

Шлаина В.М.

**СОЦИОНИКА, ВОЗРАСТ И КВАДРЫ,  
или  
«ЭТАПЫ БОЛЬШОГО ПУТИ»**

**(Окончание. Начало в № 5/16)**

С применением соционики описаны этапы психического развития личности. Проанализирована их связь с законом сменяемости квадр Букалова-Гуленко.

*Ключевые слова:* соционика, квадра, соционический тип, психологический возраст, психическое развитие, закон сменяемости квадр.

**3-й этап – зрелость (аналог ГАММА-квадры)**

Хотелось раздавать долги, но катится за годом год.  
Хотелось самых крупных дел – да мало ли чего хотелось!  
Но к центру сходятся круги, все уже круг твоих забот.  
Мы понимаем свой предел, и, значит, – наступила Зрелость.  
*Евгений Клячкин*

Начало третьего этапа сопоставимо с началом кризиса среднего возраста, когда все обязательства перед социумом уже выполнены: дом построен, деревья давно посажены и уже выросли, дети тоже выросли... Прежние цели уже не актуальны: положение в обществе уже есть, мечты осуществились (как получилось), убеждения, которые казались вечными, рассыпались в пух и прах, да и боевой задор молодости как-то поуogas.

Ориентироваться на социальные нормы и стандарты действий – теперь тоже не получается: наверное, среднестатистический человек чувствует разрушающую, стирающую индивидуальность изнанку социума под маской иллюзии безопасности и доброжелательности. И общество вполне достойно социопатического отношения. В сознании человека происходит переворот представлений о душевном здоровье и поклонение социальной группе уступает место неограниченной индивидуальности.

«Кризис середины жизни» наиболее тяжелый, так как прежние адаптационные механизмы не срабатывают, человек подходит к этапу осмысления прожитого. Это – время смены целевого бытия на смысловое.

- – *Доктор, я буду жить?*  
– *А смысл?..* ☹

Теперь необходимо рассчитывать свои силы (аспект «волевая сенсорика») для достижения своих истинных целей. Именно своих, а не навязанных обществом. Теперь надо просчитывать свои действия на много ходов вперед (аспект «деловая логика»), иметь в запасе план Б, а также планы В, Г, Д и прочие, теперь надо успевать гораздо больше, уплотнять график, ибо время не ждет и его всегда не хватает! Да и, как знать, сколько его осталось, того времени, отпущенного каждому из нас?.. (аспект «интуиция времени»).

Теперь в первую очередь важен не статус, а отношения с людьми (аспект «этика отношений»), – вот социальный капитал! Ценность приобретает именно **этика** отношений, а не формальная вежливость! «Поддержание отношений – это динамичный процесс получения, усвоения и интеграции знаний с целью более глубокого и отчетливого понимания себя и другого человека» [4].

Вместо эмоциональных стимулов (самоутвердиться, удовлетворить свои амбиции) теперь доминируют экономические. Теперь положение в обществе определяется не местом в социальной иерархии, а тем, насколько известно и узнаваемо твое имя!

В этом возрасте человек наиболее гибко адаптируется к жизненным обстоятельствам (или, наоборот, – пытается обстоятельства «приспособить под себя»), умеет «делать хорошую мину при плохой игре», а все конфликты переживает внутренне. Независимость в поступках и суждениях. Всё – сам!

*«Любой человек должен уметь менять пеленки, планировать вторжения, резать свиней, конструировать здания, управлять кораблями, писать сонеты, вести бухгалтерию, возводить стены, вправлять кости, облегчать смерть, исполнять приказы, отдавать при-*

казы, сотрудничать, действовать самостоятельно, решать уравнения, анализировать новые проблемы, побросать навоз, программировать компьютеры, вкусно готовить, хорошо сражаться, достойно умирать. Специализация – это удел насекомых» (Роберт Э. Хайнлан).

Конфликты, кризисы, переоценка ценностей [30] – характерный признак ГАММА-квадры как аналога третьего этапа жизни (возраст зрелости). «Реалисты и прагматики из третьей квадры снисходительно смотрят на любые идеи и идеологии, считая все это довольно бесполезным делом для недостаточно зрелых людей. А они хотят жить для себя, для своих близких – работать и добиваться материального благополучия. Всё то, что не может «сегодня и здесь» принести конкретным людям добра (естественно, добра в их понимании), – вторично» [6, с. 179].

В этом возрасте человек старается обеспечить себе такой быт, который не мешает заниматься творческим трудом (интересным делом). То есть – быт не должен отнимать много времени.

