

OBDOBÍ STÁŘÍ

Z POHLEDU ERIKSONA

- **teorie osm věků člověka**
 - každé věkové období má stanoven cíl vývoje
 - vyřešení psychosociálního konfliktu přináší egu novou sílu, ctnost
 - pokud se nepodaří krizi vyřešit, ctnost nevzniká
- **stáří je poslední** období životní etapy
- **hlavní vývojový úkol**
 - dosažení osobní integrity (přijetí vlastního života)
- pokud člověk nenaplnil vývojové úkoly předchozích etap, nenaplnil dostatečně vztahy → zažívá pocit zoufalství a strachu ze smrti
- splněním posledního vývojového úkolu získává starý člověk **moudrost**, která je **vyvrcholením** celého vývojového cyklu

INTEGRITA vs. STRACH ZE SMRTI

"Našel jsem klid a uspokojení v celoživotní práci?"

Z POHLEDU JUNGA

- **analytická teorie**
- stáří je výsledkem procesu **individuace**
- **cíl I. poloviny života:**
 - rodina
 - ekonomické zajištění
 - sociální postavení ve společnosti
- **II. polovina života:**
 - proces individuace
 - přijetí jedinečnosti člověka, zvláštnosti a to včetně svých možností a obtíží
- cílem procesu individuace je, aby se **člověk stal tím, kým skutečně je**
- stárnoucí člověk by se měl soustředit na **seberozvoj**, měl by pochopit své místo ve společnosti

Z POHLEDU FRANKLA

- **logoterapie** = hledá odpovědi v otázkách na nalézání **smyslu vlastního života**
- člověku je přirozená síla najít **smysl života** v průběhu celého životního cyklu
- **krize stáří** je podle Frankla "**krize smyslu**"
- stáří lidé hledají smysl života, aby se úspěšně vyrovnali s nástrahami, které stáří přináší
- **smysl života lze nalézt v:**
 - **tvůrčích hodnotách** (člověk něco koná, vytváří ve prospěch svůj, druhých nebo společnosti)
 - ve stáří ubývají, člověk může mít pocit, že není užitečný
 - důležité přijmout aktuální situaci a možnosti
 - důležité najít, co ještě můžu dělat
 - **zážitkové hodnoty** (vzpomínky, které nikdo nevymaže)
 - **postojové hodnoty** (postoj ke konkrétní situaci)

"Smysluplným se život stává, když v něm jde o něco, co daného člověka přesahuje (transcenduje) - ani ne tak do délky, jako spíše do výšky a hloubky."

citace Křivohlavého o Franklovi

ZDROJE:

THOROVÁ, Kateřina. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0714-6.
 VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie 2: Dospělost a stáří*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.
 KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-3604-4.