



Stáří a stárnutí

PSY260 Aplikovaná vývojová psychologie

12/5/2015

Mgr. Táňa Sedláková

- I. Jaký je význam věku v kontextu celoživotního vývoje? Co pro nás stárí a stárnutí znamená?
- 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
- IV. Odborné časopisy
- V. Inspirace - filmy a literatura
- VI. Zajímavé odkazy

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



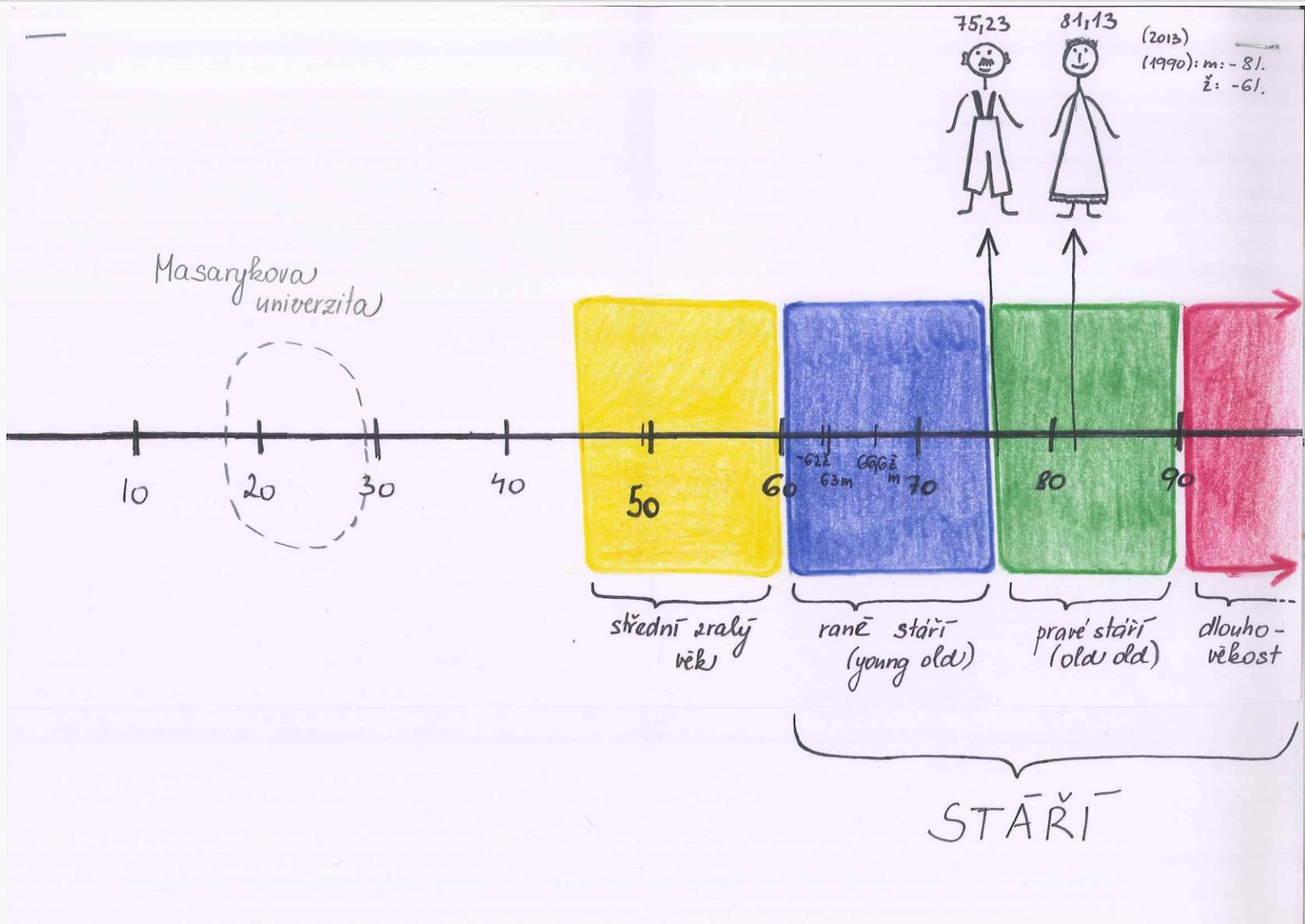
Cvičení po ránu

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?
- Dobrovolná úloha pro náročné - 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 (vývojová úloha adaptace na důchod (Havignurst, 1954)).
- 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 však 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?*



„...sdílená přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu, manifestovaná skrze procesy systematické, symbolické nebo reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku a/nebo na jejich příslušnosti k určité kohortě/ generaci.“
(Vidovičová, 2008, s. 113)

- Ageism towards older people: <https://www.youtube.com/watch?v=MqhEEAgyKZk>

Zatímco se budete dívat na video, запиšte jakékoli otázky, komentáře nebo nápady, které Vás napadnou. Přemýšlejte přitom nad tím, jaké jsou možné úrovně, projevy, zdroje a příklady ageismu.

Příklad stereotypizace

- „Přemluv bábu“ (2010)
- Martha Issová, Jirka Mádl
- <https://www.youtube.com/watch?v=MLfFhdcXJhA>
- „Přemluv Marthu a Jirku“(2012)



Příklad diskriminace

- Šmejdi (2013)
- Sylvie Dymáková
- <https://www.youtube.com/watch?v=Zm8E-V3X2Bg>



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

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 společných odpovědích.



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?

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

Utvořte podobně jako v předcházející úloze menší skupinky a pokuste se navrhnout proškolení 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.

- 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

- Amor (2012) – neformální domácí péče o člověka s DAT
 - <https://www.youtube.com/watch?v=F7D-Y3T0XFA>
- Co kdybychom žili společně? (2011) – osamělost seniorů, stárnout doma, stárnout v instituci nebo stárnout společně?
 - <https://www.youtube.com/watch?v=NQJInw-NXus>
- Staletý stařík, který vylezl z okna a zmizel (2013) – komediální ztvárnění života stoletého staříka
 - https://www.youtube.com/watch?v=8MW_xRyEPM
- Všechno je možné (2013) – starší (stereotypy rozrušující) žena stopující po celém světě s nevysokým polským důchodem
 - <https://www.youtube.com/watch?v=Fm290fg5H1s>
- Šmejdi (2013) - pozadí předváděcích akcí pro seniory – skrytými kamerami zachycená manipulace, nátlak, ponižování a agrese
 - 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)
- Laco Kerata – Ešte som tu a zostanem (2014)
- Bohumila Grogerová – Rukopis (2008)
- Skomsvold Kjersti - Čím jdu rýchleji, tým jsem menší (2012)
- Divadlo: Šest miliard sluncí (Kabinet múz):
 - https://www.youtube.com/watch?v=8tQ_fSRsM4A





- Naše FB stránka:
- **Ageism: 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
- 15/5 – DL odevzdání přípravy na zkoušku

Ďakujem za pozornosť.

Táňa Sedláková: t.sedlakova@gmail.com

- 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*.