

Prikaz knjige

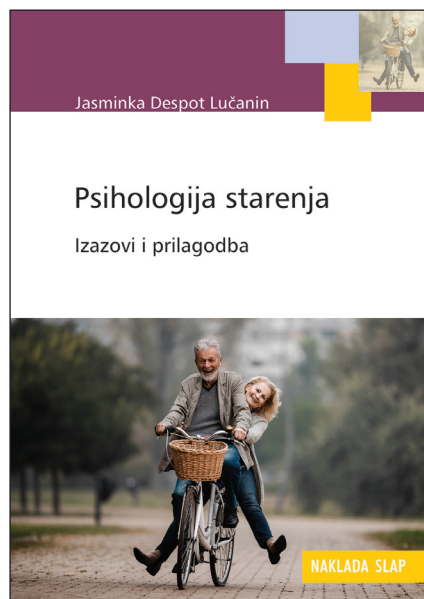
Jasminka Despot Lučanin

Psihologija starenja – izazovi i prilagodba

Jastrebarsko, Naklada Slap, 2022., 384 str.,
format 17,5 × 24,5 cm, tvrdi uvez

U sadržaju ove nedavno objavljene knjige ogleđa se bogato životno iskustvo vođenja projekata i prenošenja znanja iz područja psihologije starenja, glavnoga znanstvenog interesa autorice prof. dr. sc. Jasminke Despot Lučanin. Na 349 stranica sažete su spoznaje suvremenih znanstvenih istraživanja ovoga područja, potkrijepljene podacima iz 256 različitih izvora. Tematski je knjiga organizirana u tri veće cjeline, podijeljene u sedamnaest poglavlja.

Prva, uvodna cjelina – o starenju i starosti – daje opći i teorijski pregled područja i pojmova te metode istraživanja i psihološke procjene. Navode se razlozi i ciljevi proučavanja starenja i starosti te poučavanja o njima, područja primjene znanja, uspoređuju se predrasude i činjenice u kontekstu osobne i društvene slike o starijim osobama, s istaknutim ciljem prikaza činjenice da su starije osobe prilagodljive, znatizeljne i sposobnije nego što nam se obično čini; opisuje se demografsko starenje i njegove posljedice, s podacima na svjetskoj razini i u Hrvatskoj, a zatim starenje na individualnoj razini u društvenoj okolini i vremenu - tema za koju interes autorica potiče već u predgovoru, navodeći da je osobito zanimljivo što sve doprinosi nevjerojatnoj raznolikosti prilagodbe pojedinaca starenju. Prva cjelina obuhvaća i psihološke teorije i pristupe proučavanju starenja te njihovu primjenu, metode istraživanja



i psihološke procjene starijih osoba. Druga cjelina bavi se promjenama koje su očekivane u starosti, postupcima psihološke procjene namijenjenima za provjeru odstupanja od očekivanja; promjenama u sposobnostima starijih osoba kroz teme promjena u tjelesnim, osjetilnim i motoričkim sposobnostima te njihovom procjenom; promjenama kognitivnih sposobnosti, ličnosti, emocija i raspoloženja; promjenama u socijalnim odnosima i u kvaliteti života. Treća cjelina obrađuje primijenjenu psihologiju starenja kroz teme komunikacije, savjetovanja i psihoterapije starijih osoba, izvaninstitucijske i institucijske stručne skrbi, informacijskih i komunikacijskih tehnologija za starije osobe, ali i kraja životnog vijeka kroz odnos prema smrti, gubitak i tugovanje te, na samom kraju, temu starenja u budućnosti. Svako poglavlje prate praktične vježbe koje su dostupne i u digitalnom obliku kod nakladnika.

U predgovoru autorica napominje da je knjiga namijenjena studentima psihologije, ali i studentima drugih studija koji obrazuju stručnjake za rad s ljudima, stručnjacima koji pružaju stručne usluge starijim osobama i njihovim obiteljima. Knjiga je napisana u obliku udžbenika, ali nema sumnje da

svakome, bez obzira na struku, može biti koristan alat za spoznavanje vlastitoga iskustva razvoja i usporedbu s iskustvima drugih, prepoznavanje očekivanih promjena, a samim time i lakšu prilagodbu, za razvoj svijesti o vlastitom starenju i starenju općenito, o važnosti pravovremenog planiranja i nastojanja postizanja kvalitetnog starenja kroz brigu o sebi i svojim navikama. Po svojem sadržaju i oblikovanju knjiga je didaktički zaista izvrstan suvremeni sveučilišni udžbenik koji studentima nudi pregršt pitanja za ponavljanje, praktične vježbe na kraju svakog poglavlja i načine primjene rezultata znanstvenih istraživanja u svakodnevnim životnim situacijama. Način na koji su oblikovane vježbe jamči postizanje njihove svrhe u primjeni teorijskih temelja, razvoju vještina komunikacije i rada sa starijim

osobama, a prije svega razvoju senzibilnosti i razumijevanja za specifičnosti starije životne dobi. Dodatnu vrijednost knjizi daju iskazi stvarnih starijih osoba navedeni na početku svakog poglavlja i tematski vezani uz sadržaj koji slijedi.

Poznato je da svaka generacija ima neke svoje specifičnosti, ali i da je svim generacijama zajedničko da im često manjka razumijevanja za onu prethodnu ili onu iduću. Bogatstvo znanja i iskustva preneseno u Psihologiji starenja ima velik potencijal za povećanje razine razumijevanja za starije osobe kod čitatelja svih životnih dobi. To je istaknula i sama autorica citirajući iskustva svojih studenata koji su svjedočili o spoznavanju dubine mišljenja i raznovrsnosti iskustva starijih osoba, njihovoj otvorenosti prema mladima i znatiželji prema novome, kroz aktivnosti u nastavi kojima je propisana komunikacija sa starijim osobama, a koje su u ovom novom djelu dostupne za primjenu u različitim oblicima i na različitim razinama obrazovanja.

Dunja Jurić Vukelić