

Spis treści

Wstęp	9
Rozdział 1	
Wprowadzenie w problematykę starzenia się i starości	13
1.1. Prekursorzy kształtowania się psychologii starzenia się i starości	13
1.2. Starzenie się ludności według danych demograficznych	15
1.3. Rozumienie starości i jej periodyzacja	18
1.4. Pozytywne i negatywne aspekty starości	22
1.5. Strategie działania wobec problemu starzenia się ludności	27
Rozdział 2	
Starzenie się fizjologiczne	32
2.1. Biologiczne koncepcje starzenia się	32
2.2. Starzenie się z perspektywy neuronauki	35
2.3. Stan zdrowia osób starszych	39
2.4. Zmiany w zakresie narządów zmysłów	42
2.5. Psychologiczny wymiar starości	48
Rozdział 3	
Starzenie się patologiczne	55
3.1. Zespoły otępienne	56
3.1.1. Obraz kliniczny i diagnoza zespołów otępiennych	56
3.1.2. Charakterystyka wybranych zespołów otępiennych	60
3.2. Zaburzenia psychiczne u osób starszych	65
Rozdział 4	
Teorie przystosowania do starości	71
4.1. Teoria selektywnej optymalizacji z kompensacją	72
4.2. Teoria oscylacji pomiędzy asymilacją i akomodacją	74
4.3. Teoria społeczno-emocjonalnej selektywności	75
4.4. Teoria gerotranscendencji	77

Rozdział 5

Aktywność osób starszych	82
5.1. Generatywność jako osobowa zdolność kreowania rzeczywistości	82
5.2. Proaktywne zachowania adaptacyjne	87
5.3. Style życia osób starych	90
5.4. Uniwersytet Trzeciego Wieku	93
5.5. Wolontariat osób starszych	98

Rozdział 6

Psychobiograficzne podejście do starości	100
6.1. Analiza biograficzna	100
6.2. Reminiscencja jako sposób analizy własnego życia	104
6.3. Analiza i ocena własnego życia	109

Rozdział 7

Mądrość życiowa ludzi w podeszłym wieku	114
7.1. Próby konceptualizacji mądrości na gruncie psychologii	114
7.2. Wiedza intelektualna a wiedza zorientowana na mądrość	119
7.3. Sposób wyrażania mądrości przez osoby starsze	122

Rozdział 8

Człowiek stary w rodzinie i społeczeństwie	126
8.1. Rodzina miejscem obecności człowieka starego	126
8.2. Człowiek stary w społeczeństwie	131
8.3. Działania i inicjatywy na rzecz osób starszych	138

Rozdział 9

Różne wymiary doświadczania starości	144
9.1. Godność człowieka starego	144
9.2. Jakość życia osób starszych	162
9.3. Przystosowanie do starości	174
9.4. Postawa wobec własnej starości	179

Rozdział 10

Egzystencjalny wymiar starości	184
10.1. Doświadczanie czasu przez osoby starsze	184
10.1.1. Psychologiczny wymiar czasu	184
10.1.2. Integracja i organizacja temporalna	189
10.1.3. Znaczenie trzech wymiarów temporalnych	190
10.2. Zmaganie się z chorobą i cierpieniem	194
10.3. Doświadczanie utraty osób bliskich	198
10.4. Znaczenie religii w życiu osób starszych	209

Zakończenie	213
Bibliografia	217
Indeks osób	242
Indeks rzeczowy	248

Psychologia starości ma na celu przede wszystkim zwrócić uwagę na to, że starość nie jest jedynie etapem życia, ale przede wszystkim etapem, w którym człowiek doświadcza wielu zmian. W tym okresie życia człowiek doświadcza wielu zmian, które mogą być zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi. W tym okresie życia człowiek doświadcza wielu zmian, które mogą być zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi.

Problemy starości są przede wszystkim związane z kwestią jakości życia. W tym okresie życia człowiek doświadcza wielu zmian, które mogą być zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi. W tym okresie życia człowiek doświadcza wielu zmian, które mogą być zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi.

Główny problem starości, obok kwestii jakości życia, dotyczy również kwestii bezpieczeństwa. W tym okresie życia człowiek doświadcza wielu zmian, które mogą być zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi. W tym okresie życia człowiek doświadcza wielu zmian, które mogą być zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi.

Wartość starości polega przede wszystkim na tym, że starość nie jest jedynie etapem życia, ale przede wszystkim etapem, w którym człowiek doświadcza wielu zmian. W tym okresie życia człowiek doświadcza wielu zmian, które mogą być zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi.