



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

PSIHOLOŠKE PROCJENE STARIJIH – RAZLOZI?

PSIHOLOGIJA STARENJA
MEDICINSKI RAZLOZI
INDEKSI PROCJENE

Jelena Šego, dipl.med.techn.



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge “Žena”

Organizacija radionice sufinancirana je u okviru Operativnog programa Učinkoviti ljudski potencijali iz Europskog socijalnog fonda.



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

PSIHOLOGIJA STARENJA

- DIO RAZVOJNE PSIHOLGIJE ILI PSIHOLOGIJE CJELOŽIVOTNOG RAZVOJA,
BAVI SE PROUČAVANJEM PSIHIČKIH PROMJENA U FUNKICIJI DOBI.

ŠTO PROUČAVA?

PROMJENE koje se starenjem javljaju u **KOGNITIVNIM I IZVRŠNIM FUNKCIJAMA,**
EMOCIJAMA, MOTIVACIJI, TE U SOCIJALNIM ODNOSIMA.

ZAŠTO SE POVEĆALO ZANIMANJE ZA ISTRAŽIVANJE PROMJENA KOJE NOSI PROCES STARENJA?

**ZBOG PRODUŽAVANJA ŽIVOTNOG VIJEKA = SVE VEĆI UDIO
STARIJIH LJUDI U STANOVNOŠTVU = ZAJEDNICI**



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI**



**UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI**

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS
Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

CILJEVI PSIHOLOGIJE STARENJA

1. OBJASNITI ZAKONITOSTI STARENJA
2. RAZVITI ISTRAŽIVAČKE METODE ZA PROUČAVANJE PROCESA STARENJA I STAROSTI
3. PRIMJENA ZNANJA O STARENJU I STAROSTI S CILJEM UMANJIVANJA NEPOVOLJNIH UČINAKA STARENJA TJ. JAČATI KVALITETU ŽIVOTA STAROSTI



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

STAROST

- Posljednje razvojno razdoblje u životnom vijeku a može se definirati prema

1. KRONOLOŠKOJ DOBI
2. SOCIJALNIM ULOGAMA
3. FUNKCIONALNOM STATUSU



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS
Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

STAROST II

- U RAZVOJNOJ PSIHOLOGIJI OVO SE RAZDOBLJE OZNAČAVA/ ZOVE
KASNA ODRASLA DOB
 - *KRONOLOŠKI DONJA GRANICA DOBI OD 60 ili 65 godina*
 - Dob promjena **SOCIJALNIH ULOGA** (npr. Odlazak u mirovinu)
 - Dob promjena **FUNKCIONALNOG STATUSA** – *individualne razlike* –
 - *SMANJENA TJELESNA SNAGA I SLABIJE ZDRAVLJE*



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI**



**UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI**



PONOS
Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

TEORIJE STARENJA

A. BIOLOŠKE

-teorije ukazuju kako je starenje UGRAĐENO U GENETSKI SUSTAV

Genetski plan starenja

aktiviranje reproduktivne zrelosti

varijable iz okoline (bolesti, ozljede)



GENETIKA (ipak) ODREĐUJE MAKSIMUM



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI



PONOS
Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

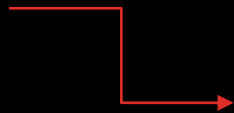
EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

TEORIJE STARENJA

B. SOCIOLOŠKE

- objašnjavaju promjene u odnosu pojedinca i društva pri starenju

UTJECAJ



DRUŠTVA



KULTURE

PROMJENE



U SOCIJALNIM ULOGAMA



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI



PONOS
Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

TEORIJE STARENJA

C. PSIHOLOŠKE

-opisuju stadije ljudskog razvoja u kojima svaki ima svoje

IZAZOVE I KRIZE

POTREBNA PRILAGODBA

→
ZA USPOSTAVLJANJE ZADOVOLJAVAJUĆIH UVJETA ŽIVOTA



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

STAVOVI I PREDRASUDE O STARIJIM LJUDIMA

- PRIMJER ISTRAŽIVANJA – Sveučilište u Zadru (2004.) – studenti slobodno navodili mišljenje o starijim ljudima
- 56% - SENILNI
- 52%- ČANGRIZAVI
- 38%- DOSADNI
- 23%- BOLESNI
- 15%- USPORENI I NOSTALGIČNI
- 12%- ZABORAVNI
- 10%- ZABORAVNI I PREOSJETLJIVI
- 18%- MUDRI
- 18%- ISKUSNI



