Psychologie životního oblouku

life span psychology

aneb

Když jdete na výlet, vezměte si pláštěnku...

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D.
http://www.klimes.us

Vztahy v rodině dnes

„Pěkně, děti, pozdravte. To je ten pán, který na vás platí."

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D.
http://www.klimes.us

Rodina v pleistocénu

Od dob otrokářství
předávání dětí se moc nezměnilo

THE SEPARATION OF THE MOTHER AND CHILD.

"The old men of the company, partly by persuasion and partly by force, loosed the poor creature's last despairing hold, and, as they led her off to her new master's waggon, strove to comfort her."—Page 103.

Otrokářství - Najděte 7 rozdílů - Demokracie

Žijeme sice
v právním státě, ale

neexistuje žádný právní nástroj, pomocí kterého bych, coby ženatý muž, mohl získat právní jistotu o tom, komu a kolik dlužím peněz.

Tomu se říká
státní podpora manželství

Život se dá dimenzovat různě

1) na jednorázové použití

Upír z Feratu
Vrcholoví cyklisté
Drogově závislí

2) k opakovanému použití

A) Na sprint - na nejbližší autobusovou zastávku

B) Na vytrvalostní běh - plán na celý život

Na každém člověku je, jakou životní strategii si zvolí.

My tank 101. na přátelské návštěvě

Boty Emila zvaného Zátopek

Život na jednorázové použití

KEG

KEG

KEG

KEG

Nerovným soupeřem Emila Zátopka byl i pes

V době svých velikých výkonů trénoval na Českomoravské vysočině a jednou vzal s sebou vlčáka. Pes vrtěl ocasem, kdypak se mu stane, aby s ním šel někdo běhat? Vyrazili. Vlčák radostně štěkal a otáčel se po tom človíčkovi, pobízel ho ke spěchu, věděl dobře jako všichni psi o své běžecké převaze nad lidským tvorem. Ale netušil, že běží se Zátopkem. V desátém kilometru se jejich krok vyrovnal. Pak si vlčák už sedal, vyplazoval jazyk a nakonec ho Emil honil kolem rozlehlého rybníka před sebou. Večer se divila paní domu: „Copak je s tím psem? Nechce žrát ani pít." Druhý den vyběhl Emil Zátopek znovu. Jak ho vlčák zvětřil, zakňučel a zalezl hluboko do boudy.

Vytrvalostní běh je nejlepší strategie do života,
ale zákonitě máme občas 10 km pocit, že nám něco uniká.

Zátopek neběží
od začátku do konce závodu na 100 %

Sprintér běží na 100 %

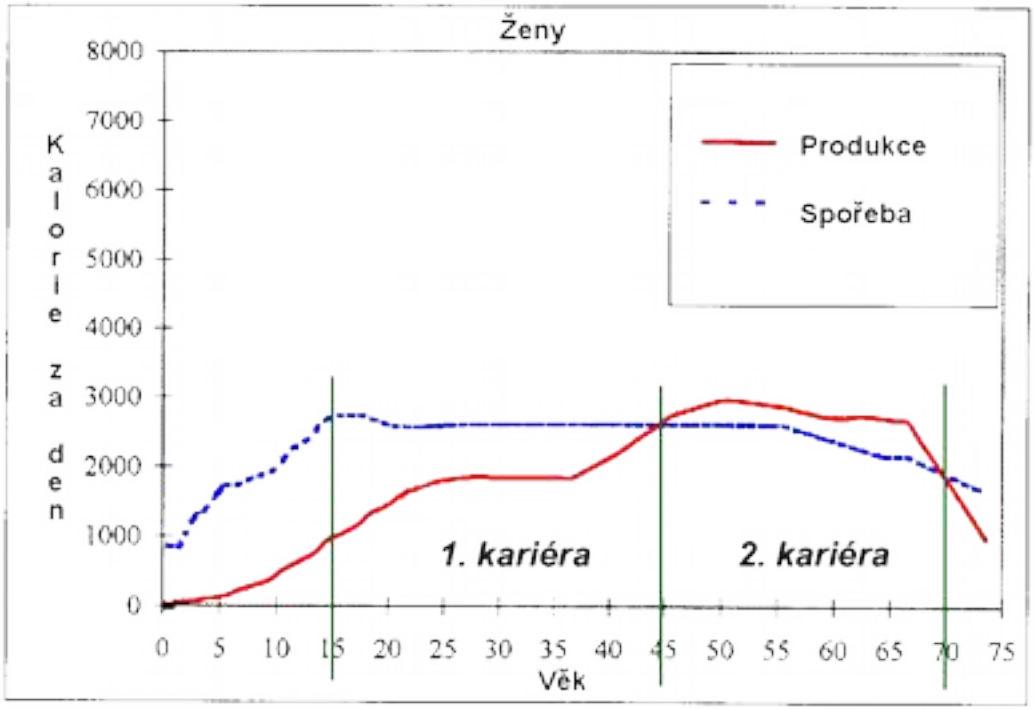
Motor auta nejede na 100% výkon

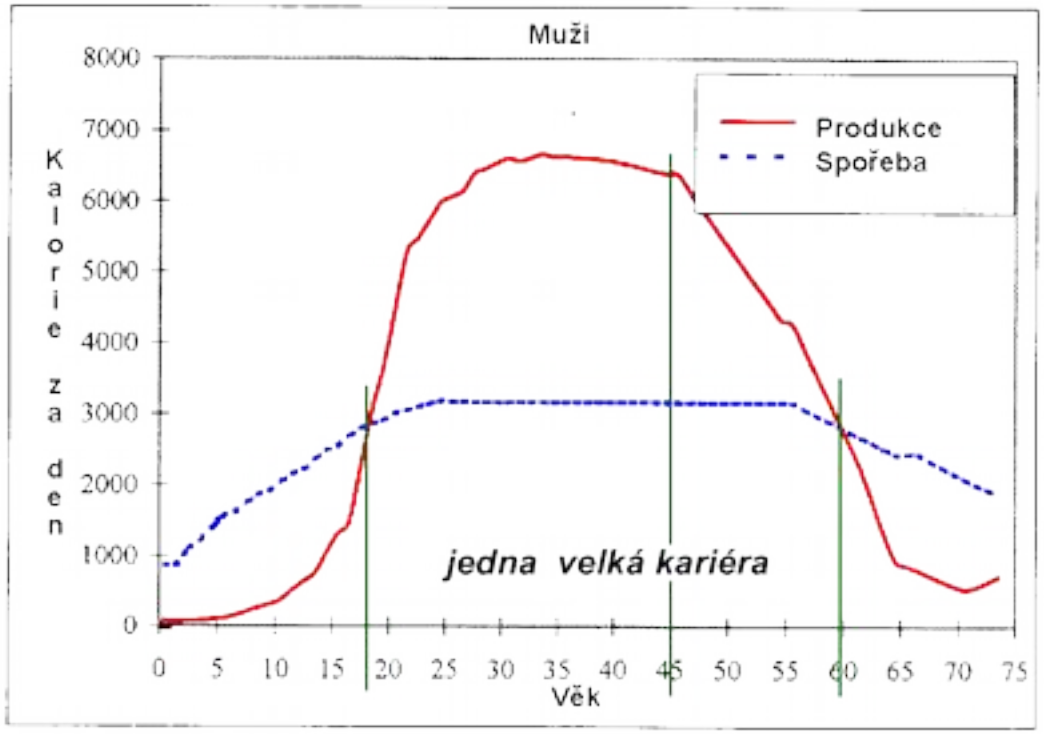
Hypotéku nedimenzujeme na 100% úspory.

