

Konferencja pt. „AKCEPTOWAĆ STAROŚĆ – ORGANIZACJA USŁUG DLA OSÓB STARSZYCH”

25 stycznia 2024 r.

Miejski Ośrodek Kultury w Kędzierzynie-Koźlu

**Zrozumieć starość – procesy starzenia, zmiany
w organizmie i emocjach – perspektywa
psychologiczna**

Agnieszka Franczyk

Uniwersytet Opolski

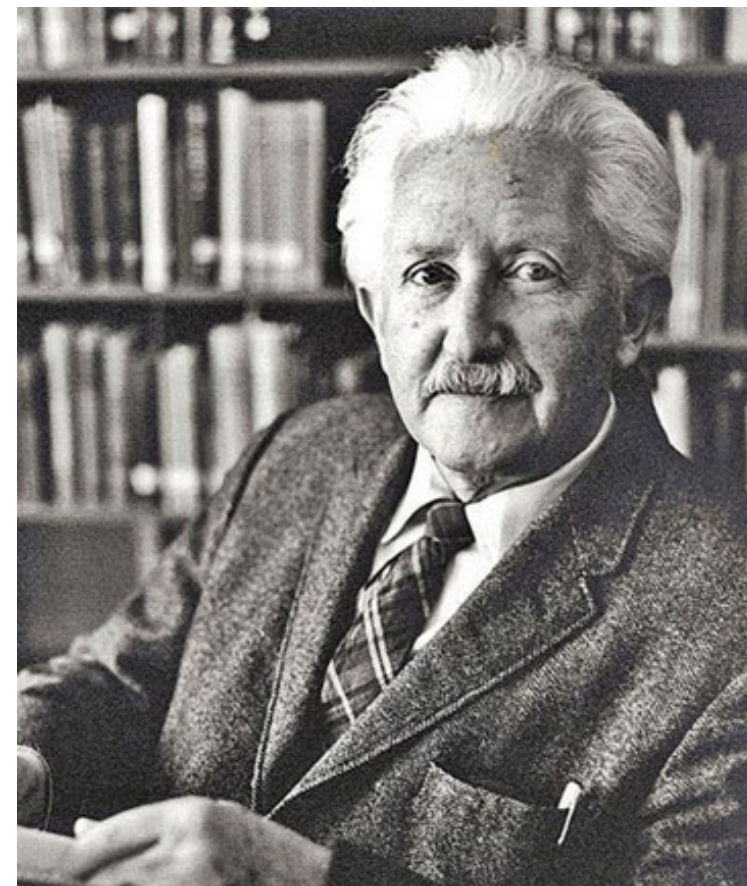
Plan wystąpienia:

- 1) Starzenie się jako etap rozwoju psychospołecznego wg E. Eriksona
- 2) Teoria gerotranscendencji L. Tornstama
- 3) Oblicza dobrego starzenia się



Teoria rozwoju psychospołecznego Erika Erikosna

Wiek	Kryzys
0-1,5 roku	Ufność v nieufność
1,5-3 lat	Autonomia vs zwątpienie w siebie
3-6 lat	Inicjatywa vs poczucie winy
6 lat – okres pokwitania	Kompetencja vs poczucie niższości
Adolescencja	Tożsamość vs pomieszanie ról
Wczesna dorosłość	Intymność vs izolacja
Średnia dorosłość	Wielkoduszność vs zaabsorbowanie sobą
Późna dorosłość (65+ lat)	Integralność ego vs rozpacz



