

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ
ОСОБЕННОСТИ ЧЕЛОВЕКА ЗРЕЛОГО
МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ. ОСНОВНЫЕ
ПОТРЕБНОСТИ, СПОСОБЫ ИХ
УДОВЛЕТВОРЕНИЯ. ВОЗМОЖНЫЕ
ПРОБЛЕМЫ

Период взрослости является самым большим из всех периодов жизни человека. Он начинается в 20-25 лет и заканчивается в 60-65 лет, а это более сорока лет жизни.

Этапы периода взрослости:

- ранняя взрослость;
- средняя взрослость.



Зрелостью называют период наиболее яркого проявления всех человеческих качеств. В это время человек может раскрыть свои способности, реализовать возможности, это расцвет его индивидуальности. Происходит его становление в профессиональном плане, он переходит на новый уровень общения с людьми, реализовывает себя в роли супруга (или супруги) и родителя.

Существенная разница между значимостью ценностей у мужчин и женщин наблюдается в реализации их активности.

Мужчинам важным для самооценки является количество и качество достижений в разных сферах жизни, прежде всего, в профессиональной.

Для женщин большую роль играет воспитание детей и семейные отношения.

Различием этого выбора обусловлено в той или иной мере восприятие перспектив для мужчин и женщин.

у мужчин социально-возрастные переживания часто связаны с возрастом женщин, с которыми они находятся в сексуальных отношениях.

Мужчины с высоким социальным статусом чаще, чем из других социальных групп, предпочитают вступать в брак с женщинами более молодого возраста

При оценке физической привлекательности выявлено, что для женщин с невысоким социальным статусом характерно недооценивание своей фигуры, тогда как женщины с высоким социальным статусом склонны к переоцениванию своей привлекательности. В период зрелости наличие тревожности у женщин обычно не влияет на самочувствие и настроение.

Наиболее трудным периодом в жизни для мужчин является выход на пенсию. Это связано с тем, что мужчине важно проявлять активность

Для женщин в определенной мере пенсионный возраст также является кризисным, но он не так резко выражен, поскольку женщина более связывает свои личные успехи и достижения с семейными ценностями.

наиболее благоприятным периодом у мужчин с точки зрения сочетания функциональных состояний является возраст от 35 до 45 лет.

Примерно тот же возраст является оптимальным для преодоления кризиса и для женщин. У женщин параметры жизнестойкости увеличиваются к середине жизни, а у мужчин этот показатель постепенно снижается.

Основными потребностями являются реализация своего творческого потенциала, необходимость передать свой опыт другому поколению, корректировка деятельности, забота о сохранении близких отношений с родными и друзьями, подготовка к спокойной и обеспеченной жизни в старости.

Ведущим видом деятельности становится труд, успешная профессиональная деятельность, которая обеспечивает самоактуализацию личности.

Потребности в порядке их очередности:

- физиологические потребности 85%

Физиологические потребности человека – это важнейший двигатель поведения индивидуума

В основе физиологические нужды человека голод и жажда, а также ключевые половые инстинкты

Идеальным решением является брак или стабильные отношения с любимым человеком

- потребности безопасности и защиты 70%

оно включает в себя всем известное понятие комфорта, уюта, стабильности места обитания (дома), защищенность от внешних факторов и возможных врагов.

- потребности принадлежности и любви 50%

На этом. уровне люди стремятся устанавливать отношения привязанности с другими, в своей семье и/или в группе.

- потребности самоуважения 40%

потребности в престиже, то есть в уважении и самоуважении

здоровое самоуважение основывается на заслуженном уважении другими, а не на славе, социальном положении или лести.

Если наше самоуважение зависит от посторонней оценки - мы находимся в психологической опасности.

Для того, чтобы быть прочным, самоуважение должно основываться на нашей действительной значимости, а не на внешних факторах, находящихся вне нашего контроля

- потребности самоактуализации, или потребности личного совершенствования 10%
воплощение своих возможностей в действительность,
выполняя наилучшим образом то, что они делают

возможные проблемы зрелости:

- рациональное и адекватное питание;
- поддержание оптимальной массы тела;
- двигательную активность;
- сексуальную активность;
- создание семьи и воспитание детей.



ПОТРЕБНОСТЬ В САМОРЕАЛИЗАЦИИ

ПОТРЕБНОСТЬ В УВАЖЕНИИ

СОЦИАЛЬНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ

ПОТРЕБНОСТЬ В БЕЗОПАСНОСТИ

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОТРЕБНОСТИ