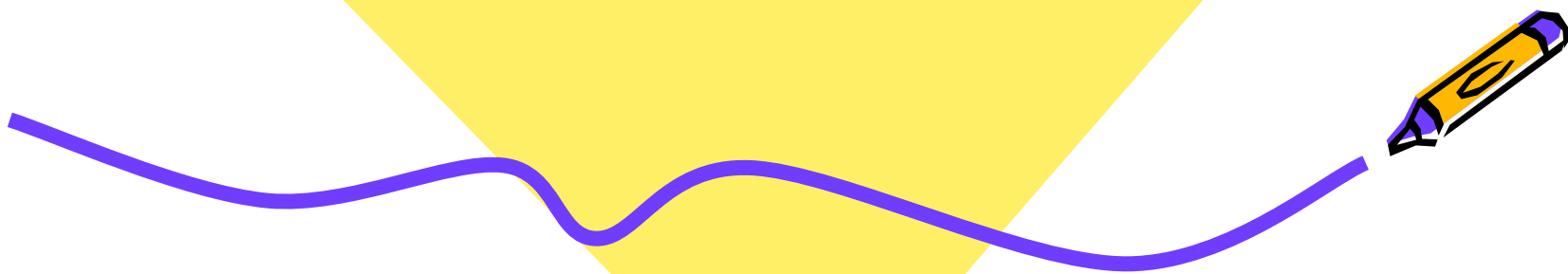




# Психічне старіння





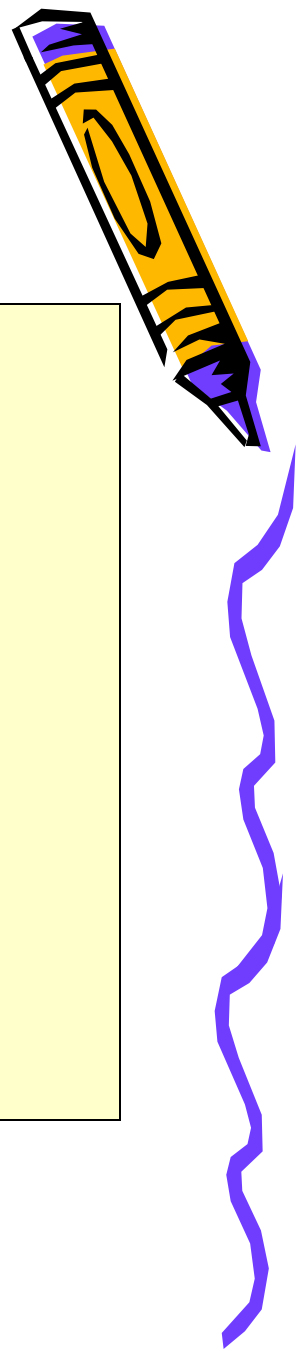
# План

## Вступ

1. Поняття про психічне старіння. Психічний занепад.
2. Ставлення людини до старості. Роль особистості у формуванні психосоціального статусу людини в старості.
3. Індивідуальні типи старіння. Ставлення до смерті.

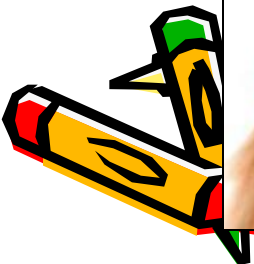
## Висновок

## Список використаних джерел





Старість зазвичай розглядають як складне біосоціопсихологічне явище. Як біологічний феномен старість пов'язана зі збільшенням вразливості організму та вірогідності смерті. Як соціальне явище старість асоціюється з виходом на пенсію, зі зміною соціального статусу, втратою важливих соціальних ролей, зі звуженням соціального світу. На психологічному рівні йдеться про усвідомлення цих змін та більше чи менше успішне пристосування до них.



□ Можна розглядати старість як період втрат (економічних, соціальних, індивідуальних), які ведуть до принизливого стану залежності. Але в позитивному сенсі старість - це період узагальнення досвіду, знань та особистісного потенціалу, яке допомагає вирішувати проблему адаптації до нових вікових вимог



психол

психологічне старіння, як впливають суспільство та суспільні стереотипи на характер старіння, співвідношення старіння та різних видів професійної діяльності, перспективи включення людини похилого віку в різні сфери суспільного життя, можливості психологічного благополуччя та самореалізації у старості - ось далеко не повний перелік питань, від вирішення яких залежить розробка стратегічних напрямків соціальної політики.

## 1. Поняття про психічне старіння. Психічний занепад.

✓ Старість - це заключна фаза в розвитку людини, в якій цей процес відбувається по низхідній життєвій кривій. У житті людини у певному віці проявляються інволюційні ознаки (інволюція - зворотній розвиток; зменшення, спрощення (з втратою функції) органа протягом індивідуального розвитку), що виражаються у зовнішньому вигляді, зменшенні життєвої активності, обмеженні фізичних можливостей.

