

PSYCHOLOGICZNY KONTEKST ANGAŻOWANIA SIĘ SENIORÓW W AKTYWNE FORMY EDUKACJI



Dr Andrzej Zbonikowski
Katedra Psychologii
AHE w Łodzi

PLAN WYSTĄPIENIA

- 1) Późna dorosłość jako stadium (stadia) rozwoju
- 2) Specyfika rozwojowa późnej dorosłości
- 3) Aktywne formy edukacji
- 4) Uwarunkowania angażowania się w aktywną edukację
- 5) Rekomendacje

PÓŻNA DOROSŁOŚĆ JAKO STADIUM (STADIA) ROZWOJU

- ◉ Problem markerów późnej dorosłości
- ◉ Problem niejednorodności rozwojowej późnej dorosłości

◉ **Periodyzacja:**

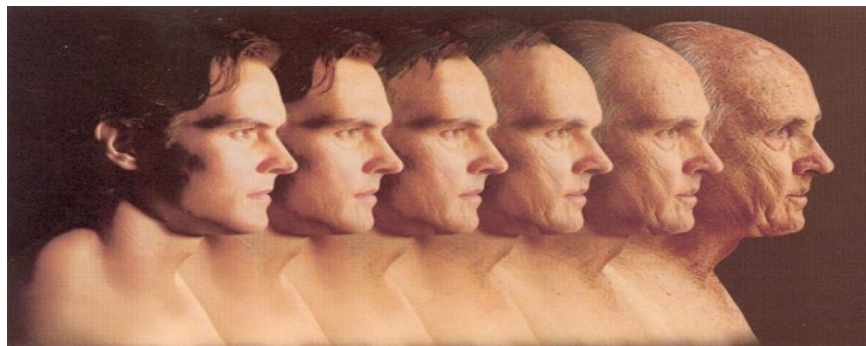
- Wczesna starość: 60./65. r.ż. - 75. r.ż.
- Średnia starość: 76. - 85. r.ż.
- Późna starość: 85. r.ż.

ZADANIA ROZWOJOWE PÓŹNEJ DOROSŁOŚCI

- ◉ Zagospodarowanie wolności



- ◉ Adaptacja do strat



IDEA OPTYMALNEGO STARZENIA SIĘ

- **Pomyślne (optymalnego) starzenie się:**
 - długie życie,
 - zdrowie w wielu wymiarach,
 - kompetencje społeczne i produktywność,
 - wysoki poziom funkcjonowania poznawczego,
 - osobista kontrola własnego życia i satysfakcja życiowa.



MODEL OPTYMALNEGO STARZENIA SIĘ

- ◉ **Model Selektywnej Optymalizacji i Kompensacji (SOC) Baltesa i Baltes (1993):**
 - **Selektywna optymalizacja:** wybór obszarów, dla których utrzymana zostaje wysoka sprawność, przy jednoczesnej rezygnacji z utrzymywania równie wysokiego poziomu funkcjonowania w innych obszarach
 - **Kompensacja:** rozwój mechanizmów wyrównujących

OPTYMALNE STARZENIE SIĘ W UJĘCIU TRIADOWYM

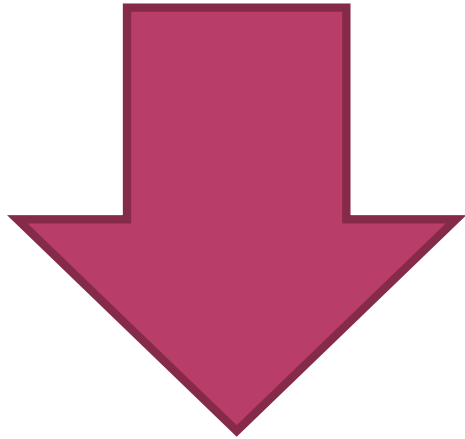
- ◉ Selektywna optymalizacja
- ◉ Kompensacja
- ◉ **Nowe jakościowo zjawiska rozwojowe
ułatwiające adaptację**



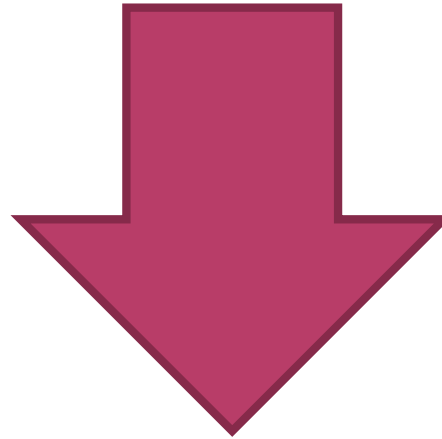
AKTYWNE FORMY EDUKACJI

- **Formy aktywizujące w zakresie metodyki kształcenia:**
 - wykłady i prelekcje konwersatoryjne, panele dyskusyjne,
 - aktywizujące metody dydaktyczne oparte na doświadczeniu,
 - formy artystyczne - plastyczne, muzyczne, teatralne,
 - formy aktywności nastawionej na rozwój osobisty,
 - formy wykorzystujące nowe media; e-learning.

