

КРИЗА СРЕДЊИХ ГОДИНА – СПОЉАШЊЕ МАНИФЕСТАЦИЈЕ И УНУТРАШЊЕ ПРОМЕНЕ

Милица Чоловић^{1*}, Момчило Стојковић²

¹Универзитет Сингидунум, Београд, Србија

²Универзитет у Нишу, Филозофски факултет, Ниш, Србија
**milica.colovic84@gmail.com*

Апстракт

Циљеви истраживања подразумевају утврђивање разлика у карактеристичним начинима испољавања кризе средњих година (који произлазе из Марморове теорије) и врсти дубоких психолошких промена карактеристичних за кризу средњих година (који произлазе из Левинсонове теорије) између испитаника различитог узраста и пола. Коришћени су следећи инструменти: Скала кризе средњих година, Инвентар усвојених полних улога, Адаптирана Loyola скала генеративности, Адаптирана скала префериране самоће и Листа основних података о испитанику, посебно направљена за потребе истраживања.

Узорак чини 600 испитаника; од тога 200 припадника средњих година и по 200 припадника млађег одраслог и старог доба. Добијени су подаци о разликама у доживљајима и понашањима карактеристичним за испољавање кризе средњих година. Коришћени су: Mann-Whitney U-test и Kruskal Wallis test. Резултати показују да је механизам порицања са наткомпензацијом најизраженији између 25. и 30. године ($\chi^2 = 167.810$, $df = 10$, $p < 0,001$), декомпензација ($\chi^2 = 44.524$, $df = 10$, $p < 0,001$) и механизам порицања са бекством између 50. и 54. године ($\chi^2 = 160.904$, $df = 10$, $p < 0,001$), а креативно суочавање са кризом између 60. и 64. године ($\chi^2 = 196.810$, $df = 10$, $p < 0,001$).

То значи да је Марморова теорија адекватна када се имају у виду спољашње манифестације кризе средњих година, али да је Левинсонову теорију потребно ревидирати када је реч о одређивању границе јављања и одвијања дубоких унутрашњих промена карактеристичних за кризу. Прецизније, успостављање нове равнотеже између маскулиности и фемининости ($\chi^2 = 237.898$, $df = 10$, $p < 0,001$), младости и старости ($\chi^2 = 379.456$, $df = 10$, $p < 0,001$), животних добитака и губитака ($\chi^2 = 40.136$, $df = 10$, $p < 0,001$) и приближавања и одвајања ($\chi^2 = 27.919$, $df = 10$, $p < 0,001$), дуго-трајан је процес и особе тек касније у животу постају заиста свесне промена у унутрашњој динамици и структури које су се одиграле.

Кључне речи: криза средњих година, спољашње манифестације, унутрашње промене, теорије кризе средњих година.

MIDLIFE CRISIS – EXTERNAL MANIFESTATIONS AND INTERNAL CHANGES

Abstract

The aims of the research include determining the difference in specific forms of midlife crisis manifestation (the Marmor Theory) as well as the type of deep psychological changes occurring in individuals (the Levinson Theory) during midlife crisis among the scores of subjects of different ages and gender. The following instruments were used: the Midlife Crisis Scale, the Sex-Role Inventory, the adapted Loyola generativity scale, the adapted scale of preferred aloneness, and a list of the subjects' basic biodata.

The sample included 600 respondents of which 200 were middle-aged, 200 were younger and older. The results demonstrated a difference in individual experiences and behaviors, characteristic of midlife crisis manifestation in individuals.

To determine the difference in the degree of prominence of certain variables between the groups of subjects the following tests were used: the Mann-Whitney U-test and Kruskal Wallis test. The results show that the mechanism of denial with overcompensation is most pronounced between 25 and 30 years ($\chi^2 = 167,810$, $df = 10$, $p < 0.001$), decompensation ($\chi^2 = 44.524$, $df = 10$, $p < 0.001$) and the mechanism of denial with escape are most pronounced between 50 and 54 years ($\chi^2 = 160,904$, $df = 10$, $p < 0.001$), while creative and successful confrontation with crisis is most pronounced between 60 and 64 years ($\chi^2 = 196,810$, $df = 10$, $p < 0.001$).

That means that the Marmor's theory is adequate when analyzing external manifestations of midlife crisis, but that the Levinson's theory needs to be revised when determining the boundaries of occurrence and the process of deep internal changes characteristic of this crisis. More precisely, this suggests that finding a new balance between masculinity and femininity ($\chi^2=237.898$, $df=10$, $p<0.001$), youth and old age ($\chi^2=379.456$, $df=10$, $p<0.001$), life gains and losses ($\chi^2=40.136$, $df=10$, $p<0.001$) and closeness and separation ($\chi^2=27.919$, $df=10$, $p<0.001$) is a long-term process and that most people, much later in life, become really aware of changes that took place in structure and internal dynamics.

Key words: midlife crisis, external manifestations, inner changes, theories of midlife crisis.

УВОД

У психологији и другим друштвено-хуманистичким наукама до недавно се веома мало пажње посвећивало периоду одраслог доба. Интересовање истраживача било је усмерено на период детињства и врсту и квалитет односа који се у овом најранијем периоду живота успоставља између родитеља (најпре мајке, а затим и оца) и детета, што ће умногоме одредити цео каснији живот одрасле особе.

Још један период живота заокупљао је велику пажњу психолога и истраживача сродних научних дисциплина (Salmela-Aro, 2011). То је период адолесценције; период наглих, бурних и великих промена у физичком и у психичком погледу (Tanti, Stukas, Halloran & Foddy, 2011).

Појава нове научне дисциплине у психологији – психологије целокупног животног циклуса (Влајковић, 2005), као и растућа сензибилност науке и научника за потребе, капацитете и могућности одраслих особа, скренула је пажњу научне јавности на дуго занемариван, али развојно и садржајно богат, период у човековом животу. Период одраслог доба, по овој дисциплини, представља једну од транзиторних, односно прелазних фаза, које се у процесу развоја континуирано смењују са стабилним фазама. Свака развојна фаза има карактеристичне развојне задатке који увек подразумевају промену, реструктурирацију постојеће и успостављање нове равнотеже између захтева спољашње средине, унутрашњих захтева особе и њених могућности да на постављене захтеве адекватно одговори.

