

УДК 159.9

Мещерякова Дарья Николаевна,
студентка АСА ДГТУ, г.Ростов-на-Дону
e-mail: meshcheryakova.d.n@mail.ru

К ВОПРОСУ О ВОЗРАСТНЫХ ОСОБЕННОСТЯХ ЗРЕЛОСТИ

Аннотация: В данной статье рассмотрены основные возрастные особенности зрелости, определены временные рамки данного периода. Охарактеризованы основные кризисы зрелого возраста, причины их возникновения, а так же способы преодоления. Сформулированы главные цели в жизни мужчин и женщин, достигших зрелого возраста.

Ключевые слова: развитие, возраст, зрелость, возрастной кризис, личность.

Meshcheryakova Darya Nikolaevna,
student of the Academy of Construction and Architecture of DSTU, Rostov-on-don
e-mail: meshcheryakova.d.n@mail.ru

TO THE QUESTION OF THE AGE PECULIARITIES OF MATURITY

Abstract: In this article, the main age features of maturity are considered, the time frames of this period are determined. The main crises of adulthood, the causes of their emergence, as well as ways of overcoming are characterized. The main goals in the life of men and women who have reached adulthood are formulated.

Keywords: development, age, maturity, age crisis, personality.

Зрелость – это самый долгий период жизни для большинства людей. Хронологические рамки здесь достаточно условны, их границы зависят от индивидуальных различий и личностных особенностей и могут сдвигаться в ту или иную сторону на несколько лет. Обычно границы зрелости принимают от 30-35 лет до 60-70 лет. Таким образом, завершение зрелости связывают со временем ухода на пенсию, т.е. прекращением активной

профессиональной деятельности. Во многих концепциях развития период разделяется на стадии: молодость, расцвет и зрелость.

Зрелость является самым значимым и продуктивным возрастным периодом, это пора полного расцвета личности. Это время, когда человек стремится достичь своих целей и реализовать себя в какой-либо сфере жизни.

Кто такой человек, достигший зрелого возраста? Как его можно охарактеризовать? По мнению ученых, у такого человека в наивысшей степени развито чувство ответственности, появляется стремление заботиться о других, он умеет конструктивно решать жизненные проблемы, используя свои знания и способности. В зрелости на первый план выходят профессиональная сфера, семейные отношения и родительская функция. Человек стремится полностью реализовать себя, раскрыть и всесторонне использовать свой потенциал.

Существует несколько вариантов соотношения психологического и хронологического возрастов, от этого соотношения во многом зависит эмоциональное состояние и образ жизни человека. Согласно исследованиям Белоконева Г.П. и Федосеевкова А.В.[1] выделяют: опережение, отставание, адекватность.

1)Если психологический возраст «опережает» календарный, это означает, что человек испытывает преждевременное старение. Обычно, это происходит потому, что человек достиг всех своих целей, и у него нет перспектив, для дальнейшего развития. Часто преждевременное старение связано со смертью близкого человека или с каким-либо другим несчастьем, вызвавшим утрату смысла жизни, и, как следствие, потерю целей.

2)Если психологический возраст «отстает» от календарного, значит перед нами тип «вечно молодого» человека. Он не хочет, да и не может повзрослеть. Обычно причина этого «отставания» заключается в том, что

когда человек был ребенком, он испытывал чрезмерную заботу матери (скорее всего он был единственным и любимым ребенком в семье), и, повзрослев, он остается беспомощным и ждет постоянной заботы от близких людей (от матери, жены или мужа). Возможен и другой вариант: человек занимается творческой деятельностью, у него много новых идей, он строит грандиозные планы и поэтому чувствует себя молодым.

3) Психологический возраст совпадает с календарным. В этом случае, человек полностью посвящает себя какому-либо делу. Для него важно наиболее полно реализовать себя.

На каждом жизненном этапе, в каждой конкретной ситуации человек встречает множество внутренних противоречий и конфликтов. Постепенно психологические противоречия накаляются до предела, это приводит к тому, что наступает кризис. Зачастую в середине жизни человек задается вопросами: «в чем смысл жизни?» и «как мне жить дальше?».