Kdo dimenzuje svůj život na dlouhodobý běh,
tak bohatě stačí, když jede na 80 %.

Životní iluze – pohled dopředu versus zpět

Při pohledu zpět to vypadá zcela jinak



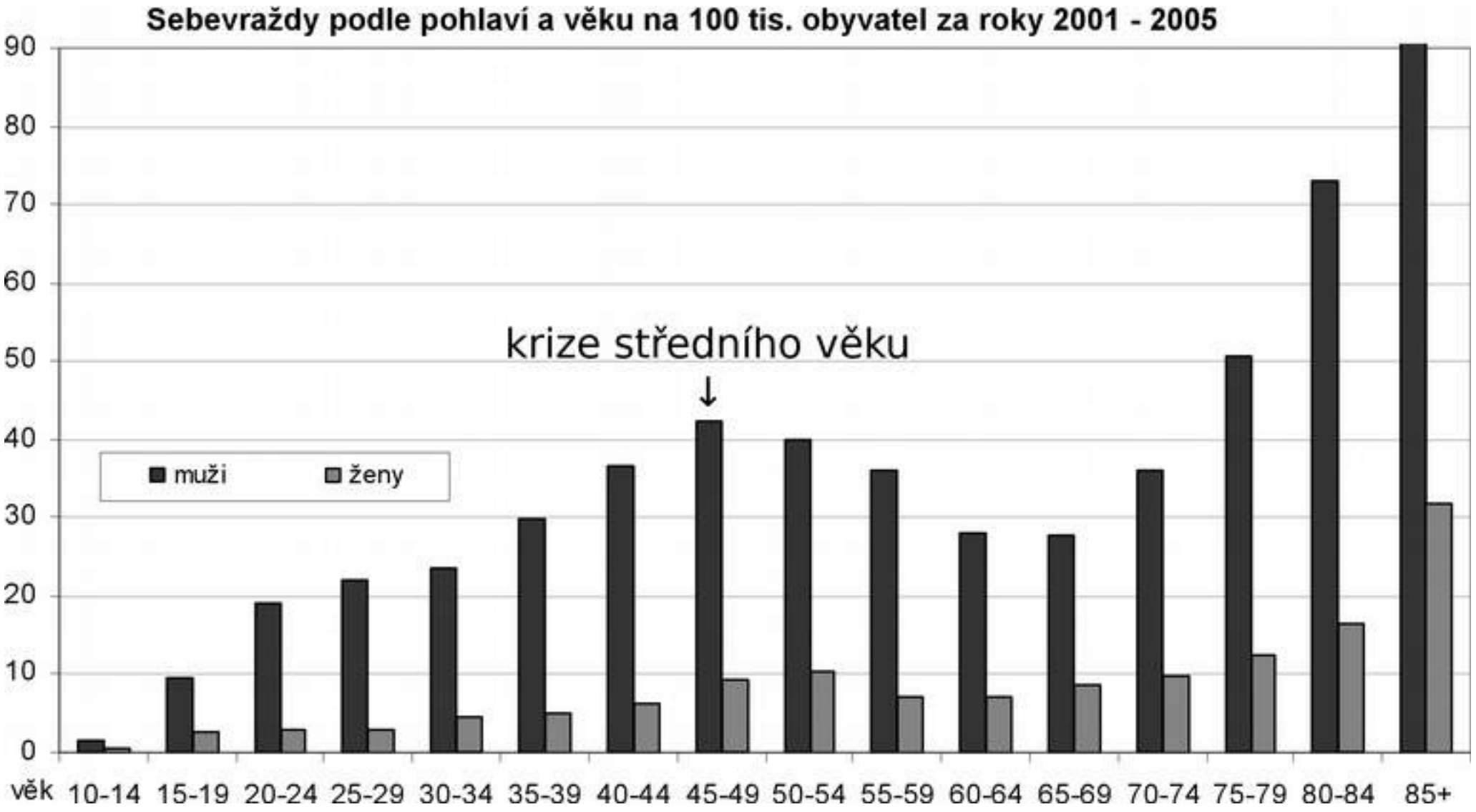


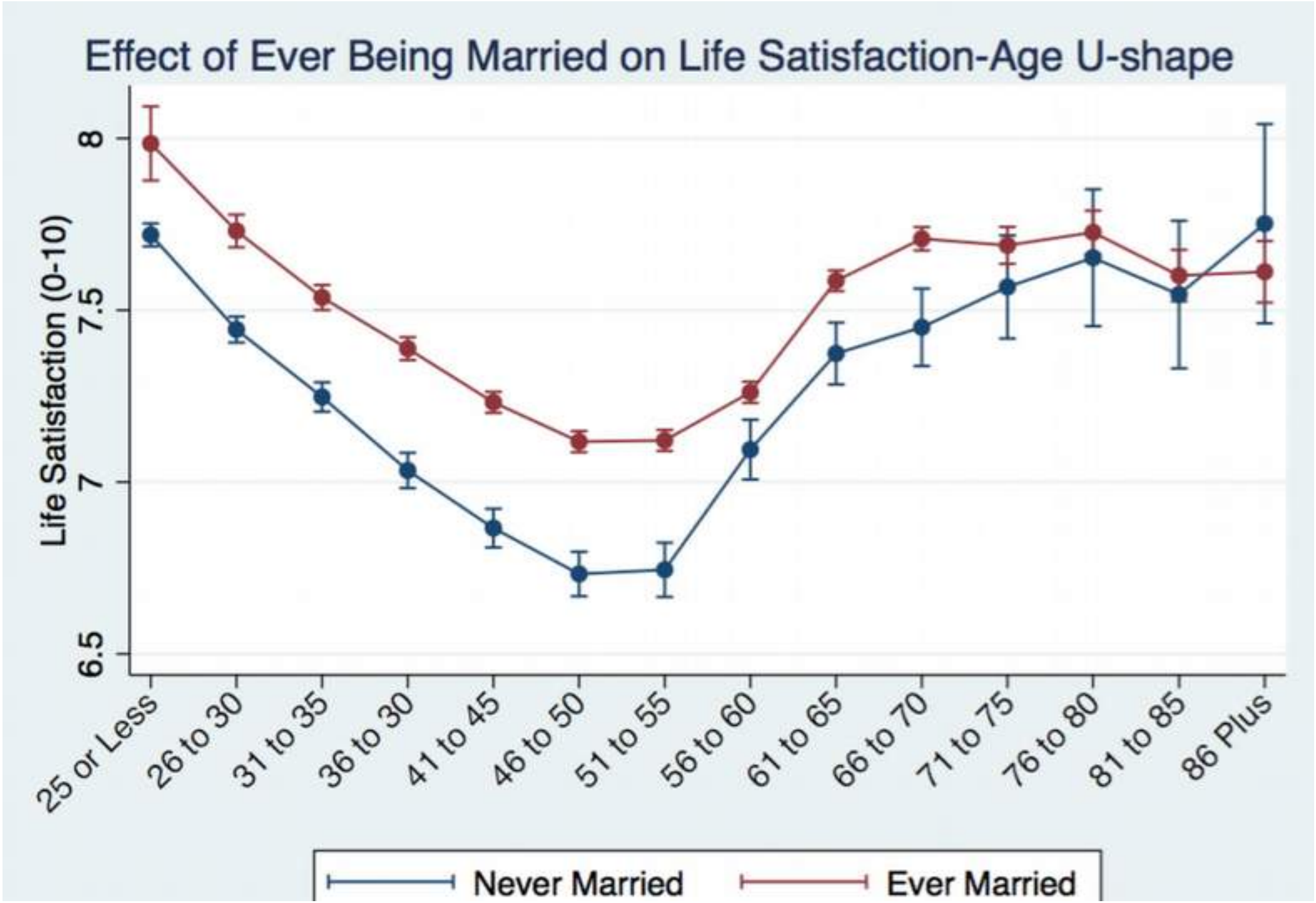
