

SPECIFICUL MANIFESTĂRII CRIZEI DE VÂRSTĂ LA 30 ANI

Elena Losîi, conf.univ., dr., U.P.S. "Ion Creangă"

Summary

Human person pass a crisis, a turning in development in middle of youth. The crisis is determined of the dissatisfaction of formed life imagine at 20 – 30. Analyzing the way of life, the achievements and the failures man discovers that despite his wellbeing his personality is not perfect, time and power were lost in vain, he did so little compared with what he could be done. The value and ego reevaluation occurs. The man and the woman pass through crisis in different way.

În mijlocul tinereții omul suportă o stare de criză, o cotitură în dezvoltare, din cauza că imaginile de viață formate între 20-30 ani nu-l mai satisfac. Analizând calea parcursă, realizările și căderile sale, omul descoperă că necătînd la bunăstarea actuală a vieții, personalitatea lui este imperfectă, mult timp și putere au fost pierdute în zadar, puțin a făcut în comparație cu ce ar fi putut face etc. Cu alte cuvinte, are loc reevaluarea valorilor și reevaluarea critică a „Eu-lui” său. Omul descoperă că foarte multe lucruri nu le va putea schimba în viața sa: familia, profesia, decurgerea cotidiană a vieții. Autorealizîndu-se la această etapă de viață, în perioada tinereții, omul conștientizează că, în esență, se află în fața aceiași dileme – căutare, autodeterminare în noile condiții ale vieții, în corespundere cu posibilitățile reale. Această criză se manifestă în simțul necesității de a întreprinde ceva și demonstrează că omul trece la o nouă perioadă de vârstă – vârstă adultă. „Criza la 30 ani” este o denumire relativă: această stare poate apărea mai devreme sau mai târziu.

Pentru *bărbați* în această perioadă este caracteristic schimbul serviciului sau a modului de viață, dar concentrarea lor asupra serviciului și carierei nu se schimbă. Cele mai frecvente motive de plecare de la serviciu sunt legate de insatisfacția de ceva la postul dat: anturajul, salariul, încărcătura etc. Dacă insatisfacția de muncă apare în urma tendinței de a obține un rezultat mai bun, atunci aceasta va contribui la perfecționarea însuși a lucrătorului. La *femei* în timpul crizei se schimbă, de obicei, prioritățile stabilite la începutul tinereții (Kraig, 2003; Levinson, 1990) Femeile care până la instaurarea crizei au fost orientate la căsătorie și educația copiilor, acum în mare măsură sunt atrase de realizarea scopurilor profesionale. Iar cele care erau orientate spre carieră, acum ă-și îndreaptă toate forțele îndreaptă spre familie și căsnicie.

Trăind criza de 30, omul caută posibilitatea de a-și stabili locul său în viața adultă, confirmînd statutul său de adult: vrea să aibă serviciu bun, tinde spre securitate și stabilitate. Omul încă mai este încrezut în posibilitatea realizării complete a speranțelor și dorințelor, ce-i formează visul și muncește intensiv pentru aceasta.

Cercetările referitoare la deosebirile gender în dezvoltare, au dat rezultate contradictorii. Unii autori menționează că perioadele de trecere și la femei și la bărbați sunt strâns legate cu vârsta. Alții consideră că pentru femei indicatorii ai trecerii reprezintă stadiile ciclului familial. (Kraig, 2003) G. Șihî propune „modelele de comportament” ca o clasificare a variantelor posibile de clasificare a problemelor dezvoltării femeilor și bărbaților. El, ca și alți autori (Levinson, 1986; Vitkin, 1996) în special atrag atenția crizei de 28-32 ani când foarte viu au loc procesele de reevaluare a valorilor și scopurilor vieții, căutarea locului său în viață, achiziționarea noilor responsabilități.

Oamenii se deosebesc între ei prin modelele de comportament în dependență de alegerea făcută la vârsta de 20 ani. În dependență de diferitele modele comportamentale, fiecare individual își elaborează rolul său în viață, de aceea este important aprecierea perspectivelor. Modelele comportamentale se schimbă, devin mai diversificate, reflectând schimbările lumii externe. Șihî consideră că fiecărui model comportamental îi corespunde un set de probleme psihologice, legate de faptul cât de eficient omul își rezolvă problemele de dezvoltare – o criză profundă și rămânere la stadiile anterioare de dezvoltare sau intrare reușită în v. adultă. (Șihî, 1999)