☞ Однією із закономірностей старіння є його нерівномірність у порушенні функцій (пам'яті, інтелекту, уваги, фізичної сили). Старість наближається до людини двома шляхами: через фізіологічне ослаблення організму та шляхом зниження сили і рухливості психічних процесів. Саме психічний занепад є процесом, який відбувається в процесі старіння.







Інволюційні процеси, що торкаються психічної діяльності і виражаються у різноманітних психічних станах, які не супроводжуються слабоумством, називаються психічним занепадом. Його визначають як випадок природного старіння, при якому спостерігаються зниження психічної сили, звуження об'єму психологічного життя, економне використання наявних ресурсів (М.Ф. Шахматов). Прояви психічного занепаду: обмеження кола інтересів, пасивність, психологічна в'ялість. Прояви помітних ознак психічного занепаду можна віднести до віку 85 років і старшого.

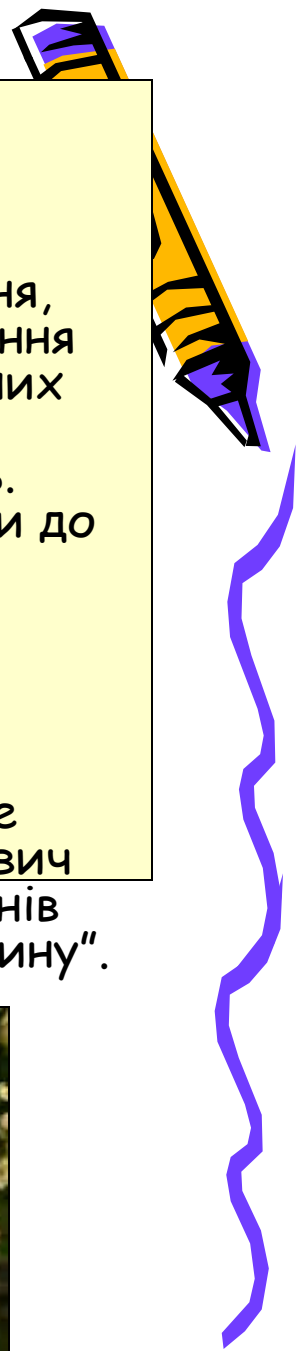


У старості є як негативні, так і позитивні риси. Здібності в старості згасають, але їх замінюють накопичений досвід, високий рівень суджень. Тому старість - це не лише спад, не лише вік втрат, як відмітив югославський психіатр Петрілович

"Про  
приз



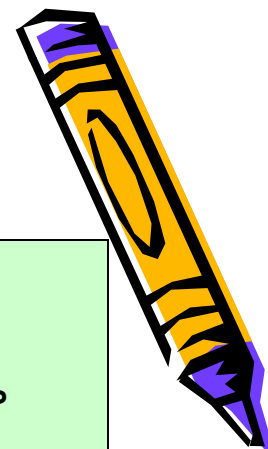
психологічних процесів та станів  
ортання особистості в глибину".

