

Katedra i Klinika Psychiatryczna. Wydział Lekarski. Akademia Medyczna w Lublinie
Kierownik: prof. dr med. Mieczysław Kaczyński

Mieczysław KACZYŃSKI

Z badań nad involucją psychiczną człowieka

Из исследований инволюционной психики человека

A Research into the Involutional Period in Human Life

Wielkiemu zróżnicowaniu somatycznemu człowieka odpowiada wielkie zróżnicowanie psychiczne. Składają się na to czynniki dziedziczne, wrodzone, środowiskowe i intrapsychiczne. Te ostatnie polegają na dowolnym indywidualnym i świadomym tworzeniu i przekształcaniu nastawień, postaw, idei czy reakcyj człowieka, różnych i innych nawet u bliźniąt jednojajowych. Ale mimo tego zróżnicowania, cykl życia przebiega biologicznie i psychologicznie według praw powstawania życia, ewolucji, involucji i śmierci. Istnieje odrębność somatyczna i psychiczna dziecka, młodzieńca, wieku dojrzałego, odrębność przedstarca i starca. Prawa życia społecznego uwzględniają to zróżnicowanie; w miarę dojrzewania różnych profiliowo instytucji sterujących, odpowiednie działania kierują się to ku zagadnieniom dziecięctwa czy młodości, to znów — jak to się stwierdza w dobie obecnej — ku zagadnieniom starzenia i starości. Niewątpliwie pozostaje to częściowo w związku z tzw. starzeniem się społeczeństw.

Badania nad involucją psychiczną człowieka dotyczą tych uwarunkowań strukturalnych, fizjologicznych i biochemicznych, które bada i rozwija psychofizjologia. Jednakże, uwarunkowania te dotyczą jedności psychofizycznej człowieka i dlatego badania obejmują tak zmiany somatyczne ustroju, jak też zmiany psychiczne. Zagadnienie involucyjnych zmian somatycznych ujął syntetycznie Ruffin (4); pomijamy ten temat, ponieważ interesuje nas sprawa wczesnych, początkowych zmian psychicznych.

Wydaje się, że ustrój osiągnąwszy dojrzałość uczestniczy indywidualnie różnie w dynamice życia; to dojrzałe uczestnictwo emocjonalne, intelektualne i fizyczne wiąże się z utratą energii i zmianami wszelkich jej uwarunkowań. Wyrazem tego może być np. słabnięcie pobudliwości wzruszeniowej konstytucyjnej mierzonej chronaksymetrią przedsiolkową

(Sk r z y p i ń s k a — 5). Powoli, z roku na rok zmienia się organizm, a z nim i życie psychiczne. Czynniki dziedziczno-rodzinne, wykształcenie, zawód, inteligencja i historia życia mają tu podstawowe znaczenie.

Istnieje poważna trudność oznaczenia w czasie kalendarzowym początków tych zmian. Wiek chronologiczny nie odpowiada wiekowi prawdziwemu, rzeczywistemu, który jest stanem organicznym i czynnościowym i wymaga mierzenia zmian tego stanu rytmem, różnym u ludzi długowiecznych i krótkowiecznych. Teraźniejszość nasza nie zapada w nicość, lecz zapisuje się jednocześnie w świadomości w tkankach, w krwi — tak, że zachowujemy w sobie piętno organiczne i psychologiczne wszystkich wydarzeń naszego życia. A jednak oznaczenie „czasu fizjologicznego” (C a r r e l — 1) naszego trwania nie rozwiązuje początków zmian involucyjnych, ponieważ dotyczy zmieniających się stopniowo właściwości hodowlanych surowicy w ciągu całego życia. Zresztą właśnie wówczas, gdy właściwości hodowlane, a więc współczynnik naszego trwania, maleją — myśl może osiągać postać szczytową. Także i badania nad pobudliwością wzruszeniową psychiczną (S k r z y p i ń s k a — 5) dowiodły, iż u osób 60—65 letnich może ona wykazywać znaczny wzrost, przeciwnie zatem do pobudliwości konstytucyjnej. Musimy zwrócić się więc ku czasowi wewnętrznemu człowieka, jego subiektywnym przeżyciom, jego analizom intrapsychicznym w przebiegu involucji, chociaż i tu powstają poważne trudności, z uwagi na wspomniane, wielkie zróżnicowanie psychiki człowieka.