Претрагом литературе може се установити да је у новијој стручној литератури тематика кризе средњих година слабо истраживана. Овом проблему углавном се приступа из угла физичких промена и ефеката које улазак у менопаузу има на психолошко функционисање жена. Испитује се дејство хормоналног дисбаланса на процесе доношења одлука (Murtagh & Herworth, 2003a; Murtagh & Herworth, 2003b), типови књига из области самопомоћи у којима се из различитих углова посматрају промене које се одвијају у и на женском телу током менопаузе (Lyons & Griffin, 2003), ефекти негативних животних догађаја као што су развод и смрт брачног друга на опште психичко стање особа у средњим годинама (Hughes & Waite, 2009; Pudrovska & Carr, 2008; Strohschein, et al., 2005; Utz, et al., 2004), као и одређене карактеристике личности и фактори који доводе до успешног превазилажења кризе (Stewart, 2005; Windsor, et al., 2008). Није пронађена студија којом би се испитивале спољашње манифестације и унутрашње промене карактеристичне за кризу средњих година, које произлазе из две класичне теорије, а које се разматрају у актуелном раду.

ТЕОРИЈСКИ ДЕО

Концепт „криза средњих година”

Криза средњих година представља једну од неизбежних развојних фаза. Термин је формулисао још 1965. године Елиот Жак (Elliott Jaques). Он је сматрао да дубина кризе средњих година зависи од конфронтације особе са сопственом коначношћу и смрћу. Унутрашња равнотежа особе бива озбиљно поремећена овим увидом. Јављају се питања о неухватљивој прошлости и непредвидљивој будућности, што продубљује осећај губитка равнотеже и тла под ногама (Стајн, 2005).

*Теорија Данијела Левинсона
(унутрашње промене карактеристичне за кризу средњих година)*

Левинсон (Levinson) одређује кризу средњих година као психолошку транзицију и промену која се дешава код особа у периоду средњих година. Јавља се између 35. и 50. године, траје неколико година и обично је најинтензивнија око 40. године (Levinson, 1978; Влајковић, 2005).

У одраслом добу постоје три велика прелазна периода, односно три кључна кризна периода: прелазни период раног одраслог доба, прелазни период средњег одраслог доба, за који је карактеристична криза средњих година и прелазни период касног одраслог доба.

У прелазном периоду средњег одраслог доба долази до испитавања одређених парова супротности, што доводи до тога да контрасти међу њима бледе и да се оне на мање или више адекватан начин могу реинтегрисати и дозволити даље одвијање процеса развоја личности.

Први је пар супротности млад–стар. У човеку почиње да се буди осећање да више није у стању да уради све оно што је могао раније, да му одређене активности које је некада лако обављао сада стварају напор, да га неке ствари више не фасцинирају као некада. Уколико успе да прихвати своје године као неминовност и прежали симболичну смрт своје младости окрећући се будућности, он ће бити у стању да реинтегрише наведене парове супротности и успостави нову зрелију равнотежу између њих.

Затим следи помирење између супротности деструкција–креација, односно добитак–губитак. Настојећи да ублажи контраст и помири у себи наведене супротности, особа се на неки начин враћа себи, сређује рачуне, размишља о томе чега је све требало да се одрекне и шта је жртвовала током ранијих развојних фаза, а шта је добила заузврат. Како би интеграција ових супротности била могућа, особа би требало да развије генеративност, односно жељу да створи и остави нешто будућим генерацијама, по чему ће остати запамћена (Levinson, 1978; Павловић, 2011).

Наредни пар супротности је маскулиност–фемининост. У овом периоду лакше се прихватају сличности у полним улогама. Жене су спремније да се реализују и ван оквира стереотипних, друштвено јасно детерминисаних полних улога и понашања везаног за њих, док мушкарци много спремније и лакше откривају своју женску (феминину) страну.

Последњи пар супротности које би требало да се реинтегришу тако да оштра разлика између њих бледи и нестаје јесте приближавање–одвајање. Под приближавањем Левинсон подразумева све оне снаге које човека повезују са околином, а то су љубав, узбуђење, али

и мржња конфузија и страх, док одвајање дефинише као окренутост себи, свету маште и фантазије (Levinson, 1978).

*Теорија Џуда Мармора
(спољашње манифестације кризе средњих година)*

Психоаналитичар Џуд Мармор (Judd Marmor) сматра да криза средњих година представља посебан развојни период, у коме је осећај издвојености и изолације средишњи аспект. Овај осећај подразумева одустајање од младалачких илузија, маштања и надања и суочавање са сопственом коначношћу и смрћу.

Мармор истиче да је основно психолошко обележје средовечности свеprisутни губитак. У овом периоду живота губи се младалачка представа о себи, некадашња страст и интимност у љубавној вези са брачним партнером, деца се осамостаљују и одлазе. Ипак, најболнији губитак за особу у овом периоду представља губитак наде да ће живот бити крунисан успехом, срећом, богатством и славом; наде која је била тако јака у периоду младости и која је особе стално подстицала да напредују.

Продубљујући и интензивно разматрајући начине манифестације кризе средњих година, Мармор наводи четири основна механизма који леже у основи карактеристичних облика понашања особа у овом животном периоду. То су (Marmor, 1974): Механизам порицања са бекством – када особа не признаје кризу и покушава да побегне од ње предајући се компулзивном раду, пасионираном праћењу серија и ТВ програма, интернета и компјутера, скоро компулзивном упражњавању неког хобија; Механизам порицања са наткомпензацијом – постојање кризе се пориче кроз упуштање у ванбрачне везе, нове љубави и покушаје заснивање нове породице; Декомпензација – особа је свесна и прихвата постојање кризе и услед тога постаје незаинтересована, апатична, депресивна, често љута и гневна, са бројним соматским сметњама и симптомима који се често називају климактеричне тегобе и Креативно и успешно суочавање са кризом – особа прихвата промене које долазе с годинама као неминовност, али их сагледава и у једном новом светлу, као шансу за нове облике интеграције, продуктивности и самоостварења.

МЕТОДОЛОШКИ ДЕО

Циљеви истраживања

Циљеви овог истраживања подразумевају утврђивање разлика у карактеристичним начинима испољавања кризе средњих година (који произлазе из Марморове теорије), као и врсти дубоких психолошких промена карактеристичних за кризу средњих година (који

произлазе из Левинсонове теорије) између испитаника различитог узраста и пола.

