

Ересектер психологиясы



Жоспары:

- **Ересектік кезеңге сипаттама (30 – 60 – 70 жас)**
- **Ересектер психологиясы.**
- **40 жас кризисі.**
- **Интеллектуалды даму және әлеуметтенуің психологиялық мәселелері**

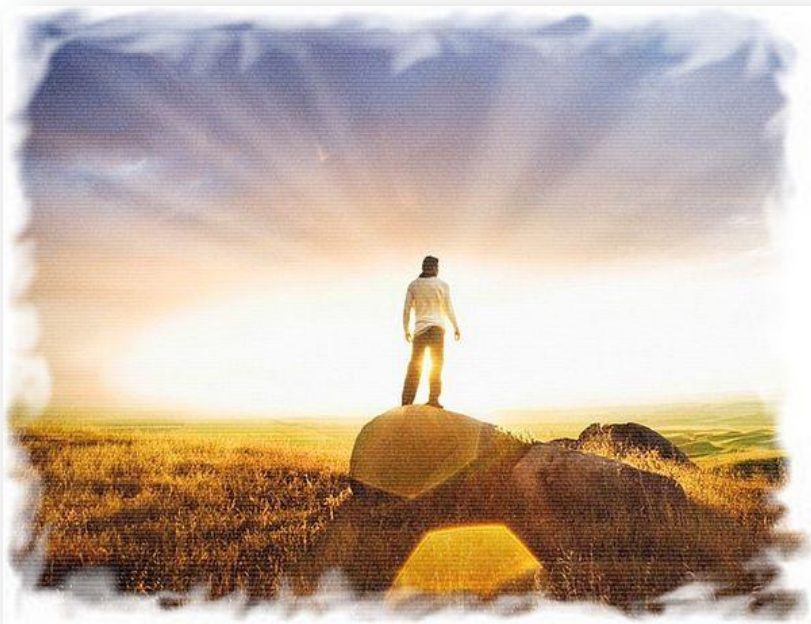
• Ересектік бұл адам өмірінің ең ұзақ кезеңі . Оның басталу және соңғы шегін көптеген авторлар әртүрлі сипаттайды: 25 жастан 65 -70 жасқа дейін. Әдетте бұл жасты зейнеткерлікке шығу мен байланыстырады және тұрақты жас шамалары жоқ.

Біз бүгін ересектік кезеңді шамамен 30 жастан бастап, сонау зейнеткерлікке шығуға дейін қарастырамыз. Бірақ ересектік кезеңнің соңғы шегі жеке тұлғаның жекелей және тұлғалық ерекшеліктеріне байланысты.

Кейбір адамдарда 40 жастан кейін дамуында бәсеңдеу процесі жүрсе, керісінше, екіншілерде 40 жастан кейін белсенді іс-әрекетпен айналысу басталады. Тіпті кейбір адамдарда шығармашылық дамуы өмірінің соңына дейін жүруі мүмкін.



- Ең бірінші ересектер психологиясына назар аударған Н.А. Рыбников болды. Ол 1928 жылы ересектер психологиясын акмеология деп атауды ұсынды (акмэ грекше- өркендеу, шың дегенді білдіреді). Дәл осы кезеңде ересектікке қол жеткізеді (ақыл-ойы, азаматтығы, еңбек етуі жағынан), кәсіби іс-әрекетте өзін табады және шығармашылық қабілеттерінің өркендеу шыңында болады.



Ересектер психологиясының пәні- ересек адамның онтогенездегі конституциясының, нейродинамикасының, психофизиологиясының, интеллектуалдығының, жекелігінің, жастық-жыныстық ерекшелігінің эволюциясы.

