено в его активную деятельность, то, с чем он непосредственно действовал, а также то, с чем непосредственно связаны его интересы и потребности. Со временем ребенок начинает овладевать приемами запоминания. К третьему клас-

су продуктивность произвольного запоминания выше, чем непроизвольного. Младшие школьники лучше запоминают наглядный материал и значительно хуже – словесный. В словесном материале они лучше запоминают названия предметов и труднее – абстрактные понятия.

В развитии *мышления* младших школьников психологи выделяют две основные стадии. На первой стадии (1–2 классы) их мышление во многом похоже на мышление дошкольников: анализ учебного материала производится по преимуществу в наглядно-действенном и наглядно-образном плане.

Именно поэтому так важен в начальной школе принцип наглядности. К третьему классу мышление переходит в качественно новую, вторую стадию, требующую от учителя демонстрации связей, существующих между отдельными элементами усваиваемых сведений. К третьему классу начинает формироваться формально-логическое мышление.

Таким образом, отметим важнейшую особенность развития познавательных процессов младших школьников. В основном это развитие движется в направлении от произвольных к произвольным характеристикам.

### ***Эмоционально-личностные особенности младшего школьного возраста***

Основными эмоционально-личностными особенностями детей младшего школьного возраста являются доверчивость, исполнительность, склонность к подражанию, малоконфликтность. Как правило, среди детей этой возрастной группы трудно обнаружить злых нарушителей дисциплины, хулиганов, нежелающих учиться.

В структуре личности младшего школьника начинают закладываться основы самосознания, «Я»-концепции. Представления детей этого возраста о себе также различны. Среди младших школьников есть те, у кого данные представления адекватны и устойчивы. Такие дети характеризуются умением анализировать свои поступки, вычленять их мотивы. Им свойственна рефлексия, ориентация на собственные знания о себе, а не на оценку взрослых. Такие младшие школьники быстро приобретают навыки самоконтроля. В случае неадекватных и

неустойчивых представлений о себе дети слабо анализируют свои поступки, плохо разбираются в себе; число осознаваемых черт и качеств своей личности у них невелико и не всегда адекватно. Такие дети постоянно нуждаются во внешнем контроле и поддержке. Встречается и категория детей, которая по-прежнему ориентируется на характеристики взрослых. Эти дети почти не ориентируются в своем внутреннем мире, их представления о себе расплывчаты, они подвержены внешнему мнению, их самооценка неадекватна (они не всегда верно оценивают свои реальные возможности и способности).

Тем не менее, с возрастом адекватность самовосприятия у младших школьников нарастает. Если первоклассники, характеризуя себя, используют «черно-белую терминологию» («плохой – хороший», «добрый – злой», «смелый – трус» и т. п.), то третьеклассники демонстрируют более богатый и дифференцированный психологический словарь для описания поведения своего и других, качеств характера и т. д.

В данном возрасте у детей начинают формироваться также и высшие нравственные чувства (долга, сопереживания, ответственности, товарищества и т. п.)

Таким образом, к числу важнейших *личностных новообразований* младшего школьного возраста можно отнести произвольность психических процессов и действий, внутренний план действий, соподчинение мотивов деятельности, рефлекссию, самосознание.

## **Лекция 5. Особенности психического развития в подростковом возрасте**

### ***Анатомо-физиологические особенности подростков***

Подростковый возраст как самостоятельный этап в жизни человека начал выделяться недавно. Первым этот возрастной период как время повторного рождения индивида, развития его самосознания выделил Ж. Ж. Руссо. С психологической точки зрения первым обратил на него внимание С. Холл.

Уникальность этого возраста заключается в том, что кардинальные изменения, которые происходят с подростком, каса-

ются не только его социально-психологических, но и анатомо-физиологических характеристик.

И здесь важно учитывать, что особенности соматического и полового развития подростков имеют не только непосредственное отношение к здоровью и работоспособности в последующие годы, но и в значительной мере определяют полноценность социального развития.

Этот период и получил название периода полового созревания (иначе, пубертатного периода).

Как правило, при анализе пубертатный период делят на два этапа: первый этап – с 8–9 до 12–13 лет; второй – с 12–13 до 17–18 лет. Основной особенностью первого этапа являются повышение активности эндокринных желез, которые стимулируют выработку большого количества гормонов, выбрасываемых в кровь.

Нервная система в этот период характеризуется неуравновешенностью, что проявляется в нарушениях поведения, неадекватности поведенческих реакций подростков.

Половое созревание девочек начинается в среднем на 1–1,5 года раньше, чем мальчиков. У первых в большей мере выражены нарушения эмоционального плана – повышенная обидчивость, плаксивость, беспричинная смена настроения, у мальчиков же – изменения поведения и двигательных реакций.

Подростки становятся более шумными, непоседливыми, их действиям сопутствуют движения рук, ног, туловища (не могут усидеть спокойно, вертят что-то в руках, толкаются и т. д.).

В этот период заметными становятся повышенная утомляемость подростков, а также отклонения, связанные с усиленным ростом: головокружение, потемнение в глазах и даже обмороки при резком изменении положения тела, длительном неподвижном стоянии.

На втором этапе полового созревания происходит стабилизация взаимосвязей между центральной нервной системой, эндокринными центрами и половыми железами. Это проявляется в более уравновешенном отклике подростков на внешние раздражители, в большей прогнозируемости их поведения. Также в это время происходит интенсивное увеличение размеров и массы тела (вплоть до 10 кг за год), начинают активно проявляться вторичные половые признаки. У подростков увеличива-

ется интерес к представителям другого пола, усиливается половое влечение. Если на первом этапе полового созревания подростки нуждаются прежде всего в щадящем режиме, то старшим подросткам необходима правильная организация их деятельности, разумное и здоровое заполнение свободного времени. Установлено, что чаще всего нарушения дисциплины случаются именно у тех подростков, кто не нашел конструктивного применения своей избыточной энергии.

В этом возрасте внешность становится одним из факторов самоутверждения личности. В связи с этим у подростков нередко возникает чувство внутреннего протеста против происходящих изменений – как во внешности, так и в психическом состоянии. В отдельных случаях чувство протеста против этих изменений может достигать болезненной степени и приводит к некоторым нежелательным поведенческим реакциям, например к так называемой нервной анорексии (т. е. отказу от пищи).

### ***Особенности социальной ситуации развития в подростковом возрасте***

Исследователи, анализируя особенности физиологических и социально-психологических изменений у подростков, указывают, что немаловажным фактором, осложняющим протекание данного периода, является диспропорция между уровнями развития: очевидно, что социальное созревание отстает от физиологического.

Тем не менее, в социальной ситуации данного возраста также происходят существенные изменения. Прежде всего, в этом возрасте на первый план по значимости выходят отношения подростка со сверстниками.

И именно этот факт во многом и определил подходы исследователей к определению ведущей деятельности у подростков.

У отечественных исследователей нет единого мнения по данному вопросу. Так, например, Д. Б. Эльконин считает, что ведущая деятельность подростков – общение со сверстниками. Общение, сознательное экспериментирование с собственными отношениями с другими людьми (поиски друзей, выяснение отношений, конфликты и примирения, смена компаний) выделяются в относительно самостоятельную область жизни. Глав-

ная потребность периода – найти свое место в обществе, быть «значимым» – реализуется в сообществе сверстников.

В то же время, по мнению Д. Б. Фельдштейна, ведущей деятельностью подростков все же является общественно полезная, социально признаваемая и одобряемая активность. Именно она позволяет подросткам формировать в себе ответственность, значимость, пользу для окружающих – для мира взрослых. А общение со сверстниками у них доминирует в том случае, если отсутствуют возможности осуществления социально значимой и социально одобряемой деятельности, упущены возможности организации общественно полезной деятельности подростков.

Общение с родителями в этот период характеризуется повышенной конфликтностью. Причин тому несколько. Здесь можно отметить стремление подростка отделиться от родителей и их неготовность предоставить ему такую свободу. Также нередко причинами непонимания становятся материальная зависимость подростка от родителей, их нежелание менять привычный стиль воспитания, сохранение у подростка детских черт в поведении.

### ***Особенности личностного развития и поведения в подростковом возрасте***

Главным содержанием подросткового возраста является его переход от детства к взрослой жизни. «Чувство взрослости» развивается как специфическое новообразование самосознания. Оно является стержнем личности. Французский психолог Д. Оффер определил три возможных пути взросления подростка: «непрерывный рост» – спокойный переход через взросление, характеризующийся неповрежденностью семейных отношений, отсутствием расхождений с родителями, т. е. «мягкое», плавное взросление; «волнообразный рост» – характеризуется переживанием эмоционального конфликта, трудностями в отношениях со сверстниками, поврежденностью отношений со взрослыми, проявлениями девиантного поведения; адаптивные явления преобладают на этом пути взросления; «затрудненный рост» – развитие с заметными проблемами внутреннего беспорядка, семейными разногласиями, уходами из дома, демонстрациями противостояния, даже – с клиническими проблемами.

Важной характеристикой этого возраста является такое явление, как эгоцентризм, который проявляется в двух формах: феномен «воображаемой аудитории» – подросток более всего заинтересован собой, происходящими с ним психофизиологическими изменениями, он интенсивно анализирует и оценивает себя. При этом у него возникает иллюзия, будто другие люди озабочены тем же самым, т. е. непрерывно оценивают его поведение, внешность, чувства и образ мыслей. Подросток пребывает в убеждении, что его постоянно окружают некие зрители, а он как бы все время находится на сцене.

Вторая форма эгоцентризма подростка – синдром личных мифов. Это вера в уникальность собственных чувств (страдания, любви, ненависти, стыда), основанная на сосредоточенности на собственных переживаниях. И лишь постепенно, делаясь своими ощущениями с товарищами, подросток приходит к убеждению, что и у них переживания имеют такую же интенсивность.

Определенным своеобразием характеризуются также и поведенческие реакции подростков. При их неадекватном проявлении исследователи говорят об интрапунитивных реакциях, проявляющихся в аутоагрессивном (т. е. направленном на себя) аффекте, экстрапунитивных реакциях, проявляющихся в виде внешней агрессии, адресованной окружающим, и импунитивных реакциях, или реакциях ухода, бегства от аффектогенной ситуации, хотя это бегство никак эту ситуацию не исправляет, а порой и усугубляет.

Еще одной особенностью подросткового возраста являются акцентуации характера, т. е. чрезмерная выраженность отдельных черт характера или их сочетания. Выделяют следующие типы акцентуаций: гипертимный (основная особенность этого типа – жизнерадостность и приподнятое настроение), циклоидный (отличается повышенной эмоциональной неустойчивостью); epileptoидный (характеризуется подавленным, негативным эмоциональным фоном); сенситивный (основная черта – повышенная впечатлительность); астеноневротический (склонность к быстрому истощению, в том числе и физическому); неустойчивый (характеризуется частыми перепадами настроения, склонен к поиску развлечений); конформный (ориентирован на безынициативность, соглашательство); исте-

роидный (имеющий ярко выраженный эгоцентризм); психастенический (подвержен излишней тревожности); шизоидный (склонен к замкнутости, отличается глубоким погружением в собственный внутренний мир).

В заключении, обобщая все вышесказанное, можно отметить, что развитие подростка осуществляется в четырех основных областях: физиологической, когнитивной, личностной, социальной. В каждой из этих сфер, в свою очередь, решаются собственные задачи. В физиологической – необходимость реконструкции телесного образа «Я» и построения мужской или женской идентичности; постепенный переход к взрослой сексуальности. В когнитивной – развитие способности к абстрактному мышлению; расширение временной перспективы. В личностной – осознание временной протяженности собственного «Я», включающей детское прошлое и определяющей проекцию себя в будущее; осознание себя как отличного от интериоризованных родительских образов; осуществление системы выборов, которые обеспечивают цельность личности (профессии, половой идентичности и идеологических установок). В социальной – освобождение от родительской опеки; постепенное вхождение в группу сверстников.

