

## ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ ПЕДАГОГОВ ПРИ ПЕРЕЖИВАНИИ ВОЗРАСТНОГО КРИЗИСА 30 ЛЕТ

Н.В.Калинина<sup>1</sup>, Ю.Н.Дмитриева<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ульяновский государственный университет

<sup>2</sup>Ульяновского института повышения квалификации и переподготовки работников образования

Статья поступила в редакцию 02.04.2009

В статье анализируются особенности переживания возрастного кризиса 30 лет педагогами. Представлен анализ психологического содержания кризиса. В контексте концепции переживания кризиса как трудной жизненной ситуации исследованы различия в характере и способе переживания кризиса мужчинами и женщинами, выявлены предпочитаемые стратегии поведения.

Ключевые слова: возрастной кризис, профессиональная адаптация, профессиональное развитие, синдром эмоционального выгорания, профессиональное выгорание, личностный кризис, жизненный цикл, «кризис тридцати», гендерная специфика переживания кризиса.

Обращение к проблеме переживания возрастного кризиса педагогами вызвано запросами психологической практики. На протяжении последних нескольких лет увеличилось число обращений по проблемам неудовлетворенности жизнью, негативно окрашивающей все ее сферы, со стороны педагогов, прошедших первый этап профессиональной адаптации, демонстрирующих принятие ценности педагогической профессии и заявляющих о неготовности к смене профессиональной деятельности. Вместе с тем, их повседневная жизнь сопровождается такими универсальными чувствами как тревога, беспомощность, печаль, гнев, противоречивость чувств и переживаний. Такие переживания «тупика» и «трудности бытия» характеризуются в психологии как кризис<sup>1</sup>.

Кризис характеризует состояние, порождаемое вставшей перед человеком проблемой, от которой он не может уйти и которую не может разрешить в короткое время и привычным способом<sup>2</sup>. В исследованиях выделяют возрастные и ситуационные кризисы. Ситуационные кризисы – это кризисы, возникшие в результате каких-либо конкретных внезапных или неожиданных событий. Клиенты, обратившиеся к нам за помощью, не определялись с событием, повлекшим за собой наступление кризисных переживаний. Не локализовалась симптоматика и вокруг профессиональной деятельности. Анализ содержания переживаний позволил отнести их к симптомам возрастного кризиса.

Применительно к личности педагога кризисы в психологии рассматриваются чаще всего в контексте

кризисов профессионального развития<sup>3</sup>, синдрома эмоционального выгорания<sup>4</sup> профессиональных деструкций педагога<sup>5</sup>. С кризисом личности все эти явления роднит сложность и глубина переживаний, нередко экзистенциального характера. Также нельзя не отметить ряд общих детерминирующих факторов, обуславливающих профессиональное выгорание, деструкции и личностный кризис, и уровень характер воздействия на личность: от психофизиологического до духовного уровня функционирования личности. И, наконец, стратегии и способы преодоления как профессиональных деструкций, психического выгорания, так и личностного кризиса могут быть конструктивными, направленными на использование активной позиции и саморефлексии проблем, и дезадаптивными, приводящими к еще большей деструкции, профессиональному или личностному застою. Явления «психического выгорания» и профессиональных деструкций педагога связаны с кризисом, однако они не тождественны, и по большей части имеют ненормативному профессиональному кризису, инициируют его. Нас же интересует возрастной кризис, однозначно не связанный только с профессиональной деятельностью, а распространяющийся на все сферы жизнедеятельности педагога.

<sup>3</sup> Зеер Э.Ф. Психология профессионального образования. – М.: 2009.

<sup>4</sup> Аминов Н.А. Некоторые теоретические аспекты дифференциальной психодиагностики специальных способностей. – М.: 1994. – С.171 – 1944; Борисова М.В. Психологические детерминанты психического выгорания у педагогов. Автореф. дисс. канд. психол. наук. 19.00.07. Ярославский педагогический университет им. К.Д.Ушинского. – Ярославль: 2003; Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания. – 2-е изд. – СПб.: 2008; Орел В.Е. Исследование феномена профессиональной деформации личности // Ежегодник Рос. Психол. Общ-ва. – М.: 1996. – Т.2. – Вып. 2. – С.161 – 163; Рукавишников А.А. Опросник приспособленности. Руководство. – 3-е изд. – Б.М. НПЦ Психодиагностика. 1996.

<sup>5</sup> Сыманюк Э.Э. Психологические барьеры профессионального развития личности. – М.: 2005.