•40-50 жасында адам бұрынғы кезеңдермен салыстырғанда, басқа психологиялық жағдайда болады. Осы уақытқа дейін үлкен өмірлік және кәсіби тәжірибе жинақталады, балалары өседі, олармен қарым-қатынас жаңа сипатқа ие, ата-аналары қартайды және оларға көмек керек. Бұл кезеңде адам организміңде заңды физиологиялық өзгерістер болады, оларға бейімделу керек: көру нашарлайды, реакциялар бәсеңдейді, ер адамдарда сексуалды потенция әлсірейді, әйел адамдар климакс кезеңін уайымдайды. Осы аталғандарды ересектер физикалық және психикалық ауыр қабылдайды. Көбінде денсаулығына байланысты мәселелер туындайды.



Еңбек- ересек адамның сезімдерінің көзіне айналады. Адамның эмоционалдық жағдайы, көңіл-күйі көбінесе еңбек іс-әрекетінің жемісті не жемісті еместігіне байланысты.

Осы кезеңде адам стресстік жағдайға жиі ұшырап, депрессия мен жалғыздық сезімін бастан кешіреді. 38-40 жаста орта жас кризисі болады. Осы кезеңде адамды мынандай сұрақтар мазалайды: ары қарай қалай өмір сүру қажет, не үшін өмір сүру керек, кіммен өмір сүру керек?

40 жасқа қарай ересектер армандары мен өмірлік жоспарларының қаншалықты іске асқандығына есеп береді. Отбасылық жағдайында өзгерістер болады: балалары ержетіп, өзбетінше өмір сүреді; жақын туысқандары мен ата-аналарының дүниеден өтуі мүмкін. Жақын адамдарынан айырылу, балаларының өміріне араласу, оларға қамқорлық көрсету ерлі-зайыптылар қарым-қатынасының мағынасын аша түседі. Егер оларды балалардан басқа ештеңе байланыстырмаса, онда ерлі-зайыптылар айырылысуы мүмкін.



40 жас кризисін басынан өткізген адам өмірін қайта құрып, мамандығын ауыстырып, тіпті жаңа отбасын да құруы мүмкін.

Кризистен шығудың жолдары әр түрлі: конфликтілі жағдайлар туғызу, жұмыс орынын ауыстыру, басқа қалаға көшу, барлығын қайта жасауға ұмтылу.

Ал кризистен шығудың деструктивті жолы- суицид және жеке тұлғаның ыдырауы.



**ЖЕКЕ ТҮЛҒАНЫҢ ҚАЛЫПТАСУЫ
МЕН ІС-ӘРЕКЕТ ҚҰРЫЛЫМЫ
ӨМІРЛІК ЖАҒДАЙЛАРҒА
БАЙЛАНЫСТЫ. МІНЕЗ
ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ,
ҚЫЗЫҒУШЫЛЫҚТАРЫ, ҚАБІЛЕТТЕРІ
ОСЫ КЕЗЕҢДЕ ДЕ ДАМИ ТҮСЕДІ.
ЕРЕСЕК АДАМНЫҢ ИНДИВИДУАЛДЫ
ҚАСИЕТТЕРІ БАЛАЛАРҒА
ҚАРАҒАНДА ЖЕКЕЛІК СИПАТҚА ИЕ.**

