

# I. Периодизации развития

Пифагор (IV в. до н.э.)	Мыслители древнего Китая
1. Становление - «весна» (0-20)	1. Молодость (0-20)
2. Молодость - «лето» (20-40)	2. Вступление в брак (20-30)
3. Расцвет сил - «осень» (40-60)	3. Выполнение общественных обязанностей (30-40)
4. Увядание - «зима» (60-80)	4. Познание заблуждений (40-50)
	5. Творческая жизнь (50-60)
	6. Желанный возраст (60-70)
	7. Старость (после 70)

# Художественная литература

Чехов, Гоголь, Пушкин - от 40 лет

Соломон 7x10 - ослабление в 10 седмице

Шекспир - 7 x 7

Только для мужчин

# 1840 г. - Российская энциклопедия

1. 3,5 года
2. 7 лет
3. 10 лет
4. 17 лет
5. 21 год
6. 28 лет
7. 35 лет
8. 39 лет
9. 42 года
10. 45 лет
11. 49 лет

## Советские демографы

- дорабочий, рабочий, послерабочий.

*Рабочий:*

юность (16-24)

зрелость (25-44)

поздняя зрелость (45-59)

*Послерабочий:*

пожилой возраст (60-69)

ранняя старость (70-79)

глубокая старость — после 80

# Европейское региональное бюро ВОЗ

*пожилой возраст -*

*у мужчин - с 60 до 74 лет,*

*у женщин - с 55 до 74 лет*

*старость - с 75 лет*

*долгожители - 90 лет +*

# Международный классификатор возрастов

- Средний возраст (45-64)
- Ранний период старости (65-74)
- Старость (после 75)

# Периодизация Н.С. Пряжникова

- I. Предпенсионный возраст (примерно с 55 лет до выхода на пенсию)
- II. Период выхода на пенсию (первые годы после выхода на пенсию)
- III. Период собственно старости (через несколько лет после выхода на пенсию и до момента серьезного ухудшения здоровья)
- IV. Долгожительство в условиях ухудшения состояния здоровья
- V. Долгожительство при относительно хорошем здоровье

# II.

## Сенсорная сфера

- Слух
- Зрение
- Обоняние
- Вкус
- Осязание
- Болевой и температурный порог
- Чувство времени и пространства



**III.**

**1. Интеллект**



-demotivation.me

ГОВОРЯТ МЕДВЕДЕВ ЗАВЕЛ

блох в свитере...



Парадокс Девея

# Интеллект

```
graph TD; A[Интеллект] --- B[Кристаллизованный (тесты на значение слов и общую осведомленность)]; A --- C[Подвижный (тесты на мышление и оперативность)]; A --- D["G-интеллект (IQ - тестирование)"];
```

Кристаллизованный (тесты на значение слов и общую осведомленность)

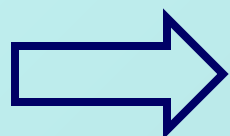
Подвижный (тесты на мышление и оперативность)

G-интеллект (IQ - тестирование)

# G-интеллект

1. Поперечные исследования - «-» эффект когорты
2. Лонгитюдные исследования - «-» эффект отсева
3. Перекрестное исследование

	Тест 1	Тест 2	Тест 3	Тест 4
Гр. 1	50	57	64	71
Гр. 2	57	64	71	78
Гр. 3	64	71	78	85
Гр. 4	71	78	85	92



снижается с 70 лет

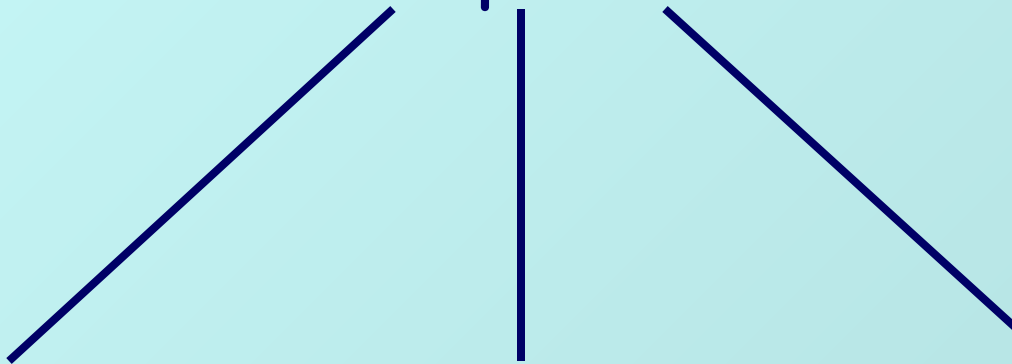
1. IQ - ?