Modelele de comportament a femeilor

„Grijulii” Se căsătoresc în jur de 20 ani sau mai devreme și nu vor să iasă din rolul său de femeie casnică. Ele nu reușesc să rezolve problemele care sunt specifice acestei perioade: obținerea independenței și autonomiei, formarea identității, „eu” lui integru. Femeia se poate separa de părinți, dar oricum nu poate fi independentă: funcțiile părintești le ia asupra sa soțul. Există câteva posibilități de identificare patologică la acest model de dezvoltare: prin intermediul soțului, realizărilor lui, copiilor, sexului. La *identificarea prin soț* femeia riscă pierderea individualității proprii. Statutul se obține prin realizările soțului și posedarea lucrurilor ce reprezintă simbolurile acestui statut (haine, mașină, restaurante...). O altă posibilitate de identificare – *a deveni mamă*. Nașterea copilului oferă esență existenței, devine o demonstrație a existenței feminine. De aceea femeile nelucrătoare continuă să nască, neștiind cu ce să se ocupe. Mai apoi, când copii vor crește și vor părăsi casa, căutarea de sine și a esenței vieții sale va fi și mai grea. *Sexul* poate deveni un medicament pentru timpul liber și obligațiile cotidiene. Tinzând spre confirmarea cu ajutorul sexului și negăsind în el satisfacție, femeia nimerește într-un cerc vicios. Deseori aceasta duce la căutarea plăcerilor în altă parte. Psihologii americani menționează că femeile ce nu lucrează sunt mai mult predispuse spre infidelitatea soțului decât cele ce lucrează.

Femeile cu astfel de tip comportamental ajung la criza de 30 ani nepregătite, vulnerabile la loviturile soartei: ea este lipsită de independență, este pasivă, economic dependentă, nu are studii, profesie, identitate neformată, adică nu este rezolvată problema anterioară de dezvoltare. Așteptările de creare a relațiilor ce vor aduce satisfacție devin dureroase, grele, în

special din cauze interne: creșterea neîncrederii în sine, reținere în dezvoltare generală, îngreunată de dependența economică. Tot mai mult se simte golul în sfera realizărilor. Ea simte că a pierdut sensul vieții, crește negativismul (Horni, 1993).

Sarcina dezvoltării (identitate, independență) este îngreunată de probleme în familie și rămânerea în urmă de semenii în sfera profesională. La o ieșire negativă din criză este posibilă regresia la stadiul anterior de dezvoltare, crește riscul neurotizării

„Sau-sau” Aceste femei la 20 ani trebuie să facă alegerea între dragoste, copii și studii, lucru. Se deosebesc 2 tipuri de astfel de femei: unele lasă gândurile de carieră pe mai târziu, dar spre deosebire de „grijuliile” peste un oarecare timp tind să facă carieră; altele tind să finiseze studiile, lăsând maternitatea, uneori și căsătoria pe mai târziu. În 1 caz avantajele sunt că femeia are posibilitate să efectueze un lucru intern enorm, care-i va fi de folos ulterior în stabilirea priorităților. Spre deosebire de femeile „grijulii” ele au trecut criza de vârstă de la adolescență la tinerețe, sunt determinate cu scopurile vieții, este pusă baza pentru viitoarea carieră. Pericolul acestui model de dezvoltare constă în evoluția crizei mai târziu, pierderea aptitudinilor profesionale și concurența crescândă din partea semenilor. Conținutul crizei: reprimarea acelei laturi a „eu” lui care dorește acceptare profesională (carieră). Senzațiile subiective: anxietate, așteptări nesigure, neclaritate. (Șihi, 1999); insatisfacție cu rolul său de gospodină, opunerea din partea soțului, care, de cele mai dese ori, nu dorește ca soția să lucreze. (Vitkin, 96; Fridan, 92) Studii asupra femeilor din al doilea caz sunt puține. De obicei, aceste femei sunt unicul copil în familie, mamele nu au influență asupra lor, tații le susțin foarte mult autoaprecierea și devin o sursă emoțională pentru ele. *Conținutul tipic al crizei*: conștientizarea faptului că le-a rămas puțin timp pentru a avea copil, simțul singurătății. Încep a frecventa medicii, își schimbă partenerii, se pot căsători rapid. Problemă e că femeii independente, cu un anumit statut social, îi este greu să găsească un partener egal, iar bărbații le privesc precaut. Căutările pot dura un timp nedeterminat și femeia poate să nu creeze familie. Printre femeile ce nu s-au căsătorit pot fi evidențiate un grup care își aleg alte scopuri de dezvoltare. O altă grupă, care reușesc să obțină un echilibru cu individualitatea, mai întâi fac carieră, apoi se căsătoresc și devin mame la 30. Șihi numește această variantă mai efectivă. Avantajele acestui model sunt în faptul că permite planificarea evenimentelor și femeia este mai pregătită pentru trecerea vârstei de 30: sunt create relațiile intime, familia și realizările profesionale. (După datele statisticii americane numărul femeilor cu acest model comportamental din 1980 -1988 a crescut de 2 ori.) Criza la această vârstă, de obicei, constă în faptul că „ceasul biologic ” îi spune femeii că poate întârzia în a deveni mamă, începe a presa soțul care poate să nu fie gata pentru a deveni tată. Sarcina de a deveni mamă devine fundamentală. Problemă poate deveni că „am întârziat și nu mai pot avea copii” și găsesc ieșire în a înfia copii sau având grijă de nepoți.

