

### 3. TÉTEL

#### 1. Az idős korú ember pszichés jellemzői

Az öregség, vagy öregedés, nem betegség, vagy állapot, hanem az ember életében végbemenő természetes folyamat, mely testi, lelki és szociális veszteséggel jár.

Egészségi változások/veszteségek:

- kialakulhatnak krónikus betegségek
- deficit modell: kihullik, elkopik, csökken, elvész, lelassul, megfogyatkozik. Ezek a fizikai veszteségek.

Okai:

- az izmok súlya és ereje 30 éves kortól csökken. 90 éves korig elérheti a 30%-ot
- az idegrostok száma az idegtörzsben megfogyatkozik
- az agy súlya az átlagos 1400 gr-ról, 1060 gr-ra csökkenhet
- a vese kiválasztó egységei felére csökkennek
- romlik a látás, hallás (az izmok rugalmatlansága, vagy egyéb betegség miatt)
- a tüdő vitálkapacitása 75 éves korra átlagosan a felére csökken
- a testben áramló vér mennyisége a felére csökken
- a stressz feldolgozása lelassul és mindinkább pontatlanná válik
- a sejtek folyamatosan elhalnak, a sejtek, szövetek működésemegváltozik

Idős kor felosztása szakaszonként:

- 50-60: áthajlás kora
- 60-75: öregedés
- 75-90: öreg kor
- 90- 100: aggkor
- 100- ...: matuzsálem

Pozitív tényezők:

- bölcsebbé, tapasztaltabbá válhat
- önzetlenebbé válhat
- önmagára találhat, megbékélhet magával és a világgal
- nagyszülőség örömei

Lelki (mentális) veszteségek:

- a lelki folyamatok torzulhatnak, a testi-lelki egyensúly felborulhat
- tartós magány alakulhat ki
- izolálódhat a személy
- gyászreakciók elhúzódhatnak, komplikált gyász alakulhat ki

Szociális veszteségek:

- családi/társas kapcsolati meggyengülhetnek (veszteségek)
- jövedelme csökken
- lakókörnyezet változik, vagy az ő változása miatt válik problémássá (pl. nincs lift a házban és ő a negyediken lakik)
- gyakoribbá válhat a krízis és vészhelyzet

## 2. A szükségletek változása idős korban

Az aktív éveket felváltja a passzív életforma, vagyis nyugdíjba vonul az idős ember. Ezzel a napjai struktúrája megváltozik. Nem kell minden nap munkába indulnia, kilép a munkatársi közösségből, az élete átalakul. Ahogy testi, lelki szociális állapota romlik, szükségletei úgy változnak. Hiánnyá alakulnak.

Itt a Maslow piramis szerint sorold fel a szükségleteket és mondd el, miben szorulhat segítségre.

3. Fontos, hogy a **BIZTONSÁG átveszi a vezetést!** Mindenben az lesz a legfontosabb!
4. **Kapcsolati** szükségletek: szűkül és a család szerepe előtérbe kerül.
5. **Kiszolgáltatottság:** ahogy a szükségletek hiánnyá alakulnak, egyre több dologban szorul az idős ember segítségre. Ez pedig kiszolgáltatottá teszi őt. A személyre szabott bánásmód, a tisztelet és szeretet kompenzálhatja ezt az érzést.
6. **A szerepek** változása idős korban

A szerep, az egyénnel szemben megnyilvánuló társadalmi elvárásoknak, normáknak az összessége, illetve az ennek megfelelő magatartás. Eredet szerint lehet kapott, vagy szerzett. Az egyénhez egyidejűleg több szerep is tartozik, ezért minden ember sajátos szerepkészlettel rendelkezik.

Az idős ember nehezen éli meg szerepeinek változását, főleg, ha ez a társadalmi presztizs elvesztésével is jár. Pl. a gyárigazgató, csak a ketteske lesz a kórházi ágyon. Fontos, hogy új, fontos szerepek alakuljanak ki. Pl. nagyszülő

## 7. Szükséglet felmérés módszerei:

- interjú
- kérdőív
- környezettanulmány
- kikérdezés
- ecomap
- genogram

## 8. A családi kapcsolatok feltérképezésének módja: GENOGRAM

Strukturális diagram, mely a család 3-4 generációjának kapcsolatrendszerét ábrázolja. NEM családfa, hanem az érzelmi kapcsolatokat, mintákat követi. Szimbólumokat használ, terápiás helyzetben használják. Nem a mi kompetenciánk.