

Светаило Р. В., Бажин А. С., Овчинников А. С.

Дальневосточный федеральный университет

Роль психофизиологических факторов в развитии ценностных ориентаций у персонала средней возрастной группы

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы, связанные с учетом психофизиологических факторов в развитии ценностных ориентаций у персонала средней возрастной группы.

Ключевые понятия: ценностные ориентации, средний возраст, психофизиологические факторы, психофизиологические особенности людей среднего возраста.

Проблеме ценностей посвящено немалое количество работ в современной литературе. В социально-психологических и психолого-педагогических исследованиях изучается структура и динамика ценностных ориентаций личности, роль ценностных ориентаций в механизме социальной регуляции поведения, взаимосвязи ценностных ориентаций с индивидуально-типическими и характерологическими особенностями личности, с профессиональной направленностью и так далее. Исследования ценностных ориентаций весьма актуальны, так как, во-первых, нет единого подхода к трактовке понятия ценностных ориентаций; во-вторых, кардинальные изменения в политической, экономической, духовной сферах нашего общества влекут за собой радикальные изменения в ценностных ориентациях и поступках людей.

Большой вклад в изучение ценностных ориентаций внесли: А.В. Мудрик, И.С. Кон, В.М. Кузнецов, И.С. Артюхова, Е.К. Киприянова, Н.А. Кирилова, А.С. Шаров и другие.

Другой феномен – вопросы возраста – волнуют современную психологию уже очень долгое время. Мировая психологическая литература просто переполнена статьями и исследованиями этого феномена. Но на сегодня пока еще наиболее изученными оказались проблемы периода детства, юношества и старости человека. А отдельной строкой здесь обособились «взрослые», а в частности, исследования середины жизни.

По Э. Эриксону, на возрастной период 35-45 лет приходится так называемый «кризис середины жизни». И именно от того, как он будет протекать, каким образом завершиться и будет зависеть, как сложится дальнейшая социально-психологическая адаптация человека и насколько она будет успешной.

Вопрос о психологических особенностях людей среднего возраста затрагивается и в работах известных психологов (М. Аргайл, О. Вейнингер, О. Грегор, И.С. Кон, В.Н. Мясищев, А.В. Петровский, Э. Фромм, К. Хорни и др.)

Формировании ценностей у людей среднего возраста

Как пишет А.В. Толстых, зрелый человек и сегодня занимает центральное место в общественной и возрастной структуре общества, в нем завязаны главные приводные ремни государственного, общественного и хозяйственного механизма. И роль эта из разряда главных¹.

Вместе с тем зрелого человека поджидают и немалые испытания. В профессиональной и социальной роли ему приходится переживать так называемую предметную смерть, кризис идентичности, уход из родительской семьи детей, уход из жизни родных, близких и знакомых. Эмоциональные затраты с возрастом растут. Эмоциональные перегрузки приводят к стрессовым ситуациям. За период зрелости в организме человека происходят очень серьезные половозрастные изменения, во многом определяющие стрессовые состояния. Начинают подкрадываться и развиваться болезни. Сердечно-сосудистая патология стала одной из ведущих причин смертности в развитых странах мира. Для мужчин сердечно-сосудистые заболевания становятся опасными уже к 50 годам, для женщин – к 70. Симптомы артритов и тромбофлебитов появляются у мужчин на 10 лет раньше, чем у женщин,

¹ Толстых А.В. Возрасты жизни / А.В. Толстых. – М.: Молодая гвардия, 1988. – С. 24.

