

СРЕДНА ВЪЗРАСТНОСТ. СТАБИЛНОСТ ИЛИ НОВ СТАРТ В ПСИХОСОЦИАЛНОТО РАЗВИТИЕ

Галина Тогорова

Детство, юношество, младост, зрелост, старост - своеобразни епохи в човешкия живот, всяка от които неумолимо заменя предишната. Последователността на възрастовите етапи се характеризира с необратимост, с определена продължителност и неизбежна смяна на периодите. В тази особеност се изразява една от закономерностите, фиксирани в генетичната програма на човека. Какво е възрастта в живота на човека? Отговорът не е еднозначен, защото възрастта, времето е многомерно понятие, има различни качествени характеристики, различна специфика и критерии за оценка. Най-отдиференцирани са естествените биологични феномени на възрастта. Психологичните феномени на възрастта засягат адаптивните качества на индивида т.е. способността на човек да се адаптира към своята среда благодарение на различни свои специфични особености, засягащи процесите на учене, памет, емоционален контрол, мотивационни сили и т.н. Светът, непрекъснато се променя затова човешкият индивид също трябва да се променя активно. Това е едно от най-важните условия за да продължи да съществува.

От детството към старостта, човек опознава, преживява и утвърждава своето подобие и различие от другите. През цялото това време той търси своята идентичност - един непрекъснато възобновяван стремеж за реализация на Аз-а, като крайна цел на жизнения път и социализация на личността.

При прехода от юношество към зрялост, в търсене на своята идентичност, човек преминава през определени кризи и трансформации. Кризите в преходните периоди на живота се явяват източника за справяне с противоречията (външни и вътрешни) и поддържането на жизнена траектория.

Най-малко изследваната фаза от развитието на човек е зрелостта (25-50 години). Тази част от живота е несправедливо пренебрегвана, а през този период човек решава най-много социални задачи: избиране на партньор, създаване на семейство, родителство, кариера, приятелство. В този период са и кризите на 40-те и 50-те години. Доказва се, че уникални развитийни промени се извършват особено през зрелостта, където механизма на биологичните промени е свързан с отделни загуби. През този период човек загубва чувството си за безвремие. Децата му вече са пораснали и физическите му качества са се влошили. Човек осъзнава, че бъдещето вече не е толкова щедро и не предлага безгранични възможности, но перспективи все още има. В този период физическата активност е понижена, но опита и познанието върху собствените сили дава стимул за успех в живота. В периода на зрелостта развитието на физическите възможности е плато. Има известно задържане в началото на периода и след това настъпва спад. Хората стареят по различен начин. При жените драматично, функционално изменение се оказва менопаузата. Те се чувстват потиснати, по-малко женствени. Изпитват чувство на самосъжаление, изпадат в депресии. Ако жените приемат този процес, като нормативно събитие и си поставят позитивни задачи за решаване те ще успеят да се справят с този негативен момент в техния живот. Освен това жените в средата на живота реагират на признаците на физическото стареене. Докато мъжете печелят власт със сила, то голям процент от жените разчитат на физическата красота. При тях признаците на стареенето могат да предизвикат спад в самооценката и в преживяването

на радост и благополучие в живота. Изследванията показват, че в средна възрастност при жените е по-голяма вероятността за промяна на приоритетите в социалните роли и техния смисъл и значение за психично благополучие. В сравнение с мъжете, при жените вероятността от ролеви конфликт и ролево напрежение между професионалната и семейна роля е по-голяма. Едно от основните негативни преживявания при жените в средна възрастност е чувството, че времето минава много бързо и няма да им стигне за осъществяване на поставените житейски задачи. Към този стрес се прибавят и проблемите с юношеската криза на вече порасналите деца, които традиционно, особено в българската култура, се възприемат като женска грижа.

При мъжете няма такива драматични събития. При тях се наблюдават изменения свързани със сексуалната им активност. Възможно е появата на стрес, пресищане, страх от влошаване на здравето, трудности в работата. Традиционно се приема, че успешната адаптация на мъжете към възрастовите промени и справянето с депресията до голяма степен зависи от постиженията и удовлетвореността от професионалната реализация. Основен фактор, който стимулира чувството им за собствена ценност и преживяване на чувство за безопасност и надежда е по-голямата ангажираност и социална подкрепа, която мъжете оказват на порасналите си деца, съпругата и стареещите родители.

