

Особенности развития и угасания когнитивной функции

- **Период взрослости** - это самый длительный период в жизни каждого отдельного человека.
- - период ранней взрослости (от 20 до 40 лет);
- - период средней взрослости (от 40 до 60 лет);
- - период поздней взрослости (от 60 лет и старше).

Когнитивные функции — наиболее сложные интегрированные функции головного мозга, с помощью которых осуществляется процесс рационального познания мира и социального функционирования человека.

- **Память** — одна из психических функций и видов умственной деятельности, предназначенная усваивать, сохранять, накапливать и воспроизводить информацию.
- **Речь** — форма общения людей, способность обмениваться информацией с помощью высказываний.
- **Праксис** (от греч. praxis — действие) — способность приобретать, сохранять и использовать разнообразные двигательные навыки.
- **Интеллект** (от лат. intellectus — понимание, познание) — способность к осуществлению процесса познания и к эффективному решению проблем; способность сопоставлять информацию, находить общее и различия, выносить суждения и умозаключения.
- **Гнозис** (от греч. gnosis — познание, знание) — способность восприятия информации, её обработки и синтеза элементарных ощущений в целостные образы.

Когнитивная сфера на этапе младшей взрослости

- пик мыслительных функций;
- компенсация умственных резервов приобретением социально-профессионального опыта;
- сенсорно-перцептивные характеристики достигают максимального развития;
- мышление характеризуется значительной гибкостью;
- совершенствование качественных параметров вещания;
- рост культурно-мыслительных возможностей человека;
- рост производительности объема внимания.

Когнитивная сфера на этапе средней взрослости

- гормональные изменения влияют на когнитивную сферу;
- стрессоустойчивость психики уменьшается;
- замедляется работа нервной системы;
- ухудшается острота зрения;
- ухудшаются двигательные навыки;
- около 41-46 лет происходит подъем в развитии внимания;
- динамика разновидностей интеллекта идет по-разному;
- продолжается стадия выполнения социальных обязанностей.

Когнитивная сфера на этапе поздней взрослости

- это период геронтогенеза, или период старения;
- постепенное ослабление деятельности всего организма;
- большинство сенсорных функций существенно ухудшается;
- вкусовые ощущения почти не меняются, обоняние ухудшается;
- замедляется обработка перцептивной информации;
- снижение познавательной деятельности может быть обусловлено разными причинами (болезнь Альцгеймера)
- снижение интеллектуальных характеристик (деменция — приобретенное слабоумие);

ГЕНЕЗИС СОЦИАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

- **Социальное взаимодействие**

- Социальное взаимодействие можно определить как систематические действия субъектов, направленные друг на друга и имеющие целью вызвать ответное ожидаемое поведение, которое предполагает возобновление действия. Взаимодействие отдельных субъектов является и результатом развития общества, и условием его дальнейшего развития.

- **Виды взаимодействий**

- *контакты* – кратковременные связи (купля-продажа, обмен взглядами на улице, разговор попутчиков в автобусе);
- *социальные действия* – действия человека, который вступает в осознанные и рациональные связи и ориентируется на действия других людей, пытаясь достичь своих собственных целей. Это более сложная форма связи между людьми, чем контакты. Любому социальному действию предшествует социальный контакт. До совершения социального действия в сознании человека должно возникнуть устойчивое побуждение к активности (*мотивация*). Очевидно, что, совершая социальные действия, каждая личность испытывает на себе действия других (беседа, любое совместное действие).