- **Еда в доме должна: а) быть, б) съедобной ☺**

Аспект «сенсорика ощущений» по-прежнему не очень значим (здоровье и самочувствие... – лишь бы не мешало заниматься тем, что кажется гораздо более важным, т. е. своими делами); аспект «этика эмоций» не обязателен (эмоции – да, хороши, в умеренном количестве. Отношения важнее); аспект «структурная логика» как установление причинно-следственных связей – тоже, хотя... правила дорожного движения и законы нужно знать!

- **«Остан Бендер читл уголовный кодекс» ☺**

Важны аспекты «этика отношений», как питательная среда для взаимодействия и содействия в достижении общих целей, и «волевая сенсорика», как воля и силы для осуществления желаемого. Идеи (аспект «интуиция возможностей») – прекрасны, если они пригодны для решения проблем и реально ценного результата. А просто так – не о чем говорить.

- **Больше дела, меньше слов!**

Третий этап – зрелость – побуждает человека к пересмотру своих взглядов и установок, к формированию своего личного мировоззрения, своей жизненной философии. В этот период «Я» доминирует над «Мы».

Происходит переоценка ценностей, когда мы осознаем, что нечто, бывшее для нас важным, не имеет такого большого значения. Другими словами, в результате каких-то неблагоприятных обстоятельств мы перестаем придавать значение тому, к чему обычно относились очень серьезно, – чтобы освободиться, махнуть рукой и перестать держаться за прошлое (избавиться от фиксаций).

Зрелость приходится на период достижения человеком наивысшего развития его духовных, интеллектуальных и физических способностей. Примерно в этом возрасте происходит первый подсчет жизненных итогов и сличение его с собственными мечтами и планами, с одной стороны, и общепринятыми стереотипами достижений – с другой. Могут появиться первые сожаления, что надо было строить свою жизнь совсем по-другому.

Это период переоценки целей и притязаний, способность оглянуться вокруг, заинтересоваться другими людьми, желание повлиять на будущее, стать творческой личностью, профессионалом. Одновременно это пора сомнений относительно продолжения выбранного пути, страх снижения работоспособности, что стимулирует потребность в новых ценностях. Наблюдаются различия между действительностью и желаниями, человек находится как бы на перепутье, и тем, какой выбор он сделает теперь, будет определяться его дальнейшая жизнь.

К этому возрасту, как правило, появляется осознание расхождения между мечтами, жизненными целями человека и реальным положением его дел. Человек переживает кризис. Если разрешение кризиса прошло успешно, то, по мнению Э. Эриксона, это приведет к формированию у человека генеративности (продуктивности, неуспокоенности), которая включает стремление к росту, заботе о следующем поколении и собственном вкладе в развитие жизни на земле. В противном случае появляется застой, которому соответствуют чувство опустошения, регрессия [31].

Часто понятие «зрелость» отождествляется со взрослостью и совершеннолетием, хотя стать взрослым еще не означает достичь зрелости. Наша роль зрелого человека определяется способностью самостоятельно справляться со всем, что с нами происходит. При усло-

вии, когда человек научится реализовывать свои жизненные замыслы, свои перспективы, когда от самоопределения (2-й этап, молодость) перейдет к самореализации (3-й этап, зрелость), только тогда о нем можно сказать, что он является зрелой личностью.

Обычно это ведет к возрастанию самодисциплины, организованности, концентрации усилий вокруг желаемых изменений, многие обращаются к повышению уровня своего образования. В период взрослости развитие в большей степени определяется внутренней позицией человека, т.е. принимает качественно новую форму – **саморазвитие**. Мы по-новому начинаем смотреть на жизнь и на себя, а это неизбежно влечет изменение способов достижения целей.

Ф. Хейвигхерст (цит. по [19]) выделил в жизни человека в период средней взрослости основные события, означив их как жизненные задачи:

1. Достижение зрелой гражданской и социальной ответственности.
2. Достижение и поддержание целесообразного жизненного уровня.
3. Выбор подходящих способов проведения досуга.
4. Помощь детям стать ответственными и счастливыми взрослыми.
5. Усиление личностного аспекта супружеских отношений.
6. Принятие физиологических перемен середины жизни и приспособление к ним.
7. Приспособление к взаимодействию со стареющими родителями.

Решение этих задач происходит под контролем и влиянием Я-концепции человека, которая, в свою очередь, как инструмент решения данных жизненных задач также совершенствуется.

