

Zespół wypalenia sił w opiece nad osobami starszymi - wprowadzenie

Wybrane zagadnienia z psychologii
starzenia się i starości

WYKŁAD 6

Ks. dr Paweł Brudek
Katedra Psychologii Klinicznej
KUL Jana Pawła II

Plan wykładu



1. Refleksje na wstępie
2. Tendencje demograficzne
3. Starość na kozetce - badania empiryczne nad starością
4. Teoria gerotranscendencji jako jedna z teorii pozytywnego starzenia się

Tytułem przypomnienia...

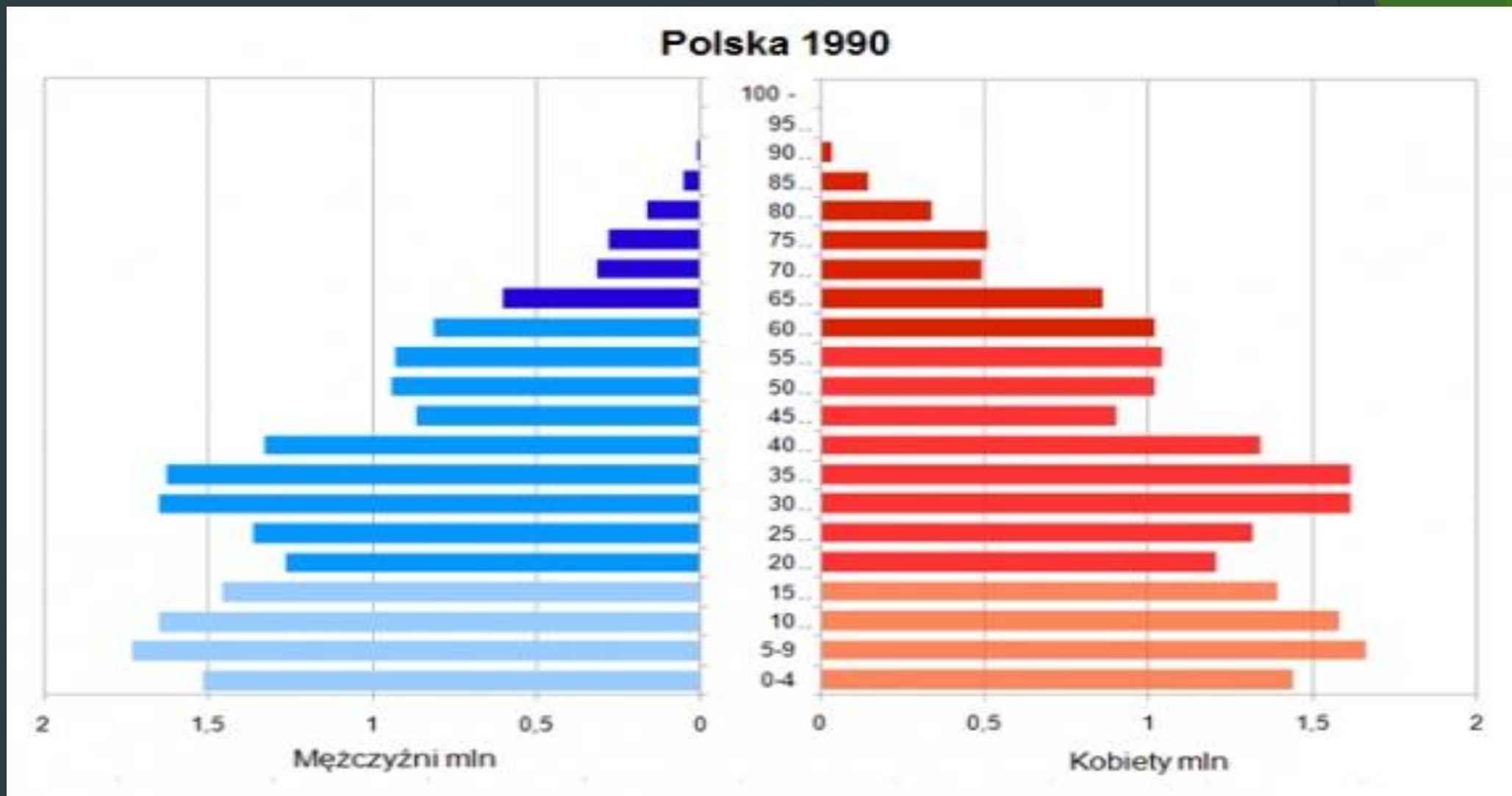


- ▶ Starość w psychologii
- ▶ Mont Chateau (1969) I Konferencja na temat Psychologii Life-Span
- ▶ Periodyzacja okresu starości
- ▶ Starość *versus* starzenie się
- ▶ Wreszcie po co wychodzić naprzeciw wyzwaniu starości w kontekście problematyki wypalenia?