Формы социального взаимодействия

- Принято также различать три основные формы взаимодействия - кооперацию, конкуренцию и конфликт.
- *Кооперация* - сотрудничество нескольких индивидов (групп) ради решения общей задачи. Простейшим примером является перенос тяжелого бревна. Кооперация возникает там и тогда, где и когда становится очевидным преимущество объединенных усилий над индивидуальными. Кооперация подразумевает разделение труда.
- *Конкуренция* - индивидуальная или групповая борьба за обладание дефицитными ценностями (благами). Ими могут быть деньги, собственность, популярность, престиж, власть. Дефицитными они являются потому, что, будучи ограниченными, не могут быть поделены поровну на всех. Конкуренция считается индивидуальной формой борьбы не потому, что в ней участвуют только индивиды, а потому что конкурирующие стороны (группы, партии) стремятся получить как можно больше для себя в ущерб другим. Конкуренция усиливается, когда индивиды осознают, что в одиночку они достигнут большего. Она является социальным взаимодействием потому, что люди обговаривают правила игры.
- *Конфликт* - скрытое или открытое столкновение конкурирующих сторон. Он может возникнуть и в кооперации, и в конкуренции. Соревнование перерастает в столкновение, когда конкуренты пытаются помешать либо устранить друг друга из борьбы за обладание дефицитными благами. Когда равные соперники, например, индустриальные страны, соревнуются за власть, престиж, рынки сбыта, ресурсы мирным путем, это называется конкуренцией. А когда это происходит не мирным путем, возникает вооруженный конфликт - война.

Обмен

- Отличительная черта взаимодействия, которая отличает его просто от действия, это *обмен*. Любое взаимодействие есть обмен. Обмениваться можно чем угодно знаками внимания, словами, значениями, жестами, символами, материальными предметами.
- Структура обмена достаточно проста:
 - - агенты обмена - два или более человека;
 - - процесс обмена - совершаемые по определенным правилам действия;
 - - правила обмена - устанавливаемые устно или письменно предписания, допущения и запреты,
 - - предмет обмена товары, подарки, знаки внимания и т. п.;
 - - место обмена - заранее условленное или спонтанно возникшее место встречи.

Теория обмена Джорджа Хоманса

Согласно теории обмена Джорджа Хоманса, поведение человека в настоящий момент обусловлено тем, вознаграждались ли и как именно его действия в прошлом.

Он вывел следующие принципы обмена:

- 1) чем чаще вознаграждается данный тип действий, тем вероятнее, что он будет повторяться. Если он регулярно приводит к успеху, то мотивация к его повторению увеличивается. И наоборот, он снижается в случае неудачи;
- 2) если вознаграждение (успех) за определенный тип действий зависит от тех или иных условий, то высока вероятность, что человек будет стремиться к ним. Неважно, от чего вы получаете прибыль, — действуете ли легально или обходите закон и укрываетесь от налоговой инспекции, — но прибыль, как и любые другое вознаграждение, будет толкать вас к повторению удачного поведения;
- 3) если вознаграждение велико, человек готов преодолеть любые трудности ради его получения. Прибыль в 5% вряд ли стимулирует бизнесмена на подвиг, но ради 300%, отмечал в свое время К. Маркс, он готов совершить любые преступления;
- 4) когда потребности человека близки к насыщению, он все в меньшей и в меньшей степени прилагает усилия к их удовлетворению. А это значит, что если работодатель несколько месяцев подряд платит высокую зарплату, то у работника снижается мотивация увеличивать производительность.

Структура социального взаимодействия

Типология и сферы социального взаимодействия

- Взаимодействие отличается от действия обратной связью. Действие, исходящее от индивида, может быть направлено и не направлено на другого индивида. Только действие, направленное на другого человека (а не на физический объект), вызывает обратную реакцию, следует квалифицировать как социальное взаимодействие.

Действие можно подразделить на четыре вида

- - физическое действие, например пощечина, передача книги, запись на бумаге;
- - вербальное, или словесное, действие, например, оскорбление, выражение приветствия;
- - жесты как разновидность действия: улыбка, поднятый палец, рукопожатие;
- - мысленное действие выражается только во внутренней речи.

Действие

Действие можно подразделить на четыре вида:

- - физическое действие, например пощечина, передача книги, запись на бумаге;
- - вербальное, или словесное, действие, например, оскорбление, выражение приветствия;
- - жесты как разновидность действия: улыбка, поднятый палец, рукопожатие;
- - мысленное действие выражается только во внутренней речи.

Социальное взаимодействие включает первые три и не включает четвертый вид действия.

В результате мы получаем первую типологию социального взаимодействия (по видам):

- - физическое;
- - вербальное;
- - жестовое.

Периодизация возраста

- **Взросление (23–30 лет).**

Важная задача развития – освоение родительской роли.

