В конце 30-летнего периода, ближе к 40 годам наступает новый кризис, очень серьезный, затрагивающий экзистенциальные проблемы, т.е. осмысления жизни и смерти. Если кризис 30-летия может решиться социальными мерами: смена работы, начало творческой активности, той, которую не позволял себе раньше, рождение детей, новая должность, то кризис 40-летия не решается социальными, т.е. внешними путями. Начинается подведение итогов предыдущей жизни: большая часть ведь прожита.

Особое значение придается смерти - начинают уходить сверстники, родители, учителя. 40-41-42 - самые тяжелые годы. И тяжелее переживают их мужчины. В Возрасте до 46 лет среди мужчин в 6 раз больше самоубийств, чем среди женщин. Мужчины тяжелее переживают в первую очередь потому, что они не привыкли делиться своими проблемами - они ведь сильный пол.

Проблеме 40–летних К.Г. Юнг посвятил свой доклад “Жизненный рубеж”(1984), в котором он ратовал за создание “высших школ для сорокалетних, которые готовили бы их к будущей жизни”, ибо человек не может прожить вторую половину жизни по той же программе, что и первую. В качестве сравнения психологических изменений, происходящих в различные периоды жизни в душе человека, он приводит сравнение с движением солнца, имея в виду солнце, “одушевленное человеческим чувством и наделенное сиюминутным человеческим сознанием. Утром оно появляется из ночного моря бессознательного, освещая широкий, пестрый мир, и чем выше оно поднимается на небосводе, тем дальше распространяет свои лучи. В этом расширении сферы своего влияния, связанном с восходом, солнце будет видеть свое предназначение и усматривать свою высшую цель в том, чтобы подняться как можно выше.

С этим убеждением солнце достигает непредвиденной полуденной высоты — непредвиденной, потому что из–за своего однократного индивидуального существования оно не могло знать заранее собственного кульминационного пункта. В двенадцать часов дня начинается закат. Он представляет собой инверсию всех ценностей и идеалов утра. Солнце становится непоследовательным. Оно как бы убирает свои лучи. Свет и тепло убывают вплоть до полного угасания”.

Чтобы пережить этот период и дальше с новыми силами, надо сделать как бы отстройку от предыдущего этапа жизни, осознать, что предыдущий этап уже не вернется, если этого не сделать, то зачастую развивается невроз. причем на фоне внешнего благополучия.

В этот период основная идея - это идея смерти, конечности бытия. На это влияют внешние смерти: одноклассники, ровесники, учителя, родители. Особенно родители, т.к. они как бы прикрывают нас, они помнят нас маленькими, а теперь они уходят и уносят с собой наши детские воспоминания, никто уже не расскажет подробно о том, каким ты был маленьким, что творил..Теперь 40-летние люди сами становятся старшим поколением. и они находятся как бы меж двух огней: впереди старость, а сзади агрессивные подростки - дети.

После 40-летнего кризиса человек по-настоящему становится взрослым, мужественным, смело смотрит вперед и готов к принятию своей старости. Он еще не стар, и много чего впереди - это залог творчества.

Есть одна очень интересная классификация:

1 этап - человек - это ученик (до 20 лет)

2 этап - хозяин (20-40 лет)

3 этап - пилигрим (40-57) - осознает, что мир проживет и без него, согласиться с этим и оставить его, пуститься в странствия, выключиться из социальной жизни и работать над своей душой, став пилигримом реально или ментально

4 этап - мудрец. Понимание относительности психологических оценок, то, что было важным, становится незначительным, понимание того, что ничего нельзя сильно любить и сильно ненавидеть.

Проблемы возраста.

1) Убывание физической силы и привлекательности.

2) Сексуальность. В этом возрасте у женщин проявляется так называемый сексуальный ромб: активизируется мужское начало - анимус, они становятся более энергичными, свободными от ухода за детьми, сексуально активны, просыпается сексуальный вкус. У мужчин же наоборот, у них активизируется женское начало - анима, им нужна нежность, контакт душевный. Чтобы как то выстоять в этот период мужчины приходят к пьянству, заводят связи с очень молодыми женщинами, чтобы активизировать свою энергетику, либо впадают в трудоголизм.

 3)Удачное достижение зрелости в возрасте 40-45 лет требует значительной «эмоциональной гибкости» - способности изменять эмоциональный вклад в отношения с разными людьми и с разными видами деятельности. Эмоциональная гибкость необходима в любом возрасте, но в период сорокалетия, когда умирают родители и подрастают и покидают дом дети, она особенно необходима.

4) Другой вид гибкости – это, если можно так выразиться, духовная гибкость. Среди людей зрелого возраста существует тенденция к «затвердеванию» во взглядах и в действиях, к тому, чтобы делать свои умы закрытыми для новых идей. Эту умственную закрытость желательно преодолеть, иначе она перерастет в нетерпимость или фанатизм. Кроме того, жесткие установки ведут к ошибкам и неспособности воспринимать творческие решения проблем.

5) Стабилизация.