



Psychologie stárnutí

SOC248 Úvod do sociální gerontologie

15/11/2016

Mgr. Táňa Sedláková

Prečo „psychológia“ v sociálnej gerontológii?

(Čím) môže byť geropsychológia užitočná?

Sociálne a vývojové teórie

- A. Havinghurst – Teória vývojových úloh
- B. Erikson – Teória psychosociálneho vývoja
- A. Baltesoví – Teória úspešného starnutia

Príklady z praxe

- A. Projekt priateľských návštev pro osamělé seniory
- B. Medzigeneračný projekt „Prvé lásky v nás nestarnú“



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

(Čím) Môže byť psychológia pre gerontológiu užitočná? SOC248

- gerontopsychológia/ geropsychológia/ gerontologická psychológia
- American Psychological Association
 - 1945: **APA Division 20** - Division on Maturity and Old Age
dnes: Adult Development and Ageing
 - 1986: Journal Psychology and Aging
 - 1998: Comittee on Aging (CONA) and the Office on Aging
 - dnes tiež: APA Division 12, Section II – Clinical Geropsychology
- 2010 – špeciálizácia v APA – Professional Geropsychology



- 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

(Čím) Môže byť psychológia pre gerontológiu užitočná? SOC248

V čom môže geropsychológia prispieť?

Neuroscience

Decision Science
and Behaviour
Economics

Self-management
and behaviour
change

Technology

Diversity and
stereotyping

Vývojové obdobie

ranné / pravé stáří - tretí vek/ štvrtý vek - later adulthood/ elderhood



PR: Nicholas Nixon: Brown Sisters

Havinghurst – **Teória vývojových úloh** (1953), 60+

vývojové úlohy v starobe: prevaha biologicky podmienených úloh

- prispôbiť sa znižujúcej sa fyzickej sile a zhoršujúcemu sa zdraviu
- prispôbiť sa odchodu do dôchodku a zníženému príjmu
- vyrovnať sa so smrťou partnera
- vytvoriť si dobré vzťahy s ľuďmi rovnakého veku
- prijať a vhodne si prispôbiť sociálne role
- vytvoriť uspokojivé životné usporiadanie

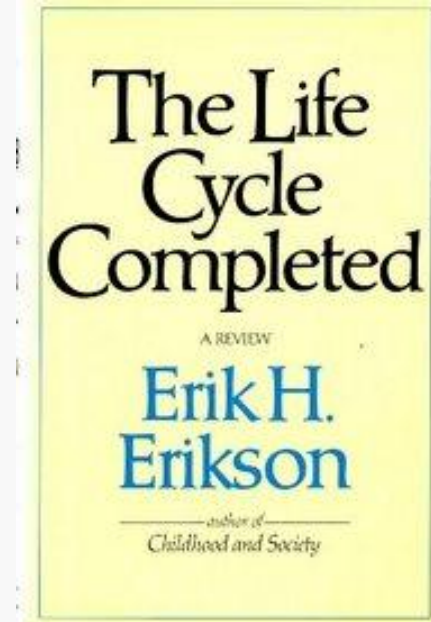
Práca v skupine: Čo vás na tejto teórii zaujalo?
Ktoré vývojové úlohy sa od 60 rokov v životoch seniorov z vášho pohľadu premenili? Ako?

Havinghurst – **Teória vývojových úloh** (1953), 60+

- prispôbiť sa znižujúcej sa fyzickej sile a zhoršujúcemu sa zdraviu
- prispôbiť sa odchodu do dôchodku a zníženému príjmu
- vyrovnať sa so smrťou partnera
- vytvoriť si dobré vzťahy s ľuďmi rovnakého veku
- prijať a vhodne si prispôbiť sociálne role
- vytvoriť uspokojivé životné usporiadanie

Erikson – Teória psychosociálneho vývoja (1950)

