

О возрастной периодизации онтогенеза (Семь Жизней человека)

Ю.А. Антропов

ГОУ ДПО «Пензенский институт усовершенствования врачей Росздрава»

Резюме. Человеческая жизнь дискретна, она включает как минимум семь различных возрастных периодов. В каждом из них человек иной, по-разному он воспринимает мир — окружающее, прочитанное, самого себя, по-разному чувствует, любит, ненавидит, по-разному поступает. У него разные потребности, устремления и интересы, разные способы достижения цели, по-разному человек «грешит» (ему присущи разные дурные поступки) и болеет он разными болезнями. По сути, это семь различных жизней. Представлены выявленные особенности структуры каждой жизни. Первая Жизнь — «Приход» (в мир): физическое и психическое созревание. Вторая Жизнь — «Генерация» (следующего поколения). Третья Жизнь — «Ваяние» (нового поколения): введение нового поколения в социум. Четвертая Жизнь — «Творчество» (создание материальных и духовных ценностей): обеспечение нового и грядущих поколений благоприятными для их адаптации условиями существования. Пятая Жизнь — «Жатва» (углубленная разработка и совершенствование продуктов прежнего собственного творчества). Шестая Жизнь — «Закат» (снижение физических возможностей и свертывание социальных связей). Седьмая Жизнь — «Уход» (выраженное снижение биотонуса, физическое и эмоциональное угасание).

Ключевые слова: жизнь, возраст, периоды, эмоциональные и когнитивные функции, социальные связи, восприятие времени, болезни.

Age Periods of Ontogenesis (seven man's lives)

Ju. A. Antropov

Department of Mental Diseases, Penza State Institute for Post-Graduate Medical Studies

Summary. Man's life includes seven different age periods. In different age period a man feels differently. Man's behavior, love, hate time feeling, aims, socializing, diseases are not the same as well. Actually, there are seven lives. The first one is "birth" (come in to life): physiological and mental maturation. The second one is "generation". The third one is "generation" adaptation socializing. The fourth one is creation: building present and coming generations adoptable to life environment. The sixth one is "declining": decreasing physical abilities and socializing. The seventh one is "leaving" — marked low biotonus, physical and emotional going out.

Key words: life, age, period, emotional and cognitive functions, socializing, time feeling, diseases.

Утром мы говорим «восход солнца», днем — «солнце движется по небу», вечером — «заход солнца»... Но ведь это только впечатление. Еще со времен «упрямого» (по определению А.С. Пушкина) Галилея человечество знает, что вертится-то вокруг своей оси Земля. Также не соответствует действительности и утверждение, что жизнь нам дана одна. На самом деле человеческий век включает по меньшей мере семь Жизней, в каждой из которых человек иной и живет иной жизнью. По-разному он воспринимает мир — окружающее, прочитанное, самого себя, по-разному чувствует, любит, ненавидит, по-разному поступает, у него разные потребности, устремления и интересы, разные способы достижения цели, по-разному человек «грешит» (ему присущи разные дурные поступки), и болеет он разными болезнями.

В каждой из семи Жизней на первый план выступают иные наиболее значимые формы и проявления существования. Это и обусловило их обозначения. Первая Жизнь (от рождения до 18 лет) — «Приход» (в мир). Вторая Жизнь (от 18 до 26 лет) в биологическом плане основная и получила название «Генерация» (рождение детей, явление следующего поколения). Основа Третьей

Жизни (от 26 до 42 лет) носит биосоциальный характер и представляет собой введение нового биологического поколения в социум, и потому ее название — «Ваяние» (социальное формирование нового поколения). Четвертая Жизнь (от 42 до 57 лет) преимущественно социальная, по своей глубинной сущности она предназначена для обеспечения грядущих поколений более благоприятными для их адаптации условиями существования (биологическими и социальными). Название Четвертой Жизни — «Творчество» (создание материальных и духовных ценностей). Предназначение Пятой Жизни (от 57 до 76 лет) такое же, как и предыдущей, — обеспечение новых поколений материальными и духовными благами, отличие же ее заключается в том, что в этот период снижается или прекращается созидание нового и начинается углубленная разработка и совершенствование продуктов прежнего собственного творчества. Поэтому Пятая Жизнь получила название «Жатва». Вряд ли имеется необходимость в объяснении названия Шестой Жизни — «Закат» (от 77 до 90 лет), и Седьмой — «Уход» (от 90 до 100 и более лет).

В каждой из семи Жизней имеются этапы, которые могут быть рассмотрены в аспекте концепции

о возрастной периодизации, разработанной одним из крупнейших психологов XX века Л.С. Выготским. Им были выделены и описаны периоды (этапы) формирования психики человека (личности) до 18 лет, с возникающими в каждом из этих периодов психологическими «новообразованиями». Наша дальнейшая разработка этой концепции показала, что периодичность присуща всему онтогенезу человека (всей его жизни). Более того, оказалось, что периодичность онтогенеза совпадает и, по-видимому, биологически определяется сменой системы нейроэндокринной регуляции жизнедеятельности (в частности, преобладанием на каждом возрастном этапе в регуляторном нейроэндокринном ансамбле функциональной активности той или иной эндокринной железы).

Наблюдаются два типа чередующихся возрастных периодов: «стабильные», длительность которых составляет в среднем 5–7 лет, и «критические» (1–2 года). В стабильных периодах биологические и психологические изменения происходят малозаметно, накапливаются постепенно. В критических периодах происходит бурная перестройка организма и личности. Эти периоды жизни — наиболее трудные и опасные как в биологическом, так и в психологическом плане. В это время ослабевают защитные механизмы организма, снижается его устойчивость к действию вредных (альтерерирующих) факторов, ухудшаются его психофизиологические функции. Человек делается ранимым, ему и с ним становится труднее общаться, он переживает внутриличностный кризис (у некоторых людей появляются мысли о самоубийстве). Увеличивается риск неверно прореагировать, совершить ошибку. Люди чаще и тяжелее болеют, и умирают они чаще в критические периоды. После окончания критических периодов обычно отмечаются улучшение психофизиологических функций, изменение личностных интересов, подъем творческой продуктивности.

Возрастная стратификация онтогенеза человека проводилась с учетом принятой в антропологии классификации возрастных периодов В.В. Бунака (1965) и современной классификации, представленной в Краткой медицинской энциклопедии (Покровский В.И., 1999).¹

Первая Жизнь — «Приход» (от рождения до 18 лет)

Стабильные периоды Первой Жизни соотносятся со следующими возрастными этапами: грудной возраст (до 1 года) — это время «рассвета», пробуждения сознания; детство (1–7 лет) — время пробуждения самосознания, а также время «обезьяны», «губки» и начальной социализации; позднее детство (7–12 лет) — время вступления в наследственные права человечества и понятийного осознания мира; раннее юношество (12–18 лет) — время «рыцарства», абстракций, романтических надежд и проектов, пробуждение сексуальности.

¹ В работе представлены усредненные возрастные параметры периодов, так как существует определенный индивидуальный разброс. В какой-то мере этот разброс учтен при указании возрастных параметров критических периодов.