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

STAVOVI I PREDRASUDE O STARIJIM LJUDIMA

- Većina istraživanja ukazuju na **NEGATIVNE STAVOVE** prema starosti
- **STAVOVI SE ODRAŽAVAJU U PONAŠANJU PREMA STARIJIMA!**
- **NESVJESNO UTJEČEMO NA PONAŠANJE STARIJIH LJUDI**
 - **REZULTAT:** gubitak samopoštovanja, pad motivacije i

gubitak vjere u vlastite sposobnosti;





PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

PSIHOGERIJARIJA

- GRANA PSIHIJARIJE koja se bavi:
 - PREVENCIJOM
 - DIJAGNOSTIKOM
 - LIJEČENJEM psihičkih poremećaja u satrijoj dobi
- CILJ: HUMANI PRINCIP DRUŠTVA – poštivanje i uvazavanje starijih unatoč njihovoj smanjenoj snazi



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI



PONOS
Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

PSIHIČKI POREMEĆAJI U MORBIDITETU STARIJIH – 30%

- Prisutnost psihičkih poremećaja u osoba starijih od 65 godina iznose 30%
- **NAJČEŠĆE SU TO:**
 1. Depresivni poremećaj
 2. Anksiozni poremećaj
 3. Demencije
 4. Paranoidni i psihotični poremećaji
 5. Psihoorganski poremećaj – posljedica somatskih i psihičkih poremećaja



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

INTERVENCIJE 1

Prema sposobnostima i interesima:

1. KVALITETNA ORGANIZACIJA SLOBODNOG VREMENA
2. PRONALAZENJE ADEKVATNE AKTIVNOSTI
3. NJEGOVANJE SAMOPOŠTOVANJA I POZITIVNOG STAVA



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI**



**UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI**

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS
Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

INTERVENCIJE 2

- **PSIHOFARMAKOTERAPIJA** – OVISNO O KLINIČKOJ SLICI I SIMPTOMATOLOGIJI

1. ANTIDEPRESIVI
2. ANTIPSOHOTICI
3. SEDATIVI

OPRERZNO I INDIVIDUALIZIRANO DOZIRANJE!!!



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

INTERVENCIJE 3

• KAKO KOMUNICIRATI S DEMENTNOM OSOBOM?

1. Kroz nekoliko susreta/ duži vremenski period procijeniti opće stanje i funkcioniranje
2. Komunicirati u prostoru gdje se osoba osjeća najugodnije; započeti neformalan razgovor kako bi se klijent i skrbnik/obitelj opustili
3. Stručna osoba mora poticati klijenta da sam izrazi svoje želje, opiše kako se osjeća (...)
4. Procjena se čini na **TEMELJU ONOGA ŠTO OSOBA MOŽE (umjesto onoga što ne može)**
5. Prikupiti što više podataka, voditi bilješke – kako bi bile dostupne članovima multidisciplinarnog tima

ZAŠTO PSIHOLOŠKI PROCJENJUJEMO STARIJE OSOBE?

- Mjerenje stanja i promjena funkcija: motoričkih, kognitivnih
- Rano otkrivanje demencija – AD i drugih
- Utvrđivanje kognitivnih deficita i praćenje promjena u demenciji
- Razlikovanje depresije od demencije
- Praćenje reakcija na intervencije: psihološke, lijekove, vježbanje
- Utvrđivanje tretmana primjerenih osobi
- Utvrđivanje usluga i skrbi primjerenih osobi
- Informiranje osobe i skrbnika o procjenama i savjetovanje o daljnjim postupcima
- Vrednovanje učinkovitosti usluga za osobu i skrbnika

REZULTAT PROCJENE 1- PROMJENE U TJELESNIM SPOSOBNOSTIMA

- Živčani sustav (odumiranje stanica, usporenost)
- Krvožilni sustav (srce, žile, tlak)
- Dišni sustav (kapacitet pluća)
- Koštano mišićni sustav (slabe mišići, kosti, zglobovi)
- Koža (manja elastičnost, masno tkivo, pjege, kosa)
- Mokraćni sustav (filtriranje, učestalost)
- Probavni sustav (aktivnost, apsorpcija)
- Sustav žlijezda s unutarnjim izlučivanjem (hormoni)
- Imunološki sustav slabi, autoimune reakcije jačaju
- Spolni sustav (razlika žene-muškarci)
- Metabolizam (usporen)

REZULTAT PROCJENE 2- PROMJENE U OSJETILIMA (SPOSOBNOSTIMA)

