

# OBSAH

---

Úvod .....	10
1 Periodizace celoživotního vývoje .....	14
1.1 Biopsychologická vývojová periodizace podle Příhody .....	15
1.1.1 Rozvoj antenatální, první a druhé dětství .....	17
1.1.2 Období pubescence, období hebetické .....	18
1.1.3 Adultium, interevium .....	18
1.1.4 Senium .....	19
1.2 Psychosociální teorie podle E. H. Eriksona .....	20
1.2.1 První rok života – <i>Důvěra vs. nedůvěra, pocity nejistoty</i> .....	21
1.2.2 První až třetí rok života – <i>Autonomie vs. pocit studu, zahanbení a pochybnosti</i> .....	21
1.2.3 Třetí až šestý rok života – <i>Iniciativa vs. vina</i> .....	22
1.2.4 Šestý až dvanáctý rok života – <i>Snáživost (příčinnost) vs. méněcennost (inferiorita)</i> .....	23
1.2.5 Dvanáctý až dvacátý rok života – <i>Identita vs. zmatení (konfúze) rolí</i> .....	23
1.2.6 Raná dospělost – <i>Intimita vs. izolace</i> .....	24
1.2.7 Střední dospělost – <i>Generativita vs. stagnace</i> .....	25
1.2.8 Starší dospělost, stárnutí a stáří – <i>Ego integrita vs. zoufalství</i> .....	26
1.2.9 Joan M. Erikson .....	27
1.3 Periodizace celoživotního vývoje podle Vašutové .....	28
2 Dospělost .....	30
2.1 Periodizace psychického vývoje v období dospělosti .....	30
2.1.1 Kritéria zralého dospělého .....	32
2.2 Obecná charakteristika vývoje v mladší, střední a starší dospělosti ..	33
2.3 Změny v kognitivním vývoji v dospělosti .....	34
2.3.1 Vnímání v dospělosti .....	34
2.3.2 Myšlení v dospělosti .....	35
2.3.3 Pozornost v dospělosti .....	36
2.3.4 Paměť v dospělosti .....	37

	2.3.5	Motivace a učení v dospělosti .....	37
	2.3.6	Důsledky změn ve výkonnosti v závislosti na věku dospělého . .....	38
	2.4	Změny v sociálním vývoji v dospělosti .....	40
	2.4.1	Životní perspektiva.....	40
3		Biodromální proměny v období mladší dospělosti .....	42
	3.1	Vymezení mladší dospělosti, vynořující se dospělost .....	42
	3.1.1	Typické znaky vynořující dospělosti podle Arnetta.....	45
	3.1.2	Optimistické vidění budoucnosti u mladých lidí.....	45
	3.1.3	Socializace a stresové situace u mladých lidí.....	46
	3.1.4	Dosažení dospělosti a nezávislost .....	46
	3.1.5	Způsobilosti pro vstup do dospělosti.....	47
	3.1.6	Životní mezníky v období mladší dospělosti .....	48
	3.2	Tělesné, sociální a emoční změny v mladší dospělosti.....	49
	3.3	Význam profesní role v životě mladých dospělých.....	51
	3.4	Partnerské vztahy v mladší dospělosti .....	53
	3.5	Partnerství a láska.....	55
	3.5.1	Psychologické pojetí lásky .....	56
	3.5.2	Čtyři stupně zralé lásky .....	56
	3.5.3	Rodina a láska.....	57
	3.5.4	Partnerské krize .....	58
	3.6	Manželství a rodičovství v mladší dospělosti .....	59
	3.6.1	Funkce rodiny .....	60
	3.6.2	Rozvod.....	62
4		Biodromální proměny v období střední dospělosti.....	64
	4.1	Fáze životního poledne .....	64
	4.2	Generativita v dospělosti.....	65
	4.2.1	Psychosociální dimenze generativity, generativní chování....	67
	4.2.2	Typy generativity.....	68
	4.3	Tělesné změny ve střední dospělosti.....	69
	4.4	Sociální a emoční změny ve střední dospělosti .....	70
	4.5	Partnerství v proměnách.....	71

4.5.1	Krise životního středu .....	71
4.6	Proměny v rodinném a profesním životě ve střední dospělosti .....	73
4.6.1	Manželství ve střední dospělosti .....	74
4.6.2	Mimomanželský vztah.....	76
5	Biodromální proměny v období starší dospělosti .....	78
5.1	Biologické aspekty starší dospělosti .....	79
5.1.1	Ztráta atraktivity .....	80
5.1.2	Sexuální život, klimakterium.....	81
5.2	Kognitivní aspekty v období starší dospělosti .....	82
5.3	Psychologické a sociální aspekty období starší dospělosti.....	83
5.3.1	Mezigenerační vztahy, fenomén prázdného hnízda .....	85
5.3.2	Role prarodiče.....	86
5.3.3	Manželství vlastních potomků.....	87
5.3.4	Vztah starších dospělých k vlastním rodičům .....	87
5.4	Manželství v období starší dospělosti .....	88
5.4.1	Typy manželství ve starší dospělosti.....	89
5.4.2	Životní profesní dráha, životní příběh .....	89
5.4.3	Základní typy životních příběhů.....	91
6	Stárnutí a stáří .....	92
6.1	Periodizace stárnutí a stáří dle vybraných autorů .....	92
6.1.1	Periodizace stáří podle Příhody .....	93
6.1.2	Periodizace stáří podle Švancary.....	93
6.1.3	Periodizace stáří podle Kohoutka.....	94
6.1.4	Periodizace stáří podle WHO .....	94
6.1.5	Periodizace stárnutí a stáří podle Vašutové.....	95
6.2	Vědní disciplíny zabývající se stárnutím a stářím .....	96
6.2.1	Gerontologie, gerontagogika, gerontopedagogika .....	96
6.2.2	Gerontopsychiatrie, lékařství proti stárnutí, gerontopsychologie .....	97
6.3	Období presenia, příprava na stáří .....	98
6.3.1	Vyrovnaní s nástupem mladší generace a s perspektivou odchodu do důchodu.....	99
6.4	Pojmové vymezení, kategorizace seniorů, obraz stáří .....	101

