

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
педагогический колледж № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербург  
(ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)

**Возрастная психология**  
**На тему: «Возрастной кризис»**

**ПРЕПОДАВАТЕЛЬ:**  
**ТРЕФИЛОВА НАТАЛЬЯ ДМИТРИЕВНА**

2021г

## Оглавление

**Введение**

**Глава 1. Особенности возрастных кризисов как закономерные этапы психологического развития**

**1.1 Понятие «Возрастной кризис»**

**1.2 Структура возрастных кризисов**

**1.3 Выводы по главе**

**Глава 2. Содержание нормативных психических кризисов на различных этапах возрастного развития**

**2.1 Динамика развития**

**2.2 Возрастная периодизация Л.С. Выготского**

**2.3 Кризисы детского возраста**

**2.4 Возрастные кризисы отрочества.**

**2.5 Возрастные кризисы взрослости**

**2.6 Кризис пожилого возраста**

**Глава 3. Направления и типы коррекционной работы**

**3.1 Практические рекомендации по преодолению возрастных кризисов у людей различного возраста**

**3.2 Выводы по второй главе**

**Заключение**

**Глоссарий**

**Список использованных источников**

## □ Введение

- Кризис, от греческого *krineo*, буквально означает "разделение дорог". В китайском языке слово "кризис" состоит из двух иероглифов, один из которых означает "опасность", а другой - "возможность". Само понятие "кризис" реально означает острую ситуацию для принятия какого-то решения, поворотный пункт, важнейший момент.
- Психологически переход к каждому следующему возрастному этапу происходит в форме кризисов психического развития, или возрастных кризисов. Таким образом, возрастной кризис неизбежно переживает человек при смене возрастных этапов, завершении определенных стадий развития. Возрастной кризис обусловлен и биологическими факторами, и социальными факторами. Возрастные кризисные могут иметь непродолжительный характер, иногда оставаясь почти незаметными для самого человека и его окружения, иногда выражаясь в аномальных поведенческих реакциях, а могут быть достаточно затяжными, длительными.
  - Особенности протекания возрастных кризисов во многом зависят от индивидуальных социобиологических особенностей: характера, эмоционально-мотивационной сферы. Начало кризисного периода знаменуется конфликтом между желаемым и доступным, и готовности человека выполнить прогнозируемую жизненную траекторию.
  - Возрастной кризис характеризуется стремлением к смене ведущей деятельности, так как реализация прежней ведущей деятельности в новых возрастных условиях затруднена, невозможна, возрастная детерминанта исчерпана. Внешние условия могут спровоцировать возрастной кризис при обострении внутриличностных противоречий. Человек при этом становится все более реактивным, неустойчивым, отвечает на слабые раздражители неадекватно интенсивными реакциями, что приводит к существенным изменениям в поведении, появлении трудновоспитуемости

# □ Глава 1. Особенности возрастных кризисов как закономерные этапы психологического развития

## □ 1.1 Понятие «Возрастной кризис»

Термин «кризис» многозначен. В различных психологических теориях он используется по-разному и связывается с различными явлениями психической жизни человека. В отечественной психологии представление о возрастном кризисе ввел П.П.Блонский, затем описывал и содержательно раскрывал Л.С.Выготский.

Он был выведен для характеристики целостного изменения личности ребенка, регулярно возникающее при смене стабильных периодов развития

□ Возрастные кризисы - особые, относительно недолгие периоды в жизни человека, характеризующиеся резкими психическими изменениями. Это нормальные процессы, необходимые для нормального постепенного хода личностного развития

Это происходило в 30-е годы. С тех пор сложилась парадоксальная ситуация. Кризисы почти не исследовались ни теоретически, ни экспериментально, но в любом исследовании, в любом учебнике по возрастной психологии кризисы рассматривались как нечто реально существующее, данное как бы изначально. Об этом, в частности, пишет И.В. Дубровина. В книге «Практическая психология образования» она определяет «критический возраст» как наиболее нечеткое понятие и указывает, что кризисы исследовались в основном в первой трети нашего столетия, потом их изучение прекратилось. «В течение довольно продолжительного периода названная проблема практически не разрабатывалась, но описывалась во всех учебниках как изученная, что могло породить терминологический разнобой»



- Среди многообразия научных школ в психологии можно выделить две группы психологических теорий в зависимости от их взгляда на онтогенез. В психологии, главным образом детской и возрастной, под онтогенезом понимают отрезок жизни индивида от рождения до наступления зрелости
- Представители первой из них рассматривают развитие **его** целостности и неделимости, не выделяя в нем отдельных периодов или этапов (Г. Оллпорт, Дж. Кеггелл, К. Роджерс, Г. Айзенк и др.) В теориях этой группы, как правило, во главу угла ставится представление о некоторой целостности, например понятие личности.
- Для западной психологии представления о критических периодах в развитии многоаспектно. Говоря о психологическом переходе, необходимо выделить:
- Представление о смене некоторой структуры или организованности (Ж. Пиаже, Л. Колберг);
- Представление о психологическом механизме возникновения нового (Я. Боум).
- Представление о кризисе (конflikте) как характеристике некоторого отрезка онтогенеза (Э. Эриксон, Д. Левинсон).
- Вторую группу психологических теорий образуют те, в которых онтогенез представляет собой чередование, смену определенных периодов развития (З.Фрейд, Ж Пиаже, А. Валлон Э.Эрик-сон, Л.С.Выготский, А.Н.Леонгьев и др.). Для обоснованного деления онтогенеза на определенные периоды каждый исследователь вводит собственные основания этого деления и представляет собственную теорию психического развития человека в онтогенезе.
- Таким образом, в зависимости от исходных теоретических представлений онтогенез рассматривается как сугубо индивидуальная траектория (или тип траекторий), как непрерывная плавная череда микроизменений или, напротив, как последовательность относительно устойчивых и отграниченных стадий, в принципе единых для всех представителей данной культуры

В отечественной психологии принят иной образ.

□ Среди представителей отечественной психологии следует назвать следующие имена: П.П. Блонский, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, Л. И. Божович, М. И. Лисина, Д. Б. Эльконин, К. Н. Поливанова, Т. В. Драгунова, М. В. Ермолаева, Л. И. Бершедова.

В ней возраст рассматривается как относительно устойчивый отрезок развития -каждый возраст представлен своей «ступенькой».

В отечественной психологии термин «возрастные кризисы» введен Л.С. Выготским и определен как целостное изменение личности человека, регулярно возникающее при смене стабильных периодов. Сущностью каждого кризиса является выбор, который человек должен сделать между двумя альтернативными вариантами решения возрастных задач развития. Принятое решение сказывается на успешности и развитии всей последующей жизни. Нормативные кризисы развития неизбежно возникают на жизненном пути большинства людей

Понятие «возрастной кризис» неотделимо от понятий «развитие психическое» и «периодизация психического развития»

Периодизация психического развития — выделение в целостном жизненном цикле человека последовательности стадий (периодов) психического развития.

Понять закономерности возрастного развития, специфику отдельных возрастных этапов позволяет разделение жизненного пути на периоды. Содержание (и название) периодов, их временные границы определяются представлениями автора периодизации о наиболее важных, существенных сторонах развития

Выделяют периодизации психического развития Л. С. Выготского, Д. Б. Эльконина, А. В. Петровского, Э. Эриксона, З. Фрейда, Л. Колберга и др.

Эти понятия («возрастной кризис», «психическое развитие», «периодизация психического развития») взаимодействуют, связаны между собой. Психическое развитие предполагает деление на определенные этапы и стадии, а переход от одной стадии к другой сопровождается кризисами.

□ К.Н. Поливанова дала следующее определение понятию "возрастной кризис": это преобразование социальной ситуации развития, при котором старая социальная ситуация развития разрушается, а на ее месте, вместо нее, строится новая; психологическое содержание возрастного кризиса состоит в том, что происходит субъективация новообразования предшествующего стабильного периода, т. е. превращение новообразования стабильного периода в субъективную способность индивида

- И.Г. Малкина-Пых в качестве рабочего определения кризиса предлагает следующее: кризис - это столкновение двух реальностей: психической реальности человека с его системой мировоззрения, паттернами поведения и т. п. и той части объективной действительности, которая противоречит его предыдущему опыту
- Эта действительность уже воспринята человеком, но не преобразована, и преобразование ее затруднено или сейчас невозможно, так как для этого требуются качественно иные механизмы, в данный момент отсутствующие.
- Многие авторы не уделяют такое большое внимание кризисам, как это можно заметить в творчестве Л. С. Выготского и Э. Эриксона. От взглядов Л. С. Выготского отталкивается отечественная психология развития и педагогика, в зарубежной психологии такой согласованности нет. Идея этих авторов в чем-то похожи, однако, есть и различия.
- Следует отметить, что для Э. Эриксона смысл конфликта (кризиса) совершенно иной, чем для представителей культурно-исторической концепции. По Э. Эриксону, кризис есть потенциальный выбор, который осуществляется в процессе онтогенеза между благоприятным и неблагоприятным направлением развития. Термин «кризис» в эпигенетической концепции Э. Эриксона близок по смыслу к тому, который этот термин имеет в биологической науке, в частности, в эмбриологии. Критический период – это отрезок времени, в течение которого данный орган подлежит особо интенсивному развитию. Если в этот период развивающийся организм испытывает какие-то неблагоприятные воздействия, именно интенсивно развивающийся орган оказывается особо уязвимым.