## **Лекция 6. Психологическая характеристика юношеского возраста**

### ***Специфика социальной ситуации развития в юношеском возрасте. Подходы к определению ведущей деятельности***

Прежде всего, определим границы юности. Вы помните, что согласно периодизации возрастного развития, принятой на Международном конгрессе в Москве, этот период длится от 17 до 21 года для юношей (мужчин) и 16 до 20 лет для девушек (женщин).

Среди основных особенностей данного возраста, которые, конечно же, влияют на дальнейшее личностное становление молодого человека или девушки, выделяется расширение диапазона социальных ролей и интересов. Кроме того, на этот возраст приходится много критических социальных событий:

получение паспорта; наступление периода полной юридической ответственности за свои возможные правонарушения; возможность реализации активного избирательного права; возможность вступления в брак.

Необходимо отметить также и встающую перед молодыми людьми задачу выбора профессии.

В специфике социальной ситуации развития отметим и появляющееся разнообразие выборов вариантов дальнейшего жизненного пути. Нужно подчеркнуть, что в юношеском возрасте такое разнообразие появляется впервые. На ранних этапах онтогенеза у большинства из нас жизненные сценарии во многом схожи. В данном же возрасте жизненные выборы могут быть разные. Прежде всего, это студенчество; начало трудовой деятельности; для парней – служба в армии; у девушек может быть вариант создания семьи и родительство; и бегство от общества.

Тем не менее, основная задача данного возрастного этапа – дальнейшее жизненное самоопределение. Это отражено в понимании того, что является ведущей деятельностью у представителей данной возрастной группы.

Как и в случае с подростками, для юношеского возраста нет единого подхода к определению типа ведущей деятельности. Остановимся на трех наиболее популярных подходах.

1. Ведущая деятельность в период юности – учебно-профессиональная (т. е. учение, направленное на приобретение будущей профессии). Такой позиции придерживаются Д. Б. Эльконин и А. Н. Леонтьев.

2. Д. И. Фельдштейн, в свою очередь, полагает, что в этом возрасте основные виды деятельности – труд и учение.

3. По мнению И. В. Дубровиной, в юности ведущей является деятельность по профессиональному самоопределению.

Несмотря на расхождения во взглядах, как видно, общим для всех описанных подходов является тезис о необходимости профессионального самоопределения молодых людей.

Определение своей будущей профессии – процесс достаточно долгий. Исследователи выделяют ряд моментов в данном процессе.

Во многом выбор юношей той или иной профессии зависит от степени сформированности у него познавательных интересов.

Однако нередко юноши и девушки заканчивают школу и продолжают колебаться в выборе профессии.

Согласно статистике, на момент окончания школы 21 % юношей и 33 % девушек уже определились с выбором профессии.

Каковы же основные мотивы юношей и девушек, выбирающих себе профессию? Сюда можно отнести мотив самоактуализации, социальную престижность профессии, уровень зарплаты у специалистов в данной сфере, родительские установки, интерес к профессии, полоролевые факторы, близость/удаленность от дома; личностные особенности молодых людей.

Показательным и вызывающим беспокойство является и то, что мотивы, связанные с возможностью принести пользу людям, у современных юношей и девушек становятся все менее актуальными. Приведем пример этих данных: в 13–14 лет таких ответов – 37,1 %; в 15–16 лет – 25,5 %; в 17–18 лет – 18,8 %.

Продолжая анализ социальной ситуации развития в данном возрасте, остановимся и на особенностях общения юношей и девушек со взрослыми и сверстниками.

Так, в этом возрасте к общению со взрослыми возникает особый интерес. При благоприятном стиле отношений в семье после подросткового возраста у юношей и девушек обычно восстанавливаются эмоциональные контакты с родителями, причем на более высоком, сознательном уровне. При всем стремлении к самостоятельности они нуждаются в жизненном опыте и помощи старших. Отношения со взрослыми, хотя и становятся доверительными, но сохраняют определенную дистанцию. Содержание такого общения лично значимо для молодых людей, но это не интимная информация. Необходимость отделения, автономизации от взрослых по-прежнему актуальна для них.

Различают следующие виды автономизации: *эмоциональная* (проявляется как ослабление эмоционального контакта с родителями); *поведенческая* (культивируются собственные манеры и правила поведения); *нормативная* (устанавливается собственная, отличная от родительской, система ценностей и правил взаимоотношений).

Наибольшая автономия от родителей устанавливается в сфере досуга, развлечений, потребительских ориентации.

В общении со сверстниками также наблюдаются некоторые отличные от подросткового возраста особенности. Прежде всего, юноши и девушки становятся более избирательными и щепетильными в выборе круга друзей. Тех, кто для них имеет статус «друг» гораздо меньше, чем тех, кто имеет статус «приятель». Темы, обсуждаемые с друзьями, как правило очень личные, исповедальные. С этим кругом людей они делятся своими чувствами, мыслями, интересами, увлечениями.

К доверительному же общению со взрослыми юноши и девушки прибегает чаще всего в проблемных ситуациях, когда они сами затрудняются принять решение, связанное с их планами на будущее, в осмыслении трудностей, возникающих в общении с партнером.

Важной особенностью этого возраста является также и готовность к партнерским отношениям, желание их.

Несмотря на демократизацию и упрощение взаимоотношений между юношами и девушками, они вовсе не так элементарны, как кажется некоторым взрослым. Современный ритуал ухаживания проще традиционного, зато он нигде не кодифицирован. Это создает нормативную неопределенность. Характерно, что большая часть вопросов, задаваемых в этом возрасте, касается ее нормативной стороны: как надо вести себя в ситуации ухаживания, например, во время свидания, когда можно (и нужно) целоваться. Сколько времени должно пройти от начала встреч до начала сексуальных отношений, и вступать ли в них вообще и т. п.

Озабоченность ритуальной стороной дела иногда настолько сильна, что молодые люди зачастую глухи к переживаниям друг друга, даже собственные их чувства отступают перед вопросом, «правильно» ли они поступают с точки зрения норм своей половозрастной группы. И нередко смещение приоритетов в этом вопросе приводит к завершению отношений.

### ***Особенности познавательного и личностного развития в юношеском возрасте***

Для более полного и всестороннего понимания данного возраста важно знать особенности познавательного и личностного

развития юношей и девушек. Прежде всего, напомним, что в последние годы обучения в школе многие из них испытывают огромные интеллектуальные нагрузки, связанные с необходимостью подготовки к поступлению в вуз: работа по повышению среднего балла по успеваемости, занятия на дополнительных курсах или с репетиторами. Специфической особенностью интеллектуального развития в этом возрасте является способность юношей и девушек к дивергентному мышлению, проявляющемуся в многовариантности решений появляющихся перед ними задач.

Старшеклассники очень любят «большие» теории и тяготеют к глобальным обобщениям. Однако широта интересов, как правило, сочетается в юношеском возрасте с разбросанностью, отсутствием системы и метода в получении знаний и навыков – интеллектуальным дилетантизмом.

Еще одной распространенной юношеской особенностью является склонность к преувеличению своих интеллектуальных способностей и силы своего интеллекта, тяга к показной, вычурной интеллектуальности.

То есть умственное развитие в юношеском возрасте заключается не столько в накоплении знаний и навыков, изменении свойств и структуры интеллекта, сколько в формировании индивидуального стиля умственной деятельности.

### *Сфера личностного развития в данном возрасте*

Центральным личностным новообразованием данного возраста является становление устойчивого самосознания и стабильного образа «Я», открытие своего внутреннего мира, его эмансипация от взрослых. В юности у человека появляется устойчивое мировоззрение. Степень его сформированности зависит от уровня интеллекта, наличия собственной системы убеждений.

У юношей и девушек в это время появляется также и способность к саморефлексии, самоанализу.

Однако личностное развитие, становление собственного «Я» у представителей этой возрастной категории происходит по-разному. Исследователи в связи с этим рассматривают несколько вариантов развития.

Первый характеризуется плавным и постепенным продвижением к переломному моменту в своей жизни, а затем относительно легким включением в новую систему отношений. Таким юношам и девушкам несвойственны романтические порывы, обычно ассоциирующиеся с юностью, их радует спокойный, упорядоченный уклад жизни. Они больше интересуются общепринятыми ценностями, в большей степени ориентируются на оценку окружающих, опираются на авторитет. У них, как правило, хорошие отношения с родителями, а учителям они практически не доставляют хлопот. В данном варианте развития существуют и некоторые минусы. Как правило, такие люди менее самостоятельны, более пассивны, иногда более поверхностны в своих привязанностях и увлечениях.

Представители второго типа развития характеризуются быстрыми, скачкообразными изменениями, которые, благодаря высокому уровню саморегуляции, хорошо контролируются, не вызывая резких эмоциональных срывов. Молодые люди из этой группы рано определяют свои жизненные цели и настойчиво стремятся к их достижению. Однако при высокой произвольности, самодисциплине у них слабее развиты рефлексия и эмоциональная сфера.

Тем, кто относится к третьему типу, присущи особенно мучительные поиски своего пути. Такие молодые люди не уверены в себе и плохо себя понимают. У них недостаточно развита рефлексия, отсутствует глубокое самопознание, нет должной произвольности. Они импульсивны, непоследовательны в поступках и отношениях, недостаточно ответственны. Часто эти молодые люди отвергают ценности родителей, но предложить ничего своего не в состоянии. Влившись во взрослую жизнь, они продолжают метаться и долго остаются неприкаянными.

Таким образом, основные итоги возраста можно свести к следующим новообразованиям: общая эмоциональная зрелость; определение предпочитаемой сексуальной ориентации; общая социальная зрелость; эмансипация от родительского дома; интеллектуальная зрелость; выбор профессии; навыки обращения со свободным временем; идентификация собственного «Я» (перцепция «Я»).

## Лекция 7. Психология молодости и зрелости

### *Особенности социальной ситуации развития в период молодости и зрелости*

Согласно периодизации возрастного развития, которую мы взяли за основу, возрастные периоды, которые будем рассматривать на этой лекции, имеют следующие возрастные рамки:

- молодость – 22–35 лет для мужчин и 21–35 – для женщин;
- зрелость – 36–60 лет для мужчин, 36–55 – для женщин.

Начнем с анализа социальной ситуации развития. Основными составляющими жизни человека в этот период являются его семейная жизнь (выбор супруга, рождение и воспитание детей) и профессиональное становление. Рассмотрим каждую из этих составляющих.

Итак, молодость – это время, когда человек полностью готов к созданию семьи. Физиологически и психологически он находится в оптимуме для решения этой задачи. Практика показывает, что в процессе выбора партнера у большинства людей есть несколько вариантов, но выбор падает на кого-то одного из возможных потенциальных партнеров. Как же происходит этот выбор? Есть ли ему объяснение?

Психологи считают, что этот выбор имеет объяснение. Теорий, которые дают ответ на этот вопрос, несколько. Остановимся на двух наиболее популярных: динамической, имеющей в своей основе идеи психоанализа, и теории «фильтров».