Человеческая жизнь как таковая начинается с того момента, когда впервые через органы чувств в мозг человеческого дитя врывается окружающий мир в виде зрительных образов, звуков, запахов, вкусов, прикосновений. Через эти ощущения, как на рассвете дня, постепенно вырисовывается и создается внутренний (внутрипсихический) образ окружающего мира, приобретающий все в большей степени отчетливость и эмоциональную окраску. Формируется целостное чувственно-образное отражение окружающего мира, то, что получило название «первая сигнальная система действительности» (И.П. Павлов).

В социальной среде при общении с людьми (вначале пассивном, а потом и активном) наряду с чувственными образами (зрительными, вкусовыми, тактильными и др.) через слуховой анализатор в мозг поступают однотипно связанные с чувственными образами звуко сочетания — слова. В результате этого через некоторое время условнорефлекторно на прозвучавшее звуко сочетание «мама» ребенок поворачивает головку, чтобы увидеть мать. Начинает исподволь, но в геометрической прогрессии формироваться опосредованное отвлеченное словесное («молоко», «яблоко», «человек» и т. д.) отражение мира — «вторая сигнальная система», которая является основой речи и сознания. Затем появляется самосознание, выделение себя из человеческой среды, отнесение себя к мальчикам или к девочкам.

Большое значение в формировании мироотражения и миропонимания играют присущий еще и животным инстинкт подражания, так сказать, «обезьянничание», и игровая деятельность, включающая социальные игры. Человеческое дитя в сравнительно короткое время — до 5–7 лет — впитывает, как губка, обобщенную информацию о мире, которую человечество накопило за всю свою историю. Имеются данные о том, что к 7 годам чело-век приобретает до 75% всей информации, которой он будет владеть в зрелом возрасте. В последующем подростки ощущают себя во все большей степени включенными в человеческое общество, частью человечества. В то же время в их поведении еще наблюдаются нелепые с точки зрения взрослого человека поступки. Например, новыми, только что купленными ботинками подросток изо всех сил «дубасит» по стене или ни с того ни с сего бьет кулаком по стеклянной двери. Следует, однако, иметь в виду, что по своей сути эти поступки не нелепые, а «диссоциированные» — они обусловлены асинхронностью созревания волевой, интеллектуальной и эмоциональной функций и отсутствием в связи с этим их гармоничного взаимодействия. Гармоничность взаимодействия психических функций, когда эмоциональная и рассудочная мотивации согласуются между собой и определяют адекватное социуму поведение, является наиболее поздним психологическим новообразованием, возникновение которого и определяет наступление зрелости.

В отличие от остальных шести Жизней, в структуре которых всего лишь от одного до трех, а в большинстве из них два критических периода, Первой Жизни присуща нестабильность психического и физиологического гомеостаза. Это про-

является, в частности, в наличии шести критических периодов (психологически выделенных еще Л.С. Выготским). В каждом из них происходит нейроэндокринная перестройка. Вначале преобладает деятельность коры надпочечников (грудной возраст), затем включаются паращитовидные и зобная железа (раннее детство). В период детского возраста (4–6 лет) начинает преобладать функция эпифиза, в позднем детстве (8–11 лет) — функции зобной, щитовидной железы и гипофиза. После пубертатного криза в раннем юношеском возрасте роль первой скрипки в нейроэндокринном ансамбле играет экскреция щитовидной железы, а затем экскреция гонад.

Непосредственный приход человека в этот мир (рождение) происходит в период первого кризиса (кризис новорожденности). Характерными особенностями его являются снижение, по сравнению с внутриутробным, уровня сопротивляемости организма, частое и легкое возникновение заболеваний, высокий уровень смертности. Критические периоды в 1 год, 3 года, 7, 12 и 18 лет также сопровождаются спадом сопротивляемости организма, увеличением количества заболеваний, а критические периоды в 3 года, 7, 12 и 18 лет — еще и ослаблением психических функций (внимания, волевых задержек, когнитивно-эмоциональных мотиваций и др.), противопоставлением себя окружающим людям, борьбой за самостоятельность, протестами против общепринятых отношений, правил, а позже — оригинальничанием. Наиболее brutальным обычно является пубертатный кризис в 12 лет (± 1 год).

Кризис в 18 лет (± 1 год) проявляется большей частью резко выраженной эмоциональной неустойчивостью, негативно-критическим отношением к требованиям общества, временным ослаблением внимания, памяти, интеллектуальных функций. Может появляться склонность к мучительному самоанализу, а также к импульсивным и рискованным поступкам. Иногда возникают мысли о самоубийстве. Нередко под влиянием какого-то, казалось бы, незначительного случая возникает как бы внезапно (хотя назревает и подготавливается он постепенно) момент самообновления, качественного изменения личности (главным образом, в плане чувства долга, ответственности, редко — противоположных чувств). Этот момент представляет собой яркое переживание, запоминающееся на всю жизнь.

Не меньшую роль в формировании психики, личности играет не всеми и не всегда учитываемый инстинкт «общительности и взаимопомощи», являющийся, в частности, изначальным элементом этики (Ч. Дарвин, П.А. Кропоткин). Этот инстинкт лежит в основе, казалось бы, спонтанного проявления «нравственного императива» (И. Кант) в подростковом возрасте и определяет в конечном итоге преобладание в юношеском возрасте идеальных устремлений, отношений, «рыцарства», романтических надежд и не до конца продуманных проектов.

Характерными для каждой Жизни являются формы эмоционального реагирования. В самом начале Первой Жизни имеют место недифференцированные (протопатические) реакции протеста (плач) или удовольствия преимущественно

на соматические воздействия. Затем наступает этап инфантильно-гедонических аффектов («приятно — неприятно»). Все в большей степени проявляется эмоциональная зависимость от родителей. С 3–4 лет начинается формирование высших чувств: «хорошо — плохо», «можно — нельзя», а в 8–12 лет — «честно — нечестно». В этом возрасте впервые появляются смутные платонически-эротические мечтания и томления. В юношеском возрасте (13–18 лет) продолжается формирование высших этических чувств в их многовариантных разновидностях и оттенках, а также основных этических категорий: «справедливо — несправедливо», «равенство и свобода», социобиологической базой которых также является инстинкт «общительности и взаимопомощи». Появляются первые эротические, в основном платонические, влюбленности. В то же время имеют место пробуждение сексуальности и, чаще у юношей, суррогатное удовлетворение половых потребностей (онанизм). В отношении к родителям формируется эмоциональная амбивалентность: эмоциональная зависимость, любовь, сочетающиеся с эмоциональным отторжением (обособлением). В этом возрастном периоде чаще всего наблюдаются (типичны) такие дурные («греховные») поступки, как обман, капризность, лень, жестокость.

