|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***№*** | ***Віковий період*** | ***Вікові межі*** | ***Вікові новоутворення*** | ***Вікові кризи*** | ***Особливості розвитку пізнавальних процесів*** | ***Особливості розвитку емоційно-вольової та мотиваційної сфери*** | ***Провідна діяльність*** | ***Особливості формування особистості*** |  |
|  | **Зрілість (Середній дорослий вік)** | **Від 30/35 до 5/60 років** | Особистісна зрілість.  Почуття компетентності.  Продуктивність в різних сферах життєдіяльності | Криза зрілості («криза середини життя» або «синдромом спустошеного гнізда»). Зазвичай припадає на 40-45 років.  Причини такої кризи плягають: - у змінах соціальних ролей, викликаних відокремлення дітей з сім'ї, що потребує перебудови способу життя; - в потребі здійснити переоцінку досягнутого в професійній та особистій життєдіяльності, результат якої часто не влаштовує людину; - у фізіологічних змінах, пов'язаних зі зниженням сексуальної функції і усвідомленням процесів старіння організму, що насторожує і турбує людину.  Криза може мати наступні ознаки: розчарування в житті, часті депресії, зниження самооцінки, страх старіння, порушення подружньої вірності, пияцтво, відхід з сім'ї, зміна роботи та інші. | Когнітивні процеси протікають повільно, але продуктивно.  Знижують свої функції деякі види відчуттів (особливо зорові і слухові).  Зберігає пік розвитку образна і вербальна пам'ять.  Вербальний інтелект досягає високих показників.  Знижується швидкість уваги і сприйняття, спостерігається ригідність мислення.  Людина набуває стан мудрості. | Досягається особистісна зрілість.  Спостерігаються врівноважені емоції, узагальнена об'єктивна самооцінка, реалістична «Я-концепція», почуття компетентності і самоповаги.  Зберігається феномен «консервації віку».  Мотиви і потреби пов'язані з соціальним та сімейним станом людини.  Проявляється стійка спрямованість або на отримання задоволення від життя, або на отримання вигоди від життєвих ситуацій, або на життя за законами моралі. | Основний вид провідної діяльності в даний період – професійна діяльність. | У період зрілості особистість набуває розквіту. Набувається продуктивність у багатьох сферах життєдіяльності людини.  Пробуджується інтерес до суспільного устрою, політичних та економічних питань.  З'являється бажання здійснити будь-якої внесок для наступного покоління.  Чоловіки і жінки стають більш дбайливими до дітей і оточуючих людей, прагнуть зберегти традиції сім'ї та статус у професійній сфері.  Крім цього, жінки цілеспрямовано стежать за своєю зовнішністю, а у чоловіків загострюється відчуття самоповаги. |  |