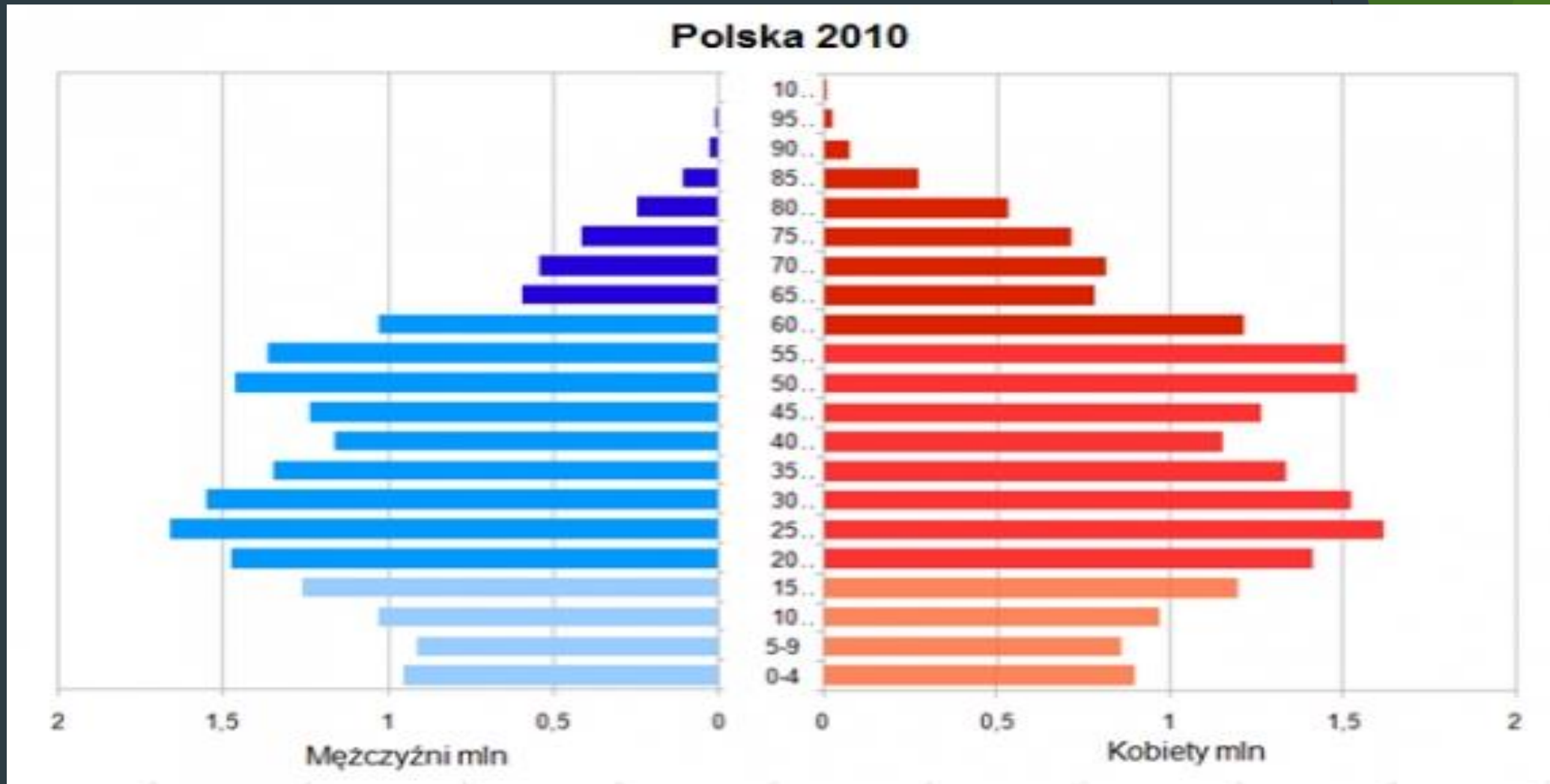
Starość wyzwaniem współczesności

- ▶ Demograficzne **starzenie się społeczeństw** jest procesem, który objął **niemal wszystkie kraje europejskie**, a zwłaszcza kraje Zachodniej Europy (Por. *World Population Aging*, 2016).
- ▶ Badacze szacują, iż w **2020 roku liczba ludzi starych** osiągnie blisko **30% całej populacji**. W tym samym roku w Polsce, zgodnie z prognozami GUS, około 24% mieszkańców przekroczy 60. rok życia (Por. Steuden, 2011)
- ▶ Wzrastający odsetek ludzi starszych w społeczeństwie ma istotne znaczenie społeczne, ekonomiczne, polityczne, **psychologiczne**