В Первой Жизни происходят типичные для нее этапные изменения переживания чувства времени. Первое отражение времени — это восприятие самого по себе «настоящего» еще без какого-либо прошлого и будущего. В 4–7 лет восприятие настоящего дополняется отражением в играх (проигрыванием) «будущего» (взрослого). В 8–12 лет наиболее значимым в переживании времени является слияние «общечеловеческого прошлого» с «настоящим». Очень характерно переживание чувства времени в возрасте от 13 до 18 лет — восприятие временных границ в этом возрасте отсутствует, сливаются воедино общечеловеческое прошлое, настоящее и бесконечное будущее (15-летний юноша, узнав, что солнце через 5 млрд лет погаснет, думает: «А как же мы?»).

Типичные и начинающиеся в этой Жизни болезни: *корь, коклюш, паротит, острые респираторные заболевания, ангина, хорей малая*², эпилепсия генуинная, острый суставной ревматизм, сирингомиелия, психопатия.

Вторая Жизнь — «Генерация» (18–26 лет)

Стабильные периоды соответствуют юношескому (18–22 года) и позднему юношескому (23–28 лет) возрасту. Все проявления Второй Жизни обусловлены нейроэндокринной регуляцией с выраженным преобладанием влияния половых гормонов (экскреции гонад). Типичным для этого периода является наивысший уровень всех биологических проявлений: биотонуса, функционирования всех органов и систем, мышечной силы и ее резервов, быстроты реакций, выносливости, памяти, яркости восприятий, эмоционального реагирования и т. д. Не достигают максимума лишь когнитивные функции (интеллект).

² Здесь и далее курсивом выделены наиболее часто встречающиеся заболевания в той или иной жизни.

В поведении преобладает активность, в большей степени определяемая чувствами, нежели рас­судком. Поэтому нередко она несколько хаотична и сопряжена с ошибками и неудачами. Имеет место юношеская гиперсексуальность (в основном у мужчин), оказывающая сильное влияние на миро­восприятие и поведение. Характерны переоцен­ка собственной личности и своих возможностей, оптимистическая оценка всего происходящего. Все смешное и не очень смешное, порою и совсем не смешное, легко вызывает смех, особенно при групповом восприятии. Юноши легко воодушев­ляются на выполнение различных проектов, ча­сто недостаточно продуманных и маловыполни­мых. Им «все по плечу» и до известной степени «море по колено». В той или иной степени выра­жены азартность и бесшабашность, легкомыслие, склонность к риску, к поступкам «на авось». Это время «дерзаний и встреч», а также «бури и нати­ска». Основной мотивацией поступков является по­иск социального признания и своего места в обще­стве. Это сопряжено с тенденцией разбрасываться в деятельности: приниматься то за одно, то за дру­гое. В поведении важное место занимает стремле­ние к профессиональной подготовке и к личност­ной независимости. В юношеском возрасте чело­век склонен к искренности и самоотверженности. Он может работать наравне с другими, но еще не вносит в трудовой процесс что-либо свое личное, новое. Его творчество в большей части подража­тельное.

Мировосприятие у людей в этом возрасте но­сит преимущественно романтический характер. Еще сильны вера в возможность чуда, мечтатель­ность. Юноши доступны «высокому и прекрас­ному». Имеет место ощущение беспредельности жизни: «Другие могут умереть, погибнуть, а я — нет».

В позднем юношеском возрасте продолжает быть характерной более или менее легкая пере­ключаемость в деятельности и во взглядах (легко меняют место жительства, работу, семью). Одна­ко молодые люди более последовательны и целеу­стремленны по сравнению с предыдущим возраст­ным периодом. Сексуальный поиск приводит их к выбору брачного партнера и в большинстве слу­чаев на какое-то время затухает. В этом возрасте большинство мужчин и женщин создают семью. У мужчин сохраняется высокий уровень полово­го влечения и стремления к его реализации, что не всегда осознается, однако получает отражение в рисунке поведения. Либи­до (половое влечение) женщин еще не достигает максимума, в результате чего нередко возникают «ножницы» в сексуаль­ной активности половых партнеров: сексуальная активность у мужчин преобладает над таковой у женщин. Любовь в этом возрасте носит, как пра­вило, пылкий, страстный характер. Важную роль приобретают внутрисемейные отношения (лю­бовь, ревность, устройство «гнезда», бытовые за­боты), рождение детей и начало их воспитания. Присущие молодому возрасту биологическая эго­центричность, преобладание чувственного начала над рассудочным, а также сложность психологиче­ской «притирки», явления психологической (пси­хофизиологической) несовместимости определя­

ют нестабильность брачного союза в первые его 3–5 лет.

В позднем юношеском возрасте осуществляется окончательный выбор профессии (специальности).

Имеют место два критических периода: в 22 года (± 1 год) и в 26 лет (± 2 года). Для них характерны: спад сопротивляемости организма, снижение пси­хофизических показателей, временное снижение уровня интеллектуальной продукции, смятение чувств, эмоциональная нестабильность с депрес­сивными колебаниями, сомнения в правильности выбранного пути, в правомерности материалисти­ческих детерминант своего мировоззрения. При этом нередко появляется повышенный интерес к метафизическим и религиозно-мистическим иде­ям. Возникает неустойчивость семейных отноше­ний (часты разводы), появляются суицидальные тенденции.

Эмоциональная сфера юношеского возраста от­личается преобладанием альтруистических соци­альных идеалов, самоотверженности и сексуаль­ных «любовных мук». Почти все вопросы в этом возрасте решаются с позиций максимализма: не признаются полумеры, скидка на обстоятельства, оправдания и т. д. Однако максимализм типичен в оценках и требованиях прежде всего к социуму и в меньшей мере — к самому себе. Фон настроения преимущественно оптимистичный. Часто, и без какого-то внешнего повода, появляется чувство радости жизни («радости бытия»).

Юношам присущ постоянный (не всегда осо­знанный) сексуальный поиск. Лица противопо­ложного пола воспринимаются ими в качестве возможного или невозможного сексуального пар­тнера, а лица того же пола — как потенциальные соперники. Характерен высокий уровень влюбчи­вости. Ради самоутверждения приносятся любые жертвы, включая риск здоровьем и даже жизнью. Возникает интуитивное понимание справедливости, «честно — нечестно». Часто проявляются нетерпимость, агрессивные тенденции, пренебре­жение к авторитетам. В то же время обнаружива­ется склонность «делать как все» (конформность). Может возникать побуждение делать что-то вред­ное, шокирующее окружающих, желание погугать других «ради шутки» (проявление эмоциональной незрелости). Позже появляются эгоцентрические мотивации: «полезно — бесполезно для меня». Сек­суальная любовь приобретает «страстный» харак­тер. Существенное место занимает любовь к де­тям. Любовь к родителям уходит на второй план.

Характерны для этого возраста следующие «грехи»: безалаберность, нетерпимость, хвастов­ство, непризнание авторитетов, невнимание к близким людям, конфликтность.

В юношеском возрасте типично переживание времени в плане «настоящее в сиюминутном». Бу­дущее воспринимается как нечто абстрактное, не требующее пока каких-либо усилий. Позже как психологическое новообразование вместе с эгоцен­трической мотивацией возникает своеобразный перенос настоящего в будущее. Появляются ощу­щения перманентного ожидания: «Вот кончу учебное заведение... получу квартиру... женюсь ... (и т. д.) и начнется настоящая жизнь». В большинстве случа­ев это продолжается до конца Третьей Жизни.

