

# КРИЗИСЫ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА, ОБЪЕКТИВНОСТЬ СУЩЕСТВОВАНИЯ ФЕНОМЕНА В РАЗНЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТЕОРИЯХ

Марова В.А.

*Марова Вера Александровна - студент магистратуры,  
факультет психологии, кафедра общей психологии и истории психологии,  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования Новосибирский  
государственный педагогический университет, г. Новосибирск*

**Аннотация:** в статье представлена попытка осмысления понятия кризиса среднего возраста в работах зарубежных и отечественных авторов. Рассмотрены основные психологические подходы к понятию кризиса середины жизни, как одного из важных переходных этапов развития взрослого человека.

**Ключевые слова:** кризис среднего возраста, кризис середины жизни, основания кризиса середины жизни, зрелость.

УДК 159.9+17

Личность в зрелом возрасте занимает важное место в социальной структуре общества. Ценности взрослых людей являются определяющими в формировании нормативов поведения, общепринятого образа жизни.

Зрелость может стать для личности этапом расцвета, максимальной вершиной развития. Как пишет А.А. Бодалёв «... Именно происходящие изменения на этом отрезке жизненного пути человека, как природного существа – индивида, как продукта общественных отношений – личности, как субъекта деятельности, прежде всего, как профессионала, - и вширь и в глубь исследуют акмеологи» [1]. Достижения в этих трех сферах – вершин – это идеальный вариант, но в реальности проблема развития зрелости не может быть рассмотрена без рассмотрения кризиса среднего возраста.

Возможны и другие сценарии развития феномена среднего возраста и достижения зрелости – несоответствие достижений личности ожиданиям и требованиям общества, которые вызывают противоречия, рассогласования в профессиональной, семейной или социальной сферах.

Описание кризиса среднего возраста присутствует как в зарубежной, так и в отечественной психологии.

Зрелость – это этап формирования максимально широкого круга взаимосвязей, круга субъективных отношений посредством включения личности в максимально широкий круг социальных ситуаций. К середине жизни возникает необходимость актуализации, переоценке сложившихся отношений, но выбираемая личностью стратегия преодоления противоречий не всегда приводит к качественному росту и не является оптимальной. Социальные стандарты, изменения в обществе, события персональной истории требуют мобилизации всех личностных ресурсов, раскрытие потенциала возможностей, которые должны в идеале быть использованы для достижения высочайшего уровня собственного развития в деятельности.

Продукт данной деятельности зависит от личностных установок, системы ценностей, от уровня амбиций и притязаний. Несоответствие личных достижений ожиданиям социального окружения создает стрессовое давление, вызывает психологические проблемы невротического, профессионального, личностного характера. Неуспешность или субъективное признание результатов собственной деятельности таковыми, может вызывать серьезные психосоматические расстройства. Исследователи психологии возрастных кризисов (К.Н. Поливанова, Г. Крайг, Слободчиков В.И.) отмечают, что не все взрослые достигают одинаковых успехов или устраивают жизнь по единому образцу [3,5,6].

Психология развития зрелой личности является одной из самых мало разработанных областей психологии. Не существует единого подхода к определению стадийности кризисов среднего возраста, периодизация и хронология в онтогенезе в разных источниках различаются, так же в разных источниках содержание кризиса различно. Мы полагаем, что вышеизложенное подчёркивает важность и необходимость дальнейшей разработки этой темы.

Представители зарубежной психологической науки в большей степени занимаются стадийностью, то есть описанием самих стадий онтогенеза, а не противоречиями и механизмами перехода, содержание которых изучается довольно редко (Ливенхуд Б., 1994; Эриксон Э., 1996; Юнг К. Г., 1996; и др.). У российских психологов нет сомнений, что онтогенез протекает неравномерно, резкие изменения происходят в особые периоды жизни, которые обозначаются, как критические или кризисные периоды. Существует подход к изучению зрелости с точки зрения акмеологии (Бодалев А. А., 1999; Деркач А. А., Зышкин В. Г., 2003 и др.).

Часто используемый термин «переходный период» не всегда соотносится с определенным хронологическим возрастом (35—45 лет), при этом представителями разных дисциплин они трактуются неоднозначно.

Особенно важно понимание проблем в развитии личности, анализ возможных вариантов проживания личностью этого этапа с целью выработки эффективных методов преодоления кризиса среднего возраста. Развитие личности в онтогенезе происходит в чередовании периодов относительной стабильности и кризисных, переходных периодов. Мы рассматриваем период от 35 до 45 лет, как один из самых важных, поскольку результат прохождения кризисной фазы оказывает определяющее влияние на содержание дальнейшей жизни человека.

Переживание человеком кризиса середины жизни индивидуально, так же, как индивидуально и содержание кризиса и дальнейшее развитие личности на следующем этапе.

#### *Список литературы*

1. *Бодалев А.А.* Вершина в развитии взрослого человека. М.: Флинта; Наука, 1998. 420 с. 21.
2. *Деркач А.А., Зазыкин В.Г.* Акмеология. СПб.: Питер, 2003. 256 с.
3. *Крайг Г.* Психология развития: Пер. с англ. СПб.: Питер, 2000. 992 с. 188
4. *Ливехуд Б.* Кризисы жизни — шансы жизни. Развитие человека между детством и старостью. Калуга: Духовное познание, 1994. 350 с.
5. *Поливанова К.Н.* Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2000. 184 с.
6. Слободчиков В. И. Категория возраста в психологии и педагогике развития // Вопросы психологии, 1991. № 2. С. 37-49.
7. *Эриксон Э.* Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ. М: Прогресс, 1996. 344 с.
8. *Юнг К.Г.* Проблемы души нашего времени. М.: Канон, 1996. 288 с.