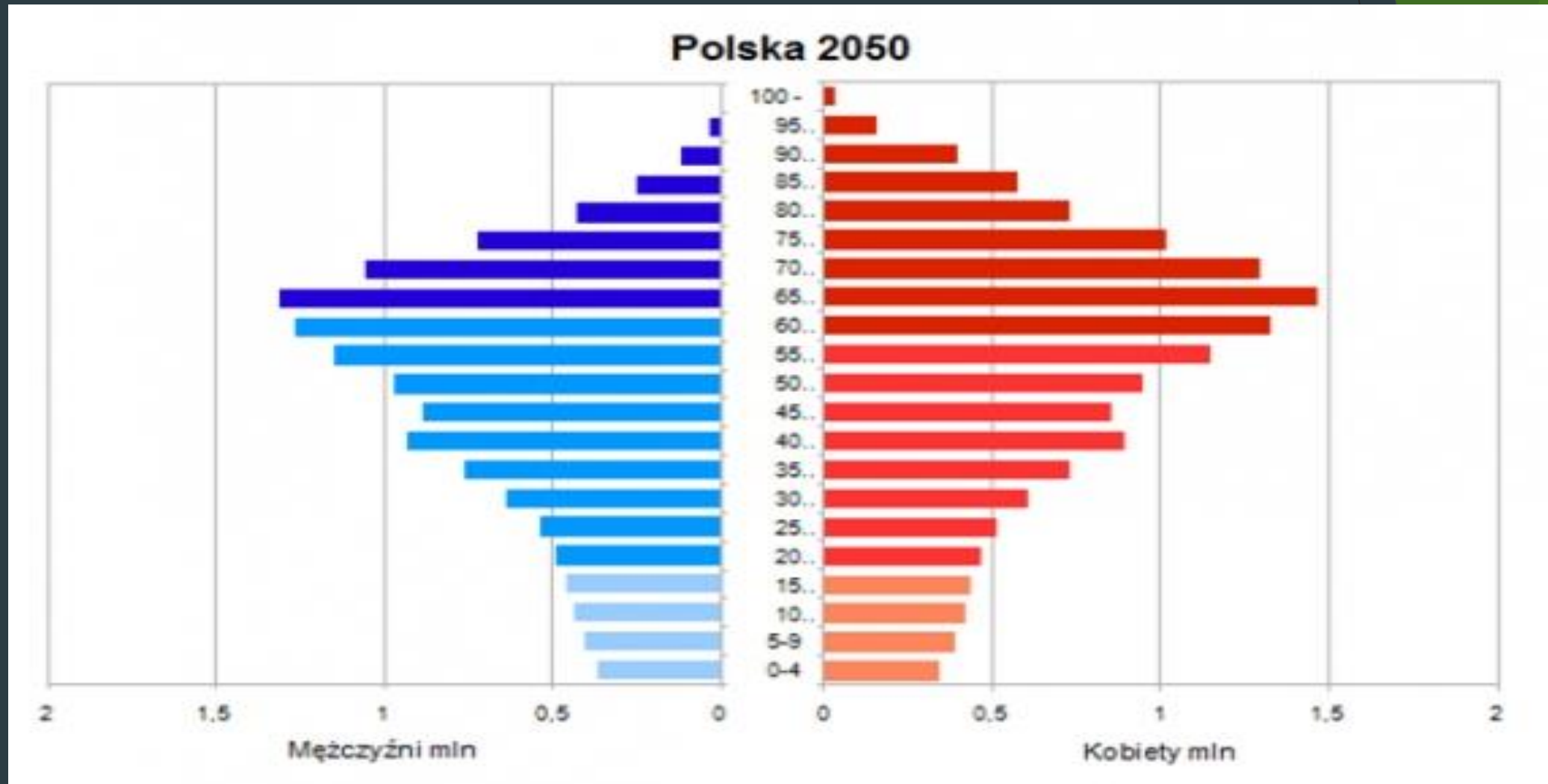
Tendencje demograficzne - POLSKA



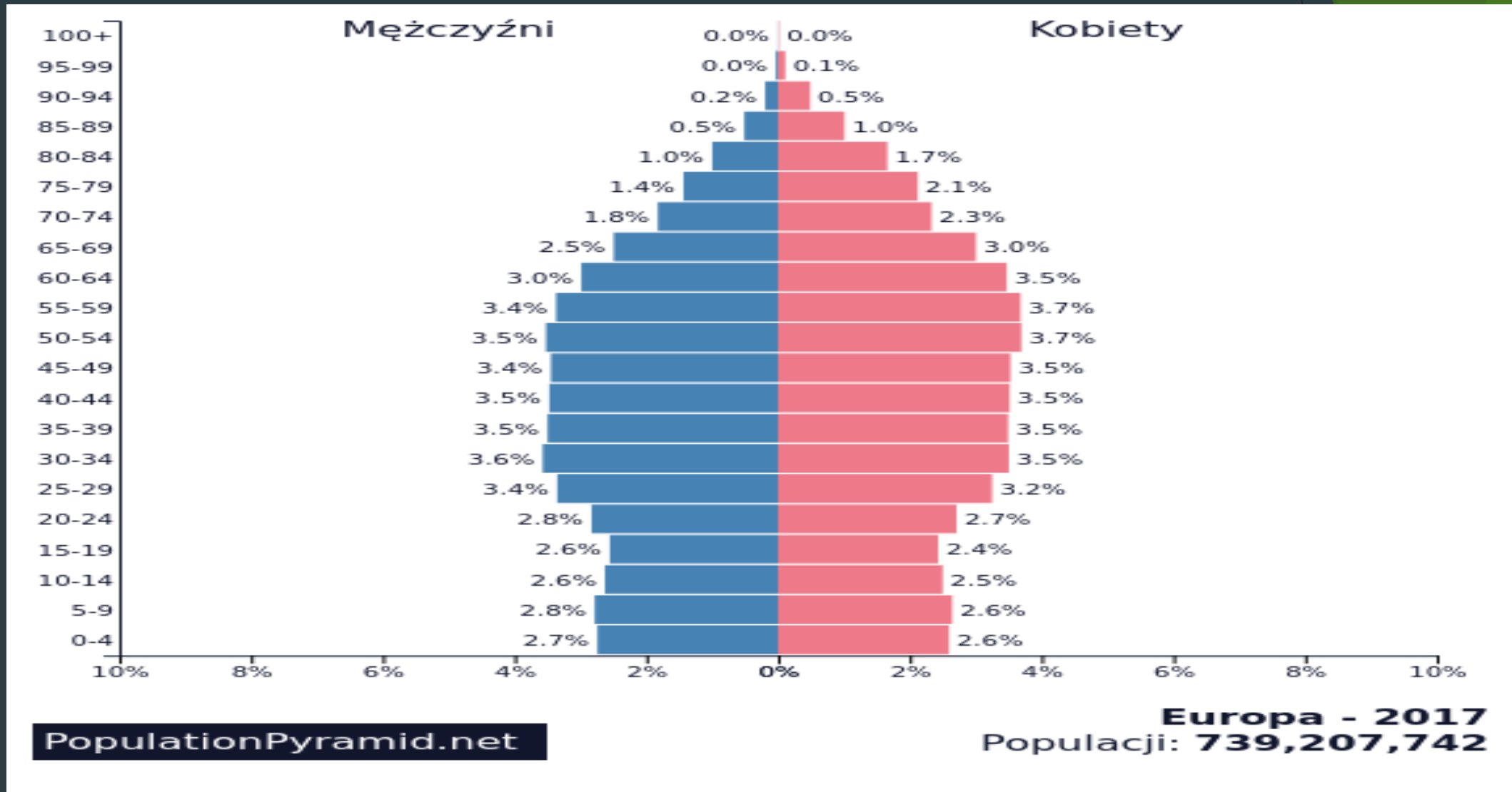
Tendencje demograficzne - POLSKA



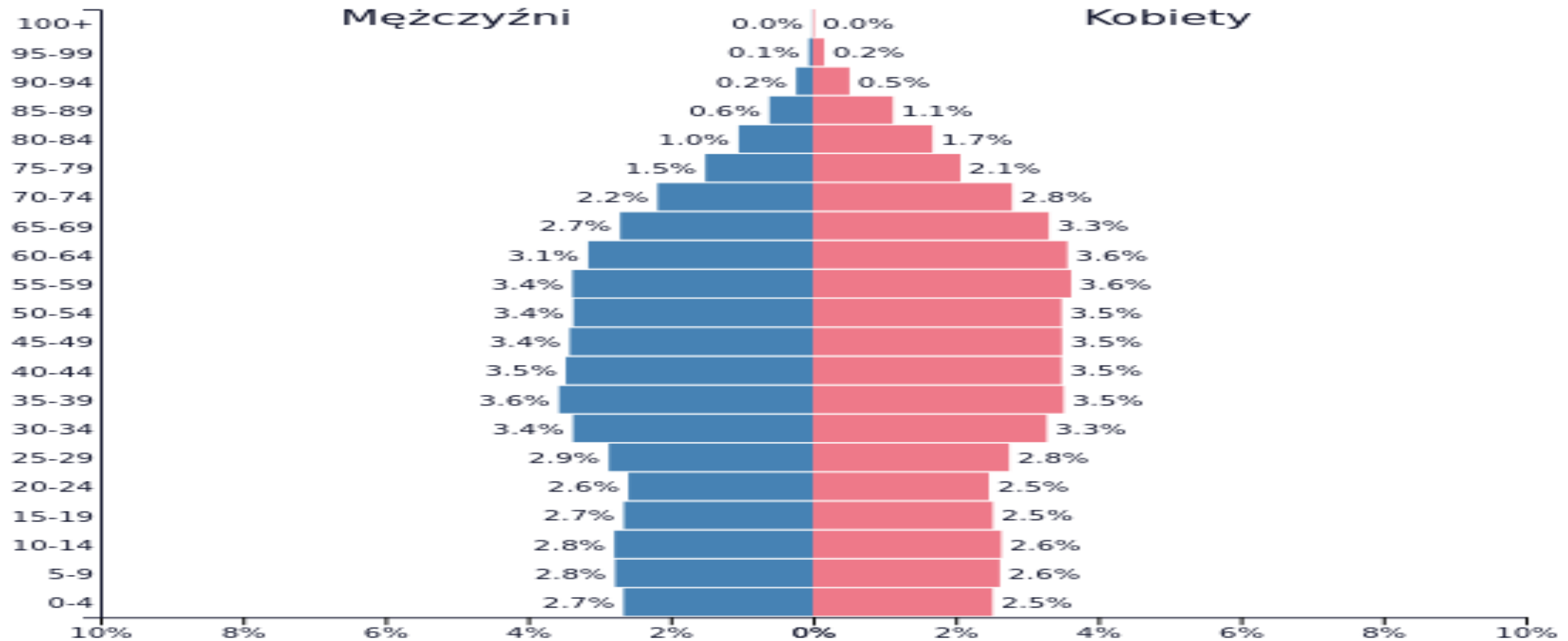
Tendencje demograficzne - POLSKA



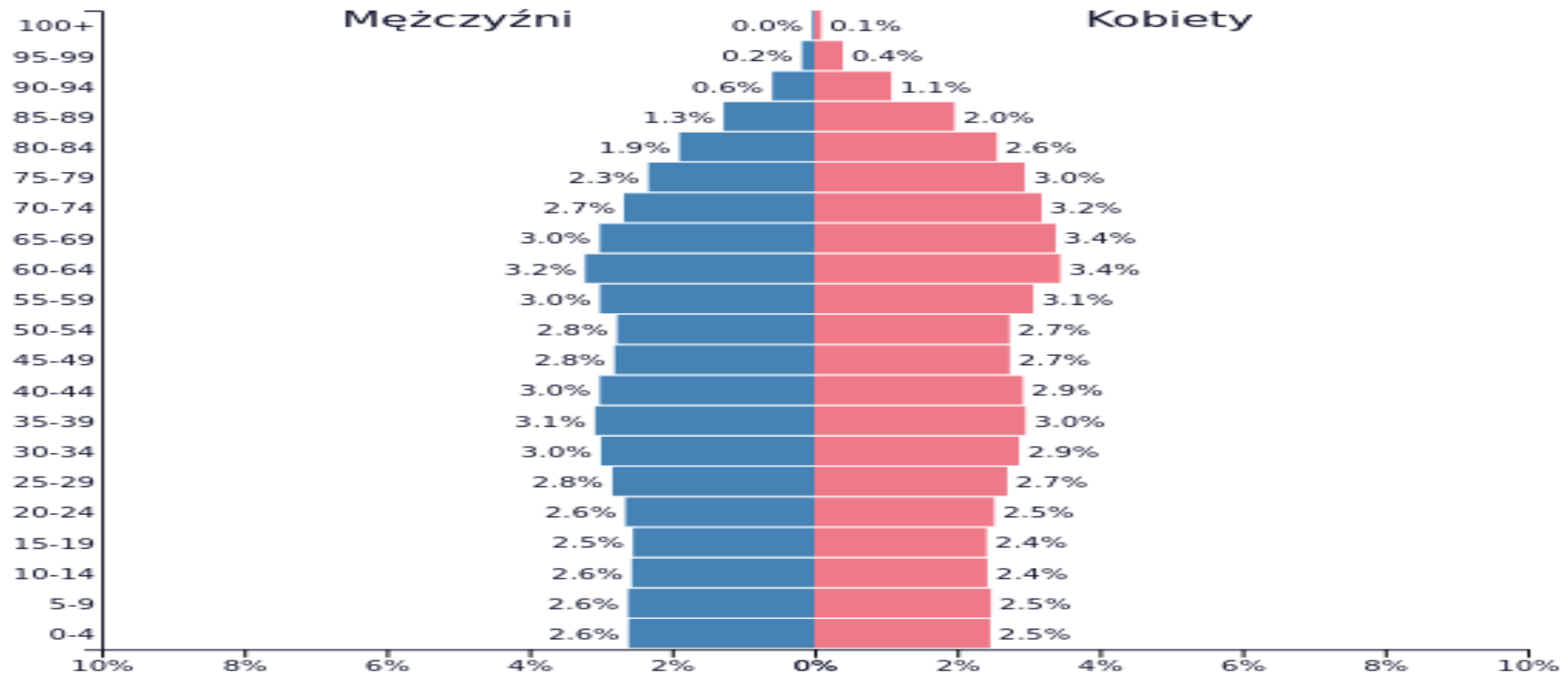
Tendencje demograficzne - UE



Tendencje demograficzne - UE



Tendencje demograficzne - UE



Starość na kozetce

Psychologiczne badania empiryczne nad starością



Cultur/Liam Norris via Getty Images

Bez ograniczenia
czasowego**Porada:** Szukaj tylko stron w języku **polskim**. Możesz określić swój język wyszukiwania w menu [Scholar – ustawienia](#).

Od 2017

[CYTOWANIE] [“Women in the middle” and family help to older people](#)

Od 2016

[EM Brody - The Gerontologist, 1981 - academic.oup.com](#)

Od 2013

As gerontologists well know, research during the past several decades has systematically disproved the notion that contemporary families are alienated from the aged and do not take care of them as used to be the case in the "good old days." The accumulated evidence

Zakres

niestandardowy...

☆ [Cytowane przez 1249](#) [Powiązane artykuły](#) [Wszystkie wersje 3](#)

1969 — 2017

Falls in older people: epidemiology, risk factors and strategies for prevention[\[PDF\] oup.com](#)