Zachodzi konieczność stworzenia grupy reprezentacyjnej, przynajmniej w stosunku do wieku, płci czy wykształcenia. W ciągu 2 ostatnich lat poddaliśmy dobrowolnym i bezpośrednim badaniom grupę 50 mężczyzn, między 50 a 60 r. życia, zasadniczo zdrowych somatycznie i psychicznie, z wyższym wykształceniem technicznym, filozoficznym, prawniczym, teologicznym i medycznym. Z uwagi na złożoną problematykę, badania musiały powtarzać się w odstępach parokrotnych, w celu przypomnień, przemyśleń faktów czy analiz tematycznych.

Wszyscy badani stwierdzali między 45 a 50 r. życia zmiany w swej psychice i świadomości. Zmiany te, ujmowali jako zupełnie odrębne od dotychczasowych. Można sądzić z różnych wypowiedzi i reakcji, że 13 osób między 50 a 55 r. życia stwierdzało je aktualnie, jak gdyby badanie było czynnikiem ujawniającym. Wszyscy badani stwierdzali najwcześniej pojawianie się dystansu wobec osób najbliższych, dalszych i obcych. Wynikał on bądź to z poczucia przewagi intelektualnej, bądź to z osiągniętego stanowiska i godności, to znów ze słabnięcia dotychczasowego współdzwięczenia. Pojawiała się jakaś niechęć do kontaktu dłuższego z innym człowiekiem. Badani stwierdzali występowanie zrazu krótkotrwałych, a potem przedłużających się przerw napięcia emocjonalnego

uwagi i zainteresowania przy pracy intelektualnej, zawodowej czy twórczej. Stawało się uchwytne powolne zubożenie oryginalności myśli czy pomysłów. Tracili pewność własnej, szczególnie pozytywnej oceny swych inicjatyw, poglądów naukowych czy rozwojowych, albo pewność słuszności teoretycznych uogólnień. Pojawiał się odcień dyssatisfakcji z osiągnięć, niechęć wobec własnej oficjalnej godności czy znaczenia. Procesy myślowe traciły perspektywność; następowało odkładanie zadań myślowych, przesuwanie ich realizacji. Osłabło tempo pracy myślowej. Około 55 r. życia zaczęły się ujawniać trudności przyswajania treści naukowych szczególnie nowych, oraz materiałów wymagających dużego wysiłku uwagi i analizy. Jednocześnie inne treści, szczególnie z zakresu wiedzy wyuczonej, stawały się bardziej uświadomione i pewne, stając się jakby „żelaznym kapitałem”. Następował jakby wzrost elementów subiektywnych w ujmowaniu zjawisk czy wydawaniu sądów. Występował coraz częściej fakt niedyspozycji pamięci, a szczególnie przykra niemożliwość zaaktualizowania jej w danym potrzebnym momencie, w nagłej prestiżowej potrzebie. Słabło wyraźnie przekonanie o właściwym dokładnym i ścisłym przekazywaniu wiedzy. Powoli wzrastała niepewność własnych kwalifikacji i narastanie oddalenia od współzawodnictwa czy dyskusji z młodszymi specjalistami.

Przedstawiane zmiany psychiki stanowiły dziedzinę przeżyć własnych, skrytych, nie ujawnianych nawet najbliższym; był to według badanych „wewnętrzny świat”, który na zewnątrz nie tworzył wyraźnej przeszkody pełnienia czynności zawodowych, twórczych czy naukowych, a już z reguły większych trudności w pracy dydaktycznej czy społecznej.

Wszyscy badani podkreślali — począwszy od 50—55 r. życia — powolne narastanie uczucia pewnego zmęczenia. Tłumaczyli je historią pracy, zmagani, przeszkód, wysiłków oraz niedosypianiem przez ostatnie lata. Wszyscy też podkreślali niedostateczność wypoczynku wakacyjnego i wprost tęsknotę do izolacji rekreacyjnej. Oto jedna z wypowiedzi 53-letniego pracownika nauki z wykształceniem filozoficznym:

„[...] panuje u mnie od około 3 lat tylko jedno wielkie zmęczenie. Zmęczenie gdzieś w myślach, odczuciu, jako reakcja na wszystko, co człowiek może chcieć, przeżywać, czuć. W pracy zbytnio to mi nie przeszkadza, poza wysiłkiem, na jaki trzeba się zdobyć, gdy muszę głębiej pomyśleć. Ostatnio zauważyłem, że dosyć często brakuje mi nagle jakiegoś słowa, określenia, a nawet przy pisaniu nie mogę sobie przypomnieć pisowni tego słowa. Oby tylko to zmęczenie nie stawało się większe.”

