|  |  |
| --- | --- |
| **Gerontopsychologie** | Specifický obor psychologie, který se zabývá psychologickými aspekty procesu stárnutí a obdobím stáří. Praktickým výstupem je zabránění nebo zpomalení nepříznivých změn v psychice v důsledku stárnutí a rozvíjení adaptačních schopností jedince ve stáří. |
| **Adaptační teorie stárnutí-** teorie společenského odpoutání | Společnost i člověk se od sebe ve stáří odpoutávají, což je přínosné jak pro společnost, tak pro starého člověka. Staří lidé se přirozeně stahují ze společenského života. |
| **Adaptační teorie stárnutí-** teorie aktivity | Stárnoucí člověk by měl využívat svůj čas, věnovat se duševním činnostem, být fyzicky i společensky aktivní, navazovat nové sociální vztahy. |
| **Adaptační teorie stárnutí-** teorie kontinuity | Osoba si i ve stáří obvykle zachovává svůj životní styl, aktivity, osobní rysy, chování a vztahy. Chová se podobně jako v mladším věku, jen se přizpůsobí svým aktuálním možnostem. |
| **Adaptační teorie stárnutí-** teorie socioemoční selektivity | Stárnoucí člověk větší pozornost věnuje přítomnosti, je méně orientován na budoucnost. Zaměřuje se více na naplnění svých emočních potřeb. |
| **Reminiscenční terapie** | Je součástí péče o seniory (ale i pro osoby s mentálním postižením, s demencí atd.). Využívají se u ní vzpomínkové předměty (např. fotografie), které pomáhají člověku vybavit si informace uložené v dlouhodobé paměti. Předměty, na které se vážou vzpomínky pomáhají člověku vytvářet most s minulostí a usnadňují také komunikaci s ostatními lidmi (příbuznými, ošetřujícím personálem). |
| **Ageismus** | Věková diskriminace. Společnost klade důraz na mládí a výkon. Přínos starých lidí není rozpoznáván a oceňování, nebere se zde ohled na celkový přínos. Na tento negativní přístup upozornil Robert Neil Butler. |
| **Diogenův syndrom** | Extrémní osobnostní zanedbanost bez schopnosti náhledu. Kromě zanedbávání hygieny ho často provází nadměrné hromadění odpadků, věcí, zvířat. |
| **Thanatologie** | Věda, která se zabývá umíráním a smrtí. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Presbyopie** | Jedná se o vetchozrakost, která je důsledkem stárnutí organismu. Mezi 40.-45.rokem oční čočka ztrácí pružnost a zhoršuje se schopnost zaostřit nablízko. |
| **Agerexie** | Obsesivní zabývání se mladistvým vzhledem. Projevuje se nadměrnou snahou o udržení si mladosti. |
| **Teorie aktivního stárnutí (jedna z teorií adaptace na stáří)** | Cílem je zachovat si co nejvíce dosavadních aktivit, jen s optimalizací podmínek. |
| **Teorie substituční (jedna z teorií adaptace na stáří)** | Spočívá ve výběru aktivit a v nahrazení velmi zatěžujících činností za jednodušší, lépe zvládatelné i v pozdním věku. |
| **Teorie postupného uvolňování (jedna z teorií adaptace na stáří)** | Je o úplném smíření se s pomalejším životním tempem a o vědomém zanechání mnoha aktivit, snah a dřívějších činností. |
| **Relokační syndrom** | Dramatická změna životního způsobu ohrožuje život, např. nástup k dlouhodobé hospitalizaci |
| **Syndrom geriatrické křehkosti** | Komplexní charakteristika „chátrání“ seniora. Je dána přítomností alespoň 3 z 5 znaků: nechtěný úbytek váhy, subjektivně vnímaná únava, svalová slabost a nízká hodnota stisku ruky, pomalá chůze, nízká úroveň pohybové aktivity |