

Корнійчук Олеся Миколаївна
Східноєвропейський національний університет імені
Лесі Українки (студентка, 5 курс)
Науковий керівник: кандидат психологічних наук,
ст. викладач Магдисюк Л.І.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ

Особистість протягом життя проходить певні стадії онтогенезу, кожна з яких має свої психологічні особливості та характер протікання.

Дану проблематику досліджували ряд вчених. Піфагор порівнював вікові періоди з порами року, зрілість в його періодизації охоплювало літо(20-40років) та осінь(40-60років). Е.Еріксон вважав, що зрілість є основним та найголовнішим етапом у житті людини, оскільки охоплював період від 25 до 65, тобто 40 років життя.

Поняття «зрілості» далеко не всім зрозуміле, у багатьох людей закореніле негативне сприйняття даного відрізка з життя. Досить часто його пов'язують з виходом на пенсію та ототожнюють зі старістю. Проблема відношення до наближення кінця життя хвилює більшу частину людства тому є актуальною для кожного. Зрілість – це найтриваліший та найбільш значимий період життя для багатьох людей, який характеризується тенденцією до досягнення найвищого розвитку духовних, інтелектуальний та фізичних здібностей особистості. Зрілість – це стан до якого приходять організм в кінці періоду розвитку[3].

Б. Ананьєв писав про те, що заключною ознакою зрілості, є усвідомлення кожного індивіда відповідальності, адже людина, яка досягла зрілості, в першу чергу відповідає за стиль та змістовність власного життя перед самим собою, а тоді уже перед іншими людьми [1].

Найбільш сприятливим для розвитку особистісної зрілості є рівень взаємозалежності. Він також є оптимальним для вияву соціальної та психологічної зрілості особистості, базовими ознаками якого є вміння говорити правду, відстоювати власну думку, поєднувати комунікативні якості з вимогами, нормами та правилами поведінки у соціальному оточенні, здатність долати комунікативні перепони та розв'язувати життєві конфлікти. Соціальна зрілість виявляється у громадській, моральній, політичній та естетичній сферах[2].

Важливим фактором зрілості є здатність активно брати участь у житті навколишнього середовища та доцільно користуватися власними знаннями та здібностями для розв'язання багатьох життєвих проблем на шляху до реалізації себе у суспільстві [4].

У зв'язку зі зміною періодів життя, у психіці людини відбуваються ряд змін. Вони можуть розгортатися як швидко, так і поступово. У період досягнення певної вікової кризи, психологічні зміни, які її супроводжують, починають дуже швидко розвиватися та через певний час вибухаючи, призводять до серйозних наслідків. Даний феномен називають поняттям «вікові кризи». Настання вікової зрілості несе за собою досить багато фізіологічних та психологічних змін. Цей період зазвичай починається з кризи зрілого віку та осмислення її наслідків. Під

час кризи середини життя людина більшою мірою, ніж будь-коли, залишається один на один із самим собою. Ті сфери функціонування, що в звичайному житті були полем для самовираження, тобто середовище в якому індивід проводив більшість особистого часу, серед яких робота і сім'я, відступають на задній план. Починають з'являтися проблеми зі здоров'ям, життя ніби втрачає сенс, здається, що прагнути уже немає до чого. Хоча багато представників середньої дорослості дуже суб'єктивно відносяться до власного психологічного віку, але існує ряд типових фізичних та розумових особливостей, що характеризують саме цей період. Досить великого значення для кризи зрілого життя надавав Е. Еріксон. Він називав вік 30-40 років – десятиліттям фатальної межі. У такому віці, зазвичай, з'являється глибше усвідомлення невідповідності життєвих мрій цілям людини і його реальним становищем. Тобто, якщо 20-річна людина розглядається як перспективна, тоді 40 років сприймають як час виконання даних колись обіцянок [5].

Головною ознакою зрілості є акцентуація на виконання соціальних обов'язків, коли людина несе відповідальність не тільки за себе, але й за інших, і при прийнятті рішення змушена враховувати не лише свої інтереси, але й інтереси оточуючих її людей. Значна частина чоловіків та жінок у цей період працюють на керівних посадах, тому їх вміння приймати рішення впливає на долі сотень, тисяч людей. В свою чергу, пізню зрілість охоплює стадія реінтеграції, тобто коли використання знань і інтелекту спрямовується на побутову практичну сферу, тоді знову люди повертаються до власних інтересів, цінностей, установок. З досягнення даного вікового бар'єру емоції стають більш врівноваженими, реалістична самооцінка, почуття компетентності і самоповаги, мотиви і потреби пов'язані з соціальним та сімейним станом людини. У період зрілості особистість досягає вершини розвитку, проявляється стійка спрямованість на отримання задоволення від життя або на отримання винагороди від життєвих ситуацій. Пробуджується інтерес до суспільного устрою, політичних та економічних питань, з'являється бажання здійснити будь-який внесок для наступного покоління. Чоловіки та жінки більше дбають про дітей і оточуючих, прагнуть зберегти традиції сім'ї та статус у професійній сфері. Жінки цілеспрямовано стежать за своєю зовнішністю, а у чоловіків загострюється відчуття самоповаги [6].

О. Сапогова (2001) писала, що для дорослої людини розвиватися особистісно дуже важливо, передати свій досвід, тобто залишити слід у пам'яті наступного покоління, закріпитись своїми вчинками, подіями з свого життя, результатами творчості, певними висновками з прожитого. Чим дорослішою стає людина, тим більше вона потребує сприйняття від оточуючих, які бажають вчитись на чужих помилках. Саме тому, не одне століття, відомий конфлікт батьків та дітей, розкриває бажання меншого покоління жити за своїми правилами та прагнення батьків нав'язати свій досвід, не дивлячись на те, як швидко змінюється світ та які він диктує правила. Як не дивно, дорослих не завжди турбує сам зміст повчань та настанов, у багатьох випадках вони просто хочуть бути почутими. За результатами дослідження, особи що реалізували себе у житті, у подальшому знаходять привід для радощів у успіхах та досягненнях своїх дітей та онуків [2].

Отже, можна зробити висновок, якщо є дійсний мотив життя, тісно пов'язаний з власним розвитком, тоді у людини не буде відчуття недоречного та безглузлого існування, адже його зміст тісно пов'язаний з внутрішнім світом людини, який неможливо відібрати від людини, адже горизонти її розвитку не скінченні.

Джерела та література:

1. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / О. Скрипченко, Л. Долинська, З. Огороднійчукта. – К.: Просвіта, 2001. – 416 с.
2. Ильин Е.П. Психологиявзрослости. –СПб.: Питер, 2012.–544 с.
3. Магдисюк Л.І Теоретико-емпіричні межі поняття ейджизму у психології / Л.І Магдисюк // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. пр. / за ред. Н.Є. Завацької. – Луганськ, 2013.- №3 (32). – С.161 – 168.
4. Орбан-Лембрик, Л. Е. Соціальна психологія: посібник / Л. Е. Орбан-Лембрик. – К. : Академвидав, 2003. – 446 с
5. Хухлаева О. В.Психологияразвития: молодость, зрелость, старость: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 208 с.
6. Яшкова А.Н., Сухарева Н.Ф. Возрастнаяпсихология/ А.Н. Яшкова, Н. Ф. Сухарева, – М.: Прогресс, 2009. –с. 88