<sup>1</sup> Калинина Наталья Валентиновна, доктор психологических наук, зав. кафедрой психологии. E-mail: [kalinina66@mail.ru](mailto:kalinina66@mail.ru)  
Дмитриева Юлия Николаевна, соискатель, методист медиационного центра Ульяновского института повышения квалификации и переподготовки работников образования. E-mail: [ulyadm@mail.ru](mailto:ulyadm@mail.ru)

<sup>2</sup> Ромек В. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. – Б.М. Речь, 2007.

<sup>3</sup> Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. – М.: 1984.

В отечественной психологии термин «возрастной кризис» был введен Л.С.Выготским и определен как целостное изменение личности ребенка, регулярно возникающее при смене стабильных периодов. По Л.С.Выготскому, возрастной кризис обусловлен возникновением основных новообразований предшествующего стабильного периода, которые приводят к разрушению одной социальной ситуации и возникновению другой, адекватной новому психологическому образу. Механизм смены социальных ситуаций составляет психологическое содержание возрастного кризиса. Именно кризисы детей и подростков наиболее подробно исследованы в возрастной психологии. Это связано с тем, что в эти периоды развитие происходит очень быстро. Оно во многом определяется внешними факторами, а результаты допустимы наблюдению.

По отношению к взрослому человеку возрастные кризисы рассматриваются в психологических исследованиях полного жизненного цикла<sup>6</sup>. Считаем необходимым подчеркнуть, что количество данных исследований незначительно. Нет единых подходов к выделению кризисов взрослости. Наиболее часто случаи трудно протекающих кризисов у взрослых людей рассматриваются просто как индивидуально-биографические осложнения без учета возрастной специфики. Практика же психологической помощи остро нуждается в исследованиях особенностей возрастных кризисов взрослых людей.

Основная масса исследователей считает возрастные кризисы нормативным процессом развития, необходимым элементом социализации, обусловленным логикой личностного развития и необходимостью разрешения основного возрастного противоречия<sup>7</sup>. Л.Ф.Бурлачук и Е.Ю.Коржова относят возрастные кризисы к категории личностных и рассматривают их с позиции единства проявлений в кризисе операциональной стороны жизнедеятельности (как жить?), кризиса мотивационно-целевой стороны жизнедеятельности (для чего жить?) и кризиса смысловой стороны жизнедеятельности (для чего жить?). Главной особенностью прохождения возрастного кризиса взрослого человека является то, что он только сам может пережить его, изменяя свою жизнь. Но процессом переживания можно в какой-то степени управлять: организовывать, направлять, обеспечивать условия роста и само-совершенствования

личности, профилактики социально неприемлемых или личностно разрушающих способов его переживания. Человек, оказавшийся в кризисе обнаруживает, что его упорядоченный, тщательно выстроенный мир стал шатким и неопределенным. Все привычные способы, с помощью которых он справлялся с жизненными трудностями, подвергаются сомнению, и он вынужден искать новые способы решения проблем, вырабатывать новые способы поведения, которые могут оказаться более эффективными.

У взрослых большинство исследователей<sup>8</sup> выделяют три основных кризиса: кризис молодости (или кризис 30 лет), кризис середины жизни и кризис старости. Мы остановили свое внимание на кризисе 30 лет, как кризисе, связанном с вступлением человека в активную профессиональную и личную жизнь, осмыслением своего места в профессиональной и общественной деятельности, приоритетно влияющем на принятие решений о продолжении или смене профессиональной деятельности, личных выборов<sup>9</sup>.

Наиболее полно кризис 30 лет описан в исследованиях зарубежных авторов<sup>10</sup>. Здесь раскрыто его психологическое содержание. К концу периода молодости (приблизительно к тридцати годам) человек переживает кризисное состояние, некий перелом в развитии, связанный с тем, что представления о жизни, о деятельности, о положении, сложившиеся между двадцатью и тридцатью годами не удовлетворяют его. Этот кризис проявляет себя в ощущении необходимости «что-то предпринять» и свидетельствует о том, что человек переходит на новую возрастную ступень<sup>11</sup>. Исследователи указывают, что «кризис тридцати» – условное название. Это состояние может наступить и раньше, и позднее. Период 30 лет связан с решением материальных и жилищных проблем, продвижением по служебной лестнице, расширением социальных связей, а также с анализом своих истоков и с постепенным принятием частей своего «Я», которые ранее игнорировались. Только в начале тридцатилетнего возраста личность начинает обустраиваться в жизни в полном смысле этого слова. Жизнь становится менее обусловленной, более рациональной и упорядоченной.