Szukaj

[LZ Rubenstein - Age and ageing, 2006 - academic.oup.com](#)Abstract Falls are a common and often devastating problem among **older people**, causing a tremendous amount of morbidity, mortality and use of health care services including premature nursing home admissions. Most of these falls are associated with one or more☆ [Cytowane przez 1942](#) [Powiązane artykuły](#) [Wszystkie wersje 23](#)

Wg trafności

Wg daty

Drugs and Falls in Older People: A Systematic Review and Meta-analysis: I. Psychotropic Drugs

Dowolny język

[RM Leipzig, RG Cumming... - Journal of the American ..., 1999 - Wiley Online Library](#)

Tylko język polski

RESULTS: Forty studies, none randomized controlled trials, met eligibility criteria. For one or more falls, the pooled odds ratio (95% confidence interval) was 1.73 (95% CI 1.53-1.97) for

Artykuły Około 24 800 wyników (0,16 s)

Mój profil Moja biblioteka

Bez ograniczenia czasowego

Od 2017

Od 2016

Od 2013

Zakres niestandardowy...

1969 — 2017

Szukaj

Wg trafności

Wg daty

Dowolny język

Tylko język polski

Porada: [Szukaj tylko stron w języku polskim](#). Możesz określić swój język wyszukiwania w menu [Scholar – ustawienia](#).

