

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 starzeństwa się i starości ma na celu przybliżenie Czytelnikowi zagadnień z bogatej problematyki funkcjonowania człowieka w okresie późnej dorosłości, a także ukazanie realnego obrotu człowieka w starości w tym świecie. Jest to kolejny okres rozwoju w życiu człowieka, nasycenia się i wyczerpania tempa dokonywanych się przemian, świadomych zadań, ścieżek przebiegu i możliwości ich realizacji, ale przybliżający do końca życia.

Problematyka starości coraz częściej staje się przedmiotem refleksji i badań w odniesieniu do różnych dziedzin życia – życia rodzinnego, społecznego, ekonomicznego, prawnego, kulturalnego, zdrowotnego. Przywołując tego zainteresowania jest wzrost populacji osób starszych na świecie, a w związku z tym wyłaniają się potrzeby poprawy jakości ich życia, poprawy świadczeń społecznych, emerytalnych, opiekuńczych i zdrowotnych. Problematyka starości zajmuje więc miejsce w polityce społecznej na poziomie państwa i lokalnym, a także w wymiarze międzynarodowym.

Główny problem starości, choć wskazany wyżej, dotyczy doświadczeń, wzrastania i życia osób starszych w różnych warunkach, wywołujących wyzwania i opór, oraz kryzysy wieku między pokoleniowymi. Do głównych problemów należy także zaliczyć kryzysy rodzinne i życia rodzinnego, zwanego starością, oraz kryzysy społeczne i polityczne, wywołujące marginalizację społeczną i polityczną osób starszych w różnych dziedzinach życia. Ponadto wywołują one przemiany społeczno-ekonomiczne, wzrost czynników ryzyka negatywnego stanu zdrowia i jakości życia w aspekcie jego jakości i sprawności, aktywności i efektywności.

Wzrost zatem konieczności podjęcia refleksji o charakterze personalnym – dotyczącej sposobu wartościowania życia i śmierci, sensu egzystencji, godności osoby ludzkiej, prawa do życia – ma być na pierwszym miejscu przedmiotem refleksji przed naruszeniem przywołanych tu problemów i ich rozwiązywaniem.