Л.С. Выготский рассматривал развитие как внутренне детерминированный, целенаправленный процесс, который протекает не равномерно, а противоречиво, через возникновение и разрешение внутренних конфликтов. Поэтому он обращает внимание на переходные, или критические, периоды, когда за небольшие промежутки времени в ребенке происходят такие изменения, которые заметны окружающим.

По мнению Выготского, кризис, или критический период, - время качественных позитивных изменений, результатом которых является переход личности на новую, более высокую степень развития.

Содержание кризиса - это распад сложившейся социальной ситуации развития и возникновение новой

Огромное место в психологии возрастных кризисов занимают работы Л.И.Божович. В целом позиция Божович продолжает линию Выготского в разработке вопросов, связанных с понятием "переживание". В работах Божович в исследование переживания было введено представление о внутренней позиции. Это понятие особенно подробно исследовалось в ситуации перехода ребенка от дошкольного возраста к младшему школьному.

**В отечественной психологии основное место занимает взгляд на кризисы как на поведенческий синдром возрастного перехода, включающий болезненную реакцию ребенка на неадекватные педагогические воздействия со стороны взрослого.**

Исключение составляет позиция Д.Б. Эльконина, высказанная в статье "К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте". В ней кризисы определены как переходы от одной системы к другой (от овладения мотивационно-потребностной сферой к операционально-технической и наоборот). При этом переходы между эпохами названы "большими" кризисами. В этот момент открывается новая эпоха и новый период развития мотивационно-потребностной сферы. Переход между периодами внутри одной эпохи характеризуется как "малый" кризис, он открывает следующий период формирования интеллектуально-познавательных сил ребенка.



## 1.2 Структура возрастных кризисов

- Л.С. Выготский ввел деление кризисного возраста на пред критическую, собственно критическую и посткритическую фазы
- В предкритической фазе возникает противоречие между объективной и субъективной составляющими социальной ситуации развития (средой и отношением человека к среде).
- В собственно критической фазе это противоречие обостряется и проявляется, обнаруживая себя, и достигает своего апогея.
- В посткритической фазе противоречие разрешается через образование новой социальной ситуации развития, через установление новой гармонии между ее составляющими. Предкритическая фаза состоит в том, что человеку открывается неполнота той реальной формы, в которой он живет

Далее наступает собственно критическая фаза, состоящая из трех этапов.

- На первом этапе происходит попытка непосредственно реализовать наиболее общие представления об идеальной форме в реальных жизненных ситуациях.
- Далее наступает этап конфликта - необходимое условие нормального развития в кризисе, позволяющее человеку и окружающим его людям предельно обнажить собственные позиции.
- Третий этап - рефлексия собственных способностей, должно возникнуть новообразование кризиса.
- Кризис завершается посткритической фазой, представляющей собой создание новой социальной ситуации развития. В этой фазе завершается переход "реальное-идеальное" и "свое-иное" (Эльконин. 1994), принимаются новые формы культурной трансляции идеальной формы (новая ведущая деятельность), происходит поиск нового "значимого другого". Реализуется новая форма - идеальная, а не идеализированная, полноценная, а не формальная.

Основными характеристиками кризисных периодов, по Выготскому, можно назвать


- -наличие резких изменений в короткие отрезки времени;
- -неотчетливость границ кризиса, т. е. трудность определения моментов его наступления и окончания;
- -конфликты с окружающими и трудновоспитуемость ребенка, выпадение его из системы педагогического воздействия;
- -наличие разрушения в развитии: "на первый план выдвигаются процессы отмирания и свертывания, распада и разложения того, что образовывалось на предшествующей стадии".

Положения Выготского применимы и для понимания закономерностей развития взрослых.

В отличие от Выготского и его последователей А.Н. Леонтьев разделяет понятия "критический период" и "кризис"

Если критический период - неизбежный переход с одной стадии психического развития на другую, то при адекватном управлении процессом развития извне кризисов может не быть. Возникновение новой деятельности связано с механизмом возникновения новых мотивов, со "сдвигом мотива на цель". Кризис (болезненный, острый период в развитии) не есть необходимый симптом перехода от одного стабильного периода к другому, от одной ведущей деятельности к другой.



- 
- Основные возрастные кризисы происходят в период детства и подростковый период, это характеризуется тем, что именно на начальных годах жизни человек накапливает ведущие знания и восприятия самого себя, которые являются базисом для его дальнейшего позиционирования себя в системе социального и личностного общения. В первое десятилетие жизни психика ребенка проходит такое «расстояние», с которым не сравнится ни один последующий возраст. Именно в этот период организм ребенка интенсивно развивается и росту сопутствует созревание мозга и нервной системы, он развивается со стороны психических функций, общения, воли и чувств. Он начинает осознавать свою уникальность и проявлять себя как личность в ответственные моменты жизни.
  - Возрастные кризисы зрелых периодов жизни и старости изучены в психологии намного меньше кризисов детства, как в теоретическом плане, так и эмпирически. В значительной мере это связано с недостаточной разработанностью проблемы периодизации онтогенеза за пределами детства и юности. Представления отдельных исследователей относительно существования кризисов 30 лет, 40 лет, 55 лет и др. можно рассматривать как гипотетические, требующие дальнейших исследований (D. Levinson и др.).

### □ 1.3 Выводы по главе

Большинство авторов как отечественной так и зарубежной психологии признают значение и необходимость возрастных кризисов.

Если признать, что кризис есть единство процессов созидания и деструкции, то можно вести разговор о кризисе как о норме развития.

В отечественной психологии делается акцент на нормативность кризисов. Хотя о нормативности возрастных кризисов говорит и Э. Эриксон.

Понятие нормативного возрастнo-психологического кризиса в возрастной психологии имеет два смысла - узкий и более широкий. В первом смысле, это граница, соединяющая два психологических возраста (одновременно и разделяющая их).

В более широком смысле, возрастной кризис это возраст, переходный от эпохи к эпохе. Например, есть подростковый кризис в узком смысле слова - это возраст около 10-12 лет, т. е. переход от младшего школьного возраста к собственно подростковому, а есть подростковый кризис в широком смысле слова - это весь подростковый возраст как переход от детства к зрелости.

Необходимо вспомнить, что основные возрастные кризисы происходят в период детства и подростковый период.

Менее изучены кризисы взрослости по сравнению с кризисами детства.

Кризисы взрослых имеют ряд особенностей по сравнению с кризисами у детей: они не имеют столь жесткой привязанности к возрасту. Могут подготавливаться постепенно, но могут возникать и внезапно в случае появления резких изменений в социальной ситуации человека.

## □ Глава 2. Содержание нормативных психических кризисов на различных этапах возрастного развития

- **Кризисы возрастные** (англ. *age crises*) — условное наименование переходных этапов возрастного развития, занимающих место между стабильными (литическими) периодами. К. в. рассматриваются в концепциях, признающих стадильность развития (Э. Эриксон — К. в. как разрешение основной задачи возраста; З. Фрейд — смена основных стадий психосексуального развития).

В отечественной психологии термин К. в. введен Л. С. Выготским и определен как целостное изменение личности ребенка, регулярно возникающее при смене (на стыке) стабильных периодов.

Хронологически К. в. определяются границами стабильных возрастов: кризис новорожденности (до 1 мес; с т. зр. Выготского, до возникновения комплекса оживления), кризис 1-го г., кризис 3 лет, кризис 7 лет, подростковый (11-12 лет) и юношеский К. в. Отдельные авторы признают также наличие К. в. у взрослых (напр., кризис 40 лет), однако достоверных экспериментальных данных на этот счет не существует. (К. Н. Поливанова.)