Средната възраст е период, в който се наблюдава известно понижаване на когнитивните възможности, но едновременно с това някои умствени способности се повишават. Много е важно човек да продължава да работи, да си поставя задачи и да търси тяхното успешно решение. По-този начин той ще стимулира развитието на нови способности и умения.

Всички теории(неофройдистки, хуманистични, социални и т.н.) разглеждат стремежа към личностно израстване като същностна характеристика предимно на зрелостта или по-късните години на живота и може би това е едно от най- важните завоевания на зрелостта. Докато

младите ползват предимствата на биологичната еволюция, то зрелите индивиди разчитат на своята мотивация и силата на своята ангажираност за постигане на самите тях. Инициативата на личността е да оползотвори ползите от човешките завоевания.

Карл Густав Юнг смята, че възможността за растеж е заложена във всяка човешка психика и, че докато първата половина на живота обикновено е посветена на загубване и адаптиране към изискванията на живота съобразно с дадените първични нагласи, втората половина е изпълнена от асимиляцията на несъзнавания дотогава потенциал. Очевидно това означава по-висока степен на "цялостност" и на зрялост на възгледите и опита. Процесът на израстване и зрялост в живота на човека, Юнг означава с термина индивидуация. Най-общо това е процесът на формиране на индивидуалната природа, в частност това е процес на диференциация, имаща за цел развитието на индивидуалната личност. Зрелостта е периода, през който се активира нуждата и желанието на Аза да се обърне към несъзнаваното в себе си за да може да осъзнае нещата, които ще му помогнат да се справи с вътрешните си конфликти. По този начин човек ще стане себе си и ще успее творчески да трансформира вътрешната си личност.

Ерик Ериксън създава термина "криза на идентичността" и описва човешкия жизнен цикъл като състоящ се от осем етапа. Всеки етап има съответната придружаваща психосоциална криза на идентичността със свой желателен резултат, способстващ развитието. Ериксън нарича кризата на зрелостта генеративност срещу стагнация. Успешното решение на кризата на генеративността е свързано с нова добродетел - грижа, загриженост. Основната задача на зрелостта е продуктивност, творчество и грижа за поколението. В тази възраст индивида поема отговорността за другите и избира дали да бъде генеративен, да влага, да отдава, да постига, или да се остави на разрушителните сили на отпадането на биологичните способности. Генеративността при Ериксън е много широко понятие. То

включва родителски задължения, грижа, насочване на следващото поколение и чувство за отговорност пред младите. Генеративност означава продуктивност, творчество и компетентност в различни дейности. Генеративността носи чувство за осъществяване. Това е стремежът да правиш нещата възможно най-добре, да надхвърлиш средното ниво и собствените си постижения. Успешното решаване на кризата води до засилване на собственото Его. Преодолява се страхът от необратимостта на времето посредством ангажираност с това, което се създава и което продължава. Зрелият човек трябва непрекъснато да преодолява своята Аз-концепция, страха, че времето минава. Той се изпълва с желание да предаде на следващото поколение идеята, че всичко си струва. Неуспехът в решението на кризата води до отслабване на Аза, до чувство на отегчение, стагнация и загуба на способността за вътрешен ръст и промяна. Личността е в състояние на застой. Най-страшно е нарушаването на връзката със света и свръхголямата ангажираност със себе си. В чести случаи се наблюдава регресия към натрапчива потребност от псевдоинтимност, съпроводена с нарастващо чувство за личностно опустошение. В тези случаи хората започват да се отнасят извинително със себе си, все едно са си собствено и единствено дете. Резултатът често е свързагриженост и центрираност върху себе си. Най-тежките последствия са стагнацията и отчуждението от по-младото поколение. Състоянието на застой и на инфантилност са катастрофални в тази възраст, защото водят до преждевременна депресия и духовна инвалидност. Успешното решение на кризата означава, че личността минава през песимизма към оптимизма и предпочита дейното решение пред безкрайното оплакване от живота. В тази възраст според Ериксън трудът е основна човешка добродетел. Трудът и усилията се влагат за отглеждане на деца, за напредък в професията, за благополучието на обществото.

Даниел Левинсън разглежда човешкия живот като серия от сезони - всеки сезон има свое време. Никой сезон не е по-добър или незначителен.