Типичные и наиболее часто начинающиеся в этом периоде болезни: *острые респираторные заболевания, острый суставной ревматизм, ангина, болезнь Бехтерева, почечнокаменная болезнь, сирингомиелия, эпилепсия симптоматическая, психопатия, шизофрения, маниакально-депрессивный психоз, коронарный атеросклероз, хронический гастрит, экзема, оофорит и сальпингит, отит, ринит, невралгия, истерия.*

Третья жизнь — «Ваяние» (27–42 года)

Эта Жизнь включает два стабильных и два критических периода. Стабильные периоды соответствуют возрасту возмужалости (27–34 года) и ранней зрелости (35–42 года). В стабильных периодах типичным является постепенное формирование все более сдержанного и продуманного реагирования и поведения. Юношеская горячность, максимализм, бесшабашность, несдержанность уступают место в той иной степени выраженным осторожности и осмотрительности. А.П. Чехов в своем дневнике записал, что он долго работал над такими своими качествами, как горячность и несдержанность, и к 35 годам ему удалось улучшить свой характер. Конечно, работать над собой надо, но суть произошедшего с А.П. Чеховым заключалась в другом. После 30 лет в нейроэндокринном ансамбле регуляции деятельности организма человека уходит на второй план роль половых гормонов (в связи с этим несколько снижается биотонус и появляются первые признаки увядания). Роль первой скрипки в нейроэндокринном ансамбле приобретают гормоны надпочечников и гипофиза, функция которых в этом периоде существенно повышается. По данным М. Burger, A. Schlomka (1928), W. Rotter (1949) и др., эти гормоны усиливают процессы торможения. Последние же лежат в основе таких психических качеств, как сдержанность, осторожность, осмотрительность. Эти изменения в нейроэндокринной регуляции жизнедеятельности обусловлены биологическими потребностями человека. Новое потомство, появившееся в период биологического расцвета организма родителей, нуждается в долговременном его сохранении и воспитании для достижения им способности самостоятельного существования и зрелости. В этом заключается существенное отличие от большинства животных. Поэтому мало произвести потомство (генерация), надо его сохранить и вырастить. В связи с этим более значимыми в биологическом плане становятся осторожность, предусмотрительность, появляющиеся в результате указанной нейрогуморальной перестройки.

Представляет интерес возможность с этих позиций понять психофизические особенности так называемого «бальзаковского возраста» у женщин. Особая привлекательность женщин в 30–35 лет обусловлена большей сдержанностью и продуманностью в проявлении утонченных (возрастом) чувств, придающих им некую загадочность и насыщенных чувственностью. Последнее связано с повышением у женщин после 30 лет либидо, зависящего от уровня экскреции андрогенов, вырабатываемых у женщин надпочечниками (их функция в этом возрасте повышается).

Социальная среда в меньшей мере, чем в предыдущем возрастном периоде, оказывает влияние на формирование личности. Появляются черты самостоятельности, индивидуальной обособленности, зрелости (когда, по шутливому замечанию одного американского психолога, человек способен принять решение даже вопреки тому, что оно совпадает с советами собственных родителей).

Для людей в возрасте возмужалости (27–34 года) по-прежнему свойственны оптимизм, чувство радости бытия, активность, смелость, высокие показатели запоминания, сообразительности. Максимум достигает у них уровень притязаний, увеличивается объем внимания, легко приобретаются новые навыки. Характерно создание стабильного круга друзей, приятелей, знакомых, «нужных» людей. Сексуальные и семейные проблемы продолжают играть в их жизни важнейшую роль. Происходит выравнивание сексуальности мужчин и женщин. У мужчин сексуальное влечение сохраняется на прежнем уровне, а у женщин оно достигает высшего предела.

У людей этого возраста сохраняется ощущение больших возможностей и длительной жизненной перспективы. Наряду с этим у них начинают проявляться такие черты, как сдержанность, собранность, трезвость оценок, реальность ожиданий, снижается уровень смешливости. Происходит как бы «притирка» к социальной среде.

Значительное место в духовном обиходе занимает любовь, выраженность этого чувства достигает максимума. Не меньшую роль играют все более отлаживающиеся внутрисемейные отношения, в частности воспитательный процесс, в котором происходит двустороннее психологическое воздействие. Дети с особенностями их психики, детская литература, воспринимаемая теперь иначе, оказывают обычно положительное, «просветляющее» действие на воспитателя.

Характерна спецификация самоопределения: человек ставит конкретные цели и реально продвигается к их осуществлению, при этом активно стремится к совершенству в своей профессии. Происходит консолидация профессиональной деятельности. Нередко в 32–33 года духовная и творческая активность достигает высшего подъема. Снижается уровень максимализма и агрессивности, но также и уровень конформности. Вместе с тем учащаются конфликты с родителями, большей частью в связи с протестом против мелочной опеки со стороны родителей и их вмешательства во внутрисемейные отношения. Меньше проявляется склонность к смене места жительства и особенно к смене социальной среды.

В возрасте ранней зрелости (35–42 года) происходит «шлифовка» и стабилизация личности, а также формирование устойчивых социальных структур (круг друзей, коллег и др.). Это время «исполнения обещаний и реального исполнения желаний», которые ранее были в зоне мечтаний и планов. К сорока годам достигается интеллектуальная зрелость: «до сорока лет мы еще можем поумнеть...» Это самое плодотворное время жизни, когда свежесть восприятия еще не утрачена, а интеллектуальная зрелость достигла достаточно высокого уровня. Это период достижения возмож-

ной самореализации. Романтические мечтания замещаются здравым смыслом и зрелыми суждениями. В полной мере проявляется способность не только накапливать, но и использовать жизненный опыт, а также способность по-новому решать поставленные задачи, самому ставить проблемы, подходить нестандартно к существующим правилам и нормам и преобразовывать их. Самооценка личности отражает результаты жизненного пути, жизни как решаемой задачи. Трезво оцениваются собственные возможности. Условия социальной среды мало влияют или практически не влияют на сформировавшуюся структуру личности.

Рисунок поведения людей этого возраста приобретает уравнищенность и солидность (по выражению, принятому в обывательской среде, человек этого возраста «перебесился»), а характер — устойчивость и твердость. Они становятся более осторожными, осмотрительными. Наименьшей величины достигает уровень конформности. Тогда как собранность, самообладание, способность сдерживаться, терпеть, подчиняться, делать точный выбор оказываются на верхнем пределе.