	6.4.1	Modely a postoje stárnutí a stáří.....	103
	6.4.2	Postoje vedoucí k úspěšnému stárnutí a stáří (ROSA).....	103
	6.4.3	Způsoby, strategie a adaptace vyrovnávání se stárnutím a stářím .....	104
7		Biodromální proměny v období počínajícího, raného stáří .....	106
	7.1	Integrita ve stáří.....	106
	7.1.1	Životní spokojenost a osobní pohoda .....	107
	7.2	Kognitivní změny v raném stáří.....	107
	7.2.1	Strategie vyrovnávání s úbytkem kognitivních funkcí.....	109
	7.3	Tělesné změny v raném stáří.....	110
	7.4	Psychické a emoční změny v raném stáří .....	111
	7.4.1	Změny v oblasti osobnostních charakteristik .....	113
	7.4.2	Emoční resilience, potřeby .....	114
	7.5	Duševní změny a poruchy vyššího věku.....	115
	7.5.1	Typické změny v oblasti psychické a intelektové .....	115
	7.5.2	Geriatrické syndromy .....	116
	7.6	Sociální změny v raném stáří.....	117
	7.6.1	Ztráty ve stáří.....	119
	7.6.2	Osamostatnění dětí, interakce prarodičů s vnoučaty .....	119
8		Biodromální proměny v období pokračujícího, pravého stáří .....	122
	8.1	Biologické změny v pravém stáří.....	122
	8.1.1	Polymorbidita .....	123
	8.2	Kognitivní změny v pravém stáří.....	125
	8.2.1	Fluidní inteligence .....	125
	8.2.2	Krystalická inteligence .....	126
	8.2.3	Tvořivost.....	127
	8.3	Psychické a sociální změny pravého stáří.....	127
	8.3.1	Vybrané psychické problémy starých lidí .....	129
	8.3.2	Demence u seniorů .....	129
	8.3.3	Sociální stáří .....	129
	8.3.4	Celoživotní vzdělávání .....	130
	8.4	Osamělost starých lidí, ovdovění .....	131

8.5	Ageismus, přístup ke starým lidem.....	132
8.5.1	Vymezení ageismu .....	133
8.5.2	Ageismus, stereotypy a předsudky .....	135
8.5.3	Některé z předsudků o stárnutí a stáří .....	135
8.5.4	Důsledky negativních stereotypů, věková diskriminace .....	137
8.5.5	Zdroje a projevy ageismu .....	138
8.5.6	Život ohrožené skupiny, seniorů, v době pandemie koronaviru COVID-19 .....	140
9	Biodromální proměny v období krajního stáří – patriarchální věk.....	142
9.1	Kategorizace seniorů z aspektu funkčnosti.....	143
9.2	Podpora a pomoc ve stáří, domácí (rodinná) péče.....	144
9.3	Podpora a pomoc ve stáří, profesionální péče .....	146
9.3.1	Proces adaptace na pobyt mimo rodinné prostředí.....	146
9.4	Konec celoživotní dráhy člověka .....	149
9.4.1	Umírání, postoje ke smrti, strach ze smrti.....	150
9.4.2	Identifikace stádií umírajícího – <i>Tváří v tvář ztrátě</i> .....	152
9.4.3	Identifikace stádií pozůstalých – <i>Po ztrátě blízkého</i> .....	152
10	Vybrané kapitoly z biodromální psychologie .....	154
10.1	Volný čas a jeho význam v rámci biodromálního vývoje.....	154
10.1.1	Operacionalizace základních pojmů.....	154
10.1.2	Model determinantů volnočasového chování.....	158
10.1.3	Význam volného času v období dospělosti .....	160
10.1.4	Význam volného času v období stárnutí a stáří.....	163
10.1.5	Přístup seniorů z hlediska teorie aktivity a teorie odcizování.... .....	165
10.1.6	Proměny volného času v období presenia a senia .....	166
10.2	Prarodič ve světě dětí .....	168
10.2.1	Role prarodiče.....	168
10.2.2	Zralost k prarodičovství.....	169
10.2.3	Faktory ovlivňující charakter prarodičovství .....	169
10.2.4	Role prarodičů podle Neugartena a Weinsteina .....	170
10.2.5	Role prarodičů podle Wooda a Robertse.....	170

10.2.6 Typologie prarodičů podle Margaret Mueller .....	171
10.2.7 Typologie prarodičů podle Anne Gauthier.....	171
10.2.8 Typologie prarodičů podle Matějčka a Dytrycha.....	172
10.2.9 Mezigenerační vztahy, význam vztahů mezi prarodiči, rodiči a vnoučaty.....	172
10.3 Sexuální život v období dospělosti, stárnutí a stáří.....	177
10.3.1 Sexualita v období rané dospělosti a její proměny.....	177
10.3.2 Sexualita v období střední dospělosti a její proměny.....	178
10.3.3 Sexualita v období presenia a senia a její proměny .....	181
10.4 Svěprávní senioři, fake news a důchody .....	185
Přehled tabulek .....	187
Bibliografie .....	188
Věcný rejstřík .....	198
Jmenný rejstřík .....	202
Resumé .....	204