

Ольга Чалых

# МУЖЧИНА И ЖЕНЩИНА

Кризис среднего возраста



Ольга Чалых

**Мужчина и женщина.  
Кризис среднего возраста**

«Издательские решения»

**Чалых О.**

Мужчина и женщина. Кризис среднего возраста / О. Чалых —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-749033-1

Кризис среднего возраста является сложным психологическим и эмоциональным периодом жизни как для мужчин, так и для женщин. Пожалуй, это самый сложный из кризисов, что мы проходим в своей жизни, и пройти его нужно достойно.

ISBN 978-5-44-749033-1

© Чалых О.  
© Издательские решения

# Содержание

Введение	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

# **Мужчина и женщина Кризис среднего возраста Ольга Чалых**

© Ольга Чалых, 2016

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

*«Земную жизнь пройдя до половины, я очутился в сумрачном лесу...»*  
*«Божественная комедия» (1306—1321), Данте Алигьери*

Ни для кого не секрет, что однажды в жизни каждого человека наступает тот сложный период, когда он задается множеством вопросов: "А что я сделал в этой жизни? Чего достиг? Можно ли назвать меня успешным человеком? И правильно ли я прожил жизнь? С теми ли люди?" и прочее. Такой период психологи характеризуют, как период кризиса среднего возраста. И присущ он, скажу я вам, как мужчинам, так и женщинам. Для начала, чтобы понять, что представляет собой этот самый кризис, познакомимся с его понятием.

Кризис среднего возраста – долговременное эмоциональное состояние (депрессия), связанное с переоценкой своего опыта в среднем возрасте (35 – 45), когда многие из возможностей, о которых человек мечтал в детстве и юности, уже безвозвратно упущены (или кажутся упущенными), а наступление собственной старости оценивается как событие с вполне реальным сроком (а не «когда-нибудь в будущем»).

У мужчин существует несколько кризисов:

1) Самый первый кризис наступает в возрасте 21—22 лет. Юноша начинает превращаться в мужчину, и если он женат, то в это время начинает понимать, что жизнь не вечный рай, а суровые будни.

2) Следующий кризис возникает через 5—7 лет брака, когда чувства между супругами начинают притупляться. Как правило, большинство браков распадается именно на 5—7 году совместной жизни.

## **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.