а первый сердечный приступ – раньше на 20 лет. В период старости мужчина рискует умереть от сердечно-сосудистых заболеваний в три раза чаще, чем женщина. Эту особенность специалисты объясняют различным гормональным фоном: андрогены (мужские половые гормоны) способствуют увеличению содержания холестерина в сыворотке крови, а эстрогены (женские половые гормоны) этот уровень понижают. Только в постклимактерический период, когда количество эстрогенов в организме женщины понижается, риск сердечно-сосудистых заболеваний усиливается и для нее. Такие болезни, как гемофилия, некоторые типы мышечных дистрофий, дальтонизм, подагра, грыжа, язвенная болезнь, чаще встречаются у мужчин. Страх перед болезнью и возможной смертью порождает стрессовые состояния. Как отмечают сами мужчины, у них появляется суетливость и раздражительность, нарушение сна, а после 50 лет – расстройство функций половой системы. А близкие им женщины отмечают следующие изменения: грубость в общении с близкими, замкнутость, повышенный аппетит, злоупотребление алкогольными напитками, неосознанное курение (количество выкуриваемых за день сигарет может увеличиться вдвое), иногда хроническая усталость, трудоголизм (чрезмерное увлечение работой при помощи увеличения ее объема, чтобы ощутить свою значимость и поднять свой интерес к ней), повышенная рассеянность, настройка телевизора (мужчина не смотрит телепередачи, а только регулирует настройку), иногда чрезмерная трата денег и пр².

Главные изменения, происходящие в организме женщины в период зрелости, связаны с наступлением климактерического периода, характеризующегося общими возрастными инволюционными нарушениями в организме, на фоне которых происходят возрастные климактерические изменения репродуктивной системы. В пременопаузе у женщин появляются морщины на коже лица и шеи, увеличивается отложение подкожного жира; в постменопаузе на коже кистей рук появляются пигментные пятна, волосы седеют и редеют, ломкими становятся ногти на руках и ногах, разрушаются зубы, ухудшаются слух и зрение, уменьшаются мышечная сила,

² Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология : Учеб. пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов / М.В. Гамезо, Е.А. Петрова, Л.М. Орлова. – М.: Педагогическое общество России, 2003. – С. 306.

точность и быстрота движений, жизненная емкость легких; повышается чувствительность к изменению температуры окружающей среды и к перемене климата. Не углубляясь в медицинские аспекты, можно обратить внимание на два момента. Во-первых, при физиологическом (естественном, закономерном) течении климакса перечисленные изменения возникают постепенно и развиваются медленно, некоторые из них вообще не возникают или появляются только в период старости. Во-вторых, при патологическом течении климактерического периода, который, по утверждению специалистов, возникает практически у каждой второй-третьей женщины, ее состояние и самочувствие более трудное. Расстройство сна, головные боли, сердцебиения, головокружения, колебания артериального давления, обморочные состояния и другие неприятности. Очевидно, что в тяжелых случаях нужна врачебная помощь (профессиональная диагностика причин, адекватное лечение и т.д.). Но многое можно заранее предупредить, облегчить самочувствие женщины в период климакса. Прежде всего – это ее знание о характере изменений, происходящих в организме и половой системе с возрастом и наступлением климактерия как переходного физиологического периода жизни (в среднем от 6 до 18 мес.). За это время организм приспосабливается к новым условиям, в отличие от тех, в которых он функционировал более двадцати лет. Существует много достаточно профессиональной научно-популярной литературы, которая может помочь женщине справляться с возникающими проблемами (советы по организации рационального питания, здорового образа жизни, психотерапевтической и психологической поддержке). Что касается поведения мужа, близкого человека, то от него чаще всего требуется умение просто выслушать и поддержать, посмотреть на ситуацию ее глазами. В противном случае получается заколдованный круг: муж, искренне желая помочь жене, дает ей советы, пытается вмешаться или вообще устранить ее от решения ее же проблем. Это вызывает у женщины еще больший стресс (ее не поняли), а мужчина провоцирует свой стресс (его совет отвергли, в его помощи не нуждаются, он глуп и беспомощен³).

³ Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология. С. 308

Очень важно в зрелом возрасте уметь сохранять эмоциональную стабильность в любых стрессовых ситуациях, находить возможности к осмыслению происходящих изменений (физических, физиологических, психологических и т.п.). Тогда и мужчинам, и женщинам будет легче справляться с причинами и последствиями назревающих в организме и личности сбоев на фоне многих факторов (потери близких, от безответной любви, надвигающейся старости). Существуют и неизлечимые болезни, и критическое стечение обстоятельств, и угроза неосуществления жизненно важных целей (по разным причинам, в том числе и потому, что у человека остается небольшой запас сил и времени, например, к концу периода зрелости). Для человека зрелых лет оказывается очень трудным, порой мучительным, переход от состояния максимальной активности, бурной деятельности, присущей периоду акмэ, к ее постепенному свертыванию, ограничению в связи с тем, что подтачивается здоровье, меньше становится сил, возникает объективная необходимость уступить место новым поколениям при субъективном нежелании, внутреннем сопротивлении это сделать, так как сегодня человек в свои 50-60 лет субъективно не ощущает себя старым.