Commentary: The emergence and application of active **aging** in **Europe**

A Walker - *Journal of Aging & Social Policy*, 2008 - Taylor & Francis

... (European Commission, 2006, p. 9) The inclusion of active **aging** in the EU's health strategy as well as the employment strategy is a highly promising development (see http://ec.europa.eu/health/ph_overview/Documents/byrne_reflection_en.pdf). ... Active **Aging** in **Europe** ...

☆ Cytowane przez 207 Powiązane artykuły Wszystkie wersje 3

[KSIĄŻKA] From red to gray: the " third transition " of **aging** populations in Eastern

Europe and the former Soviet **Union**

M Chawla, G Betcherman, A Banerji - 2007 - [books.google.com](#)

" From Red to Gray: The " Third Transition " of **Aging** Populations in Eastern **Europe** and the Former Soviet **Union** looks at the distinctive challenges of **aging** that the transition countries face. All **aging** societies run the risks of slower growth and unsustainable fiscal burdens. For

☆ Cytowane przez 155 Powiązane artykuły Wszystkie wersje 11

Ageing **Europe**.

A Walker, T Maltby - 1997 - [popline.org](#)

[HTML] [google.com](#)

Bez ograniczenia czasowego
Od 2017
Od 2016
Od 2013

Zakres niestandardowy...