Ten kluk to vidí přesně, ale jen do první třetiny.

Dál si to nedokáže představit.

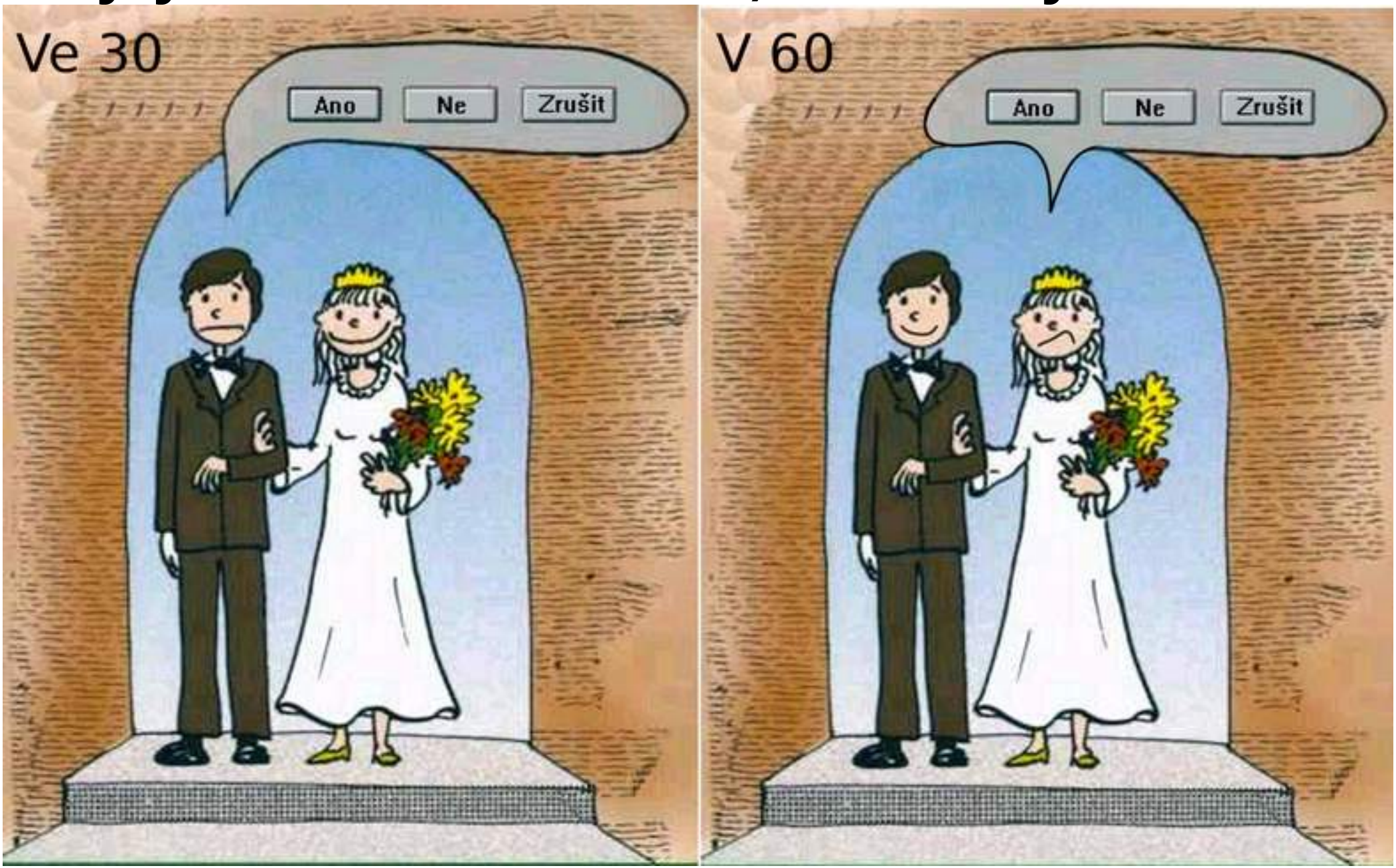
Krize středního věku je neprůhledná až neprůsvitná

Chodí Pešek okolo, nedívej se na něho!