Для Матери важно найти свое «Я» не только в пространстве семьи, но и в пространстве общества. Для Отца – выстроить «модель правильной жизни» для всей его семьи, которая складывается из рациональной оценки возможностей и воплощения их в жизнь.

Другая задача, связанная с предыдущими, – выработка собственного (семейного) стиля, который предполагает семейное единение «Мы» и свободное существование «Я» каждого члена семьи, принятие на себя определенных обязательств, ответственности.

- **Переходный возраст (30–35 лет).**

Для женщины основной становится задача контроля и самоконтроля, чтобы приспособиться к новой ситуации. Дети подросли, и у них появляется своя жизнь, надо учиться заново проявлять чувство к мужу, чтобы оно жило.

Для мужчины в переходном возрасте важно решение тех же задач, что и для женщины, но они имеют другой вектор. Для женщины он лежит в области чувств, для мужчины – в интеллектуальной сфере.

Зрелость (36–50 лет).

● Для женщины главная задача связана с философской оценкой взятых на себя обязательств как по отношению к себе, так и по отношению к близким.

К этому ее побуждают факторы :

- изменение физиологического состояния,
- изменение состава семьи и роли в семье (бабушка, свекровь, теща),
- достижение высокого профессионального уровня.

● Для мужчины - к концу периода зрелости он должен переосмыслить свое место в изменившемся социально-психологическом пространстве, увидеть другой потенциал собственного «Я», связанный с наставничеством, руководством, учительством, примириться с физическим спадом. Если для женщины основное место занимают семья и работа, то для мужчины не меньшее значение имеют друзья и общество в целом. **Пожилой возраст (51–65 лет).** Задачи одинаковы для мужчин и женщин – установление связей вне семьи, расширение, изменение жизненного контекста, которые переживаются как потенциально существующая готовность быть полезными другим людям своими знаниями и опытом. Задача развития в зрелости – активное освоение внутреннего мира, нахождение своего пути в нем и через духовную активность – установление контакта с внешним миром.

Развитие «Я» как члена семьи

- По мнению У. Харли (1992), часто неудачи мужчин и женщин в строительстве семьи обусловлены просто незнанием потребностей друг друга. Он выделяет следующие основные ожидания в отношении партнера:
 - у мужчин – половое удовлетворение, спутник по отдыху, привлекательная жена, ведение домашнего хозяйства или «домашняя поддержка» со стороны супруги, восхищение жены или ее моральная поддержка;
 - у женщин – нежность или атмосфера романтики и заботливости, возможность поговорить, честность и открытость, финансовая поддержка, преданность мужа семье и выполнение им отцовских обязанностей
- В семье муж и жена обретают новые роли, иной социальный статус. Это вносит существенные коррективы в Я-концепцию личности, включенной в новый семейный цикл.

1. После родов прежде всего изменяется установка молодой матери по отношению к самой себе: становясь матерью, она переходит на позицию «иметь ребенка». Раньше вне зависимости от того, чем она вообще занимается, она оставалась ребенком сама. Женщина полностью переходит в мир взрослых людей. Происходит глубинная идентификация с «настоящими» женщинами. Ей присваивается «титул» матери. Появляется полоролевая идентификация «мы – матери». Большое значение приобретает детское, ласковое имя женщины, поскольку переход во взрослый мир, новые обязанности и роль мамы придают особое значение детским воспоминаниям и тому имени, которое использовала собственная мать. Появляется новое имя «мама», которое окружающие начинают часто использовать как заменитель личного имени.
2. Личностный кризис мужчин, связанный с переходом к отцовству, как и любой другой, может разрешиться полной адаптацией к роли отца, что станет мощным стимулом развития во всех жизненных областях, а также укрепления внутрисемейных взаимоотношений. Он может затянуться и исчезнуть только после рождения второго ребенка, иногда только внука. Но возможно, что роль отца внутренне не будет принята мужчиной никогда.
3. Существенные изменения (не нарушения) в развитии «Я» как члена семьи происходят при рождении первых внуков. Появляется новое семейное имя: бабушка или дедушка. Бывает, что оно не принимается самим человеком, и тогда внук называет его по имени. Это происходит тогда, когда новое имя становится символом собственного старения, которое самим человеком отрицается. Но чаще всего появление внуков воспринимается как личностное достижение, наполняется чувством радости и гордости. При этом может происходить повторное переживание радости от рождения собственных детей.

