Автор: admin
04.05.2011 14:22 - Обновлено 01.11.2014 09:16

Что кризис вам готовит? Мифы о возрастных кризисах у взрослых людей

Нет в жизни счастья бездельнику!
Возрастные кризисы – теоретическое понятие, обозначающее переход в возрастном развитии к новому качественно специфическому этапу. У детей это может проявляться упрямством, непослушанием, агрессией.

Правда, дети сами не называют это кризисом, да и взрослые придумали такое название относительно недавно. Хотя можно было назвать переходным этапом развития. Ну ладно, раз взрослым не нравится поведение ребёнка, пусть это будет кризис. Но вот правда ли, что в жизни есть такая реальность, как возрастной кризис взрослого человека? Предлагаю разобраться.

В переводе с греческого языка кризис – «решение, поворотный пункт». Так вот, разные исследователи приводят свою периодизацию этих самых поворотных пунктов в жизни людей. Я не поленился и собрал всё воедино, получилось, что чуть ли не каждый год у человека может случиться кризис. Шихи Гейл утверждает, что они случаются раз в семь лет, в учебниках психологии вы найдёте:

новорожденный (1-10 дней);
грудной возраст (10 дней – 1 год);
раннее детство (1-3 года);
первое детство (4-7 лет);
второе детство (8-12 лет);
подростковый возраст (13-16 лет);
юношеский возраст (17-21 год);
зрелый возраст (первый период: 22-35 лет – мужчины, 21-35 лет – женщины;
второй период: 36-60 лет – мужчины, 36-55 лет – женщины);
пожилой возраст (61-74 года – мужчины, 56-74 года – женщины);
старческий возраст (75-90 лет – мужчины и женщины);
долгожители (90 лет и старше).

Самое интересное, что каждый период может быть обоснован или изменением социального окружения, или физиологическим развитием, а может – определёнными событиями: женитьба, расторжение брака, рождение ребёнка, увольнение с работы и

т.п.

Более того, если каждый человек внимательно посмотрит на свою жизнь, то кризисы обязательно найдёт, будет настаивать на объективности их возникновения и объяснять свои неудачи поворотными пунктами в жизни.

Давайте посмотрим с другой стороны и издалека.

В первобытном обществе про кризисы не знали. Главной задачей было выжить, размножиться и прокормиться. Принесли с охоты мамонта – хорошо, месяц едим. Вернулись без добычи, что – кризис? Нет, поиск еды. Выхода нет, переживать некогда, закон прост, нашёл добычу – выжил, не нашёл – умер. Какой кризис?

Интересно, у Сократа, Аристотеля, Сенеки, Эпиктета, были возрастные кризисы? Их тогда ещё не придумали, поэтому не было. Трудности были, сложные жизненные ситуации тоже случались – они закаляли волю и укрепляли дух.

А вот у некого Ивана Ивановича в 40 лет кризис может случиться. Почему? Так ведь он уже заранее об этом знает и теоретически подготовлен, что в этом возрасте что-то такое должно обязательно произойти. Тем более, что помнит, как это было в 30. Этого Ивана Ивановича я знаю – он бездельник. Ему не известно, зачем живёт, в чём смысл его существования. Утром просыпается, съедает бутерброд, идёт на работу. Там скучно, дома тоже делать нечего. Наступает вечер – уснул. Есть предположение, что данный персонаж уснул давно, он не живёт – спит. Как цветок в проруби, перемещается от одного края к другому и пока некоторое время не тонет. Бывает ветер и маленькие холодные волны, становится неуютно – это кризис, потом всё успокаивается и дрейф продолжается.

Вам такой персонаж знаком?

А в природе существуют кризисы? Например, у берёзы, хомяка, медведя? Или только человек разумный догадался себе их придумать?

Но вы только попробуйте отобрать этот миф у человека, душевно страдающего кризисом. Вас обвинят в чёрствости, непонимании и непросвещённости, поскольку все образованные люди знают – кризис возраста есть! И человек, его переживающий, может, например, мусор не выносить, на домашних повышать голос, делать глупости, бросать работу, усердно изображать унылое лицо, даже серьёзно заболеть в доказательство истинности переживаемого кризиса. Теперь есть всему объяснение, а совет заняться делом совсем не привлекателен. В страдании много вторичных выгод; в созидании, работе, развитии много трудностей. Догадайтесь, что выберет бездельник? Правильно, его выбор – кризис возраста, и чем чаще, тем лучше.

Нобелевский лауреат Альберт Швейцер спал по три часа, он опускал ноги в холодную воду, чтобы взбодриться, так как считал, что должен работать, чтобы закончить свой труд «Благоговение перед жизнью», а также продолжать лечить бесчисленное множество больных африканцев, жизнь которых зависела от Альберта Швейцера. Ему было не до возрастных кризисов, он знал свою миссию, любил своё дело, а трудности воспринимал как естественное явление, сопутствующее яркой и интересной жизни. А вы как живёте?

Притча про кризис и смысл жизни

Однажды по пути домой мудрец повстречался с человеком, который был настолько опечален, что, обходя по пути мудреца, случайно задел его плечом. Тот, в свою очередь, спокойно и вежливо обратился к нему с вопросом:

– Скажи, почтенный человек, почему ты так печален, что ничего не замечаешь на своём пути?
– Прошу прощения, – сказал человек, не сбавляя шагу, – печален я потому, что у меня возрастной кризис, я потерял смысл жизни и переживаю, не могу ничего делать и буду искать, пока цель моя не достигнута.
– Что ж, – промолвил мудрый Учитель, – я слышал об одном человеке, у которого кризисы случались часто, и он тоже не мог найти смысл жизни.
– Надеюсь, истина открылась ему? – полюбопытствовал нетерпеливый попутчик.
– Да, он умер просветлённым, успев шепнуть тем, кто был рядом то, что понял, лишь умирая, ответил мудрец.
– И что же он сказал?
– Он сказал, что смысл жизни – это выбор…

– Что ж, спасибо тебе за беседу, – сказал человек, поклонился мудрецу и почти бегом продолжил свой путь.
– …выбор: либо жить без кризисов, либо всю жизнь потратить на переживания и поиски этого самого смысла, – закончил мудрец, но его слова прозвучали уже в пустоту. Случайный попутчик был уже слишком далеко.

Он спешил, ведь у него – кризис.

Автор - **Виталий Пичугин**

Источник