2. Теория неупотребления

3. Модель последнего спада

# Творческие способности

Кирпич



**Мудрость** — это экспертная система знаний, ориентированная на практическую сторону жизни и позволяющая выносить взвешенные суждения по жизненно важным вопросам

1. фактуальные знания	1. связана с решением важных и сложных вопросов
2. процедурные знания	2. уровень знаний и суждений исключительно высок
3. контекстуальные знания	3. знания широки, глубоки и сбалансированы и могут применяться в ряде ситуаций
4. знание жизненных ценностей	
5. принятие изменчивости жизни	4. сочетает в себе интеллект и нравственность



# Первичная и вторичная память - const

1. Сложность разбития информации
2. Сложность сочетания операций
3. Влияние внешних раздражителей
4. Необходимость тщательного инструктирования
5. Внутренний протест против бессмыслицы

Третичная память - const

# «Свидетельства очевидцев»

<u>Дети</u>	<u>Взрослые</u>	<u>Пожилые</u>
	<b>Общие события</b>	
+	+	+
<b>Ответы на «правильные»</b>		<b>вопросы</b>
+/-	+	+/-
<b>Ответы на «обманчивые»</b>		<b>вопросы</b>
-	+	+
<b>Локализация информации</b>		
+/-	+	-

В воспроизведении текста  
возрастных различий  
практически нет

Лингвистические изменения

Скорость чтения ↓ до 50%

Изменение читательских пристрастий

Слуховая память ↓

Зрительная память - constanta

Смысловая память - constanta

Образная память ↓

# Автобиографическая память

1. Не всегда проверяема
2. Отличия в описании событий можно найти в любой возрастной группе
3. Пик воспоминаний на период 10-30 лет
4. Минимум воспоминаний - раннее детство

# Память о намерениях

«Функция памяти не в том, чтобы помнить прошлое, а в том, чтобы планировать будущее»

Э. Пери

- Пожилые даже превосходят молодых
- Если требуется четкая последовательность действий, то результаты пожилых снижаются

<b>а</b>	<b>г</b>	<b>ж</b>
<b>б</b>	<b>д</b>	<b>з</b>
<b>в</b>	<b>е</b>	<b>и</b>

<b>к .</b>	<b>л .</b>	<b>м .</b>
<b>· н</b>	<b>· о</b>	<b>· п</b>
<b>· р</b>	<b>· с</b>	<b>· т</b>

**у**  
**ф**      **х**  
**ц**

**ч**  
**ш**    **· · ·**    **я**  
**ю**

# I Эмоциональная сфера

V.

- Неконтролируемое усиление аффективных реакций
- Уменьшение чуткости
  - Погружение в себя
- Снижение яркости впечатлений
  - ⇒ жизнь воспоминаниями
    - Страхи

## Мужчины

- Биологические страхи
- Страх потери самостоятельности

## Женщины

- Страх одиночества
- Страх стать обузой

## Защитные механизмы

1. уход в себя
2. осторожность
3. слезы и молитвы
4. проекция страхов на других



# Отношение к смерти

Боязнь не смерти как результата, а  
умирания как процесса

## Стадии

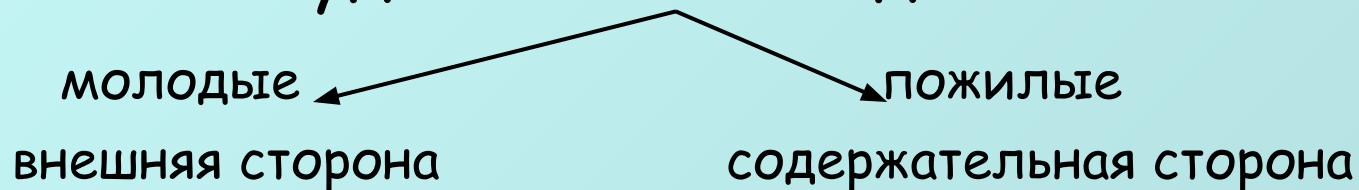
1. Отрицание
  2. Гнев
  3. Торг
  4. Депрессия
  5. Принятие смерти
- } кризисные стадии  
(цикличность)