Effect of Ever Being Married on Life Satisfaction-Age U-shape
Life Satisfaction (0-10)
6.5
7
7.5
8
25 or Less
26 to 30
31 to 35
36 to 30
41 to 45
46 to 50
51 to 55
56 to 60
61 to 65
66 to 70
71 to 75
76 to 80
81 to 85
86 Plus
Never Married
Ever Married

Sytý hladovému nevěří, ani mladý starému



Kde jezdí nejrychlejší?

Toto jsou vtipy

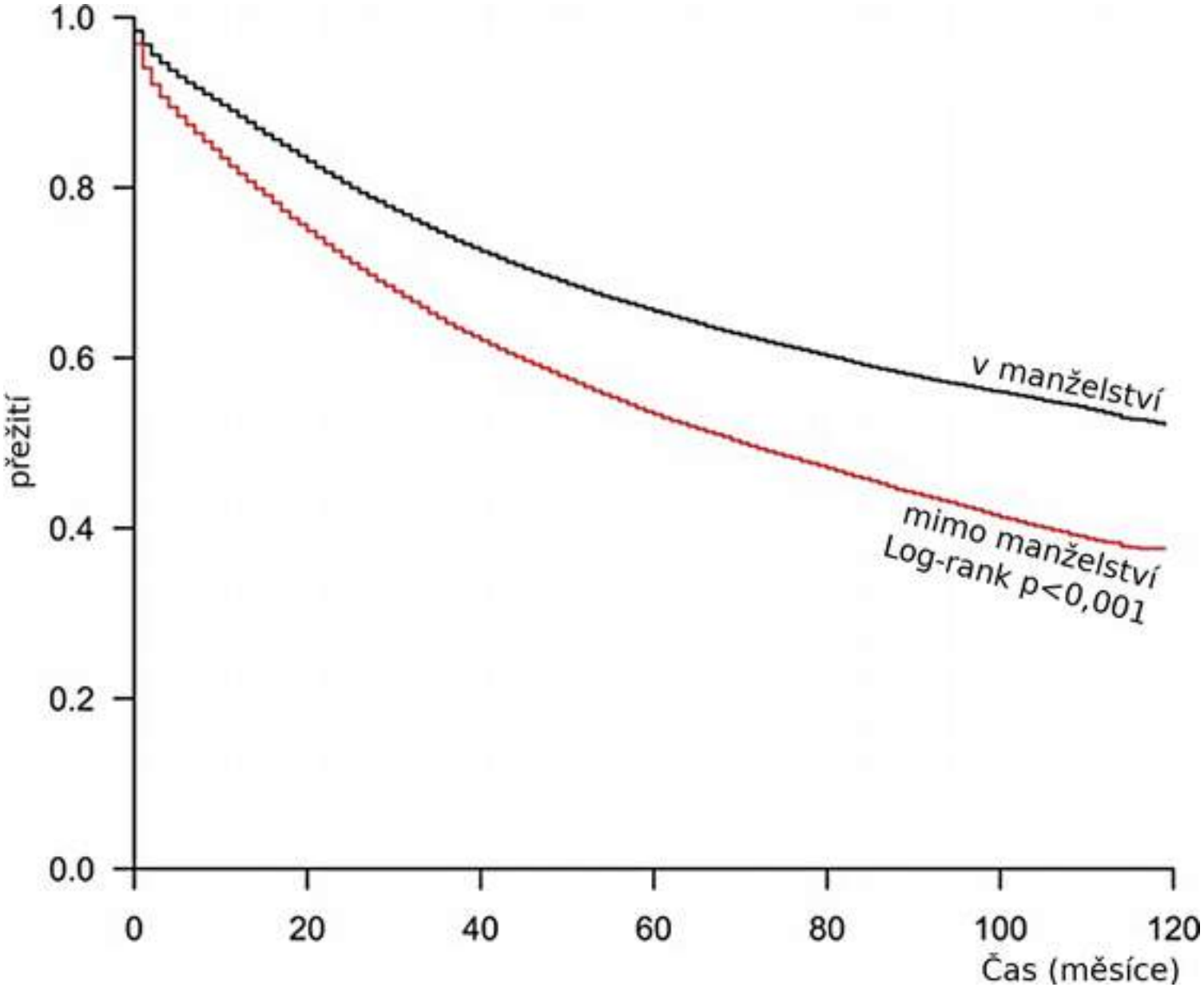
Tři etapy života ženy

Svobodná Vdaná Rozvedená

Tři etapy života muže

Svobodný Ženatý Rozvedený

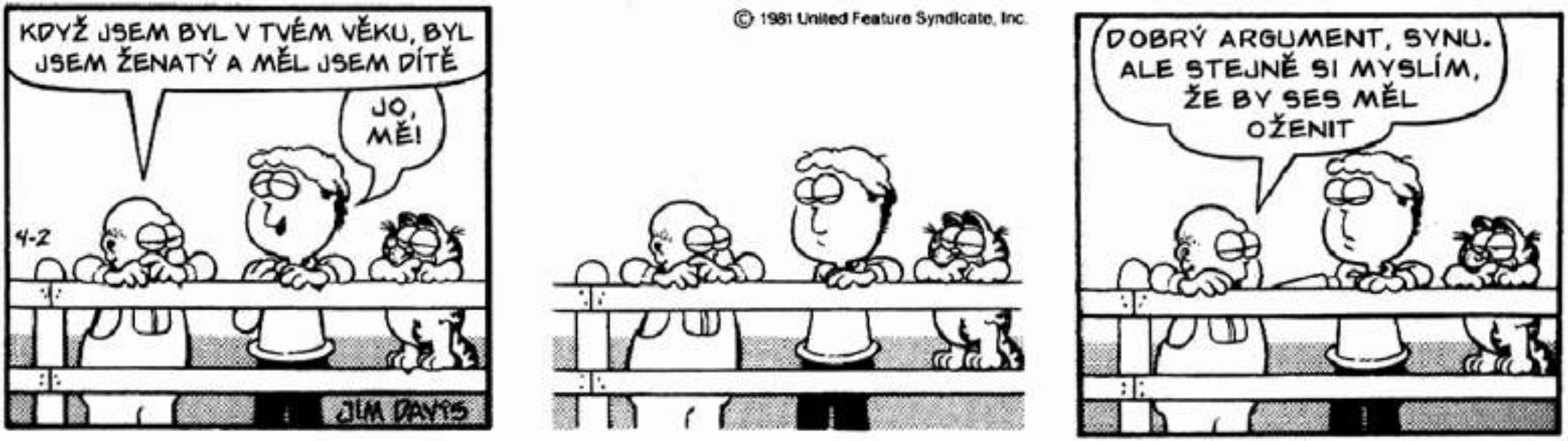
Toto je realita



Křivky přežití s rakovinou tlustého střeva

Neznáme ani jeden parametr životní pohody, který by manželství zhoršovalo.