- **Сензитивные периоды** (от лат. *sensus* — чувство, ощущение) — периоды онтогенетического развития, в которые развивающийся организм бывает особенно чувствителен к определенному роду влияниям окружающей действительности. Так, напр., экспериментальными исследованиями показано, что в возрасте ок. 5 лет дети особенно чувствительны к развитию фонематического слуха, а по прошествии этого периода эта чувствительность несколько падает. С. п. — это периоды оптимальных сроков развития определенных сторон психики (процессов и свойств). Чрезмерно раннее начало обучения ч.-л. может неблагоприятно сказаться на психическом развитии, точно так же и очень позднее начало обучения может оказаться малоэффективным. С. п. не следует смешивать с критическими (переломными) периодами развития.



## □ 2.1 Динамика развития

В науке (психологии) используется условный возраст, определяемый методом периодизации для структуризации онтогенеза человеческой жизни.

Обычно выделяют:

- от зачатия до рождения (пренатальный В.),
- младенческий В. (от рождения до 1 г.),
- раннее детство, или ранний В. (1-3 г.),
- дошкольный В. (3-6/7),
- младший школьный В. (6/7-11/12),
- отрочество, или подростковый В. (11/12-15/17),
- юношеский В. (15/17-19/21),
- молодость (19/21-25/30),
- зрелость (25/30-55/60),
- старость (55/60 и выше).

Периодизация позволяет не только разбить жизненный путь индивида на отрезки, но и придать возврату содержательное значение. Для каждого возраста определяются нормативы развития (психофизического, мыслительного, эмоционального, личностного и т. д.), «социальная ситуация развития» (Л. С. Выготский), психологические новообразования

К началу каждого периода складывается неповторимое отношение ребенка с окружающей действительностью – **социальная ситуация развития** .

- Она закономерно определяет его образ жизни, что ведет к возникновению **новообразований**.
- Новообразования влекут за собой новую структуру сознания ребенка, изменение отношений.
- Следовательно, изменяется социальная ситуация развития. Наступает связанный с этим критический период.
- Кризисы открыты эмпирическим путем, причем, не по очереди, а в случайном порядке: 7, 3, 13, 10 и т.д. Во время критических периодов индивид за очень короткий срок меняется весь в целом, в основных чертах личности. Это революционное, бурное, стремительное течение событий как по темпу, так и по смыслу совершающихся перемен.
- Новообразования критических периодов носят переходный характер, то есть они не сохраняются в том виде, в котором возникают, например, автономная речь у годовалых детей.
- Л. С. Выготский предложил периодизацию, руководствуясь диалектической моделью развития и идеей скачков-переходов к новому качеству. Он выделял в развитии стабильные и критические возрасты (периоды). В стабильных периодах происходит медленное и неуклонное накопление мельчайших количественных изменений развития, а в критические периоды эти изменения обнаруживаются в виде скачкообразно возникших необратимых новообразований.

□

## □ 2.2 Возрастная периодизация Л.С. Выготского

По мнению Л. С. Выготского, стабильные и критические периоды в развитии чередуются:

- 1. Кризис новорожденности – самый яркий и несомненный кризис в развитии ребенка, т.к. происходит смена среды, переход из утробной среды во внешнюю среду.
- 2. Стабильный период младенчества, (2 мес.-1 год).
- 3. Кризис одного года - имеет позитивное содержание: здесь негативные симптомы очевидно и непосредственно связаны с позитивным приобретением, которые делает ребенок, становясь на ноги и овладевая речью.
- 4. Стабильное Раннее детство (1год–3года).
- 5. Кризис 3-х лет – называется также фазой строптивости или упрямства. В этот период, ограниченный коротким промежутком времени, личность ребенка претерпевает резкие и внезапные изменения. Ребенок проявляет строптивость, упрямство, негативизм, капризность, своеволие. Позитивное значение: возникают новые характерные черты личности ребенка.
- 6. Стабильный Дошкольный возраст (3-7 лет).
- 7. Кризис 7 лет – был открыт и описан раньше других кризисов. Негативные стороны: нарушение психического равновесия, неустойчивость воли, настроения и т.д. Позитивные стороны: возрастает самостоятельность ребенка, изменяется его отношение к другим детям.
- 8. Стабильный младший школьный период(8-12лет).
- 9. Пубертатный кризис(14-18 лет).– негативная фаза возраста полового созревания: падение успеваемости, снижение работоспособности, дисгармоничность во внутреннем строении личности, свертывание и отмирание прежде установившейся системы интересов, продуктивности умственной работы учащихся. Это вызвано тем, что здесь происходит изменение установки от наглядности к пониманию. Переход к высшей форме интеллектуальной деятельности сопровождается временным снижением работоспособности.
- 10. Стабильный подростковый возраст
- 11. Кризис 17 лет. И т д
- Во время стабильных периодов ребенок накапливает количественные изменения, а не качественные, как во время критических. Эти изменения накапливаются медленно и незаметно.



## 2.3 Кризисы детского возраста

**Кризис новорожденности** (0-2 мес.) был не открыт, а высчитан последним и выделен как особый, кризисный период в психическом развитии ребенка .

Признак кризиса - потеря в весе в первые дни после рождения.

**Основное новообразование** - возникновение индивидуальной психической жизни ребенка. Новое в этом периоде то, что, во-первых, жизнь становится индивидуальным существованием, отдельным от материнского организма.

Проявляется новообразование в форме комплекса оживления, который включает в себя следующие реакции

- -общее моторное возбуждение при приближении взрослого;
- -использование крика, плача для привлечения к себе, то есть возникновение инициативы общения;
- -обильные вокализации во время общения с матерью;
- -реакция улыбки.
- Комплекс оживления служит границей критического периода новорожденности, а сроки его появления - основным критерием нормальности психического развития ребенка.

**Комплекс оживления** —новообразование критического периода. Оно знаменует собой конец новорожденности и начало новой стадии развития — стадии младенчества. Поэтому появление комплекса оживления представляет собой психологический критерий конца кризиса новорожденности

**Центральное новообразование** периода новорожденности -индивидуальное существование

**Симптомы:** беспомощность, социальная опосредованность, сохранение биологического единства с матерью.

## □ **Младенчество (1 мес. — 1 год)**

Появляются эмоциональные состояния как реакция на новое. Тревожность — при физическом дискомфорте. Между 7 и 11 мес. появляется «страх расставания» — грусть или острый испуг при исчезновении мамы. Первоначальное сознание психической общности со взрослым, с матерью, предшествующее выделению собственного «Я». Общение — ситуативно-личностное.

□ **Особенности познавательной сферы:** сенсорика развивается быстрее, чем двигательная сфера, хотя обе они связаны. Совершенствуется зрительное сосредоточение в сторону выделения формы, контура и др. Развивается восприятие глубины. Появляется потребность в новых впечатлениях. Возникают первые формы подражания.

□ **Становление моторики** характеризуется хватанием — первым целенаправленным действием ребенка, обязательная основа для последующих манипуляций с предметами, круговыми реакциями, «соотносящими действиями». Движения совершенствуются от крупных к мелким, сначала совершенствуется верхняя половина тела, затем — нижняя. Появляются функциональные действия.

□ **Появляется узнавание, после 8 мес. — воспроизведение.**

Речевое развитие осуществляется по схеме: гуление — лепет — пассивная речь — автономная речь.

□ **Социальная ситуация развития:** ребенок зависим от ухаживающего за ним взрослого биологически, но является максимально социальным существом. Фрустрация базовых социальных потребностей ребенка приводит к тяжелой форме отставания в психическом развитии — госпитализму.

□ **Ведущая деятельность:** непосредственно-эмоциональное общение

### **Новообразование младенческого возраста**

□ Ходьба — первое основное новообразование младенческого возраста, знаменующее собой разрыв старой ситуации развития.

□ Второе основное новообразование этого возраста — появление первого слова.