Erik Erikson 1902-1994

Konsekwencje rozwiązywania kryzysu późnej dorosłości

Integralność ego

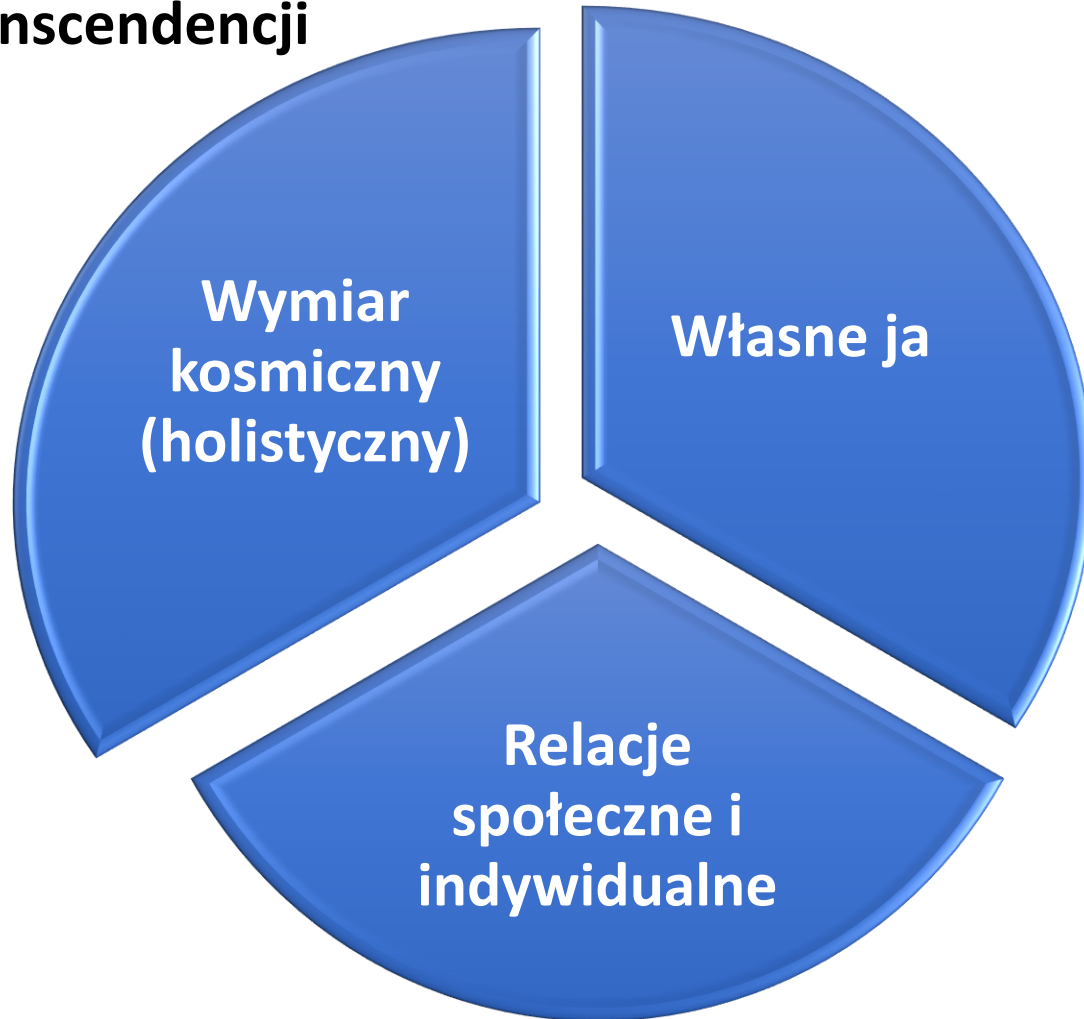
- Poczucie zadowolenia z życia
- Poczucie własnej wartości
- Otwartość na otaczający świat i ludzi
- Chęć dzielenia się własnymi doświadczeniami i refleksjami z młodszym pokoleniem
- Poczucie wewnętrznej spójności, ładu, harmonii
- Akceptacja nieuchronności śmierci

Rozpacz

- Poczucie niezadowolenia z życia
- Niskie poczucie własnej wartości
- Unikanie kontaktu z innymi ludźmi
- Negatywne nastawienie do ludzi
- Poczucie niespełnienia, chaosu, przypadkowości
- Nadmierny krytycyzm
- Lęk przed śmiercią