Według 35 osób między 44 a 50 r. życia wystąpiły zaburzenia wzroku, połączone z koniecznością badania lekarskiego i noszenia szkieł. Reszta albo już nosiła okulary, albo jeszcze nie. Jednocześnie pojawiły się siwienie i niekiedy powolna utrata włosów. Nie uszło też uwadze — siwienie zarostu, jako zjawisko stwierdzane codziennie. Od czasu do czasu badani stwierdzali krótkotrwałe uczucie niepewności równowagi,

niekiedy jako przeżycie lękowe. Na wakacjach, nad morzem czy w górach — wyłaniała się myśl możliwości niewydolności serca, a zejścia z wysokości gór, czy w zimie ze schodów, zaczęły się wiązać z niejasną obawą, lękiem poślizgnięcia, czy niewłaściwej oceny odległości. Badani zauważyli też wyłanianie się w wyobraźni skutków nagłej niedyspozycji, poślizgnięcia, upadku itd., czego dawniej zupełnie nie przeżywali. Wszyscy jednak twierdzili, że relacje powyższych obaw czy dysfunkcji nie wiązały się w ocenę całościową; były dostrzegane, ale co najwyżej przelotnie i oceniane jako następstwa przepracowania, przeciążenia emocjonalnego, intelektualnego lub wyczerpania. Około 55—60 roku życia następowało uświadomienie znaczenia lat, jako rzeczywistości biologicznej i psychologicznej, ocena pozycji inwolucyjnej czy przedstarczej w cyklu własnego życia. Czynnikiem tego uświadomienia były zazwyczaj okoliczności zewnętrzne: przypadek, dorosłe dzieci, zwroty grzecznościowe mówiące o czcigodności, o długim życiu, o dobrym wyglądzie, o świetnym trzymaniu się itd.

56 letni pracownik naukowy dotychczas energiczny, ekspansywny i twórczy, pewnego dnia gonił pociąg odchodzący ze stacji. Po wskoczeniu na stopień, z uczuciem zadowolenia odpoczywał. W pewnej chwili w drzwiach wagonu pojawił się konduktor, który obserwował udany bieg i powiedział: „pan, taki starszy człowiek i tak dużo ryzykuje. Ja mam dopiero 54 lata, ale bym tego nie zrobił. Tak nie wypada w pana wieku”.

Z relacji badanego wynika, że przeżył on dzień przełomowy w swym życiu. Inni badani także potwierdzali znaczenie czynników zewnętrznych w przeżyciu tego przełomu. Podawali przy tym różne określenia:

- „w tym dniu coś się skończyło we mnie, jakiś ciężar zapadł w mą duszę”,
- „przeżyłem straszny smutek”, „a więc jestem już stary, czy to możliwe?”,
- „zrozumiałem, że już nie mam prawa uczestnictwa w życiu młodych”,
- „poznałem prawdę i wyciągnąłem pozytywne wnioski”,
- „postanowiłem trwać i współzawodniczyć z młodością”.

Ta różnorodność ustosunkowania badanych do rzeczywistości inwolucyjnej wiązała się już z powolną zmianą tematyki myślowej. Coraz częściej, a nawet narzucająco, pojawiała się myśl o konieczności przemijania i śmierci. Nasilały się stany przerw intelektualnych, czasem w ogóle pustki, oderwania i narastającego dystansu wobec najbliższych, współpracowników i wartkiego nurtu życia. Zaczęły się pojawiać wspomnienia, coraz częściej wypełniające czas, zamiast aktywnej pracy twórczej, wspomnienia z różnych przeżyć i — co charakterystyczne — wspomnienia z oceną własnych, dotychczasowych form postępowania i zachowania w świetle wymagań etycznych. Badani stwierdzali wzrost myśli analitycznych dotyczących przeszłości, stwarzających czasem jakiś niepokój wewnętrzny. Wzrastało poczucie mijającego czasu, nieproduktywnego w świetle obowiązków czy wymagań zawodowych; następował okres

drażliwości, wzmożonej pobudliwości, przeculicy psychicznej i szybkiej przelotnej wzruszeniowości.