Развитие «Я» как профессионала

- 1. Период выбора профессии, когда молодые люди пытаются разобраться и определиться в своих потребностях, интересах, способностях, ценностях и возможностях, обычно к двадцати пяти годам заканчивается подбором подходящей работы и началом ее освоения
- 2. Во второй половине этапа упрочения карьеры, в 33–35 лет и позже, наблюдается тенденция к сохранению выбранного рода занятий. К этому возрасту человек осваивается на работе и осознает реальные возможности своей карьеры
- 3. Зрелый возраст традиционно считается этапом стабилизации карьеры. Теперь работники стараются занять прочное положение в выбранной ими сфере деятельности
- Гипертрофированное развитие профессионального «Я», при котором наблюдается не всегда осознанное стремление перенести в семью специфику профессионального общения и поведения. Например, мужчина-военный может продолжать проводить в семье позицию командира, а женщина-педагог – позицию учителя.

Эмоциональное развитие – механизмы и факторы

В психологии выделяются три способа появления новой эмоции:

- эмоциональное заражение,
- эмоциональное опосредование,
- эмоциональное обуславливание.

Механизм эмоционального заражения связан с тем, что новая эмоция присваивается от другого объекта. Для заражения новой эмоцией важна степень эмоционального напряжения, достаточная для того, чтобы затронуть эмоциональную сферу человека. Поэтому либо сама эмоция должна быть сильной, либо не очень сильное переживание эмоции должно происходить в большой группе людей, что усиливает степень его выраженности. Механизм эмоционального заражения не требует значительного количества времени.

Механизм эмоционального опосредования связан с необходимостью повторения ситуации, в которой происходит ассоциирование, поэтому он требует большого количества времени. Так же стоит отметить, что при недостаточном подкреплении зарождающаяся мотивация может ослабиться. В то же время эмоциональное опосредование представляет большую возможность для управления ситуацией, так как мы знаем, какой мотив формирует то или иное поведение.

- Наиболее эффективным механизмом формирования эмоций является эмоциональное обуславливание. Данный механизм предполагает создание связи между нейтральными и значимыми объектами в идеальном плане. В воображении возникает переживание, которое постепенно распространяется на реальную действительность
- Особую роль при эмоциональном обуславливании имеют те виды деятельности, которые вызывают эмоциональную реакцию субъекта. Это игра, восприятие произведений искусства, музыки, литературы, театра, кино и др.
- Именно поэтому в современных подходах к руководству формированием эмоций у ребенка в подавляющем большинстве используются средства, построенные на игровой, театрализованной и музыкально-эстетической деятельности.
- Изменения в эмоциональной сфере связаны с развитием не только мотивационной, но и познавательной сферы личности, самосознания.

Особенности эмоционального развития в дошкольном возрасте:

- - ребенок осваивает социальные формы выражения чувств;
- - изменяется роль эмоций в деятельности ребенка, формируется эмоциональное предвосхищение;
- - чувства становятся более осознанными, обобщенными, разумными, произвольными, внеситуативными;
- - формируются высшие чувства - нравственные, интеллектуальные, эстетические

В дошкольном возрасте развитие общения со взрослыми и сверстниками, появление форм коллективной деятельности и, главным образом, сюжетно-ролевой игры приводят к дальнейшему развитию симпатии, сочувствия, формированию товарищества. Интенсивно развиваются высшие чувства: нравственные, эстетические, познавательные. Источником гуманных чувств выступают взаимоотношения с близкими людьми. На предыдущих этапах детства, проявляя доброжелательность, внимание, заботу, любовь, взрослый заложил мощный фундамент для становления нравственных чувств.

Эмоциональное угасание

Поведение человека в процессе старения в существенной мере определяется его текущим психическим состоянием, именно оно наполняет его содержанием.