- 8 vývojových štádií – epigenetický princíp
 - stáří
 - psychosociálna kríza: **integrita X zúfalstvo**
„Adults must incorporate into their self-image a lifelong record of conflicts, failures and disappointments along with accomplishments“
(Newman, 2015, s. 553)
reminiscencia, introspekcia a sebahodnotenie
 - centrálny proces: **vrstovníci**
 - cnosť: **múdrosť** (Newman, 2015)
 - jadrová patológia: **opovrhnutie** (Erikson, 1986)
- PR:** Phillip Roth - Everyman
- revízia teórie (1983)





- Ellen Langer, Harvard University (1981)
- kláštor, v ktorom simulovali rok 1959
- dve skupiny mužov (70-80 rokov)
- Záver: „*the aging process is indeed less fixed than most people think, it is our mindset about our own limits that matters*“

Erikson – Teória psychosociálneho vývoja (1950)

- kritika → rozšírenie teórie (Erikson, E., Kivnick, Erikson - 1982)
- dlhovekosť
 - psychosociálna kríza: **nesmrteľnosť X zánik**
 - centrálny proces: **sociálnej opora** (vzťahová autonómia)
 - podmienky long-term care
 - cnosť: **sebaistota**
 - jadrová patológia: **nedostatok dôvery**
(Newman, 2015)



Tornstam - Teória gerotranscendencie (1989, 1996)

Dalí - The Persistence of Memory

Baltes, Baltes – **Model SOC** (1990)

- **Selekcia:** výber cieľa, ktorý chceme dosiahnuť podľa hodnoty a dôležitosti
proaktívna – reaktívna - selekcia založená na strate
- **Optimalizácia:** obohatenie zdrojov a zväčšenie rezerv pre dosiahnutie vybraného cieľa
- **Kompenzácia :** v situáciách znížených schopností pomocou alternatívnych stratégií minimalizujeme vplyvy obmedzení (Baltes, Smith, 2004)

Príklad maratónca alebo klavíristu (Baltes, Carstensen, 2003)

a) Projekt přátelských návštěv pro osamělé seniory

b) Medzigeneračný projekt „Prvé lásky v nás nestarnú“



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)



Projekt přátelských návštěv pro osamělé seniory

Vytvorte pracovní skupiny a pokúste se navrhnúť preškolenie dobrovoľníkov v programe priateľských návštev.

- *Na co by měli být aktivnější senioři, kteří budou osamělé seniory v jejich domácnostech pravidelně navštěvovat připraveni?*
- *Co byste na školení rádi předali? S jakým poznáním by měli dobrovolníci ze školení odejít?*

Vaše postřehy budeme následně diskutovat.

