



В продолжение разговора об умении жить в соответствии со своим возрастом, заметим, что женщинам намного сложнее противостоять стереотипам, прочно укоренившимся в общественном сознании. В самом определении «прекрасный пол» заложена мысль о том, что внешность для женщины важнее всего

Сколько же вам лет?



Общение со своими сверстниками весьма способствует тому, чтобы позиционировать себя во времени и при этом опираться на «группу поддержки»

Культ молодости и красоты занимает в нашей жизни столь значимое место, что человечество стало испытывать потребность в его осмыслении. Этим занимается новая научная дисциплина аттрактология (от англ. *attraction* — привлекательность), которая объединяет усилия психологов, социологов и биологов, изучающих влияние внешней красоты на различные стороны жизни. А в социальной психологии по аналогии с «расизмом» или «сексизмом» появился термин «бьютизм» (от англ. *beauty* — красота), которым обозначают социальное предпочтение привлекательных людей и дискриминацию по отношению к тем, кто таковыми не является.

На уровне обывательского сознания, в значительной мере сформированного представителями «индустрии красоты», проводится знак равенства между молодостью, красотой и привлекательностью. Большинство женщин находятся под влиянием подобных стереотипов, что фатальным образом влияет на их жизнь: девушек-женщин-бабушек сопровождают перманентные психологические кризисы, связанные с созреванием, взрослением и старением — драматическое подростковое осознание степени своей привлекательности, кризис среднего возраста, стрессогенные периоды климакса и выхода на пенсию.

ЧТО МЫ ПРИОБРЕТАЕМ И ЧТО ТЕРЯЕМ?

Бегство от возраста негативно влияет на взаимоотношения с окружающими. Доходит до того, что, к примеру, молодящаяся женщина, избегает появляться на людях со своими детьми, так как их возраст неизбежно выдает ее собственный. И мужчины, и женщины нередко стыдятся своих стареющих «половинок», если сами выглядят намного моложе. Такая манера поведения настолько распространена среди так называемых публичных людей, что приятное удивление вызывают те из них, кто не стыдится своих жен или мужей и с достоинством демонстрирует их натуральный возраст, естественные морщины или избыточный вес. В «опалу» могут также попасть друзья детства, однокурсники, которые не только напоминают о прожитых годах, но и прочно позиционируют человека во времени.

Скрывающие свой возраст постоянно находятся в напряжении, что неизбежно влияет на стиль взаимоотношений, делает их неискренними и фальшивыми. К примеру, они не могут позволить себе непринужденно предаться воспоминаниям, вскользь упомянуть о событиях, свидетелями которых довелось быть. Иначе реакция окружающих будет вполне прогнозируемой: «Вы и это помните? Так сколько же вам лет?».

БЕЛАЯ ВОРОНА ИЛИ ПРОСТО СЕДЕЯ?

В западных странах наметились некоторые тенденции, которые свидетельствуют о том, что в моду входят седые волосы. Мужчины элегантно седели и раньше, чего не скажешь о женщинах. И вот теперь пожилые стильные дамы щеголяют своей сединой, а совсем молодые и даже юные, красятся «под седину», хотя рискуют выглядеть белыми воронами. Одним эта мода кажется диковатой, другим — «прикольной», большинство считает, что она не приживется, но в любом случае она полезна, так как помогает разрушить привычное представление о седине как признаке старения и некоторой неухоженности. В последнее время можно наблюдать довольно много откровенно седеющих дам среди политиков и общественных деятелей разных стран. Естественное старение создает у потенциальных избирателей особое доверие. А вот всякого рода ухищрения по искусственному омоложению, напротив, создают предпосылки к подсознательному восприятию политика как неискреннего, фальшивого, «ненастоящего», то есть такого, которому нельзя доверять.

ВЗРОСЛЫЙ ИЛИ МАЛЕНЬКИЙ?

Человек, не научившийся жить в гармонии со своим возрастом, не решивший «роковую» психологическую проблему, передает ее «по наследству» своим потомкам. И не только на подсознательном уровне, но также и на поведенческом.

Родители должны научить ребенка адекватно воспринимать свой возраст, то есть идентифицировать, осознавать, ощущать себя в реальном времени. Отсутствие навыка принимать себя повзрослевшего со временем может помешать принять себя постаревшего.

Сумятицу в сознание детей чаще всего вносят женщины. Ребенок еще совсем мал, а мамы и бабушки уже нарядили мальчика во фрак с бабочкой, а девочку — в бальное платье. А еще завили малышке локоны, украсили серьгами и другими атрибутами

В социальной психологии по аналогии с «расизмом» или «сексизмом» появился термин «бьютизм» (от англ. beauty — красота)

«взрослости», поощряют выступление со сцены в вульгарной и далеко не детской манере. В то же время папы, «наскоками» участвующие в воспитании, склонны побуждать своих детей к какому-нибудь «взрослому» умению и занятию под рубрикой «ты уже взрослый». В итоге ребенок окончательно дезориентирован, не понимает, насколько он мал и что ему положено знать и уметь. А если учесть, что реальное взросление налагает новые, сопряженные с ответственностью и трудом обязанности, малыш весьма скоро начинает понимать, что взрослеть «невыгодно».

Не всегда полезно и раннее развитие. Форсирование интеллектуальных способностей нередко идет в ущерб созреванию эмоционально-волевой сферы малыша. Не игравшиеся в детстве, так и не созревшие личности доигрывают во взрослые «игрушки», а иногда и вовсе «проигрывают» свою жизнь. Как это ни парадоксально, но попытки искусственно «овзрослить» ребенка, часто приводят к обратному результату.

Но вот приходит возраст, когда дети сами стремятся примерить на себя взрослую жизнь. Но если в детстве родители торопили время, то теперь, когда подросток взрослеет, они пытаются вернуть его в детство. Им страшно отпускать ребенка во взрослую жизнь. Между тем очень важно вовремя отпустить, дать свободу тогда, когда дети этого просят, и защиту, когда они в ней нуждаются.

ПРИНЦЕССА, КОРОЛЕВА, КОРОЛЕВА-МАТЬ...

Современные технологии позволяют сделать значительный шаг к адекватному восприятию своего возраста. Сегодня принято иронически отзываются о пожилых людях, которые часами «сидят» в «Одноклассниках» и других социальных сетях. Однако общение со своими сверстниками весьма способствует тому, чтобы позиционировать себя во времени и при этом опираться на «группу поддержки», не ощущать одиночества, дискриминации по возрастному признаку, иметь возможность обсуждать проблемы (в том числе психологические), присущие «своей» возрастной группе.



Для того чтобы на всю жизнь подружиться со своим возрастом, иногда достаточно взвесить, что вы теряете, а что приобретаете в борьбе за внешнюю молодость, подумать о том, как отражается борьба с морщинами на самых близких и родных людях... А лучше всего — брать пример с тех театральных актрис, которые, естественно старея, постепенно меняют амплу и, поднимаясь по ступеням жизни и артистического мастерства, играют принцессу, королеву, а затем и королеву-мать...

Мария Кириленко

По материалам индивидуальных консультаций психологов Киевско-Святошинского Центра социально-психологической реабилитации населения и его информирования по вопросам последствий Чернобыльской катастрофы



ЦСПР
 Киевско-Святошинский центр социально-психологической реабилитации населения та його інформування з питань подолання наслідків Чорнобильської катастрофи
www.cspr.kiev.ua | www.cspr-vizitka.marka