В качестве существенных факторов, влияющих на состояние эмоциональной сферы людей пожилого и старческого возраста, можно отметить следующие:

- утрату родственников и близких друзей;
- неудовлетворительное материальное положение;
- уход из семьи детей или плохие отношения с ними;
- страх перед заболеванием и немощью;
- чувство ненужности, одиночества, отчужденности от внешнего мира.

Наиболее характерные изменения психической деятельности в процессе старения связаны именно с нарушениями в эмоциональной сфере. В общей популяции пожилых людей значительную долю составляют лица с явными признаками нарушений в эмоциональной сфере. При этом доля таких становится больше в старших возрастных группах. В эмоциональном поведении пожилого человека нередко присутствуют неконтролируемые аффективные реакции, сильное нервное возбуждение.

Эмоциональные связи – привязанность

Привязанность - это то, что удерживает человека рядом с кем-то или чем-то, когда его с этим не связывает ни чувство любви, ни интерес либо выгода.

Основные виды привязанностей - это житейские и психологические привязанности.

- Житейская привязанность - привязанность к привычным удобствам и обстоятельствам жизни.
- Психологическая привязанность - привязанность к привычным переживаниям, обычно к переживаниям близости и защищенности рядом с каким-то человеком.

Основа привязанности - привычка к тем или иным удобствам и обстоятельствам, которую уже затруднительно (не хочется / больно / трудно / страшно) менять. Нередко привязанность принимает форму любви: заботимся, чтобы не потерять. Переживается привязанность разнообразно - как чувство близости, как любовь, как ощущение груза, как лишение свободы, как страх.

8 стадий развития личности по Э. Эриксону

- Стадия 1.

Базовое чувство доверия - недоверия. От рождения до 18 месяцев

В течение первого года жизни индивид сталкивается с первым развивающим кризисом, кризисом доверия - недоверия. Беспомощный младенец полностью зависит от других, тех, кто будет удовлетворять его потребности, и, соответственно, должен быть прикреплен или привязан к кому-то. Базовое чувство доверия развивается, когда младенец учится полагаться на тех близких людей, которые о нем заботятся, при удовлетворении основных потребностей, в первую очередь, в еде, контактах и движении. Он также обнаруживает, что эти люди могут дать ему внимание и любовь. С течением времени, когда он научается хватать игрушку, садиться или ползать, у него появляется доверие к собственному телу. Весь этот опыт формирует у ребенка представление о том, что мир последователен и предсказуем.

Первое социальное достижение - это доверие к людям, которые о тебе заботятся, даже когда они находятся вне поля твоего зрения. До 6 месяцев ребенок привязывается к любому, с 6 до 18 месяцев ребенок привязывается к наиболее значимым то есть к тем, кто о нем заботится. Потери в течение этого периода только способствуют развитию.

- Стадия 2.

Автономность- стыд, сомнение. От 18 до 36 месяцев.

Когда ребенок начинает доверять своему миру, он стремится отделиться от своих попечителей и "встать на ноги". Это сопровождается заявлениями "нет" ребенка как фактом его отдельности и обнаружением его автономности. Если заботящиеся о нем люди поддерживают здоровый баланс ограниченного и дозволенного, который защищает ребенка от опасного опыта и усиливает автономию, тогда у ребенка развивается здоровое воображение, способность сдерживать себя, способность уступать своему телу, эмоциям и сексуальности.

Если окружающие ребенка люди проявляют нетерпение и в спешке стремятся выполнить за ребенка действия, которые он уже способен сделать сам, то у ребенка развиваются стыдливость и нерешительность. Если родители (бабушки, няни, воспитатели) постоянно ругают малыша за его "промахи", у ребенка закрепляется чувство стыда и неуверенности в своих способностях.

- Стадия 3.

Инициатива (предприимчивость) - вина. От 3 до 5 лет

После развития чувства автономности ребенок начинает исследовать свой собственный мир и действовать в нем. Он наблюдает за действиями взрослых, имитирует их и может заниматься воображаемыми играми в течение нескольких часов. Кризис развития состоит в том, как удовлетворять собственные желания настолько широко, насколько это возможно без переживания чувства вины.