Starý – mladý: *Nothing else matters... ?*

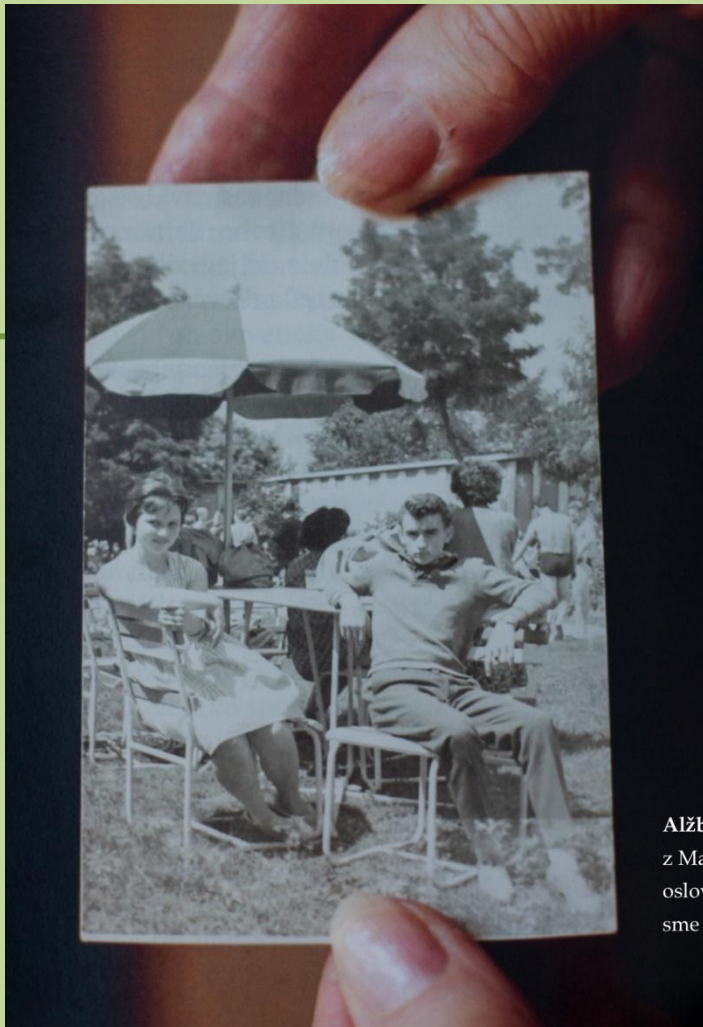


4x PREČO
medzigeneračné vzťahy práve dnes

- 1:** nárast počtu starších
- 2:** rozšírené vekové stereotypy
- 3:** vekovo homogénne skupiny
- 4:** medzigeneračné učenie



Priblížiť študentom jedinečné svety starších



Prvé lásky v nás nestarnú

Otvorenie výstavy projektu výtvarníčky
Moniky Pascoe Mikyškovovej „Lásky“

Miesto konania: 1. poschodie Gymnázia Pierra de Coubertina v Piešťanoch
Otvorenie výstavy: pondelok 7. marca počas veľkej prestávky (9:40 - 10:00)
Trvanie výstavy: 7.-31. marca 2016
Inštalácia výstavy: piatok 4. marca - Pripojte sa k nám!

Výstava je určená pre študentov a študentky gymnázia, chodby gymnázia sú ale počas otvorenia výstavy 7. marca 2016 otvorené verejnosti.

Podujatie je súčasťou projektu „medziGeneráciami.“, ktorý na piešťanskom gymnáziu prebieha počas mesiacov marec-máj 2016.

Projekt podporili:



Alžbeta — Boli sme celkom malé deti, keď chodil do susedov na návštevu z Maďarska. Moji rodičia sa poznali s jeho rodičmi. A jeho mamička ma vždy oslovovala „moja nevesta“. — Takže sme sa ako deti len tak spolu hrávali. Keď sme už boli trochu väčší...

Vytvoriť zážitkový priestor pre medzigeneračný dialóg



Meno	Trieda	Trvanie role	Popis role
Kurátorky a kurátori			
Miriám Krištofvičová	2.D	otvorenie 7.marca, zatvorenie výstavy 1.apríla a v prípade potreby počas marca	Pri každom príbehu je meno kurátorky/kurátora, ktorý príbeh dôkladne čítal a vie poskytnúť detailnejšie informácie a výstave a celom projekte.
Nela Roháčiková	2.D		
Adéla Mullerová	2.D		
Michal Liška	2.D		
Miriám Mojžišová	3.C		
Hostiteľky			
Romana	3.A	otvorenie 7.marca	Príprava koláčov na tanieri, nakrájanie jabĺk, rozlievanie limonády. Ponúkание pripravených vecí študentom a hosťom počas otvorenia výstavy. Prichystanie stola na 1. poschodí a jeho upratanie.
Veronika	3.A		
Paťa	3.A		
Juliana	3.A		
Uvádzači a uvádzačky			
Kristián	3.C	otvorenie 7. marca, zatvorenie výstavy 31. apríla a v prípade potreby	Vítanie hostí a ich navigácia na 1. poschodíe.
Lucia	3.C		
Patrik	3.C		
Novinárky a novinár			
Mária	1.D	marec-apríl 2016	Príprava príbehov živých kníh a reportáže pre média.
Nina	1.A		
Kristína	1.A		
"no name" :)	4.		
"Sbs"			
Jakub		7.marca-31.marca 2016	Starostlivosť o poriadok na prvom poschodí predovšetkým počas otvorenia a zatvorenia výstavy, ale aj občasná kontrola počas marca.
Majo			
Adam			
Martin			
Matej			
Fotografka a fotografi			
Školský fotograf		otvorenie 7. marca, zatvorenie výstavy 31. apríla a v prípade potreby	Zachytenie momentov, ktoré sa vám páčia a ktoré sa podľa vás hodia do správy pre média.
"no name2" :)			
prípadne Nela (?)			
Ostatné			
perník (R), bábočka (V), koláče (L), obrus, fialová deka (J), obraz, knižka, knihy, papuče, ... čím chcete výstavu a projekt dotvoriť. Dik.			