Задача развития в зрелости – **активное освоение внутреннего мира, нахождение своего пути в нем и через духовную активность – установление контакта с внешним миром**. Освоение внутреннего мира начинается в детстве и активно продолжается в подростковом возрасте и юности, но в зрелости оно должно стать преобладающим над освоением физического мира. Человек получает интенсивный доступ к своим *духовным силам* и возможностям, они начинают компенсировать постепенное убывание физических сил и возможностей во второй половине зрелости [27].

- **«Если бы молодость знала, если бы старость могла...»  
А в зрелом возрасте человек уже знает и еще может! ☺**

К.-Г. Юнг считал, что в этот период человек должен осуществить переход от экстенсивной позиции к интенсивной, от стремления к расширению и завоеванию жизненного пространства к концентрации внимания на своей «самости». И тогда вторая половина жизни послужит для достижения мудрости, кульминации творчества, а не невроза и отчаяния. Хочется особо подчеркнуть мысль психолога о том, что душа человека второй половины жизни глубоко, удивительно изменяется [32].

Зрелость – этап полной самостоятельности. Если о возрасте (средний возраст), то – родители уже старенькие и «отстали от жизни», дети уже подростки и не нуждаются в повышенном внимании, а даже протестуют против постоянной опеки. Произошла передача эстафеты поколений. В этом возрасте взрослости (аналог ГАММА-квадра) наиболее высока потребность в самовыражении и в творческом труде (но чтоб эта деятельность давала материальную обеспеченность!). Самоосуществление достигается целеустремленностью, творчеством, созиданием. Человек предпочитает работать в автономном режиме (чтоб не мешали!) и хочет сам распоряжаться своим временем. Даже на работе предпочтителен гибкий распорядок дня. Время – самый мощный активизирующий фактор и ценный ресурс!

- **«Время – деньги!»  
«Время не ждёт!»**

И действительно – разве можно быть уверенным (как в молодости), что впереди «ещё целая жизнь»?! Поэтому надо успеть сделать как можно больше. Поэтому жаль *терять время*. И делать хочется только то, что интересно (а приходится – многое другое).

Аналог этому – «комплекс связанных рук». «Для любого из представителей третьей квадры самое нежелательное – это ограничение его деловой активности по объективным, не зависящим от него причинам – так называемый «комплекс связанных рук». Ограниченность объективных возможностей здесь самый наболевший вопрос» [22, с. 299].

Эмоции (аспект «этика эмоций» ■) – уходят на задний план. «Больше дела – меньше слов!». Всё, что «не по делу» – кажется пустой болтовнёй, отмечается за ненужностью, как

информационная избыточность. Оценивается всё и все с позиции: «А насколько лично для меня это ценно?!». «Стоит или не стоит тратить на это своё драгоценное время?». Если ценно – тогда стоит.

В этот период жизни человек предпочитает общение «по делу» – «какие проблемы?»; опять же – возникает и решается вопрос «что делать?» вместо поиска «кто виноват?». Проблемы решаются, в том числе, с учетом интересов обеих сторон (аспект «этика отношений»). Активность личности проявляется в том, как она преобразует обстоятельства, направляет ход жизни, формирует жизненную позицию.

Общение «по интересам» – «чем ты сейчас занимаешься?», «что тебя интересует?» (общение межличностное, т.е. между личностями. И лучше «не переходить на личности»... Мало не покажется!)

- **«Доброе слово и крепкие кулаки лучше, чем просто доброе слово»**

В этом возрасте люди терпеть не могут, когда кто-то «лезет в их дела»! Информировать предупреждающе, то есть 2–3 раза скажут «не лезь не в своё дело!», а потом...

- **«Мы мирные люди, но наш бронепоезд стоит на запасном пути»**

В приоритете отношения по горизонтали: социальные связи, личные знакомства, отношения партнерства, личной симпатии/антипатии. К тому же, способность устанавливать длительные, эмоционально насыщенные, доверительные отношения с другими считается важным критерием психологического здоровья. Человека, достигшего истинной психологической и личностной зрелости, отличают два признака: 1) стремление к самореализации через творчество и работу; 2) способность любить другого человека ради него самого, а не ради удовлетворения своих потребностей [20].

На третьем этапе жизни очень сильна потребность в самовыражении через творческий труд. Если на первом этапе творчеством были фантазии, то на третьем этапе творчество происходит через созидание. При этом время приобретает особое значение, ибо сколько реально нам осталось – не знает никто. Это уже не первый этап, когда время тянется очень медленно и хочется поскорее подрасти. И не второй этап, когда кажется, что еще «вся жизнь впереди – надейся и жди». На третьем этапе остро осознаешь, что «Да, человек смертен, но это было бы ещё полбеды. Плохо то, что он иногда внезапно смертен, вот в чём фокус!» (М.А. Булгаков). Поэтому приоритетом становится личный интерес и стремление успеть как можно больше. Потребность в самореализации – вот основная движущая сила.