Значимость профессиональной деятельности для личности постепенно увеличивается и уравнивается со значимостью сексуально-семейных проблем. При этом либидо женщин сохраняется на прежнем максимальном уровне, а у мужчин отмечается некоторое снижение его. Вновь появляются «ножницы» в сексуальной активности мужчин и женщин. Многие женщины до 30 лет жалуются на излишнюю, по их мнению, половую активность мужей, а после 30 лет — на недостаточную сексуальную активность мужей. Любовь в этом возрасте приобретает «зрелый» характер и представляет собой чувство мощного накала. Внутрисемейные отношения приобретают устойчивость и некоторую стереотипность, что нередко оказывается причиной возникновения в этом возрасте ощущения неудовлетворенности брачными отношениями. Важным и все так же взаимообогащающим является процесс воспитания детей. Отсутствие этого процесса ведет к формированию «апедической» дефицитарности личности (см. «Обозр. психиатрии и мед. психологии им. В.М. Бехтерева, 2009, № 4).

Оба критических периода Третьей Жизни относятся к наиболее значимым кризисам в онтогенезе человека: матуритатный («кризис середины жизни») — в 34 года (± 1 год) и климактерический — в 42 года (± 1 год). В матуритатном критическом периоде отмечается ослабление интеллектуальной продуктивности, возникают трудности во внутрисемейных отношениях. Появляется ощущение опустошения, безотчетной тревоги, крушения надежд. Происходит мучительное осознание расхождения между юношескими мечтами и действительностью. Наблюдается очередной пик в динамике самоубийств и заболеваемости. Для климактерического критического периода характерны снижение интеллектуальной и творческой продуктивности, тревожное ожидание какой-то беды, депрессивность, ощущение личной катастрофы, краха, опустошения. У женщин появляются признаки начинающегося климакса.

В эмоциональной сфере в возрасте возмужалости достаточно типично включение псевдоаль-

труистической мотивации: «ты мне — я тебе». Настроение преимущественно оптимистическое. Еще часто испытывает человек чувство радости бытия. Сексуальная любовь достигает «апогея». Любовь к детям приобретает «деятельный» характер, а любовь к родителям все так же на втором плане. Возраст ранней зрелости — это этап гармоничного сочетания альтруистических и эгоцентрических мотиваций, «зрелой» сексуальной любви и зрелой любви к детям и родителям.

В этой Жизни «грехи» связаны в большей мере с чрезмерной самоуверенностью, грубостью и гордыней.

В возрасте возмужалости переживание времени может быть обозначено как «настоящее в будущем и уже в настоящем». Имеет место и ожидание определенных событий будущего, и ощущение непосредственной жизни сейчас. В возрасте ранней зрелости в большей мере выступает ощущение жизни как таковой «сейчас», и переживание времени может быть определено как «настоящее в настоящем и еще в будущем».

В Третьей Жизни типичными и чаще всего начинающимися болезнями оказываются: *острый бронхит, холецистопатия, оофорит и сальпингит, хронический отит и ринит, гайморит, болезни щитовидной железы, неврастения, истерия, психопатии, алкоголизм, парафрения*, острые респираторные заболевания, ангина, острый суставной ревматизм, болезнь Бехтерева, почечнокаменная болезнь, гипертоническая болезнь, пародонтоз, желчнокаменная болезнь, деформирующий спондилез, коронарный атеросклероз, хронический гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, люмбаго.

Четвертая Жизнь — «Творчество» (43–57 лет)

Так же, как и в Третьей Жизни, имеют место два стабильных периода, соответствующих возрасту зрелости (43–50 лет) и поздней зрелости (51–57 лет), и два критических периода (в 50 и в 57 лет). Нейроэндокринный ансамбль, регулирующий гомеостаз Четвертой Жизни, характеризуется преобладанием функции гипофиза, простаты и парашитовидных желез.

Возраст зрелости — это время «озарений», открытий, изобретений, возраст пика социальной активности. Для людей этого возраста характерны выраженный подъем творческой продуктивности и дальнейшая самореализация. В большинстве случаев уровень профессионального мастерства достигает возможного верхнего предела. В полном объеме выражаются самобытность и творческий подход в работе. Обычно в этом возрасте закладываются и формируются наиболее значимые, оригинальные идеи, концепции, способы выражения, подходы, методы. Человек приобретает высшую социальную ценность. На крупных руководящих постах в интересах человечества предпочтительны талантливые организаторы в возрасте зрелости и поздней зрелости (в Третьей и Четвертой Жизни).

В этом возрастном периоде внутрисемейные сложности возникают главным образом в связи с усилением стереотипности, будничности супру-

жеских отношений, что сопровождается не всегда полностью осознаваемой неудовлетворенностью, чувством разочарования в брачном партнере. При этом сохранившаяся в этом возрасте физическая привлекательность создает условия для флирта. Важным оказывается и то, что супружеская интимная близость — «всепримиряющий фактор», сглаживавший ранее большую часть разногласий и спор, — оказывается теперь не столь безотказным и значимым. Вместе с тем семейные отношения, любовь к жене (мужу), к детям, воспитание детей продолжают оставаться важнейшей составляющей духовной жизни зрелых людей.

У представителей преимущественно этого возрастного периода уходят из жизни родители. Это всегда тяжело, так как родители не только дают жизнь, растят, воспитывают, заботятся, поддерживают своих детей, они еще и загораживают своим существованием грядущее за ними Небытие. После смерти родителей появляется чувство незащищенности перед «беспощадным» временем и неизбежным концом существования, осознается выход на передний край перед надвигающимся Небытием уже в качестве защитников от него своих детей.

Максимум достигают социализация, устойчивость и твердость характера, самостоятельность в решении жизненных проблем, трезвость и зрелость суждений. Происходит полное освобождение от иллюзий. Однако может произойти переоценка духовных ценностей и поворот в религиозно-мистическом плане ведущих интересов в духовной жизни. Конформность продолжает оставаться низкой.

Снижаются общая мобильность, склонность к риску, не столь выражен азарт, все большую роль играет осторожность. Усиливаются такие черты, как подозрительность, ревность, особенно у лиц флегматического темперамента. В периоде зрелости достигается наибольшая личностная гармоничность у людей холерического темперамента.

Возраст поздней зрелости — время «зрелых дерзаний и встреч», примата общечеловеческих интересов. Он характеризуется стабилизацией психофизических проявлений, уровень которых, однако, несколько ниже, чем в предыдущем возрастном периоде.

В периоде поздней зрелости людям присущи выносливость, устойчивость к стрессовым воздействиям, самостоятельность в суждениях и в выборе плана действий. Профессиональная деятельность занимает первостепенное место, направленность ее определяется общечеловеческими интересами и ценностями. Результаты профессиональной деятельности продолжают оставаться оптимальными. В поведении, наряду с активностью и смелостью, достаточно выражены осторожность, предусмотрительность, типично появление элементов стереотипизации и рутинерства.

Нередко у лиц творческого типа сугубо реалистический прагматический характер мировосприятия, типичный для двух предыдущих возрастных периодов, теряет свою категоричность. Могут появляться сомнения в жесткой материалистической детерминации мироздания. Возникает интерес и склонность к мирозерцанию, религиозным и идеалистическим концепциям. Увеличивается

уровень альтруизма, социализации. В частности, возникает склонность рассматривать свои жизненные ситуации с позиций общества, всего человечества.