□ Третье основное новообразование младенческого возраста — возникновение манипулятивных действий с предметами

## □ Кризис одного года

- **Кризис одного года** не является острым. Хронологические рамки условны, его начало и конец знаменуют собой возникновение автономной речи и переход к активной соответственно.
- Кризис одного года также остается малоизученным. С одной стороны, этот кризис проходит в семье, не проявляется вне ее в каком-либо воспитательном учреждении, с другой - этот кризис, по терминологии Д.Б.Элькони́на, относится к числу «малых», он разделяет два периода одной эпохи - младенчество и ранний возраст.
- Л.С.Выготский связывает кризис одного года с возникновением автономной речи и отчасти - с появлением самостоятельной ходьбы. По Выготскому, появление автономной детской речи приводит к изменению отношения ребенка к среде, тем вызывая к жизни новую ситуацию развития. «Речь в отношении социального пространства ребенка играет такую же роль, как и ходьба в отношении физического». Однако Выготский указывает на то, что ходьба, возникая в один год, остается, совершенствуется, а автономная речь исчезает, замещаясь речью социальной. Тот факт, что в данном случае мы имеем дело с вскоре исчезающим, «летучим» образованием, дает Выготскому основание именно автономную речь выделять в качестве ключевого кризисного новообразования, характеризующего переходный период.
- Кризис одного года, по Выготскому, объясняется появлением автономной детской речи. Она приводит к изменению отношения ребенка к среде, тем вызывая к жизни новую ситуацию развития. «Речь в отношении социального пространства ребенка играет такую же роль, как и ходьба в отношении физического». Но ходьба в год лишь возникает, автономная же речь, появляясь в год, вскоре исчезает, замещаясь речью социальной. Тот факт, что в данном случае мы имеем дело с «летучим» образованием, дает Выготскому основание именно автономную речь выделять в качестве ключевого кризисного новообразования, характеризующего переходный период. «Переходы, возникающие в критические возрасты, и в частности автономная детская речь, бесконечно интересны тем, что они представляют собой участки детского развития, в котором мы видим обнаженную диалектическую закономерность развития»



## Особенности поведения в один год и их психологический смысл:

- -у ребенка появляются устойчиво привлекательные предметы и ситуации;
- новый способ передвижения на короткое время попадает в центр внимания ребенка, становится особым опосредующим предметом потребности;
- - запрет (или отсрочка) удовлетворения желания приводит к гипобулической реакции (в поведении) и к появлению стремления (как характеристики психической жизни);
- - слово означает удерживаемый аффект.
- **Основные симптомы:** всплеск самостоятельности, появление аффективных реакций, эффект «нельзя».
- **Особенности познавательной сферы:** раннее детство сензитивно к усвоению речи. Доминирующей функцией является восприятие.
- Оно аффективно направлено: притягивает внимание то, что вызывает эмоциональную реакцию. Память проявляет себя в узнавании. Мышление наглядно-действенное.
- **Социальная ситуация развития:** ребенок — предмет — взрослый. Разрушается ситуация неразрывного единства ребенка и взрослого: ситуация «Мы» (Л. С. Выготский). Наступает этап психологического отделения от матери.
- **Ведущая деятельность:** предметно-манипулятивная. Ребенок не играет, а манипулирует с предметом, сосредоточиваясь на действии.
- **Основные новообразования:** в раннем детстве слово приобретает для ребенка предметное значение, с этим связаны первые обобщения. Быстро растет пассивный словарь, возникает понимание речи — рассказа. Растет активный словарь. Развиваются другие формы коммуникации: жесты, мимика. Он учится чувствам.
- **Центральное новообразование** — возникновение сознания.



- ❑ **Кризис трех лет** Кризис трех лет в концепции Л.С.Выготского проработан наиболее подробно. Ему посвящена работа «Кризис трех лет», в которой описано «семизвездье симптомов» этого возрастного перехода.
- ❑ Первый симптом, на который обращает внимание Л.С.Выготский, - негативизм. Эта поведенческая реакция состоит в том, что ребенок не хочет что-то сделать только потому, что это предлагает кто-то из взрослых. Негативизм вынуждает ребенка действовать вопреки своему аффективному желанию.
- ❑ Второй симптом - упрямство. Упрямство, в отличие от настойчивости, состоит в том, что ребенок настаивает на чем-то лишь потому, что он этого потребовал. По сравнению с негативизмом упрямство проявляется в ситуациях, где исходно ребенок сам заявил некоторое требование.
- ❑ Третий симптом - строптивость. Строптивость безлична, она направлена скорее на всю ситуацию воспитания, чем на кого-то конкретно
- ❑ Четвертый симптом - своеволие. Он заключается в «тенденции к самостоятельности». В противоположность первым трем симптомам, своеволие это не протест, а наоборот, стремление к некоторому действию, предмету, ситуации
- ❑ Следующие три симптома, по следам Л.С.Выготского, носят второстепенный характер.
- ❑ Это протест-бунт - поведение начинает носить протестующий характер;
- ❑ Обесценивание - например, отрицательное отношение к родителям;
- ❑ Деспотизм - желание проявлять деспотическую власть по отношению к близким.
- ❑ Кроме этих главных симптомов, есть и другие, невротического свойства: возможен энурез, ночные страхи, иногда резкие затруднения в речи, гипобулические припадки
- ❑ Л.С.Выготский делает главный вывод: специфика поведения в кризисе трех лет говорит о том, что «ребенок мотивирует свои поступки не содержанием самой ситуации, а отношениями с другими людьми»: кризис трех лет это «прежде всего кризис социальных отношений; возникает ряд поступков, мотив которых связан с проявлением личности ребенка

- По мнению Д.И.Божович, три года - важный рубеж в развитии ребенка; «система Я» включает в себя некоторое знание о себе . и отношение к себе. Это подлинный старт развития самосознания, которое далее на каждом возрастном этапе имеет специфические особенности
- Кризис трех лет, в отличие от кризиса одного года, описан гораздо подробнее. Но, в противоположность современным исследованиям, у самого Выготского почти нет его содержательного анализа, напротив, дано весьма полное описание «семизвездья симптомов». Д.С.Выготский, анализируя симптомы кризиса трех лет, выделяет следующие семь: основные - негативизм, упрямство, строптивость, своеволие; и второстепенные - протест-бунт, деспотизм, ревность. Кризис протекает «как кризис социальных отношений». В исследованиях Т. В.Гуськовой описано личностное новообразование кризиса трех лет - гордость за достижение. Е.О.Смирнова, обобщая современное представление о кризисе трех лет, указывает на то, что у ребенка «появляется материальная проекция своего Я, которое теперь уже может быть воплощено вовне, а его мерой могут служить собственные конкретные возможности и достижения» Это означает, что возникает «Я глазами другого»

## Особенности поведения в три года и их психологический смысл:

- - в речи появляются символы, пока еще бессмысленные - «Я», «хочу-не хочу» (ряд конкретных примеров, видимо, может быть расширен);
- - обнаружение собственного Я происходит в противопоставлении; ребенок сам строит ситуации, в которых «Я» обнаруживается (независимо от поведения взрослого протестное поведение длится);
- - в этом «длении» и обнаруживается собственное Я, значение «хочу», т. е. бессмысленный символ превращается в осмысленный, значащий;
- - амплификация смысла «Я» или «Я хочу» происходит при варьировании и закреплении в субъекте высказывания различных ситуаций действия

## Новообразования кризиса трех лет - тенденция к самостоятельной деятельности

Кризис 3 лет: в литературе получил образное название «Я — сам!»

Основные *симптомы*: негативизм, упрямство, строптивость, своеволие, протестное поведение, обесценивание требований взрослых, ревность, деспотизм. Кризис 3 лет — это перестройка социальных отношений ребенка, смена его позиции по отношению к взрослым.



- **Кризис семи лет.** Л.С.Выготский в работе «Кризис семи лет» выделяет симптомы кризиса - манерничанье и кривляние. Он указывает, что семь лет - это возраст «потери непосредственности». Поведение ребенка перестает быть непосредственным, естественным. Причиной этого он называет обобщение переживаний - особый момент в развитии, приводящий к удерживанию некоторого переживания, «вклиниванию» обобщенного переживания в поведение ребенка. Поведение ребенка перестает быть сиюминутным, оно опосредуется обобщенным переживанием, в частности, представлением о собственных возможностях
- Работы Л. И. Божович и ее сотрудников - Н. Г. Морозовой и Л. С.Славиной были выполнены в конце 40-х годов. Тогда происходило изменение возраста начала обучения в школе - с 8 на 7 лет, что и поставило с особой остротой вопрос о готовности детей к школе
- У детей конца 7-го - начала 8-го года жизни было обнаружено такое специфическое психическое новообразование, как позиция школьника. Это новообразование возникает не сразу. Обнаружена такая последовательность: в возрасте 5-7 лет дети начинают мечтать о школе, одновременно для них становятся привлекательными «серьезные» дела, дети начинают выбиваться из режима детского сада, тяготиться обществом младших дошкольников. У них возникает потребность в приобретении новых знаний, которая может быть реализована в учении после поступления в школу



- Критический возраст характеризуется новым взглядом ребенка на ситуацию действия, на взаимодействия со взрослыми. Поступление в школу приносит в жизнь ребенка новое, в частности, возникает совершенно специфическая форма совместности ребенка и взрослого - деловое сотрудничество. Оно предполагает способность ребенка слышать и выполнять инструкции взрослого по выполнению задания, анализировать предложенное задание. Полноценное деловое сотрудничество сформируется у ребенка к концу младшего школьного возраста
- Изменение поведения детей в переходные периоды происходит одновременно в нескольких сферах. По отношению к возрасту 6-7 лет такими значимыми сферами являются социальная (школьная) и домашняя. Возрастной переход не только предполагает возникновение новой значимой сферы (школьной - для детей 7 лет), но и трансформирует привычную ситуацию (домашнюю). Изучение домашнего поведения семилетних детей позволило выявить ситуации возникновения трудновоспитуемости, а также проследить ее связь с возникающей в этом возрасте произвольностью
- **Основные симптомы:** переоценка ценностей, обобщение переживаний, возникновение внутренней жизни ребенка, смысловая ориентировочная основа поступка, утрата детской непосредственности. Внешне он проявляется в демонстративности, манерничаний, кривляний. Этот кризис называют рождением социального «Я» в ребенке.

