



Stáří a stárnutí

PSY260 Aplikovaná vývojová psychologie

12/5/2015

Mgr. Táňa Sedláková

- I. Jaký je význam věku v kontextu celoživotního vývoje?
- II. Proč je důležité rozvíjet poznání gero-psychologie?
- III. Ukázky aplikace poznatků vývojové psychologie
 - a) **Proměny prarodičovství – výzkum**
 - b) **Projekt přátelských návštěv pro osamělé seniory – praxe**
 - c) **Centrum pro poruchy paměti – Nemocnice u sv. Anny**
- IV. Odborné časopisy, inspirace - filmy a literatura
- V. Literatura

Danielle - <https://vimeo.com/74033442>



Cvičení po ránu

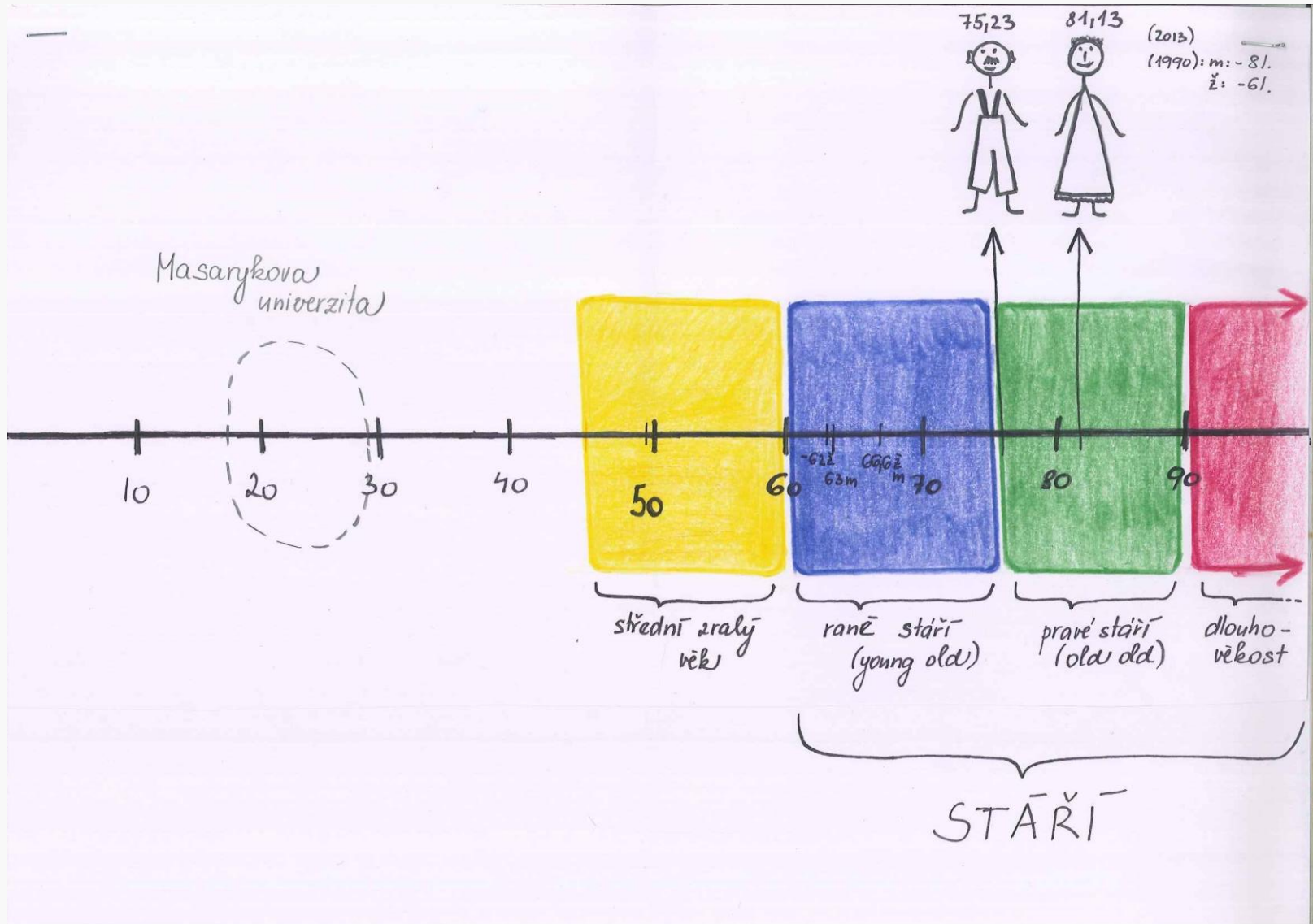
Položte bílý papír před sebe tak, aby jeho delší strana byla rovnoběžná s tabulí. Udělejte přibližně ve středu papíru horizontální čáru z jedné strany na druhou. Poté papír přeložte na polovinu. Místo, kde se vaše čára protíná s předělem, označte číslem 50 (věk). Představte si, že vaše čára je životní cestou nebo životním cyklem člověka.