Основная суть динамической теории – на выбор партнера в браке оказывает влияние образ родителя противоположного пола. Согласно этому подходу, если роль этого родителя была в семье позитивной, то это создает предпосылки супружеской гармонии, если негативной, то возможны нарушения супружеских отношений. Получается, что человек выбирает себе партнера, который позволил бы актуализировать неразрешенные конфликты детства, на которого можно проецировать инфантильные желания. Случай же сознательного отторжения родителя противоположного пола и выбора партнера по типу анти-родителя также является источником внутреннего конфликта. И только осознанное принятие негативного родителя позволяет освободиться от его образа и подойти к гармоничному супружеству.

Теория «фильтров» А. Керкгоффа и К. Дэвиса объясняет этот выбор как последовательное прохождение через серию фильтров, которую, как правило, имеет большинство людей относительно того, каким они хотели бы видеть своего будущего супруга. В число этих характеристик могут входить как характерологические особенности человека, так и социальные или внешние его характеристики.

Результатом прохождения через все фильтры, как правило, и является вступление в брак. Бесспорно, количество фильтров и их смысловое наполнение во многом определяют качество этого результата. И в данном случае, если человек осуществлял свой выбор, но со временем разочаровался в нем, неправомерно обвинять партнера. Возможно, критерии, которые были взяты в качестве отправных точек этого выбора, были недостаточно зрелыми и важными для совместной жизни.

Исследователи выделяют также и определенный ряд факторов, составляющих группу риска для брака. В их число можно включить возраст партнеров. Есть оптимальный возрастной континуум, оптимальный для создания семьи. Для наших социально-культурных условий для девушки это – 25–27 лет, для молодого человека – 30–32 года. Еще одним фактором риска является разница в возрасте, превышающая 7 лет. Сюда же можно отнести и социально-демографическую разницу партнеров, отсутствие у супругов сиблингов, неустойчивость их отношений до брака, отрицательное отношение родителей к выбору их ребенка, слишком короткий или долгий срок отношений до вступления в брак, добрачная беременность, наличие друзей противоположного пола у одного из будущих супругов.

Вступая в брак, партнеры должны знать и о неизбежных, нормативных кризисных периодах, которые проходит семья.

Как правило, есть два основных критических периода в развитии супружеских отношений. Первый кризисный период наступает между третьим и седьмым годами супружеской жизни и продолжается в благоприятном случае около года. Его возникновению способствуют исчезновение романтических настроений, активное неприятие контраста в поведении партнера в период влюбленности и в повседневном семейном быту; рост числа ситуаций, в которых супруги обнаруживают разные взгляды на вещи и не могут прийти к согласию; более частые проявления отрицательных эмоций, возрастание напряженно-

сти в отношениях между партнерами. Также глубину и длительность этого кризиса может определять и появление в семье ребенка, точнее, не появление ребенка как таковое, а готовность супругов принимать на себя роль родителей, принимать совместное участие в уходе и воспитании своих детей.

Второй кризисный период наступает примерно между семнадцатым и двадцать пятым годами совместной жизни. Данный кризис менее глубокий, чем первый, но продолжаться он может несколько лет. Его возникновение часто совпадает с приближением периода инволюции, повышением эмоциональной неустойчивости, страхами, появлением различных соматических жалоб, снижением либидо; возникновением чувства одиночества, связанного с уходом детей.

Важно помнить, что данные кризисные периоды носят нормативный характер. Способность супругов поддержать друг друга, найти совместные способы преодоления возникающих противоречий и трудностей дает им шанс поднять свои отношения на более качественный уровень, обрести в своей паре надежную поддержку и ресурс.

Наряду с кризисными периодами, исследователи выделяют также кризисы ненормативные. Нередко к ним приводят непонимание между партнерами, неумение конструктивно решать возникающие противоречия, а также ориентация пары на конфликтогенный тип отношений между собой. Исследователи выделяют следующие типы конфликтных отношений между партнерами: «шлейф прежнего образа жизни» – супруги не могут поступиться привычками из прежней холостяцкой жизни («девичники – мальчишники», походы в баню, длительные телефонные разговоры и т. п.). Неудовольствие супруга в связи с привычками другого рассматривается как посягательство на права; «дидактизм», характеризующийся обоюдным или односторонним стремлением поучать; «маменькин сынок – папенькина дочка» – модель, при которой супруги апеллируют к мнению своих родителей, разрешая вторгаться в эту деликатную сферу чужому опыту; «озабоченность» – такой тип конфликтных отношений в семье, где постоянно присутствует нерешенная проблема (собственная или чужая), возможно, «прихваченная» с работы; вариант «готовность к бою» – ситуация, при которой супруги находятся в состоянии напряжения, в ожидании подвоха, обиды со стороны друг друга.

Вступая в брак, партнерам нужно помнить, что семейное счастье, взаимопонимание и гармония не рождаются сами по себе. Стабильные семейные отношения – ежедневный, скрупулезный и кропотливый труд каждого из супругов.

Второй составляющей социальной ситуации развития в этом возрасте является реализация взрослого человека в его профессиональной деятельности.

Как показывает практика, выбирая профессию и принимая решение заниматься именно этим видом деятельности, люди руководствуются разными мотивами. В связи с этим можно выделить несколько типов профессиональной ориентации личности.

Профессиональная компетентность – данный тип характеризуется наличием способностей и талантов в определенной области, стремлением достичь в профессии высокого уровня мастерства, не готовый заниматься деятельностью, в которой нет возможности развивать свои способности.

Менеджмент – тип профессиональной ориентации, при котором основные усилия человек тратит на интеграцию усилий других людей, используя свой навыки межличностного и группового общения, ему удается хорошо организовывать коллег, достигать высоких результатов за счет слаженной коллективной работы.

Автономия (независимость) – тип ориентации, где человеку важно освобождение от организационных правил, предписаний и ограничений. Здесь наблюдается ярко выраженная индивидуалистическая направленность. Как правило, ориентированный на такой тип профессиональной деятельности человек не хочет подчиняться правилам организации (рабочее время, место работы, форменная одежда), готов отказаться от продвижения по службе и от других возможностей ради сохранения своей независимости.

Для типа ориентации, направленного на «стабильность», характерна потребность в безопасности и стабильности для того, чтобы будущие жизненные события были предсказуемы. Такие люди могут быть талантливыми и подниматься на высокие должности в организации, но, предпочитая стабильную работу и жизнь, они откажутся от повышения, если оно грозит риском и временными неудобствами (даже в случае широко открывающихся возможностей).

Тип ориентации «служение» предполагает работу с людьми, служение человечеству, помощь людям, желание сделать мир лучше и т. д. Чаще всего представители такой направленности работают в области охраны окружающей среды, проверки качества продукции и товаров, защиты прав потребителей и т. д.

В случае выбора направленности «вызов», человеку важна конкуренция, победа над другими, преодоление препятствий, решение трудных задач.

### ***Проблема возрастных кризисов в период взрослости***

Возрастные периоды, рассматриваемые нами в данной теме, сопряжены и с возрастными кризисами.

Для периода молодости характерен кризис 30 лет, или кризис смысла жизни, в период зрелости человек сталкивается с кризисом 40 лет, или кризисом середины жизни.

Кризис 30 лет, или кризис смысла жизни, связан с расхождением между областью наличного и областью возможного, желаемого. Он связан с задачей коррекции плана жизни с высоты накопленного опыта, создания более рациональной и упорядоченной структуры жизни и в профессиональной деятельности, и в семье.

Нередко происходит переоценка прежних выборов – супруга, карьеры, жизненных целей, определение жизненных приоритетов.

Кризис середины жизни (40 лет) связан с переживаниями по поводу первых признаков соматического старения. Еще одним знаковым явлением кризиса середины жизни может стать явление «опустевшего гнезда». Третья сторона кризиса связана с переживанием профессиональной несостоятельности. Некоторые обнаруживают неудовлетворенность профессиональной карьерой, отсутствие любимого дела, неустроенность взаимоотношений на рабочем месте и т. п.

К числу факторов, затрудняющих протекание кризиса, можно отнести проекцию кризиса на свое окружение. В этом случае человек будет стремиться изменить именно окружение, а не самого себя. Действительно, многие люди в этот период начинают хаотично менять место работы, семью, иногда страну проживания; также затрудняет течение кризиса страх изменений.

Факторами, облегчающими проживание кризиса, являются умение быть счастливым, т. е. находить радость и получать удовольствие от имеющейся ситуации (основными источниками счастья являются отношения близости, а также возможность творчества); способность поддерживать баланс между устремленностью в будущее и жизнью в настоящем.

Полагаю, очень кратко, но в то же время емко о данном возрасте сказал Е. Евтушенко. Предлагаю именно этими строками и завершить лекцию.

Сорокалетье – странная пора,  
Когда еще ты молод и не молод  
И старики понять тебя не могут,  
И юность, чтоб понять, – не так мудра.

Сорокалетье – страшная пора,  
Когда измотан с жизнью в поединке  
И на ладони две-три золотинки,  
А вырытой пустой земли – гора.

Сорокалетье – дивная пора,  
Когда иную открывая прелесть,  
Умна, почти как старость, наша зрелость,  
Но это зрелость вовсе не стара.

*Е. Евтушенко*

## **Лекция 8. Геронтогенез и его основные психологические характеристики**

### ***Старость как социокультурный феномен***

По традиции, приступая к знакомству с сегодняшней темой, вспомним границы возрастных периодов, относящихся к периоду геронтогенеза. Это пожилой возраст – 61–74 года для мужчин, 56–74 – для женщин; старческий возраст – 75–90 лет для мужчин и женщин; долгожители – люди, возраст которых старше 90 лет.

В мировой науке отмечается большой интерес к изучению старости. Как социальная категория, старость, по мнению Ф. Ариеса, была выделена лишь в XX в. Это вызвано, в первую очередь, демографической ситуацией, складывающейся на планете за последние 100 лет. Повсеместно происходит старение населения, т. е. увеличение доли пожилых людей в популяции, особенно очевидное в высокоразвитых странах.

Причинами старения населения исследователи считают сокращение рождаемости, улучшение здравоохранения, снижение уровня смертности в младенческом и старших возрастах, увеличение индивидуальной продолжительности жизни.

В то же время феномен старения населения порождает новые медицинские, финансовые, юридические, политические и другие проблемы. Все острее встает проблема, связанная с пенсионным обеспечением и социальной поддержкой населения.

Отметим, что в разных культурах традиционно по-разному относились и относятся к периоду геронтогенеза. Чаще всего говорят о таких типах отношений, как геронтофилия и геронтофобия.

Геронтофилия – тип отношения к данному возрасту, связанный с почитанием, признанием его ценности. Таким обществам, как правило, свойственна сакрализация личности стариков. Чаще всего это характерно для представителей восточных культур. Так, например, в Древнем Китае возраст 60–70 лет назывался «желанным», в буддизме считается, что тела святых старцев не подвержены тлению и т. д.

Геронтофобия характеризуется негативным отношением к старости. В определенных культурах существовал обычай убийства стариков. Это было обусловлено представлением о том, что не стоит продлевать старость, тягостную и для индивида, и для общества. Некоторые тенденции подобного отношения к геронтогенезу присущи и западной цивилизации. В обществе, ориентированном на конкуренцию, высокие скорости, направленность на будущее, а не на осознание ценности прошлого и настоящего, бесспорно, люди старшего возраста теряют свою ценность, рассматриваются как «субкультура, угрожающая прогрессу».

## *Кризис пожилого возраста и причины, его обуславливающие*

Начало геронтогенеза сопровождается «кризисом пожилого возраста». Основное содержание этого кризиса – ситуация изменения социального статуса и внутренней позиции человека по отношению к своей жизни. Принять эти перемены непросто. Не каждому они даются легко. Поэтому выделяют два типа отношения к этим переменам.