Тези сезони са органична част от общия цикъл, свързващ минало и бъдеще. Всеки сезон е различен от предходните, макар, че всички имат нещо общо. Тази идея за сезоните води Левинсън до разглеждането на жизнения цикъл като редуване на стабилни и преходни периоди, които имат свои специфични задачи на развитието.

Според Левинсън преходът в средата на живота продължава 4-5 години. Както при всички преходи и тук човек трябва да се справи със своето минало-младостта и да се подготви за бъдещето-средната възраст.

В този период се решават три основни задачи:

1. Човек да приключи с ерата на ранната възрастност, да се направи равностойка на постиженията и да се освободи от младежките илюзии.
2. Индивида да предприеме начални стъпки за посрещане на средната възрастност. Важна е модификацията на реинтеграцията на младежката мечта(необходимо е тя да стане по-мъдра.
3. Да успее да се справи с полярностите, които са източник на разцепление в живота.

Левинсън намира подобия и разлики в еволюцията на индивидуалната жизнена структура при женския и мъжкия цикъл.

При мъжете преходите на 30-те и 40-те години са тясно свързани с хронологичната възраст. Това е време, когато целите на професионалната кариера, които са основни за мъжете и начина на живот се подлагат на преоценка. При жените не възрастта, а стадият в развитието на семейната роля е по-добър индикатор за преходите в жизнения път. Ето защо при жените може да няма криза, свързана с хронологичната възраст(на 30-те, 40-те или 50-те години). При жените се констатира, че преходи и необходимост от промяна могат да станат събития, свързани със семейния жизнен цикъл, като бременост, раждане на дете, отлитането на децата от семейното гнездо. Много от изследванията показват, че първата бременост е важно не само биологично, но и екзистенциално събитие. Неговото интегриране предполага цялостна трансформация на Аз-концепцията на

личността и нов смислообразуващ център на "женските мечти". Мечтата за мъжете и за жените има основно значение за изграждане на визия или проект за бъдещия живот. Мъжките мечти за бъдещето имат предимно еднороден характер и са свързани с работата и кариерното развитие. Женските мечти имат два смислообразуващи центъра. Те са конструирани първо около отношенията със съпруга(или любимия мъж) и второ върху субурдинацията на персоналните потребности.

Професионалната реализация при мъжете е завършена при прехода на 30-те години. Повечето са достигнали до статус на зрялост в сферата на професионалния избор. Жените за разлика от мъжете не престават да се числят към незрелите в професионалния свят. През периода на средната възрастност мъжете сменят приоритетите си в професионалната кариера, но тя остава смислообразуващ център на техния живот. При жените настъпва цялостна трансформация или преориентация - тези, които са били ориентирани към семейство и възпитание на деца, в прехода започва да ги привлича професионалната кариера, и обратно.

Роджър Гулд проследява фазите и трансформациите в зрялото съзнание. Неговата основна цел е да развенчае битувашата представа за възрастните като статични личности, формирани веднъж-завинаги и за зрелия живот като време, когато не се случват никакви развитийни промени. Според Гулд зрелостта е динамично и променящо се време, когато човек може и трябва да се освободи от деспотичните вътрешни ограничения на детското съзнание, за да има творчески и изпълнен с развитие живот. В зрелостта зрелият рационален възглед за реалността съществува заедно с детското съзнание. Тази връзка с миналото подкрепя човек и е източник на сигурност, обаче тя е и едно препятствие и ограничение в живота му. Процеса на развитие и трансформация се извършва, когато се преразгледат заблудите и илюзорните допускания с които сме живели досега. Основните заблуди, с които човек трябва да се справи по време на своята средна възрастност са:

1. "Животът е прост и контролируем. У мен не съществуват значителни противоречиви сили."

2. "Лошото не съществува у мен и/или смъртта - в света."