Badani podawali, że i w tym okresie, mimo zachodzących zmian, nie ustawał ich związek ze środowiskiem: praca zawodowa, kierownicza czy odpowiedzialna, sternictwo spraw rodzinno-osobistych, reprezentacja, nowe zadania, nowe potrzeby ograniczały ujawnianie dokonujących się zmian psychicznych. Względnie stałym staraniom o utrzymanie lub nawet o podkreślenie walorów urody czy sprawności fizycznej i fizjologicznej towarzyszyły jednak zmiany oceny, wartości, sensu czy istoty wszystkiego co ludzkie, z dziedziną erotyki, przeżyć seksualnych, pracy zawodowej czy twórczej na czele.

Lecz wówczas też, a więc około 55—60 roku życia, następowało powolne opracowanie swego subiektywnego stosunku do życia, spraw rodzinnych, zawodowych, środowiskowych, erotycznych. Powstawała potrzeba wypracowania postawy wobec dalszej egzystencji, potrzeba wewnętrznego przekształcenia. Wszyscy stwierdzali, że działo się to inaczej niż kiedykolwiek dotychczas, gdy zachodziła potrzeba ustosunkowania się do sytuacji zmiennych, konfliktowych, szczególnie prestiżowych czy ambicyjnych. Wcześniej ukazywanie się w świadomości myśli o tym, iż od około 45—50 roku życia zachodzą jakieś zmiany, było przelotne i nigdy nie wiązało się nawet z próbami całościowego ujęcia stosunku do życia i do przemijania. Badani stwierdzali, że dynamiczny udział w życiu odsuwał refleksje na temat problemu życia i śmierci. Teraz dopiero nastąpiło tyle czynników, tyle zjawisk uświadomienia, że wypracowanie dalszej postawy było koniecznością. Najistotniejszym czynnikiem analiz, zmagających intelektualnych i emocjonalnych było wyraźnie już odczuwane i uświadamiane zbliżanie się do końca fizycznej egzystencji.

Materiały uzyskane od badanych pozwoliły nam rozpoznać kilka postaw znamienych dla tego przedstarczego okresu życia. Trzy z nich były najczęstsze: postawa rezygnacyjna, postawa ekspansywna i postawa scalająca.

Postawa rezygnacyjna wiązała się, tak jak i pozostałe, ze strukturą osobowości i procesami intrapsychicznymi ostatnich lat. Prawie bez wyjątku chodziło o schizotypiczną osobowość z elementami lękowymi, niedostosowania i heperestezji. Postawa rezygnacyjna polegała na świadomym, powolnie występującym planie wycofywania się z dotychczasowego, czynnego udziału w życiu społecznym i zawodowym; była zwężeniem kręgu i żywości powiązań uczuciowych i intelektualnych z środowiskiem. W procesie rozwoju tej postawy tylko epizodycznie pojawiały się stany wzruszeń, smutku czy rozpacz. Opisane wyżej „zmęczenie” uniemożliwiało powstawanie wielkiego rozmiaru stanów uczuciowych,

a ponadto dominowała tu świadomość bezcelowości takich reakcji, bezcelowości, wobec naocznie toczących się zmian. Zamknięcie w sobie i samotne przeżywanie, czujnie zresztą postrzeganych dysfunkcji ustrojowych, często głęboko przeżywanych zawodów estetycznych, utraty powabu i coraz wyraźniejszych objawów starzenia stworzyły trudności w zebraniu danych i stanowiły najcięższy etap pracy. Jest faktem, że na decyzję rezygnacji składały się także lęk, poczucie odpowiedzialności i ambicja. Zmiany intelektualne łączyły się z obawą utraty prestiżu zawodowego, autorytetu intelektualnego, niemożnością spełniania czynności konsultacyjnych czy kontrolnych, a nawet lękiem przed niedostatecznym zasobem ścisłej wiedzy, niezbędnej do dyskusji. Niekiedy lęk przed zapomnieniem wyuczonych świeżo treści zaczynał nabierać znamion anankastycznych, natrętnych. Postawa rezygnacyjna inicjowała późniejszy proces analizy sensu oczekiwania na klęskę, brzydotę, tępotę i izolację starczą, a więc inicjowała analizę sensu istnienia, nierzadko prowadzącą do myśli i usiłowań samobójczych.