Кризис в 50 лет (± 1 год) проявляется в тревожности, пониженном настроении, в неустойчивости и напряженности семейных отношений (особенно у мужчин). Происходит переоценка жизненных и, в частности, духовных ценностей. Возникает мучительное желание сохранить возможность возникновения романтических ситуаций. Духовный разлад обусловлен процессом увядания, убывания физических сил и привлекательности, увеличивается количество разводов. Отмечается усиление суицидальных тенденций. Наступает временный спад творческой активности. Кризис в 57 лет (± 1 год) выражен более резко. Наблюдается резкий спад творческой и интеллектуальной продуктивности. Появляется ощущение «выработанности», опустошения, бесцельности существования. Актуализируется страх смерти, но нередко возникают и суицидальные тенденции.

В эмоциональной сфере в период зрелости этические, эстетические и интеллектуальные (интеллектуальной близости, ясности мыслей и др.) высшие чувства достигают наибольшей дифференцированности и утонченности. Сексуальная любовь, любовь к детям и родителям приобретает «стабильный» характер. У людей этого возраста преобладает бодрое настроение, временами возникает чувство радости бытия.

Для периода поздней зрелости характерно возникновение второй «эмоциональной волны», всплеска альтруизма и «обновленной» сексуальной любви (для мужчин — «седина в бороду, бес в ребро»). Вновь появляются внутрисемейные трудности, обусловленные, главным образом, возникновением очередных «ножниц»: большей биологической сохранностью мужчин (продолжение генеративных функций, высокий биотонус) по сравнению с женщинами, у которых к этому периоду прекращается генеративная функция, ниже биотонус, часто происходит психологический переход на роль домработницы, бабушки, с соответствующим рисунком поведения (манеры, одежда, косметика, требования к окружающим и т. д.). Взрослые дети перестают играть роль объединяющего фактора. Их уход из семьи (отъезд на учебу, на службу в армии, на работу, создание собственной семьи) снижает чувство совместной ответственности и долга по отношению к детям.

Для Четвертой Жизни наиболее типичны «грехи», обусловленные подозрительностью, завистью и пренебрежением к окружающим людям.

В период зрелости человек наконец начинает в полной мере жить настоящим, и переживание времени определяется как «настоящее в настоящем». Всего лишь семь лет мы живем в полной мере настоящим, а уже в поздней зрелости появляются осознание сокращения будущего времени жизни и новый оттенок в переживании времени: «настоящее в настоящем с сокращающимся будущим».

Наиболее часто встречающиеся и начинающиеся в Четвертой Жизни заболевания: *хронический гастрит, кардиосклероз атеросклеротический, холецистит, геморрой, сахарный диабет, болезни об-*

мена веществ, болезни суставов, люмбаго, невроты, инволюционные психозы, пресенильные деменции (болезнь Альцгеймера и болезнь Пика), паранойя, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, гипертоническая болезнь, пародонтоз, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, деформирующий спондилез, цирроз печени, онкологические болезни.

Пятая Жизнь — «Жатва» (58–76 лет)

Эта жизнь включает три стабильных этапа, соответствующих раннему пожилому возрасту (58–62 года), пожилому (63–70 лет) и позднему пожилому (71–76 лет), а также три критических периода (в 62, 70 и 76 лет). В период Пятой Жизни отмечается преобладание в нейроэндокринной регуляции гормонов надпочечников и поджелудочной железы.

В раннем пожилом возрасте завершается самореализация, еще сохраняются социальные достижения (авторитет, власть). В большей мере это время «рабочей лошади» — среди жизненных ценностей работа выступает на первый план. Работа преимущественно осуществляется по ранее выработанному стереотипу («по накатанной колее»). Творческая деятельность переходит на углубленную разработку главным образом того, что было продуктом творчества в Четвертой Жизни. Заканчивается постановка новых жизненных целей, но продолжается систематическое и настойчивое продвижение к ранее поставленным целям. Высокой остается социальная активность. Нередко отмечаются всплеск творческой продуктивности, ощущение полноценной и плодотворной жизни: «еще есть порох в пороховнице». Максимум достигается самообладание в случаях опасности.

Пожилой возраст — это время «жатвы» и начинающегося элективного сужения социальных устремлений, потребностей, интересов. По словам Ф. Вольтера, этот возраст «для глупца — бремя, для невежды — зима, а для человека науки — время золотой жатвы». Активные, творческие люди способны в этом возрасте к очень продуктивной деятельности, достигая иногда верхнего предела своих возможностей. Накопленный опыт и информация позволяют делать широкие обобщения, детально и творчески разрабатывать оригинальные концепции (основа которых обычно заложена еще в период зрелости), конструировать новые теории, гипотезы, создавать продуктивные творческие объединения, корпорации и т. д.

Вместе с тем в пожилом возрасте подходит к концу профессиональная деятельность, которую иногда заменяет хобби. В большинстве случаев нарушение жизненного (рабочего) стереотипа переживается трудно и негативно сказывается на состоянии здоровья (обостряются или возникают болезни). Некоторые пожилые люди продолжают трудовую деятельность с целью поддержания авторитета и власти. Однако у большей части пожилых людей возникает тенденция довольствоваться тем, что есть. Они перестают жить надеждами.

Отмечается обострение чувства родства и привязанности к близким людям. Семья становится важнейшей ценностью. Главными интересами

в этом возрасте оказываются интересы семьи. Основную роль в супружеских отношениях начинает играть чувство дружбы, а любовь все больше теряет специфический сексуальный элемент и приобретает характер взаимной заботы с оттенком родительского (материнского, отцовского) чувства друг к другу. Усиливается зависимость от семьи.

Сужается круг общения, все более ограничиваясь семьей, родственниками и немногими старыми друзьями. Резко снижается географическая мобильность.

Трудоспособность переходит на следующий, более низкий уровень. Чувственная мотивация все больше уступает место рациональной мотивации (рассудок начинает преобладать в связи со снижением эмоциональности). Беднеет накал чувств, «остывает душа». Усиливаются упрямство, шаблонность и стереотипность в поведении.

Эмоционально окрашенным в этом возрасте оказывается стремление задержать наступление старения. Появляется склонность «щадить» себя: экономить силы, ограничивать влияние вредных факторов (курение, алкоголь и т. д.). В связи с ощущением снижения собственной значимости для окружающих может возникать малоосознанное чувство зависти к молодым, а у некоторых — стремление соревноваться с ними (в умениях, выносливости и т. п.). Все чаще возникают мысли о грядущей смерти, представления о том, как это произойдет. Увеличивается склонность к религиозному мирозерцанию. Вновь повышается уровень конфликтности.

Поздний пожилой возраст — время «сентенций, менторства» и социального консерватизма. Как и последующие возрастные периоды, он характеризуется все большей актуализацией прошлого. Внутренний мир все больше обращается к прошлому. Появляется склонность к воспоминаниям, а также ощущение, что прошлое было лучше, чем настоящее. Это обуславливает проявление консерватизма. Мировосприятие людей этого возраста определяется тем, что для них теперь «настоящее в настоящем и в прошлом». В еще большей степени человек ощущает свою зависимость от семьи, близких и тяготится одинокостью. В супружеской любви на более низкий уровень переходит специфический сексуальный компонент. Отношения супругов нередко приобретают сентиментально-слащавый характер (ласковые клички, утрированная забота и т. д.). Все уже круг общения. Все выраженной предчувствие близкого конца и ощущение катастрофического сокращения будущего времени. Появляются опасения оказаться беспомощным и стать обузой для близких. Желание и стремление к покою сочетаются с желанием оказать близким посильную помощь, быть полезным. Возникает нетерпимость к резким переменам в образе жизни.