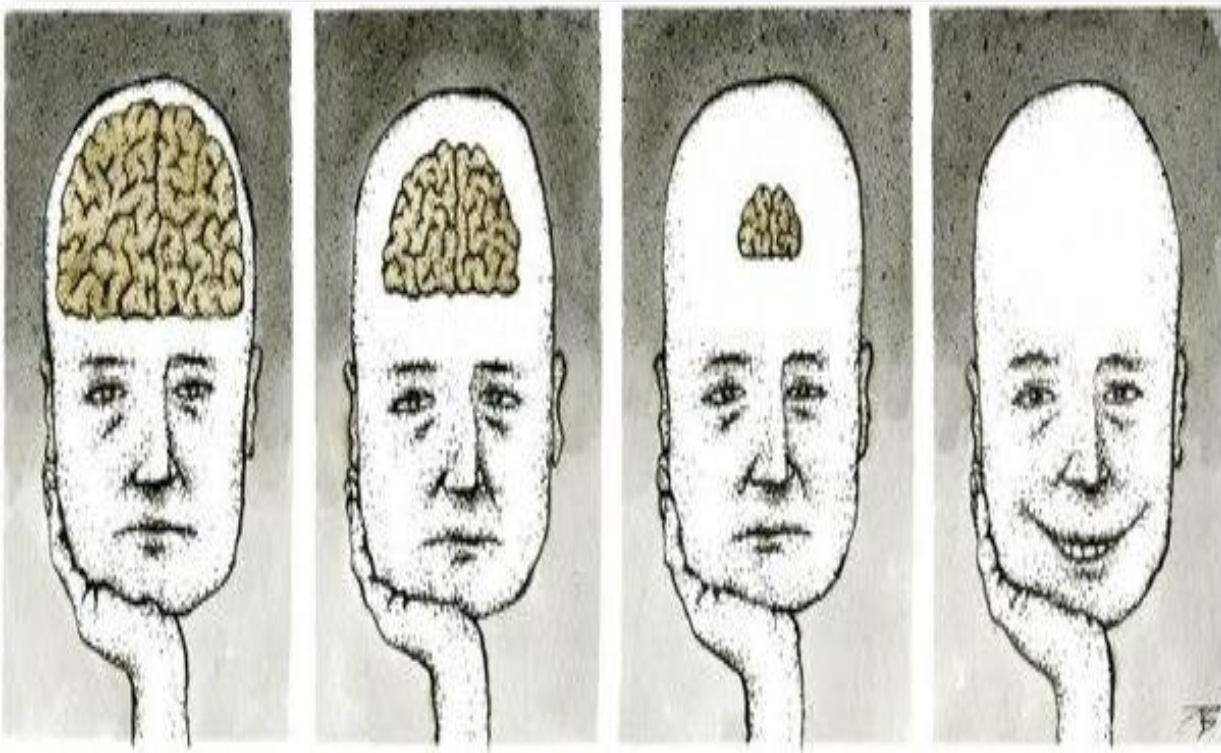
**ӘЛЕУМЕТТІК ЕРЕСЕКТІК- БҮЛ
АДАМНЫҢ БЕЛСЕНДІ ЕҢБЕК ІС-
ӘРЕКЕТІ. ОНДА АДАМ ІС-ӘРЕКЕТ
СУБЪЕКТІСІ РЕТІНДЕ
ҚАЛЫПТАСАДЫ ЖӘНЕ ӨЗІНІҢ
ШЫҒАРМАШЫЛЫҚ
МҮМКІНШІЛІКТЕРІН ІСКЕ
АСЫРАДЫ. ӘЛЕУМЕТТІК ЕРЖЕТУДЕ
(ОНЫ АЗАМАТТЫҚ ДЕП ТЕ АТАУҒА
БОЛАДЫ) НЕГІЗГІ РОЛЬ АДАМНЫҢ
ӨНДІРІСТІК, ҚОҒАМДЫҚ ЖӘНЕ
МӘДЕНИ ӨМІРГЕ АРАЛАСУЫНДА.**



Ересектік кезеңде мазмұндық еске қарағанда, механикалық және бейнелі ес тез төмендейді. Ал мазмұндық ес 70 жастан асқанша тұрақты болып келеді.

Осы кезеңдегі адамдардың кәсіби дамуын қарастыратын болсақ, көптеген мамандықтағы адамдар өздерінің кәсіби шыңдалуы әртүрлі кезеңде болатындығын көрсетті. Мысалы: ұшқыштардың, кәсіби спортшылардың, балет артисттерінің және т.б. кәсіби шыңдалуы ересектіктің алғашқы сатысында басталады, одан кейін оларда тұрақтану кезеңі болады. Ал басқа мамандықтарда, мысалы, дәрігер-хирург, авиадиспетчер, т.б. мамандарда кәсіби шыңдалуы ересектіктің орташа немесе тіпті соңғы кезеңіне келуі мүмкін.

Барлық осындый жағдайларда кәсіби өнімділік шеберлікке, білімге, тәжірибеге және функционалды дайындыққа байланысты.



**Назарларыңызға
Рахмет!**