През този период човек осъзнава, че не винаги е бил ръководен от волята си. Осъзнава външните провокации на средата и разбира, че в редица случаи под въздействието на вътрешните сили е продуцирал нежелани модели на поведение. Индивида преосмисля критериите за успех и лично щастие. Поставя началото на значително обогатяване и нюансиране на концепцията за живота. Освен това през този период човек отхвърля съществуващото дотогава чувство за безвремие и си задава въпросите: "Направих ли всичко необходимо? Имам ли време за промяна?" преживяването на идеята за собствена преходност води до ново осмисляне и стремеж за обединяване на минало, настояще и бъдеще. Променят се отношенията между поколенията. В ролята си на родител, човек го обзема чувството, че няма време за възпитание на децата, обичайно е объркването, несигурността. Брачните отношения стават все по-партньорски; съпрузите все по-често се обръщат един към друг за помощ, обединени от обстоятелството, че решават една и съща личностна проблематика. Професията се възприема, като надежда за компенсация, като последен шанс да се изкачиш на върха. Според Гулд в периода на средната възрастност, човек приключва с илюзията за безопасност и сигурност, осъзнава, че не е млад, децата напускат дома, отношенията с родителите се преобръщат, преживява се един вид второ юношество - оспорват се ценности, архетипове, познавателни структури и поведенчески дейности, всеотдайно поддържани преди това. Но най-голямата промяна е субективното усещане за натиска на времето.

И Гулд и Левинсън смятат, че в този възрастов период основната криза е справянето с мисълта за собственото безсмъртие, която е една от най-големите заблуди в човешкия живот. Едва когато смъртта се приеме като неизбежен факт, у човек се поражда стремеж към автентичност на своето

Аз, хуманност и грижа за другите.

Робър Пек и Бърковиц предлагат нови дилеми отвъд генеративността и индивидуацията. Според тях в средната възраст адаптацията се затруднява и от нарастването на вероятността от ненормативни и критични събития(например: физическа смърт, смърт на близък и др.). Пек извежда четири конструктивни стратегии за справяне с регресивните тенденции и чувство за заплахата в живота на хората в средна и по-късна възраст.

Първата задача за справяне с негативите през този период е преодоляването на спада на биологичните функции. Хората в тази възраст трябва да трансформират ценностите и вярванията си и да признаят ценността на мъдростта срещу ценността на физическата сила.

Втората задача се състои в предефиниране на отношенията с другите хора и преминаване от сексуализация към социализация на отношенията.

Третата стратегия за справяне с кризата на средната възраст е успешната адаптация. Хората трябва да останат умствено гъвкави и отворени към нови преживявания. Необходимо е да променят старите си убеждения и възгледи за да успеят да контролират живота си, а не той да контролира тях.

Четвъртата задача, която предлагат Пек и Бърковиц е емоционална гъвкавост срещу емоционално обедняване.

Много е важно хората в средна възраст да инвестират емоционално за да се справят с нарушаването на жизнения ритъм(децата порасват и напускат дома, умират родители, идва мисълта за собствения край и т.н.) Тези задачи за корекция на жизнените избори до голяма степен определят начина на адаптация към средната възраст.

Според Шарлоте Бюлер жизнения път е цялостно психично образуване, което има посока и цел на развитие, а развитието е еднопосочен процес, в който целостта се развива и променя под въздействието на средата и процесите на учене. На основата на взаимодействието между биологично, психично и социално, Ш.Бюлер

създава моделът експанзия - рестрикция , който е общозадължителен. Според Ш.Бюлер жизнения път на човек преминава през няколко основни фази на живота, като периода на зрелостта представлява време на стабилен растеж и наличие на репродуктивни способности. През този етап от живота на човека се включват най-много дейности - установяване на дом, професия, семейство. Настъпват върхови постижения във виталността и менталността. Настъпва окончателна самодетерминация на жизнените цели. За Ш.Бюлер крайната цел на индивидуалния живот е именно осъществяването на "житейската задача" за намиране на себе си. Успешното целеобразуване и самоопределение спрямо крайните цели на живота при рефлексивните личности има своя пик към 40-те години, когато много от нормативните социални задачи са решени и придава уникална насока и форма на жизнената им биография.

Повечето изследователи разглеждат средната възрастност като време на мобилизация на емоционалните, личностните и социални ресурси за справяне с регреса в тази възраст и поддържане на траекторията на личностното развитие. Рабира се, че различните индивиди, и мъже и жени, реагират по различен начин и играят активна роля(конструктивна или деструктивна) според начина, по който реагират на своя живот.