<sup>6</sup> *Абрамова Г.С.* Возрастная психология. Учебник для студентов вузов – М.: 1997; *Эриксон Э.* Детство и общество. – Изд. 2-е, перераб. и доп. – СПб.: 2002; *Крайг Г.* Психология развития. – 9-е изд. – СПб.: 2006; *Levenson D.* The seasons of a woman's life: Ymplications for woman and man. Presented at the 98<sup>th</sup> annual convention of the American Psychological Association, Boston, 1990; *Шихи Г.* Возрастные кризисы. Ступени личностного кризиса. – СПб.: 1999.

<sup>7</sup> *Фрейд З.* Психология бессознательного – 2-е изд. – СПб.: 2007; *Эриксон Э.* Детство и общество. – Изд. 2-е, перераб. и доп. – СПб.: 2002; *Выготский Л.С.* Психология. – М.: 2000; *Божович Л.И.* Избранные психологические труды: Проблемы формирования личности. – М.: 1995; *Эльконин Б.Д.* Введение в психологию развития. – М.: 1994.

<sup>8</sup> *Абрамова Г.С.* Возрастная психология. Учебник для студентов вузов. – М.: 1997; *Эриксон Э.* Детство и общество. – Изд. 2-е, перераб. и доп. – СПб.: 2002; *Крайг Г.* Психология развития. – 9-е изд. – СПб.: 2006; *Levenson D.* The seasons of a woman's life: Ymplications for woman and man. Presented at the 98<sup>th</sup> annual convention of the American Psychological Association, Boston, 1990.

<sup>9</sup> *Levenson D.* The seasons of a woman's life: ...

<sup>10</sup> Там же; *Крайг Г.* Психология развития...; *Шихи Г.* Возрастные кризисы...; *Adams D.* The psychosocial development of professional black women's lives and the consequences of career for their personal happiness. Unpublished doctoral dissertation. Wright institute, Barkley, CA. 1983; *Droege R* (1982). A psychosocial study of the formation of the middle adult life structure in women. Unpublished doctoral dissertation. California school of professional psychology, Berkeley.

<sup>11</sup> *Крайг Г.* Психология развития...

Данные взгляды на кризис 30 лет разделяют и отечественные исследователи<sup>12</sup>. По их мнению, кризис тридцати связан с переоценкой собственных достижений. Анализируя пройденный путь, свои достижения и провалы к данному возрасту, человек обнаруживает, что при уже сложившейся и внешне благополучной жизни личность его несовершенна, что много времени и сил потрачено впустую, что он мало сделал по сравнению с тем, что мог бы сделать и тому подобное. Иными словами, происходит переоценка ценностей, критический пересмотр своего «Я». Человек обнаруживает, что многое он уже не может изменить в своей жизни, в себе: семью, профессию, привычный образ жизни. Самореализовав себя на данном этапе жизни, в период молодости, человек вдруг осознаёт, что, в сущности, стоит перед той же задачей – поиска, самоопределения в новых обстоятельствах жизни, с учётом реальных возможностей (в том числе ограничений, не замечавшихся им ранее).

В указанных исследованиях раскрыта психологическая сущность кризиса и его главные задачи. Возраст тридцать лет рассматривается как переход к средней взрослости, «золотому возрасту», периоду наивысшей работоспособности и отдачи. Тридцать лет – это возраст нормативного кризиса взрослости, связанного с расхождением между областью наличного и областью возможного, желаемого, переживаемый в виде беспокойства и сомнений. Кризис тридцатилетия связан с задачей коррекции плана жизни с высоты накопленного опыта, создания более рациональной и упорядоченной структуры жизни и в профессиональной деятельности, и в семье. Для нас существенным являются данные о том, что, пытаясь преодолеть неприятные чувства, человек приходит к переоценке прежних выборов – супруга, карьеры, жизненных целей. Часто наблюдается стремление к коренной смене образа жизни; распад браков; профессиональная переориентация, которые без личностной перестройки, без углубленной рефлексии часто оказываются всего лишь «иллюзорными» путями выхода из кризиса.