На третьем этапе, благодаря накопленному жизненному опыту, уже есть осознание, что не «все как один», а каждый – личность со своими потребностями. Что лучше взаимовыгодное сотрудничество, чем подавление, конкуренция и борьба, ибо они отнимают слишком много ресурсов. Что «подписать мирный договор на взаимовыгодных условиях – лучше, чем воевать», т. к. жизнь человека бесценна! «Люди достигают зрелости не посредством разделения. Напротив, они формируют все более сложные взаимосвязи» [4].

На третьем этапе человек уже не может определять себя через свою принадлежность к группе, свой социальный статус и выполнение социальных ролей. На первый план выступает вопрос «Кто я как личность?». А в дальнейшем еще и вопросы: зачем я здесь (в этом мире)? Чем я могу влиять на происходящее? Какой след оставлю после себя?

Важной характеристикой зрелой личности является умение переживать отказ. Одной из задач развития – умение говорить «нет» другим, отстаивать свои интересы, отказываться от того, что не приносит радости или противоречит интересам. Умению говорить «нет» посвящены многие тренинги, ведь порой людям требуется время, чтобы научиться отказывать другим и не чувствовать себя при этом плохими и неудобными. Но такой же важной задачей развития зрелой личности является готовность быть по другую сторону, то есть слышать «нет» на свои ожидания и просьбы.

**Переживания в конфликтах:** напряженность, настороженность, неуверенность, раздражение, гнев, дух противоречия («Баба Яга – против!!!»). Противопоставление в конфликте «Я» – «МЫ» (и выбор делается в пользу «Я»).

**Осмысление информации** (подтекст, подразумеваемый смысл информации, получаемой и передаваемой в словесной форме) – **факты** (то, что есть на самом деле)

- **Факты – вещь упрямая!**

Уровень функционирования психической деятельности возрастает до способности в

принятии решений оперировать тремя размерностями функций информационного метаболизма [3; 8]: параметрами собственного опыта, параметрами усвоенных норм и параметрами «ситуации» (факторами ситуации, имеющими решающее значение). В большей степени человек ориентирован именно на ситуативные факторы и действует в соответствии с ними: «ситуация допускает».

- **Можно все, что не запрещено!**

В зрелом возрасте человек проявляет такие качества, которые свойственны социотипам ГАММА-квадры: адаптивность, осмотрительность, осторожность, умение быстро проанализировать момент и принять решение, умение выразить критику конструктивно, способность вести деликатные дела, внимательно взвешивать все «за» и «против», прежде чем подписать контракт. Способность решать проблемы рационально и бесстрастно, думать быстро и находить множество путей решения проблемы, также расчетливость, стремление к личной выгоде (личному интересу).

- **А что я с этого буду иметь?**

Старание в работе, методичность, трудолюбие и практичность, внимание к деталям – пусть будет медленный, но верный прогресс. Компетентность, лидерские способности, мужество, предприимчивость, уверенность в работе, предусмотрительность, удовольствие от здоровой и вдохновляющей конкуренции, многосторонние интересы, стремление к популярности, желание быть в центре внимания, высокая целеустремленность. Независимость мыслей и суждений, умение вести переговоры, достоинство, сдержанность, элегантность, защита своих интересов, незыблемость моральных устоев.

«Новоприобретения» третьего этапа: достижение личностной зрелости, устойчивая жизненная позиция, мировоззрение, сформированное собственным опытом, личная философия жизни.

К.С. Холл и Г. Линдсей, характеризуя зрелого человека, выделяли следующие его характеристики: широкие границы Я, способность к теплым социальным отношениям, наличие самопринятия, реалистичное восприятие опыта, способность к самопознанию, чувство юмора, наличие определенной жизненной философии [26]. Важной характеристикой зрелой человеческой жизни является то, насколько эффективно и активно личность использует отведенное ей индивидуальное время для самореализации.

Ценность этапа взрослости – в личном развитии (саморазвитии), в определении личных границ, умении удовлетворять свои потребности и осознавать собственные интересы. Достижение человеком определенного уровня самосознания и принятие ответственности за свою жизнь, успешная профессиональная самореализация, способность к построению гармоничных отношений со значимыми другими, нахождение собственного смысла жизни. Умение решать конфликтные ситуации, слышать партнера и доносить свою точку зрения. Произошла трансформация, произошло расширение мировоззрения: оно дополнилось важными, ключевыми точками – ценностями, которые связывают богатство духовное и материальное в одно неразрывно важное ценное.