Инструменти истраживања

У ту сврху коришћени су следећи инструменти: Инвентар усвојених полних улога – BSRI (Вет, 1974), Адаптирана Loyola скала генеративности – ALGS (Лацковић-Гргин, 2004), Адаптирана скала преферираних самоће – ASP (Лацковић-Гргин, 2004) и за потребе истраживања, посебно осмишљена Скала кризе средњих година (Павловић, 2015).

Узорак истраживања

За потребе актуелног истраживања узорак чини 600 испитаника, од тога 200 припадника средњих година (између 40 година и 64 године) и по 200 припадника млађег одраслог (између 25 и 39 година) и старог доба (између 65 и 80 година). Испитаници су у овим главним категоријама уједначени по полу.

Поред ове опште поделе у 3 старосне категорије, испитаници су разврстани још у 11 поткатегија, које обухватају по 4 године, како би било могуће прецизније одредити период када су најинтензивније промене у понашању и доживљавању дубоких унутрашњих превирања карактеристичних за кризу.

То омогућава поређење вредности манифестација и унутрашњих промена, односно степена изражености кризе средњих година код испитаника различитог пола и узраста.

Начин обраде података

Како емпиријски добијене дистрибуције варијабли статистички значајно одступају од нормалне (Павловић, 2015), у обради података коришћене су непараметријске технике. За утврђивање разлика у степену изражености одређене варијабле између група испитаника, коришћени су: Mann-Whitney U-test за тестирање значајности разлика између две групе испитаника који је еквивалент Т теста, као и еквивалент анализе варијансе – Kruskal Wallis test за утврђивање значајности разлика између више група испитаника. Подаци су обрађени програмом за статистичку обраду података у друштвеним на-укама SPSS.

РЕЗУЛТАТИ И ДИСКУСИЈА РЕЗУЛТАТА

Разлике између особа различитих старосних категорија у спољашњим манифестацијама кризе средњих година

Добијене разлике у резултатима између група испитаника различитих старосних категорија на варијаблама којима се испитују спољашње манифестације кризе средњих година које произлазе из Марморове теорије на статистички су значајном нивоу (Табела 1).

Табела 1. Значајност разлика у спољашњим манифестацијама кризе средњих година с обзиром на узраст испитаника

	χ^2		df		Sig.	
	3 старосне категорије	11 старосних категорија	3 старосне категорије	11 старосних категорија	3 старосне категорије	11 старосних категорија
Креативно суочавање	193.776	196.843	2	10	0,000	0,000
Декомпензација	38.066	44.524	2	10	0,000	0,000
Порицање са бекством	154.051	160.904	2	10	0,000	0,000
Порицање са наткомпензацијом	153.586	167.810	2	10	0,000	0,000

Креативно суочавање са кризом, декомпензација и механизам порицања са бекством, уопштено гледано, најизраженији су код испитаника старијих од 65 година. У овој групи испитаника, у одно-

Табела 2. Интензитет разлика у спољашњим манифестацијама кризе средњих година с обзиром на узраст испитаника

	Старосна категорија	N	MR
Креативно суочавање	Од 25 до 39 година	200	161,64
	Од 40 година до 64 године	200	364,70
	Преко 65 година	200	375,16
	Укупно	600	
Декомпензација	Од 25 до 39 година	200	238,97
	Од 40 година до 64 године	200	327,29
	Преко 65 година	200	335,24
	Укупно	600	
Порицање са бекством	Од 25 до 39 година	200	176,60
	Од 40 година до 64 године	200	358,97
	Преко 65 година	200	365,94
	Укупно	600	
Порицање са наткомпензацијом	Од 25 до 39 година	200	397,86
	Од 40 година до 64 године	200	317,75
	Преко 65 година	200	185,89
	Укупно	600	

су на преостале две, најмање је изражен механизам порицања са наткомпензацијом. Креативно суочавање са кризом, декомпензација и механизам порицања са бекством израженије је код особа средњих година у односу на младе особе. Код младих особа, у односу на испитанике из других категорија, најизраженији је механизам порицања са наткомпензацијом, док су декомпензација, порицање са бекством и креативно суочавање са кризом, како је истакнуто, у најмањој мери присутни код ових испитаника (Табела 2).

Подела испитаника у 11 старосних поткатегија омогућава да се прецизније одреди време настанка и највећи интензитет промена у понашању и доживљавању унутрашњих превирања карактеристичних за кризу.

Подаци добијени овим путем показују да је сваки од наведених механизма, изузев механизма порицања са наткомпензацијом, најизраженији управо у некој од подгрупа особа средњих година. Креативно и успешно суочавање са кризом најизраженије је између 60 година и 64 године, док је најмање изражено код младих одраслих особа између 25 и 29 година. Овај податак говори о томе да је потребно време и одређена зрелост која се развија годинама да особе прихвате кризу средњих година као нормалну развојну појаву, која се не може избећи, и да се адекватно изборе са њом. С друге стране, види се да је декомпензација најприсутнија код особа између 50 година и 54 године, док је најмање присутна код младих одраслих особа између 30 година и 34 године. Механизам порицања са бекством такође је најприсутнији код особа између 50 година и 54 године, док је најмање изражен код оних од 25 до 29 година (Табела 3).

Наведени подаци указују на то да већина особа средњих година реагује на кризу на један од два карактеристична начина – или је прихвата и због ње се осећа веома лоше или настоји да различитим активностима скрене пажњу са онога што јој се дешава. Ове промене у понашању најинтензивније су између 50. и 54. године живота. С друге стране, механизам порицања са наткомпензацијом најизраженији је код најмлађих, а најмање изражен код најстаријих испитаника из узорка. Код припадника средњих година приметан је лагани пад вредности на овој варијабли са порастом старосних поткатегија, изузев у поткатегији од 60 година до 64 године, где је приметан лагани скок у вредностима, које се надаље све више смањују. Ово може представљати драгоцен податак, поготово када се има на уму да је пораст вредности регистрован у граничној поткатегији средовечних испитаника са испитаницима старог доба. То може да представља неку врсту задњег покушаја особе, све више свесне своје коначности, да се поново осети младом и покуша да покрене неумитни процес старења.