Развитието по отношение на жизнения път се състои от съвместното действие на придобивки, израстване, загуби и упадък. Динамичната интеракция между придобивки и загуби, като общ адаптивен процес се реализира чрез селективна оптимизация и компенсация на загубите и развитие на нова компетентност. Биологичните изменения през средната и късна възрастност са свързани със спад или загуба на функции, което от своя страна води до психичен дискомфорт. Един от главните стимули на личностовото израстване е компенсацията на загубите чрез развитие на нови адаптивни компетентности за справяне с променящите се външни и вътрешни условия на живот. Ето защо средната и късна зрялост могат да се разглеждат като ери на развитие и растеж.

Съществуват различни патерни(модели) на стареене. Разработват се различни индикатори, като акцентът е поставен върху физическото здраве и психичното благополучие. Важно място заемат и копинг стратегиите(за справяне със стреса), социалната компетентност, личностния контрол(външен и вътрешен), мъдростта.

В зависимост от интра-индивидуалната пластичност, от способността за интегриране на промените, а не затварянето на очите за тях, средната и късната възрастност може да протече по различен начин.

Метафорично човек в своето развитие се разглежда като, охлюв, който създава свой дом(черупка) и търси уют. Две сили се борят у човека - стремежът към промяна, изменения и страха да "счупи черупката". За да израсне, човек трябва да допусне болката и страха, трябва да не се чувства добре, когато се променя - това е трудно, уморително, но след време се разбира, че е било оздравително. Кризата се асоциира само със загуби и в тази връзка е интересно да се знае, че в китайския език йероглифът, означаващ "криза" носи едновременно две смислови значения - "заплаха" и "възможност".

Използвана литература:

1. Ерик Ериксън - "Идентичност, младост и криза". "Наука и изкуство" - ЕООД. 1996г.
2. Енциклопедия по психология - "Наука и изкуство". София. 1998г.
3. Левкова Ирена - "Психология на развитието" - Шумен. 2003г.
4. Речник по психология - "Наука и изкуство" - София. 1989г.
5. Силгиджиян Хайгануш - "Аз концепция и психосоциална идентичност. Жизненият преход към зрелостта." - "Св.Климент Охридски". София. 1998г.
6. Силгиджиян Хайгануш - Лекции по психология на развитието за възрастни - ВСУ, магистратура по психология, май 2003г.
7. Юнг Карл - "Избрано"-книга първа и втора - "Евразия"- "Абагар" - Плевен. 1993г.

Автобиографично интервю

На 15.01.2022г на проведох полуструктурирано, автобиографично интервю, с цел изследване на имплицитните концепции за зрелостта и тяхното влияние върху субективното чувство за благополучие и реализация на Аз-а.

Интервюто се проведе в непринудена атмосфера и условия предразполагащи към откровеност. Представих на изследваното лице кратко и разбираемо каква е целта на интервюто. Гарантирах анонимността му. Интервюираното лице прояви желание и готовност да отговори открито на моите въпроси.

След това прочетох следните инструкции:

"Един от важните моменти в живота на човека е преходът от юношеството и младостта към зрелостта. Нека да поговорим за това време в човешкия живот. Може ли да споделите вашите разбирания за зрелостта, за нещата в живота, които ни водят до чувството(усещането) за зрялост."

Г.Т. е мъж на 41 години, женен с две деца. Има висше техническо образование. Собственик е на фирма, която се занимава с търговия.

Г.Т. описва младежките си години, като щастливи и безгрижни. Няма голяма мечта, а по-скоро конкретна цел, която се е състояла в намирането на работа, която ще му носи не само материално, но и духовно удовлетворение. От баща си е научил, че успехите в живота се постигат с много труд, работа и толерантност в отношенията с хората. Повлиян от амбициите на майка си завършва висшето си образование. Тогава среща и голямата любов, с която по-късно създават семейство. За Г.Т. най-значимо в юношеските години е приятелството. Стремелът му е бил насочен към създаване на искрени и всеотдайни приятелски отношения. На 23 години Г.Т. става баща за първи път. Това го прави безкрайно

щастлив, но и отговорен към беззащитното човече появило се на бял свят. Той преосмисля наново целите и задачите, които е поставил пред себе си и решава, че в момента най-важното е да повиши професионалната си реализация, чрез която ще осигури спокоен живот на своето семейство. Настъпва етап на възход в материално, социално и интимно отношение. В този период на своя живот Г.Т. се чувства спокоен и щастлив. Единственото което не му достига са недостатъчните постижения в работата. Сигурен е, че може да достигне и по-големи успехи, а оттам и печалби.

