

УДК 151.8:612.6
ББК 88.374:28.903.7

В.И. Долгова, Г.Г. Буторин

СТАДИАЛЬНОСТЬ И КРИЗИСНЫЕ ПЕРИОДЫ ЗРЕЛОСТИ В РАБОТАХ ЗАРУБЕЖНЫХ ПСИХОЛОГОВ

В статье представлен анализ стадиальности и кризисных периодов зрелости в работах зарубежных психологов, показано, что в психологической науке практически нет однозначных оценок и определений периода зрелости (взрослости). Вместе с тем большинство зарубежных авторов придают большое значение сорокалетнему рубежу жизненного пути, определяя его как критический возраст, или кризис середины жизни.

Ключевые слова: стадиальность, кризисный период, онтогенез, зрелость.

V.I. Dolgova, G.G. Butorin

BY STAGES AND CRISIS PERIOD OF MATURITY IN THE WORK OF FOREIGN PSYCHOLOGISTS

An analysis of stages and crisis periods of adulthood in the works of foreign psychologists is presented. It is shown that psychological science is almost no-one assessments and definitions of adulthood (adulthood). However, most foreign authors attach great importance to the turn of the forty-year course of life, defining it as a critical age, or mid-life crisis.

Key words: by stages, the crisis period, ontogeny, maturity.

В настоящее время наиболее известным и авторитетным подходом к изучению стадиальности и кризисных периодов зрелости является представление об онтогенезе как об отдельных последовательных стадиях развития. В основе этого подхода лежат, прежде всего, работы Э. Эриксона (Erikson E.H., 1968), который выделил восемь стадий психического развития [5]. Эти последовательные стадии автор назвал кризисами развития. Пять первых из них относятся к раннему периоду онтогенеза и практически повторяют психоаналитические стадии. Три последующие дополнены автором и определены следующим образом: шестая стадия (молодость) с базовым выбором между близостью и одиночеством, изоляцией; седьмая (зрелость) — выбор между общечеловеческими ценностями и самопоглощенностью; восьмая (старость) —

между цельностью и безнадежностью. Описываемые им кризисы (конфликты) отличаются от их понимания, которое принято в отечественной психологии. По Э. Эриксону, кризис есть потенциальный выбор между благоприятным и неблагоприятным направлением развития, который происходит в процессе онтогенеза. Термин «кризис» в концепции Э. Эриксона больше соответствует его определению, существующему в биологической науке, когда критический период понимается как отрезок времени, в течение которого тот или иной орган подлежит особо интенсивному развитию. В этот период при неблагоприятных воздействиях на организм такой орган оказывается наиболее уязвимым. С точки зрения отечественной психологии такая интерпретация термина «кризис» приближает его больше к понятию

«сензитивный период» Л.С. Выготского, чем к определению кризисного периода.

Д. Левинсон (Levinson D., 1978), работы которого касаются периода взрослости мужчин от 18 до 47 лет, рассматривает нормативность (обязательность для всех) сменности периодов и фаз перехода [7]. В переходной фазе, по мнению автора, способы самореализации являются мишенью анализа для индивида, а предметом поиска — новые возможности. К переходным стадиям он относит, прежде всего, возраст от 18 до 20 лет. Это момент, когда решается проблема достижения независимости от родителей. Затем следует некоторый стабильный период, который в 30 лет оформляется в переходную фазу. В это время мужчины критически переосмысливают свои карьерные установки и способы их реализации. В 40–45 лет происходит еще одна переоценка жизненных приоритетов. Этот кризис среднего возраста в 80% случаев сопровождается отрицательными эмоциональными переживаниями. Попытка Д. Левинсона описать периодические смены онтогенетических этапов натолкнулась на серьезную критику со стороны других зарубежных психологов. Как замечает по этому поводу J. Voorn (1992), исследователи теорий периодизаций (стадиального развития) в первую очередь стремятся к изучению самих стадий, а не механизмов их перехода. Содержание переходной фазы изучается довольно редко.

Адресуясь к периоду взрослости известные английские ученые Дж. Баттерворд и М. Харрис в 1994 г. в учебнике по психологии заметили: «Это верно, что возрастные изменения в физическом, социальном и когнитивном состоянии взрослого человека не столь впечатляющи, как в детском возрасте, но и в этот период отмечены некоторые общие закономерности развития, которые нуждаются в углубленном изучении» [1, с. 307].

В хрестоматии «Психология возрастных кризисов», вышедшей в серии практической психологии в 2001 году (сост. К.В. Сельчонок), публикуется ряд работ зарубежных исследователей этого вопроса. Наиболее интересны в контексте дан-

ного обзора являются работы Г. Шихи, К.Г. Юнга, Б. Ливехуда [3].