Toto je **transgenerační zpětná vazba**, neboli morálka

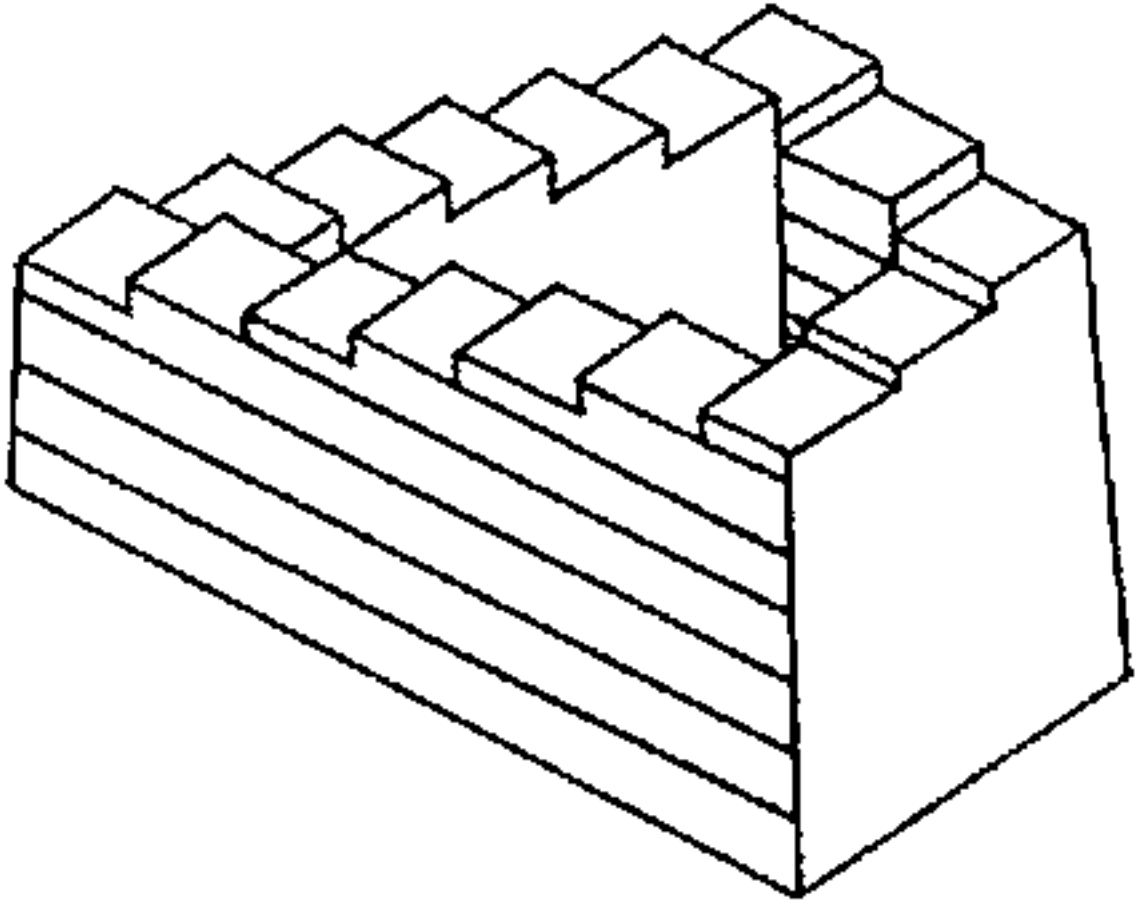


Dvě hlavní funkce

Kompenzace životních iluzí

Kompenzace neprůhlednosti krize středního věku

Co je to životní iluze?



Definice

Životní iluze jsou životní situace, které lidé systematicky jinak hodnotí při pohledu dopředu a z pohledu zpět.

Kde je nahoře, kde je dole?
Co je správně, co je špatně?

Nezávisí na věku, ale na zkušenosti

Životní iluze kompenzuje generační zkušenost, která se předává transgenerační zpětnou vazbou, čili morálkou.

Jinak se jeví stejné pero před krádeží a po krádeži

Tento triumfální úsměv byla taková hezká tečka za tou jeho životní kariérou

Pro koho má být život příjemný?

0	Narození (matka/chůva)
0,5	Dítě začíná rozlišovat matku a cizí lidi; trvalý objekt
3-4	Školkový věk (zájem o dětský kolektiv - školka)
6-7	**Školní věk** (prudký nárůst citové stability, zralost nervové soustavy)
12-14	**Puberta** (biologická dospělost)
24	Adolescence a mladší dospělost (ideologicko válečnické období)
28	**Průměrný věk ženy při narození prvního dítěte** Střední dospělost (reprodukce - psychická dospělost)
41/45	**Půlka života** Starší dospělost (krize středního věku); klimakterium
60	Rané stáří (hodně sil)
75	**Kmetský věk** (náhlý propad životní energie)
82...	Smrt – **maximální pravděpodobnost úmrtí**

Dvakrát jsme naprosto odkázáni na druhé - narození/dětství a stáří/smrt

Dva praštěné extrémy

Kult mládí

Hrajeme si na mladé

Kult stáří

Hrajeme si na staré

Obé se dá uchopit rozumě i bláznivě, ale
kult stáří je nejpevnější pilíř důchodové reformy

Blbé kecy, které si skutečně mladí neříkají

Na tobě se ty roky vůbec nepodepsaly.