Най-трудния момент в живота си Г.Т. преживява на 34 години. Тогава той се разделя със своя приятел и бизнес партньор. Разочарованието е голямо, защото са разрушени младежките му вярвания в искреното приятелство и убежденията, че след като се отнасяш честно, почтено и с любов към хората, не може да ти се случи нищо лошо. Едновременно с това настъпва и финансова криза. На този етап от живота си Г.Т. наново преосмисля своите приоритети и своите загуби. Осъзнава, че е настъпил момент, в който младежките вярвания трябва да се заменят с по-зрели и конструктивни стратегии. Г.Т. се справя с емоционалната и финансова криза, като се отдава изцяло на работата. Преодолява негативните преживявания, инвестирайки в нови хора и дейности.

В момента Г.Т. се чувства по-спокоен, по-улегнал, с по-зрели и реални представи за света и хората, които го заобикалят. Уморен е от работа и се нуждае от по-дълга почивка. Съжалява, че не е успял да вложи парите си по най-добрия начин за да се реализира по-успешно в бизнеса. Не е загубил самочувствието си и вярата, че човек може успешно да преодолява негативните елементи ако е позитивно настроен към живота и е умствено гъвкав и отворен към нови преживявания.

Г.Т. смята, че и младостта и зрелостта имат своите предимства и недостатъци. Ако можеше да избира, от младостта би взел- свободата и безгрижието, а от зрелостта - щастието от бащината роля и самочувствието

на по-мъдър и професионално реализиран мъж.

Децата са това нещо, което кара Г.Т. да се чувства горд и щастлив. Обича да общува с тях, като играят различни игри, говорят си за нещата от живота, съветва ги и ги поощрява да не се оказват от мечтите и целите, които са си поставили. Исква му се да притежават неговата коректност, трудолюбие, любов и всеотдайност към хората. Съветва ги да не са прекалено доверчиви и наивни, а да отстояват своите възгледи и действия. Според Г.Т. днешните деца имат достъп до много по-голяма информация, свобода на мислене и действие. Липсва им, обаче реалната истинска игра и общуване, защото те са изместени от виртуални игри и приятели. Това според него пречи на младежите да изпитат истински емоции и чувства. Като най-щастлив етап от живота си Г.Т. определя отношенията със съпругата си преди да сключат брак, защото тогава се е чувствал най-обичан и ценен. Нещото, което го натъжава в момента е нарастващата икономическа обстановка и липсата на работа.

Г.Т. смята, че през целия си живот е бил оптимист, но докато на 20 години е вярвал, че най-важното нещо за собствената му реализация е образованието и професионалната изява, то на 41 години най-съществено за него се оказва възпитанието на децата и преодоляването на финансовите проблеми.

На 41 години Г.Т. е позитивно настроен към живота и вярва, че човек винаги може да се справи с негативни ситуации, ако притежава воля и вяра в своите сили. Голямата му мечта е да види децата си пораснали и реализирани като добри хора. Това ще е доказателство, че е успял да се справи с най-важната и най-трудната роля в живота си.

Интервю проведено с Г.Т. на 15.01.2022г в град Варна.

Въпрос: Как се казвате?

Отговор: Г.Т.

Въпрос: На колко сте години, семеен ли сте и с какво се занимавате?

Отговор: На 41 години съм. Женен съм. Имам двама сина. Единият е на 17 години, а другият на 10. Собственик съм на фирма, която търгува с авточасти.

Въпрос: Бихте ли ми разказали нещо повече за вашите младежки години, за семейството, в което сте израсъл?

Отговор: Имах спокойно и щастливо детство. Винаги съм бил подкрепян от семейството си. Баща ми ме учеше на труд. Казваше , че човек винаги може да успее стига да се труди честно и да се отнася почтено към останалите хора. Майка ми беше властна жена. Държеше да завърша висше образование, защото вярваше, че това е правилният път към успеха. Честно казано тогава не споделях нейните мисли и кандидатствах само за да и доставя удоволствие и да не я разочаровам.

Въпрос: Имахте ли конкретна мечта, нещо което да сте искали да постигнете на всяка цена?

Отговор: Конкретна цел съм нямал. Вече казах, че изборът да уча във висше учебно заведение е основно заради майка ми. Искаше ми се да си намеря работа, която ще ми носи и морално и материално удовлетворение.