Таким образом, анализ психофизиологических изменений в среднем возрасте, позволяет сформулировать несколько основных рекомендаций, которые существенным позволяют «сгладить» негативны последствия кризиса среднего возраста (по К. Пэку)⁴:

1 Необходимость переориентации основных жизненных сил с физической деятельности на умственную. Это связано с существенным изменением физиологических особенностей организма к этому времени.

2 Необходимость признания приоритета социальных интересов (увеличение акцента на дружеских, товарищеских отношениях) над сексуальными. Это связано с одной стороны с расширением круга социальных интересов личности, с другой с биологическими изменениями.

^{4 4} Крайг Г. Психология развития. С. 365.

3 Необходимость формирования эмоциональной гибкости на фоне эмоционального обеднения, связанного с потерей близких, друзей, разрушением семьи и привычного образа жизни.

4 Необходимость развивать в себе умственную гибкость, преодолевая умственную прямолинейность, как условие преодоления слишком жестких устоев жизни сформировавшихся к этому времени.

5 Необходимость дифференциации своих социальных интересов, которые в большинстве случаев концентрируются вокруг семьи и работы, и любые серьезные проблемы в этих сферах зачастую приводят человека на грань катастрофы.

6 Необходимость перенацеливать свое внимание с лавинообразно нарастающих недомоганий на иные социальные ориентиры.

7 Необходимость не концентрироваться на проблеме приближающейся старости и неизбежности смерти.

Главным условием преодоления кризиса среднего возраста должны стать житейская мудрость, эмоциональная теплота и крепкая семья. Новый взгляд на мир и понимание истинных жизненных ценностей позволят сполна насладиться каждым днем своей зрелости.

Обзор ценностных ориентаций у людей среднего возраста

Эрик Эриксон в период средней взрослости придаёт большое значение установлению все более сложных отношений с другими людьми и приспособлению к множеству перемен в личной жизни, которые приносит с собой средний возраст. Однако, согласно Эриксону, самые важные обязанности человека в этот период определяются тем фактом, что люди среднего возраста в буквальном смысле находятся «в середине» своей жизни и как будто зажаты между более старшим и более молодым поколением.

Экспериментальные исследования возрастных изменений психических функций у людей в возрасте 41-46 лет показали, что активное обучение и самообразование сохраняют их на высоком уровне развития и создают лучшие потенциальные возможности для более продуктивной познавательной деятельности.

Вместе с тем обнаружено, что наиболее высокий уровень развития у 41-46-летних людей имеет функция внимания и самый низкий уровень характерен для функции памяти. Наиболее значимые повышения уровня развития психических функций имеются в 41 и 44 года, а наиболее заметные снижения отмечаются после 44 лет (в 45 и 46 лет). Это еще раз подтверждает принципиальное теоретическое положение в возрастной психологии о гетерохронности созревания, сохранения и угасания различных психических функций в структуре психики человека на протяжении его онтогенеза.

Таким образом, констатирует Б.Г. Ананьев, наступление зрелости человека как индивида (физическая зрелость), личности (гражданская), субъекта познания (умственная зрелость) и труда (трудоспособность) во времени не совпадает, и подобная гетерохронность зрелости сохраняется во всех формациях⁵.