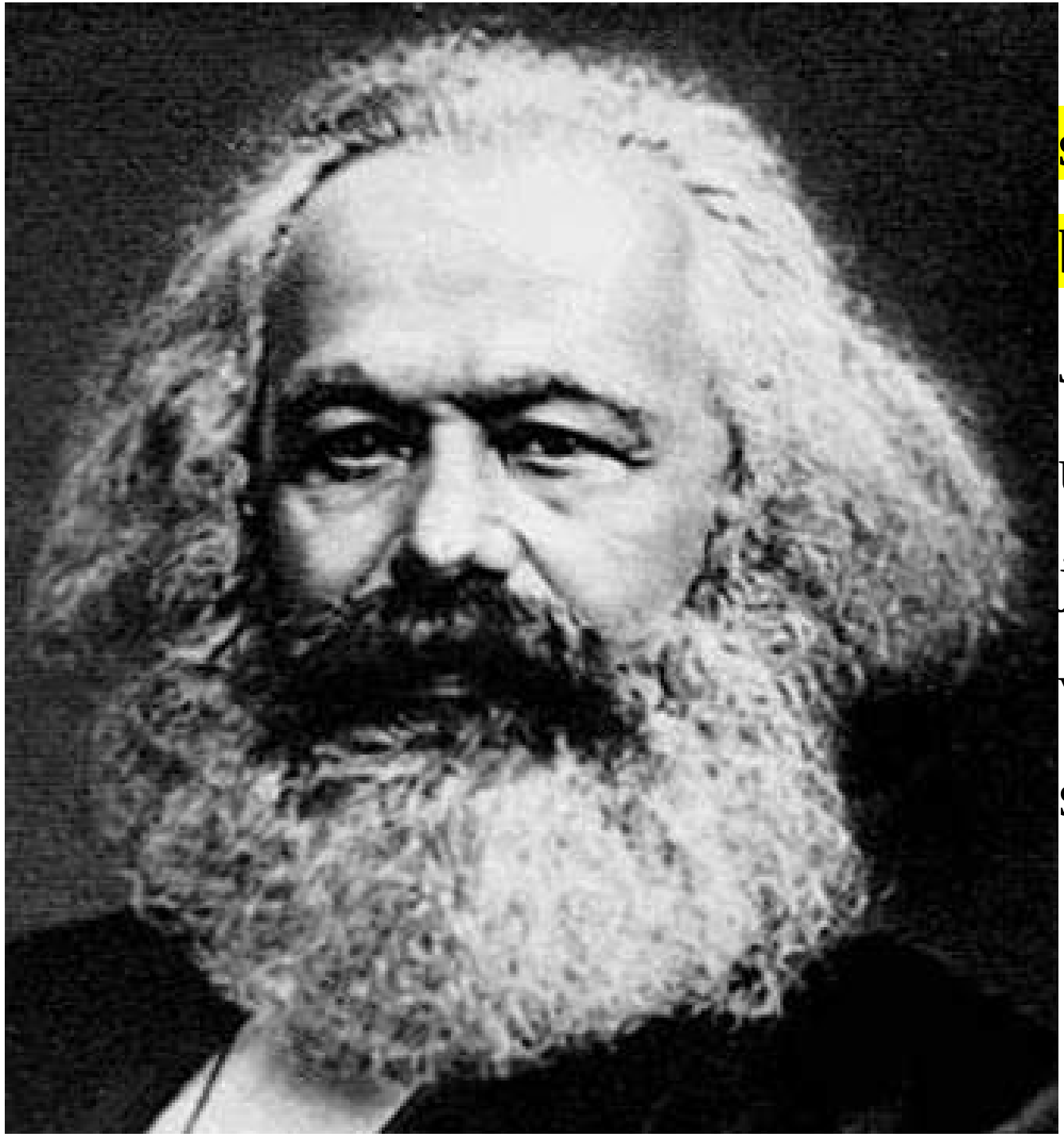
Jsem totiž tak starý, jak se cítím.

Na svůj věk fakt nevypadáš.

Karel Čapek: Mladá generace

Za mých dětských let ještě existovali staří lidé; byli to mužové od čtyřiceti let nahoru, většinou vousatí, s dlouhou fajfkou, pochmurnými názory a hlavně hlubokým opovržením k zelenému mládí. Tito mužové se ve čtyřiceti letech považovali za zralé a v padesáti viděli Abraháma, čímž jaksi nastupovali věk kmetný. Plnovous a těžkomyslná vážnost byly ideálem dvacetiletých; mládenci se styděli za své mládí jako za slabost a nedostatek. **Sotva člověk dosáhl plnoletí, dával najevo těžké životní zkušenosti a mluvil o mnohých věcech s hořkostí muže, který už dávno překonal pošetilé iluze.**

Kult stáří



Tyto světové názory se zevně vyjadřovaly bohatou vousatostí, Jägrovými košilemi a ustálenými návyky, jako například mít v hospodě svou židli a svou pivní sklenici.

Vemte si, jaký chasník, jaký **pudivítr** je takový dnešní padesátník vedle tehdejších zralých a ponurých třicátníků; hleďte na něj, jak hopkuje, křepčí, jezdí na všem možném s tváří ruměnou a hladkou jako dětský zadeček. Chcete-li mu polichotit, řekněte mu "mladý pane" a spleťte si ho s jeho vnukem. Tohle omlazení neprovedl žádný Voronov, to je věc životního názoru; **lidé jsou mladí, protože se přestali dělat starými**.

Kult mládí

Stáří = ztráta sebeobslužnosti

Mládí si můžeme prodloužit o 10-20 let, ale stejně to má svůj konec.

František Ringo Čech s úsměvem ...
Otázka: jak se cítíte jako čerstvý sedmdesatnik ?

"Říká se, že člověk je tak starej jak se cítí, což je ale pěkná kravina! Můžete se cítit sebelíp, ale už hůř vidíte, hůř slyšíte, ztrácíte trošku stabilitu, přestáváte si pamatovat ...
Takže se klidně můžete cítit na šestnáct, ale je Vám to hovno platný!"

I reprodukci můžeme odložit o 10 let, ale už to je za hranicí zdravého rozumu.

Důsledky kultu mládí

Co s nemohoucími seniory? Stát se do péče o ně nehrne

Adela Jelínková

Začalo to zdánlivě nevinným pádem. Sedmdesátiletá babička Martiny si při něm pochroumala páteř a pak začalo pro rodinu martyrium, tak dobře známé lidem v podobných situacích.

V nemocnici nám po operaci řekli, že pro babičku už nic udělat nemohou, a protože místní léčebna pro dlouhodobě nemocné (LDN) je přeplněná, musí se zotavit doma. Jak se o ni postaráme, nikdo neřešil. Přitom ona bydlí padesát kilometrů od nás, nedojde si ani na záchod a my chodíme do práce. Auto nemáme," postěžovala si Martina Právu.

Jak se o ni postaráme, nikdo neřešil

Vnučka pacientky

Domovy důchodců v rámci nepřijímají, protože teršních služeb jsou plné vytížené, tak že rodině nekonec nezbylo než přestěhovat babičku k sobě domů a odbíhat za ní ze zaměstnání.