Poté na čáře zaznačte odpovědi na následující otázky.

I. Jaký je význam věku v kontextu celoživotního vývoje? PSY260

- Kolik vám je let?
- Kolika let byste se chtěl/a dožít?
- Jaký je v ČR průměrný věk dožití?
- Jaký věk je v ČR stanoven jako formální odchod do důchodu?
- Pokuste se odhadnout, kdy se podle Vás žena začíná cítit „stará“? Kdy se muž začíná cítit „starý“?
- Vyberte jednoho se svých prarodičů a odpovězte na otázky:
 - Kolik mu/jí je let?
 - Na kolik si myslíte, že se cítí?
- Dobrovolný úkol - Kolik let je Karlu Gottovi?

I. Jaký je význam věku v kontextu celoživotního vývoje? PSY260



Shrnutí úlohy

- Neděje na dožití narůstá. Stáří je delším a různorodějším vývojovým obdobím, co se promítá i do teorií life-spanu (seminář Vývojová psychologie II).
- Potřeba rozlišovat mezi chronologickým, biologickým, sociálním a psychologickým věkem.
- Koncepty „lepšího“ stárnutí jsou reakcemi na omezené biologické definice stáří jako a priori úpadku, závislosti, biologické deteriorace a institucionalizace:
 - produktivní stárnutí (Bass, Caro, 2001)
 - úspěšné stárnutí (Baltes, Baltes, 1990, Crosnoe, Elder, 2002)
 - pozitivní stárnutí (Gergen, Gergen, 2002)
 - zdravé stárnutí (WHO, 2013)
 - aktivní stárnutí (Walker, 2000)
- O stáří obvykle uvažujeme jako o období 60+, což znamená, že jde častokrát o období trvající 20, 30, někdy dokonce 40 let (v roce 2013 se sto let dožilo 731 obyvatelů ČR). Kým o novorozenci a čtyřicetiletém člověku bychom přirozeně nikdy neuvažovali jako o členech stejné sociální skupiny, v případě starších lidí se to děje běžně. Stárnutí ovšem v posledních letech přecházejí procesy diverzifikace a individualizace, a proto je nutné fenomény týkající se vývojového období staří promýšlet citlivěji a pozorněji.

. dlouhověkost

living longer vs. living better?

. stoupající počet lidí v pozdějších fázích vývoje

hrozba a panika vs. společenský úspěch?

. důraz na mládí, růst a výkon

adorace mládí vs. boj proti stárnutí?