Первый тип (и таких людей в нашем обществе большинство) нелегко переживает приближение пенсионного возраста («шок отставки»). Человек утрачивает источник социальной стимуляции, ухудшается его материальное положение – он вынужден отказаться от удовлетворения ряда потребностей. Самое угнетающее в явлении отставки – потеря перспективы и планирования времени. Люди, переживающие этот период подобным образом, оказываются не в состоянии переструктурировать свое поведение в освободившееся время и применить свои силы к другим делам. В результате у них происходит угасание активности, ведущее к ухудшению самочувствия.

Люди, относящиеся к другому типу, воспринимают «отставку» как высвобождение времени на реализацию новых возможностей, как освобождение от многих социальных ограничений и предписаний. Они сохраняют позитивные установки, планы на будущее, реализуют свои дремавшие склонности.

Как полагают геронтопсихологи, важно, чтобы данный кризис человек решил в положительном ключе.

Такой результат поможет найти ресурсы в данном возрасте, придаст ему смысл, наполнит ценностью этот период жизни, снизит остроту реакции на негативные издержки данного возраста. Для положительного разрешения кризиса у человека должно сформироваться чувство целостности данного возраста, ценности собственной жизни. Чтобы их достичь, необходимо разрешить три задачи.

Первое – переоценить собственное «Я». Помимо профессиональной или какой-то другой социальной роли, которые, возможно в предыдущие периоды наполняли смыслом его жизнь, человеку надо суметь перейти к новому рассмотрению себя, найти способы признать свою уникальность, которая появится у него в этом возрасте.

Второе – осознание факта неизбежного ухудшения здоровья и выработка необходимого «равнодушия», терпимости. Успешное старение возможно, если человек сможет приспособиться к неизбежному физическому дискомфорту или найдет такое занятие, которое поможет ему отвлечься.

Третье – преодоление озабоченности перспективой близкой смерти, принятие мысли о смерти без ужаса, продление собственной жизненной линии через участие в делах молодого поколения.

### ***Физиологические особенности старости***

Отличительной особенностью геронтогенеза является прогрессирующее ухудшение физического самочувствия человека. Особенно заметными такие изменения становятся в период старости и долгожительства. К числу наиболее явных и общих перемен для большинства представителей данной возрастной группы относится неспособность переносить длительные и напряженные физические и нервные нагрузки; заметно снижается работоспособность органов и систем, существенно изменяется внешний вид, связанный прежде всего, с обезвоживанием организма. У людей этих возрастных групп замедляется образование нервной ткани, вследствие чего ослабляется чувствительность нервной системы и сенсорные способности. Также заметно замедляются в данном возрасте процессы регенерации и восстановления после травм или болезней.

Тем не менее, важно понимать, многое в жизни человека зависит и от его собственного выбора, готовности сопротивляться регрессу. Примеров, которыми полна книга рекордов Гиннеса, и примеров наших соотечественников и граждан других стран, достигших весьма преклонного возраста, но при этом не утративших интереса и любви к жизни, готовых бросить вызов своему возрасту, немало.

### ***Психологические особенности людей в период геронтогенеза***

Очевидно, что в период геронтогенеза изменениям подвергаются и психологические особенности личности. Рассмотрим в отдельности особенности познавательной и личностной сферы человека в этот период.

*Особенности познавательной сферы.* Основное, что характеризует старение, – это снижение психической активности, выражающееся в сужении объема восприятия, затруднении сосредоточения, внимания, замедлении психомоторных реакций. У человека возрастает время реакции, замедляется обработка перцептивной информации, снижается скорость когнитивных процессов.

Важно при этом помнить, что сами психические функции остаются качественно неизменными и практически сохранными.

Основные изменения касаются памяти и интеллекта.

Память ухудшается, но это неоднородный процесс. У пожилых людей ниже эффективность организации, повторения и кодирования запоминаемого материала. Однако тренировка после тщательного инструктирования и небольшой практики существенно улучшает результаты, даже у самых старых (тех, кому около 80 лет). Однако эффективность подобного обучения молодых людей выше, т. е. резервные возможности развития у пожилых людей меньше. Разные виды памяти – сенсорная, кратковременная, долговременная – страдают в разной степени. После 70 лет в основном страдает механическое запоминание, а лучше всего работает логическая память. Причем, как показывает практика, особым изменениям подвержена кратковременная и оперативная память. В долговременной памяти таких сильных изменений не происходит.

Интеллект. После 30-летнего возраста, на который приходился пик интеллектуального развития, начинался процесс регресса. Первоначально эти изменения носят минимальный характер и долгое время остаются практически незаметными. Лишь после 65 лет можно констатировать наиболее значительное снижение интеллектуальных показателей личности.

*Особенности личностного развития.* Одной из проблем геронтогенеза является наличие у человека свободного времени. Вот он парадокс! В молодости и в зрелости люди живут с ощущением острой нехватки времени, а в старости страдают от его избытка... В зависимости от того, чем пожилой человек наполняет свою жизнь, что в ней становится для него смыслообразующим конструктом, И. С. Кон выделяет следующие типы старости.

Активная творческая старость. Уходя на пенсию, люди позднего возраста продолжают сохранять активную жизненную позицию. Принимают участие в жизни различных общественных организаций, кружков, студий по интересам. Нередко они становятся важными участниками различных массовых мероприятий, шествий и т. п. Многие продолжают активно заниматься своей основной деятельностью – пишут картины, статьи, книги, сочиняют сценарии, музыку и т. п. Для кого-то важно поделиться мыслями, воспоминаниями о своем прошлом. И они начинают писать мемуары, восстанавливать летопись своей семьи и т. п.

Старость, посвященная любимому делу, на которое прежде не доставало времени. Этим делом может стать какое-либо увлечение, самообразование, путешествия.

Старость, реализующая себя в семье – как правило, женщины могут специально уходить на пенсию для помощи собственным детям в воспитании внуков.

Старость, посвященная заботе о собственном здоровье. Для таких людей типична физическая активность, нереализованность в семье, беспокойство по поводу наступления глубокой старости и стремление ее предотвратить.

Агрессивная старость – недовольная и критикующая всех по праву возраста. Это кризисное течение позднего возраста. Обычно оно сопровождает людей, ощущающих упущенные возможности, с низкой продуктивностью зрелой жизни.

Еще одной важной особенностью геронтогенеза, особенно завершающих его этапов, является нарушение идентификации человека со своим именем из-за замены его названием «бабушка» и «дедушка». За счет этого происходит частичное стирание индивидуальности человека, его личностного начала. Через употребление обобщенного имени «бабушка» («дедушка») человек принимает социальный статус старого человека в его стереотипном выражении. Можно сказать, что, с одной стороны, это означает снижение статуса, с другой – является своеобразным маркером возраста. Поэтому особую значимость приобретают для пожилого человека социальные группы, в которых он имеет возможность быть названным по имени или имени и отчеству.

Для периода старости характерны нередкие депрессии. Ученые считают, что можно выделить три основных варианта де-

прессии. Первый – это ипохондрическая фиксация на болезненных ощущениях. Человек постоянно прислушивается к болезненным симптомам, живо обсуждает их с окружающими. Возможно сверхценное отношение к медицинским препаратам и способам лечения. В какой-то степени это тоже является защитным механизмом, поскольку, воспринимая признаки старости как симптомы болезни, человек отрицает собственное старение.

Второй вариант депрессии – это наличие у человека ярких идей о притеснении. Отношение окружающих представляется несправедливым. Ему кажется, что все вокруг его притесняют морально и физически. Основное чувство – это обида, а мысль – «от меня все хотят избавиться». Как правило, доказать рациональным путем отсутствие притеснений невозможно из-за сниженной критичности человека.

Третий вариант – это наличие у человека тенденции к вымыслам, свидетельствующим о его особой значимости: здесь пожилой человек стремится рассказывать действительные эпизоды из своей жизни с преувеличением значимости своего в них участия или целиком выдумывает их.

Основные причины депрессивных состояний старого человека:

- одиночество – тягостное ощущение увеличивающегося разрыва с окружающими, постоянное ощущение покинутости, ненужности. Оно, как правило, возникает в результате утраты существенных жизненных ценностей и супруга;

- физическое бессилие – биологическое старение организма сопровождается повышением утомляемости, физической слабостью, неопределенными болями в различных участках тела, а также усиленным проявлением внешних признаков позднего возраста;

- материальные трудности. О подобном факторе, к сожалению, также необходимо вспомнить. Из-за нехватки денег и невозможности компенсировать эту ситуацию другими способами – путешествиями автостопом, общением по skype с далеко живущими родственниками, возможностью по интернету заказывать лекарства, продукты питания и т. п., – пожилые люди очень быстро отходят от активной жизни, теряются их старые контакты и не образуются новые.

Еще одной важной задачей данного периода является принятие факта о неизбежности своей смерти.

Для некоторых людей осуществление внутренней работы в системе «жизнь – смерть» превращается в одну из самых трудных. Пожилой человек ощущает присутствие близкой смерти. Переживание этого присутствия носит глубоко личный характер, вносит свой вклад в ощущение одиночества стариков. Часто в старости оно вызвано не объективным отсутствием близких людей, но невозможностью разделить с ними присутствие в их сознании скорого ухода из жизни. У многих обостряется страх смерти, что проявляется либо в категорическом избегании темы смерти, либо в постоянном обращении к ней.

В старости у человека происходит изменение имеющегося стереотипа отрицания смерти, т. е. стремление жить так, как будто будешь жить вечно. В некоторых исследованиях было показано, что пожилые люди испытывают меньшую тревогу при мысли о смерти, чем относительно молодые.

Опрос большой группы людей преклонного возраста, проведенный в ходе одного исследования, показал, что на вопрос «Бойтесь ли вы умереть?» только 10 % испытуемых ответили «да».

Подытоживая эту тему отношений старого человека с фактом приближающейся смерти, обратимся к словам К. Дюркхайма: «Стареющий человек живет в преддверии смерти. В том, как он это воспринимает, проявляется его зрелость».

И все же, не все пожилые люди переживают старость тяжело и несчастно. У многих из них к концу жизни вырабатывается спокойное и терпимое отношение к жизни и к происходящему вокруг. Если это происходит, то жизнь пожилого человека наполняется ровным, спокойными умиротворенным светом, исходящим от самого по себе факта жизни.

Так называемая счастливая старость сопровождает тех, кто по отношению к жизни занимает позицию: все в жизни – знания, звания, почетные должности, межличностные отношения, деньги – это «суета сует».

Людам с такой позицией свойствен спокойный, созерцательный взгляд на сегодняшнюю жизнь, на происходящие события. Они меньше спорят, меньше драматизируют события, чаще говорят «да», хотя при этом остаются при своем мнении.

Они не сидят на месте, а неторопливо действуют в соответствии со своими укоренившимися интересами, привязанностями и личными стремлениями. Они не делают решающих ставок на будущее, а наслаждаются текущим настоящим.

Важно то, что такая счастливая старость возможна даже при сложных условиях – не очень хорошем здоровье и материальном неблагополучии.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

## 2. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### ТЕМАТИКА СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

#### Семинарское занятие 1 Общее понятие о возрастной психологии и ее месте в системе наук о человеке

##### *Вопросы для обсуждения*

1. Предмет возрастной психологии и ее основные проблемы.
2. Предпосылки возникновения и история становления возрастной психологии.
3. Понятие психического развития, его виды, основные свойства и закономерности.
4. Проблема возрастной периодизации. Подходы к ее решению в различных психологических направлениях.