Видимо не случайно в сборник включены три самостоятельных выдержки из книги Г. Шихи о кризисах жизни взрослого человека. Профессиональная деятельность известной американской журналистки Гейл Шихи привела её к желанию всерьез заняться социальной психологией. Она участвовала в различных научных семинарах по психологии личности, проводила самостоятельные опросы и анкетирование больших групп людей. Полученный материал лег в основу её книги, вышедшей в 1976 году и получившей широкий резонанс. В разделе *Предсказуемые кризисы зрелого возраста* она приходит к выводу, что человек переживает четыре жизненных кризиса: 16 лет (стремление оторваться от родительских корней); 23 года (искание, план и выбор дальнейшего пути); 30 лет (стремление откорректировать жизненный план, опираясь на накопленный опыт и приобретенный тип проживания жизни); 35–45 лет (осознание середины жизни). Выделяя кризисные периоды, автор поясняет, что каждый раз, переходя на следующую ступень развития, человек вынужден разрушать ту защитную структуру, которая у него уже сложилась. Он становится ранимым и чувствительным, но приобретает новую защиту и её умение приспособиться к новым условиям.

По Г. Шихе, в переходные периоды образ жизни человека переживает непредсказуемые изменения в четырех измерениях. Внутреннее ощущение себя по отношению к другим — есть суть первого измерения. В качестве второго измерения выступает чувство безопасности и опасности. Третье измерение — это наше восприятие времени. Другими словами, хватает ли у нас времени, или мы начинаем переживать его нехватку? Четвертое измерение — ощущение физического спада. Комплекс перечисленных ощущений определяют основной фон жизни, под воздействием которого человек склоняется к тем или иным решениям. Все события в жизни, такие как окончание учебного заведения, вступление в брак, появление детей, распад семьи,

успехи или неудачи в профессиональной деятельности, — все влияет на психическое состояние человека. Указанные знаменательные события становятся вехами жизни. При этом диапазон и динамика развития будет определяться изменениями личности в эти переходные моменты. Любая личность характеризуется наличием тенденции к изменению. А эта тенденция реализуется, как правило, под воздействием знаменательных событий. Удар судьбы сильнее, если он совпадает с переходом в очередной жизненный цикл. Это заставляет человека активнее решать вопросы, связанные с переходом [4].

Проблемам возрастных ступеней взрослого периода посвящена работа широко известного швейцарского психолога, психиатра и психоаналитика К.Г. Юнга. В его понимании только взрослый человек может сталкиваться с осознанными жизненными проблемами, заставляя его сомневаться в себе и потому быть не в ладах с самим собой. К первой ступени взрослости Юнг относит молодой возраст, — от послепубертатного времени до половины жизни, что соответствует, по его мнению, возрасту 35–40 лет. Если человек оказывается к этому готов, то вхождение в профессиональную жизнь проходит гладко. В то же время иллюзии, контрастирующие с действительностью, порождают разнообразие проблем. Большие жизненные проблемы, по Юнгу, никогда не разрешаются окончательно. При этом основная цель заключается не в стремлении разрешить эти проблемы, а в непрестанной работе над ними.

По мере достижения середины жизни человек все больше изменяется как в физическом, так и в психическом отношении. Активно занимаясь психотерапевтической практикой, Юнг приходит к выводу, что в возрасте 40 лет у мужчин возрастает частота депрессий, а невротические расстройства у женщин появляются несколько раньше. При этом в зрелом возрасте невротические расстройства имеют ряд общих проявлений [6].

Б. Ливехуд, рассматривая жизнь человека в трех ипостасях (биологической, психической и духовной) и предполагая

среднюю продолжительность жизни около 80 лет, различает в ней три фазы [2]:

- период роста, в котором происходит более созидание, нежели разрушение (до 20 лет);
- период равновесия между созиданием и разрушением (21–42 года);
- период инволюции нарастающего разрушения (40 и более лет).

Второй период — период равновесия — содержит, по мнению автора, несколько фаз. При этом он замечает, что, желая разделить фазы на календарные годы, все снова и снова сталкиваются с одной и той же трудностью: нельзя точно указать момент перехода [6, с. 163]. Первая взрослость [6, с. 169], по Б. Ливехуду, относится к 20-м годам человеческой жизни, когда во всех сферах начинает проявляться стремление к расширению жизненного пространства. Для мужчины главным становится основать жизненное сообщество и положить успешное начало в профессиональной карьере. ВТО время как женщины считают центральной для себя задачей — создать нужное собственное окружение. Что характерно, в начале взрослого пути женщина вынуждена решать двойную задачу, что нередко обуславливает зарождение у нее внутреннего конфликта. С одной стороны, на ней лежит ответственность за сохранение человеческого рода, с другой — жизнь требует интенсивного участия в работе и общественной деятельности. Такой конфликт зарождается и впервые проявляется уже в юности, а в дальнейшем он только обостряется.