Ряд исследований посвящен гендерной специфике проблемы переживания кризиса тридцати лет. В исследовании Д. Левинсона показано, что, переход тридцатилетия чреват негативными переживаниями как для мужчин, так и для женщин. Однако мужчины и женщины по-разному реагируют на процесс пересмотра жизненных целей, планов и ценностей, имеющий место в период от 28 до 33 лет. Мужчины могут сменить работу или изменить образ жизни, однако их сосредоточенность на карьере и работе не меняется. У женщин же обычно меняются приоритеты. Женщин, прежде ориентированных на семейные ценности, начинает особенно привлекать

карьеру и профессиональные цели. Те же, чьи интересы прежде концентрировались на работе, преимущественно обращаются к ценностям семьи и брака.

Возможные варианты решения кризисных задач для женщин и мужчин предлагает Г. Шихи. Она особо отмечает значение переживания кризиса 28 – 33 лет, когда наиболее ярко идут процессы переоценки жизненных ценностей и целей, поиска места в обществе, окончательного решения конфликтов юношеского периода, приобретения новых обязанностей. С точки зрения данного автора люди отличаются друг от друга моделями поведения. В зависимости от модели каждый по-своему развивает свою роль в жизни. Г. Шихи считает, что каждой модели поведения соответствует определенный набор психологических проблем, связанных с эффективностью решения задач развития – кризисного либо благополучного. Ее исследования позволили установить, что мужчинам и женщинам свойственны различные модели. Нам данная точка зрения представляется перспективной с позиции возможностей изучения, а при необходимости и коррекции моделей поведения личности в процессе переживания кризиса 30 лет.

В своем исследовании мы предприняли попытку выявить особенности протекания возрастного кризиса тридцати лет и стратегии его переживания у мужчин и женщин, занимающихся педагогической деятельностью. При этом акцента на специфике педагогической деятельности мы не делали. В исследовании принимало участие 90 человек. Возраст испытуемых 27 – 34 года. В исследовании участвовало 25 мужчин и 65 женщин. Исследование проводилось в два этапа. На первом этапе среди группы испытуемых мы выявили педагогов, которые отличаются негативными эмоциональными переживаниями возрастного кризиса тридцати лет. При этом, субъективным показателем кризисных переживаний были жалобы испытуемых и их запросы на психологическую помощь. Для объективности оценки их состояния мы использовали тест смысловых ориентаций (СЖО). Предлагаемая методика значимости смысловой сферы личности в ситуации субъективации жизненных целей представляет собой феноменологический вариант изучения качественного (содержательного) состава структур смысловых ориентаций личности, отражающих наиболее важные жизненные отношения человека к миром.

Тест включает в себя 5 субшкал, отражающих три конкретных смысловых ориентаций: 1) цели в жизни (наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность); 2) процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни; 3) результативность жизни или удовлетворенность самореализацией. А также два аспекта локуса контроля: локус контроля – Я (я – хозяин жизни) и локус контроля – жизнь или управляемость жизни. По

<sup>12</sup>Абрамова Г.С. Возрастная психология. Учебник для студентов вузов. – М.: 1997; Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость: Учеб. пособ. для студ. высших учеб. заведений. – М.: 2001.

результатам анализа были выявлены 15 мужчин и 27 женщин, находящихся в состоянии острого кризиса. Для них характерны следующие показатели: 1) *Цели в жизни*. Низкие баллы по этой шкале присущи людям, живущим сегодняшним или вчерашним днем. То есть, можно сказать, что человек находится в ситуации, когда цели, стоящие перед ним до возрастного кризиса, либо уже достигнуты, либо потеряли значимость. 2) *Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни*. По этой шкале испытуемые также набрали достаточно низкие баллы – это говорит о неудовлетворенности своей жизнью в настоящем. Пытаясь преодолеть непонятные чувства, человек приходит к переоценке прежних выборов – супруга, карьеры, жизненных целей. Как следствие, можно наблюдать стремление к коренной смене образа жизни. 3) *Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией*. Отражается оценка пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Низкие баллы – не-удовлетворенность прожитой

частью жизни. Не-редко человек переживает из-за того, что как ему кажется, он ничего не достиг в жизни, а времени на новые достижения уже не осталось. 4) *Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни)*. По баллам, набранным по этой шкале, можно сказать, что на данном этапе жизненного пути у испытуемых присутствует неверие в свои силы контролировать события собственной жизни. 5) *Локус контроля – жизнь или управляемость жизнью*. По данной шкале испытуемые набрали очень низкие баллы. Это говорит об их убежденности в том, что жизнь человека неподвластна контролю и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.