Говоря о среднем возрасте, нельзя не сказать, что кризис среднего возраста, о чём говорилось выше, также так или иначе ведёт к изменению системы ценностей. Во многих публикациях, посвященных кризису среднего возраста, подчеркивается, что ему подвержены в основном мужчины: в 40-45 происходит переоценка ценностей, и с них требуют больше, и структурировать жизнь им приходится в основном работой, – тогда как женщина якобы всегда имеет впереди новые цели, выходя замуж, рожая детей, потом растя их и переживая вместе с ними их жизненные этапы. Однако в современном мире, где гендерные различия в социальной жизни становятся все менее выраженными, «возрастному кризису» подвержены представители обоих полов. С одной стороны, мужчин тоже часто находят «новый смысл в жизни» с помощью воспитания детей, ибо отцовские обязанности ничуть не проще материнских и не менее почетны; а с другой стороны, женщины все чаще реализуются не только и не столько в семье, делая при этом карьеру и достигая значимых социальных высот. К тому же, как показывает практика, далеко не каждому человеку, вне зависимости от его пола, непременно нужно обзаводиться семьей и детьми: а супружество и родительство становятся страховкой от различных

⁵ Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. 3-е изд. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с

кризисов лишь тогда, когда человек создает семью по собственной воле и желанию, а не по навязанным извне обязательствам⁶.

Кризис, несомненно, наступает у представителей обоих полов. Разве что у женщин обычно лет на десять раньше: в основном за счет того, что женщине все-таки пока навязывается социальная роль «товара в красивой упаковке», а именно то, что ее основная ценность – это внешность, а конкретнее – «свежесть и молодость». Существует нелепое, но распространенное убеждение, что женщина после тридцати якобы уже «едет с ярмарки» и однозначно начинает терять «товарный вид»: поэтому многие дамы бессознательно панически боятся наступления этого возраста, а кризис настигает «прекрасную половину» чаще всего в 30-35 лет. Чем меньше женщина заиклена на своей внешности как на «товарной ценности», и чем отчетливее воспринимает себя не товаром на этом рынке, а покупателем – тем позже у нее наступит этот кризис или не наступит вообще. Не говоря уже о том, что ощущение внутренней психологической молодости и жизненного «драйва» практически всегда весьма положительно сказывается и на внешности.

У мужчин, как принято считать, кризис среднего возраста – это кризис собственной состоятельности или кризис отсутствия целей. Возможно, мужчина заработал некоторое состояние, достиг карьерных высот, стал мужем и отцом, обзавелся дорогой машиной или загородным домом – но в 40-45 лет его посещают не столько мысли «что сделано», сколько мысли «а что же дальше». Стремление вперед, что сопутствовало мужчине во время достижения целей первой половины жизни, постепенно уходит, уступая место ощущениям, что и он тоже «уже едет с ярмарки» и впереди только старость и пенсия. А многие СМИ тщательно подогревают эти ощущения, сообщая о средней продолжительности жизни «сильного пола» в России, об очередных успехах молодежи и о рекламе новых средств для увеличения потенции⁷.

⁶ Наричын Н.И. Кризис среднего возраста [Электронный ресурс] / Н.И. Наричын. – 2009. – URL : <http://www.naritsyn.ru/selfhelp/all/krisis/KSV.htm> (дата обращения: 03.02.2012).

⁷ Наричын Н.И. Кризис среднего возраста [Электронный ресурс] / Н.И. Наричын. – 2009. – URL : <http://www.naritsyn.ru/selfhelp/all/krisis/KSV.htm> (дата обращения: 03.02.2012).

Если многих женщин подспудно беспокоит «утрата юности и свежести как привлекательной товарной упаковки», то иных «настоящих мужчин» угнетает потеря «механической сексуальности». Если женщина боится старости, то мужчина – импотенции. И запустить механизм кризиса среднего возраста у мужчины может малюсенькая неудача в постели после тяжелого и ответственного трудового дня, – особенно если ему так или иначе выкажут при этом свое разочарование.

И мужчина, который ориентируется (с помощью тех же СМИ) в своей жизни только на этот критерий как на «показатель своей значимости», становится заложником данного состояния: а так как депрессии и отсутствие жизненных целей, сопутствующие кризису, не сказываются положительно и на потенции, – то круг замыкается. И в результате мужчины срываются в алкоголизм, умирают от инфарктов или, действительно, куда раньше времени становятся глубокими стариками. И мало кто задумывается о том, что сексуальная потенция – это также одна из составляющих общей «психологической молодости», которая практически не зависит от возраста.