Олицетворяя собой зрелость, ГАММА-квадра «личным примером» показывает всему человечеству, как двигаться дальше по жизни, когда отданы все долги, дом построен, деревья выросли и дети тоже, когда прежние стимулы к деятельности уже не стимулируют, когда социальные ориентиры уже перестали быть «путеводными звездами». Когда достигнуто всё то, что оказалось возможным (к счастью или к сожалению). И дальше что? Вот тогда человек обращается к себе, к своим желаниям, к своим личным целям и мечтам. Только личный интерес может вдохновить и придать смысл, только творческая деятельность обеспечивает самовыражение как доминирующую потребность этапа. Третий этап – это многолетний марафон, с результатами которого ты придешь к старости.

#### 4-й этап – старость (аналог ДЕЛЬТА-квадры)

Настоящее зло в старости – это не слабость тела, а безразличие души.

*Андре Моруа*

Старость – время увядания. Время видеть мир таким, каким он есть, – в реалиях, а не в желаниях. Но также и время духовного восхождения.

Многие исследователи рассматривают ее как совокупность потерь или утрат – экономических, социальных, индивидуальных, которые могут означать потерю автономии в этот период жизни. В то же время отмечается, что это своего рода кульминационный момент аккумуляции опыта и знаний, интеллекта и личностного потенциала пожилых людей, позволяющего приспособиться к возрастным изменениям [13]. Старение обычно сопряжено с болезнями, потерей трудоспособности, ослаблением родственных и социальных связей. Старение – это переход в систему новых социальных ролей, а значит, и в новую систему групповых и межличностных отношений.

О.В. Краснова рассматривает старость как, в первую очередь, биологический феномен, который сопровождается серьезными психологическими изменениями. Изменения при старении происходят на биологическом уровне, когда организм становится более уязвим, возрастает вероятность смерти; на социальном уровне – человек выходит на пенсию, меняется его социальный статус, социальные роли, паттерны поведения; наконец, на психологическом, когда человек осознает происходящие изменения и приспосабливается к ним [13]. Существенный вопрос в старости – «как быть?» (в отличие от зрелости «что делать?» и молодости «кто виноват?»).

Возрастные границы данного периода жизни можно выделить лишь условно, да и восприятие собственного возраста самим человеком может существенно отличаться от календарного. Можно предположить, что вынужденное снижение внешней активности человека в старости необходимо рассматривать как возможность расширения и углубления сферы и глубины внутренней активности. Как писал К. Дюркхайм, *«смысл старости, как и ее достоинства, не привязан больше к действию, направленному наружу, в мир... Плодом зрелой человечности является благословение излучения, которое без всякого действия исходит от человека...»* [7]. Но, наверное, самой трудной задачей старости можно назвать осуществление внутренней работы в системе жизнь–смерть [16]. Страх смерти в старости можно преодолеть верой и философией.

Уровень функционирования психической деятельности возрастает до способности в принятии решений оперировать четырьмя размерностями функций информационного метаболизма [3; 8]: параметрами собственного опыта, параметрами усвоенных норм, параметрами «ситуаций» и 4-й размерностью функций информационного метаболизма, включающей параметр времени – вектор глобальности.

В обществе существует стереотипное восприятие старости, с одной стороны, как периода отдыха, с другой – угасания и «полусуществования». Часто не находит понимания мысль об особом предназначении старости. Старость играет специфическую роль в системе жизненного цикла человека. По мнению М. В. Ермолаевой, только с позиции старости можно понять и объяснить жизнь данного человека как целое, ее смысл и ценность для предшествующих и последующих поколений [9].

Действительно, только в старости можно увидеть, был ли человек по-настоящему счастлив или несчастлив, сумел ли он воспитать детей, оставил ли после себя какой-нибудь след, выполнил ли свою жизненную задачу. Старость с ее уменьшением жизненной перспективы, резким изменением социальной ситуации как бы испытывает на прочность имеющуюся у человека структуру смысла жизни.

- ***«С глубочайшим смыслом завершить свою жизнь может лишь тот, кто до конца не перестал совершенствоваться и развиваться»***  
(К. Дюркхайм)

Задачи возрастного этапа «старость» находятся в направлении *возрастания духовной зрелости* человека. Возрастание духовной зрелости означает устремленность человека ко все более полному разрешению своей жизненной задачи. В. Франкл утверждал, что задача, которую человек должен исполнить в жизни, принципиально существует всегда и никогда не является невыполнимой. Логотерапия В. Франкла направлена на то, чтобы человек сознательно задался вопросом о смысле собственного бытия и обрел его в своей жизни, сумев выйти «за пределы себя», преодолев центрацию на самом себе [24].