Также проанализировав результаты данного исследования, мы увидели различия в протекании острого кризиса у мужчин и женщин. Проверку различий на значимость осуществляли, используя *Критерий Фишера*, позволяющего сравнивать величины выборочных дисперсий двух рядов наблюдения. (Таб. 1).

**Таб. 1.** Особенности смысло-жизненных ориентаций мужчин и женщин, переживающих возрастной кризис тридцати лет

	Мужчины	Женщины	Ф-критерий
Цели в жизни.	29,2	29,1	2,5
Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни.	29	25	10,35
Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией.	22,7	22,3	2,8
Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни).	18,7	18,5	3,4
Локус контроля – жизнь или управляемость жизнью.	26,7	26,5	3,1

Значимое различие мы наблюдаем по такой шкале, как *интерес и эмоциональная насыщенность жизни*. Мы можем с уверенностью говорить, что женщины более эмоционально переживают период острого протекания возрастного кризиса. В большинстве случаев они шире и эмоциональнее, чем мужчины, переосмысливают жизненные ценности: если перед мужчиной стоит вопрос о профессиональном росте, то женщине приходится переосмысливать и карьеру, и социальное положение семьи, и свой статус в семье. Значимых различий в переживании острого возрастного кризиса по таким шкалам как *цели в жизни*, *локус контроля – Я*, *локус контроля – жизнь*, *удовлетворенность самореализацией* не обнаружено.

Следующим этапом исследования было выявление различий в характере и способах переживания кризиса мужчинами и женщинами. Переживание кризиса мы изучали исходя из принятой как в отечественной, так и в зарубежной психологии концепции переживания кризиса как критической и, шире, трудной значимой жизненной ситуации<sup>13</sup>. В соответствии с данной концепцией, кризис является одной из разновидностей трудных ситуаций, в которой проявляется крайняя

степень потери осознания возможности преодоления несоответствия жизненных стремлений и условий их достижения. Поведение личности в кризисе можно рассматривать как частный случай поведения в критической ситуации.

Для изучения особенностей переживания кризисных ситуаций, связанных с возрастным кризисом нами был использован «Опросник стратегий поведения в значимых ситуациях (ОСПЗС)» Е.Ю.Коржовой. Он предназначен для выявления стратегий поведения в значимых ситуациях, спектр которых не ограничивается профессиональной деятельностью. Все они делятся на 2 группы: 1) Трудные жизненные ситуации. 2) Ситуации, приносящие удовольствие.

Мы предложили испытуемым оценить стратегию поведения только в трудных жизненных ситуациях, выбрав одно из утверждений. Выбор утверждения А или В означает наличие данной стратегии в поведенческом репертуаре испытуемого, С – ее отсутствие. Утверждение А характеризует умеренность выраженности соответствующей поведенческой стратегии, В – ее значительную выраженность. Соответственно выбор утверждения А означает наличие адаптивной поведенческой стратегии, В – дезадаптивной. Испытуемые заносили свои ответы в специальный регистрационный бланк.

По результатам этого исследования мы определили какие стратегии мужчины и женщины переживают

<sup>13</sup>Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. – М.: 1984; Бурлачук Л.Ф. Словарь-справочник по психодиагностике. – 3-е изд. – СПб.: 2007; Коржова Е.Ю. Психологическое познание судьбы человека. – СПб.: 2002.

адаптивно, а какие дезадаптивно, то есть выявили гендерные особенности поведения во время переживания кризиса. Проверку различий на значимость мы осуществили, используя *t-критерий Стьюдента*, который оценивает значимые различия средних для двух выборок. Данный критерий позволил нам определить наиболее значимые различия. В связи с тем, что выборка была небольшой, результаты были перепроверены с использованием *Критерия Фишера* (Таб.2).

Наиболее значимые различия в поведении у мужчин и женщин мы можем наблюдать в такой стратегии как *отношение к другим видам деятельности* (внепрофессиональная деятельность). Период острого переживания кризиса женщина легче переживает, переключаясь с одной деятельности на другую. Если это предметная деятельность, то это может быть шопинг, вязание или шитье, перестановка в квартире и тому подобное. Многие женщины ищут отвлечения в религии, в природе. Но адаптивной стратегией будет считаться, если это временный уход от проблемы, тогда в последствии вернувшись к ней, можно будет более конструктивно ее разрешить. Мужчина в этом плане более скуп, чаще переживает кризисное состояние, углубляясь целиком в работу. Также значимые различия мы видим в стратегиях поведения, в которых отражается *отношение к людям* (*социально ориентированные*).