„Integratoare” Încearcă să ajusteze familia, maternitatea cu cariera. Conținutul crizei: femeia se simte obosită, vinovată în fața soțului și copiilor, permanent trebuie să jertfească ba cu familia, ba cu cariera pentru a reuși tot. După părere unor autori (Levinson, 90; Șihi, 99) femeia poate îndeplini aceste roluri concomitent numai după 35 ani. Deseori femeile nu rezistă la o astfel de încărcătură și ca rezultat refuză serviciul până nu cresc copii sau refuză familia și educația copiilor. Altele găsesc o ieșire mai pozitivă: repartizează responsabilitățile casnice cu soțul, iau de lucru acasă, utilizează mijloacele moderne de comunicare, zi incompletă de lucru, ajutorul dădacei. (Vitkin, 96; Necrasov, Vozilkin, 93) Modelele contemporane de familii și progresul în societate presupun o multitudine de variante pozitive de soluționare a problemei în acest model comportamental: tatăl cu jumătate de zi lucrătoare, tatăl nelucrător, „tatăl de duminică” (îngrijește de copii la sărbători și zilele de odihnă, dându-i posibilitate soției să devină o personalitate matură). (Freid, 93) Astfel de relații în cuplu îi oferă posibilitate femeii de a îmbina toate laturile existenței sale.

„Femeile ce nu se căsătoresc niciodată” Unele femei din această grupă sunt heterosexuale, altele lesbiene, altele refuză viața sexuală. (Morz, 93; Șihi, 99) Unele femei necăsătorite devin lucrători sociali, dădace, educatoare pentru orfani sau copii cu reținere în dezvoltare. Însă sunt și femei care devin „soții de oficiu” și sunt gata de a exclude alte ocupații pentru a se dedica personalităților cunoscute, populare.

„Instabile” La 20 ani aleg instabilitatea, călătoresc pe viață, schimbă locul de trai, ocupațiile și partenerii de sex. Femeia ce a ales acest tip comportamental preferă nedeterminarea în viață: nu are un câștig stabil, familie, profesie. Și ca de obicei, are personalitate imatură, nu este gata de a iubi și lucra, are un nivel jos de autoapreciere, trăiește cu ziua de azi. (Vitkin, 96) Conținutul crizei: la 30 ani femeia obosește de viața liberă, apare problema autodeterminării, găsirea „eu” –lui în lumea adulților și obținerea profesiei. Deci, în esență, ea trebuie să soluționeze problemele și a vârstei adolescente și a v. de 30 ani. Dacă sarcinile legate de perioada anterioară de dezvoltare nu sunt soluționate pot apărea complicații și dificultăți în realizarea sarcinilor devîrstă a perioadelor următoare. (Levinson, 90) În cazuri extreme dezvoltarea se poate reține în așa măsură că omul nu va fi în stare să intre în următoarea perioadă de dezvoltare. El simte că este încărcat și presat de noile sarcini, în timp ce el se luptă cu cele vechi, pot apărea boli psihice, omul va pierde drumul său în viață sau va căuta moartea. Deseori femeile din această categorie duc un mod de viață antisocial, au un comportament distructiv, consumă alcool și droguri. La ieșirea negativă din aceste probleme femeia rămâne la stadiul adolescentin de dezvoltare.