UWARUNKOWANIA ANGAŻOWANIA SIĘ W AKTYWNA EDUKACJĘ



poznawcze



motywacyjne

UWARUNKOWANIA POZNAWCZE

◉ **Wczesna starość 60-74 r.ż.**

- nieznaczne osłabienie uwagi
- spadek inteligencji płynnej
- lekkie osłabienie pamięci epizodycznej
- wzrost inteligencji skryzalizowanej
- dobra pamięć semantyczna
- dobre rozumienie języka naturalnego
- wysoki poziom myślenia dialektycznego
- mądrość praktyczna

UWARUNKOWANIA POZNAWCZE

- ◎ **Starość zaawansowana (średnia) 75-84 r.ż.**
 - postępujące osłabienie uwagi (podzielności, selektywności, koncentracji)
 - dalsze osłabienie pamięci epizodycznej
 - nieznaczny spadek rozumienia języka
 - dobra pamięć semantyczna (zależna od aktywności)
 - dobre sprawności myślenia dialektycznego i integralne rozumienie rzeczywistości

UWARUNKOWANIA POZNAWCZE

- ◎ **Starość późna 85 r.ż.**

- dalsze zmiany poznawcze, zależnie od aktywności i stanu zdrowia
- możliwy regres obu form inteligencji

UWARUNKOWANIA MOTYWACYJNE

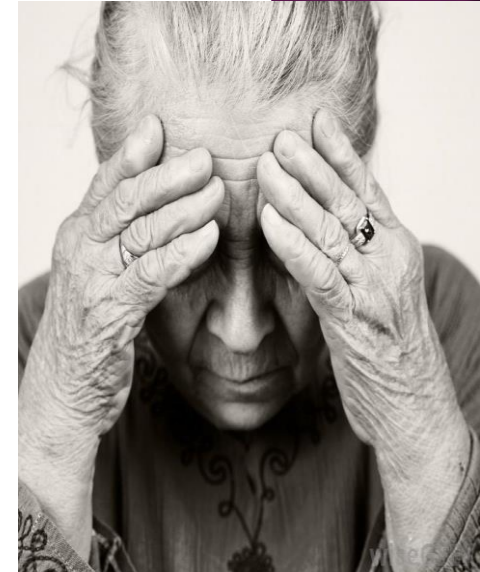
◉ Stymulatory podejmowania aktywności edukacyjnej

- zagospodarowanie czasu wolnego,
- wypracowanie nowego stylu życia na emeryturze
- podejmowanie aktywności społecznej
- wsparcie poczucie własnej wartości, potrzeba osiągnięć
- edukacja zdrowotna, rehabilitacja
- działania transgresyjne (nowe jakościowo zjawiska rozwojowe ułatwiające adaptację)
- wzrost motywacji do samorozwoju
- gerotranscendencja

UWARUNKOWANIA MOTYWACYJNE

◉ Inhibitory podejmowania aktywności edukacyjnej

- niska żywotność; choroby
- niska otwartość na doświadczenie,
- domocentryczny styl starzenia się,
- trudności w wypracowaniu aktywnego stylu życia w starości
- lęk przed nowymi formami aktywności
(niekorzystne doświadczenia, brak stymulacji społecznej, obawa przed porażką)



REKOMENDACJE - JAK WSPIERAĆ MOTYWACJE DO ANGAŻOWANIA SIĘ W AKTYWNE FORMY EDUKACYJNE

- ⊙ uwzględnianie **wiedzy o specyfice** późnej starości
- ⊙ wrażliwość na **ograniczenia poznawcze** (średnia starość) i **postawy lękowe** wobec nowości
- ⊙ podejmowanie działań w aurze **poczucia bezpieczeństwa**
- ⊙ wskazywanie na nową aktywność jako możliwość **zaspokojenia potrzeb** (sens życia, potrzeba szacunku, samorealizacji)

REKOMENDACJE - JAK WSPIERAĆ MOTYWACJE DO ANGAŻOWANIA SIĘ W AKTYWNE FORMY EDUKACYJNE

- stwarzanie poczucia bycia ważnym, potrzebnym, kompetentnym,
- prowadzenie działań wspierających adaptację - edukacja zdrowotna: prozdrowotna oraz pozwalająca rozumieć zmiany w zdrowiu
- NOWE formy - proces transgresji, budowania nowej struktury osobowej dostosowanej do zmieniającej się sytuacji egzystencjalnej



Dziękuję za uwagę.

