

OBSAH

Předmluva	7
Úvod	9
Kapitola 1 – Psychologie stárnutí a stáří jako interdisciplinární oblast	11
1 Psychologie stárnutí a stáří jako interdisciplinární oblast	13
1.1 Vymezení psychologie stárnutí a stáří	14
1.2 Gerontopsychologie, sociální gerontologie a příbuzné disciplíny	16
1.3 Stárnutí a stáří v kontextu vývojové psychologie dospělosti	20
1.4 Demografické a společenské souvislosti stárnutí populace	21
1.5 Metodologické přístupy ke zkoumání stáří	23
Shrnutí	27
Domácí úkol pro studenty	28
Literatura	29
Kapitola 2 – Teoretická východiska psychologického porozumění stáří	30
2 Teoretická východiska psychologického porozumění stáří	32
2.1 Vývojové teorie relevantní pro stáří	33
2.2 Teorie periodizace vývoje a místo stáří v životním cyklu	36
2.3 Vývojové úkoly pozdní dospělosti a stáří	39
2.4 Modely adaptace, zvládání a životní spokojenosti ve stáří	41
2.5 Úspěšné, aktivní a důstojné stárnutí	43
Shrnutí	45
Domácí úkol pro studenty	46
Literatura	47
Kapitola 3 – Vymezení pojmů stárnutí a stáří	48
3 Vymezení pojmů stárnutí a stáří	50
3.1 Stárnutí jako proces a stáří jako vývojový stav	50
3.2 Chronologický, biologický, psychologický, sociální a funkční věk	52
3.3 Interindividuální a intraindividuální variabilita stárnutí	55
3.4 Periodizace stáří	58
3.5 Normální, obvyklé a patologické stárnutí	60

Shrnutí	63
Domácí úkol pro studenty	64
Literatura	65
Kapitola 4 – Tělesné změny, zdraví a funkční zdatnost ve stáří	66
4 Tělesné změny, zdraví a funkční zdatnost ve stáří	68
4.1 Tělesná involuce a funkční rezervy organismu	69
4.2 Změny smyslového vnímání	72
4.3 Polymorbidita, křehkost a soběstačnost	74
4.4 Vztah somatických změn a psychického fungování	76
4.5 Funkční zdatnost a význam prostředí	78
Shrnutí	81
Domácí úkol pro studenty	82
Literatura	83
Kapitola 5 – Kognitivní změny ve stáří	84
5 Kognitivní změny ve stáří	86
5.1 Pozornost a rychlost zpracování informací	87
5.2 Paměť a její diferencované proměny	90
5.3 Inteligence, moudrost a zkušenostní složky výkonu	93
5.4 Řešení problémů, rozhodování a tvořivost	95
5.5 Komunikace a jazyk ve stáří	96
5.6 Postoj seniora ke změnám kognitivní výkonnosti	98
5.7 Kognitivní aktivizace a trénink paměti	99
Shrnutí	102
Domácí úkol pro studenty	103
Literatura	104
Kapitola 6 – Emoční a osobnostní proměny ve stáří	105
6 Emoční a osobnostní proměny ve stáří	107
6.1 Emoční prožívání a emoční regulace	108
6.2 Sebepojetí, sebehodnocení a identita ve stáří	111
6.3 Psychická odolnost a zvládání zátěže	112
6.4 Životní bilance, integrita a moudrost	115
6.5 Ztráty, nejistota a zranitelnost v pozdním věku	117

Shrnutí	119
Domácí úkol pro studenty	120
Literatura	121
Kapitola 7 – Psychosociální dimence stáří	122
7 Psychosociální dimenze stáří	124
7.1 Sociální role a změny statusu ve stáří	124
7.2 Přejchod do důchodu a restrukturae každodennosti	125
7.3 Partnerské vztahy, intimita a sexualita ve stáří	127
7.4 Rodinné a mezigenerační vztahy	129
7.5 Role prarodiče a vztah k dospělým dětem	131
7.6 Osamělost, samota a sociální izolace	132
7.7 Ovdivění a adaptace na ztrátu partnera	134
Shrnutí	136
Domácí úkol pro studenty	137
Literatura	138
Kapitola 8 – Ageismus, důstojnost a etické otázky stáří	139
8 Ageismus, důstojnost a etické otázky stáří	141
8.1 Ageismus jako sociálně psychologický fenomén	141
8.2 Stereotypy stáří a jejich důsledky	144
8.3 Důstojnost seniora a rizika jejího narušení	146
8.4 Institucionální prostředí a etika péče	148
8.5 Psychologické důsledky znevážení a závislosti	150
Shrnutí	152
Domácí úkol pro studenty	153
Literatura	154
Kapitola 9 – Adaptace na stáří a kvalita života seniorů	155
9 Adaptace na stáří a kvalita života seniorů	157
9.1 Psychologické mechanismy adaptace	157
9.2 Strategie zvládání stárnutí	159
9.3 Selektivní optimalizace s kompenzací	161
9.4 Faktory kvality života ve stáří	163
9.5 Aktivní a úspěšné stárnutí v současném diskurzu	166

Shrnutí	168
Domácí úkol pro studenty	169
Literatura	170
Kapitola 10 – Aktivizace, vzdělávání a rozvoj ve vyšším věku	171
10 Aktivizace, vzdělávání a rozvoj ve vyšším věku	173
10.1 Aktivizace seniorů a její psychologický význam	174
10.2 Edukace ve stáří a gerontagogické souvislosti	175
10.3 Univerzity třetího věku a další vzdělávací programy	178
10.4 Trénink paměti a podpora kognitivní výkonnosti	179
10.5 Smysluplná činnost, participace a autonomie	181
Shrnutí	183
Domácí úkol pro studenty	184
Literatura	185
Kapitola 11 – Institucionální a komunitní kontext života seniorů	186
11 Institucionální a komunitní kontext života seniorů	188
11.1 Domácí prostředí, terénní služby a komunitní podpora	189
11.2 Přejít do pobytové péče	191
11.3 Psychologické aspekty institucionalizace	192
11.4 Adaptace na pobytové zařízení	195
11.5 Podpora autonomie v podmínkách péče	196
Shrnutí	200
Domácí úkol pro studenty	201
Literatura	202
Kapitola 12 – Psychologie umírání, smrti a doprovázení	203
12 Psychologie umírání, smrti a doprovázení	205
12.1 Umírání jako psychologický a existenciální proces	206
12.2 Postoje ke smrti a vědomí konečnosti	208
12.3 Emoce, potřeby a komunikace s umírajícím	211
12.4 Rodina, zármutek a doprovázení v závěru života	213
12.5 Důstojnost člověka v terminální fázi života	215
Shrnutí	217
Domácí úkol pro studenty	218
Literatura	219
Závěr	220
Terminologický slovník	222