# Мотивационная сфера

60-70 лет - const. - самореализация,  
участие, созидание

70-80 лет -

- поддержание физического состояния,
- хобби, познавательный интерес
- «избегание неудач» - «мотив достижений»



- перспективное планирование
- мотивация творческой деятельности

От 80 лет - позитивное внимание, общение

Мотивация творческой  
деятельности

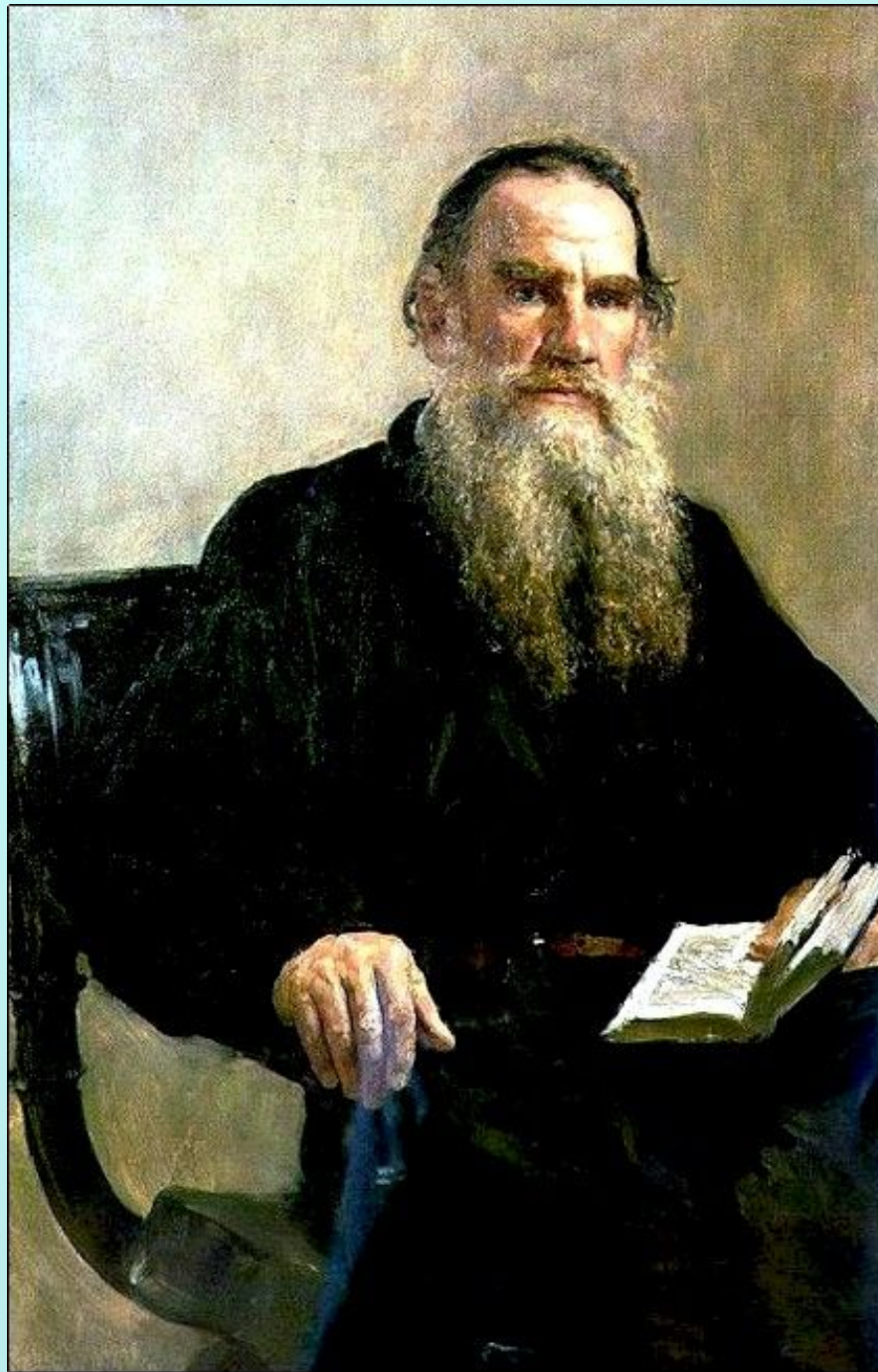
«Ни один ленивец не  
дожил до глубокой  
старости»

Гуфеланд

1.



