



# STARENJE I STEREOTIPI

Filozofski fakultet u Rijeci  
Odsjek za psihologiju  
Psihologija zrele dobi i starenja



Starenje je proces koji je prirodan i svojstven svima, ali postoji mnogo uobičajenih i pogrešnih vjerovanja koje vezujemo uz starenje.

## ?? ŠTO VAM PADNE NA PAMET KADA ČUJETE SINTAGMU „STAR ČOVJEK“?

- Neke od riječi kojih ste se možda dosjetili su: sijeda kosa, spor hod, naglušnost, mudrost ili zaboravljivost... Ovakva pojednostavljena, generalizirana vjerovanja, mišljenja i karakteristike koje pridodajemo starijim osobama čujemo često.
- Takva vjerovanja o nekoj skupini ljudi (u ovom slučaju o osobama starije životne dobi) nazivamo stereotipima! Ona mogu biti i netočna i točna, ali mogu biti iskrivljena i opasna te mogu neminovno utjecati na javno mišljenje o starijim osobama kao i na ponašanje prema njima.



## KAKVI STEREOTIPI MOGU BITI?

- Stereotipi mogu biti o fizičkim karakteristikama, osobinama ličnosti, društvenom statusu i o ponašanju starijih osoba, a mogu biti i pozitivni i negativni.
- Pozitivni stereotipi: ljubaznost, mudrost, pouzdanost, bogatstvo, politički utjecaj, sloboda, vječna mladost i sreća.
- Negativni stereotipi: boležljivost, starost, gubljenje pamćenja, izoliranost, siromaštvo i depresija.
- U osnovi grupnih stereotipa postoje neke temeljne dimenzije. Te dimenzije su: toplina (percepcija prijatne koju predstavlja grupa) i kompetencija (status grupe).
- Stereotipi o osobama starije životne dobi spadaju u kategoriju ambivalentnih stereotipa (to jest grupa koja se u jednoj dimenziji percipira kao visoka, a u drugoj niska) - što znači kako starije osobe okolina često procjenjuje kao tople, ali nekompetentne.



## UTJECAJ STEREOTIPA

- Stereotipi (pogotovo negativni) utječu na osobnoj razini te mogu dovesti do smanjenja samopouzdanja, smanjenja aktivnosti kao i pogoršanja na fizičkoj i psihičkoj razini,
- Također, imaju utjecaj i na ponašanje što dovodi do diskriminacije u politici, zdravstvenoj skrbi ili zapošljavanju.



## ŠTO JE OSOBNO STEREOTIPIZIRANJE?

- Osobno stereotipiziranje može se opisati kao nesvjesno ili automatsko uspoređivanje samog sebe u skladu sa stereotipima neke grupe.
- Osobno stereotipiziranje mogu izazvati različite stvari iz okruženja (izloženost reklamama, mediji...) kojih pojedinac nije svjestan, a mogu odražavati negativne i pozitivne stereotipe grupe.
- Ono se događa samo kada je pripadanje grupi relevantno.



## STEREOTIPI I ZDRAVLJE

- Način na koji pojedinac razmišlja o starenju i dobnim stereotipima, kao i njegovi stavovi prema starenju mogu dugoročno utjecati na zdravstveno stanje.
- Istraživanja su pokazala da ako osobe pozitivno gledaju na starenje i ako su njihovi stavovi o starenju pozitivni, pozitivnije će biti opažanje o osobnom zdravlju što može utjecati na dugovječnost.
- Osim toga, istraživanje je pokazalo da osobe koje su imale pozitivnije dobne stereotipe i stavove (nego negativne) su se i brže oporavile nakon srčanog udara!

## MOŽEMO LI UTJECATI NA STEREOTIPE?

Premda su stereotipi dosta čvrsti i otporni na promjene, na njih svejedno možemo utjecati. 😊 Kako?

1. Educiranjem i informiranjem o pozitivnim i o negativnim aspektima starosti s ciljem osvješćivanja i senzibiliziranja javnosti!
2. Ostvarivanjem formalnih i neformalnih kontakata između generacija i organiziranjem različitih aktivnosti koje će biti usmjerene povezivanju mladih i starijih!
3. Poticanjem suradničkog okruženja između generacija i prezentiranjem antistereotipnih primjera!

**Ako je Vaš stav o starenju pozitivan, tad će Vam i život biti kvalitetan!**