

**Projekt:** Digitální učební materiály ve škole, registrační číslo projektu CZ.1.07/1.5.00/34.0527

**Příjemce:** Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická, Husova 3, 371 60 České Budějovice

**Název materiálu:**

**Období stáří**

**Autor materiálu:**

Mgr. Zdeňka Stašková

**Datum vytvoření:**

11. 6. 2013

**Zařazení materiálu:**

**Šablona:** Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT (III/2)

**Předmět:** Psychologie, 2.ročník

**Sada:** PS6

**Číslo DUM:** 18

**Tematická oblast:** Vývojová psychologie – školní věk až stáří

**Ověření materiálu ve výuce:**

**Datum ověření:** 19. 6. 2013

**Ověřující učitel:** Mgr. Veronika Plecerová

**Třída:** ZLY 2

**Popis způsobu použití materiálu ve výuce:**

Výuková elektronická prezentace slouží jako názorná podpůrná pomůcka výkladu učitele. Prezentace seznamuje žáky s charakteristikou, somatickými, psychickými a sociálními změnami ve stáří. Prezentace výstižně a názorně doplňuje výklad učitele. Materiál obsahuje i zpětnou vazbu ověřující pochopení probírané látky na závěrečném snímku.

**Tento výukový materiál je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.**



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# OBDOBÍ STÁŘÍ



## Charakteristika období

- Regresivní biologické stárnutí organismu
- Pokles schopností a výkonnosti
- Zhoršení v sebeobsluze
- Změny v psychickém vývoji
- Zhoršené smyslové vnímání a paměť
- Změny projevů osobnostních rysů
- Změna sociálního zařazení člověka
- Terminálním stádiem stáří je smrt

# Dělení období

## ➤ Stáří

- 60 – 75 let

## ➤ Kmetství

- 75 – 90 let

## ➤ Patriarchální věk

- 90 a více let



# Dělení období dle WHO

## ➤ Rané stáří

- 60 -74 let

## ➤ Vlastní stáří

- 75 – 89 let

## ➤ Dlouhověkost

- 90 a více let



# Nauky o stáří

- **Gerontologie** – nauka o stárnutí a stáří, zaměřující se na zkoumání biologických, fyzických a psychických vlastností stárnoucího organismu i sociální aspekty stáří
- **Geriatricie** – lékařský obor zabývající se problematikou zdravotního a funkčního stavu ve stáří, zvláštnostmi chorob, jejich diagnostikováním a léčením u starých lidí
- **Gerontopsychologie** – nauka o psychických změnách v průběhu stárnutí a stáří, je součástí vývojové psychologie

## Somatické změny

- Výrazněji se mění vzhled člověka (vrásky, šedivění a řídnutí vlasů, suchá a pigmentovaná kůže, zpomalení růst u nehtů, ztráta zubů, ochabuje držení těla, ubývá pružnosti a zručnosti apod.)
- Osobní tempo je pomalejší – obvyklé sebeobslužné i jiné činnosti trvají déle a vyžadují větší úsilí
- Postupný pokles motoriky, schopností a výkonnosti
- Zvyšuje se nemocnost, vše se hojí pomaleji



## Somatické změny

- Častá nádorová, kardiovaskulární, cerebrovaskulární a jiná chronická onemocnění - polymorbidita
- Snížená termoregulace – tělo produkuje méně tepla
- Zvláštnosti klinického obrazu nemocí
- Nespecifické příznaky
- Mikrosyptomatologie, monosyptomatologie...
- Při omezení pohybu rychlý rozvoj imobilizačního syndromu
- Zvýšená úmrtnost



# Psychické stárnutí

- Pro stáří je charakteristický pokles duševních funkcí, podmíněný biologickými změnami
- Existují však individuální rozdíly, které jsou ovlivněny těmito činiteli:
  - faktory genetické
  - zdravotní stav
  - různé okolnosti v životě člověka
  - osobnost člověka

## Psychické změny

- Stárnutí obvykle osobnostní vlastnosti člověka zásadně nemění, pouze je zvyrazňuje
- Zhoršuje se smyslové vnímání (zrak, sluch, i čich a chuť), reakce jsou pomalejší
- Často se vyskytuje demence (snížení duševní výkonnosti, která je důsledkem organických změn v mozku)
- Zhoršuje se paměť pro nové události, minulé zážitky bývají dobře uchovány