Следующая фаза (организационная) начинается в конце 20-летнего возраста и продолжается до 35 лет. В возрасте 35 лет человек находится на вершине своих творческих сил, подводит первые итоги жизни. В браке уходит переживание первой влюбленности, и только духовное единство может стать условием перехода супружеской пары в новую фазу. Психическое содержание личности становится отчетливее и приобретает более ясные контуры.

Третья фаза жизни (40-е годы) характеризуется физиологическим спадом и возможностью духовного развития.

В биологическом отношении отмечается снижение запасов жизненных сил. У женщины отмечается конец репродуктивной фазы, для мужчины это время повышенных сексуальных потребностей, которые женщина чаще всего не принимает. В психологическом плане в этой фазе жизнь полна сомнений, теряются считавшиеся ранее незыблемыми ориентиры, человек становится склонным к принятию иллюзорных решений. В духовном смысле эти годы наполняются борьбой с пустотой: создается впечатление, что бывшая почва под ногами утеряна, а новая еще не приобретена. К началу пятидесятилетия духовное развитие человека или постепенно уменьшается, или поднимается

в новые сферы с возможностью второй кульминации творческих сил, проходящую на вторую половину 50 лет и продолжающуюся до 70.

Таким образом, в зарубежной психологии критические периоды рассматриваются в различных аспектах. Более того, в большинстве работ термины «кризис» и «сензитивный период» нередко понимаются как синонимы. Часто используемый термин «переходный период» (или переходная стадия) не всегда относится к определенному хронологическому возрасту. Это приводит к тому, что переходным стадиям, как критическим периодам, не придается должного значения.

Библиографический список

1. Баттерворт, Дж. Принципы психологии развития [Текст] / Дж. Баттерворт. – М. Харрис. – М.: Когито-Центр, 2000. – 350 с.
2. Ливехуд, Б. Кризисы жизни – шансы жизни [Текст] / Б. Ливехуд. – Калуга: Наука, 1994. – 224 с.
3. Психология возрастных кризисов [Текст]: хрестоматия / сост. К.В. Сельчонок. – Минск: Harvest, 2000. – 559 с.
4. Шихи, Г. Возрастные кризисы – ступени личностного роста [Текст] / Г. Шихи. – СПб.: Ювента, 1999. – 436 с.
5. Эриксон, Э. Идентичность: Юность и кризис [Текст] / Э. Эриксон. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.
6. Юнг, К. Проблемы души нашего времени [Текст] / К. Юнг. – М.: Академический проект, 2007. – 288 с.
7. Levinson D.J., Darrow C.N., Klein E.B. *The Seasons of a Man's Life*. New York: Random House, 1986. P. 384.

References

1. Butterworth J., Harris M. *Principles of Psychology*. M.: Kogito-Tsentr, 2000. P. 350. [in Russian].
2. Livehud B. *The crises of life – the life chances*. Kaluga: Nauka, 1994. P. 224. [in Russian].
3. *Psychology of age crises: a reader*. Comp. K.V. Selchonok. Minsk.: Harvest, 2001. P. 559. [in Russian].
4. Sheehy G. *Age crises stages of personal growth*. SPb.: Juventa, 1999. [in Russian].
5. Erikson E. *Identity: Youth and Crisis*. M.: Progress, 1996. [in Russian].
6. Jung K. *Problems of our time soul*. M.: Akademicheskii Proect, 2007. [in Russian].
7. Levinson D.J., Darrow C.N., Klein E.B. *The Seasons of a Man's Life*. New York: Random House, 1986. P. 384.

Сведения об авторах:

Долгова Валентина Ивановна,
доктор психологических наук, профессор,
кафедра теоретической
и прикладной психологии,
Челябинский государственный
педагогический университет,
г. Челябинск, Российская Федерация.
E-mail: 23a12@list.ru

Information about authors:

Dolgorva Valentina Ivanovna,
Doctor of Sciences (Psychology),
Academic Title of Professor,
Professor, Department of Theoretical
and Applied Psychology,
Chelyabinsk State Pedagogical University
Chelyabinsk, Russia.
E-mail: 23a12@list.ru