1969 — 2017

Szukaj

Wg trafności
Wg daty

Dowolny język
Tylko język polski

[CYTOWANIE] Starzy ludzie w Polsce: Społeczne i zdrowotne skutki **starzenia się** społeczeństwa

J Halik - 2002 - Instytut Spraw Publicznych
☆ Cytowane przez 49 Powiązane artykuły

[PDF] Aktywizacja osób w starszym wieku jako szansa na pomyślne **starzenie**

M Kaczmarczyk, E Trafiałek - Gerontologia Polska, 2007 - gerontologia.org.pl
... ale rów- nież podejmowanie takich działań, które będą sprzy- jać pomyślnemu **starzeniu się**. Gryglewska [2] defi- niuje pomyślne **starzenie się** jako osiągnięcie wieku starości z małym ... W procesie **starzenia się** istotne znaczenie ma sfera od- działujących zewnętrznych, do których ...
☆ Cytowane przez 73 Powiązane artykuły

[PDF] gerontologia.org.pl

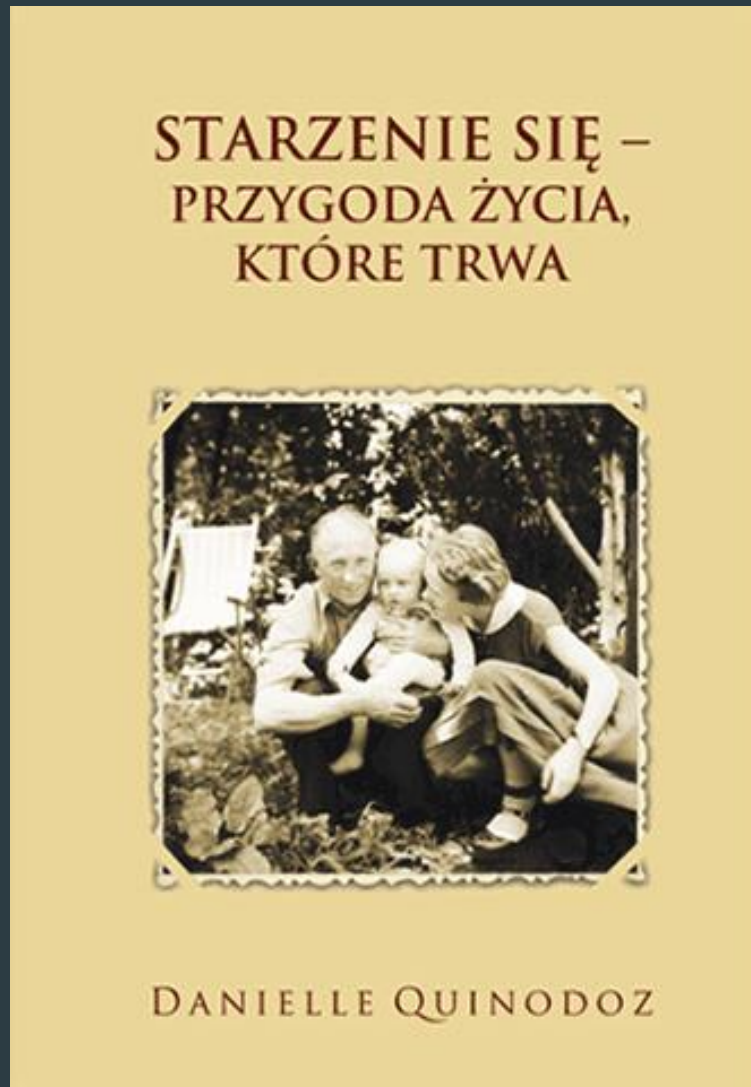
[CYTOWANIE] **Starzenie się** i starość: w wymiarze instytucjonalnego wsparcia na przykładzie Krakowa

Z Szarota - 2010 - Wydawnictwo Uniwersytetu ...
☆ Cytowane przez 58 Powiązane artykuły

[CYTOWANIE] Pozytywne **starzenie się**: młodzi duchem w jesieni życia

RD Hill - 2009 - MT Biznes
☆ Cytowane przez 52 Powiązane artykuły

Po co brać starość pod lupę?



Starość jako... ostatni etap rozwoju

- ▶ Starość, to naturalny, schyłkowy okres życia człowieka, charakteryzujący się przewagą zmian regresywnych nad progresywnymi (Oleś, 2012).
- ▶ Z psychologicznego punktu widzenia może być postrzegana jako **ostatnia szansa rozwojowa** (Straś-Romanowska, 2011)

Specyfika okresu późnej dorosłości w wymiarze psychologicznym (Steuden, 2011, 2016)

- **Sprawność funkcji poznawczych:**
 - Uwaga
 - Pamięć
 - Myślenie
 - Uczenie się
- **Osobowość osób starszych**

Badania nad osobowością w późnej dorosłości obejmują kwestie dotyczące:

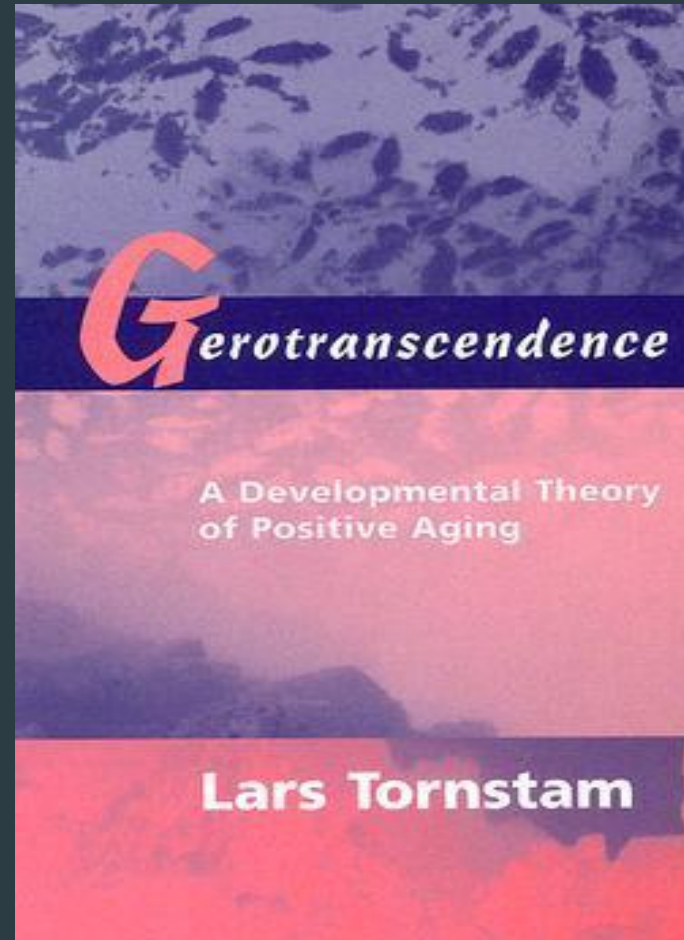
- Cech osobowości
- Emocji oraz stresu i sposobów radzenia sobie
- Samooceny
- Dążeń i postaw życiowych
- Mądrości (Straś-Romanowska, 2007, 2011)