## Особенности поведения на седьмом году и их психологический смысл:

- -дифференциация ситуаций действия на внешне (взрослым) заданные и самостоятельно организованные;
- - внешне заданные ситуации опробуются посредством нарушения регламентирующих их правил;
- - самостоятельно организованные выразительно представляются близким взрослым и провоцируют обращение к последним за компетентной помощью, поддержкой, оценкой.

Поведение в критические возрасты - внешняя картина пробующего действия. Связь характеристик домашнего поведения с готовностью к школе:

выраженное негативное отношение к правилу и самостоятельность в домашних условиях положительно коррелируют с нормальным ходом формирования готовности к школе;

«стертость» симптомов негативного поведения и отсутствие стремления к самостоятельности провоцируют замедление формирования способности к деловому сотрудничеству и ориентируют ребенка на выполнение точных инструкций.

**Позитивными новообразованиями кризиса семи лет** являются произвольность и опосредованность своей психической жизни. Возникает обобщение собственных переживаний; расширяется круг интересов и социальных контактов ребенка; общение со взрослыми и сверстниками становится произвольным, опосредованным определенными правилами. Расширяется временная перспектива ребенка, возникает стремление включиться в общественную жизнь, занять определенную социальную позицию. Это стремление реализуется при поступлении ребенка в школу.

## 2.4 Возрастные кризисы отрочества.

### □ **Предподростковый кризис.** (10-15,16 лет)

- Описание и анализ предподросткового кризиса представляет собой наиболее сложную проблему. Дело в том, что в рамках культурно-исторической теории разными авторами подростковый возраст понимается по-разному. В периодизациях Л.С.Выготского и Д.Б.Эльконина «подростковый» кризис - это переход от младшего школьного к подростковому возрасту, и потому точнее называть его «предподростковым». Подростковый возраст Д.Б.Эльконин рассматривал как стабильный. Стабильный в норме, несмотря на то, что в реальной жизни в силу особых причин он может протекать весьма бурно. Как можно понять это противоречие? Подростковый возраст - понятие, возникшее лишь около ста лет назад, не нашло еще в современной культуре способов своего разрешения, «амплификации», подобно более древним возрастам
- **Основные новообразования:** чувство взрослости, стремление к самостоятельности. Критичность мышления, склонность к рефлексии, формирование самоанализа. Стремление к общению, оценка товарищеских и дружеских отношений как личностных достижений.
- По мысли Л.Г.Выготского, подростничество распадается на две фазы – негативную и позитивную, фазу влечений и фазу интересов
- Л.С.Выготский полагает, что первая, длящаяся около двух лет, связана со свертыванием и отмиранием прежде установившейся системы интересов (отсюда ее протестующий, отрицательный характер) и с процессами вызревания и появления первых органических влечений.
- Следующая фаза - фаза интересов - характеризуется вызреванием нового ядра интересов. Выготский также обращает внимание на сходство негативной фазой подростничества с негативизмом, характерным для трехлетних детей, предупреждая, впрочем, об опасности их отождествления



- Л.И.Божович смотрит на проблему подросткового возраста иначе. Она весь возраст полового созревания полагает критическим: «Кризис подросткового возраста в отличие от кризисов других возрастов более затяжной и острый, так как в связи с быстрым темпом физического и умственного развития у подростков возникает много таких актуально действующих потребностей, которые не могут быть удовлетворены в условиях недостаточной социальной зрелости школьников этого возраста.
- По мысли Л.И.Божович, подростковый возраст (подростковый кризис) состоит из двух фаз - 12-15 лет и 15- 17 лет. К концу подросткового возраста формируется самоопределение. Оно основано уже на устойчиво сложившихся интересах и стремлениях субъекта, характеризуется учетом своих возможностей и внешних обстоятельств, опирается на формирующееся мировоззрение и связано с выбором профессии. В работе Л.И.Божович делается весьма важная попытка связать специфику переходного возраста с формируемыми новообразованиями. Так, обращается внимание на развитие рефлексии, но ее возникновение датируется скорее самим подростковым периодом, нежели предшествующим младшим школьным возрастом
- Наиболее популярным среди отечественных исследователей подросткового кризиса является клиническое описание младших подростков, данное в большой работе под редакцией Д. Б.Эльконина и Т. В.Драгуновой «Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков». Главный тезис авторов состоит в том, что у детей этого возраста формируется «чувство взрослости» - стремление быть, казаться и действовать как взрослый. Если это чувство взрослости находит в жизни ребенка адекватное отношение со стороны взрослых, то развитие происходит бесконфликтно и прогноз развития более благоприятен. Если же ребенок, испытывающий уже «чувство взрослости», сталкивается с отношением к нему как к маленькому, то возникает конфликт, взаимное непонимание
- Стремления к взрослости (или невозможность реализовать внутреннюю позицию школьника в семь лет) приводит к внешней конфликтности поведения и именно в этом случае квалифицируется как кризис.



## Ранняя юность, или старший школьный возраст (15-17,18 лет)

Критический переход от подросткового к юношескому возрасту, а затем кризис 17-ти лет-переход к взрослости. Эти возрасты в гораздо меньшей степени представлены в отечественной психологической литературе именно как критические.

**Пубертатное развитие** (охватывает временной промежуток от 9-11 до 18 лет).

- В течение относительно короткого периода, занимающего в среднем 4 года, тело ребенка претерпевает значительные изменения.
- Это влечет за собой две основные задачи:
- 1) необходимость реконструкции телесного образа "Я" и построение мужской или женской "родовой" идентичности;
- 2) постепенный переход к взрослой генитальной сексуальности, характеризующейся совместным с партнером эротизмом и соединением двух взаимодополняющих влечений.
- Характерной чертой младших подростков является их склонность к фантазированию, к некритическому планированию своего будущего. Для детей на пороге их перехода в новый возраст важным оказывается расширение психологического времени жизни, которое, по данным многих исследователей, связано с реорганизацией представления о себе. Обзор исследований подросткового возраста, в частности описаний клинической картины возраста, заставляет обратить особое внимание на аспекты психологии подростка, связанные с целеполаганием, с представлениями о будущем, с реорганизацией психологического времени взрослеющего ребенка

**Главные новообразования возраста**, по Э. Шпрангеру, - открытие "Я", возникновение рефлексии, осознание своей индивидуальности, а также чувство любви

**Основные новообразования:** оценочные суждения, принципы, идеалы, убеждения, формы самосознания, самоопределения. Стремление к самовоспитанию, самопознанию, самосовершенствованию. Критическое отношение к взрослым. Профессиональная ориентация, самоопределение, жизненный смысл, планирование достижений, нравственный выбор — как жизненная позиция.

**Основные черты негативной фазы:**

повышенная чувствительность и раздражительность, беспокойство, легкая возбудимость, а также "физическое и душевное недомогание", которые находят свое выражение в драчливости и капризности.

Подростки не удовлетворены собой, и эта неудовлетворенность переносится на окружающий мир, иногда приводя их к мысли о самоубийстве.

Окончание фазы связано с завершением телесного созревания. Позитивный период начинается с того, что перед подростком открываются новые источники радости, к которым он до этого времени не был восприимчив: "переживание природы", сознательное переживание прекрасного, любовь.

## 2.5 Возрастные кризисы взрослости

Главная особенность развития в зрелом возрасте - минимальная его зависимость от хронологического возраста, в гораздо большей степени оно определяется личными обстоятельствами жизни человека - его опытом, родом занятий, установками и т.д. Постепенное построение и перестраивание социального понимания и поведения плохо вписывается в теорию стадий. Не все взрослые достигают одинаковых успехов или устраивают жизнь по единому образцу. Наиболее противоречивые оценки возрастного развития касаются так называемого кризиса середины жизни или кризиса сорока лет. Этот термин был введен Левинсоном

Представление о кризисе середины жизни стало популярным и общеупотребимым. Однако многие исследователи сомневаются в том, что о кризисе середины жизни можно говорить как о чем-то происходящем в норме и со всеми людьми, в том числе потому, что люди, зная о том, что в 40-45 лет наступает кризис, склонны усугублять собственные проблемы, квалифицируя собственные переживания как проявления кризиса, в то время как на самом деле не испытывают кризисных переживаний.