Это такой период времени, когда появляется совесть. В поведении ребенок руководствуется своим собственным пониманием того, что хорошо и что плохо. В какие-то периоды он может быть жестоким и бескомпромиссным, если это никак не сдерживается соответствующим родительским руководством. Например, на этой стадии часто появляется ревнивая ярость против вторгающихся в мир ребенка братьев и сестер. Ребенок учится сдерживать ярость и контролировать импульсы, в этих попытках в рудиментарной форме проявляется моральная и социальная ответственность.

На этой стадии ребенок идентифицируется с человеком своего пола, который о нем заботится, и пытается "ухаживать" за людьми противоположного пола. Когда заботящийся о нем человек противоположного пола отвечает соответственно, тогда ребенок научается, что не может "иметь" выбранного попечителя и психологически свободен рассматривать других партнеров в дальнейшей жизни.

- **Стадия 4. Трудлюбие - неполноценность. От 6 до 11 лет**

В школьные годы новый биологический ритм ребенка дает начало обучению дальнейшим умениям, необходимым для выживания. Построив на ранних стадиях "его" чувства доверия и надежды, автономности и "силы желания", инициативности и целеустремленности, ребенок теперь должен научиться всему, что может подготовить его к взрослой жизни. Наиболее важные умения, которые он должен приобрести - это следующие аспекты социализации: кооперация, взаимозависимость и здоровое чувство соревнования. Однако на этой стадии у ребенка может развиться чувство неполноценности, если ожидается слишком много или слишком мало.

У ребенка появляется понятие системы, интерес к устройству вещей, развивается способность к дедукции, коллективным играм, последовательным занятиям.

- **Стадия 5. Идентичность - ролевой беспорядок. От 11 до 18 лет**

Переход от детства к взрослому состоянию вызывает как физиологические, так и психологические изменения. Психологические изменения проявляются как внутренняя борьба между стремлением к независимости, с одной стороны, и желанием сохранить зависимость от тех людей, которые о тебе заботятся, желанием быть свободным от ответственности за то, что ты взрослый человек, - с другой. Родители или другие значимые люди. становятся "врагами" или "идолами".

Подросток (юноша, девушка) постоянно сталкивается с вопросами: Кто он есть и кем он станет? Ребенок он или взрослый? Как его этническая, расовая принадлежность и религия влияют на отношение людей к нему? В чем будет его истинная подлинность, истинное тождество как взрослого человека? Такие вопросы часто вызывают у подростка болезненную озабоченность тем, что другие думают о нем и что он сам должен думать о себе.

- Стадия 6.

Интимность - изоляция. Ранняя взрослость. От 18 лет до начала среднего возраста

Эта стадия продолжает обращаться к вопросам об образе "Я", самозавершенности и близости (близкие, доверительные отношения между людьми, не обязательно предполагающие сексуальные отношения) дома и на работе. Это означает, что мечты детства сравниваются с реальной ситуацией человека в попытке совершить жизненные выборы, что приводит к росту самоактуализированных человеческих отношений.

- Стадия 7.

Производительность - застой. Взрослость

"Зрелая взрослость" приносит более последовательное, менее неустойчивое чувство себя. "Я" проявляется, давая больше отдачи в человеческих взаимоотношениях: дома, на работе и в обществе. Уже есть профессия, дети стали подростками. Чувство ответственности за себя, других и мир становится более глубоким. В общем, эта стадия включает продуктивную рабочую жизнь и воспитывающий стиль родительства. Развивается способность интересоваться общечеловеческими ценностями, судьбами других людей, задумываться о грядущих поколениях и будущем устройстве мира и общества.

- Стадия 8.

Целостность - отчаяние, безысходность. Поздняя взрослость, зрелость

В кульминации здоровое саморазвитие достигает целостности. Это подразумевает принятие себя и своей роли в жизни на самом глубинном уровне и понимание собственного личностного достоинства, мудрости. Основная работа в жизни закончилась, настало время размышлений и забав с внуками.

Человек, который испытывает недостаток целостности, часто хочет прожить свою жизнь еще раз. Он может рассматривать свою жизнь как слишком короткую, чтобы полностью достичь определенных целей и поэтому может переживать безысходность и недовольство, испытывать отчаяние оттого, что жизнь не сложилась, а начинать все сначала уже поздно, возникает ощущение безнадежности и страх смерти.