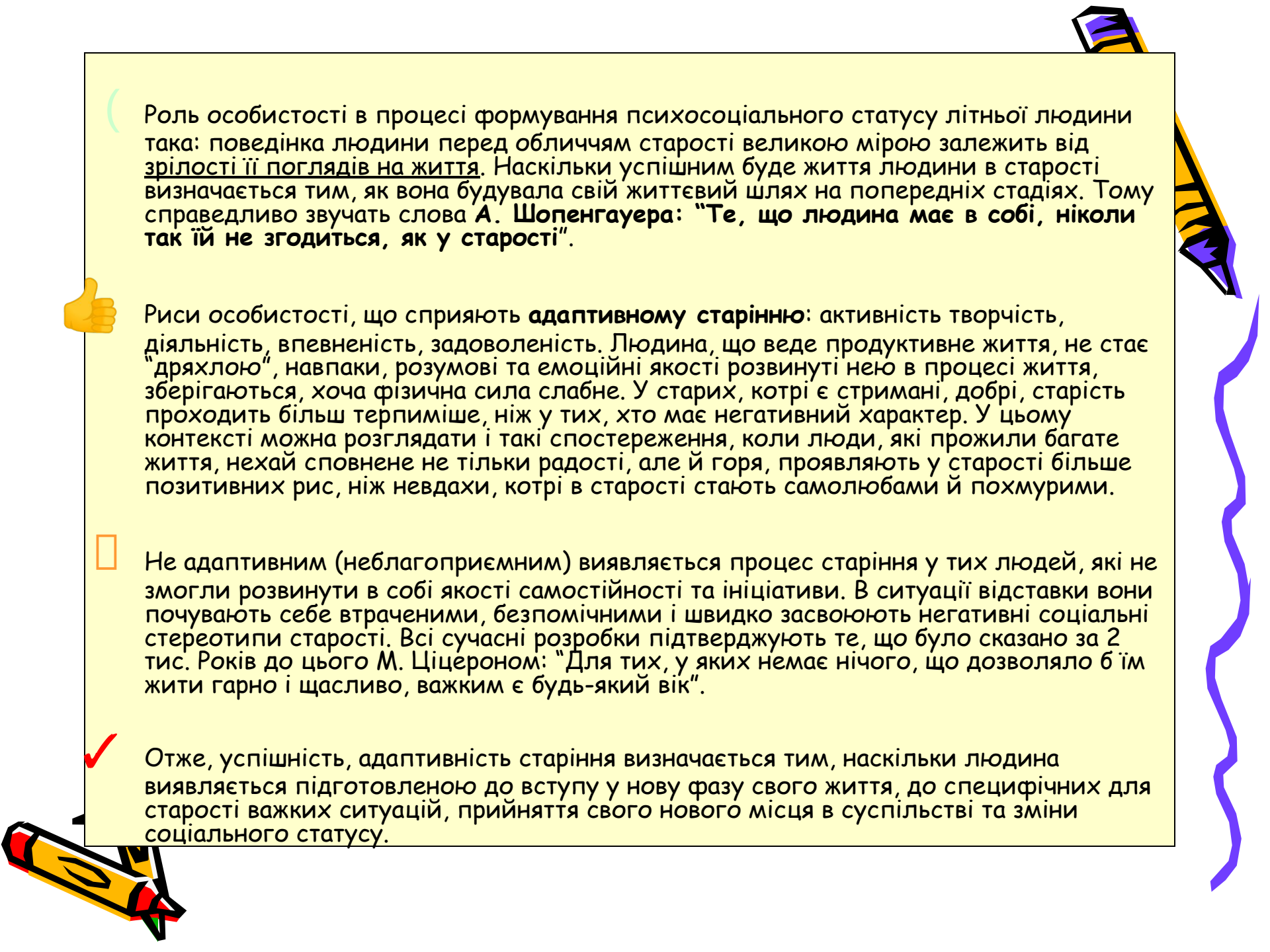


## 2. Ставлення людини до старості. Роль особистості у формуванні


психосоціального статусу людини в старості.

- Відомий вислів М. Монтена про те, що **"небагато людей уміють старіти"**, містить у собі питання: що ж лежить в основі достойного старіння? У деяких старих людей спостерігається різке неприйняття старості: вони ненавидять її і вважають важкою ношею. Як показують спостереження, ні гарне фізичне здоров'я, ні збереження діяльного способу життя, ні власний суспільний статус, ні наявність подружжя (дітей), не являються запорукою і гарантією усвідомлення старості як бгало приємного періоду життя. І при наявності цих ознак літня людина може повністю не приймати своє старіння. І навпаки, при поганому фізичному здоров'ї, скромному матеріальному достатку, відносній самотності літня людина може знаходитись у згоді із своїм старінням, у стані побачити нові сторони свого буття.
- Різні форми поведінки літніх людей в однотипних ситуаціях відображають індивідуальні особливості реагування на власне старіння. Саме цей вік психічного життя людини визначає її ставлення до особистих втрат, минулих можливостей і нове сприйняття оточуючого світу.







Роль особистості в процесі формування психосоціального статусу літньої людини така: поведінка людини перед обличчям старості великою мірою залежить від зрілості її поглядів на життя. Наскільки успішним буде життя людини в старості визначається тим, як вона будувала свій життєвий шлях на попередніх стадіях. Тому справедливо звучать слова А. Шопенгауера: "Те, що людина має в собі, ніколи так їй не згодиться, як у старості".



Риси особистості, що сприяють **адаптивному старінню**: активність творчість, діяльність, впевненість, задоволеність. Людина, що веде продуктивне життя, не стає "дряхлою", навпаки, розумові та емоційні якості розвинуті нею в процесі життя, зберігаються, хоча фізична сила слабне. У старих, котрі є стримані, добрі, старість проходить більш терпиміше, ніж у тих, хто має негативний характер. У цьому контексті можна розглядати і такі спостереження, коли люди, які прожили багате життя, нехай сповнене не тільки радості, але й горя, проявляють у старості більше позитивних рис, ніж невдахи, котрі в старості стають самолюбамі й похмурими.