##### *Литература*

###### *Основная*

1. *Абрамова, Г. С.* Возрастная психология: учеб. для вузов / Г. С. Абрамова. – М., 2010. – С. 8–27.
2. *Кулагина, И. Ю.* Возрастная психология. Развитие человека от рождения до поздней зрелости: учеб. пособие для высш. спец. учеб. заведений / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – М., 2004. – С. 110–143.
3. *Немов, Р. С.* Психология: учеб. для высш. пед. учеб. заведений: в 3 кн. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М.: Владос, 2003. – Кн. 2: Психология образования. – С. 6–12.
4. Психология человека от рождения до смерти: полный курс психологии развития: учеб. пособие для высш. учеб. заведений по направлению и специальностям психологии / В. А. Аверин [и др.]; под ред. А. А. Реана. – 3-е изд. – СПб.; М., 2005. – С. 20–35.

###### *Дополнительная*

1. *Ананьев, Б. Г.* Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб., 2010. – С. 107–112.
2. *Запорожец, А. В.* Избранные психологические труды / А. В. Запорожец. – М., 2008. – С. 875–893.

## Обязательные задания

1. Из любого сборника (пособия, практикума) по психодиагностике подобрать две диагностические методики для изучения познавательной (либо личностной) сферы представителей разных возрастных групп. Проанализировать данные методики на предмет соответствия психологическим особенностям возраста испытуемых. Указать выявленные особенности.

2. Подобрать по пять пословиц и поговорок, в которых идет речь о разных факторах психического развития.

*Подготовьте сообщение по статье (продолжительностью не более 7 минут): Запорожец, А. В. Основные проблемы онтогенеза психики / А. В. Запорожец // Избранные психолог. труды / А. В. Запорожец. – М., 2008. – С. 227–232\*.*

## Семинарское занятие 2

### Психологические особенности дошкольного возраста

#### *Вопросы для обсуждения*

1. Охарактеризуйте особенности социальной ситуации развития ребенка в старшем дошкольном возрасте.

2. Дайте оценку роли художественных видов деятельности в развитии личности дошкольника.

3. Выделите специфические особенности познавательной сферы дошкольника.

4. Роль взрослого в психическом развитии ребенка.

#### *Литература*

##### *Основная*

1. *Абрамова, Г. С. Возрастная психология: учеб. для вузов / Г. С. Абрамова. – М.: Юрайт: ИД Юрайт, 2010. – 811 с.*

2. *Коломинский, Я. Л. Психическое развитие детей в норме и патологии: психологическая диагностика, профилактика и коррекция / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько, С. А. Игумнов. – СПб., 2004. – С. 120–133.*

3. *Кулагина, И. Ю. Возрастная психология. Развитие человека от рождения до поздней зрелости: учеб. пособие для высш. спец. учеб. заведений / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – М., 2004. – С. 204–250.*

---

\* См. материал на кафедре психологии и педагогики (ауд. 420).

### *Дополнительная*

1. *Ветлугина, Н. А.* Теория и методика музыкального воспитания в детском саду / Н. А. Ветлугина, А. В. Кенеман. – М. : Просвещение, 1983. – 256 с.

2. *Лисина, М. И.* Общение, личность и психика ребенка / М. И. Лисина ; под ред. А. Г. Рузской. – М. : Ин-т практической психологии ; Воронеж : Модек, 1997. – 384 с.

3. *Мухина В. С.* Изобразительная деятельность ребенка как форма усвоения социального опыта / В. С. Мухина. – М. : Педагогика, 1981. – 240 с.

4. *Николаева, Е. И.* Психология детского творчества / Е. И. Николаева. – СПб., 2006. – С. 90–114.

### **Обязательные задания**

1. Подберите (вспомните или найдите в литературе) не менее двух стихотворений детских поэтов – А. Барто, С. Маршак, С. Михалкова, Е. Благиной, З. Бядули, К. Чуковского, З. Александровой, С. Черного, А. Деружинского и др., в которых идет речь о психологических особенностях детей. Попытайтесь определить, для какого возраста характерны выявленные вами особенности.

2. Какие упражнения или игры для развития воображения детей дошкольного возраста вы можете предложить? (не менее 3-х).

*Подготовьте сообщение по статье (продолжительностью не более 7 минут): Лисина, М. И.* Развитие общения у детей в первые семь лет жизни / М. И. Лисина // Формирование личности ребенка в общении / М. И. Лисина. – СПб., 2009. – С. 73–93\*.

### **Семинарское занятие 3 Особенности психического развития в подростковом возрасте**

#### *Вопросы для обсуждения*

1. Особенности физиологического развития подростка как предпосылка его психологического развития.

---

\* См. материал на кафедре психологии и педагогики (ауд. 420).

2. Особенности социальной ситуации развития подростка:
  - а) характер общения со взрослыми;
  - б) специфика общения со сверстниками.
3. Основные личностные характеристики подросткового возраста.

### *Литература*

#### *Основная*

1. *Абрамова, Г. С.* Возрастная психология: учеб. для вузов / Г. С. Абрамова. – М., 2010. – С. 631–664.
2. *Кулагина, И. Ю.* Возрастная психология. Развитие человека от рождения до поздней зрелости: учеб. пособие для высш. спец. учеб. заведений / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – М., 2004. – С. 280–303.
3. *Немов, Р. С.* Психология: учеб. для высших пед. учеб. заведений: в 3 кн. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М., 2003. – Кн. 2: Психология образования. – С. 181–201.

#### *Дополнительная*

1. *Колесов, Д. В.* Учителю о психологии и физиологии подростка / Д. В. Колесов, И. В. Мягков. – М.: Просвещение, 1986. – 78 с.
2. *Мишель, Кле.* Психология подростка. Психосексуальное развитие / Кле Мишель. – М.: Педагогика, 1991. – 298 с.
3. Мир детства: Подросток / под ред. А. Г. Хрипковой. – М.: Педагогика, 1989. – 288 с.

### **Обязательные задания**

1. Подберите из отечественной, зарубежной литературы или кинофильмов произведения, подражание героям которых могло бы положительно повлиять на формирование характера подростка.
2. На основании своего подросткового опыта, опыта своих знакомых или просто с опорой на имеющиеся у вас знания о психологических особенностях подростков составьте небольшую памятку для взрослых, содержащую рекомендацию по общению с детьми данного возраста.

*Подготовьте сообщение* (продолжительностью не более 7 минут) на тему: «Как передать ребенку ответственность за его собственную жизнь» (*Байярд, Р. Т. Ваш беспокойный подросток / Р. Т. Байярд, Дж. Байярд. – М., 1991. С. 27–49*)\*.

---

\* См. материал на кафедре психологии и педагогики (ауд. 420).

### 3. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

#### ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛИРУЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

##### Тема 1. Возрастная психология и ее место в системе наук о человеке

**1.1.** (9 баллов). Составьте список вопросов (проблем), относящихся к области возрастной психологии, которые, по вашему мнению, имеют особую актуальность на современном этапе. При этом укажите, какими источниками (авторефераты и тексты диссертаций, статьи в научных психолого-педагогических периодических изданиях, учебные пособия, монографии и т. п.) вы пользовались.

**1.2.** (4 балла). Изучите годовую подшивку одного из психологических или педагогических журналов («Вопросы психологии», «Мир психологии», «Дошкольное воспитание», «Психолог в детском саду», «Адукацыя і выхаванне», «Псіхалогія», «Психологическая наука и образование» и др.) и составьте список статей по актуальным проблемам возрастной психологии.

**1.3.** (8 баллов). Используя толковые словари по общей, возрастной, социальной психологии, составьте собственный словарь ключевых понятий, относящихся к возрастной психологии (с указанием источника).

**1.4.** (10 баллов). Изобразите психическое развитие в виде схемы или рисунка, отражая его сущность, источник, движущие силы, условия, основные направления, взаимосвязи с созреванием мозга, стадиальность.

**1.5.** (5 баллов). Как вы думаете, почему Л. С. Выготский сказал, что если бы кризисы не были бы открыты эмпирически, их нужно было бы выдумать теоретически?

**1.6. (6 баллов).** Приведите примеры, доказывающие, что и наследственность, и среда влияют на процесс психического развития ребенка.

## **Тема 2. Периодизация возрастного развития, ее особенности в свете основных психологических теорий**

**2.1. (10 баллов).** Соотнесите любую известную вам периодизацию возрастного развития с собственным онтогенезом. Прослеживаются ли в вашем случае те стадии, о которых говорил автор выбранной вами периодизации?

**2.2. (9 баллов).** Из приведенного ниже списка выберите пять имен и, пользуясь информационно-справочными, учебными материалами и пособиями (см. список источников № 3, 18, ресурсами интернета), изучите круг основных научных интересов этих людей и их вклад в развитие возрастной психологии: А. Бине, П. П. Блонский, Л. И. Божович, Д. Болдуин, А. Валлон, Л. С. Выготский, А. Гезелл, П. Я. Гальперин, А. В. Запорожец, И. С. Кон, М. И. Лисина, А. Р. Лурия, М. Монтессори, Ж. Пиаже, Д. И. Фельдштейн, З. Фрейд, В. Штерн, Д. Б. Эльконин, Э. Эриксон.

**2.3. (8 баллов).** Наиболее ярко уровни развития морального сознания личности представлены в ставшей уже классической истории о Хайнце. Внимательно прочитайте нижеследующие рассуждения испытуемых об этой истории и определите уровень развития их нравственного сознания.

История: «В одной европейской стране умирает от особой формы рака некая женщина. Между тем есть лекарство, которое, по мнению врачей, могло бы ее спасти. Это лекарство, в состав которого входит радий, только что открыл живущий в том же городе фармацевт. На его изготовление фармацевт затратил 200 долларов, однако только за одну дозу этого лекарства он требует в 10 раз больше денег, чем он израсходовал, т. е. 2 000 долларов. Муж больной женщины, Хайнц, сделал все возможное, чтобы собрать эту сумму, одалживая деньги у знакомых, но получить ему удалось только половину. Тогда он возвращается к фармацевту и просит его понизить цену на лекарство или позволить ему отдать недостающие деньги позднее. Фармацевт отказывает: “Я открыл это лекарство и хочу

извлечь из своего открытия много денег». Той же ночью отчаявшийся Хайнц задумывает проникнуть в аптеку, взломав дверь, и похитить лекарство».

Прав он или не прав? Почему?

К изложенному рассказу можно отнестись по-разному, в зависимости от того, оценивать ли его с точки зрения мужа, установок фармацевта или ценности человеческой жизни. Важнее, однако, не столько ответить на общий вопрос, можно или нельзя воровать, сколько оправдать выбор, сделанный в данном случае героем рассказа.

Ниже резюмированы ответы, полученные от испытуемых, находящихся на разных уровнях нравственного развития, и сгруппированные в соответствии с тем, как они расценивают жизнь человека в сопоставлении с общественными нормами.

**Вар. 1.** «Жизнь каждого человека имеет самостоятельную ценность, ставящую ее выше каких бы то ни было моральных или юридических принципов. Если человеческая жизнь в опасности, каков бы ни был закон и последствия, к которым может привести неповиновение ему, кража нравственно оправдана».

**Вар. 2.** «Супружество – это обязательство. Как контракт. Когда женятся, жену обещают любить и лелеять. Таким образом, долгом Хайнца было спасти ее. С другой стороны, у него не было никакого права идти против закона. Ему нужно будет вернуть фармацевту недостающие деньги и, возможно, искупить свою вину тюремным заключением».

**Вар. 3.** «Нет ничего серьезного в том, что Хайнц решил украсть лекарство, так как на самом деле оно стоит не 2 000, а всего 200 долларов. Он не рискует подвергнуться слишком строгому наказанию».

