

Strategie závislosti

Lidé tohoto typu mají sklon k pasivitě a závislosti na druhých lidech, na které se spoléhají více než na své vlastní síly. Jsou bez větších ambicí a raději přenechávají odpovědnost a povinnosti na mladších a uchylují se do svého soukromí. Muži přenechávají rozhodování na ženě, která získává podobnou dominanci, jakou ve svém dětství zpravidla poznávali u svých matek. Vcelku je tato strategie méně příznivá, ale sociálně je rovněž přijatelná

Strategie obranná

Projevuje se méně příznivou přehnanou aktivitou, která má zahnat všechny starosti a myšlenky na vlastní obtíže a eventuální blízkost životního konce. Lidé se zpravidla emočně nadměrně kontrolují a jednají přísně podle zvyků a konvencí, až s nutkavou pedantičností.

Strategie hostility, nepřátelství a hněvivost vůči druhým

Lidé tohoto typu mají sklon dávat vinu druhým lidem nebo nepříznivým okolnostem za své nezdary. Jsou často agresivní a podezřívaví, stále si na něco stěžují.

Strategie sebenenávisti

Starší lidé obrazejí agresivitu sami vůči sobě, jsou k sobě nadměrně kritičtí, vidí svůj prožitý život jako naprosté selhání a nedávají najevo žádné přání žít jej znova. V anamnéze nalézáme často ambivalentní vztahy vůči rodičům, neuspokojivý manželský život a stále provázející pocit osamělosti a vlastní neužitečnosti. Smrt je antcipována jako milosrdné vysvobození z velmi neuspokojivého života.

Strategie konstruktivní

Člověk, který se konstruktivně vyrovnává s realitou vyššího věku, je především stále aktivní a nepřestává mít ani s přibývajícím věkem radost ze života a z vřelých citových vztahů k blízkým lidem. Je si vědom možnosti svých výkonů a jejich mezi i budoucích vyhlídek, akceptuje i eventualitu smrti a přijímá ji bez nadměrného strachu a zoufalství. Je i v tom věku snášenlivý, pružný v myšlení a přizpůsobování se novým okolnostem, nepostrádá humor, dovede si najít potěšení v jídle a v pití, v práci i v reakci, rozvíjí dále zájmy a dovede se podle potřeby prosazovat, aniž by byl vůči druhým agresivní. V anamnéze těchto lidí najdeme zpravidla šťastné dětství a spokojeně prožitou i pozdní dospělost, šťastné manželství a rodičovství – i když ani oni nebyli samozřejmě ušetřeni obtížemi, které museli překonávat.