

Rozdział I

Starzenie się i starość

Definicje – teorie – koncepcje 13

1. Gerontologia jako nauka o starzeniu się i starości (J.K. Wawrzyniak, A. Fabiś) 13
 - 1.1. Definiowanie gerontologii i jej subdyscyplin (A. Fabiś, J.K. Wawrzyniak) 13
 - 1.2. Kształtowanie się gerontologii społecznej jako nauki (J.K. Wawrzyniak) 18
 - 1.3. Metodologia badań gerontologicznych (J.K. Wawrzyniak) 20
 - 1.4. Teorie starzenia się i przystosowania do starości (J.K. Wawrzyniak) 26
2. Starzenie się i jego charakterystyka (J.K. Wawrzyniak) 42
 - 2.1. Starość jednostkowa i globalna 42
 - 2.2. Starzenie się jako proces 46
 - 2.3. Zadania rozwojowe w fazie starości 51
 - 2.4. Kryzysy typowe dla okresu starości 53
 - 2.5. Typy starzenia się oraz rodzaje przystosowania do starości 64
 - 2.6. Stereotyp starości i człowieka starego 71
3. Starość jako zadanie rozwojowe (A. Fabiś) 78
 - 3.1. Wychowanie do starości i w starości 79
 - 3.2. Profilaktyka starzenia się 84
 - 3.3. Wychowanie przez starość 88
 - 3.4. Dojrzałość 90
 - 3.5. Mądrość 95
 - 3.6. Przygotowanie do śmierci 97
4. Życie duchowe i świat wartości seniorów (A. Fabiś) 103
 - 4.1. Aksjologiczny wymiar rozwoju człowieka w późnej dorosłości 103
 - 4.2. Duchowość 106
 - 4.3. Wiara i religijność 108

Rozdział II

Codziennność życia w starości 115

1. Jakość życia i satysfakcja życiowa w starości (J.K. Wawrzyniak) 115
 - 1.1. Określenie jakości życia 115
 - 1.2. Pomyślne starzenie się 117
 - 1.3. Satysfakcja życiowa 121
2. Potrzeby osób starszych (A. Chabior) 124
3. Życie rodzinne i funkcjonowanie gospodarstwa domowego (A. Chabior) 134

- 3.1. Powtórne małżeństwa i związki partnerskie seniorów 141
- 3.2. Rola babć i dziadków w funkcjonowaniu rodzin 145
- 4. Partnerstwo i seksualność seniorów (A. Fabiś) 148
 - 4.1. Zmiany biopsychiczne w późnej dorosłości 151
 - 4.2. Aktywność seksualna 152
 - 4.3. Sztuka miłości w starości 157
- 5. Jakość życia a przestrzeń fizyczna seniorów (A. Chabior) 159
 - 5.1. Mieszkanie dla seniora – aspekty prawne i organizacyjne 160
 - 5.2. Funkcjonalność mieszkań a bezpieczeństwo i aktywność 165

Rozdział III

Aktywność w starości 171

- 1. Edukacja osób starszych (A. Fabiś) 171
 - 1.1. Specyfika uczenia się ludzi starych 174
 - 1.2. Samowystarczalność jako nadrzędny cel uczenia się seniorów 178
 - 1.3. Najpowszechniejsze zakresy uczenia się osób starszych w instytucjach 184
 - 1.4. Uniwersytet trzeciego wieku jako przykład instytucji kształcenia seniorów 189
 - 1.5. Miejsce seniorów w edukacji nieformalnej 196
- 2. Aktywność społeczna ludzi starszych (A. Chabior) 198
 - 2.1. Uczestnictwo seniorów w strukturach społeczeństwa obywatelskiego 200
 - 2.2. Grupy samopomocowe 202
 - 2.3. Wolontariat seniorów 205
- 3. Uczestnictwo i aktywność kulturalna osób starszych (A. Chabior) 210
 - 3.1. Kluby seniora miejscem uczestnictwa i aktywności kulturalnej seniorów 216
- 4. Aktywność w obszarze nowych technologii (J.K. Wawrzyniak) 220
- 5. Aktywność zawodowa seniorów (J.K. Wawrzyniak) 222
 - 5.1. Determinanty aktywności i dezaktywacji zawodowej 225
 - 5.2. Aktywność ekonomiczna 232
 - 5.3. Srebrna gospodarka 234
 - 5.4. Zarządzanie wiekiem 237

Rozdział IV

Zagrożenia, troski i wyzwania w okresie starości 241

- 1. Marginalizacja i dyskryminacja osób w okresie późnej dorosłości (A. Chabior, J.K. Wawrzyniak) 241
 - 1.1. Przyczyny i skutki marginalizacji osób starszych (A. Chabior) 244

1.2. Przejawy dyskryminacji seniorów (A. Chabior)	247
1.3. Wykluczanie cyfrowe seniorów (J.K. Wawrzyniak)	252
2. Zdrowie i choroba jako determinanty jakości życia w starości (A. Chabior)	257
2.1. Zdrowie jako czynnik warunkujący jakość życia w starości	257
2.2. Choroba	273
3. Troski i niepokoje egzystencjalne ludzi dojrzałych (A. Fabiś)	279
3.1. Lęk tanatyczny	280
3.2. Sens życia	283
3.3. Bilans życia	284
3.4. Samotność, osamotnienie, izolacja	287
3.5. Cierpienie	290
3.6. Strata, żałoba i wdowieństwo	293
4. Zachowania patologiczne w starości i wobec osób starszych (J.K. Wawrzyniak, A. Fabiś)	298
4.1. Uzależnienia osób starszych (J.K. Wawrzyniak)	298
4.2. Ubóstwo i niedostatek seniorów (J.K. Wawrzyniak)	304
4.3. Autodestrukcja – samobójstwa w starości (A. Fabiś)	308
4.4. Przemoc wobec osób starszych (J.K. Wawrzyniak)	315

Zakończenie 331

Bibliografia 335

Indeks rzeczowy 363