



Не каждый из нас задается вопросами, что с нами будет через 20 лет спустя? Через 20 лет мне будет уже 40. В это время начинается **кризис**. Человеку видится впереди старость, а за ней самое страшное — смерть. Тело утрачивает силу и красоту, появляются морщины, седые волосы, одолевают болезни. Наступает время для первого боя со старостью, время, когда ударяются то в любовные приключения, то с головой уходят в работу, то начинают совершать экстремальные поступки вроде прыжков с парашютами или восхождений на Эверест. В этот период некоторые ищут спасения в религии, другие — в различных философиях, третьи же наоборот становятся циничней и злее.

Кризис 40 лет инициирует духовный поиск, ставит перед человеком глобальные вопросы, на какие нет однозначных ответов. Этот конфликт связан с психологической структурой Тени – теми непринятыми контекстами, какие человек бесконечно вытесняет, пытаясь врать даже себе. Подрастающие дети не дают возможности человеку был младше, чем есть, требуя от родителя мудрости. Экзистенциальность этого кризиса подкрепляется переживаниями скоротечности времени, когда уже не получится писать черновики, приходится жить начисто, и радуется то, что возможность для этого еще есть. Подкрался самый затяжной и самый разочаровывающий кризисный этап, когда человек начинает не просто понимать, но и физически чувствовать, что он смертен. Появляются морщины, лысины, периодически дает сбой здоровье, деньги больше не приносят прежнего удовлетворения, хочется найти работу для души. Всё это чревато психическими расстройствами. Тут на помощь приходят все те же незаменимые «товарищи»: пьянство ( иногда наркотики), разврат, измены, разводы.

Пока тебе 22 у тебя много планов и целей, я мечтаю стать преподавателем в университете, мечтаю работать психологом, консультировать, вести какие-нибудь тренинги, помогать людям, выйти замуж за мужчину мечты, облететь пол мира, но одно неверное решение может привести к тому, что я могу ничего не добиться или не дожить до 40 лет. Лучше не думать обо всем этом и плыть по течению, ставить цели и идти к ним, иметь запасные планы. Сейчас нужно найти баланс в своей жизни. Работа и личная жизнь тесно связаны: когда у человека не порядок в личной жизни, он несёт это в организацию и не может быть по-настоящему эффективным на работе? И наоборот, неудовлетворение от работы проявляется дома в психологическом отсутствии или даже в агрессии, разрушая отношения в семье и

из этого можно утверждать, что счастливый сотрудник гораздо полезнее для бизнеса, чем несчастный, поэтому за 20 лет нужно построить карьеру, личную жизнь и обеспечить себя благами. Главное видеть цель, спросить себя «Куда я бегу?» Научиться распоряжаться тем, что мне отпущено, радоваться жизни и наслаждаться тем, что я имею, хвалить себя и не переставать верить, ведь все мы приходи к тому к чему мы хотим на самом деле.