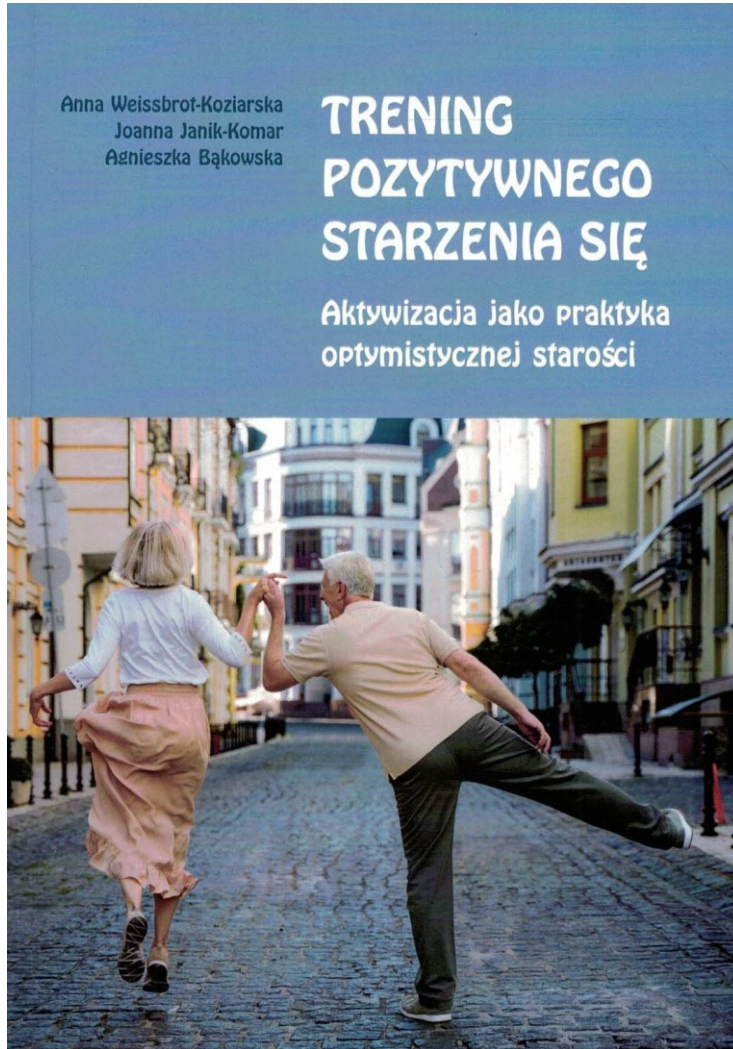
Teoria gerotranscendencji Larsa Tornstama

**Wymiary
gerotranscendencji**



Lars Tornstam (1943 – 2016)

Oblicza dobrego starzenia się



Pomyślne



Pozytywne



Aktywne



Proaktywne



Model pomyślnego starzenia się człowieka wg Rowe i Kahna

Bibliografia:

- Brudek P., Steuden, S., *Predyktory poczucia własnej godności. Badania osób w okresie późnej dorosłości*, „Psychoterapia” 2017, nr 4(183), s. 81-92.
- Brzezińska A. I., Hejmanowski S., *Okres późnej dorosłości. Jak rozpoznać ryzyko i jak pomagać?*, [w:] *Psychologiczne portrety człowieka*, pod red. A.I. Brzezińskiej, GWP, Gdańsk 2005.
- Halicki J., *Społeczne teorie starzenia się* [w:] *Zostawić ślad na ziemi. Księga pamiątkowa dedykowana Profesorowi Wojciechowi Pędichowi w 80 rocznicę urodzin i 55 rocznicę pracy naukowej* pod red. M. Halickiej i J. Halickiego, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok 2006.
- Kiejna A., Ciałkowska-Kuźmińska M., *Starzenie się jako nieodłączna część życia – aspekty psychologiczne* [w:] *Zdrowe starzenie się: biała księga* pod red. B. Smolińskiego i F. Raciborskiego, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2013, s. 22-24.
- Płaczekiewicz B., *Poglądy Erika Eriksona na wiek senioralny*, „Zeszyty Naukowe KSW 2003”, nr 10, s. 39-53.
- Timoszyk-Tomczak C., *Teoria gerotranscendencji – jej potencjał i ograniczenia*, „Gerontologia Polska” 2017, nr 25, s. 191-196.
- Weissbrot-Koziarska A., Janik-Komar J., Bąkowska A., *Trening pozytywnego starzenia się: aktywizacja jako praktyka optymistycznej starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Opolskiego, Opole 2020.
- Zająć-Lamparska L., *Psychologiczne koncepcje pomyślnego starzenia się człowieka*, „Rocznik Andragogiczny” 2012, s. 89-105.
- Zalega, T., *Proces starzenia się społeczeństwa-wybrane aspekty*, „Zarządzanie Innowacyjne w Gospodarce i Biznesie” 2018, nr 1(26), s. 121-139.