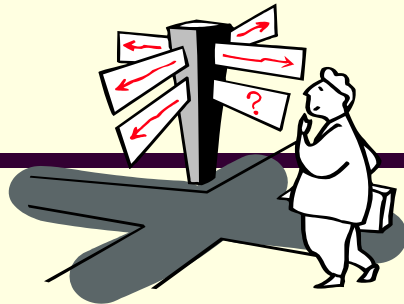


Dospělost a stáří

- kritická období v průběhu vývoje



Specifika vývoje v dospělosti a stáří

- Období spojené se speciální tematikou – práce, manželství , rodičovství ...
- vývojové hledisko jako by se ztrácelo, příčinou – zpomalení biologického vývoje
- Pokračující diferenciací je odrazem stále větší individuace, větší rozptyl hodnot ve zkoumaných proměnných jednotlivých osob.

Periodizace

P. Říčan

- Mladá dospělost
20-30
- Střední dospělost
30-45
- Zralá dospělost
45-60
- Stáří
nad 60 let

J. Švancara

- Mladá dospělost
20-30/32
- střední dospělost
30/32-46/48
- Zralá dosp. (presenium)
46/48-65 let
- Stáří
65 let – (senium)
kolem 80 - vysoký věk

Mladá dospělost

- Tělesný vývoj - vitalita, energie, vrchol svalové síly kolem 25 let
- Úkoly: upevnění identity, upřesnění osobních cílů, budování vztahu, existenční soběstačnost, příprava na bud. povolání (VŠ), odpoutání od primární rodiny, rodinný život
- Erikson - intimita x izolace, generativita
- Intimita: tělesná a duševní něha
důvěra, sebeotevření, respekt, úcta
společné dílo, plány záměry

Cyklus rodinného života v osmi etapách (podle Duvallové, 1977)

I. Manželské páry (bez dětí)

II. Rodiny s dětmi (nejst. dítě do 30 měsíců)

III. Rodiny s dětmi v předšk. věku (do 6 let)

IV. Rodiny s dětmi ve školním věku (6-13 let)

V. Rodiny s dospívajícími dětmi (13-20 let)

VI. Rodiny živící mladé dospělé

VII. Rodiče ve středním věku (od vyprázdnění hnízda do důchodu)

VIII. Starší členové rodiny (od důchodu do smrti)

Střední dospělost

- Tělesný vývoj – progresivní involuční změny, ztráta pevnosti tkání, vrásky, úbytek fyzické síly, usazování tuku, u mužů klesá produkce testosteronu
- Pracovní sféra – produktivní období, První bilancování
- Krize středních let (35-40), generativní charakter, boj proti stagnaci, otázky po smyslu

Pozdní dospělost

- Tělesný vývoj - velké individuální rozdíly, ochabování, hrubnutí rysů obličeje, vrásky, pokles výkonu a fyzické síly, stoupá úmrtnost, zvýšené % onemocnění
- Ageismus – odpor ke stáří, pohrdání starými
- Druhá manželská krize
- Prázdné hnízdo (popř. přeplněné)

Zvláštnosti gerontologické psychologie

- návaznost a neodlučitelnost životních etap
- odlišná orientace v metodologii (N=1)
- průběh stárnutí z hlediska změn biologické struktury ve vztahu k úrovni a kvalitě psychických funkcí
- zjišťování změn individuálního chování a prožívání, zpracovávání údajů obsažených v biografiích a osobních zkušenostech
- Bühlerová, Lehman, Thomae, Lurija, Tomaszewski (pojem „kvalita života“)

Související pojmy

- Obdélníková společnost oproti pyramidální společnosti (kolem roku 1900)
- Feminita - Stáří zkušeností žen.
- Střední délka života – věk, ve kterém zemřelo 50% příslušné věkové skupiny.
- Individuální rozdíly ve střední délce života (Gruzie – podvody vyhnutí se vojenské službě)

Znaky stáří

Biologické znaky:

Ztráta reprodukční schopnosti, menopauza (u žen 50)
Deteriorace některých funkcí, chronická onemocnění

Psychologické:

Uvědomění si, že nestačím držet krok, vše vyžaduje větší úsilí.
Úroveň poznání (pozitivní) – vím kdo jsem a co můžu od života očekávat, limity

Sociální:

Prarodičovství (individuální někdo ve 40 někdo v 70)
odchod do důchodu
ztráta jednoho z partnerů (ztráta nezávislosti)
Změny ve statusu dospělosti, odmítání stáří – ageismus

Proces stárnutí (některé teorie)

- Vzdálené (distální efekty stárnutí) – např. ztráta pohyblivosti způsobená obrnou v dětství
- Časově blízké (proximální) efekty stárnutí – znaky jež jsou důsledkem aktuálnějších dějů (ztráta pohyblivosti způsobená zlomenou nohou)
- Z hlediska pravděpodobnosti, že znaky stárnutí sdílejí i jiní lidé:
 - Univerzální – všichni (vrásčitá kůže)
 - Probabilistické – např. artróza
- Kontinuální proměna – problém určit zlomové body a hranice

Srovnej:

- Primární stárnutí: již v dosp., jeho důsledky dlouho nejsou zjevné,
- Sekundární stárnutí: proces ovlivněný životní dráhou (nemoci, životní události...)
- Terciální stárnutí: konečný úbytek fyzických a psychických sil vedoucích ke smrti. Pervazivní, nevratné změny
- Úspěšné stárnutí?