**Вар. 4.** «Если Хайнц не хочет потерять супругу, он должен украсть лекарство. Возможно, его посадят в тюрьму, но он сохранит жену. Когда умирает ваша собака – это другое дело, потому что в собаке ведь нет особой нужды. Не знаю, должен ли он был сделать то же самое ради друга, так как я не уверен, что друг пошел бы на такое дело ради него».

**Вар. 5.** «Если Хайнц не сделает все возможное, чтобы спасти жизнь жены, он рискует потерять уважение других. Он совершает свой поступок во имя благополучия другого человека.

Хотя для всех лучше, чтобы законы всегда соблюдались, бывают случаи, когда их нужно нарушить. Каждый сам должен оценивать конечные результаты своих поступков».

**Вар. 6.** «Ничего плохого в том, что Хайнц хотел спасти свою жену, нет. Тем самым он показал себя хорошим мужем. Любовь бесценна. Ее ничем не заменишь. Если бы он не любил свою жену настолько, чтобы решиться на все ради ее спасения, его, безусловно, следовало бы осудить».

### **Тема 3. Психологическая характеристика основных этапов развития ребенка от рождения до семи лет**

**3.1. (4 балла).** Западноевропейские авторы выделяют в кризисных явлениях (кризис трех лет впервые был описан Эльзой Келер в работе «О личности трехлетнего ребенка») негативные моменты: ребенок уходит, отстраняется от взрослых, рвет социальные связи, которые раньше его объединяли со взрослым. Например, Шарлотта Бюлер описала ужас семьи, когда мать услышала от ребенка слово «дура».

Объясните данные явления с точки зрения современных отечественных теорий периодизации.

**3.2. (4 балла).** Младенец улыбается с первых дней жизни, но улыбка эта безадресная, чаще появляется во сне, ее называют физиологической. К концу первых двух месяцев ребенок проявляет «комплекс оживления», дарит улыбку маме. Если улыбка «узнавания» запаздывает, то следует ее вызывать. Маме следует чаще улыбаться, разговаривая с малышом, развивать его эмоциональность. (Волков Б. С. *Возрастная психология: в 2 ч. М., 2002. Ч. 1. С. 101.*)

*Вопрос:* «Что может случиться с дальнейшим развитием ребенка, если мать вовремя не среагирует на данную особенность его поведения?»

**3.3. (4 балла).** Мама Наташи (4 мес.) все время – и на прогулке, и дома – говорит, напевает песенки. Соседка сказала ей: «Ну что ты с ней говоришь, она все равно ничего не понимает!». (Волков Б. С. *Возрастная психология: в 2 ч. / М., 2002. Ч. 1. С. 104.*)

*Вопрос:* «Правильно ли поступает мама Наташи? Какое влияние оказывает речь взрослого на развитие психики ребенка?»

**3.4.** (5 баллов). Отрадите в небольшом эссе свое мнение по поводу следующего высказывания Э. Эриксона: «Каждое поколение должно развиваться из своего детства и, преодолевая свой особый тип детства, должно развивать новый тип, потенциально многообещающий – и потенциально опасный» (Эриксон Э. *Детство и общество*. СПб., 1999. С. 393).

#### **Тема 4. Психологическая характеристика младшего школьного возраста**

**4.1.** (4 балла). Предложите не менее 3-х приемов, направленных на формирование у младшего школьника познавательной учебной мотивации.

**4.2.** (5 баллов). Предложите соответствующие психологическим особенностям детей 7- и 11-летнего возраста примеры формирования определенных творческих способностей.

#### **Тема 5. Особенности психического развития в подростковом возрасте**

**5.1.** (5 баллов). Как вы можете проинтерпретировать следующее высказывание американского психолога Р. Уолдера: «Подростки: существа, которые еще не догадываются, что в один прекрасный день они будут знать о жизни так же мало, как и их родители» (Цит. по: *Большой книге афоризмов / сост. К. В. Душенко. М., Эксмо, 2009. 673 с.*). Запишите свои мысли по этому поводу.

**5.2.** (5 баллов). Расположите данные инструментальные ценности в порядке предпочтения с точки зрения подростка и человека зрелого возраста. Проанализируйте полученный результат.

Чувство юмора; исполнительность; независимость; неприимиримость к недостаткам в себе и других; образованность; ответственность; рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманые, разные решения); самоконтроль; смелость в отстаивании своего мнения, своих взглядов; твердая воля; терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки; широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы; честность; эффективность.

## Тема 6. Психологическая характеристика юношеского возраста

**6.1. (5 баллов).** Мы много спорили с подругой – какую профессию выбрать. И то вроде не подходит, и это...

– Я точно знаю, куда не пойду: в учителя – не хочу портить нервы; не пойду в химическое производство, так как от общения с химическими препаратами можно потерять здоровье; на фабрику не пойду, так как там превратишься в робота, выполняющая механическую и однообразную работу. Я хочу, чтобы на моей работе не портилось здоровье и было интересно. Хотелось, чтобы она была связана с животными и большим количеством поездок.

– Тогда тебе нужно идти работать в цирк! – воскликнула подруга и добавила. – А по мне – лишь бы получать прилично.

Я потом долго думала. Сомневаюсь, есть ли у меня талант для цирка. Может быть, подруга права, и, если нет призвания, надо думать о зарплате? (Бордовская Н. В., Реан А. А. Педагогика. СПб., 2000. 304 с.)

*Вопрос:* «Каковы мотивы выбора профессии у девушек? Какой прием педагогического воздействия был использован в данной ситуации?»

**6.2. (6 баллов).** Отрадите в небольшом эссе свои мысли по поводу разницы между отношением к дружбе дошкольников, подростков и юношей.

**6.3. (5 баллов).** Подросткам и юношам предложены были одни и те же незаконченные рассказы. В результате подростки чаще описывали действия, поступки, события. Юноши же – чаще мысли, чувства, внутренние проблемы персонажей. (Волков Б. С. Возрастная психология: в 2 ч. М., 2002. Ч. 2. С. 314.)

*Вопрос:* «Какие могут быть сделаны выводы из проведенного исследования?»

## Тема 7. Психологические особенности молодости и зрелости

**7.1. (10 баллов).** Продиагностируйте личностные и когнитивные характеристики человека среднего возраста, представителя любой возрастной группы (варианты диагностических

методик см. на кафедре психологии и педагогики в каб. 420). Соотнесите полученные данные с возрастной нормой. При необходимости (с учетом специфики возраста) предложите свои варианты коррекции или дальнейшего развития данных качеств.

## **Тема 8. Геронтогенез и его основные психологические характеристики**

**8.1. (8 баллов).** Предложите варианты компенсации следующих когнитивных и мнемических трудностей, наблюдаемых в пожилом и старческом возрасте: затрудненное воспроизведение нужной информации; уменьшение длительности сосредоточения внимания; трудности в распределении и переключении внимания; снижение продуктивности при решении интеллектуальных задач; повседневная забывчивость; потеря «нити» разговора.

**8.2. (7 баллов).** Самым активным защитником старческого возраста был римский политический деятель и философ Марк Тулий Цицерон (106–43 до н. э.), написавший в 44 г. диалог «Катон Старший, или О старости», где мастерски защищает и восхваляет пожилой возраст как наиболее ценный для человека и для общества в целом. Цицерон выступает против четырех основных обвинений, выдвигаемых противниками старческого возраста: 1) что старость мешает человеку принимать участие в общественной жизни; 2) что она несет с собой различные заболевания и физическую немощь; 3) что она лишает человека сексуальных радостей; 4) что она пугает его перспективой близкой смерти. Согласно Цицерону, «для мудрого человека старый возраст – самый драгоценный период жизни, так как страсти успокаиваются и более не затуманивают рассудок. Кроме того, человек в старости владеет таким сокровищем, как накопленный опыт. Больших высот можно достигнуть путем размышления благодаря силе характера и здравому смыслу; во всем этом старые люди превосходят молодых».

*Вопрос:* «Какие мысли и чувства вызывает у вас этот текст, насколько вам созвучны слова Марка Тулия Цицерона?»

**8.3. (7 баллов).** В «Нравственных письмах к Луцилию» Сенека пишет: «Какая разница, скоро или нескоро уйдешь ты отту-

да, откуда все равно придется уйти? Заботиться нужно не о том, чтобы жить долго, а о том, чтобы прожить довольно. Будешь ли ты жить долго, зависит от рока, будешь ли в досталь – от твоей души. Полная жизнь всегда долгая, а полна она, если душа сама для себя становится благом и сама получает власть над собою. Много ли радости прожить восемьдесят лет в праздности? Такой человек и не жил, а замешкался среди живых, и не поздно умер, а долго умирал. Прожил восемьдесят лет! Но дело-то в том, с какого дня его считать мертвым».

*Вопрос:* «А что об этом думаете вы? Может ли, на ваш взгляд, осознание неизбежности смерти изменить к ней отношение?» Отрадите свои мысли в небольшом эссе.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

**Дополнительные задания  
для самостоятельной работы студентов \***

**9.1. (12 баллов).** Заполните таблицу

Основные характеристики возраста	Новорожденность и младенчество	Раннее детство	Дошкольное детство	Младший школьный возраст	Подростковый возраст	Юность	Молодость	Зрелость	Пожилый и старческий возраст
Основная задача возраста по Э. Эриксону									
Особенности социальной ситуации развития									
Ведущая деятельность									
Симптомы возрастного кризиса									
Пути «смягчения» кризисных проявлений									
Основные новообразования возраста									
Особенности развития личностной сферы									
Особенности познавательной сферы									

\* Выбрать 1–2 задания на свое усмотрение. Общая сумма всех баллов за задания по КСРС не должна превышать 19 баллов!!!

**9.2. (8 баллов).** Составьте перечень признаков, по которым, на ваш взгляд, можно констатировать наличие одаренности в музыкальной (художественной, хореографической, литературной, артистической) сфере на разных возрастных этапах.

**9.3. (8 баллов).** Составьте кроссворд по возрастной психологии с использованием не менее 10 понятий.

*!!! Оформленный кроссворд должен быть в виде двух листов формата А4. На первом листе дается сетка кроссворда и вопросы для ее заполнения. На втором – уже заполненная сетка кроссворда и вопросы с ответами в скобках.*

**9.4. (10 баллов).** Составьте психологический портрет вызвавшего у вас интерес героя художественного фильма или литературного произведения. Смогли ли автор или режиссер отразить специфику данного возраста? С помощью чего им это удалось?

**9.5. (7 баллов).** Сделайте подборку из высказываний (не менее 7) известных людей о специфических особенностях разных возрастных групп.

**9.6. (12 баллов).** По интересной для вас проблеме возрастной психологии подготовьте слайд-презентацию. Количество слайдов от 7 до 10. Содержание слайдов – на усмотрение автора.

**ВНИМАНИЕ!!!** Задания по УСРС сдаются не позже, чем в день проведения последнего семинара на отдельных **подписанных (!!!) листах** бумаги.

## Темы рефератов

1. Анализ основных этапов становления речи у младенца.
2. Способы развития речевых навыков в раннем детстве.
3. Особенности предметных игр детей раннего возраста.
4. Основные направления совершенствования памяти и мышления в раннем детстве.
5. Игра как ведущая деятельность в дошкольном детстве.
6. Роль художественных видов деятельности в психическом развитии дошкольника.
7. Психологическая готовность ребенка к школе.
8. «Большие» трудности маленьких школьников.
9. Основные направления развития креативности в подростковом возрасте.
10. Общение со взрослым как основной фактор психического развития ребенка.
11. Влияние СМИ на развитие личности ребенка.
12. Девиантное поведение в подростковом возрасте и его анализ.
13. Страхи в детском возрасте и способы их преодоления.
14. Психологические аспекты одаренности в подростковом возрасте.
15. Творчество как способ достижения акме в период взрослости.
16. Феномен долгожительства и его психологический анализ.
17. Кризис пожилого возраста как один из этапов реализации самости человека.
18. Психологические аспекты работы с людьми пожилого возраста.
19. Условия формирования конструктивного отношения к старости.
20. Проблема развития творческих способностей на разных возрастных этапах.
21. Дети индиго – кто они?

