

«Психические, физические,  
психологические и личностные  
особенности пожилых людей.  
Этапы старения»

Выполнила: студентка 5  
курса, 2 группы,  
факультета клинической  
психологии Муравьева А.  
Е.

# Признаки старения человека 30-40 лет

- У большинства людей этого возраста в области живота начинает концентрироваться жир.
- У женщин уменьшается способность к оплодотворению и возникает риск аномального внутриутробного развития плода.
- У мужчин снижается уровень тестостерона и может начаться облысение.

# Старение человека 40-60 лет

- У мужчин в этом возрасте увеличивается предстательная железа, и это служит одним из основных источников «мужских» проблем.
- У женщин в период с 45 до 50 лет прекращается менструация, возникает менопауза, а это означает потерю способности женщины к оплодотворению. Уровень эстрогена в организме снижается, а это может вызывать приливы и другие неприятные симптомы. Кроме того, на этом этапе старения человека в его костной ткани уменьшается содержание кальция и других минеральных веществ

# Старение организма человека 60-80 лет

- С 60 лет начинается видимое старение человека. Кожа начинает обвисать, появляются морщины. Из-за уменьшения содержания коллагена в организме происходит дистрофия мышц.
- И у мужчин, и у женщин, снижается плотность костной ткани, но у женщин этот процесс идет интенсивнее. К 70 годам плотность костной ткани женщины в два раза меньше, чем была в 30 лет.
- Становятся толстыми и менее эластичными стенки артерий, а это является причиной повышения кровяного давления и очень повышает опасность заболеваний сердца.
- У большинства людей ухудшается слух и зрение.
- Ослабляются функции головного мозга и других органов.
- Иммунная система работает уже не так эффективно, возможно ухудшение кратковременной памяти. Обычно люди в этом возрасте ведут относительно активный образ жизни, но возможности их значительно ограничены.

# Старение человека 80 лет и старше

- Физические функции продолжают снижаться, очень часто появляются артриты, а умственная деятельность снижается вследствие склероза.

# психические и психологические особенности старения

- Изменения социальной ситуации развития с выходом на пенсию
- Изменение статуса пожилого организма
- Начало кризисного этапа

# Адаптация к процессу старения

- По замкнутому кругу (на себя): снижение интересов, снижение социальных контактов; чувство неполноценности; снижение эмоционального контроля
- Адаптивная стратегия(принятие новой социальной роли): поддержание социальных связей; передача опыта; творческое самовыражение; связь с молодым поколением.

# Личностные особенности старения

1. Конструктивный тип
2. Зависимый тип
3. Защитный тип
4. Агрессивно-обвинительный тип.
5. Самообвинительный тип

Спасибо за внимание