Табела 3. Интензитет разлика у спољашњим манифестацијама кризе средњих година с обзиром на узраст испитаника – прецизније категорије

	Прецизније старосне категорије	N	MR
Креативно суочавање	25–29 год.	80	156,61
	30–34 год.	59	171,93
	35–39 год.	61	158,27
	40–44 год.	30	388,63
	45–49 год.	52	349,28
	50–54 год.	59	366,70
	55–59 год.	49	356,14
	60–64 год.	10	403,25
	65–69 год.	102	362,48
	70–74 год.	44	392,00
	75–80 год.	54	385,40
	Укупно	600	
Декомпензација	25–29 год.	80	233,53
	30–34 год.	59	223,47
	35–39 год.	61	261,09
	40–44 год.	30	298,52
	45–49 год.	52	322,41
	50–54 год.	59	355,14
	55–59 год.	49	322,73
	60–64 год.	10	297,05
	65–69 год.	102	349,96
	70–74 год.	44	335,89
	75–80 год.	54	306,93
	Укупно	600	
Порицање са бекством	25–29 год.	80	163,58
	30–34 год.	59	172,90
	35–39 год.	61	197,25
	40–44 год.	30	310,62
	45–49 год.	52	374,39
	50–54 год.	59	386,14
	55–59 год.	49	350,68
	60–64 год.	10	304,10
	65–69 год.	102	360,94
	70–74 год.	44	370,93
	75–80 год.	54	371,30
	Укупно	600	
Порицање са наткомпензацијом	25–29 год.	80	426,59
	30–34 год.	59	366,81
	35–39 год.	61	390,20
	40–44 год.	30	359,45
	45–49 год.	52	335,00
	50–54 год.	59	329,38
	55–59 год.	49	265,74
	60–64 год.	10	289,20
	65–69 год.	102	202,34
	70–74 год.	44	186,56
	75–80 год.	54	154,28
	Укупно	600	

Разлике између особа различитих старосних категорија у унутрашњим променама карактеристичним за кризу средњих година

У наредној табели представљени су резултати Крускал-Валисовог теста на свим варијаблима којима се региструју унутрашње промене карактеристичне за кризу средњих година, које произлазе из Левинсонове теорије. Разлике у добијеним резултатима нису на статистички значајном нивоу на варијаблима андрогиност, генеративност и преферирана самоћа.

Табела 4. Значајност разлика у унутрашњим променама карактеристичним за кризу средњих година с обзиром на узраст испитаника

	χ^2		df		Sig.	
	3 старосне категирије	11 старосних категирија	3 старосне категирије	11 старосних категирија	3 старосне категирије	11 старосних категирија
Помирење млад–стар	376.173	379.456	2	10	0,000	0,000
Помирење маскулиност–фемининост	230.195	237.898	2	10	0,000	0,000
Маскулиност	77.055	82.842	2	10	0,000	0,000
Фемининост	57.400	67.021	2	10	0,000	0,000
Андрогиност	6.385	9.115	2	10	0,051	0,521
Помирење добитак–губитак	33.225	40.136	2	10	0,000	0,000
Генеративност	2.605	14.020	2	10	0,272	0,172
Помирење приближавање–одвајање	19.778	27.919	2	10	0,000	0,000
Преферирана самоћа	.245	.467	2	10	0,885	0,768

Уопштено гледано, успостављање нове равнотеже између првог пара супротности, односно младост–старост, најинтензивније је код старих особа, затим код оних средњих година, док је у најмањој мери карактеристично за младе одрасле особе, па се може рећи да са годинама особе успевају све више да у себи интегришу наведене супротности, које су некада, у младости, биле јако присутне (Табела 5).

Табела 5. Интензитет разлика у успостављању нове равнотеже између доживљаја младости и старости с обзиром на узраст испитаника

	Старосна категорија	N	MR
	Од 25 до 39 година	200	107,58
Помирење млад–стар	Од 40 година до 64 године	200	379,98
	Преко 65 година	200	413,95
	Укупно	600	

Када се имају у виду прецизније старосне категорије, с порастом година углавном долази до повећања резултата испитаника на варијаблама којима се мери напредак у успостављању нове равнотеже између доживљаја младости и старости. Изузетак су они из старосне поткатегорије између 40 година и 44 године, која се налази одмах након прелаза из категорије младих одраслих у категорију средовечних, код којих је успостављање равнотеже између тестираних парова супротности присутно у нешто већој мери, тако да ремети поредак систематског повећања вредности са годинама. С друге стране, особе у поткатегорији 55 до 59 година показују нешто ниже вредности у односу на очекивану тенденцију, што може да указује на то да у овим годинама долази до колебања у унутрашњем свету особа, када су у питању промене у адекватном доживљавању сопствених година, остављању младости иза себе и прихватању зрелости. Овоме доприноси и податак који говори да је у следећој старосној поткатегорији, тачније код особа између 60. и 64. године, осећање успостављања нове равнотеже између младости и старости на највишем нивоу у односу на цео узорак. Наведена унутрашња промена почиње вероватно у периоду између 40. и 44. године, затим наредних десетак година стагнира, да би код особа старости између 55 и 59 година дошло до колебања, а затим и коначног успостављања нове равнотеже и прихватања својих година и пута ка старости као реалне и неизбежне животне истине у периоду између 60. и 64. године (Табела 6).

Табела 6. Интензитет разлика у успостављању нове равнотеже између доживљаја младости и старости с обзиром на узраст испитаника – прецизније категорије

	Прецизније старосне категорије	N	MR
Помирење млад–стар	25–29 год.	80	101,51
	30–34 год.	59	109,25
	35–39 год.	61	113,90
	40–44 год.	30	399,25
	45–49 год.	52	372,20
	50–54 год.	59	380,75
	55–59 год.	49	363,71
	60–64 год.	10	437,75
	65–69 год.	102	406,10
	70–74 год.	44	406,51
	75–80 год.	54	434,82
	Укупно	600	

Успостављање нове равнотеже између мушке и женске полне улоге уопштено гледано најинтензивније је код особа средњих година, затим интензитет ове промене лагано опада код особа старог доба, док је она најмање изражена код младих одраслих особа. У групи младих одраслих особа, најизраженије су карактеристике феминино-

сти, односно маскулиности, што говори о томе да код њих још увек није дошло до помирења и успостављања нове равнотеже између наведених полних улога, већ су доминантне карактеристике сопственог пола. С друге стране наглашене маскулине, односно феминине, карактеристике личности најмање су присутне код особа средњих година, што је у складу са Левинсоновом теоријом (Табела 7).