К.-Г. Юнг пишет: *«Удивительный факт: жизнь, которая проживается исходя только из одного «Я», как правило, действует удушающе не только на самого данного человека, но и на окружающих его людей. Полнота жизни требует большего, чем просто «Я»; она нуждается в духе... который, очевидно, является единственным, кто способен*

вызвать к жизненному проявлению все те душевные возможности, которых не может достичь сознание» [32, с. 292]. Таким образом, К.Г. Юнг делит жизнь человека по присутствию в ней «духа» на «полную» и «удушающую», или ущербную: «только та жизнь, которая одухотворена, является подлинно ценной» [32, с. 294].

Многие связывают понятие духовности с «трансцендентностью», под которой в этом случае понимается освобождение от собственной замкнутости, преодоление своей ограниченности, устремленности к контакту с миром других людей, природой, Богом и т.п.

Французский философ Тейяр де Шарден полагал, что духовность проявляется в единстве способности создать самого себя (свое Я, мировоззрение, мироощущение, систему ценностей), расширить свой внутренний мир в диалоге и объединении с другим человеком и вырасти до осознания сопричастности к мировому пространству. Именно в таком понимании духовности ее можно считать необходимым условием развития человека [29].

ДЕЛЬТА-квадра как символическое олицетворение четвертого этапа «личным примером» показывает всему человечеству тот образ жизни, который возможен в старости. *«Это квадра людей, ценящих стабильность, надежность и житейский опыт. Даже будучи детьми, они поражают некоторой зрелостью. В их поступках, словах, в интонации иногда проскальзывает какая-то стариковская мудрость, словно вместо своих семи с половиной лет они прожили, как минимум, в десять раз больше. Вся Дельта немного свысока смотрит на этот светлый мир, занятый своими детскими игрушками. Иногда кажется, что они давно уже знают о жизни все и не ждут от нее ничего нового, — «Раньше все было лучше...»»* [6, с. 230].

На четвертом этапе жизни человек уверен в своем профессионализме, в том, что он «лучше знает, как делать», что он «прекрасно понимает, что к чему», и очень сердится, когда кто-то пытается это оспорить. Тенденции четвертого этапа (в отличие от предыдущих) — это внутренняя свобода, ценность идей и технологий, высокий уровень жизни, ценность личности, огромное количество информации и хаос. В этих условиях время отходит на второй план. В таких условиях нужны новые качества, навыки и средства управления ими — теперь на первый план выступают управление информацией и управление энергетикой. Внутренняя свобода включает в себя возможность достижения более глубокой духовности, переживание пиковых трансцендентных состояний. Человек лучше понимает свою жизненную цель (принципиально новый уровень самоосмысления), улучшается распознавание и интуитивное нахождение ответов, вносящих смысл и ясность в свою жизнь, более четко видится уникальность каждого человека.

*«Условием длящейся или нарастающей зрелости является творчество во всех его проявлениях, включая творчество собственной жизни, каждого его дня. Замена старения нарастающей зрелостью — нравственный долг перед собой»* [25].

Старость — это также время инноваций (аспект «интуиция возможностей») для большего удобства (аспект «сенсорика ощущений»), для экономичности и технологичности процессов (аспект «деловая логика»). Это время мудрого спокойного отношения (аспект «этика отношений») к феноменам человеческой жизни, когда больше веришь в скрытый человеческий потенциал, знаешь, что люди могут осуществить то, что им действительно нужно, перестаешь верить пустым слезам, понимаешь себя и других, признаешь и хорошее, и плохое, видишь вещи в их целостном виде.

Из-за снижения физических возможностей приоритетным становится аспект «сенсорика ощущений» (удобство, здоровье, самочувствие), вещи — удобные и функциональные, одежда — из натуральных тканей, питание — в соответствии с потребностями организма. Человек уже меньше внимания уделяет своей личной жизни и привлекательности для противоположного пола. С духовной зрелостью растёт и углубляется способность человека раскрываться, прощать, освобождаться. В этом проявляется естественное разрешение наших конфликтов (аспект «этика отношений»).