Левинсон, однако, ввел представление не об одном (наиболее известном) кризисе, а о трех - переход к ранней взрослости, переход к средней взрослости, переход к поздней взрослости.




## 2.6 Кризис пожилого возраста

Определимся, что есть кризис старения в узком смысле слова - переход от второго зрелого возраста к пожилому возрасту, а есть чаще употребляемое более широкое понятие - кризис старения как сам пожилой возраст, где многие психологические характеристики зрелости "просвечивают" сквозь не менее зримые характеристики наступающей старости .

- Старость как возрастно-психологическая эпоха состоит из нескольких возрастных периодов. Их минимум два - пожилой возраст и старческий возраст. В отечественной возрастной психологии отсутствует общепризнанное определение и понимание ведущей деятельности позднего (пожилого) возраста и определение основных личностных новообразований этого возраста". Несмотря на вариативность так называемых "здоровых типов старости", в каждом из которых основным содержанием жизнедеятельности пожилого человека становится разная, на первый взгляд, деятельность (общественная работа, деятельность внутри семьи, художественная самодеятельность, путешествия и пр.), ведущей для пожилого возраста является особая внутренняя деятельность, направленная на принятие своего жизненного пути.
- Пожилой человек не только работает над смыслами своей текущей жизни ("жизнь не бессмысленна, я не могу продолжать трудиться, но у меня есть возможности реализовать себя в других сферах жизнедеятельности"), но и неизбежно осмысливает свою жизнь как целое.
- Плодотворная, здоровая старость связана с принятием своего жизненного пути . Болезненная (в релевантном смысле слова) старость - с непринятием.



- 
- Кризис пожилого возраста есть кризис отказа от жизненной экспансии. Это вообще, видимо, переход на другой тип психологической жизнедеятельности, где главным становится не принятие в себе нового, а сохранение, удержание в себе старого. Принять свой жизненный путь таким, каким он был, - вот задача пожилого возраста. Это значит принять и себя в своем жизненном пути таким, "каким был и есть", и свое психологическое окружение, и многое другое. Болезненная старость - это продолжение экспансии. Конечно, быстрый отказ от жизненной экспансии также болезнен, как в перспективе и ее безудержное продолжение. Здоровая старость - это постепенное завершение, исчерпание задач экспансии.
  - Кризис вступления в старость заключается в противоречии между интеграцией, удовлетворенностью прожитой жизнью и отчаянием, разочарованием в жизни (Э. Эриксон).

# Глава 3. Направления и типы коррекционной работы

- Для грамотного ведения психологического кризиса у ребенка взрослый должен обладать необходимыми знаниями относительно природы происходящих с ребенком изменений и быть готовым не только действовать, но и анализировать собственные действия. Выбор типа коррекционной работы зависит от трех основных характеристик возрастного кризиса: возраста ребенка; места протекания кризиса (семья, школа); позиции взрослого (родитель, воспитатель, учитель).
- Эти характеристики внутренне зависимы: кризисы новорожденное, одного года, трех лет, как правило, протекают в семье, соответственно, взрослый, к которому обращен кризис, - родитель. Кризис семи лет, предпоздковый и подростковый проходят и в школе и дома, ребенок «адресуется» и к родителям, и учителям. Воспитатели детского сада в наименьшей степени встречаются с трудновоспитуемостью детей вследствие критического синдрома, но им часто приходится согласовывать свои действия с родителями, поскольку ребенок много времени проводит вне дома. Поэтому тип коррекционной работы выбирается в целом в зависимости от возраста ребенка, но место и позиция взрослого определяют особенности коррекции

## □ Кризис новорожденности.

- Проходит в домашних условиях. Психологическая составляющая вплетена в существенные физиологические изменения, происходящие с ребенком. Разрешение кризиса знаменуется возникновением улыбки как первой социальной реакции. К этому приводит активное общение с ребенком с самых первых дней его жизни. Несмотря на то, что ребенок кажется совершенно безразличным к стараниям взрослых привлечь его внимание, следует при любой возможности эмоционально общаться с ним, разговаривать, улыбаться. Эти усилия вознаграждаются улыбкой ребенка и, несколько позже, появлением комплекса оживления - двигательных реакций, вокализаций, эмоциональных проявлений в ответ на лицо взрослого.
- В этот момент очень важно присутствие матери. Ощущение ее тепла, запаха, звук ее голоса, биение ее сердца – все это успокаивает малыша.

## **Младенческий возраст (до 1 года)**

Ребенок начинает чувствовать себя более самостоятельным. Социальная ситуация слитности ребенка со взрослым исчезает, появляются двое: **ребенок** и взрослый. Взрослый должен раскрывать ребенку общественный способ употребления предметов, помощь в конструировании предметов

### **Кризис одного года.**

Рост двигательных возможностей приводит к расширению пространства, возникает мотивирующее представление (образ привлекательного предмета или ситуации, находящегося вне поля непосредственного восприятия). Появляется стремление к недоступным предметам. Условием разрешения кризиса является весьма жесткое разделение взрослым пространства на разрешенное и запрещаемое. При ярких аффективных вспышках необходимо отвлечение, переход к другим привлекательным предметам, организация первых элементарных занятий с ребенком. Если отвлечь ребенка не удалось, запрет все равно не стоит отменять, иначе могут закрепиться разнообразные поведенческие формы (плач, крик, агрессия и т.д), провоцирующие родителей предоставить требуемое.

Необходимо помочь ребенку пережить нелегкий переходный период и помочь ему ощутить свою самостоятельность. Ребенок должен иметь простор для своей бурной деятельности.



## □ Кризис трех лет.

- Развитие речи, опережающее развитие представления о себе, приводит к экспериментированию с собственной самостоятельностью, появляется «Я сам!», личное действие, гордость за достижение. Негативизм в поведении связан с внешне немотивированными требованиями самостоятельности. Часто проявляется в отказе от действия, даже начатого по собственному желанию. Поведение характеризуется действием по собственному произволу (в противоположность произвольному действию). Родители (а в редких случаях аналогичного поведения в детском саду - воспитатели) четко выделяют ситуации, в которых необходимо твердо и спокойно настоять на запрете, не реагировать на провоцирующее поведение ребенка. Ребенок нуждается в эмоциональном принятии, ласке. Очень полезны для него совместные игры: предложите ему простейшие сюжеты, покажите, как действовать с игрушками. Можно предоставить малышу возможность играть самостоятельно (пусть поначалу 1-2 минуты). В целом кризис трех лет объективно завершается с возникновением у ребенка полноценной игры. Для этого необходим перевод личного действия в игровой план. В течении кризиса выделяются две линии: линия становления личного действия и линия возникновения игры. Первая линия оформляется в столкновении намерения ребенка и запрета, вторая возникает в совместных со взрослым игровых действиях. Соответственно строится и поведение взрослого. Как правило, протестное поведение адресовано близкому взрослому (родителю), а с начала игры могут возникать и с родителями, и в детском саду
- Поведение почти не поддается коррекции. Следует предоставить ребенку сферу деятельности, где бы он мог проявлять самостоятельность. Взрослый обучает ребенка играм и основам взаимодействия во взрослой социальной среде

## □ Кризис семи лет.

- Поведение характеризуется различными формами негативизма, возникновением самостоятельных занятий и расширением сферы интересов. Трудности в поведении (негативизм) касаются домашней ситуации. Кризис семи лет первый из критических возрастов, когда возможны вербальные формы помощи ребенку в проживании трудного периода. При негативизме следует спокойно и твердо настаивать на семейных требованиях, объясняя ребенку, почему в семье возникли такие правила и уклад.
- Если ребенок стремится к самостоятельным занятиям, ему нужно помочь, предоставить возможности для новых форм деятельности. Можно предлагать ребенку новые формы занятий и предоставить возможность взять на себя какие-то новые обязанности. Если же ребенок через короткое время «забудет» о том, что взялся за самостоятельное выполнение какого-то поручения, напомните ему об этом, мягко подчеркните сложность взрослой позиции, но и выразите надежду на то, что ребенок может с этим справиться.
- Расширение сферы интересов ребенка, происходящее в этом возрасте, нуждается в поощрении. Поддерживайте интерес ребенка к широкому миру людей и вещей, давайте ему пищу для развития: водите ребенка в музеи, на экскурсии, не жалейте времени на разговоры об увиденном.
- Как и в предшествующие кризисы развития, старайтесь дифференцировать свое поведение в зависимости от требований ребенка. Не отказывайте ему в помощи, эмоционально поддерживайте, но останавливайте негативные проявления, разрушающие семейный уклад. Такая дифференциация помогает ребенку построить собственное поведение, найти свое место в изменяющихся условиях жизни.
- - 1) Необходимо подумать о том, все ли запреты обоснованны и нельзя ли дать ребёнку больше свободы и самостоятельности.
  - 2) Изменить своё отношение к ребёнку, он уже не маленький, внимательно отнестись к его мнениям и суждениям.
  4. Стараться не заставлять, а убеждать.
  5. Как можно больше оптимизма и юмора в общении с детьми.

