

Otázka: Stáří

Předmět: Psychologie a komunikace

Přidal(a): Marek Braun

Stáří – poslední období životního cyklu

- stárnutí je složitý děj, který je ovlivněný:
 - sociální oblastí – dosavadní způsob života

Stárnutí předpokládá dědičnost

Výživa

- strava má také za předpoklad nějaká onemocnění

Rozdělení

a) stárnutí – presenium => 60-70 let

b) stáří – senium => nad 75 let

c) kmetství => nad 85 let

Změny ve stáří

1) Tělesné změny

- dochází k atrofii = ochabování a zmenšování
- dochází k involuci = vyhasínání činnosti některých orgánů
- zmenšuje se hmotnost a postava
- postava => kostra > mění se její stavba, sesedají obratle (osteoporóza, mění se vzhled), kosti jsou křehké
- svaly ochabují => malá výkonnost
- kůže - ztrácí pružnost, objevují se stařecké skvrny
- dochází ke změně barvy vlasů > šedivění, vypadávání
- změna vnitřních orgánů > mění se činnost srdce a cév, ukládají se
- cholesterolové pláty - CMP, IM...
- zhoršení funkce jater, ledvin
- dochází k poklesu činnosti endokrinních žláz
- vyhasíná činnost pohlavních orgánů
- nervové buňky > klesá množství > utlumený vzruch a útlum
- smyslové buňky - klesá jejich činnost (nevidí, nedoslýchá, problémy s hmatem...)
- zuby - zhoršuje se kvalita, zuby vypadávají

2) Psychická oblast

poznávací procesy:

- vnímání > horší > špatné smyslové vnímání > poruchy orientace v prostoru a čase
- paměť > krátkodobá paměť > zapomínání > je špatná vstřípivost > špatné zapamatování
- snižuje se schopnost učení
- rozumové schopnosti - řešení problému > pomalejší a ne vždy úspěšné
- v pozdním stáří ztrácí myšlení logiku, mnohdy i objektivitu
- u starých lidí se objevuje kritičnost
- změny v motivaci > má malou motivaci, záleží na smyslu života
- hodnotový žebříček se mění > vztahy v rodině > zdraví > lidské vztahy > přátelství
- citová oblast > citová labilita = přecitlivělost, jsou zranitelnější, strach že bude na někom závislý, bezmoc, strach ze smrti
- objevuje se deprese - ztráta blízkého

3) Sociální oblast

- velice často se dávají do poměru s malými dětmi
- roste egocentrismus
- objevuje se vztahovačnost, podezřívavost, dětinskost, tvrdohlavost
- roste potřeba společnosti jiných lidí
- cení si vztahů v rodině, s přáteli, se sousedy ...
- osobnost starého člověka je zaměřena na minulost => minulý život

Příprava na stáří

- naplnit své touhy
- zajistit se finančně
- udržet si přátelství