OSJETILO VIDA: suženje zjenice, leća, vidno polje, mrena

OSJETILO SLUHA: okoštavanje 3 kosti, visoki tonovi, buka, ravnoteža

OSJETILA OKUSA I MIRISA: manje osjetnih kvržica na jeziku, slabija 4 okusa, slabi miris

OSJETILO DODIRA: slabi jače na stopalima, nego na ruci

OSJET BOLI: prag boli veći, veća tolerancija na bol

REZULTAT PROCJENE 3- PROMJENE U MOTORIČKIM SPOSOBNOSTIMA

- **Funkcionalna sposobnost** - sposobnost samozbrinjavanja
- Motoričke vještine usporavaju se s godinama, oslabljen osjećaj za ravnotežu, usporenost u reagiranju, bolesti.
- Nauče kompenzirati pomagalicama, povećanom pažnjom i uzimanjem dovoljno vremena za obavljanje aktivnosti.
- Procjena funkcionalne sposobnosti – temelj odluke je li starijoj osobi potrebno osigurati pomoć.

INDEKSI DNEVNIH TJELESNIH AKTIVNOSTI – ADL – IADL

PROCJENA FUNKCIONALNE SPOSOBNOSTI- SAMOZBRINJANJA:

- ▣ **ADL** - indeks dnevnih aktivnosti : održavanje sebe i kućanstva
- *npr.: hranjenje, pranje, oblačenje, hodanje*
- ▣ **IADL** - Instrumentalni indeks dnevnih aktivnosti: funkcioniranje izvan kuće
- *npr.: baratanje novcem, kupovanje, korištenje javnog prijevoza, tehničkih pomagala (mobitel, kućanski aparati i sl.)*

FUNKCIONALANA SPOSOBNOST

- Indeks dnevnih aktivnosti – **ADL** (*Shanas et al., 1968, Defilipis i Havelka, 1984*)
- Procjenjuje se stupanj neovisnosti u izvođenju svake od 14 aktivnosti
- na ljestvici od 4 stupnja;
- ukupni raspon je od 14-56 bodova;
- viši rezultat pokazuje bolju funkcionalnu sposobnost.
- Može se analizirati prema pojedinim skupinama aktivnosti – unutar kuće, van kuće, i sl.
- Kratak i pogodan za primjenu u anketnim ispitivanjima

ADL

Možete li obaviti ove aktivnosti:

	1. Ne može uopće	2. Samo uz nečiju pomoć	3. Teško, ali bez ičije pomoći	4. Bez poteškoća
Kretati se po vani	1	2	3	4
Šetati po sobama	1	2	3	4
Koristiti stepenice	1	2	3	4
Hodati barem 400 m	1	2	3	4
Nositi nešto teško (npr. torbu od 5 kg) 100m	1	2	3	4
Koristiti zahod	1	2	3	4
Prati se i kupati	1	2	3	4
Oblačiti i svlačiti se	1	2	3	4
Ući i izaći iz kreveta	1	2	3	4
Sami sebi kuhati	1	2	3	4
Sami jesti	1	2	3	4
Rezati si nokte na nogama	1	2	3	4
Obavljati lakše kućne poslove (prati suđe, pomesti pod i sl.)	1	2	3	4
Obavljati teže kućne poslove (pranje prozora, podova, veliko spremanje)	1	2	3	4

PSIHOLOŠKE PROCJENE- RAZLOZI 1

- **MEDICINSKI** – kvalitetna anamneza – etiologija- klinička slika – dijagnoza
- **PLANIRANJE SKRBI**- procjena stanja i potreba – cilj- jasno postavljen plan- evaluacija rezultata
- Uključivanje svih dostupnih sudionika

PSIHOLOŠKE PROCJENE- RAZLOZI 2

- **Cilj= CJELOVITA SKRB**

1. PREVENTIVNO DJELOVANJE U LOKALNOJ ZAJEDNICI (povećanje kvalitete života)
2. PRUŽANJE SKRBI U DOMU- ideja što dužeg ostanka u vl. domu
3. UKLJUČIVANJE DOPUNSKIH USLUGA DOSTUPNIH U ZAJEDNICI –poludnevni ili cjelodnevni boravak za osobe koje ne mogu biti same
4. SMJEŠTAJ U DOM ZA STARIJE OSOBE
5. IZVANINSTITUCIONALNA SKRB – savjetovaništa, posjete članova udruga, volontera i sl.