События старости связаны с отношениями или эмоциями, с новыми впечатлениями, общением, приглашением в гости, отдыхом с друзьями (аспект «этика отношений»). В то же время у человека есть своя территория, где можно жить, отдыхать, заниматься своими делами и увлечениями, куда можно пригласить друзей и близких, но «посторонним вход воспрещен». *«Стремление оградить себя от неприятного вмешательства извне постоянно вынуждает представителей четвертой квадры защищать свое минимальное жизненное пространство («Мой дом — моя крепость»), причем эта защита иногда носит несколько*

*преувеличенные формы, что объясняется постоянным страхом пространственных ограничений. И именно этим ограничениям здесь активно сопротивляются» [22, с. 394].*

• **«Нас не трогай – мы не тронем... А заденешь – спуску не дадим!»**

Приоритет интересов в старости – удовлетворение духовных потребностей: познавательных (потребность в новой информации, в познании окружающего мира, в поиске своего места в нем, в познании смысла и назначения своего существования на Земле, в творчестве и самопринятии, интерес к общению с разными людьми, в том числе с молодежью, интерес к последним известиям – что происходит у друзей, родственников и знакомых), эстетических потребностей (видеть красивое, любоваться красотами природы, гармоничность звуков, запахов, вкусовых сочетаний, интерес к искусству), потребности в нравственном развитии, потребности в уважении и признании – какого бы единства ни достигала группа коллег, семья, группа друзей, каждый тем не менее стремится быть индивидуальностью, быть исключительным, особенным и ценным другими людьми. Одно из важнейших условий здоровой старости – социальный интерес, проявляющийся в настроенности на людей, стремлении к бескорыстной помощи.

Также важны безопасность, технологичность процессов (удобство и привычность их выполнения), функциональность вещей. Стремление к комфорту, удобным вещам, индивидуальный подход (выбор того, что подходит индивидуально мне). Тотальное дружелюбие, гуманизм и толерантность («главное, что человек хороший»).

• **Ребята, давайте жить дружно!**

В социальных контактах преобладает дружеская интимность, сочувствие, терпимость в отношении разницы между собственным «Я» и «Я» других, восприятие мира таким, каким он есть, – в реалиях, а не в желаниях, умение видеть целостную картину мира, чему способствует сложившаяся система ценностей.

**Переживания в конфликтах:** без особых переживаний, есть обидчивость, но эмоции приглушены. Противопоставление Я – ОНИ (все остальные). Окончательное осознание отдельности себя от других. Ну, какие вообще могут быть конфликты?.. Всё имеет право на существование.

**Осмысление информации** (подтекст, подразумеваемый смысл информации, получаемой и передаваемой в словесной форме) – **мнение**.

На четвертом этапе жизни (возраст старости) человек проявляет такие качества, которые свойственны социотипам ДЕЛЬТА-квадры: практичность, терпение, здравый смысл, приглушенность эмоций, методичность, ответственность, уравновешенность, надежность, организаторские способности, любовь к природе, доброта, спокойствие, сочувствие, преданность семье, понимание своих детей. Вместе с этим присутствуют справедливость в суждениях, руководство разумом, аналитические способности, острый ум, пронзительность и сарказм, сильная воля и мужество тех, кто пережил потерю или прошел через страдания.

«Новоприобретение» четвертого этапа: возрастание духовной зрелости, осмысленность прожитой жизни, мудрость, терпимость (толерантность) к разнообразию проявлений всех форм жизни.

Ценность четвертого этапа, возраста старости: приоритетами становятся отношения с другими людьми и со своим внутренним «Я», внутренняя гармония, а также любовь и симпатия со стороны других людей. Условия существования: забота, взаимопомощь, гуманизм, толерантность, стабильность и внимание к вопросам окружающей среды. Ценятся открытость и доверие, а не конкуренция. Это мир идеалов гармонии и взаимозависимости, консенсуса и духовности, когда человек начинает рассматривать благополучие всех как часть своего благополучия. Законы важны, но они должны служить благосостоянию всех.

ДЕЛЬТА-квадра как символический аналог старости олицетворяет собой восхождение к смыслу, цельность (целостность) индивидуальности, глубокое познание собственного потенциала и процесс созидания в широком смысле этого слова.

*«Душевная гармония старости – это очищение от аффекта, взвешенность мысли, глубина чувства. Если бы жизнь завершилась старостью-катастрофой, старостью-деградацией, то она не имела бы смысла. Жизнь может и должна завершиться старостью-гармонией, старостью-мудростью, и для этого стоит жить» [10].*

М. Боуэн описывал переживание духовного момента как ощущение своего внутрен-

него Я, при котором границы между Я – Ты – Природа – Бог исчезают и сливаются в одно [1].

Итак, человек в целом проживает все четыре этапа возрастного развития, и его индивидуальное сознание изменяется от одного этапа к другому, при том, что сущностное сознание (ТИМ) остаётся неизменным.