## Psychické změny

- Afektivní prožívání se mění – menší emoční zaujetí děním okolo sebe, přecitlivělost na vlastní osobu, hypochondrie, egocentrismus, konfliktnost...
- Mírně se snižuje i intelektový výkon, klesá schopnost učit se novým věcem, řešit problémy rychle ve stresu apod.
- Individuální zvláštnosti procesu stárnutí ovlivňují i činnosti, kterým se jedinec v životě věnoval (čím vyšší je úroveň schopností, tím menší je její snížení)

## Psychické změny

- Intelligence měřená běžnými IQ testy klesá (důsledek časově limitovaných úkolů)
- Postupně se mění potřeby:
- Zvyšuje se potřeba bezpečí a citové jistoty – rodina...
- Potřeba podnětů a změn ustupuje – vadí jim vše nové, unavují je...

# Nejčastější symptomy ve stáří

(podle Gaitze, In Pacovský, 1981)

## ➤ Kognitivní

- neschopnost soustředění, snížená pozornost
- vážnouch myšlenkové pochody, neobvyklý myšlenkový obsah
- snížená mentální kapacita
- zapomnětlivost
- dezorientace, halucinace

## ➤ Emoční

- emoční labilita, podrážděnost, agitovanost
- neochota ke spolupráci
- nesociabilita, izolovanost
- deprese, strach, úzkost



# Nejčastější symptomy ve stáří

(podle Gaitze, In Pacovský, 1981)

## ➤ Somatické

- bolesti a ztuhlost kloubů
- snížená pohyblivost
- poruchy močení
- senzorické poruchy
- svalové křeče
- závratě
- hostilita
- nespavost
- nechutenství
- únava



# Sociální změny

- Odchod do důchodu
- Ztráta životního partnera - osamělost
- Nedostatek sociálních kontaktů – společenská izolace
- Bezmocnost, závislost na druhých
- Ústavní péče



# Aktivní stáří

- Aktivita mobilizuje psychickou i fyzickou stránku osobnosti člověka a zpomaluje procesy stárnutí.
- Nečinnost ve stáří může vést k depresím, k urychlení fyziologických procesů stárnutí a k rozpadu osobnosti.
- Aktivní přístup k životu přispívá k utváření nových vztahů a pomáhá překonávat samotu.
- Aktivita posílí i pocit užitečnosti a uznání.
- Aktivity: sběratelství, turistika, cestování, sport, Univerzita třetího věku.....aj.

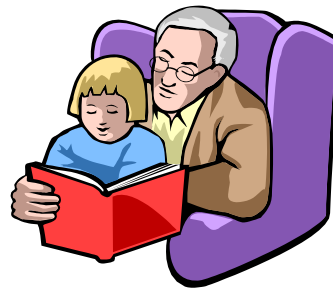


**OSOBNOST STARÉHO ČLOVĚKA JE DÁNA  
CELÝM JEHO PŘEDCHÁZEJÍCÍM ŽIVOTEM,  
ZKUŠENOSTMI, RODINNÝM ZÁZEMÍM A  
ZDRAVOTNÍM STAVEM.**

## Otázky k opakování

- Čím se zabývá gerontopsychologie a geriatrie?
- Jaké jsou typické znaky biologického stárnutí?
- Jaké jsou hlavní projevy psychického stárnutí?
- Jaké charakteristické znaky a průběh mají choroby ve stáří?
- Které sociální změny jsou charakteristické pro období stáří?
- Vysvětlete jaký význam má pro stárnoucího člověka aktivní způsob života:

# Děkuji za pozornost



## Seznam použité literatury a pramenů:

- ČECHOVÁ, V. MELLANOVÁ, A. KUČEROVÁ, H. *Psychologie a pedagogika II.* 1.vyd. Informatorium Praha: 2004. 160 s. ISBN 80-7333-028-8.
- KELNAROVÁ, J. MATĚJKOVÁ, E. *Psychologie 1.díl.* 1.vyd. Grada. Praha: 2010 162 s. ISBN 978-80-247-3270-1.
- LANGMEIER, J. LANGMEIER, M. KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie* 1.vyd. H&H Praha: 1998. 132 s. ISBN 80-86180-03-4.
- ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie* dotisk 1.vyd. UP Olomouc: 2001. 175 s. ISBN 80-7067-953-0.
- Všechny obrázky použité v prezentaci jsou kliparty Microsoft Office on-line: <http://office.microsoft.com> .