Табела 7. Интензитет разлика у успостављању нове равнотеже између маскулиности и фемининости с обзиром на узраст испитаника

Помирење маскулиност– фемининост	Од 25 до 39 год.	200	149,42
	Од 40 до 64 год.	200	383,41
	Преко 65 год.	200	368,68
	Укупно	600	
Маскулиност	Од 25 до 39 год.	200	388,34
	Од 40 до 64 год.	200	256,39
	Преко 65 год.	200	256,78
	Укупно	600	
Фемининост	Од 25 до 39 год.	200	371,14
	Од 40 до 64 год.	200	241,36
	Преко 65 год.	200	289,00
	Укупно	600	
Андрогиност	Од 25 до 39 год.	200	286,08
	Од 40 до 64 год.	200	289,72
	Преко 65 год.	200	325,70
	Укупно	600	

Ако се посматрају прецизније старосне категорије, успостављање нове равнотеже између маскулиности и фемининости најинтензивније је код особа од 40. до 44. године, а најмање је код младих одраслих особа, од 35. до 39. године, када су нивои маскулиности и фемининости, појединачно посматрано, веома високи. То говори о томе да брисање оштрих граница између типично маскулених и фемининих карактеристика нагло почиње између 40. и 44. године и траје током целог живота, уз повремене осцилације, које могу да указују на неку врсту прекретнице у унутрашњој динамици, као што је то случај код особа у интервалу од 55 до 59 година, када се бележи најнижи ниво фемининости, односно веома низак ниво маскулиности и помирења наведеног пара супротности. Слична ситуација уочљива је и код особа између 70. и 74. године. Најнижи ниво маскулиности забележен је код испитаника између 65 и 69 година, док су највиши нивои и маскулиности и фемининости забележени у подгрупи младих одраслих испитаника између 30. и 34. године. Уопштено гледано, током живота приметно је учестало колебање у испитиваним обележјима, што значи да се на путу помирења често смењују осећања доминантности, самодовољности, независности, амбициозности, типична за маскулиност са осећањима брижности, топлине, саосећајности, која су карактеристична за фемининост (Табела 8).

Табела 8. Интензитет разлика у успостављању нове равнотеже између маскулиности и фемининости с обзиром на узраст испитаника – прецизније категорије

	Прецизније старосне категорије	N	MR
Помирење маскулиност–фемининост	25–29 год.	80	154,81
	30–34 год.	59	146,48
	35–39 год.	61	145,18
	40–44 год.	30	414,05
	45–49 год.	52	394,24
	50–54 год.	59	390,44
	55–59 год.	49	349,30
	60–64 год.	10	360,80
	65–69 год.	102	377,92
	70–74 год.	44	322,14
	75–80 год.	54	389,15
	Укупно	600	
Маскулиност	25–29 год.	80	379,80
	30–34 год.	59	399,58
	35–39 год.	61	388,65
	40–44 год.	30	281,93
	45–49 год.	52	239,29
	50–54 год.	59	266,82
	55–59 год.	49	244,47
	60–64 год.	10	265,55
	65–69 год.	102	237,82
	70–74 год.	44	255,05
	75–80 год.	54	293,98
	Укупно	600	
Фемининост	25–29 год.	80	377,66
	30–34 год.	59	380,25
	35–39 год.	61	353,78
	40–44 год.	30	274,95
	45–49 год.	52	222,70
	50–54 год.	59	262,97
	55–59 год.	49	205,98
	60–64 год.	10	283,45
	65–69 год.	102	284,51
	70–74 год.	44	258,36
	75–80 год.	54	322,44
	Укупно	600	
Андрогиност	25–29 год.	80	298,17
	30–34 год.	59	280,41
	35–39 год.	61	275,72
	40–44 год.	30	302,93
	45–49 год.	52	283,87
	50–54 год.	59	298,87
	55–59 год.	49	272,67
	60–64 год.	10	310,05
	65–69 год.	102	337,67
	70–74 год.	44	308,59
	75–80 год.	54	317,02
	Укупно	600	

Успостављање нове равнотеже у осећању помирења животних губитака и добитака расте са годинама. Најинтензивније је код старих особа, затим код оних средњих година, док је најмање изражено код младих одраслих особа (Табела 9).

Табела 9. Интензитет разлика у успостављању нове равнотеже између животних добитака и губитака с обзиром на узраст испитаника

Помирење добитак–губитак	Од 25 до 39 год.	200 245,96
	Од 40 до 64 год.	200 311,93
	Преко 65 год.	200 343,61
	Укупно	600
Генеративност	Од 25 до 39 год.	200 292,58
	Од 40 до 64 год.	200 316,64
	Преко 65 год.	200 292,28
	Укупно	600

Посматрано и у односу на прецизније старосне категорије изгледа да се ова равнотежа успоставља најкасније у животу, када се са одређене дистанце, након одласка у пензију, своде рачуни и прави нека врста новог баланса животних победа и пораза на свим плановима. Може се приметити систематско повећање у вредностима на успостављању нове равнотеже између животних добитака и губитака са порастом старосних категорија, у смислу да је код младих одраслих најмање изражено, док је код старих особа најизраженије. Испитаници између 75 и 80 година постижу највише резултате. Једини изузетак представљају особе на прелазу у категорију старих, између 60. и 64. године, код којих је ово осећање доста ниже, негде на нивоу младих особа између 35 и 39 година. Овај податак може означавати прекретницу у развоју, у којој долази до преиспитивања, тестирања, анализирања и покретања сумњи и бројних питања везаних за животне победе, одрицања и жртвовања (Табела 10).

Као што је случај и са претходним паром супротности, успостављање нове равнотеже и помирење супротности приближавања–одвајања, уопштено посматрано, у порасту је са годинама. Најинтензивније је код старих особа, затим код испитаника средњих година, а најмање је интензивно код младих одраслих особа. То би значило да са годинама расте потреба људи да се осамљују и буду сами са својим мислима. Док је код младих то незамисливо, зрелије особе се осећају пријатно и када нису окружене другим људима (Табела 11).