Появляется ощущение отставания от мира молодых. Становится все труднее понимать их интересы, вкусы, новые формы общения. Вместе с тем возникает стремление проповедовать моральные принципы, читать молодым нравоучения, наставления, поучать их. Именно к этому возрасту в наибольшей степени подходит максима Ларошфуко: «Старики потому так любят давать хорошие со-

веты, что они уже не могут подавать дурные примеры». Иногда формируется восприятие самого себя как человека прошлого. Нарастает косность взглядов и поступков, что усиливает проявления консерватизма. Последний, однако, нередко сочетается с конформностью и внушаемостью.

Вместе с тем интеллектуальная и деловая продукция творческих людей в позднем пожилом возрасте может быть еще достаточно высокой.

Кризис в 62 года (± 1 год) характеризуется временным падением биотонуса (снижение основного обмена, иммунитета, мышечной силы), снижением мнестических и интеллектуальных функций, появлением выраженных внешних признаков старения, потерей жизненной перспективы. Возникает ощущение, что жизнь «уходит», что все было «суета сует» и нет в жизни ничего такого, ради чего стоило бы отдавать силы и чувства. Свойственные этому периоду нерешительность, сомнения сопровождаются мучительным вопросом: «А нужно ли мне все это?» Отмечается спад творческой активности.

Кризис в 70 лет (± 1 год) опасен хотя и временным, но резким снижением биотонуса, падением защитных сил, нередко — началом тяжелых заболеваний. Типичны опустошенность, выраженные спады настроения, тревога, безысходность в понимании отсутствия альтернативы смерти, тоска, предчувствие близкого конца жизни. Наблюдается спад творческой активности.

Кризис в 76 лет (± 1 год) по своим проявлениям во многом похож на предыдущий. На фоне выраженного спада биотонуса и понижения мнестических и интеллектуальных функций более резко выражены тоска, тревога, ощущение неизбежности и приближения конца жизни, бесцельности существования (хорошо отражено психическое состояние этого периода в произведении Л.Н. Толстого «Исповедь»).

Особенностями эмоционального реагирования в Пятой Жизни является постепенное снижение его биологического компонента. В раннем пожилом возрасте типичны эмоциональная стандартизация и «уравновешенная» любовь — сексуальная, а также к детям и к родителям-долгожителям. В пожилом возрасте любовь приобретает характер «заботливой», иногда навязчиво-заботливой, опеки по отношению к близким людям. Появляется все увеличивающаяся эмоциональная дистанцированность по отношению к нечленам семьи. В позднем пожилом возрасте, наряду с указанными особенностями, появляются признаки усиления эгоцентричности, а в проявлениях любви к близким часто отмечаются элементы сентиментальности. Нередко появляются обидчивость, эмоциональная нетерпимость к замечаниям, раздражительность.

В Пятой Жизни дурные поступки («грехи») связаны преимущественно с черствостью, ленью и жадностью.

Восприятие времени в Пятой Жизни приобретает некоторую ущербность: в раннем пожилом возрасте — «настоящее в настоящем с урезанным будущим», в пожилом возрасте — «настоящее в настоящем без будущего», а в позднем пожилом возрасте — «настоящее в настоящем и в прошлом».

Типичные и наиболее часто встречающиеся заболевания в Пятой Жизни: *гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, потеря зубов из-за пародонтоза, желчно-каменная болезнь, рак желудка, деформирующий спондилез, коронарный атеросклероз, хронический гастрит, пневмосклероз и эмфизема легких, онкологические заболевания, артропатии, цирроз печени, церебральный атеросклероз, паркинсонические расстройства, нарушения мозгового кровообращения (инсульт), сахарный диабет, болезнь Альцгеймера, болезнь Пика.*

Шестая Жизнь — «Закат» (77–91 год)

Шестая Жизнь включает два стабильных периода, соответствующих «старческому» возрасту (77–82 года) и возрасту «раннего долгожительства» (83–91 год), а также два критических периода (82 года и 91 год). Нейроэндокринная регуляция гомеостаза Шестой Жизни обеспечивается наибольшей активностью гипофиза, щитовидной и паращитовидных желез.

В первом стабильном периоде наблюдается тенденция интуитивной экономии сил, отказ от мероприятий, требующих активности, предпочтение пассивного времяпрепровождения, бездумного созерцания происходящего в окружающем (длительное сидение у окна, на лавочке у дома). Все это способствует нарастающей социальной изоляции. Отмечаются дальнейшее свертывание социальных связей и семейная инкапсуляция. Все больше уходит из жизни сверстников и родственников одного с людьми этого возраста поколения.

Специфическим новообразованием этого периода является ослабление интеграции поведенческих реакций. Это может выражаться в появлении детских форм реагирования (капризность, обидчивость, плаксивость и т. д.) и в гротескном проявлении отдельных странностей, в крайней скупости, недоверчивости, подозрительности, тревожности, болтливости. Нередко в поведении существенным становится постоянное опасение каких-то несчастий, которые якобы подстерегают близких и их самих. Супружеские отношения также пронизаны беспокойством друг о друге. Их взаимная заботливость носит нежный, но несколько навязчивый характер. В то же время начинает проявляться эмоциональное обеднение, упрощаются эмоциональные реакции. Обнаруживается большая, чем раньше, конформность, а также потребность во внимании, поощрении. Нередко в поведении выступают элементы назойливости.

Характерно эмоционально окрашенное положительное восприятие того, что было в прошлом, и более или менее негативное отношение к настоящему. Все чаще возникают мысли и разговоры о смерти. Принимаются меры для осуществления и обеспечения похорон (откладываются деньги, высказываются соответствующие просьбы о ритуалах и месте захоронения, составляется завещание и т. д.).

Все это не отрицает возможности, при достаточной сохранности жизненных сил, творчески работать, быть полезным семье и обществу. Более того, творческая, физическая и интеллектуальная активность не только является следствием сохра-

нения определенного жизненного тонуса, но и сама по себе оказывает положительное влияние на биохимизм мозга и общую жизнедеятельность. Сохраняется в этом возрасте и любознательность.

Все в большей степени проявляется медлительность в двигательных реакциях, уже не компенсирующаяся их точностью. Замедленной становится и речь. Нередки в той или иной степени выраженные тремор (дрожание) рук, недостаточность координации движений.

В возрасте раннего долгожительства добавляется психологическое новообразование, заключающееся в своеобразном «примирении с судьбой», в отказе от сопротивления старению. Все в большей степени актуализируется и вспоминается прошлое.