Některé biologické teorie stárnutí

- Teorie postupného opotřebení
- Důsledek akumulace chyb, které se projevují v přeměně látek na buněčné úrovni
- Teorie volných radikálů
- Deprivační teorie – buňky nejsou dostatečně zásobeny živinami, proto umírají
- Imunologická teorie - zhroucení imunitního systému
- Specifické vlivy zevního prostředí

Stáří

- Tělesný vývoj (atrofie, dehydratace, zpomalování metabolismu, biochemické změny v neuronech, změny v kardiovask. systému, zanikání vlasových folikulů, snižování elasticity kůže, kostra křehčí
- Fyziologické změny
- Změny žláz s vnitřní sekrecí
- Vliv na sebehodnocení a sociální interakce .

Další změny

- Kognitivní schopnosti (sniž. některých složek inteligence – závisí na psychomotorických schopn., pozornosti, paměti – krátkodobá paměť se zhoršuje, tzv. **Ribotova hypotéza** – paměť starších lidí týkající se nedávných událostí horší než vzpomínky na dávné časy)
- Zhoršuje se smyslové vnímání (ostrost vidění, sluch, klesá schopnost vnímat vůně a pachy)
- Chronická onemocnění

Stárnutí a intelekt

- Fluidní a krystalická inteligence (studie Horn, Cattell (1967). FI s věkem klesá, zatímco KI zůstává zachována. Opatrnost při interpretaci výsledků
- Další výzkumy: Úbytek FI není v rámci jedné věkové skupiny všeobecný
- Rabbitt (1984) podíl subjektů s nižšími skóry fluidní inteligence se ve starších skupinách zvyšoval, Rabbitt (1993) – variabilita testových skóre vyšší u starších subjektů než u mladších Starší lidé se tedy mezi sebou ve výkonu liší více než mladí lidé

-
- Jedná se o handicap vlivem fyzického omezení starších subjektů?
 - Alternativní hypotéza – změny individuálního výkonu mnohem dramatičtější. Tzv. **model terminální degradace** (Kleemeier, Riegel 1972)
 - Podle této teorie lidé podávají konstantní výkon až do doby několika měsíců či let před svou smrtí, kdy jejich schopnosti prudce slábnou.
 - Jarvik a kol. - pojem **kritický úbytek**
 - **Teorie nepoužívání**

Piagetovské zachování

- Papalia (1972) - staří lidé podávají slabé výkony v některých úlohách piagetovského zachování.
- Stuart-Hamilton zjistil, že přibližně 10% starých lidí - při kreslení používá intelektuální realismus.
- Labouvie-Vief (1992) změna struktury myšlení - - postformální myšlení – označuje schopnost zvažovat a srovnávat argumenty vyplývající jak z logického úsudku, tak z emočního prožitku. Není nutně dokonalejší, je značně odlišné.

Osobnost starého člověka

- Změny sebeobrazu (příčiny – důchod, ovdovění)
- Rysy osobnost v preseniu a seniu (Amesová – Rorchach)
- pocity nejistoty, podezíravosti, nedůvěry, introverzivní zaměření, egocentrismus
- snižuje se intenzita emocí, citového prožívání (záleží na kvalitě života), mění se frustrační tolerance nahoru i dolů
- Jsou proměny osobnosti ovlivněny fyziol. změnami nebo změnou životního stylu?

Teorie adaptace na stáří

- Teorie postupného uvolňování aktivit
Cummingová –
uvolňováním aktivit se má člověk zbavit pocitů insuficience a anxiózy a dosáhnout tak ekvilibria
- Teorie aktivního stáří
Ch. Bühlerová,
Havighurst, Albrecht –
důraz na udržení sociálních funkcí

Jaké je stáří?

- Jung:

- Paralela mládí a stáří – v dětství a stáří jsme problémem pro druhé (vlastní problematiky si nejsme vědomi)

- Freud:

- První půlku života nám otravují děti, druhou rodiče...

Co si představíme pod pojmem stáří?



Stereotypy o stáří

Okruh lásky	Okruh psychiky	Okruh sociální	Okruh fyzický
Úbytek sex. aktivit	St. mentální aktivity	Sociální izolace	St. fyzické aktivity
Impotence	Pokles duševních schopností	Ignorance	St. nemoci
St. lásky a partnerství	St. moudrosti	St. neužitečnosti	St. ošklivosti
	St. proměny osobnosti	St. homogenity	
	St. senility	St. chudoby a bezmocnosti	