Отечественный социолог и профессор И.С. Кон отмечает также и профессиональный кризис в среднем возрасте. Один из признаков – желание сменить профессию. В этот переломный момент (обычно 35-45 лет) начинает казаться, что потолок достигнут, а перспективы довольно туманны. Исходя из своих возможностей, люди просто меняют работу, открывают собственный бизнес. Более сложный путь – радикальная смена сферы деятельности. Причем чаще люди ссылаются на разочарование в работе, связанное с психологическим кризисом, а не материальными соображениями. По Кону, выразительнее всего этот процесс проходит у людей успешных и креативных. Они многого достигли, но их собственные достижения делают их заложниками резюме, признания и стабильного уровня жизни — им есть что терять. «При этом если люди творческих специальностей могут пережить кризис, написав, например, новую книгу или найдя

какой-нибудь другой выход, то тем, чья деятельность очень структурирована, нужны кардинальные изменения», – считает И.С. Кон⁸.

Но на самом-то деле возраст 35-45 лет, то есть время, в которое многих начинает достигать этот пресловутый кризис, – это период максимальных возможностей человеческого организма. Еще вполне есть здоровье, но уже имеется жизненный опыт и знания. Складывая все это вместе, получаем громадный потенциал для новых целей в жизни и активного движения вперед. Причем цели эти могут быть самыми разными: и творчество любого рода, и подключение новых резервов к работе (может быть, и смена работы, только взвешенная и обдуманная, с продуманной стратегией действий и новыми горизонтами), и новый этап самообразования, и даже новые отношения в семье: кстати, возможно – с тем же самым партнером (партнершей), только на новых принципах и в новом качестве. Возможностей теоретически много, потенциал большой. Все изменения, происходящие в этот период, нужно использовать как помощь для выхода из возможного личностного кризиса. В среднем возрасте впереди еще так много неделанного, неизученного, не достигнутого⁹.

Ценности зрелых людей начинают играть ведущую роль и в жизни общества: они могут утверждать свои вкусы, свой образ жизни, стиль деятельности и т.д. В этом возрасте большинство людей достигают вершины профессиональной и общественной карьеры, в их руках сосредоточены функции управления в самых разнообразных сферах общественной жизни, в управленческих структурах государства (директора предприятий, ректоры вузов, научные руководители, министры, депутаты, губернаторы и т.п.).

Пожалуй, главное преимущество зрелого возраста – жизненный опыт. К середине жизни человек уже освободился от большинства юношеских заблуждений и иллюзий, многому узнал цену, но еще не успел обрести панцирем предрассудков. Именно в среднем возрасте человек обретает подлинное здравомыслие, не

⁸ Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание / И.С. Кон. – М., 1984. – С. 33.

⁹ Нарисын Н.И. Кризис среднего возраста [Электронный ресурс] / Н.И. Нарисын. – 2009. – URL : <http://www.naritsyn.ru/selfhelp/all/krisis/KSV.htm> (дата обращения: 03.02.2012).

искаженное ни максимализмом молодости, ни старческой косностью. Он становится способен на самые трезвые, взвешенные суждения.

Важно понимать – по-своему ценен всякий опыт, и положительный и отрицательный. Радости, успехи и достижения прошлых лет не просто наполнили копилку приятных воспоминаний, но еще долго будут питать живительной энергией, стимулировать новые свершения. В столкновении с неудачами и ошибками происходит закалка, научение «не наступать на грабли».

По словам, С.С. Степанова: «тем, кто сумел спокойно расстаться с наивными юношескими мечтами, уже становится ясно: время мечтать прошло, настало время в полную силу пользоваться тем, что удалось заслужить. Если не так уж много удалось, не все еще потеряно. Времени впереди еще много»¹⁰.

В ряде работ выявлены различия в значимости тех или иных ценностей у субъектов мужского и женского пола. Однако полученные данные весьма разноречивы и с трудом укладываются в какую-то схему. Это зависит как от различного набора предъявлявшихся ценностей, так и от возрастных и социальных особенностей опрашиваемых, а также от социальной обстановки в обществе.