Kurt Lewin (1890-1947)

Kurt Lewin, jeden z najświetniejszych XX-wiecznych psychologów, zwykł był mawiać, że *nie ma nic bardziej praktycznego niż dobra teoria*

Teoria gerotranscendencji jako jedna z teorii pozytywnego starzenia się





- ▶ W opinii **Barbro Wadensten** (2005, s. 381) teoria ta prezentuje **nowy sposób rozumienia i interpretacji procesu starzenia się**, dzięki czemu stanowi wartościową perspektywę badawczą, pozwalającą uchwycić dynamikę rozwoju w jego schyłkowej fazie.



- ▶ Z kolei **Stanisława Steuden** (2011, s. 81) twierdzi, że główną zaletą propozycji L. Tornstama (2005) jest to, iż nie skupia się ona „(...) **na tym, czym starszy wiek jest faktycznie, ale na tym, jaki może on się stać**”.

Teoretyczne podstawy gerotranscendencji

- ▶ Teoria gerotranscendencji narodziła się blisko **trzydzieści lat** temu, jako **odpowieź na rozbieżności istniejące pomiędzy ówczesnymi poglądami rozwijanymi na gruncie gerontologii społecznej** a rezultatami badań empirycznych prowadzonych w obrębie populacji osób starszych (Tornstam, 1989, 2005, 2011).
- ▶ U jej źródeł leżą kontrowersje powstałe w wyniku opublikowania przez Elaine Cumming i Williama Henry'ego (1961) podstawowych założeń, teorii wycofania się, które podważały, ciesząc się wówczas powszechnym uznaniem badaczy, teorię aktywności.

Teoretyczne podstawy gerotranscendencji

- ▶ Dało to początek burzliwej naukowej **debacie**, która w latach 60. i 70. XX wieku zdominowała środowisko gerontologów.
- ▶ W efekcie **teoria wycofania** **doczekała się licznych modyfikacji**, które jednak nie uchroniły jej przed ostatecznym zakwestionowaniem (Tornstam, 2005).
- ▶ Kluczową rolę odegrał L. Tornstam (2005) inspirowany między innymi - co warto podkreślić - naukową intuicją **polskiego gerontologa Jerzego Piotrowskiego**, który na XI Międzynarodowym Kongresie Gerontologicznym w Tokio w 1978 roku zasugerował, że **za teorią wycofania się stoi być może jakaś podstawa teoretyczna**, której warto poszukiwać w gąszczu pytań i empirycznych nieścisłości.

Teoretyczne podstawy gerotranscendencji

- ▶ L. Tornstam czerpał inspiracje z dorobku takich autorów jak:
 - ▶ Carl Gustav Jung (1930)
 - ▶ Erich Fromm (1960)
 - ▶ David Gutmann (1976)
 - ▶ Erik Erikson (1982)
 - ▶ Allan Chinen (1985)
- ▶ L. Tornstam (1989) nakreślił zarys alternatywnej teorii starzenia się, którą określił mianem teorii gerotranscendencji. Zaproponowana przez niego nowa koncepcja pomyślnego starzenia się uwzględnia także główne założenia filozofii Wschodu oraz myśli fenomenologicznej (za: Tornstam, 2005).

Teoretyczne podstawy gerotranscendencji

- ▶ Autor omawianej teorii definiuje gerotranscendencję jako „(...) zmianę meta-perspektywy z postrzegania materialnego i racjonalnego na postrzeganie bardziej kosmiczne i transcendentne, skutkujące zazwyczaj zwiększeniem satysfakcji z życia”
- ▶ Chodzi tu o paradygmatyczne przesunięcie z gerontologii pozytywistycznej ku gerontologii fenomenologicznej, czyli o radykalną zmianę w postrzeganiu świata przez jednostkę.
- ▶ Akcent zostaje przesunięty z troski o sprawy przyziemne na troskę o wartości uniwersalne

Teoretyczne podstawy gerotranscendencji

- ▶ *Aby znaleźć drogę do nowego paradygmatu meta-teoretycznego, odejdziemy od zwykłego pozytywistycznego sposobu myślenia i zamiast tego, skręcimy w egzotyczną i dziwną drogę oferowaną przez filozofię Wschodu. Skonfrontujemy nasze postrzeganie świata z tym, które prawdopodobnie charakteryzuje buddystę zen. Nie oznacza to jednak w żadnej mierze propagowania tej filozofii, jak błędnie zostało to ocenione przez niektórych (np. Jonsson i Magnusson, 2001). Jest to jedynie przykład odwrócenia naszego zwykłego sposobu myślenia w celu uzyskania nowego spojrzenia - technika sugerowana już wcześniej w niniejszej publikacji. A więc jest to myślenie eksperymentalne, oparte na domysłach, jak buddysta zen może konstruować swój świat*

Co to jest gerotranscendencja?