Postawa ekspansywna występuje najczęściej u osób z syntoniczną ew. hipertymiczną strukturą osobowości. W świadomości odbijają się wprawdzie i wsteczne zmiany psychiczne i somatyczne, lecz nie wywierają tak wielkiego wpływu, jak u osobowości schizotypicznych i hiperestetycznych. Od samego początku ich przestrzegania wytwarza się stosunek bagatelizowania i kompensacji. Zmianom intelektualnym świadomość przeciwstawia pozorną błyskotliwość słów, pokaz ilościowy wiedzy, lub apodyktyczność i wyniosłość wobec otoczenia. Wytwarza się pewna wielkościowość, przesłaniająca spłylenie. Badani stwierdzali niemożność „poddania się bez walki”, „bezsens załamania”, „konieczność” współzawodnictwa z młodymi, szukania uroków życia tego okresu. Powstawał powoli, wskutek takich przesłanek, nastrój lepszego albo nawet dobrego samopoczucia, życie stawało się „interesujące”. Niektórzy z badanych przyznawali słuszność powiedzenia, iż życie „zaczyna się” po czterdziestce. Stwierdzali, że wówczas człowiek jest dojrzały, wie „jak życie smakować”. Dolegliwości ustrojowych nie trzeba „brać na serio”, ponieważ to „nic nie daje”, a w ogóle najlepiej „nie zwracać na nie uwagi”. Można było ustalić, tak w czasie badania jak i relacji otoczenia, górującą zasadę użycia. Przejawiało się to w skłonności do kontaktów szczególnie z płcią przeciwną, w nawiązywaniu znajomości, szukaniu przygód z osobami znacznie młodszymi. W sytuacjach konfliktowych pojawiała się drażliwość i wybuchowość albo zachęta do współdziałania, do przyjęcia takiego właśnie „stylu życia” np. przez żonę, czy kolegów. Wobec własnych dzieci wytwarzał się stosunek albo pobłażliwy, albo obojętny, albo wymagający i bezwzględny. U kilku osób wystąpiło po raz pierwszy w tym okresie życia alkoholizowanie się, smakoszostwo,

skłonność do perwersji i strojenia się. Inni głosili zasadę słuszności zmiany żon na zupełnie młode, po ukończeniu przez mężczyznę 50 r. życia. Wszyscy byli zwolennikami pojawienia się ustawy o dożywotnim prawie pozostawania na zajmowanym, eksponowanym stanowisku.

Postawa scalająca powstaje u osób z prawidłową strukturą osobowości, u osób zdolnych zawsze do głębokiej refleksji, analizy, przemyśleń, zastanowień, osób „filozofujących”. W ich dawniejszym, młodym życiu można było prześledzić dążność do wypracowania jednolitego poglądu na świat, głębokie uznawanie praw społecznych, politycznych czy religijnych. Badani podkreślali wierność swym ideałom czy poglądom, wierność w stosunkach międzyludzkich i osobistych. Wszyscy mieli wyższe aspiracje; niektórzy mówili wprost o przeznaczeniu człowieka do urzędowania lepszego świata.

Badani tej grupy wcześniej spostrzegali zachodzące zmiany inwolucyjne. Pierwszym zanotowanym zwiastunem były zaburzenia wzroku. Postrzegali czujnie wszystkie po tym fakcie zachodzące zmiany. Lecz każdy z nowych objawów niedomagania somatycznego czy sprawności fizjologicznej stawał się przedmiotem analizy i rzeczowego, praktycznego ustosunkowania. Z tej grupy badanych wszyscy korzystali z pomocy lekarskiej diagnostycznej, mającej na celu ustalenie rzeczywistego stanu zdrowia. Szukali pomocy lekarskiej w zaburzeniach wzroku, w ogarniającym uczuciu zmęczenia, w słabnięciu pamięci. Jednocześnie opracowywali sposoby i formy przystosowania się do zachodzących zmian, do powstających z każdym rokiem dysfunkcji cielesnych czy psychicznych. U wszystkich powstawała zasada spokojnego przyjęcia tych zmian łącznie z perspektywą nieistnienia. Powstało „pojednanie” z prawdą życia, prawami jego powstawania i jego unicestwienia. W tej postawie nie było głębokich przeżyć uczuciowych, poza odcieniem „człowieczego smutku”.

