

Секция 4. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ СЕМЬИ

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ КРИЗИСА МУЖЧИНАМИ И ЖЕНЩИНАМИ С РАЗНЫМ СЕМЕЙНЫМ СТАТУСОМ

*М.И. Абакунчик, 5 курс, Институт психологии БГПУ им. М. Танка
Научный руководитель: А.В. Музыченко, кандидат психологических наук, доцент БГПУ им. М. Танка*

Понятие «кризис» означает острую ситуацию для принятия какого-либо решения, важнейший момент, поворотный пункт. Под кризисным состоянием понимается такое состояние личности, когда происходит дисбаланс в жизни и деятельности человека, в результате чего возникает неразумное, с точки зрения личности, и социально неадекватное поведение, что проявляется в поступках и действиях, может сопровождаться срывом нервно–психического и соматического состояния. Главной характеристикой кризиса среднего возраста является расхождение между мечтами и жизненными целями человека и действительностью его существования. Убывание физических сил и привлекательности – одна из главных проблем, с которыми сталкивается человек в годы кризиса среднего возраста. Достижение зрелости в среднем возрасте требует значительной эмоциональной и духовной гибкости. Кризис середины жизни имеет выраженные гендерные различия, которые следует учитывать при оказании психологической поддержки, что обуславливает актуальность изучения проблемы особенностей переживания кризисов середины жизни мужчинами и женщинами. Актуальность продиктована, с одной стороны, возрастающим спросом на психологические услуги именно у взрослого населения, а, с другой стороны, необходимостью построения единой концепции развития человека на протяжении всей жизни.

Цель предпринятого исследования – выявить различия в проявлении кризиса середины жизни у мужчин и женщин с разным семейным статусом.

На основе теоретического анализа проблемы [1], [2], [3], [4], [5] отобраны психодиагностические методики: опросник «Симптомы нормативного кризиса» (И.А. Шляпникова) и тест «Индекс жизненной удовлетворенности» (ИЖУ) в адаптации Н.В. Паниной. При обработке данных использованы методы описательные статистики, t-критерий Стьюдента для сравнения средних величин в двух выборках (с применением пакета «SPSSv.13.0.for Windows»).

Исследование проводилось на базе торгового дома «На Немиге» и ОАО МАЗ. В эмпирическом исследовании приняли участие 60 респондентов в возрасте 35–45 лет (30 мужчин и 30 женщин).

В результате эмпирического исследования кризиса среднего возраста у мужчин и женщин можно сделать следующие выводы:

1. В возрасте 35–45 лет распространены такие эмоциональные состояния, как опустошенность, снижение настроения, эмоциональная усталость, потеря интереса. Данные проявления имеют выраженность чуть выше среднего (3,8 балла). Также имеет место раздражительность, недовольство собой и другими; эти проявления имеют среднюю степень выраженности (2,6 балла). Выраженные симптомы «опустошенности и потери интереса» характерны для 60 % людей в возрасте 35–45 лет. У 30 % имеет место «раздражительность и конфликтность».

2. Выявлены статистически значимые различия показателей симптомов нормативного кризиса у мужчин и женщин. У женщин более выражены симптомы опустошенности и потери интереса ($T = 2,088$ при $p = 0,05$). У мужчин более выражены симптомы конфликтности и раздражительности ($T = 2,091$ при $p = 0,05$).

3. Выявлены статистически значимые различия показателей симптомов нормативного кризиса у респондентов с различным семейным статусом. Так, у семейных людей при переживании кризиса середины жизни более выражены симптомы опустошенности и потери интереса, чем у людей, которые не имеют семью ($T = 2,091$ при $p = 0,05$).

4. Эмоциональное состояние людей в возрасте 35–45 лет можно охарактеризовать как благополучное, несмотря на наличие неудовлетворенность различными сферами жизни.

5. Выявлены статистически значимые различия показателей жизненной удовлетворенности у мужчин и женщин. По шкале «последовательность в достижении целей» ($T = 2,294$ при $p = 0,05$) и «общий фон настроения» ($T = 2325$ при $p = 0,05$). У мужчин более выражена удовлетворенность последовательностью в достижении целей и более благоприятный общий фон настроения.

6. Выявлены статистически значимые различия показателей жизненной удовлетворенности у респондентов с различным семейным статусом. Так, у людей, которые не состоят в браке, более выражен интерес к жизни, чем у семейных людей ($T = 2,027$ при $p = 0,05$).

Таким образом, результаты проведенного исследования свидетельствуют о существовании различий переживания кризиса середины жизни у мужчин и женщин с разным семейным статусом.

Рассматривая кризисы как закономерность психического развития человека, зная их периодичность и причины возникновения, их можно по меньшей мере предсказать, а значит смягчить неизбежные, встроенные в природу человека нарушения баланса эмоциональных состояний, и избежать тех, которые являются результатом неправильного выбора самого человека. Кризис в жизни – это ситуация, в которой человек сталкивается с невозможностью реализации внутренней необходимости своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей) в виду возникновения препятствий (чаще всего внешних), преодолеть которые, опираясь на свой прошлый опыт, он не может.



ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2010. – 364 с.
2. Божович, Л.И. Избранные психологические труды : Проблемы формирования личности / Л.И. Божович. – М. : Международная педагогическая академия, 2009. – 364 с.
3. Василюк, Ф.Е. Проблема критической ситуации / Ф.Е. Василюк // Психология экстремальных ситуаций : хрестоматия; сост.: А.Е. Тарас, К.В. Сельченок. – Минск : Харвест, 2008. – 502 с.
4. Ганзен, В.А. К системному описанию онтогенеза человека / В.А. Ганзен, Л.А. Головей // Психология развития : хрестоматия / ред. Е. Строганова. – СПб. : Питер, 2001. – С. 81–97.
5. Ефименко, В.Л. Депрессия в пожилом возрасте / В.Л. Ефименко. – СПб. : Речь, 2010. – 97 с.