Не адаптивним (неблагоприємним) виявляється процес старіння у тих людей, які не змогли розвинути в собі якості самостійності та ініціативи. В ситуації відставки вони почувають себе втраченими, безпомічними і швидко засвоюють негативні соціальні стереотипи старості. Всі сучасні розробки підтверджують те, що було сказано за 2 тис. Років до цього М. Цицероном: "Для тих, у яких немає нічого, що дозволяло б їм жити гарно і щасливо, важким є будь-який вік".



Отже, успішність, адаптивність старіння визначається тим, наскільки людина виявляється підготовленою до вступу у нову фазу свого життя, до специфічних для старості важких ситуацій, прийняття свого нового місця в суспільстві та зміни соціального статусу.



### 3. Індивідуальні типи старіння. Ставлення до смерті.

Через неправильні установки та передумови, які заважають ввійти (вписатися) у старість, існує різноманіття індивідуальних типів старіння. Американські психологи виділяють такі типи старіння:

- 👉 **регресія** - повернення до минулих форм поведінки, яке проявляється у формі "дитячого" вимагання допомоги у повсякденному житті, незалежно від стану здоров'я. Змирившись із своєю участю, вони шукають підтримки, уваги, опіки в оточуючих;
- 👉 **втеча**, або зміна місця проживання, як форма звільнення у важкій ситуації;
- 👉 **добровільна ізоляція від оточуючих**, пасивність та мінімальна участь у суспільному житті;
- 👉 **прагнення викликати інтерес до себе в оточуючих**;
- 👉 **спроба включитися в життя суспільства**, не зважаючи на вік і стан здоров'я, прагнення приховати специфічні недомагання.





На основі всього вищезгаданого можна виділити певні типи особистості в період старіння та старості:

- 1) **конструктивний** - для цього типу характерною є внутрішня врівноваженість, позитивний емоційний настрій, критичність по відношенню до себе та терпимість до інших. Такі люди мають високу самооцінку, планують майбутнє та розраховують на допомогу оточуючих;
- 2) **залежний** - також соціально прийнятний та добре адаптований. Виражається в підляганні подружньому партнеру чи дитині, у відсутності високих життєвих та професійних претензій;
- 3) **захисний** - йому притаманні велика емоційна стриманість, прямолінійність у вчинках та звичках, несприйняття допомоги інших, активність навіть "через силу". Цей тип є невротичним;
- 4) **агресивно-обвинувачувальний** - такі люди прагнуть перекласти на інших провину та відповідальність за власні невдачі, вони підозрілі та ворожі до всього нового та молодого. їхні уявлення про світ кваліфікуються як неадекватні;
- 5) **самозвинувачувальний** - демонструють пасивність, безініціативність, схильні до депресій та фаталізму. їм властиве почуття самотності, покинутості, песимізм, коли смерть сприймається як позбавлення від нещасного існування.



□ В індивідуальних випадках поведінка визначається протестом проти процесів старіння, страхом перед смертю, відчайдушними спробами зберегти минаючу зрілість, що виражається в манері одягатися, сексуальній поведінці, проведенні вільного часу.



Щоб зробити старість приємною, треба виробити цілісний погляд на життя, а також зверненість усередину себе, самоспоглядання і як стверджував К. Юнг, це є "обов'язком та необхідністю". Результатом цієї психологічної перебудови є поява нової життєвої позиції, раціонального погляду на своє існування і стійкість психологічної і моральної рівноваги.





Отже, страх смерті не є типовою віковою ознакою. Саме через відсутність страху перед смертю властиве почуття бажаності, приємності смерті. У цьому плані дуже цікаві висловлення В.В.Вересаєва, лікаря-атеїста: "Смерті я ніколи не боявся, страху смерті я ніколи не міг зрозуміти. Але недавно відчув: чекаю на неї, як на велику, яскраво-сліпучу подію. Зовсім як неможливість позбавлення від життєвого тягару - життя я люблю. Просто сама собою смерть сяє в похмурій далині майбутнього яскравою точкою. Смертельні муки... Чи такі вони вже страшні? А можливо, при раптовій смерті ми втрачаємо таке блаженство перед яким "ничтожни усі смер"



# Література

- 1. Волков Ю. Г., Добреньков В.И., Кадария Ф.Д., Савченко И.П., Шаповалов В.А. Социология : Учебное пособие / под ред. проф Ю.Г. Волкова. - Ростов-н /Д.: Феникс, 2001.
- 2. Головатый Н.Ф. Соціологія молодіжи: Курс лекцій. - К., 1999.
- 4. Кравченко А.И. Социология: Учеб. пособие для студ. высш. пед. Учеб. заведений. - М. Издательский центр «Академия», 2002.
- 5. Черниш Н. Соціологія. Курс лекцій. - Львів: Кальварія, 2003.