***Gerotranscendencja** to naturalny, wolny od uwarunkowań kulturowych, proces rozwojowy, który polega na zmianie metaperspektywy w postrzeganiu świata, siebie oraz innych z materialistycznej i racjonalnej w kierunku bardziej transcendentnej.*

Przejawem gerotranscendencji jest:

- ▶ silne poczucie jedności ze wszechświatem,
- ▶ przededefiniowanie sposobu postrzegania czasu, przestrzeni, życia oraz śmierci, co wiąże się z redukcją lęku przed śmiercią;
- ▶ wyraźne poczucie związku z przeszłymi i przyszłymi pokoleniami;
- ▶ spadek zainteresowania zbędnymi relacjami społecznymi oraz rzeczami materialnymi;
- ▶ mniejsze skupienie się na własnej osobie;
- ▶ większa refleksyjność

Poziomy gerotranscendencji (Tornstam, 1996)

POZIOM KOSMICZNY (METAFIZYCZNY)

POZIOM SELF (*JA*)

POZIOM RELACJI SPOŁECZNYCH

Zarzuty wobec teorii

- ▶ **Sprzeczne wyniki badań empirycznych**, które były prowadzone w oparciu o główne założenia teorii gerotranscendencji.
- ▶ Uzyskane rezultaty ujawniły bowiem, że:
 - ▶ (1) poziom gerotranscendentnych zmian nie zwiększał się w podeszłym wieku
 - ▶ (2) nie zaobserwowano zakładanych gerotranscendentnych zmian w niektórych obszarach funkcjonowania seniorów (np. percepcja czasu, potrzeby materialne, lęk przed śmiercią, jakość życia, pozytywne *versus* negatywne aspekty własnego Ja)
 - ▶ (3) dodatnia korelacja pomiędzy wiekiem a gerotranscendencją nie potwierdziła podstawowego założenia teorii, że wiek podeszły jest jakościowo różny od wieku średniego.

Zarzuty wobec teorii

- ▶ Krytyce poddano również zaproponowaną dla zilustrowania teorii gerotranscendencji (w jej warstwie paradygmatycznej) **metaforę buddysty zen**.
- ▶ Adwersarze omawianej teorii twierdzą, że L. Tornstam tworząc podwaliny pod własną koncepcję, pozostawał, podobnie jak wielu współczesnych badaczy Europy Zachodniej i Stanów Zjednoczonych, pod wpływem filozofii japońskiego naukowca buddysty, Daisetsu Teitaro Suzukiego (1870-1966).
- ▶ Elementy niezależnej od jakichkolwiek uwarunkowań idei zen D. Suzukiego można dziś z łatwością odnaleźć w różnych naukach współczesnego ruchu New Age

Zarzuty wobec teorii

- ▶ Teorii gerotranscendencji zarzucano również to, iż stała się kolejną **próbą „zaczarowania” starości**.
- ▶ Zarzut ten skupia się głównie na swego rodzaju populizmie gerotranscendencji, który wyraża się w powszechnej niezgodzie modernistycznego świata na słabą i pełną ułomności starość
- ▶ Innym ważnym zarzutem kierowanym pod adresem L. Tornstama i proponowanej przez niego teorii jest **zarzut medykalizacji wieku podeszłego**.

Mocne i słabe strony teorii

- ▶ Wśród **mocnych stron** tej teorii wskazuje się przede wszystkim na to, że:
 - ▶ (1) odnosi się ona do realnych doświadczeń starszych osób;
 - ▶ (2) podkreśla znaczenie teorii w doświadczeniu starości;
 - ▶ (3) stwarza nową perspektywę w spojrzeniu na rozwój osób starszych;
 - ▶ (4) ma wyraźne zastosowanie głównie w praktyce zdrowotnej dotyczącej osób w wieku podeszłym;
 - ▶ (5) umożliwia personelowi medycznemu zrozumienie zachowań seniorów i stanowi ramy odniesienia dla promowania pozytywnego starzenia się

Mosne i słabe strony teorii

- ▶ Do **mankamentów** koncepcji L. Tornstama zalicza się przede wszystkim:
 - ▶ (1) brak jednoznacznej definicji gerotranscendencji - autor jedynie wskazuje na szczegółowe cechy gerotranscendentnego procesu;
 - ▶ (2) kontrowersje wokół założeń metodologicznych oraz niespójności rezultatów zrealizowanych badań; (
 - ▶ 3) ograniczenie gerotranscendencji do starości, podczas gdy inni badacze dowiedli, że proces ten dokonuje się w całej rozciągłości życia;
 - ▶ (4) fakt, iż teoria wyjaśnia procesy zmian jedynie na poziomie indywidualnym i nie uwzględnia w dostatecznym stopniu czynników społecznych, które mogą mieć wpływ na przebieg starzenia się

Pozytywna i bogata w możliwości starość widziana oczyma A. Kępińskiego (2007)

„Podobnie jak jesień może być najpiękniejszą porą roku, tak i starość może być najlepszym okresem życia, w którym osiąga się życiową mądrość i czuje prawdziwy smak życia, a to, co się w ciągu życia przeżyło, daje poczucie rzetelnego dzieła”

Literatura

- ▶ Tornstam, L. (2005). *Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging*. New York: Springer Publishing Company.
- ▶ Tornstam, L. (2011). Maturing into Gerotranscendence. *The Journal of TransPersonal Psychology*, 43(2), 166-180.
- ▶ Steuden, S. (2011). *Psychologia starzenia się i starości*. Warszawa: PWN, s. 77-81.
- ▶ Brudek, P. (2016). Larsa Tornstama teoria gerotranscendencji jako teoria pozytywnego starzenia się. *Psychologia Rozwojowa*, 21(4), s. 9-25.
- ▶ Brudek, P. (2017). Protestantka Szwecja jako kolebka teorii gerotranscendencji Larsa Tornstama. Pochodzenie, ogólny zarys i krytyczna analiza koncepcji. *Studia Oecumenica*, 17, s. 419-438.