2.



3.



4.

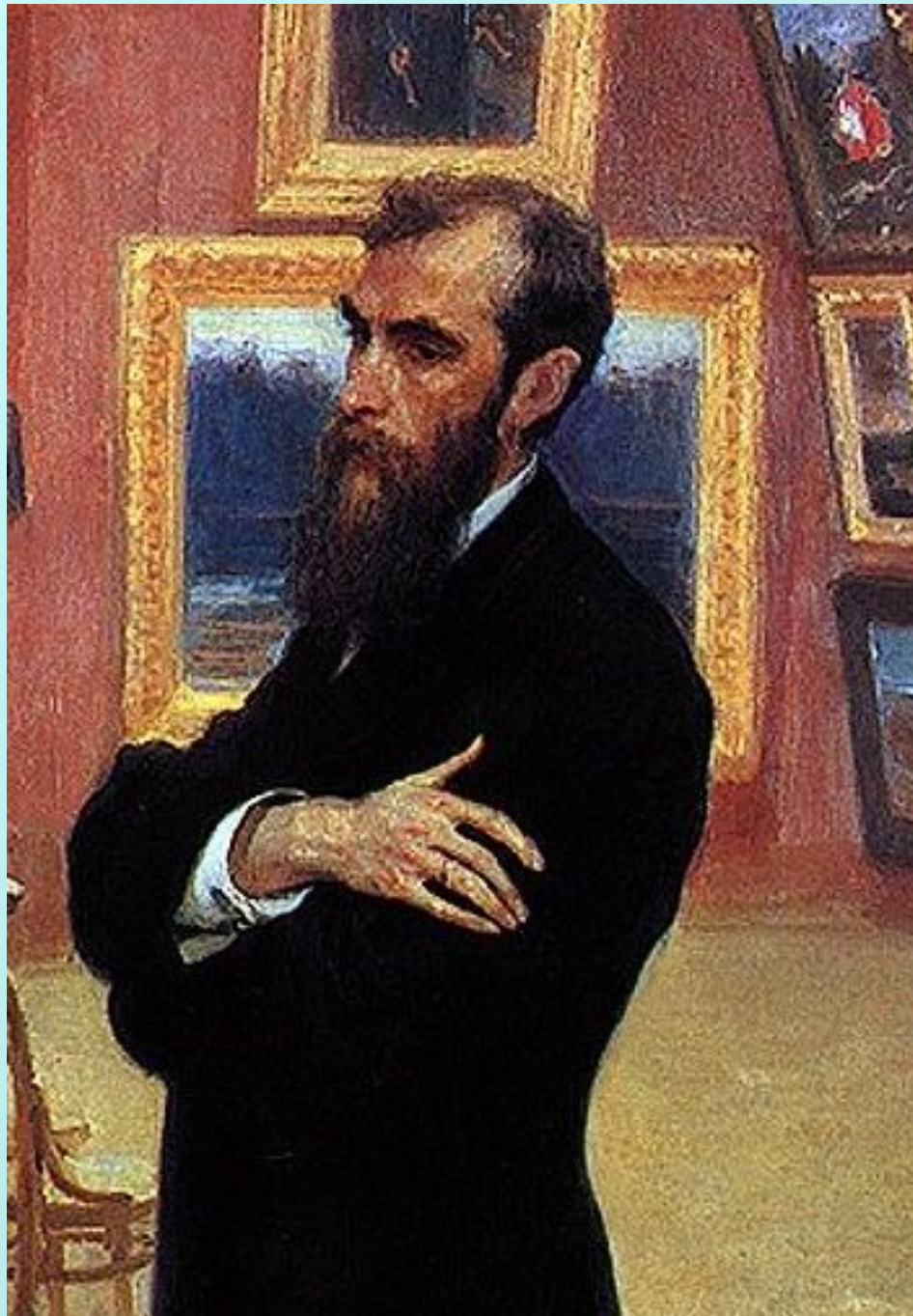


5.