Není to ojedinělý případ. V Česku klesá počet míst v LDN a v dlouhodobé lůžkové péči. Podle údajů ministerstva zdravotnictví bylo v roce 2016 v LDN 6945 lůžek, což je o 121 méně než v roce 2014. V dlouhodobé lůžkové péči bylo v roce 2015 zhruba 6000 míst, o rok později jich už bylo o 800 méně.

U nás žijí asi dva miliony lidí starších 65 let a počet seniorů, kteří budou potřebovat dlouhodobou zdravotní péči, poroste.

Ať se starají rodiny?

Ministerstvo zdravotnictví to vysvětluje tím, že jde o stejný trend jako v západní Evropě. Péče o dlouhodobě nemocné seniory by se podle jeho představ měla spíš přesunout domů k rodině.

Jenže v praxi to vypadá tak, že péči o nesoběstačné seniory rodiny zvládají jen těžko a domácích sester, jejichž práci hradí pojišťovny, je málo.

(Pokračování na str. 2)

Důsledky kultu mládí

Němcová: Důchody nesmějí příliš zatížit příští generace

Jiří Vavroň, Jan Holý

Vláda Andreje Babiše slibuje zvýšení důchodů od ledna 2019 v průměru o více než 900 korun. Ministryně práce a sociálních věcí Jaroslava Němcová (ANO) v rozhovoru pro Právo řekla, že neméně důležitá je i reforma celého důchodového systému, aby krátkodobý zájem nepřeválil, a tím nepoškodil budoucí generace.

■ Na co se tedy mohou penzisté těšit?

Kromě standardní pravidelné valorizace se v současnosti připravuje zvýšení základní výměry důchodu všech důchodců z deviti na 10 procent průměrné mzdy a zároveň zvýšení starobních důchodů u osob ve věku 85 a více let o tisíc korun měsíčně, který posílí významně příjmy přibližně 200 tisíc nejstarších seniorů.

■ Odkdy by zvýšení základní výměry důchodu bylo?

V současné době probíhají intenzivní práce na přípravě realizace tohoto závazku z Programového prohlášení vlády s tím, že materiál prošel meziresortním připomínkovým řízením a bude projednán vládou během března. V případě, že legislativní proces proběhne podle očekávání, bude zvýšení základní výměry realizováno od ledna 2019.

> Je nutné myslet nejen na současné, ale i budoucí důchodce

■ To jsou jen dílčí změny důchodů. Ty prováděly i předchozí vlády. Vaše vláda ale hovoří i o zásadní reformě penzí. Co všechno chce změnit?

V prvé řadě by mělo dojít k širšímu konsenzu nad důchodovou reformou. Je nutné se ale vyvarovat zdlouhavých a neplodných diskusí a přijít v rozumném časovém horizontu s návrhy, aby byl čas na hledání shody na politické úrovni. Dochází proto postupně k ustavení pracovního týmu pro reformu, kde by se měla vést debata o dalším směřování důchodového systému. Je nutné myslet nejen na současné, ale i budoucí důchodce tak, aby krátkodobý zájem nepřeválil, a tím nepoškodil budoucí generace.

■ O reformu penzí se snažily téměř všechny vlády, ale bez výsledku.

I programové prohlášení vlády počítá s tím, že reforma důchodového systému musí získat širokou politickou podporu.

■ Hlavním problémem, proč se předchozí snahy o reformy penzí nepovedly, byly peníze. Kde je vezmete?

Je otázkou, zda hlavní překážkou reformy důchodového systému byly či jsou finance. Samozřejmě že případné finanční dopady spojené s důchodovou reformou jsou důležitým a nepřehlédnutelným faktorem v debatě o změnách a vždy musejí být velmi pečlivě zmapovány. Nicméně nejpodstatnější je, aby reformní návrhy byly vyvážené z pohledu jak mezigenerační spravedlnosti – aby poskytly přiměřené příjmy seniorům a současně nezatížily nepřiměřeně pracující generace –, tak i z pohledu vyvážených principů solidarity a zásluhovosti. Navržené změny také musí mít dlouhodobý charakter a musí směřovat ke stabilnímu, finančně udržitelnému a předvídatelnému důchodovému systému, který bude zároveň dobře plnit svou sociální funkci.

Foto PRÁVO – Milan Malíř

■ Jaké výsledky očekáváte od navrhovaného oddělení důchodového účtu od rozpočtu?

Cílem je stanovení jasných finančních vztahů mezi tímto tzv. účtem a státním rozpočtem, případně definování dalších zdrojů příjmů pro tento účet, bude-li to nutné.

■ Bude ministerstvo řešit i zvýšení odvodů pro OSVČ, jejichž současné odvody nestačí na slušné penze?

Vyměřovacím základem OSVČ pro pojistné na důchodové pojištění a příspěvek na státní politiku zaměstnanosti je 50 procent daňového základu, samozřejmě se stanoveným minimem. Dlouhodobá platba na úrovni minima se projevuje negativně na získaných nárocích. Nicméně nízká úroveň minimálního pojistného nemusí automaticky znamenat velmi nízký důchod. OSVČ mohou dobrovolně platby pojistného navýšit. O této možnosti ministerstvo informovalo asi 600 tisíc OSVČ dopisem v únoru 2016.

Průběžné sledování důchodových nároků je pak možné prostřednictvím České správy sociálního zabezpečení zažádáním o zaslání informativního osobního listu důchodového pojištění. Na webových stránkách ministerstva je také k využití důchodová kalkulačka.