Согласно разработке Федосеевкова А.В., Борцова Ю.С., Веселой Т.В. и ряда других ученых [2], в зрелом возрасте выделяют четыре основных кризиса. Первый кризис наступает при переходе от юности к зрелости. Он связан во-первых, с завершением обучения и началом трудовой деятельности, а во-вторых с созданием семьи и кризисом семейных отношений. Человек встает перед выбором карьера или семья. Вторым кризис называют «кризисом 30 лет». Человек в этом возрасте осознает, что его мечты не соответствуют реальности. Этот кризис связан с пересмотром жизненных ценностей и приоритетов. Третий кризис – кризис середины жизни. К сорока годам у человека появляется чувство стабильности и уверенности в завтрашнем дне. Но его одновременно терзают сомнения, правильно ли он прожил жизнь, он осознает утрату молодости. Так же кризис связан с семейными отношениями. В этом возрасте дети начинают взрослую жизнь, они покидают родительский дом, умирают некоторые родственники старших поколений, начинаются

проблемы со здоровьем. Часто результатом этого кризиса является смена вида трудовой деятельности или создание новой семьи. Юнг отмечал, что в это время может даже измениться характер человека, из экстраверта человек мог стать интровертом. Четвертый кризис связан с выходом на пенсию. Человек чувствует ухудшение материального положения, потерю социальных контактов, отдаление детей. Для успешного переживания каждого кризиса необходимо осознание человеком ответственности за свои неудачи, отношение к кризису как к сигналу для внутренних и внешних изменений, без проявления сочувствия и жалости к себе.

По мнению многих ученых, общим параметром всех кризисов является наличие выбора [3]. Согласно убеждениям Штутса, существует сознательный и бессознательный (когда человек не признает своего участия в течении событий), активный и пассивный выборы. Бывает, человеку кажется, что у него нет выбора, и он должен подчиниться судьбе. Это тоже выбор, но безответственный, так как человек полагается на обстоятельства.

Как было сказано выше зрелость – это время, когда человек стремится достичь своих главных целей. Для мужчины в этот период очень важно найти дело своей жизни и построить карьеру, чтобы в дальнейшем решить жилищные и финансовые проблемы, и материально обеспечить жену и детей. Так было всегда и 100, и 200, и даже 1000 лет назад. Раньше мужчины ходили на охоту и таким образом добывали пропитание, а сейчас они стремятся найти наиболее выгодные источники доходов. Для женщины главная цель в жизни – материнство и воспитание детей, эта цель реализуется в период зрелости. Так же для нее важно поддержание тепла, уюта и чистоты в доме, забота о семье. Женщина может тоже заниматься делом. Но для нее это не становится основной работой. Она не обязана добывать деньги для семьи, так как - это уже забота мужчины.

Резюмируя вышеизложенное, можно сделать вывод о том, что период зрелости очень важен, потому что в это время человек достигает своих целей, создает семью, строит карьеру. Это самый долгий период жизни. Выделяют четыре кризиса зрелости, каждый из которых имеет свои предпосылки и причины. Очень важно благополучно прожить эти кризисы, и понять, в каком направлении двигаться дальше. В период зрелости для мужчины главное - построить карьеру, для женщины - стать матерью. Соотношения психологического и хронологического возрастов человека определяют его образ жизни и отношение к окружающему миру.

Список литературы

1. Белоконев Г.П., Федосеев А.В. Педагогическая культура в высшей школе: учеб. пособие. Ростов-на-Дону: Рост. гос. строит. ун-т. 2005. - 60 с.
2. Борцов Ю.С., Веселая Т.В., Драч Г.В., Запрудский Ю.Г., Коновалов В.Н., Королев В.К., Коротец И.Д., Лубский А.В., Фомина С.И., Федосеев А.В., Чичина Е.А., Штомпель Л.А., Штомпель О.М. Человек и общество (культурология): Словарь-справочник. Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. - 544 с.
3. Хухлаева О.В. Психология развития: Молодость, старость, зрелость: учеб. пособие. М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 208 с.