Wszyscy badani natomiast podkreślali pozytywne znaczenie tego okresu życia. Zniknięcie namiętności, spokój i zwrócenie się myśli ku istotnym twórczym wartościom życia i świata. Nie było lęku przed śmiercią, przeciwnie przygotowanie do odejścia, pogodne, z poczuciem godności i wewnętrznym zadowoleniem, iż życie było właściwe, stanowiło „wkład pozytywny, choć może najskromniejszy”.

Charakterystyczną cechą tej grupy było pragnienie dalszej pracy i działalności, nieraz z wielkim wysiłkiem utrzymania formy pamięci, myśli, mowy, działania. W tym wielkim wysiłku zawierały się wszelkie pomoce kompensacyjne. Przedstawione zmiany w przebiegu inwolucji psychicznej człowieka są próbą ich ujęcia całościowego, natomiast badania psychologiczno-eksperymentalne umożliwiają poznanie wyodrębnionych czynności czy dyspozycji psychicznych (E. S z t e r n b e r g — 7). Ale

ujęcie całościowe zmian dotyczy u nas tylko określonej grupy populacji i nie może mieć charakteru uogólniającego.

Wyniki badań stanowiące zatem przyczynek do problemu involucji człowieka, wskazują na słuszność teorii psychofizjologicznej ewolucji i dyssolucji (Jackson-Mazurkiewicz — 3).

Obraz zmian psychicznych dotyczących wieku od 50 do 60 roku życia jest wycinkiem zmian postępujących. Słowa Mauriaca (2) „jakaż samotnością jest starość” i fakt wzrostu samobójstw w tym okresie życia — zdają się stwierdzać, iż w działalności psychoprofilaktycznej jest niezbędne wczesne tworzenie i powstawanie u człowieka wyższych i ideowych form życia psychicznego.

PIŚMIENNICTWO

1. Carrel A.: Człowiek istota nieznaną. Trzaska, Evert, Michalski, Warszawa 134—159.
2. Mauriac F.: Nowy Pamiętnik Życia Wewnętrznego. Instyt. Wydawn. Warszawa 1967, 35—59.
3. Mazurkiewicz J.: Wstęp do Psychofizjologii Normalnej T. 1, Warszawa, 11—16, 1950, T. 2, 362—384, 1958.
4. Ruffin H.: Psychiatrie der Gegenwart, Bd. 2, 1092—1099, 1960.
5. Skrzypińska J.: Rocznik Psychiatr. 21, 329—342, 1933.
6. Stern E.: Der Mensch in der zweiten Lebenshälfte. Zürich, 113—121, 1955.
7. Szternberg E.: Żurnal N. i Psych. im. S. Korsakowa W. 8, 1238—1249, 1968.
8. Wiśniewska-Roszkowska K.: Pol. Tyg. Lek. 23, 1956—1959, 1968.

Otrzymano 18.I.1969.

РЕЗЮМЕ

Исследована группа мужчин в возрасте от 50 до 60 лет с высшим образованием разных специальностей. Проанализированы их субъективные и интрапсихические переживания, динамика этих переживаний и их способность замечать соматические изменения. Установлено, что сознание в этом возрасте прежде всего фиксирует психические изменения, заключающиеся в появлении отдаления от хода жизни, чувства психической усталости, ослабления высшей инициативы. Постепенно возрастают трудности в запоминании сложных материалов и содержаний, требующих детального анализа. Между 50 и 60 годами жизни проявляются соматические трудности, которые вместе с психическими вырабатывают субъективное отношение к жизни, но уже с элементами ощущения приближающегося конца физической экзистенции. Образуется, так называемый „подход к жизни”. Автор выделяет и описывает 3 из них: 1) резигнация; 2) экспансивность, 3) интеграция.

Исследования могут быть базой для психической гигиены, а особенно психопрофилактики.

S U M M A R Y

Fifty men between 50 and 60 years of age, with different educational status, were examined. Their subjective intrapsychic experiences were analysed. The author distinguished and described three mental attitudes characteristic of that period of human life: expansive, resigned and integrative. The research can be a basis for mental hygiene and prophylaxis of the involutinal period of human life.