Modelele comportamentale ale bărbaților pot fi divizate în 3 grupe de bază:

„Instabili” Nu doresc și nu sunt capabili să-și stabilească perspectivele (orientările) interne la 20 ani și continuă experimentele tinereții. Acești oameni sunt apți numai pentru trăiri

emoționale limitate. Încep ba un lucru, ba altul, nefinisându-l. Nu au o imagine clară despre profesia care-l atrage. Nu tind spre stabilitate. Conținutul crizei: oamenii ce au ales acest model comportamental sunt duși de valul vieții și se autodistrug. Experiența internă de dezvoltare este haotică, iar structura externă a instabilității se va păstra încă pe parcursul a 6-7 ani. Pentru unii oameni cu acest model comportamental experimentele din adolescență au un caracter pozitiv dacă îl ajută în formarea bazei pentru alegerea ulterioară. În general oamenii care încep cu un mediu comportamental instabil, în jur de 30 ani *simt o dorință puternică de a-și determina scopurile personale*. Unii bărbați la jumătate de viață simt o neclaritate în identificarea personalității sale și o necesitate de a se autodetermina în scopurile sale.

„Reținuții” Aceasta este o categorie cea mai răspândită. Ei pașnic, fără crize și autoanaliză își stabilesc orientări stabile la v. de 20 ani. Bărbații cu un astfel de model comportamental sunt siguri, dar ușor pot fi reprimați, înăbușiți. În căutarea stabilității timpurii ei deseori sunt supuși aprecierii serioase a valorilor, care stau la baza scopurilor sale. Conținutul crizei: La 30 ani le pare rău că nu au folosit anii anteriori pentru experimentări. Iar cei ce au idei hotărâte pot folosi trecerea la 30 ani pentru distrugerea șablonului „simțul datoriei”, dacă cariera aleasă nu-i mai satisface.

„Vunderchinzii” Riscă, crezând că obținând înălțimile va dispărea neîncrederea în sine. De obicei, obțin succes foarte rapid: Mai repede decât semenii săi depășește încercările profesionale, măcar că nu tot timpul obține succes., iar dacă îl obține nu pe mult timp. Se gândește numai la serviciu și timpuriu se șterge granița între serviciu și viața personală. Conținutul crizei: se tem să recunoască că nu cunosc totul. Se tem de a se apropia spiritual și emoțional de cineva. Se tem că cineva îi poate lua în derâdere sau ai influența și folosi slăbiciunile sale pentru ai limita. În realitate se teme de „paznicul intern” – imaginea internă a părinților și adulților importanți pentru el din copilărie. Fiecare bărbat din această categorie găsește în amintirile sale adolescente o persoană care îl face să se simtă neîncrezut în sine și fără puteri.

Mai există și alte modele comportamentale dar care se întâlnesc foarte rar:

”Vechii celibatari” Deoarece numărul bărbaților după 40 ani necăsătoriți este foarte mic, este dificil de a face careva studii și concluzii.

”Educatori” Văd esența vieții în grija de societate (preoții, doctorii, misionari) sau se dedică grijii familiei, copiilor.

”Copii ascunși” Evită procesul maturizării și rămân atașați de mamele sale, chiar fiind adulți.

”Integratori” Încearcă să integreze ambițiile sale cu responsabilitățile în familie; repartizarea obligațiilor și îngrijirea copiilor cu munca conștientă; obținerea independenței materiale cu utilitatea pentru societate. O astfel de luptă internă este caracteristică pentru oamenii ce se află la trecerea spre 30 ani. Dar este cam imposibil de a obține integrare reușită până la 35 ani.

Acest model comportamental poate fi ales numai dacă foarte mult îl dorești. Din copilărie este obișnuit să rezolve problemele pe baza modelului matematic. El este adaptat în mediul unde domină faptele, iar competența este apreciată mai mult decât relațiile omenești. De aceea ușor se adaptează în societatea modernă în care trebuie să îndeplinești regulile, să te supui sistemului și să fii indiferent și raționalist. Deseori integratorul nu reușește să-și divizeze puterile și să soluționeze problemele din diverse direcții. În timp ce bărbatul obișnuit începe căutarea posibilităților de lărgirea lumii interne, integratorul trebuie să se elibereze de bagajul vechi.

Bibliografie:

1. Mitrofan I. Cursa cu obstacole a dezvoltării umane. Iași, Editura Polirom, 2003
2. Абрамова Г. С. Возрастная психология. Екатеринбург, 1999
3. Гемезо М. В., Герасимова В. С., Горелова Г. Г., Орлова Л. М. Возрастная психология: от молодости до старости. Москва, 1999
4. Малкина-Пых И. Г. Возрастные кризисы. Москва, 2004
5. Шихи Г. Возрастные кризисы. Ступени личностного роста. СПб, 1999
6. Крайг Г. Психология развития. СПб, 2002