Въпрос: Кое бе най-значимо за вас в периода на вашата младост?

Отговор: Много държах на приятелството. Раздавах се всеотдайно за своите приятели, като вярвах, че те ще ми отговорят със същото. Тогава срещнах и моята бъдеща съпруга, с която открих щастието да обичаш и да бъдеш обичан. На 23 години станах баща и разбрах, че няма по-голяма радост и гордост от това да дадеш живот.

Въпрос: Бихте ли ми разказали как продължи живота ви след като

влязохте в ролята на съпруг и баща?

Отговор: Беше чудесно, защото всичко се осъществяваше много бързо и лесно. Бизнесът процъфтяваше. Печелих много добре. Бях задоволен не само материално, но и емоционално. Тогава се роди и вторият ми син. Чувствах се пораснал и успял.

Въпрос: Има ли нещо, някакво събитие, което да ви е накарало да преосмислите своите разбирания и вярвания за живота?

Отговор: На 34 години разбрах, че не всички хора са това за което се представят. Тогава се разделих с моят добър приятел и бизнес сътрудник. Чувствах се предаден, излъган и сякаш изведнъж остарял. След тази емоционална криза настъпи и финансов спад.

Въпрос: Как се справихте с тези негативни събития?

Отговор: Аз съм човек, който е възпитан да вярва, че когато човек се труди и се отнася честно и почтено с хората, успява. Започнах много да работя, запознах се с други хора и общуването с тях ми донесе много позитивни емоции. Освен това семейството ми стоеше неотлъчно до мен и това ме амбицираше още повече да успея. Мисля, че почти успях. Казвам почти, защото и до ден днешен не мога да постигна онзи финансов и професионален успех, който имах преди. В момента съм на кръстопът: да продължавам ли да преследвам материални и професионални успехи или да спра и да си почина. Чувствам се уморен и ми се иска да изляза в безсрочен отпуск.

Въпрос: Кое е това, което те кара да се чувстваш спокоен и щастлив?

Отговор: Децата са тези, които ме амбицират непрекъснато да се доказвам, като добър всеотдаен и успяващ баща. Обичам да играя с тях. Играем футбол, тенис. Никога не ми омръзва. Съветвам ги, уча ги как да пораснат честни и справедливи хора.

Въпрос: По какво искате да приличат на вас и по какво не?

Отговор: Много ми се иска да са трудолюбиви, коректни, позитивно настроени хора. Не харесвам в себе си това, че съм прекалено доверчив и

наивен. Дано не наследят тези качества от мен.

Въпрос: Намирате ли разлика между младите хора по време на вашата младост и сега?

Отговор: Разбира се, че намирам. Децата сега имат много по-голяма свобода на действие и мисъл. Освен това живеем във век на техника и компютри. За мен обаче те остават оцетени от истинска игра и истинско общуване. Повечето са сякаш обсебени от виртуалните отношения, а това ги прави бедни на емоции и чувства.

Въпрос: Ако имаште възможност какво бихте си взели от младостта и какво от зрелостта?

Отговор: Много ми се иска да бъда по-свободен и безгрижен, така както се чувствах на 18 години. Но не мога да си представя живота без щастието, което ми доставят децата и съпругата ми.

Въпрос: Можете ли да определите кой най-щастливият момент във вашия живот?

Отговор: Те са два. Първият е когато се запознах с моята съпруга. Около две години се чувствах най-обичания и желан мъж на света. Може би, защото бяхме безгрижни и не носехме отговорност за никой друг, освен за самите нас. Вторият момент е раждането на синовете ми. Тогава се чувствах най-гордия и успял човек на света.

Въпрос: Намирате ли разлика във възгледите си за живота преди и сега?

Отговор: Разбира се. Преди да създам семейство вярвах, че най-важното нещо са верните приятели и професионалната реализация. Сега няма по-важно нещо от успеха и реализацията на моите деца.

Въпрос: Как си представяте живота оттук нататък? Имате ли конкретна мечта и каква е тя?

Отговор: Аз съм позитивно настроен човек. Вярвам, че имам достатъчно воля и вяра за да се справя с евентуалните негативи. Най-голямата ми мечта е да видя децата си пораснали и реализирани не само

професионално, но и социално, интелектуално и емоционално. Това за мен ще бъде доказателство, че съм се справил с най-трудната роля в живота си.