Г. Оллпорт с соавторами выявили, что женщины на первое место ставят эстетические, социальные и религиозные, т. е. духовные ценности. Для мужчин наиболее важными являются теоретические, экономические и политические ценности, что можно связать с их интересом к абстрактным знаниям, потребностью в практическом успехе и стремлением к престижу и власти¹¹.

Однако времена меняются, а вместе с ними нравы и ценности. По данным А. И. Пенькова (2000), у девушек на первом месте в качестве ценности стоит материальное положение, а духовные ценности и креативность выражены меньше всего. И это не случайно, учитывая в каком бедственном материальном положении в годы перестройки оказалась большая часть населения нашей страны и какая криминогенная обстановка сложилась в стране¹².

¹⁰ Степанов С.С. Популярная психологическая энциклопедия / С.С. Степанов. – М. : Изд-во Эксмо, 2005. – 672 с.

¹¹ Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2003. С. 360.

¹² Там же. С. 360.

Конечно, молодость и сложившийся веками уклад жизни берут свое, поэтому ведущими ценностями как у юношей, так и у девушек остаются «здоровье», «настоящая дружба» и «семейная жизнь» (последняя имеет больший вес у девушек). Кроме того, для юношей ведущей ценностью является «свобода действий и поведения», а для девушек – «уверенность в себе». Любимая работа и приятное времяпрепровождение имеют одинаковую значимость, но значительно уступают вышеназванным ценностям. Настораживает то, что, по данным этого автора, на последних местах находятся такие ценности, как чувство долга, чистая совесть, развитие своих способностей. Не вселяют оптимизма и данные А. И. Пенькова: у молодых людей в возрасте от 17 до 30 лет, имеющих в основном высшее образование или обучающихся в вузе, наименее значимыми оказались такие ценности, как развитие себя (познание своих индивидуальных особенностей, постоянное развитие своих способностей и личностных качеств) и креативность (реализация своих творческих возможностей, стремление изменить окружающую действительность)¹³.

Другие ценности и другая их значимость для мужчин и женщин выявлены в работе Т. В. Андреевой (см. таблицу 1 ниже).

Таблица 1 – Ценности мужчин и женщин (по данным Т. В. Андреевой, 1998)

Мужчины	Женщины
Творчество	Познание
Работа	Друзья
Познание	Равенство
Любовь	Творчество
Друзья	Свобода
Свобода	Любовь
Удовольствие	Семья
	Материальная обеспеченность

Различия в иерархии интересов мужчин и женщин сохраняются и в зрелом возрасте. По данным Т. В. Андреевой, у мужчин чаще проявляется интерес к творчеству, затем к познанию, к работе, у женщин - к познанию, затем к творчеству, к семье¹⁴.

¹³ Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. С. 361.

¹⁴ Там же. С. 361.

Роль возраста и жизненного опыта показана в работе А. А. Игнатъевой (2001). Так, если у юношей на первом месте среди терминальных ценностей стоит здоровье, затем в равной степени интересная работа, друзья и любовь, а также свобода, то у взрослых мужчин на первом месте стоит общественное признание, затем здоровье. Если у девушек первое место занимает любовь, затем друзья, материально обеспеченная жизнь, здоровье, счастливая семейная жизнь, интересная работа и свобода, то у женщин первое место занимает материально обеспеченная жизнь, затем свобода и здоровье¹⁵.

В то время как у юношей выше, чем у девушек, значимость таких ценностей, как здоровье, интересная работа, свобода, жизненная мудрость, творчество, познание, развитие, развлечения, продуктивная жизнь, у взрослых мужчин большую значимость, чем у женщин, имеют такие ценности, как общественное признание, друзья, познание, развитие, творчество.

Если для девушек выше, чем для юношей, значимость любви, материально обеспеченной жизни, друзей, счастливой семейной жизни, уверенности в себе, то для женщин, по сравнению с мужчинами, - материально обеспеченная жизнь, интересная работа, свобода и продуктивная жизнь.