*Примечание:* Реферат должен быть написан с опорой на новейшие психолого-педагогические исследования, представлен-

ные в современной периодической литературе, а также в монографиях, коллективных изданиях и т. п.

В реферате должны быть ссылки на данные источники с полным указанием их библиографических данных или кодом доступа в интернете.

Реферат сдается в распечатанном на листах формата А4 виде и в электронном варианте – на предмет его проверки в программе Antiplagiat. В случае дублирования 50 % и более материала из электронных ресурсов реферат не засчитывается!

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

## Вопросы к зачету по возрастной психологии

1. Предмет и задачи возрастной психологии.
2. Понятие психического развития, основные характеристики психического развития.
3. Проблема соотношения биологического и социального в развитии личности.
4. Особенности психического развития в младенческом возрасте.
5. Периодизации возрастного развития. Особенности их построения.
6. Культурно-исторические и социально-экономические предпосылки возникновения периодизаций возрастного развития.
7. Психическое развитие ребенка в раннем детстве.
8. Психологический анализ кризиса 3-летнего возраста.
9. Социальная ситуация развития дошкольника.
10. Особенности психического развития дошкольника.
11. Сюжетно-ролевая игра как ведущий вид деятельности дошкольника.
12. Художественно-творческая деятельность дошкольников.
13. Психологическая готовность детей к обучению в школе.
14. Характеристика психического развития младшего школьника.
15. Кризис семи лет и его значение для психического развития ребенка.
16. Характеристика социальной ситуации развития подростка.
17. Проблема кризиса в подростковом возрасте.
18. Социальная ситуация развития в юношеском возрасте.
19. Развитие самосознания в юношеском возрасте.
20. Юношеская культура и субкультура.
21. Особенности развития личности в зрелом возрасте.
22. Проблема возрастных кризисов в период молодости и зрелости.
23. Развитие личности в художественно-творческой деятельности на разных этапах онтогенеза.
24. Геронтогенез как социокультурное явление.
25. Психологические особенности пожилого и старческого возраста.

## Вариант теста проверки и оценки знаний

1. На ранних этапах своего развития возрастная психология ограничивалась:

- а) изучением ранних этапов онтогенеза;
- б) изучением зрелой личности;
- в) никаких ограничений не было.

2. Укажите причины, по которым взрослым сложно смириться со стремлением подростка к взрослости.

3. Установите правильную последовательность данных этапов в периодизации:

- а) охота и захват добычи;
- б) товарно-денежные отношения;
- в) пастушество;
- г) дикость.

4. Какие варианты отношения к старости, существующие в разных культурах, вам известны?

5. Феномен нарушения идентификации с собственным «Я» наиболее характерен для:

- а) периода старости;
- б) младшего школьного возраста;
- в) подростков.

6. Кто такой акселерат?

7. Укажите предпосылки возникновения возрастной психологии.

8. Соотнесите с нужным пояснением данные виды любви:

- 1) сторге;      а) игра;
- 2) людус;      б) расчет;
- 3) прагма;     в) дружба;
- 4) агапе.      г) жертва.

9. Какой вид деятельности является ведущим в младшем школьном возрасте?

10. Пубертат – это период:

- а) полового созревания подростка;
- б) период психологического развития подростка;
- в) таким понятием обозначается весь комплекс изменений, происходящих с подростком.

11. Какие задачи для благополучного проживания старости должен решить человек пожилого возраста?

12. Какие функциональные рефлекссы новорожденного вам известны?

**Памятка по начислению баллов в соответствии  
с рейтинговой (накопительной) системой оценки учебной  
деятельности**

Вид работы	Кол-во баллов
1. Присутствие на лекции, семинаре	2
2. Опоздание на лекцию, семинар	1
3. Отсутствие на лекции, семинаре	0
Виды работы в процессе изучения курса «Возрастная психология»	
4. Участие в обсуждении проблемных вопросов, сообщений и т. п.	до 4
5. Подготовка тематического сообщения	до 4
6. Выполнение заданий из блока УСРС	до 12
7. Подготовка обязательных заданий	до 3
8. Невыполнение обязательных заданий	- 3
9. Участие в научно-исследовательской и научно-методической работе кафедры педагогики и психологии (конференции, проблемные группы, научно-исследовательские работы, олимпиады и т. д.)	до 30

Реальное количество баллов, которые можно заработать в ходе изучения данного курса, – 40 и более баллов.

Допуском к зачету является сумма от 20 и более баллов.

Автоматический зачет – 45 баллов.

Если сумма баллов меньше 20, студент к сдаче зачета не допускается.

## ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### Учебно-методическая карта дисциплины

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов			Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
		лекции	практические (семинарские) занятия	управляемая самостоятельная работа студента			
<b>1.</b>	<b><i>Общие вопросы возрастной психологии</i></b>						
<b>1.1.</b>	<p><b>Введение</b> Предмет и задачи курса. Место курса в подготовке специалиста социокультурной сферы. Связь курса возрастной психологии с другими дисциплинами как психологического, так и социально-гуманитарного профиля. Структура курса. Основные источники его изучения. Основные требования к освоению данного курса.</p> <p><b>Предмет, задачи, проблемы, история становления и развития возрастной психологии</b> Основные предпосылки возникновения возрастной психологии. История становления и развития отечественной возрастной психологии. Предмет возрастной психологии и ее проблемы. Ключевые понятия возрастной психологии. Связь возрастной психологии с другими отраслями психологического знания. Методы возрастной психологии и их классификация</p>	1	2	1	Учебно-методические материалы	О. 1, 3, 5. Д. 3, 6. Схемы	Устный и письменный опросы, рефераты
<b>1.2.</b>	<p><b>История становления возрастной психологии как самостоятельной отрасли психологического знания</b> Донаучный этап в истории возрастной психологии. Представления о развитии человека в трудах Аристо-</p>			2	Учебно-методические материалы	О. 1, 2, 4. Д. 7. Схемы	Опрос, самостоятельная работа

	<p>теля, К. Галена, Ф. Аквинского, Ж.–Ж. Руссо, И. Г. Песталоцци, В. Т. Прейера. Анализ нативистского и эмпирического подходов к пониманию феномена развития, представленных в трудах С. Г. Холла, А. Л. Гезелла, К. Л. Бюлера, П. Жане, А. Валлона. Основные этапы становления отечественной возрастной психологии. Вклад К. Д. Ушинского, П. Ф. Лесгафта, В. М. Бехтерева, Р. А. Лурии, Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, Л. И. Божович, А. В. Запорожца и др. в понимание феномена психического развития и его основных детерминант</p>						
<b>1.3.</b>	<p><b>Проблемы психического развития личности, подходы к пониманию</b>          Развитие как всеобщий объяснительный принцип. Влияние эволюционной теории Ч. Дарвина на формирование представлений о психическом развитии. Виды развития и основные его направления. Социализация и инкультурация как основные составляющие социокультурного развития личности. Основные характеристики психического развития. Закономерность, направленность и необратимость – как свойства психического развития. Закономерности психического развития и его факторы. Проблема соотношения средового и наследственного факторов психического развития. Механизм психического развития. Анализ зарубежных теорий психического развития: психоаналитическая, биогенетическая (социогенетическая), модель когнитивного и персоногенетического подходов, экологическая модель развития</p>			1	Учебно-методические материалы	О. 1, 3, 4. Д. 6, 7. Схемы	Устный и письменный опросы
<b>1.4.</b>	<p><b>Периодизация возрастного развития и основные подходы к ее пониманию</b>          Проблема возрастной периодизации психического развития, ее культурно-историческая и социально-эконо-</p>	2			Учебно-методические материалы	О. 1, 3, 4. Д. 1, 3, 7	Опрос, самостоятельная работа

	<p>мическая обусловленность. Типы возрастной периодизации. Анализ возрастных периодизаций, относящихся к различным психологическим направлениям. Периодизация морального развития личности Л. Кольберга, теория развития интеллекта Ж. Пиаже, стадии социализации личности по Э. Эриксону, анализ возрастных периодов с психоаналитической точки зрения. Методологические подходы к проблеме возрастной периодизации в отечественной психологии (Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, Б. Г. Ананьев, В. И. Слободчиков)</p>						
2	<p><b>Психическое развитие личности на разных этапах онтогенеза</b></p>						
2.1.	<p><b>Психологическая характеристика основных этапов развития ребенка от рождения до семи лет</b>  Кризис новорожденности и его влияние на дальнейшее психическое развитие субъекта, специфика деятельности нервной системы в период новорожденности и младенчества. Основные этапы развития речи ребенка. Особенности развития познавательной и личностной сферы ребенка в период раннего детства. Кризис трех лет, его основные симптомы и способы смягчения.  Специфика социальной ситуации в период дошкольного детства. Основные формы общения ребенка со взрослым. Игра как ведущая деятельность в данный период онтогенеза. Особенности художественной деятельности дошкольника. Ее основные виды и значение для психического развития ребенка. Сензитивность данного возрастного периода для овладения художественной деятельностью. Специфика формирования «Я»-концепции в дошкольном возрасте. Кризис трех и семи лет, их психологический смысл, специфика протекания, способы смягчения</p>	2	2	2	<p>Учебно-методические материалы. Материалы на электронных носителях.  Мультимедиа</p>	<p>О. 1, 2, 3, 4.  Д. 1, 3, 5.  Схемы</p>	<p>Проверка заданий для УСРС</p>

2.2.	<p><b>Психологическая характеристика младшего школьного возраста</b></p> <p>Анатомо-физиологические особенности младшего школьного возраста. Специфика социальной ситуации развития в период начального обучения ребенка в школе. Учение как ведущий вид деятельности младшего школьника. Адаптация ребенка к школе и ее основные этапы. Особенности мотивов учебной деятельности в данный возрастной период. Анализ трудностей младших школьников в учебной деятельности. Специфика развития познавательных процессов в младшем школьном возрасте, произвольность как основное новообразование познавательной сферы в младшем школьном возрасте. Особенности взаимодействия младшего школьника с учителем как важный фактор его личностного развития в данный период. Специфика самооценки младшего школьника и ее виды. Особенности общения младшего школьника со сверстниками и основные этапы формирования межличностных отношений в младшем школьном возрасте. Влияние художественно творческой деятельности на познавательное и личностное развитие младшего школьника</p>	2			Учебно-методические материалы	О. 1, 2, 5. Д. 1, 3. Схемы	Самостоятельная работа
2.3.	<p><b>Особенности психического развития в подростковом возрасте</b></p> <p>Анатомо-физиологические особенности подростка. Специфика пубертата и его основные этапы. Влияние особенностей полового созревания (акселерации и ретардации) на психологическое развитие в подростковом возрасте. Особенности социальной ситуации подростка. Причины конфликтов в системе взаимоотношений «подросток-взрослые», отделение подростка от старших как основной результат их взаимоотношений на данном этапе онтогенеза. Основные стадии от-</p>	2	2		Учебно-методические материалы, видеофильм	О. 1, 2, 5. Д. 1, 2, 4, 8	Устный и письменный опросы, самостоятельная работа

