

CUADRO COMPARATIVO ENTRE TRANSISIÓN O CRISIS EN LA MADUREZ

TRANSISIÓN A LA MADUREZ	CRISIS EN LA MADUREZ
La abrumadora mayoría realiza una transición serena a esta etapa de la madurez.	La crisis en la madurez es más bien la excepción de la regla (Kessler). Aproximadamente 10% pasan por periodos de crisis.
Cambian sus metas juveniles de fama, riquezas, logros y belleza por expectativas más realistas.	Continúan con metas de belleza, se niegan a envejecer, buscando tratamientos y cirugías.
Hacen introspección y aceptan los cambios de su cuerpo y de su vida.	Rehúyen la introspección y recurren a la negación, para no pensar en los cambios de su cuerpo y de su vida.
Se adapta adecuadamente a eventos como partida de los hijos, divorcios, viudez, la muerte de los padres.	Hace apegos tóxicos a los hijos o parejas. Duelo o dolor emocional intenso.
Acepta la aparición de dolores, canas, arrugas, calvicie, vientre abultado, etc propios de la edad.	Demasiada atención a su apariencia física, resistiéndose a envejecer.
Se libera de la autoexigencia y se vuelve más reflexivo sobre la vida	Entra en crisis por la sobre carga de exigencias
Se siente feliz y sereno con los logros alcanzados	Profundo remordimiento por las metas no alcanzadas
Es un bebedor social y controlado	Abusa del consumo del alcohol
Menopausia en la mujer sin crisis	Menopausia en la mujer con crisis
Andropausia sin crisis y el inicio de la dificultad de erección en los hombres	Andropausia con crisis. Búsqueda de mujeres jóvenes como pareja. Comportamientos impropios para su edad.
Hay disminución de la visión y de la audición sin crisis.	Se niega a usar lentes para ver.