Табела 10. Интензитет разлика у успостављању нове равнотеже између животних добитака и губитака с обзиром на узраст испитаника – прецизније категорије

	Прецизније старосне категорије	N	MR
Помирење добитак–губитак	25–29 год.	80	218,90
	30–34 год.	59	249,61
	35–39 год.	61	277,92
	40–44 год.	30	297,67
	45–49 год.	52	296,45
	50–54 год.	59	331,36
	55–59 год.	49	320,97
	60–64 год.	10	276,20
	65–69 год.	102	335,10
	70–74 год.	44	340,16
	75–80 год.	54	362,51
	Укупно	600	
Генеративност	25–29 год.	80	297,69
	30–34 год.	59	294,36
	35–39 год.	61	284,16
	40–44 год.	30	321,53
	45–49 год.	52	300,21
	50–54 год.	59	311,04
	55–59 год.	49	312,90
	60–64 год.	10	438,80
	65–69 год.	102	266,93
	70–74 год.	44	297,49
	75–80 год.	54	335,90
	Укупно	600	

Табела 11. Интензитет разлика у успостављању нове равнотеже између потреба особе да буде сама и са другима с обзиром на узраст испитаника

Помирење приближавање–одвајање	Од 25 до 39 год.	200	256,30
	Од 40 до 64 год.	200	318,63
	Преко 65 год.	200	326,57
	Укупно	600	
Преферирана самоћа	Од 25 до 39 год.	200	302,93
	Од 40 до 64 год.	200	303,02
	Преко 65 год.	200	295,56
	Укупно	600	

Када се имају у виду прецизније старосне категорије, резултати показују да је ова унутрашња промена, сагледана пре свега као помак равнотеже ка полу који карактерише појачана потреба за осамливањем, најизраженија код најстаријих испитаника, између 75 и 80 година. Међутим, ако се пажљиво погледају добијени резултати, уочава

се да поједине особе у средњим годинама, тачније оне између 55 и 59 година, имају приближне вредности као стари испитаници. И особе у старосној поткатегорији испред њих, од 50. године до 54. године, имају сличне вредности, што сведочи о њиховој жељи да се, у овом периоду живота, између 50. и 59. године, посвете више себи и својим интересовањима. Изузетак су и особе старости између 60. и 64. године, које, у односу на остале припаднике средњих година, имају најниже вредности на испитиваној варијабли, односно најмању потребу да буду сами. Њихова потреба за осамљивањем би се по интензитету лако могла сместити у ранг младих особа. То би значило да се у овом животном периоду одиграва одређена промена, која проузрокује да особе имају појачану жељу за дружењем. Слична ситуација уочљива је и у категорији особа старог доба, у подгрупи оних између 70. и 74. године. И ове особе имају израженију потребу да буду окружене другим људима него што би се то могло очекивати с обзиром на тренд пораста потребе за осамљивањем с годинама (Табела 12).

Табела 12. Интензитет разлика у успостављању нове равнотеже између потреба особе да буде сама и са другима с обзиром на узраст испитаника – прецизније категорије

	Прецизније старосне категорије	N	MR
Помирење приближавање–одвајање	25–29 год.	80	243,39
	30–34 год.	59	244,36
	35–39 год.	61	284,78
	40–44 год.	30	296,43
	45–49 год.	52	308,92
	50–54 год.	59	334,08
	55–59 год.	49	335,49
	60–64 год.	10	261,95
	65–69 год.	102	332,77
	70–74 год.	44	300,49
	75–80 год.	54	336,09
	Укупно	600	
Преферирана самоћа	25–29 год.	80	329,26
	30–34 год.	59	286,15
	35–39 год.	61	284,63
	40–44 год.	30	304,22
	45–49 год.	52	304,05
	50–54 год.	59	300,52
	55–59 год.	49	312,18
	60–64 год.	10	263,85
	65–69 год.	102	302,65
	70–74 год.	44	261,63
	75–80 год.	54	309,80
	Укупно	600	

Разлике између особа различитог пола у спољашњим манифестацијама кризе средњих година

Када су у питању разлике између испитаника различитог пола у спољашњим манифестацијама кризе средњих година, резултати показују да једина статистички значајна разлика у бројевима постоји на варијабли декомпензација (Табела 13).

Табела 13. Значајност разлика у спољашњим манифестацијама кризе средњих година с обзиром на пол испитаника

	Креативно суочавање	Декомпензација	Порицање са бекством	Порицање са наткомпензацијом
Mann-Whitney U	44542,000	40187,500	43318,500	43923,000
Sig.	0,829	0,023	0,427	0,611

Жене су склоније од мушкараца да на први наговештај кризе реагују појавом депресивног расположења, губљењем интересовања за различите животне ствари, појачаном бригом о видним променама физичког изгледа и појавом страха од старења (Табела 14).

Табела 14. Интензитет разлика у спољашњим манифестацијама кризе средњих година с обзиром на пол испитаника

	Пол	N	MR	ΣR
Креативно суочавање	Мушки	300	298,97	89692,00
	Женски	300	302,03	90608,00
	Укупно	600		
Декомпензација	Мушки	300	284,46	85337,50
	Женски	300	316,54	94962,50
	Укупно	600		
Порицање са бекством	Мушки	300	294,90	88468,50
	Женски	300	306,11	91831,50
	Укупно	600		
Порицање са наткомпензацијом	Мушки	300	296,91	89073,00
	Женски	300	304,09	91227,00
	Укупно	600		

Добијене су и статистички значајне полне разлике у резултатима испитаника када су у питању следеће варијабле којима се региструју унутрашње промене карактеристичне за кризу средњих година: помирење маскулиност–фемининост, маскулиност, фемининост, генеративност, помирење приближавање–одвајање и преферирана самоћа, док разлике у резултатима на варијаблама помирење млад–стар и добитак–губитак, као и андрогинност, нису на статистички значајном нивоу (Табела 15).

Табела 15. Значајност разлика у унутрашњим променама карактеристичним за кризу средњих година с обзиром на пол испитаника

	Mann-Whitney U	Sig.
Помирење млад–стар	44392,500	0,775
Помирење маскулиност–фемининост	35740,000	0,004
Маскулиност	23522,000	0,045
Фемининост	25089,000	0,032
Андрогиност	13649,500	0,053
Помирење добитак–губитак	41653,500	0,114
Генеративност	38129,000	0,001
Помирење приближавање–одвајање	39284,500	0,007
Преферирана самоћа	40694,500	0,042

Када је у питању напредак у успостављању нове равнотеже између мушке и женске полне улоге, односно помирење супротности маскулиност–фемининост, мушкарци и жене се на испитиваном узорку међусобно разликују у резултатима које су добили на свим варијаблама којима се мери ова дубока унутрашња промена, изузев на варијабли андрогиност. Може се видети да је процес успостављања нове равнотеже између наведеног пара супротности израженији код женских испитаника. Мушкарци имају израженију маскулиност од жена, док жене постижу веће резултате на фемининости (Табела 16).