Одним из наиболее опасных критических периодов, довольно часто оказывающимся последним в жизни человека, является кризис в 82 года (± 1 год). Типичны для него ощущение опустошенности, усталости от жизни, депрессивность, падение защитных сил организма, обострение и утяжеление болезней, опасность смерти. Кризис в 91 год (± 1 год) проявляется такими же признаками. К ним добавляется падение интереса к жизни.

В эмоциональной сфере в старческом возрасте преобладают опасения почти по любому поводу, и любовь к близким также приобретает «тревожный» характер. В периоде раннего долгожительства основным лейтмотивом становится сожаление о безвозвратности прошедшего. Во все большей степени проявляются признаки эмоционального оскудения. Любовь к близким в этом возрасте может быть определена как «тлеющая».

Дурные («греховные») поступки в Шестой Жизни проявляются главным образом в капризности и скарденности.

Если в старческом возрасте переживание времени носит характер «настоящее преимущественно в собственном прошлом», то в возрасте раннего долгожительства оно может расширяться в виде «настоящего в общечеловеческом прошлом».

Типичные заболевания в Шестой Жизни: *гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, потеря зубов из-за пародонтоза, желчнокаменная болезнь, деформирующий спондилез, коронарный атеросклероз, пневмосклероз и эмфизема легких, онкологические заболевания, артропатии, цирроз печени, церебральный атеросклероз, нарушения мозгового кровообращения (инсульт), сенильная деменция, паркинсонические расстройства.*

Седьмая Жизнь — «Уход» (92–100 и более лет)

К сожалению, на современном этапе существования человечества сравнительно немногим выпадает возможность прожить Седьмую Жизнь. Она тоже включает два стабильных периода, соответствующих возрасту «долгожительства» (92–99 лет) и «мафусаиловскому» (100 и больше лет), и один критический период (99 лет). В Седьмой Жизни отмечается общее гормональное затухание, постепенное ослабление всей эндокринной системы.

Нередко в возрасте долгожительства наблюдается оживление социальных интересов. В поступках и высказываниях типичен «отсвет Вечности». В мафусаиловском возрасте проступает тенденция «единения с Природой и растворения в ней».

Кризис в 99 лет (± 1 год) проявляется падением биотонуса, ощущением полной опустошенности, безразличия к жизни. Опасность смерти.

В возрасте долгожительства наблюдаются третья эмоциональная волна и всплеск платонической любви. Эмоциональную сферу «мафусаиловского» возраста характеризует постепенное эмоциональное угасание на фоне всеобъемлющей внеэмоциональной, по преимуществу рассудочной, любви.

Лишь условно можно считать «греховными» поступки, в основе которых лежит безразличие ко всему.

Переживание времени в начале Седьмой Жизни — это «настоящее в общечеловеческом прошлом и будущем», а в дальнейшем — «настоящее в бесконечности».

Болезни Седьмой Жизни: *гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, потеря зубов из-за пародонтоза, желчнокаменная болезнь, деформирующий спондилез, коронарный атеросклероз, пневмосклероз и эмфизема легких, онкологические заболевания, артропатии, цирроз печени, церебральный атеросклероз, нарушения мозгового кровообращения (инсульт), сенильная деменция, паркинсонические расстройства.*

Знание каждой из семи Жизней и их этапов дает возможность человеку понять себя и окружающих его людей, предвидеть будущие изменения в себе и в своих близких. Это в свою очередь позволит сделать свои отношения с окружающими гармоничными и более стабильными. Медицинские работники могут разработать возрастные профилактические мероприятия. Деловые люди смогут использовать эти сведения для учета психологии каждой возрастной группы в производстве товаров, предназначенных для определенного возрастного контингента, в рекламе и т. д.

Литература

1. Антропов Ю.А., Антропов А.Ю. Матуритатный период онтогенеза и некоторые психопатологические феномены // *Актуальные вопросы психиатрии и наркологии*. Кишинев, 1992. С. 18–21.
2. Ариавский И.А. Основы возрастной периодизации // *Возрастная физиология*. Л.: Наука, 1975. С. 5–67.
3. Беккер В.И. Андрогенная и глюкокортикоидная функция коры надпочечников в процессе старения // *Кровообращение и старость*. Киев: Здоров'я, 1965. С. 221–224.
4. Бурльер Ф. Определение биологического возраста человека: пер. с англ. Женева: ВОЗ Медицина, 1971. 72 с.
5. Гайдей И.Д. Возрастные особенности строения яичка и предстательной железы человека // *Труды Пятой научн. конф. по возрастной морфологии, физиологии и биохимии*. М.: Изд. АПН РСФСР, 1962. С. 31–34.

6. Выгодский Л.С. Собр. соч. М.: Педагогика, 1982. Т. 1; 2.
7. Гримм Г. Основы конституциональной биологии и антропологии: пер. с нем. М.: Медицина, 1967. 292 с.
8. Кант И. Антропология. СПб., 1900. 194 с.
9. Кахана М.С., Мельник Б.Е. Фазы онтогенеза, гипоталамус и процесс старения. Кишинев: Картя Молдавеняскэ, 1975. 102 с.
10. Ковалев А.Г., Мясщев В.Н. Психические особенности человека. Л., 1957. Т. 1. 264 с.
11. Кон И.С. Возрастные категории в науках о человеке и обществе // Социологические исследования. 1978. Вып. 3. С. 76–86.
12. Ларош К. Эндокринные железы // Основы геронтологии: пер. с франц. М.: Медгиз, 1960. С. 374–406.
13. Небылицин В.Д. Психофизиологические исследования индивидуальных различий. М.: Наука, 1976. 336 с.
14. Никитин В.Н. Возрастные изменения эндокринных желез // Успехи совр. биологии. 1960. Т. 50, № 2 (5). С. 192–210.
15. Пако С. Старение психологических особенностей человека // Основы геронтологии: пер. с франц. М.: Медгиз, 1960. С. 43–67.
16. Пархон К.И. Возрастная биология: пер. с румынск. Бухарест, 1959. 472 с.
17. Пузик В.И. Возрастная морфология желез внутренней секреции у человека. М.: Изд. АПН РСФСР, 1951. 232 с.
18. Толстой Л.Н. Полн. собр. сочинений. М.: ГИХЛ, 1955.
19. Фертик И.М., Маянц А.И., Моносзон С.М. К вопросу об эндокринной формуле детей в разные возрастные периоды // Ленинградский медицинский журнал. 1927. Вып. 5. С. 11–18.
20. Хрисанфова Е.Н. Некоторые аспекты гормональных исследований в антропологии // Вопросы антропологии. 1971. Вып. 37. С. 63–76.
21. Buhler Ch. Der menschliche Lebenslauf als psychologisches Problem. Leipzig, 1933. 328 S.
22. Burger M. Altern und Krankheit als Problem der Biomorphose. Leipzig: Veb. G. Thieme, 1960. 784 S.

Сведения об авторе

Антропов Юрий Андреевич — д. м. н., профессор, заведующий кафедрой психиатрии Пензенского института усовершенствования врачей. E-mail: ju_antrop@mail.ru