Женщины чаще мужчин за помощью обращаются к другим людям. Чаще всего это быва-ют подруги, близкие родственники; если в семье созданы благоприятные интимно-личностные отношения, то это также может быть и муж. При остром переживании кризиса женщина быстрее мужчины решиться обратиться за помощью в психологическую консультацию и расскажет о своей проблеме чужому

человеку. Это также будет адаптивной стратегией поведения.

Мужчине же тяжелее поделиться своими проблемами с другими. Очень часто у них можно наблюдать деструктивное поведение: уход от контактов, агрессивное поведение, приписывание затруднений другим лицам.

Следующие показатели стратегий поведения у мужчин и женщин в состоянии негативного переживания возрастного кризиса значимых различий не показали, то есть они свойственны в равной степени, как мужчинам, так и женщинам.

Это относится как к соматически (телесно) ориентированным стратегиям поведения: физическая активность; еда; сон; сексуальные отношения; формирование болезненных симптомов; стратегиям поведения, в которых отражается отношение к работе (профессионально ориентированные): повышение или понижение активности в работе; приспособление к ситуации; изучение ситуации. Тоже характерно для поведения, ориентированного на внутренний мир как непосредственное реагирование на ситуацию на уровне восприятия и эмоций (внутренний мир – непосредственное реагирование): отрицание актуальных переживаний; тревога, печаль, гнев в трудных ситуациях; принятие ситуации; поведению, ориентированному на внутренний мир как посредственное реагирование на ситуацию на уровне мышления и личности (внутренний мир – опосредованное реагирование): приписывание результатов поведения самому себе; фантазирование; попытки логического объяснения ситуации; возврат к более инфантильным формам поведения; изменение самооценки.

**Таб. 2.** Средние показатели выбора стратегий поведения в критических ситуациях у испытуемых

	Адаптивное поведение		Ф-критерий	Дезадаптив. поведенн		Ф-критерий
	Муж.	Жен.		Муж.	Жен.	
Соматически ( <i>телесно</i> ) ориентированные стратегии поведения	2,8	2,9	5,23	0,8	1,1	2,13
Стратегии поведения, в которых отражается отношение к работе ( <i>профессионально ориентированные</i> )	3	3,1	3	1	0,8	1,25
Стратегии поведения, в которых отражается отношение к другой деятельности ( <i>внепрофессионально ориентированные</i> )	1,5	2,9	4	1,8	0,5	8,65
Стратегии поведения, в которых отражается отношение к людям ( <i>социально ориентированные</i> )	2,1	2,4	6,15	1	0,7	4,8
Поведение, ориентированное на внутренний мир как непосредственное реагирование на ситуацию на уровне восприятия и эмоций ( <i>внутренний мир – непосредственное реагирование</i> )	4	3	1,14	0,6	1,7	1,12
Поведение, ориентированное на внутренний мир как посредственное реагирование на ситуацию на уровне мышления и личности ( <i>внутренний мир – опосредованное реагирование</i> )	2	2,4	3,84	2	1,7	3,25

Выявленная специфика переживания возрастного кризиса тридцати лет мужчинами и женщинами может быть положена в основу построения

профилактической, консультационной и психокоррекционной работы психолога с педагогами.

## 30-YEAR AGE CRISIS: GENDER FEATURES OF EDUCATORS' BEHAVIOUR STRATEGIES

© 2009 N.V.Kalinina<sup>1</sup>, Y.N.Dmitrieva<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Ulyanovsk State University

<sup>2</sup>Ulyanovsk Institute of improvement of professional skill and retraining of educators

The article deals with the analysis of the educators' 30-year age crisis and its features. The description of the psychological crisis content is presented. In the context of the crisis concept as a difficult vital situation the distinctions between characters and ways of crisis experiencing by men and women are investigated, the preferred strategies of behavior are revealed.

Keywords: age crisis, professional adaptation, professional development, syndrome of emotional burning out, professional burning out, personal crisis, life cycle, «a 30-year age crisis », gender specificity of crisis experiencing.

---

<sup>\*</sup> Kalinina Natalya Valentinovna, D. Sc. in Psychology, Head of the Psychology department. E-mail: [kalinina66@mail.ru](mailto:kalinina66@mail.ru)  
Dmitrieva Yuliya Nikolaevna, Degree-seeker student, Methodologist of the Media center. E-mail: [ulyadm@mail.ru](mailto:ulyadm@mail.ru)