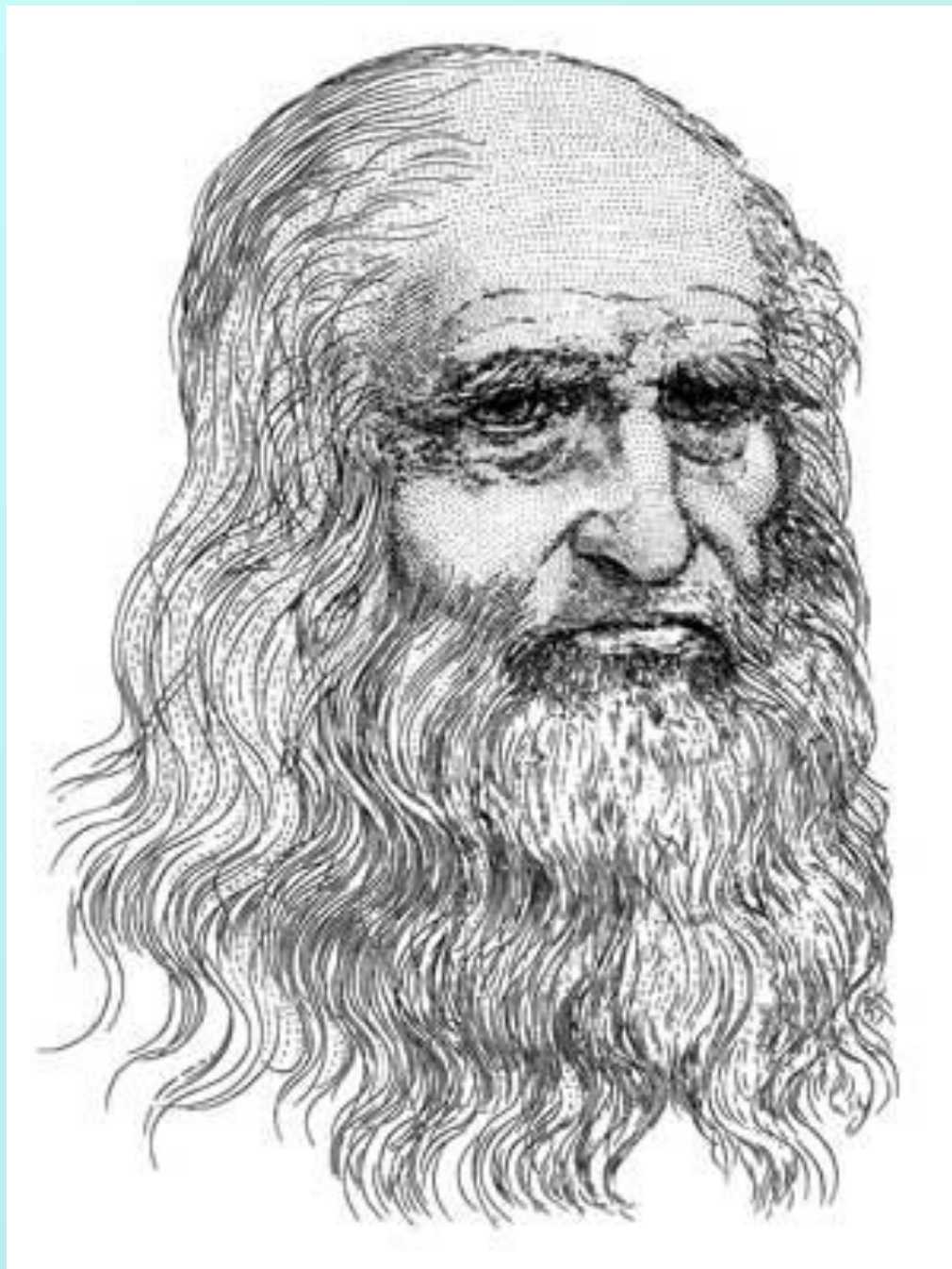




6.



7.



8.



9.



10.