. stereotypizace a diskriminace seniorů

*starší lidi jako naše „břímě“ vs. rozšířený ageismus jako „břímě“
pro život starších lidí?*

Auto-ageismus

- Co je zajímavé na ageismu z psychologického hlediska?
Cílem není skupina, jak je to třeba u rasismu, sexismu nebo xenofobie, nýbrž přirozené vývojové období (každého) člověka.
- Jaká rizika může podle vás auto-ageismus představovat pro člověka a jeho individuální vývoj?
- Příklad studie
Levy, B. R., Slade, M. D., Kunkel, S. R., Kasl, S. V. (2002). Longevity increased by positive self-perceptions of aging. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(2), 261-70)

„In Levy's longitudinal study of 660 people 50 years and older, those with more positive self-perceptions of aging lived 7.5 years longer than those with negative self-perceptions of aging.“
(Levy et al., 2002)

Co můžeme dělat, abychom ageismus ve vztazích redukovali?

- Odpověď Americké psychologické asociace:
 - <http://www.apa.org/monitor/may03/fighting.aspx>
- Odpověď pražské Elpidy:
 - https://www.youtube.com/watch?v=PKdz_5fvfko
- Odpověď sociálních a humanitních věd (?)
. gerontologické disciplíny.

Sociální gerontologie (Birren, Butler)
Narativní gerontologie (Randall, Keynot)
Kulturní gerontologie (Gilleard, Higgs)

...

Geropsychologie

Sociologie věku a stárnutí

Sociální práce

(vývojová, kognitivní, sociální psychologie, klinická psychologie, neuropsychologie, poradenství a psychoterapie)

- a) Proměny prarodičovské role – **výzkum**
- b) Projekt přátelských návštěv pro osamělé seniory – **NGO Život90**
- c) Centrum pro poruchy paměti – **ICRC, Nemocnice u sv. Anny**



a) Proměny prarodičovské role – výzkum

Utvořte menší skupinky a diskutujte v nich o nadcházejících třech otázkách týkajících se prarodičovství. Dělejte si poznámky; bude následovat širší diskuze o odpovědích.



a) Proměny prarodičovské role – výzkum

- Jaké okolnosti mají podle vás vliv na proměnu současné role prarodičů?
- Zkuste popsat, jakou podobu mohou v současnosti nabývat vztahy mezi vnuky a prarodiči:
 - **Frekvence kontaktu** (strukturálně-vztahový komponent)
 - **Participace na aktivitách** (behaviorálně-interaktivní komponent)
 - **Závazek** (socio-kognitivní komponent)
- Jaké jiné sociální a rodinné role formují kontext, v němž staří lidé v současnosti naplňují roli babičky nebo dědy?

b) Projekt přátelských návštěv pro osamělé seniory

- Pražská nezisková organizace Život90
- Projekt přátelských návštěv pro osamělé seniory
 - Dobrovolníci – „aktivní“ senioři
 - „Osamělí“ senioři
 - Koordinátorka projektu
 - Psycholožka
- Představení paní Anny (76) a pana Jana (90)



b) Projekt přátelských návštěv pro osamělé seniory

Utvořte podobně jako v předcházející úloze menší skupinky a pokuste se navrhnout školení dobrovolníků v programu přátelských návštěv.

- Na co by měli být „aktivnější“ senioři, kteří budou „osamělé“ seniory v jejich domácnostech pravidelně navštěvovat, z psychologického hlediska připraveni?
- Co byste jim jako psychologové na školení rádi předali?
- S jakým poznáním by měli dobrovolníci ze školení odejít?

Vaše postřehy budeme následně diskutovat společně.

c) Centrum pro poruchy paměti – ICRC, Nemocnice u sv. Anny

- Neuroepidemiologická databáze
 - longitudinální studie
 - zatím 6 let
 - N= 438
 - Sledování: RA, dem, neurologické vyšetření, MRI, neuropsychologie, genetika, dotazníky – SMC, pečující, FAQ, spánkový dotazník, SHALOM, DUREL, mentální, fyzická aktivita apod.
- Podstata neuropsychologického vyšetření
 - testované kognitivní domény
 - typy testu
- Hlavní funkcí neuropsychologického vyšetření je diferenciální diagnostika (mgr stadium)

c) Centrum pro poruchy paměti – Nemocnice u sv. Anny

Utvořte podobně jako v předcházející úloze menší skupinky, studujte neuropsychologické zprávy pacientů s různými typy kognitivních potíží.