	<p>деления подростка от взрослого. Чувство взрослости, как основное новообразование в подростковом возрасте. Основные пути достижения чувства взрослости подростком. Анализ подходов к проблеме ведущей деятельности в подростковом возрасте (Д. Б. Эльконин, Д. И. Фельдштейн). Проблема творческой и интеллектуальной одаренности в подростковом возрасте. Влияние различных видов художественной деятельности на психическое развитие в период отрочества. Особенности развития познавательной сферы подростка, специфика личностного развития в данный период. Особенности поведенческих реакций в подростковом возрасте, специфика линий неадекватного поведения подростка</p>					
2.4.	<p><b>Психологическая характеристика юношеского возраста</b>          Особенности социальной ситуации развития в период юности. Необходимость жизненного самоопределения в период юности. Основные варианты жизненного пути на данном этапе онтогенеза. Подходы к решению вопроса о ведущей деятельности в юношеском возрасте. Анализ мотивов профессионального самоопределения. Специфика развития познавательной сферы в юношеском возрасте. Формирование индивидуального стиля деятельности как основной результат когнитивного развития в данный период. Особенности личностного развития в период юности, анализ предпосылок формирования мировоззрения. Роль рефлексии в процессе самопознания. Этапы развития идентичности в юношеском возрасте. Проблема иерархизации эмоций в данный период онтогенеза. Специфика общения со взрослыми и сверстниками в юношеском возрасте</p>	2		Учебно-методические материалы, мультимедиа	О. 1, 2, 5. Д. 1, 2, 8	Самостоятельная работа, письменный опрос

2.5.	<p><b>Психологические особенности молодости и зрелости</b>          Основные составляющие социальной ситуации развития в период молодости и зрелости. Семья как фактор успешной социализации на данных возрастных этапах. Стратегии выбора брачного партнера. Анализ факторов, обуславливающих устойчивость брака. Типы конфликтных семейных отношений. Основные типы семейного воспитания. Профессиональная деятельность как важная составляющая социальной ситуации в период молодости и зрелости. Основные типы профессиональной ориентации, проблема ролевых конфликтов в период взрослости. Синдром эмоционального выгорания и анализ условий, предотвращающих его возникновение. Специфика развития познавательной сферы в период молодости и зрелости. Генеративность как основное личностное новообразование периода зрелости. Основные варианты развития жизненного пути личности в данном возрасте. Кризисы личностного развития в период молодости и зрелости, причины их возникновения и основные симптомы. Роль творческой активности в сохранении высокого уровня личностного потенциала в период молодости и зрелости</p>	2		1	Учебно-методические материалы, видеоматериалы	О. 1, 5 Д. 4. Схемы	Опрос, самостоятельная работа
2.6.	<p><b>Старость и ее основные психологические характеристики</b>          Старость как социальное явление. Типы отношения к феномену старости в различных культурах. Кризис пожилого возраста, основные причины, его обуславливающие, варианты отношения к смене социальной ситуации в период пожилого возраста. Типы активности в период старости, основные условия благополучного проживания старости. Анализ физиологических изменений, сопровождающих пожилой и старческий возраст. Особенности познавательных функций в данный</p>	2			Учебно-методические материалы	О. 1, 4, 5. Д. 4, 9	Устный опрос, тематические выступления

	период онтогенеза. Специфика семейных взаимоотношений в пожилом возрасте. Проблема принятия факта неизбежности смерти в пожилом и старческом возрасте. Долгожительство и анализ факторов, его обуславливающих. Роль творческой активности в процессе продления продуктивного периода жизни						
	<b>Всего...</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>6</b>			

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

## РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

### *Основная*

1. *Абрамова, Г. С.* Возрастная психология : учеб. для вузов / Г. С. Абрамова. – М. : Юрайт : ИД Юрайт, 2010. – 811 с.
2. *Кулагина, И. Ю.* Возрастная психология. Развитие человека от рождения до поздней зрелости : учеб. пособие для высш. спец. учеб. заведений / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – М. : Сфера, 2004. – 463 с.
3. *Немов, Р. С.* Психология: учеб. для высших пед. учеб. заведений : в 3 кн. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М. : Владос, 2003. – Кн. 2 : Психология образования. – 537 с.
4. Психология человека от рождения до смерти (Серия психологическая энциклопедия. – М. : АСТ : Прайм-Еврознак, 2010. – 656 с.
5. *Сапогова, Е. Е.* Психология развития человека : учеб. пособие / Е. Е. Сапогова. – М. : Аспект Пресс, 2005. – 460 с.

### *Дополнительная*

1. *Коломинский, Я. Л.* Психическое развитие детей в норме и патологии: психологическая диагностика, профилактика и коррекция / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько, С. А. Игумнов. – СПб., 2004. – С. 357.
2. *Кон, И. С.* Психология ранней юности / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 1989. – 256 с.
3. *Крайг, Г.* Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2007. – 940 с.
4. *Малкина-Пых, И. Г.* Возрастные кризисы : справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2005. – 896 с.
5. Мир детства : Дошкольник / под ред. А. Г. Хрипковой. – М. : Педагогика, 1987. – 256 с.
6. Психология : словарь / под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – Ростов н/Д, 1998. – С. 13; 59–40; 58–59; 60–61; 99; 101; 125; 147; 180; 247–249; 279; 331–334; 357; 373.
7. *Сонин, В. А.* Классики мировой психологии. Биографический энциклопедический словарь / В. А. Сонин, Л. М. Шлионский. – СПб. : Речь, 2001. – 288 с.
8. *Степанов, В. Г.* Психология трудных школьников / В. Г. Степанов. – М. : Академический проект, 2004. – 560 с.
9. *Толстых, А. В.* Возрасты жизни / А. В. Толстых. – М. : Молодая гвардия, 1988. – 224 с.

## ГЛОССАРИЙ

*Акмеология* – наука, изучающая закономерности психического развития личности в период ее расцвета, высших («вершинных») достижений (акме), психологические механизмы самосовершенствования индивида и обретение им социальной и личностной зрелости. Акмеология исследует также субъективные и объективные факторы, способствующие достижению вершин профессионализма.

*Акселерация* – наблюдающееся за последние 150 лет ускорение физического развития детей, включающее различные анатомические и физиологические проявления (увеличение веса и роста новорожденных, сокращение сроков полового созревания).

*Акцентуация характера* – чрезмерная выраженность отдельных черт характера и их сочетаний, представляющая крайние варианты нормы.

*Аутизм* – крайняя форма психологического отчуждения, выражающаяся в нарушении контактов с окружающей действительностью и погруженности субъекта в мир собственных переживаний.

*Ведущая деятельность* – вид деятельности, который обуславливает важнейшие изменения в психических свойствах личности, возникновение различных психических новообразований на стадии ее развития. Каждый возраст характеризуется своим ведущим видом деятельности.

*Возраст* – качественно специфическая ступень онтогенетического развития.

*Возрастная психология* – раздел психологии, где изучается онтогенетическое развитие психики, его качественные этапы и закономерности перехода от одного этапа к другому. Каждый возрастной этап характеризуется специфическими возрастными задачами освоения окружающего мира и культуры, которые решаются при помощи формирования новых видов поведения и деятельности

*Возраст сензитивный* – наиболее благоприятный период для эффективного развития конкретных психических функций, особо чувствительный к определенному типу воздействия окружающей среды.

*Генеративность* – творческая деятельность личности, способность создавать новые идеи и претворять, воплощать их в жизнь.

*Геронтопсихология* – наука, изучающая закономерности этапов психического развития личности на заключительных этапах онтогенеза.

*Девиантное поведение* – система поступков или отдельные поступки, противоречащие принятым в обществе правовым и нравственно-этическим нормам. Девиантное (отклоняющееся), поведение – понятие социально-психологическое, включающее различные нарушения поведения, не обусловленные нервно-психическими заболеваниями.

*Депривация* – психическое состояние, возникающее в жизненных ситуациях, где человеку не предоставляются возможности для удовлетворения значимых для него потребностей в достаточной мере и достаточно долгое время. Характеризуется выраженными отклонениями в эмоциональном и интеллектуальном развитии, нарушении социальных контактов.

*Дошкольный возраст* – этап психического развития от 3 до 6–7 лет. Характеризуется тем, что ведущей деятельностью является игра. Имеет чрезвычайно важное значение для формирования личности ребенка.

*Зрелость* – наиболее продолжительный период онтогенеза, характеризующийся тенденцией к достижению наивысшего развития духовных, интеллектуальных и физических способностей личности.

*Игра* – ведущая деятельность в дошкольном возрасте, именно в связи с ее развитием совершаются наиболее важные изменения в психике ребенка и происходит подготовка к переходу на новую ступень развития.

*Интериоризация* – процесс перехода (переноса) внешнего реального действия во внутренний план действий, возможность представить его в уме, во внутреннем, психическом пространстве.

*Креативность* – черта личности, способность к творчеству и умственным преобразованиям.

*Кризис возрастной* – переходный этап от одного периода возрастного развития к другому, характеризующийся интенсивными качественными, системными изменениями социальных отношений, деятельности и психической организации человека.

*Младенческий возраст* – период жизни ребенка от десяти дней до одного года.

*Младший школьный возраст* – период жизни ребенка от 6–7 до 10 лет, когда он проходит обучение в начальных классах.

*Новорожденность* – возрастной период от рождения до достижения десятидневного возраста, когда происходит первичная адаптация ребенка к окружающему миру.

*Онтогенез* – индивидуальное развитие организма на протяжении его жизни.

*Подростковый возраст* – стадия онтогенетического развития между детством и взрослостью (от 11–12 до 16–17 лет), которая характеризуется качественными изменениями, связанными с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь.

*Сензитивность* – черта характера, проявляющаяся в повышенной чувствительности человека к происходящим с ним событиям. Сензитивным людям свойственны робость, застенчивость, повышенная тревожность, впечатлительность и др.

*Социализация* – процесс и результат усвоения и активного воспроизводства индивидом социального опыта, осуществляемый в общении и деятельности.

*Учебная деятельность* – ведущая деятельность младшего школьного возраста, в рамках которой происходит контролируемое присвоение основ социального опыта, прежде всего в виде основных интеллектуальных операций и теоретических понятий.

*Педология* – комплексная наука о ребенке, имеющая практико-ориентированный характер и ставящая задачу всестороннего изучения ребенка и составления целостного представления о его жизни и психическом развитии.

*Преформированность* – ограниченность, заданность процесса развития, связанная либо с врожденными факторами, либо с социальной ситуацией.

*Юношеский возраст* – стадия онтогенетического развития между подростковым возрастом и взрослостью. У юношей этот временной интервал охватывает 17–21 год, у девушек – 16–20 лет. В этом возрасте завершается физическое, в том числе половое, созревание организма. В психологическом плане главной особенностью данного возраста является вступление в самостоятельную жизнь, когда происходит выбор профессии, резко меняется социальная позиция.

*Учебное издание*

**Алехнович Елена Чеславовна**

**ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

*Учебно-методический комплекс*

Редактор Е. А. Добрицкая  
Технический редактор Л. Н. Мельник

Подписано в печать 2020. Формат 60x84 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>.  
Бумага офисная. Ризография.  
Усл. печ. л. 4,88. Уч.-изд. л. 3,57. Тираж экз. Заказ .

Издатель и полиграфическое исполнение:  
учреждение образования  
«Белорусский государственный университет культуры и искусств».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий № 1/177 от 12.02.2014.  
ЛП № 02330/456 от 23.01.2014.  
Ул. Рабкоровская, 17, 220007, г. Минск.