Такие же возрастно-половые различия выявлены А. А. Игнатъевой и в отношении выраженности инструментальных ценностей. Если у юношей на первом месте стоит жизнерадостность, затем образованность, независимость, твердая воля, рационализм, честность и воспитанность, то у мужчин на первом месте стоит образованность и лишь затем независимость и жизнерадостность. Если у девушек на первом месте находится жизнерадостность, затем идут образованность, независимость, ответственность, твердая воля и воспитанность, то у женщин ведущей становится независимость, а за ней идут высокие запросы, образованность и жизнерадостность.

Если для юношей выше, чем для девушек, значимость твердой воли, рационализма, самоконтроля, честности и эффективности в делах, то для мужчин более значимыми, чем для женщин, являются такие ценности, как

¹⁵ Там же. С. 362.

жизнерадостность, воспитанность, образованность, ответственность, терпимость. В то время как девушки сильнее юношей ценят жизнерадостность, ответственность, смелость в отстаивании своего мнения, чуткость, широту взглядов, терпимость, женщины более высоко, чем мужчины, оценивают такие ценности, как высокие запросы, независимость, эффективность в делах, не отвергая при этом и такие ценности, свойственные девушкам, как смелость в отстаивании собственного мнения и чуткость¹⁶.

Как отмечает А. Фенэм, женщины больше, чем мужчины, подвержены фантазиям и навязчивым идеям о деньгах, они больше верят, что заработок должен зависеть от усилий и способностей работника. Правда, при обследовании представителей 43 стран было выявлено, что и у мужчин имеется тенденция придавать деньгам повышенную ценность (исключение составили лишь 2 страны). Предполагается, что это связано с большей склонностью мужчин к соперничеству, а между этой склонностью и представлениями о ценности денег имеется тесная корреляция¹⁷.

По мнению Р. Белка и М. Валендорфа, женщины думают о деньгах как о способе приобретения вещей, а мужчины - власти. Однако по данным, которые предоставили К. Ямамучи и Д. Темпер, именно женщины чаще используют деньги как орудие в борьбе за власть.

По данным М. Принс и М. Линн, женщины выражают более сильную фрустрацию по поводу отсутствия денег и больше завидуют тем, кто их имеет. Мужчины реже, чем женщины, испытывают по поводу денег чувство беспомощности, депрессии, гнева, зависти, стыда и паники и чаще - восхищения, счастья¹⁸.

О чем разговаривают мужчины и женщины. В ряде работ западных психологов (Дж. Карлсон, К. Ландис, М. Ландис, Г. Бёрт, Г. Мур, Дж. Ватсон и др.) интересы изучались по обрывкам разговоров, подслушанных в оживленных местах разных городов США и Англии. В мужских разговорах наиболее распространены

¹⁶ Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. С. 363.

¹⁷ Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. С. 363.

¹⁸ Там же. С. 363.

были такие темы, как деньги, коммерческие дела и спорт; женщины чаще говорили о других женщинах и одежде. Танен отмечает, что в разговорах мужчины чаще концентрируются на задачах, а женщины – на отношениях между людьми. В группах разговоры мужчин более информативны, женщинам же важнее поделиться с подругами новостями и переживаниями, получить помощь или оказать поддержку¹⁹.

Различия в мечтах (желаниях). Левинсон отмечает, что как для мужчин, так и для женщин мечта имеет центральное значение. Но если для мужчин мечты о будущем носят однородный характер и связаны с работой, то женским мечтам часто присуща раздробленность: карьера и замужество. Лишь домохозяйки имели однородную мечту: все свое свободное время они хотели посвятить обязанностям жены и матери, как это когда-то делали их собственные матери²⁰.

Анализ интернет-порталов, форумов и блогов мужчин и женщин показал, что для современных мужчин характерны ценности – «авторитет», «материальная обеспеченность», «бытовой комфорт», «инициатива в сексуальных отношениях».

Сводная таблица представлена в приложении А. Таким образом, можно сказать, что ценности мужчин и женщин в целом не изменяются в течение времени. Просто называют они их теперь разными словами. На формировании ценностей в среднем возрасте, несомненно, влияют психофизиологические факторы, социальные факторы, семейное положение.