Каждый возраст жизни подчинен закономерностям, имеет свои особенности и внутреннюю красоту. Нет возрастов плохих и хороших – все они прекрасны, если суметь полностью реализовать заложенные в них возможности человека к саморазвитию.

*«Чтобы понять значение какого-либо периода жизни, надо соотнести его с целостной структурой жизненного цикла, учесть ближайшие и отдалённые его последствия для развития личности» [15].*

### Л и т е р а т у р а :

1. Боуэн М. Духовность и личностно-центрированный подход // Вопросы психологии. – 1992. – № 3.
2. Букалов А.В. О четырех эволюционных стадиях развития и законе сменяемости квадр // Соционика, ментология и психология личности. – 1995. – №1.
3. Букалов А.В. Структура и размерность функций информационного метаболизма. // Соционика, ментология и психология личности. – 1995. – №2.
4. Бэнкс Э., Хиришман Л. На одной волне. Нейробиология гармоничных отношений. – М.: ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2016. – 300 с.
5. Гинзбург М.Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема // Вопросы психологии. – 1988. – № 2.
6. Горенко Е.А., Толстиков В.И. Природа собственного «Я». – М.: Армада-пресс, 2001. – 228 с.
7. Дюркхайм К. О двойственном происхождении человека. – СПб: Импакс, 1992. – 159 с.
8. Ермак В.Д. Как научиться понимать людей. Соционика – новый метод познания человека. – М.: ООО «Издательство Астрель»; ООО «Издательство АСТ», 2003. – 523 с.
9. Ермолаева М.В. Структура эмоциональных переживаний в старости // Мир психологии. – 1999. – № 2.
10. Ермолаева М.В. Практическая психология старости. – М.: Изд-во ЭКСМО–Пресс, 2002. – 320 с.
11. Изард К.Э. Психология эмоций / Перев. с англ. – СПб: Изд-во «Питер», 1999. – 464 с.
12. Кон И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. – М.: «Политиздат», 1984. – 335 с.
13. Краснова О.В. Социальная психология старения как основная составляющая социальной геронтологии. // Мир психологии. – 1999. – №2. – С. 96–106.
14. Крысько В.Г. Психология и педагогика в схемах и таблицах. – Мн: Харвест, М.: АСТ, 2000. – 384 с.
15. Максименко С.Д. Общая психология. – М.: «Рефл-бук», К.: «Ваклер» – 2004. – 528 с.
16. Новик И.Б. Система жизнь – смерть. – М., 1992.
17. Практическая психология: Учебник / Под ред. д-ра психол. наук, проф., акад. БПА М.К. Тутушкиной. 4-е изд., перераб., доп. – СПб.: «Дидактика Плюс». – 2001. – 592 с.
18. Психологический словарь / Под ред. В.В. Давыдова, А.В. Запорожца, Б.Ф. Ломова и др.; Науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. – М.: Педагогика, 1983. – 448 с.
19. Психология человека от рождения до смерти. / Под ред. Реана А.А. — СПб.: «Прайм–ЕВРОЗНАК», 2002. – 656 с.
20. Самыгин С.И. Любовь глазами мужчины. — Ростов-на-Дону: Изд. центр «МарТ», 2000. – 224 с.
21. Столин В.В. Самосознание личности. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 284 с.
22. Стратиевская В. Как сделать, чтобы мы не расстались. Руководство по поиску спутника жизни (соционика). – М.: Изд. Дом МСП, 1997. – 496 с.
23. Фельдштейн Д.И. Психология развивающейся личности. – М.: Изд-во МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 190 с.
24. Франкл В.Э. Психотерапия на практике. – СПб: Речь, 2000. – 256 с.
25. Хамитов Н.В. Философия и психология пола. – К.: Ника-Центр, 2002. – 224 с.
26. Холл К., Линдсей Г. Теории личности. – М.: Психотерапия, 2008. – 672 с.
27. Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Изд. центр «Академия», 2002. — 208 с.
28. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). – М.: Гардарики, 2005. – 349 с.
29. Шарден Т. О счастье // Человек. – 1991. – № 2.
30. Шлаина В.М. Вся ГАММА: конфликты, кризисы, переоценка ценностей // Соционика, ментология и психология личности. – 2004. – № 4. – с.26–35.
31. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: пер. с англ. / Общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. – 2-е изд. – М.: Флинта, МПСИ, Прогресс, 2006. – 352 с.
32. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. – М.: Изд. группа «Прогресс», 1993. – 336 с.

Статья поступила в редакцию 14.08.2015 г.