

*В латинское название вида человек – Homosapiens, кроме слова разумный, следовало бы включить слово стареющий, ибо старость – характерный признак человека.*

# Старость

*Выполнил  
Студент 3 курса группы  
«СП»  
Сушенцов Андрей*

**Старость** — период жизни человека от утраты способности организма к продолжению рода до смерти.

*Характеризуется ухудшением здоровья, умственных способностей, затуханием функций организма.*

Старость делится на несколько более коротких периодов жизни человека:

- Преклонный возраст — 61—71 для мужчин, 56—74 для женщин.
- Старческий возраст — 71—90 для мужчин, 74—90 для женщин.
- Возраст долгожительства — более 90 лет. Затухание функций организма. Заканчивается смертью.



# Типология людей в старости Ф.Гизе

Выделяют 3 типа стариков в старости:

- *старик-негативист*, отрицающий у себя какие-либо признаки старости и дряхлости;
- *старик-экстравертированный*, признающий наступление старости, но к этому признанию приходит через внешние влияния и путём наблюдения окружающей действительности, особенно в связи с выходом на пенсию
- *старик-интровертированный*, остро переживающий процесс старения; оживление воспоминаний о прошлом – реминисценций, интерес к вопросам метафизики, малоподвижность, ослабление эмоций, ослабление сексуальных моментов, стремление к покою.

**Разумеется, эти оценки приблизительны, как бы мы ни хотели подвести стариков под тот или иной тип.**

# Классификация социально-психологических типов старости И.С.Кона

Она основана, построенная на основании зависимости типа от характера деятельности, которой старость заполнена:

- *активная, творческая старость*, когда человек выходит на заслуженный отдых и, расставшись с профессиональным трудом, продолжает участвовать в общественной жизни, воспитании молодежи и т.д.;
- *старость с хорошей социальной и психологической приспособленностью*, когда энергия стареющего человека направлена на устройство собственной жизни – на всё то, на что раньше не доставало времени;
- *“женский” тип старения* – в этом случае приложение сил старика находится в семье - семейных хлопотах. Поскольку домашняя работа неисчерпаема, таким старикам некогда хандрить или скучать, но удовлетворённость жизнью у них обычно ниже, чем у двух предыдущих групп;
- *“мужской” тип старения*-в этом случае моральное удовлетворение и заполнение жизни даёт забота о здоровье. Но в этом случае человек может придавать излишнее значение своим реальным и мнимым недомоганиям и болезням и его сознание отличается повышенной тревожностью.



# Психические изменения

## Память

Снижение памяти наблюдается не у всех старых людей, более того, свыше 90% людей в возрасте 65 лет и старше показывают лишь несущественные ухудшения. Ухудшение связано больше не с запоминанием новой информации, а с извлечением ее из памяти. Старые люди лучше воспроизводят события далекого прошлого, ведь отношение к прошлому является значительной частью жизни старого человека.

*Существует феномен обращенности памяти пожилых людей к прошлому - когда старый человек с удовольствием вновь и вновь возвращается к приятным воспоминаниям.*



# Психические изменения

## Восприятие

Известно, что к старости часто снижается слух и зрение, воспринимать окружающий мир становится все трудней и пожилой человек вынужден прибегать к воображению, как в поговорке - "глухой не услышит, так придумает".

Чем туманней действительность, тем меньше пожилые люди осознают, насколько на восприятие реальности влияют их страхи, желания и предубеждения.



# Психические изменения

## Внимание

Возрастное изменение внимания проявляется в ослаблении контроля за привычными сигналами, указывающими на необходимость учитывать окружающую обстановку. Например, сигналы машин, светофора и т.д. Так называемые сигналы тревоги, обретенные в результате жизненного опыта и указывающие на грозящую опасность. В юности мозг человека реагирует на такие сигналы немедленно, а в затуманенном поле внимания пожилых людей эти сигналы менее четкие и хуже распознаются или вообще могут остаться незамеченными.

Снижение внимания проявляется еще в одном распространенном явлении - рассеянности, человек путает последовательность действий и перескакивает с одной мысли на другую.



# Психологические особенности пожилых людей

В первую очередь нужно сказать о *ригидности мышления*. Процессы мышления затормаживаются, что приводит к трудностям адаптации к новому положению, новому статусу, новой жизни. Но это не только физиологический процесс. Здесь большую роль играет отсутствие развития, нежелание дальше заниматься личностным ростом, мотивируя это отсутствием сил и «вообще ненужным делом, так как жизнь уже почти прошла».





# Психологические особенности пожилых людей

Старость часто ассоциируется с немощью. Иногда это представление настолько сильно, что человек начинает себя таким ощущать. Здесь вмешиваются еще и болезни, которые усугубляют представление о себе, как о беспомощном, никому не нужном существе. Одно из нарушений восприятия болезни у пожилых людей — чрезмерное погружение в нее, постоянное нахождение в поликлинике, выискивание у себя новых болезней. Так возникают страхи. Подобные негативные эмоции заполняют всю жизнь и приводят к депрессии.



# Психологические особенности пожилых людей

В старости увеличивается зависимость от других людей не только физическая, но и эмоциональная. Человеческое общение важно и ценно в любом возрасте, но в старости эта ценность обретает особый смысл. Пожилой человек нуждается в ощущении "нужности" семье, детям, внукам, и возможностью служения другим людям своим профессиональным и жизненным опытом.



Тайна старости до сих пор неразгаданна, одинаковых путей старения нет. Один человек полностью погружается в болезни и грустные мысли, другой - переживает новую любовь, а третий, получив массу свободного времени, наконец, может отдаться делу, заняться которым он мечтал всю жизнь.

Старость как период развития имеет будущее, и это активно проявляется в отношении к старости - не в снисхождении, а в уважении и восхищении. Это время мудрости, когда уходят ненужные желания. Проживая жизнь, человек выбирает и проходит огромную дорогу, шагая в Неизведанное.



освеи  
виде  
ющеа



**Спасибо за  
внимание**