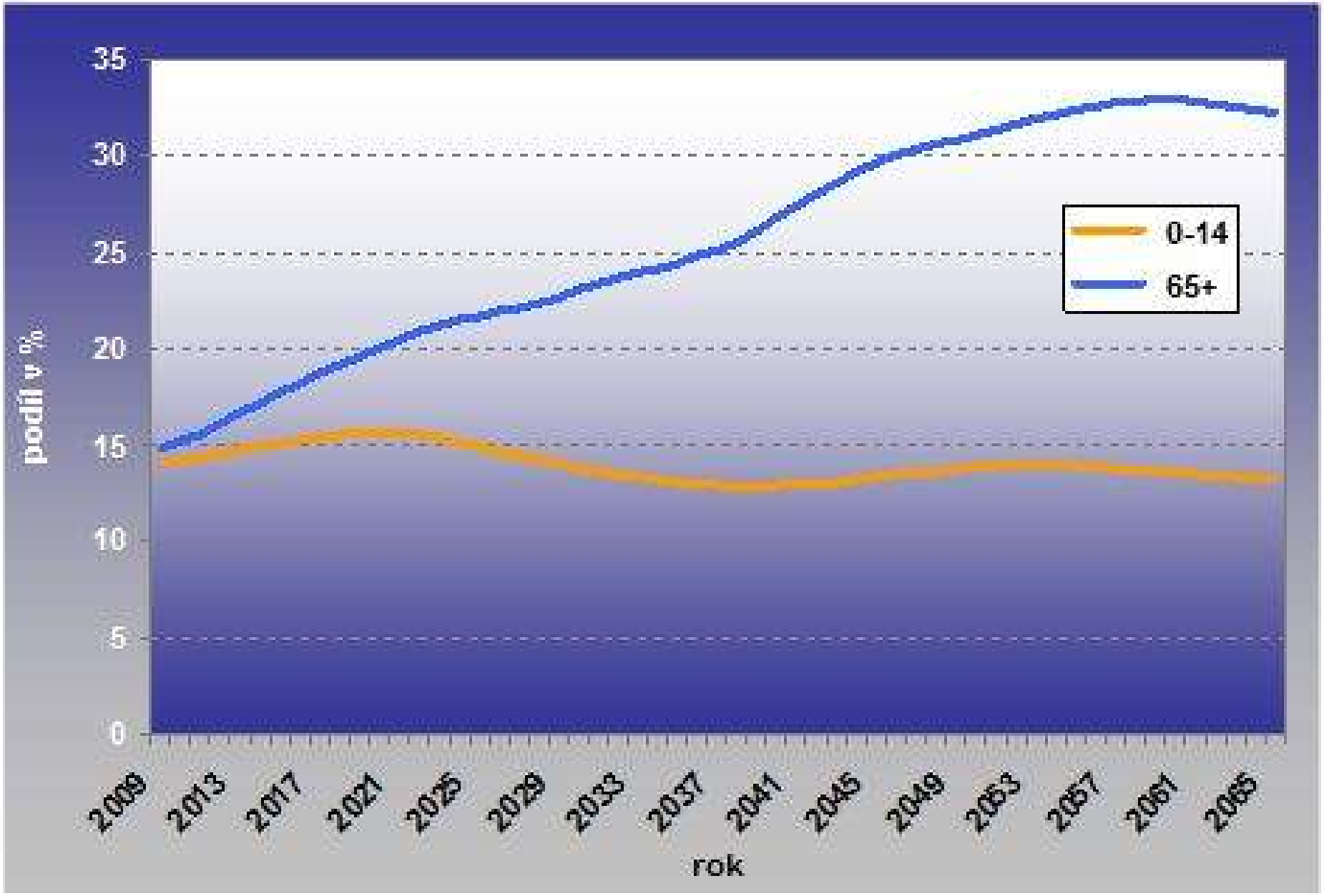
Ze seriálu: Chytrému napověz. Hloupého ~~kopni~~ euthanazuj!

Také jste chcípáci někde mezi 30 až 60 lety?

Tak si uvědomte,
že Vaším úkolem je především
příliš nezatížit budoucí generace.

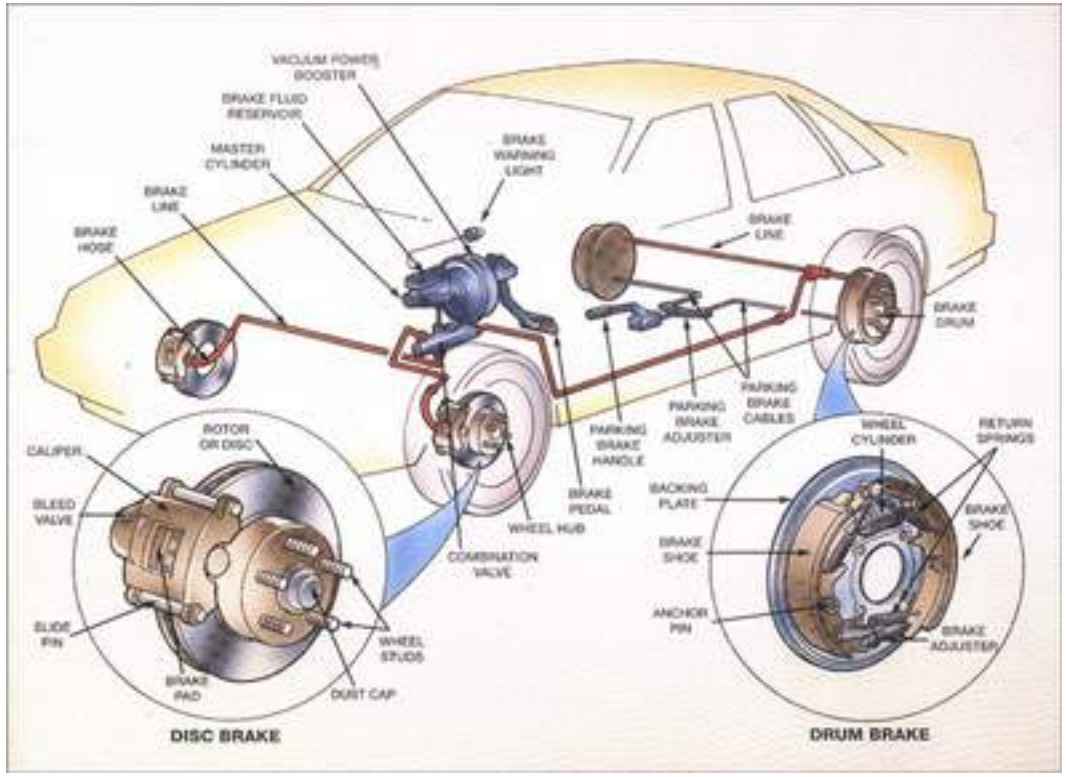
Jinými slovy: Máš děti, máš důchod.
Nemáš děti - nezatěžuj...
Apropos, **od čeho je, dědku, euthanazie?!**
To ušetříš a příliš nezatížíš!

Kvůli seniorům nebude na dovolenou



Důchod
DÁVÁME
pouze osobám
starším 70-ti let
v doprovodu
obou rodičů !

Když jedeme do kopce, musíme myslet na brzdy.



Když jdeme na výlet, je třeba pamatovat na deštník.

Než se vrátíme do hrobu, pamatujme na přísloví: Jak si kdo ustele, tak si lehne.

Jak je dnes ustláno v hospicích, LDNkách a domovech důchodců?

Vytvořili jsme si tam prostředí, kde bychom rádi strávili konec života?

Koupili jsme si už <u>bezbariérové bydlení</u> nedaleko od našeho nejpovedenějšího dítěte?

Děkuji Vám za pozornost

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D.
hhttp://www.klimes.us