

ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ

Ορισμός: Είναι η ηλικιακή ύστερη, ώριμη βιολογικά, περίοδος του ανθρώπου, κατά την οποία οι δυνάμεις του εξασθενούν και η ιδέα του επικείμενου θανάτου δημιουργεί μια δυσάρεστη ψυχολογική κατάσταση σ' αυτόν, όσο ψυχικό σθένος και αν διαθέτει.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

A. ΘΕΤΙΚΑ

- ❖ Διαθέτουν πολλές εμπειρίες τις οποίες έδωσε η ζωή.
- ❖ Λειτουργούν περισσότερο με τη λογική παρά με το συναίσθημα, περιορίζοντας τα ιδιοτελή κίνητρα.
- ❖ Αντιμετωπίζουν τις δυσκολίες με το ρεαλισμό που απαιτείται, αποφεύγοντας τις ακραίες καταστάσεις.
- ❖ Διαδραματίζουν ρόλο καθοδηγητή απέναντι στους νεότερους σε ηλικία, ώστε να αποφεύγονται τα λάθη και οι υπερβολές.
- ❖ Στηρίζουν οικονομικά την οικογένεια, παίζουν σημαντικό ρόλο στην ανατροφή των παιδιών, διευκολύνοντας την καθημερινότητα των νεότερων μελών.
- ❖ Προσφέρουν απλόχερα τη συντροφιά τους και την αγάπη τους κυρίως στα παιδιά(παραμύθια, ιστορίες, τραγούδια, έθιμα).

B. ΑΡΝΗΤΙΚΑ

- ❖ Χαρακτηρίζονται από συντηρητικότητα και επιφυλακτικότητα με αποτέλεσμα να μη δέχονται εύκολα νέες καταστάσεις.
- ❖ Είναι προσκολλημένοι συχνά σε παρωχημένες αντιλήψεις τις οποίες και διαιωνίζουν. Συχνά εκφράζονται υποτιμητικά απέναντι στους νέους, κατηγορώντας τους για ανευθυνότητα, επιπολαιότητα και απρεπή συμπεριφορά.
- ❖ Είναι δύσπιστοι και καχύποπτοι μπροστά στο παρόν και πολύ περισσότερο στο μέλλον.
- ❖ Πιστεύουν πως εξαιτίας της πείρας που διαθέτουν δεν κάνουν ποτέ λάθος
- ❖ Είναι εγωκεντρικοί, δύστροποι και απαισιόδοξοι.
- ❖ Παραιτούνται εύκολα, έχουν περιορισμένη ενεργητικότητα.
- ❖ Κουράζονται εύκολα.

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

βιολογικός τομέας:

- εξασθενούν οι σωματικές δυνάμεις (αργό βάδισμα, λιγότερες αντοχές)
- ελαττώνονται οι αισθήσεις, ιδιαίτερα η όραση
- κινητικά προβλήματα
- περιορίζεται η ενεργητικότητα

ψυχολογικός τομέας:

- ψυχική κούραση
- τάση απομόνωσης
- απαιτούν σεβασμό από τους άλλους λόγω της ηλικίας τους
- επικρίνουν τους νέους πολλές φορές χαρακτηρίζοντας τους επιπόλαιους και ανεύθυνους.
- μυθοποιούν το παρελθόν
- αίσθηση παραγκωνισμού

οικονομικός τομέας:

- νιώθουν οικονομική ανασφάλεια

- φόβος για μη τυχόν οικονομική αντιμετώπιση προβλημάτων υγείας

ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΠΑΞΙΩΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΣΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΕΠΟΧΗ

- Εμφάνιση ψυχικών διαταραχών.
- Υπαρξιακό άγχος.
- Έξαρση κρουσμάτων κακομεταχείρισης, εκμετάλλευσης και εγκληματικότητας σε βάρος τους.
- Αποκοπή από το κοινωνικό και πολιτικό γίνεσθαι.
- Όξυνση κοινωνικού ρατσισμού.

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΤΩΝ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

- ✓ Παροχή κοινωνικής προστασίας, ασφάλειας και περίθαλψης από την πολιτεία.
- ✓ Ενθάρρυνση για συμμετοχή σε αθλητικές ή πολιτιστικές δραστηριότητες.
- ✓ Εφαρμογή εκπαιδευτικών προγραμμάτων για εξοικείωση με τη σύγχρονη τεχνολογία η οποία θα τους δώσει τη δυνατότητα παρακολούθησης των σύγχρονων ρυθμών ζωής, θα διευρύνει τα ενδιαφέροντά τους και θα τους βοηθήσει να αποκτήσουν νέα κίνητρα ζωής.
- ✓ Διοργάνωση εκδηλώσεων σε ιδρύματα για ηλικιωμένους με στόχο τη δημιουργική εκμετάλλευση του ελεύθερου χρόνου τους, την ψυχαγωγία αλλά και τη βελτίωση της καθημερινότητάς τους.
- ✓ Συνειδητοποίηση από την οικογένεια πως αυτοί οι άνθρωποι δεν είναι άχρηστοι ούτε περιθωριοποιημένοι.
- ✓ Επίδειξη ευγένειας και σεβασμού από την πλευρά των νέων ως ελάχιστη αναγνώριση της προσφοράς αυτών των ανθρώπων.
- ✓ Προβολή από τα Μ.Μ.Ε των ιδιαιτεροτήτων αυτής της ηλικίας αλλά και των προβλημάτων που οι άνθρωποι αυτοί αντιμετωπίζουν στην καθημερινότητά τους.
- ✓ Οι δήμοι και η εκκλησία να ξεκινήσουν προγράμματα σίτισης απόρων ηλικιωμένων.