Табела 16. Интензитет разлика у унутрашњим променама карактеристичним за кризу средњих година с обзиром на пол испитаника

	ПОЛ	N	MR	ΣR
Помирење млад–стар	Мушки	300	298,48	89542,50
	Женски	300	302,53	90757,50
Помирење маскулиност–фемининост	Мушки	300	269,63	80890,00
	Женски	300	331,37	99410,00
Маскулиност	Мушки	300	372,09	111628,00
	Женски	300	228,91	68672,00
Фемининост	Мушки	300	234,13	70239,00
	Женски	300	366,87	110061,00
Андрогиност	Мушки	300	296,00	86799,50
	Женски	300	305,00	101500,50
Помирење добитак–губитак	Мушки	300	289,35	86803,50
	Женски	300	311,66	93496,50
Генеративност	Мушки	300	323,40	97021,00
	Женски	300	277,60	83279,00
Помирење приближавање–одвајање	Мушки	300	281,45	84434,50
	Женски	300	319,55	95865,50
Преферирана самоћа	Мушки	300	286,15	85844,50
	Женски	300	314,85	94455,50

Мушкарци такође имају повећану тенденцију ка генеративно-сти од жена, односно код њих је развијенија потреба да друге поуче нечему новом, створе нешто важно и значајно и оставе неку врсту трага по ком ће их будуће генерације памтити. С друге стране, код жена је за разлику од мушкараца појачана тенденција да се осамљују и препусте својим размишљањима, оне су такође у већем степену успоставиле нову равнотежу и помириле супротност између тенденција приближавања и одвајања од других (Табела 16).

ЗАКЉУЧАК

Живот чине мирни и транзиторни периоди – периоди већих или мањих криза. Током мирних периода почињу да се припремају дубоке унутрашње промене, још увек далеко од свести, које временом постају све интензивније, да би на крају довеле до појаве кризе током које се руши постојећа унутрашња равнотежа и изграђује нова.

Актуелно истраживање нуди одговоре на важна питања спољашњих манифестација и дубоких промена у унутрашњој структури и равнотежи особа које су карактеристичне за кризу средњих година.

Механизам порицања са наткомпензацијом, као једна од манифестација кризе средњих година према Марморовој теорији, најинтензивнији је код младих одраслих испитаника између 25. и 30. године живота, јер обухвата понашања која су својствена овом и млађем узрасту. Декомпензација и механизам порицања са бекством најинтензивнији су између 50. и 54. године, што може представљати прву реакцију на кризу и новонастало стање. Потребно је да прође извесно време да би особа адекватно увидела шта јој се дешава и да би стекла капацитете да се на креативан и успешан начин суочи са кризом, што је најинтензивније између 60. и 64. године.

Од унутрашњих промена, прва у којој је могуће регистровати извесни напредак у успостављању нове равнотеже и помирењу одређеног пара супротности јесте она везана за помирење мушке и женске улоге у особи, односно маскулиних и фемининих карактеристика личности, и то већ негде између 40. и 44. године живота. Финално прихватање сопствене коначности и процеса старења као неминовног, али нормалног и природног, односно помирење младости и старости – најинтензивније је између 60. и 64. године живота. Особа у овом периоду оставља прошлост, за коју се до тада грчевито држала иза себе, мада је се не одриче. Окреће се будућности, осмишљава је и проналази нове изворе задовољства. Овоме иде у прилог и то да се овај период живота поклапа са периодом највећег интензитета креативног и успешног суочавања са кризом. Највећи помак у успостављању нове равнотеже између последња два пара супротности – помирења добитак–губитак и приближавање–одвајање – одвија се најкасније у жи-

воту особа, у периоду између 75. и 80. године. Потребно је да прође доста времена да би особа акумулирала довољно снаге и капацитета да би могла адекватно да се суочи са свим проживљеним искуствима, извага их и одреди шта је и колико у животу добила, а чега је све на том путу требало да се одрекне и шта да жртвује. Успостављање новог баланса између животних добитака и губитака и њихова интеграција у личност особе – представља заиста сложен, а за неке особе и веома болан подухват, који се стога одвија касније у животу, када је особа у стању да се суочи са тим. Слично је и са успостављањем нове равнотеже између потребе да се буде сам и са другим људима. У позним годинама особа има највише капацитета да се осами, а да притом не буде усамљена, да се посвети себи и својим интересовањима, размишљањима и неком облику свођења животних рачуна.

Уопштено гледано, може се закључити да у средњим годинама најпре наступају промене у понашању, које најављују и откривају започињање, постојање и одвијање сложених дубоких и, пре свега, дуготрајних психолошких процеса помирења некада наглашених супротности и успостављања нове унутрашње равнотеже, који резултирају значајним помацама у унутрашњој структури особе много касније у животу. Може се претпоставити да су ова унутрашња дешавања у почетку несвесна, јер се особа труди да их порекне и негира њихово постојање, али она настављају да се одвијају и на тој несвесној или предсвесној равни функционисања, све до тренутка када особа смогне снаге и овлада капацитетима за њихову адекватну интеграцију у личност.

Добијени резултати показују да је Марморова теорија адекватна када се имају у виду спољашње манифестације кризе средњих година, али да је Левинсонову теорију потребно ревидирати у смислу померања границе јављања и одвијања дубоких унутрашњих промена карактеристичних за кризу. Прецизније, то значи да је успостављање нове равнотеже између маскулиности и фемининости, младости и старости, животних добитака и губитака, те приближавања и одвајања – дуготрајан процес и да особе тек касније у животу постају заиста свесне промена у унутрашњој динамици и структури које су се одиграле. У средњим годинама још увек су доминантне карактеристике свог пола, док је интеграција осталих парова супротности тек у повоју и до ње ће доћи много касније у животу.