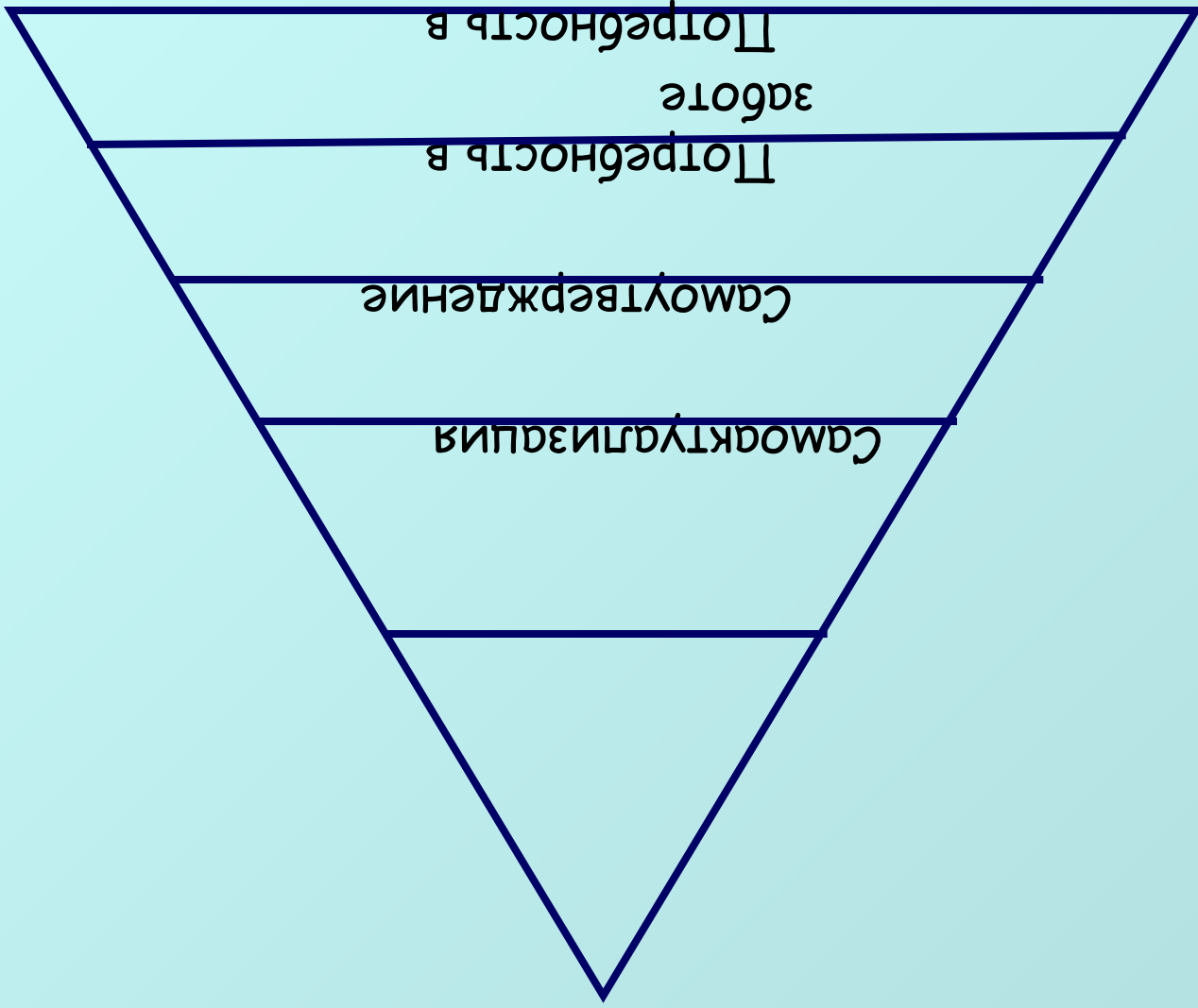
11.



12.



# Модель В.В. Болтенко



самосохранении  
Витальные



# **Типология пожилых людей, в зависимости от преобладающих мотивов (А.Качкин)**

- 1. Семейный**
- 2. Одинокий**
- 3. Творческий**
- 4. Социальный**
- 5. Политический**
- 6. Религиозный.**
- 7. Больной**
- 8. Угасающий**

# V. Ядро личности - const

## Я - концепция

1. Адекватная (экстраверт)
2. Пессимистическая  
(интраверт)
3. Излишне оптимистическая  
(негативист)

Persuasive Mirror



today




▼ January 2008  
... continuous smoking



# Отношение к старости

- **конструктивное отношение** (стареющий человек внутренне уравновешен)
- **отношение зависимости** (безоговорочное подчинение кому-либо или обстоятельствам)
- **оборонительное отношение** (преувеличенная эмоциональная сдержанность и неохотное принятие помощи от других)
- **враждебное отношение к старости** (не вполне адекватная оценка действительности)
- **враждебное отношение к самому себе**

# Поведенческие особенности

1. Сужение физического мира
2. Привязанность к вещам
3. Утраты
4. Интерес к религии
5. Нарушение интимности
6. Эксцентричность
7. Необоснованность доверия и недоверия
8. Риски 
  - S агрессии
  - O агрессии
  - суицидальные модели поведения