Заключение

Ценности – это духовные и материальные феномены, имеющие личностный смысл, являющиеся мотивом деятельности. Ценности являются целью и основой воспитания. Жизненные ценности в настоящее время складываются в основном стихийно. Под влиянием самых различных факторов.

Ценностные ориентации определяют особенности и характер отношений личности с окружающей действительностью и, тем самым, в определенной мере детерминируют ее поведение (Б.С. Круглов, В.А. Ядов и другие). Не смотря на

¹⁹ Там же. С. 364.

²⁰ Там же. С. 364.

различные подходы к пониманию природы ценностных ориентаций, все исследователи признают, что особенности строения и содержания ценностных ориентаций личности обуславливают ее направленность и определяют позицию человека по отношению к тем или иным явлениям действительности.

Для человека средних лет в силу особенностей возраста – происходящих физиологических изменений, стрессов, гормональных перестроек и сменяющих друг друга жизненных событий – профессиональное самоопределение, карьера, воспитание детей, потеря близких, перестройка ценностей и обретение новых смыслов особенно значимы.

Ценности формируются на основе высших социальных потребностей и их реализация происходит в общесоциальных, социально-классовых условиях деятельности. Они являются составными элементами сознания, частью его структуры. Несформированность ценностей – препятствует осознанно выбирать и иерархизировать в определенную структуру те или иные ценности человеческой жизни в качестве главных целей.

Главной характеристикой среднего возраста является расхождение между мечтами и жизненными целями человека и действительностью его существования. Удачное достижение зрелости в среднем возрасте требует значительной эмоциональной и духовной гибкости. Убывание физических сил и привлекательности – одна из главных проблем, с которыми сталкивается человек в годы среднего возраста, причём женщины сильнее реагируют на физическое старение. Общими для женщин среднего возраста являются ролевые конфликты, связанные с тем, что им трудно найти время и для семьи, и для работы. Время наступления ключевых событий в семейном и профессиональном циклах определяют статус, образ жизни и выбор женщин среднего возраста – их основные занятия, радости и горести, круг коллег и друзей.

Одним из главных достижений в среднем возрасте, вероятно, может стать развитие семейной близости, любви как неотъемлемой части устойчивой, приносящей удовлетворение эмоциональной связи. Любовь развивается на основе биологических предпосылок, поднимаясь до духовных вершин, когда она

одухотворяет поведение человека, изменяет его, усиливает его способности, способствует творческим достижениям. Признание своей семьи как высшей ценности зависит от состояния и жизненного опыта до середины жизни (карьера, личные отношения, рождение детей, создание семьи).

Способность устанавливать спокойные и доверительные личные отношения ведёт к чувству «нужности», пользы своим близким и профессии и, прежде всего, самому себе.

Вывод: духовное удовлетворение, эмоциональная близость, глубокие личные отношения с партнёром по браку, сплочённость семьи, взаимопонимание – ценности, создающие ощущение не зря прожитой жизни в среднем возрасте.

Психологам ещё многое предстоит изучить в данной области.

Литература

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. 3-е изд. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
2. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология : Учеб. пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов / М.В. Гамезо, Е.А. Петрова, Л.М. Орлова. – М.: Педагогическое общество России, 2003. – 512 с.
3. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2003 – 544 с. – (Серия «Мастера психологии»).
4. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание / И.С. Кон. – М., 1984. – 335 с.
5. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития: пер. с англ. / Г. Крайг, Д. Бокум. – 9-е изд. – СПб. : Питер, 2005. – 940 с : ил. – (Серия «Мастера психологии»).
6. Нарлицын Н.И. Кризис среднего возраста [Электронный ресурс] / Н.И. Нарлицын. – 2009. – URL: <http://www.naritsyn.ru/selfhelp/all/krisis/KSV.htm>
7. Степанов С.С. Популярная психологическая энциклопедия / С.С. Степанов. – М. : Изд-во Эксмо, 2005. – 672 с.

8. Толстых А.В. Возрасты жизни / А.В. Толстых. – М.: Молодая гвардия, 1988. – 224 с.