Кризис позднего возраста



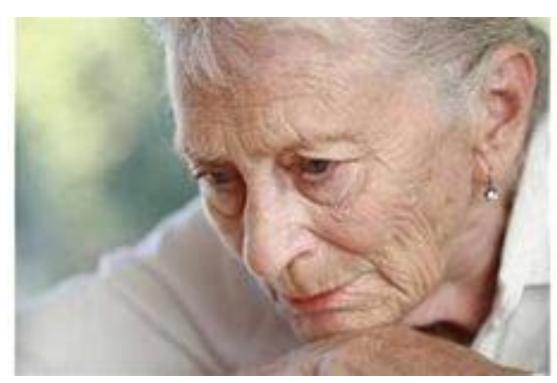


Ш. Бюллер относит кризис к **65-70** годам

Согласно Э. Эриксону кризис происходит к 60-ти годам

Д. Левинсон относит кризис к 60-65годам.

□ Б. Ливехуд считает кризисным **56** лет.



- Многие авторы связывают кризис позднего возраста с окончанием трудовой деятельности, с изменением социального статуса;
- □ с инволюционными процессами организма;
- □ Г. Муди, Т. Кол и другие авторы считают, что кризис позднего возраста связан с потерей смысла жизни



- Р. Хавигурст выделяет следующие задачи позднего возраста:
- I. Адаптация к возрастным изменениям организма.
- 2. Адаптация к снижению доходов в связи с выходом на пенсию.
- 3. Адаптация к потерям близких людей.
- 4. Установление доверительных отношений с людьми своего возраста.
- 5. Адаптация к новым социальным ролям.
- 6. Создание нормальных условий существования.

- Б. и П. Нюманы находят, что основными задачами позднего возраста являются:
- 2. Адаптация к физическим изменениям.
- 3. Принятие прожитой жизни.

4. Осмысление смерті



Основными стрессорами старческого возраста являются:

- отсутствие четкого жизненного ритма;
- сужение сферы общения;
- уход от активной трудовой
- □ деятельности;
- □ синдром «опустошения гнезда»;
- □ уход человека в себя;
- ощущение дискомфорта от замкнутого пространства



подкризисы периода:

□ Переоценка собственного «Я» независимо от профессиональной карьеры

□ Осознание факта ухудшения здоровья и старения тела



психологическое здоровье очень важно принять свой новый образ себя, свой новый образ жизни и настроиться на:

на позитивную оценку своей жизни;

- □ на новые жизненные цели;
- на позитивное отношение к себе и другим;
- □ на собственную автономию





- □ Не терять связи с родственниками и соседями.
- Общаться. Советоваться. Обсуждать.
- Не поддаваться плохому настроению и негативным эмоциям.
- 🛮 Заботиться и ожидать заботы.
- □ Искать и находить интересы,
- **поддерживать**
- □ желание жить
- 🛮 полной жизнью.

