

КРАТКОЕ
СОДЕРЖАНИЕ

МЭГ ДЖЕЙ

ВАЖНЫЕ

ГОДЫ

ПОЧЕМУ НЕ СТОИТ
ОТКЛАДЫВАТЬ
ЖИЗНЬ НА ПОТОМ



MYBOOK



Краткое содержание

Алёна Черных

**Краткое содержание «Важные
годы. Почему не стоит
откладывать жизнь на потом»**

«MyBook»

Черных А.

Краткое содержание «Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом» / А. Черных — «MyBook», — (Краткое содержание)

Этот текст — сокращенная версия книги «Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом». Только самое главное: идеи, техники, ключевые цитаты. Американский клинический психолог Мэг Джей утверждает, что возраст от 20 до 30 лет – самый важный период в жизни человека. Наши действия и решения в этом промежутке времени закладывают основу для успеха во всех сферах жизни: работе, любви, интеллектуальном развитии, отношениях с людьми. Чтобы помочь молодым людям грамотно распорядиться этим значимым десятилетием, Мэг Джей написала книгу «Важные годы». Она рассказывает об интеллектуальных, личностных и психических особенностях человека в 20–30 лет, описывает социологические и психологические научные исследования, приводит реальные истории разных людей, но главное – дает ценные рекомендации о том, как в этом возрасте не упустить свои возможности и правильно инвестировать в будущее. Мэг Джей уделяет внимание нескольким аспектам развития человека: построению карьеры, созданию семьи, рождению детей, физическому и умственному совершенствованию. Напоминаем, что этот текст — краткое изложение книги «Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом»

Содержание

Вступление	5
Работа	6
Капитал идентичности	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом

Вступление

Примерно в 20 лет человек входит во взрослый мир, который оказывается устроен не так, как жизнь в школе или университете. С этого момента начинается новый этап – мы находим работу, строим отношения с другими людьми, встречаем вторую половинку, развиваем собственную личность. В период от 20 до 30 лет мы постоянно что-то пробуем и часто ошибаемся, но это не мешает двигаться дальше. Мы пытаемся найти баланс между двумя путями: начать слишком поздно или остепениться слишком рано.

Автор книги «Важные годы» – американский психолог Мэг Джей, посвятившая свою деятельность исследованию молодости и консультациям по подготовке молодых людей к взрослой жизни. Она рассказывает о том, как наиболее эффективно использовать важный для каждого человека период от 20 до 30 лет, чтобы в 40 лет не страдать от упущенных шансов.

Большая часть возможностей, влияющих на дальнейшую судьбу человека, появляется до 35 лет. Именно в это время люди находят работу, начинают строить карьеру и зарабатывать деньги, заводят серьезные романтические отношения, вступают в брак и обзаводятся детьми. Поэтому так важно распорядиться этим временем максимально грамотно. Вся ваша дальнейшая жизнь зависит от правильной инвестиции в эти годы.

Жизнь от 20 до 30 лет увлекательна, но сложна. Молодые люди полны сил и желаний, перед ними открыто множество возможностей. Но в университетах их не учат, как использовать эти возможности, вместо этого преподают античную философию. Начиная взрослую жизнь, мы не знаем, как найти хорошую работу или выбрать спутника жизни. Этому учит Мэг Джей в своей книге «Важные годы».

Советы автора помогут читателям:

- найти любимое дело из множества возможностей, которые открываются при вступлении во взрослую жизнь;
- завязывать знакомства, строить отношения и просить помощи у других людей;
- выбрать партнера для брака и создать гармоничную семью;
- обрести уверенность в себе и приобрести важный опыт;
- распознавать ключевые этапы в жизни.

Работа

Капитал идентичности

Маленький немецкий мальчик Эрик Саломонсен первые три года своей жизни рос без отца. Затем его мать, имевшая еврейское происхождение, вышла замуж за педиатра-еврея. Эрика воспитывали в иудейской традиции. В детстве его много дразнили: в синагоге – за светлые волосы, в школе – за то, что он еврей.

Закончив школу, Эрик решил стать художником. Свою юность он посвятил путешествиям по Европе и занятиям искусством. В этот период ему не раз приходилось ночевать под мостами в европейских городах. Когда молодому человеку исполнилось 25 лет, он вернулся на родину, стал преподавать живопись и изучать педагогику Монтессори.

Вскоре Эрик женился и обзавелся детьми. Когда ему было чуть больше 30 лет, он с семьей переехал в США. Там бывший художник и преподаватель стал известным психоаналитиком, специализировавшимся в психологии развития. Эрик Саломонсен преподавал в таких величайших университетах, как Гарвард, Йель и Беркли. Под псевдонимом Эрик Эриксон он написал несколько книг, за которые получил Пулитцеровскую премию. Псевдоним Эриксона имеет глубокое значение: Эрик, сын самого себя – то есть человек, который сделал себя сам.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.