## □ Подростковый возраст

- Подростковый возраст (даже его стабильная фаза) характеризуется особым интересом взрослеющего человека к себе, к своему внутреннему облику, происходит интенсивное самопознание. Современный социум не предоставляет ребенку адекватных, социально приемлемых «мест» взросления, что приводит, 80 как правило, к затяжному характеру возрастного кризиса. Симптомы, близкие подростковому, можно обнаружить и у студентов, спустя один-два семестра после поступления в вуз. На рубеже младшего школьного и среднего школьного возрастов появляются симптомы предподросткового кризиса. Ребенок все больше стремится выглядеть как взрослый, его поведение на виду у окружающих, особенно на виду у сверстников, теряет непосредственность: появляется нарочитая независимость, псевдовзрослость и т.п. В общении с родителями может еще некоторое время сохраняться детско-взрослый тип отношений, но вскоре и в этой сфере происходят нарушения. Ребенок настаивает на новых правах, с разной степенью требовательности адресуясь к разным членам семьи
- Нельзя отказывать подростку в помощи и поддержке, если он в этом нуждается или сам просит об этом. Новые формы поведения требуют от ребенка огромного эмоционального напряжения, поэтому он нуждается в защите и помощи. Негативное, протестное поведение ни в коем случае не должно быть поводом для отказа в помощи. Взрослый должен приложить все усилия для того, чтобы подросток смог дифференцировать собственное отношение к разным жизненным ситуациям, обнаружить их разный смысл и различную эмоциональную окраску. Многие разновидности подросткового девиантного поведения возникают из-за отсутствия адекватных возрасту форм досуга. Стремление к общению со сверстниками приносит пользу при условии, если это общение имеет какое-либо социально приемлемое содержание. Поэтому в период кризиса положительные результаты могут дать разнообразные формы внешкольных занятий. Ребенок может посещать студии, кружки, секции. Частая смена видов внешкольной деятельности не только не вредна, но и может принести пользу. Ребенок при этом меняет коллективы сверстников, в зависимости от собственной успешности в разных видах деятельности может занимать различные социальные места в этих коллективах, следовательно, у него появляется новый опыт, новые знания о себе. Чем больше у взрослеющего человека сфер (мест) общения и продуктивной деятельности, тем благополучнее прогноз разрешения подростковых возрастных кризисов.
- Необходимо включиться в проблемы отрока и постараться облегчить его жизнь в этот период.



## ▣ Пубертатный возраст (13-17 лет)

- ▣ Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка. Если взрослые с пониманием относятся к потребностям ребенка и при первых негативных проявлениях перестраивают свои отношения с детьми, то переходный период протекает не так бурно и болезненно для обеих сторон. Взрослому необходимо изменить отношение к подростку, иначе с его стороны может возникнуть сопротивление, которое со временем приведет к недопониманию между взрослым и подростком и межличностному **конфликту**, а затем – к задержке личностного развития. У подростка может появиться ощущение ненужности, апатии, отчуждения, утвердиться мнение, что взрослые не могут его понять и помочь. В результате в тот момент, когда подростку действительно понадобятся поддержка и помощь старших, произойдет его эмоциональное отторжение от взрослого, и последний утратит возможность оказывать влияние на ребенка и помогать ему. Чтобы избежать подобных проблем, следует строить отношения с подростком на основе доверия, уважения, по-дружески. Созданию таких отношений способствует привлечение подростка к какой-нибудь серьезной работе.

### ▣ Кризис 17 лет

- ▣ Помогать бороться со **страхами** и тревогами.
- ▣ Помогают адаптироваться в основном два фактора: поддержка семьи и уверенность в себе, чувство компетентности.

## □ Кризисы взрослости

- Имеют отличия от детских возрастных кризисов, главное из них состоит в том, что они преимущественно происходят во внутреннем плане личности. Человек, переживающий кризис, строит пробующие действия по самоосознанию относительно своих собственных позиций и установок, поэтому в поведенческом плане кризис проявляется весьма разнообразно, в частности, заметных изменений в поведении может и не быть. Хотя близкие люди могут обнаружить повышенную тревожность, критичность относительно собственных внешних и внутренних достижений, неустойчивость поведения, симптомы разочарованности и т.д. В этих случаях показаны различные формы психотерапевтической помощи

### 3.1 Практические рекомендации по преодолению возрастных кризисов у людей различного возраста

С приходом в детский сад, а затем в школу ребенок попадает в новые социальные условия. Меняется привычный образ жизни, возникают новые отношения с людьми. Смена окружения может сопровождаться повышением тревожности, нежеланием общаться с окружающими, отгороженностью, снижением активности.

Предложенные для коррекции занятия позволят ребенку легче адаптироваться среди детей, создадут безопасное пространство для общения, условия для самовыражения, объединят всех детей совместной деятельностью, что способствует повышению уверенности в своих силах, появлению сплоченности.

Так как именно игра является источником развития дошкольника и младшего школьника, создает "зону ближайшего развития" — возможность перехода ребенка от того, что он уже умеет делать самостоятельно, к тому, что он умеет делать в сотрудничестве. Эта возможность характеризует динамику развития и успешности ребенка.

Основная цель коррекции — через создание зоны ближайшего развития способствовать психическому и личностному росту ребенка и тем самым помочь ему адаптироваться к условиям дошкольного и школьного учреждения.

В соответствии с этой целью формулируются задачи:

- развивать способность ребенка к эмпатии, сопереживанию;
- учить ребенка выражать свое отношение к другим людям разными способами;
- формировать позитивное отношение к сверстникам.
- сформировать чувство принадлежности к группе, помочь ребенку почувствовать себя более защищенным;
- развивать навыки социального поведения;
- способствовать повышению уверенности в себе и развитию самостоятельности;
- формировать позитивное отношение к своему "Я".



- Продолжительность занятий определяется возрастом детей.
- Самые младшие дети (3-4 лет) обычно могут работать не более 14-20 минут.
- С дошкольниками 5-6 лет можно проводить получасовые занятия, со школьниками — 45-минутные.
- Возраст влияет также на оптимальное количество детей в группе: от 7-8 в случае, если вы работаете с дошкольниками, до 14-15, если со школьниками. Возраст определяет и то, каким образом предпочтительнее рассадить детей.
- Дошкольников удобнее посадить «парашютиком», так, чтобы все могли хорошо видеть взрослого. Взрослый в этом случае занимает место «парашютиста». Самых маленьких лучше посадить на стульчики. Если их посадить на пол, они очень быстро расползутся в разные стороны.
- Старшим дошкольникам можно предложить представить себя бусинками в ожерелье, сев на предварительно разложенную «парашютиком» по полу веревочку. При этом с ними разучивается правило о том, что во время занятий нельзя трогать веревку руками.
- Школьники могут сидеть кругом. Если в группе более 15 человек (а такое встречается, если занятия проводятся с целым классом), допустимо оставить детей за партами.

# Практические рекомендации по преодолению кризиса у подростков

- В качестве коррекционных занятий с подростками можно использовать программу «Семь сказок радуги»
- Цель данного цикла — на бессознательно-символическом уровне проработать с подростками темы Любви, одиночества, поиска Смысла, истинных мотиваций, понятий Душевного покоя, Детства и Взрослости, Жизни и Смерти, Сна и Яви. На многие вопросы, затрагиваемые в сказках, подростки бессознательно ищут ответы. Однако есть темы, на которые почему-то с ними мало разговаривают. Но именно разговор о ценностях, идущий в ненавязчивой сказочной форме, позволяет откорректировать деструктивные аспекты поведения, снизить уровень тревожности и агрессивности, проработать внутриличностные конфликты, наладить взаимоотношения с близкими людьми.
- Данный цикл рассчитан на 7 встреч-занятий по 1,5 часа (и более).
- Организация работы — обычная. Участники группы рассаживаются в круг; после процедуры знакомства ведущий говорит о том, что на определенном этапе развития души человека возникают важные вопросы, ответить на которые обычными словами трудно. Чтобы говорить о том, что нас волнует в глубине души, люди придумали сказки, притчи и легенды. С сегодняшней встречи мы будем знакомиться с одним из циклов, который родила душа неутомимая, душа, задающая вопросы. Мы попробуем найти ответы или просто поговорим о том, что нам кажется важным

# Практические рекомендации по преодолению кризиса у лиц среднего возраста

Для преодоления кризиса у лиц среднего возраста можно использовать тренинг самопознания и личностного роста.