ЛИТЕРАТУРА

- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 155–161.
- Hughes, M. E., Waite, L. J. (2009). Marital Biography and Health at Mid-Life, *Journal of Health and Social Behavior*, 50, 344–358.
- Лацковић-Гргин, К. (2004). Адаптирана Loyola скала генеративности [Adapted Loyola scale of Generativity]. У: А. Пророковић, К. Лацковић-Гргин, В. Ђубела Адорић, З. Пенезић (Прир.), *Збирка психолошких скала и упитника – Свезак 2 [The collection of psychological scales and questionnaires – Volume 2]* (1–5), Задар: Свеучилиште у Задру.
- Levinson, D. (1978). *The seasons of man's life*. New York: Alfred A. Knopf.
- Lyons, A. C., Griffin, C. (2003). Managing menopause: a qualitative analysis of self-help literature for women at midlife, *Social Science & Medicine*, 56, 1629–1642.
- Marmor, J. (1974). The crisis of middle age. In: J. Marmor (eds.), *Psychiatry in Transition* (71–76). New York: Brunner Mazel Inc.
- Murtagh, M. J., Hepworth, J. (2003a). Menopause as a long-term risk to health: implications of general practitioner accounts of prevention for women's choice and decision-making, *Sociology of Health & Illness*, 25, 185–207.
- Murtagh, M. J., Hepworth, J., (2003b). Feminist ethics and menopause: autonomy and decision-making in primary medical care, *Social Science and Medicine*, 56, 1643–1652.
- Павловић, М. (2011). Промене у доживљају идентитета и развој генеративности код особа у средњим годинама [Changes in the Experience of Identity and the Development of Generativity in Middle Aged Persons] , *Годишњак за психологију*, 8, (10), 41–53.
- Павловић, М. (2015). *Начини испољавања кризе средњих година, осећање смисла живота и облици усклађивања породичних и професионалних улога у Србији [Manifestations of mid-life crisis, the sense of meaning in life and the balance between professional and family roles in Serbia]*, докторска дисертација, Ниш: Филозофски факултет.
- Pudrovska, T., Carr, D. (2008). Psychological adjustment to divorce and widowhood in mid- and later life: do coping strategies and personality protect against psychological distress?, *Advances in Life Course Research*, 13, 283–317.
- Salmela-Aro, K. (2011). Stages of Adolescence. *Encyclopedia of Adolescence*, 360–368.
- Стајн, М. (2005). *У средњим годинама – јунговска перспектива [In middle age – Jungian perspective]*. Београд: Плато.
- Stewart, A. J. (2005). Ličnost žene srednjeg doba [Personality of Middle Aged Woman], *Psihologija u svetu*, 10, (1-2), 105–123.
- Strohschein, L., McDonough, P., Monette, G., Shao, Q. (2005). Marital transitions and mental health: Are there gender differences in the short-term effects of marital status change? *Social Science & Medicine*, 61, 2293–2303.
- Tanti, C; Stukas, A. A., Halloran, M. J., Foddy, M. (2011). Social identity change: Shifts in social identity during adolescence. *Journal of Adolescence*, 34 (3), 555–567.
- Utz, R., Reidy, E., Carr, D., Nesse, R., Wortman, C. B. (2004). The daily consequences of widowhood: The role of gender and intergenerational transfers on subsequent housework performance, *Journal of Family Issues*, 25, 683–712.
- Влајковић, Ј. (2005). *Животне кризе и њихово превазилажење [Life Crisis and Overcoming It]*. Београд: ИП „Жарко Албуљ”.
- Windsor, T. D., Anstey, K. J., Butterworth, P., Rodgers, B. (2008). Behavioral approach and behavioral inhibition as moderators of the association between negative life events and perceived control in midlife, *Personality and Individual Differences*, 44, 1080–1092.

IDLIFE CRISIS – EXTERNAL MANIFESTATIONS AND INTERNAL CHANGES

Milica Čolović¹, Momčilo Stojković²

¹Singidunum University, Belgrade, Serbia

²University of Niš, Faculty of Philosophy, Niš, Serbia

Summary

Midlife crisis is one of the inevitable changes in the development of a human being. This concept was developed in 1965 by Elliott Jaques, who believed that the depth of midlife crisis depends on each individual's confrontation with his or her own finality and mortality.

Literature proposes two classical theories that approach this phenomenon differently. The first one is the Daniel Levinson Theory, which considers inner changes that are typical for midlife crisis. In order to successfully continue personal development, middle aged persons are faced with the task of finding new balance and reconciliation of these opposite categories, which dominated their youth: youth-old age, win-loss (destruction – creation), masculinity-femininity and closeness-separation. This implies person's ability to face the future and new interests, without breaking up with their "young" personality, but only if they successfully resolve the above-mentioned developmental tasks; to fully and realistically perceive the achievements and sacrifices in life; to allow themselves, even for a moment, to act and feel outside the framework of the social standards defining their gender and to be able to be alone with their thoughts and not feel lonely.

The other classical theory dealing with midlife crisis, but from the external manifestation aspect is Judd Marmor Theory. As possible ways to overcome the midlife crisis, Marmor suggests four psychological mechanisms. The first two (denial with escape and denial with overcompensation) depict persons trying to deny the existence of the crisis with compulsive work, passionately watching TV, internet and computer, almost compulsively practicing a hobby or through engaging in affairs, extramarital relationships and even attempting to start a new family. Other two show persons fully aware of the crisis and its changes, becoming indifferent, apathetic, depressed, often angry and furious, with numerous somatic disturbances and symptoms that are often referred to as climacteric symptoms (typical for decompensation), or accept changes that come with years as inevitable, perceiving it in bigger picture, as a chance for new ways of integration, productivity and self-realization (typical for creative and successful confrontation with crisis).

Results show the Marmor Theory adequate, having in mind external manifestations of midlife crisis, but the Levinson Theory needs to be revised, in terms of defining character and expanding the boundaries of crisis appearance and deep internal changes taking place within the crisis. More precise, this suggests that finding new balance between masculinity and femininity ($\chi^2=237.898$, $df=10$, $p<0.001$), youth and old age ($\chi^2=379.456$, $df=10$, $p<0.001$), life gains and losses ($\chi^2=40.136$, $df=10$, $p<0.001$) and closeness and separation ($\chi^2=27.919$, $df=10$, $p<0.001$) is a long-term process and that most people, much later in life, become really aware of the changes that took place in the structure and internal dynamics.