

Spis treści

WSTĘP • 5

Rozdział I. Gerontologia jako nauka • 9

Rozdział II. Teorie starzenia się • 26

1. Starość biologiczna • 28
2. Starość psychiczna • 36
3. Starość społeczna • 39

Rozdział III. Stereotyp człowieka starego • 41

1. Przegląd literatury • 41
2. Badania własne • 55

Rozdział IV. Sprawność fizyczna ludzi starych • 95

1. Subiektywna i obiektywna ocena stanu zdrowia • 95
2. Sprawność motoryczna • 107

Rozdział V. Sprawność intelektualna ludzi starych • 112

1. Pamięć i uczenie się • 112
2. Koncepcja tzw. deficytu intelektualnego w świetle współczesnych badań • 120
3. Aktywność intelektualna ludzi starych na przykładzie uczestnictwa w uniwersytetach trzeciego wieku • 134

Rozdział VI. Starzenie się a osobowość • 146

1. Stałość i zmienność osobowości • 146
2. Wyniki badań kwestionariuszem Eysencka • 162
3. Obraz samego siebie • 166
4. Problematyka lęku • 188

Rozdział VII. Stary człowiek w rodzinie • 197

1. Wzajemne relacje rodziców i dzieci • 197
2. Rola wnuków w życiu ludzi starych • 209

Rozdział VIII. Stary człowiek w instytucji opiekuńczej — adaptacja do domów spokojnej starości • 225

Rozdział IX. Stary człowiek i praca zawodowa • 252

1. Rola pracy w życiu ludzi starych • 252
2. Adaptacja do emerytury w świetle badań własnych • 277

Rozdział X. Zadowolenie z życia i bilans życiowy ludzi starych • 302

1. Czynniki określające zadowolenie z życia • 302
2. Psychologiczne determinanty bilansu życiowego • 309

Rozdział XI. Profilaktyka — czy jest możliwa? • 328

BIBLIOGRAFIA • 337