V každém z týmu připravte jednu otázku týkající se vývojových aspektů stárnutí, na kterou se společně pokusíme odpovědět.

- Journal of Applied Developmental Psychology
- Psychology and Ageing
- Journals of Gerontology – Series B Psychological Sciences and Social Sciences
- Journal of Ageing Studies
- Journal of Aging and Identity
- International Journal of Ageing and Later Life
- International Journal of Aging and Human Development
- Journal of Intergenerational Relationships,
- Ageing and Society
- ...
- Positive Ageing Newsletter
- Human Values in Aging Newsletter

- Nebe a led (2015)
 - <https://www.youtube.com/watch?v=V9vuJT2KKjY>
- Mladost' (2015)
 - https://www.youtube.com/watch?v=-T7CM4di_0c
- Amor (2012) – neformální domácí péče o člověka s DAT
 - <https://www.youtube.com/watch?v=F7D-Y3T0XFA>
- Co kdybychom žili společně? (2011)
<https://www.youtube.com/watch?v=NQJlnw-NXus>
- Staletý stařík, který vylezl z okna a zmizel (2013)
 - https://www.youtube.com/watch?v=8MW_xRyEPM
- Všechno je možné (2013)
 - <https://www.youtube.com/watch?v=Fm290fg5H1s>
- Šmejdi (2013)
 - https://www.youtube.com/watch?v=emlvB2NT_bc
- ...

- Iris Murdoch – A Memoir of Iris Murdoch (1998)
- Philip Roth – Everyman (2007)
- Paul Auster – Winter Diary (2013)
- Bohumila Grogerová – Rukopis (2008)
- Skomsvold Kjersti - Čím jdu rychleji, tím jsem menší (2012)
- Divadlo: Šest miliard sluncí (Kabinet múz):
 - https://www.youtube.com/watch?v=8tQ_fSRsM4A





- Naše FB stránka:
Stárnutí: Je věk jenom číslo?
- Interdisciplinární předmět:
SOC570 Sociální gerontologie: koncepty a kontroverze
- Pokud Vás bude cokoli v této oblasti zajímat:
 - doc. Lacinová anebo místnost č. 3.45

Ďakujem za pozornosť.

Táňa Sedláková: t.sedlakova@gmail.com

- APA: *What practitioners should know about working with older people.*
- Baltes, P. B., Baltes, M. M. (1990). *Successful Aging: Perspectives from the behavioral sciences.* Cambridge: Cambridge University Press.
- Bass, S. A., Caro, F. G. (2001). Productive Ageing: A conceptual framework. In N. Morrow-Howell, J. Hunterlong, M., Sharraden (eds.), *Productive Ageing: Concepts and Challenges* (S. 37-78). London: The John Hopkins University Press.
- Crosnoe, R., Elder, G. H. (2002). Successful adaptation to the later years: A life course approach to aging. *Social Psychology Quarterly*, 66(4), 39-328.
- Gergen, K. J., Gergen, M. (2002). Positive ageing: Reconstructing the life course. In J. F. Gubrium, J. A. Hostein, *Ways of ageing*. S. 203-223. Malden: Blackwell Publishing.
- Havighurst, R. (1954). Flexibility and the social roles of the retired. *American Journal of Sociology*, 59(4), 309-311.
- Havinghurst, R., Neugarten, B. L., Tobin, S. (1964). Disengagement and Patterns of Aging. *Journal of Gerontology*, 4.
- Levy, B. R., Slade, M. D., Kunkel, S. R., Kasl, S. V. (2002). Longevity increased by positive self-perceptions of aging. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(2), 261-70
- Vidovičová, L. (2008). *Stárnutí, věk a diskriminace – nové souvislosti.* Brno: Mezinárodní politologický ústav Masarykovi univerzity.
- Walker, A. (2002). A strategy for Active Ageing. *International Social Security Review*, 55, 121-138.
- WHO (2013). *Strategy and action plan for healthy ageing in Europe.*