

# СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	3
<b>I. Особенности психического развития личности в периоды взросления, зрелости и старения.....</b>	<b>8</b>
1. Специфические проблемы периодизации индивидуального развития взрослого человека ..	8
2. Возрастная периодизация жизненного цикла человека .....	9
3. Психология молодости: авторство собственного образа жизни.....	15
4. Психология взрослого человека .....	26
5. Зрелость как этап и как качество в психическом развитии человека.....	40
6. Период геронтогенеза: психология людей пожилого и старческого возраста.....	49
<b>II. Тематические тексты .....</b>	<b>73</b>
1. Основные варианты и фазы развития профессионала .....	73
2. Социально необходимый тип жизненных отношений.....	78
3. Преодоление критических ситуаций .....	87
4. О так называемых «биографических кризисах» ..	94
5. Как стать счастливым?.....	96
6. Кодекс душевной жизни.....	104
7. Проблемы отношений и психическое здоровье .....	108
9. Размышление о страхе смерти.....	145
9. Жизненные сценарии личности.....	155
10. Работоспособность человека.....	164
11. О продолжительности жизни, активном долголетии и долгожителях .....	169

<b>III. Практические задания для упражнений и самоконтроля .....</b>	<b>171</b>
1. Исследование жизненных целей и «комплекса неполноценности» личности.....	171
2. Исследование «локуса контроля».....	189
3. Исследование (измерение) мотива аффилиации .....	201
4. Исследование личностного потенциала .....	207
5. Определение психологической атмосферы в семье .....	235
<b>IV. Термины и понятия .....</b>	<b>247</b>
<b>Литература .....</b>	<b>264</b>