Vytvoriť zážitkový priestor pre medzigeneračný dialóg

Milan Valaštan

84 rokov

Divadlo Samorasty

Banská Bystrica



Jurana Bubáková

85 rokov

sociálna pracovníčka, matka a

babička,

Michalovce

Anna Pekařová

83 rokov

krajčírka

Brno



Zmeniť prípadné negatívne postoje



Obraz o seniorovi

V negatívnom obraze dominuje: neflexibilitnosť, netolerantnosť, nespolupráca, **pesmizmus**, netrpezlivosť, **zúfalstvo** a **mrzutosť**.

V pozitívnom obraze dominuje: **dobrosrdečnosť**, čestnosť, vďačnosť, **dobrota**.

Prítomnosť stereotypov

- Starší ľudia sú rovnakí.
- Starší ľudia sú presvedčení o správnosti svojej cesty a nie sú ochotní meniť sa.
- ... sú menej inteligentní.
- ... ich základné ľudské potreby sú iné ako základné potreby mladých ľudí.
- ... v procese starnutia stávajú nábožnejšími.
- ... sú neproduktívni a netvoriví.



Ďakujem vám za pozornosť.
Stárnutí: Je věk jenom číslo?
Ageing: Is age just a number?

t.sedlakova@gmail.com

Povinná literatura:

Newman, B. M., Newman, P. R. (2015). *Development Through Life – A Psychosocial Approach*. Stanford, USA: Centage learning. (Chapter 13 – Later Adulthood)

Erikson, E. H., Erikson, J. M. (1999). *Životní cyklus rozšířený a dokončený: doplněné vydání o devátém stupni vývoje od Joan M. Eriksonové*. Lidové noviny.

Newman, B. M. & Newman, P. R. (2015). *Development Through Life – A Psychosocial Approach*. Stanford, USA: Centage learning. (Chapter 14 – Elderhood)

Janko Nikolich-Zugich, J. (2012). *The Biology of Aging: Why Our Bodies Grow Old*. Arizona Centre on Aging - [https://www.youtube.com/watch?v= ZcyuHNLRSU](https://www.youtube.com/watch?v=ZcyuHNLRSU)

Rozšiřující literatura:

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)

Tavel, P. (2009). *Psychologické problémy v starobe I*. Pusté Uľany: Schola philosophica.

Silverstein, M., Bengston, V. L., Putman, M., Putney, N. M., Gans, D. (2008). *Handbook of Theories of Aging*. Springer Publishing Company.

Tornstam, L. 1997. Life crises and gero-transcendence. *Journal of Aging and Identity*, 2, 117-131.

Tornstam, L. (2000). Transcendence in later life, *Generations*.

Inspirace:

Oliver Sacks - Vděčnost,

Philip Rott - Everyman,

Paul Auster – Winter diary

Nixton - Brown Sisters

Bohumila Grogerová - Rukopis