Основные задачи тренинга:

- самопонимание;
- саморегуляция;
- понимание других людей в ситуации общения;
- коррекция неадекватных и приобретение новых, адекватных, навыков общения.

Следует назвать принципы организации тренинга.

- Первый — принцип добровольности. Все участники должны самостоятельно принимать решение об участии в тренинге в общем и в каждом упражнении в отдельности. Принуждение в данном вопросе не даст никаких результатов, ибо личностные изменения возможны только благодаря внутренней заинтересованности человека.
- Второй принцип — принцип диалогизации взаимоотношений, т. е. полноценное межличностное общение между участниками группы должно быть основано на взаимном уважении участников, на их полном доверии друг другу.
- Третий принцип — принцип самодиагностики. Состоит он в том, что в первую очередь клиент должен сам осознать и сформулировать свою личностную проблему, иными словами, самораскрыться.
- Четвертый принцип — принцип информированности. Он предполагает, что каждый клиент имеет право знать все, что с ним может произойти на занятиях.
- Наиболее оптимальным возрастом для участия в тренинговой группе является возраст от 16 до 40 лет.
- Бывают закрытые и открытые группы. Более продуктивно работают закрытые группы (т. е. группы с постоянным составом). Для тех, кто только начинает работать психотренером, лучше выбрать малую группу (10-12 человек). После приобретения опыта количество участников можно увеличить до 30 человек.
- Продолжительность занятий должна быть определена в самом начале работы группы. Наибольший эффект достигается на тренингах продолжительностью 40-60 минут.




## Практические рекомендации по преодолению кризиса у лиц пожилого и старческого возраста

- В качестве практических рекомендаций по преодолению кризиса у лиц пожилого и старческого возраста можно использовать элементы арттерапевтических методик.
- Арттерапия показана, в первую очередь, в случаях тяжелых эмоциональных нарушений, а также в случае трудностей в общении, замкнутого, стеснительного клиента.

Она включает такие направления, как рисуночная терапия, драмтерапия, библиотерапия, музыкотерапия

### 3.2 Выводы по второй главе

- Цели действий участников взаимодействия в ситуации возрастного кризиса практически всегда неосознанны. Цели ребенка определяются особенностями социальной ситуации развития, в которую он попадает в критический период. Действия направляются желанием поступать как взрослый (или более старший). В цели ребенка ни объективно, ни тем более субъективно не входит разрушение отношений с родителями. Целью является осуществление иного поведения, отличного от привычного, выступающего как символ взрослости. Такое поведение привлекательно для ребенка, поскольку позволяет непосредственно почувствовать себя взрослым.
- Многие взрослые в период возрастного кризиса своего ребенка сталкиваются с кризисом собственной системы воспитания, поскольку изменения в поведении ребенка начинают свидетельствовать о неэффективности старой стратегии воспитания, приводят к субъективному переживанию этой ситуации, пробам построения новых поведенческих стратегий и тактик и переходу к новым формам взаимодействия с ребенком. Эта последовательность в целом повторяет структуру возрастного кризиса с одним существенным отличием: если ребенок переживает активный кризис, то кризис воспитания взрослого – реактивный. Ребенок «сам» разрушает привычные формы совместности со взрослым, взрослый же «реагирует» на разрушение, вначале делая попытку их сохранить.



В период возрастного кризиса меняются действия всех участников взаимодействия: и взрослых, и детей. Условием для успешного разрешения кризиса является именно коррекция поведения взрослых. Взрослому необходимо иметь определенные знания об изменениях, происходящих с ребенком на данном возрастном этапе. Только на основе этих знаний можно определенным образом действовать и анализировать собственные действия.

Как правило, возрастной кризис у взрослых людей усугубляется определенными ненормативными факторами (сильные эмоциональные переживания и крупные неудачи – потеря важных родственных связей, смерть, развод, выкидыш и др.). На современном этапе количество людей, испытывающих те или иные кризисные состояния, неуклонно возрастает. С одной стороны, это может быть связано с резкими изменениями условий жизни (нестабильность общественных структур, болезни, изменение социального окружения), с другой – с определенным эволюционным этапом в развитии психики людей в целом.

Длительность кризисных переживаний, возможность конструктивного или деструктивного выхода из кризиса в значительной мере определяются типом совладания, отношения личности к неблагоприятной жизненной ситуации. Наиболее типичные варианты отношений личности к кризисам: игнорирующее; преувеличивающее; демонстративное; волюнтаристское; продуктивное.

Конечно, в этой сфере еще много направлений для дальнейших исследований. Проблема кризисов и выходов из них, на сегодняшний день – одна из самых перспективных и актуальных проблем психологии.

# Глоссарий

- ❑ **Психологическое новообразование** – это, психические и социальные **изменения**, возникающие на данной ступени развития и определяющие сознание ребенка, его отношение к среде, внутреннюю и внешнюю жизнь, ход развития в данный период
- ❑ **Сензитивный период** развития (встречается также **сенситивный**) — **период** в жизни человека, создающий наиболее благоприятные условия для формирования у него определенных психологических свойств и видов поведения.
- ❑ **Онтогенез** (от греч. on, . род. падеж ontos — сущее, genesis — рождение, происхождение) — процесс развития индивидуального организма. В психологии О. — формирование основных структур психики индивида в течение его детства; изучение О. — главная задача детской психологии (см. возрастная психология)
- ❑ **Пубертатный период** — процесс изменений в организме подростка, вследствие которых он становится взрослым и способным к продолжению рода
- ❑ **Возраст** категория, служащая для обозначения временных характеристик индивидуального развития
- ❑ **Детство** термин, обозначающий начальные периоды онтогенеза – от рождения до подросткового возраста
- ❑ **Подростковый возраст (отрочество)** период онтогенеза от 10-11 до 15 лет, соответствующий началу перехода от детства к юности
- ❑ **Юность** период развития человека, соответствующий переходу от подросткового возраста к самостоятельной взрослой жизни
- ❑ **Зрелость (взрослость)** состояние, к которому приходит организм в конце определенного периода своего развития; самый продолжительный период онтогенеза, характерный тенденцией к достижению наивысшего развития, духовных, интеллектуальных и физических способностей личности
- ❑ **Старость** заключительный период жизни, условное начало которого связано с отходом от непосредственного участия в производительной жизни общества
- ❑ **Кризис возрастной** особые, относительно непродолжительные – до года – периоды онтогенеза, характеризующиеся резкими психологическими изменениями



## □ Заключение

Возрастные кризисы – теоретическое понятие, обозначающее переход в возрастном развитии к новому качественно специфическому этапу. Возрастные кризисы обусловлены прежде всего разрушением привычной социальной ситуации развития и возникновением другой, которая более соответствует новому уровню психологического развития.

- Возрастной кризис состоит в преобразовании социальной ситуации развития, при котором старая социальная ситуация развития разрушается, а на ее месте, вместо нее, строится новая; психологическое содержание возрастного кризиса состоит в том, что происходит субъективация новообразования предшествующего стабильного периода, т.е. превращение новообразования стабильного периода в субъектную способность индивида.
- К сожалению, не существует единых алгоритмов поведения в кризисе, поэтому можно лишь предложить общие рекомендации по психокоррекции преодоления возрастных кризисов у лиц разного возраста. Данные рекомендации помогут понять и построить более успешные взаимоотношения с окружающими и, главное, себя.
- Возрастные кризисы – это неотъемлемая часть становления личности. Их невозможно предотвратить, но можно смягчить и ускорить их прохождение.

## Список использованных источников

### Список используемой литературы

1. Обухова Л.Ф. возрастная психология/ российское педагогическое агентство, 2004. - 193с
2. Мухина В.С. возрастная психология/ академия, 2006. - 608с. 5. Рогов е.и. общая психология/ владос, 2002- 202с
- 3 Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов
- 4  
<https://student.zoomru.ru/psih/vozzrastnye-krizisy-v-otechestvennoj-i/223412.1772124.s5.html>
- 5  
<https://students-library.com/library/read/62144-osnovnye-novoobrazovania-vozzrasta-dinamika-perehodov-ot-odnogo-vozzrasta-k-drugomu-ponatie-stabilnyh-i-krizisnyh-periodov-razvitiya>
- 6 <https://goodworkstudios.ru/ponyatiya-psychology/245-krizisvozzrasts.html>
- 7  
<https://www.referat911.ru/Psihologiya/krizisy-vozzrastnyh-periodov-i-puti/159994-2205776-place5.html>