

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Смоленский государственный университет»

Кафедра общей психологии

«Утверждаю»
Проректор по учебно-методической
работе Устименко Ю.А.
«16» июня 2022 г.

**Рабочая программа дисциплины
Б1.В.01.05 Психологическое консультирование
в пожилом и старческом возрасте**

Направление подготовки: **37.04.01 Психология**

Направленность (профиль): **Психологическое консультирование**

Форма обучения – очно-заочная

Курс – 2

Семестр – 4

Всего зачетных единиц – 2, часов – 72

Форма отчетности: зачет – 4 семестр

Программу разработал

кандидат психологических наук, доцент Капиренкова О.Н.

Одобрена на заседании кафедры

«09» июня 2022 г., протокол № 11

Заведующий кафедрой д.пс.н., профессор Селиванов В.В.

Смоленск
2022

1. Место дисциплины в структуре ОП

Психологическое консультирование в пожилом и старческом возрасте является одной дисциплин в подготовке психологов - консультантов в ходе ее изучения формируется специфический категориальный аппарат, усваиваются основные закономерности механизмов психологии всех этапов пожилого и старческого возрастов, которые расширяют знания, умения студентов, используемых в профессиональной деятельности – психодиагностической, консультационной, тренинговой и преподавательской, так и в дальнейшем освоении других психологических дисциплин. Наиболее тесную связь данная дисциплина имеет со следующими курсами: Практикум по психологическому консультированию и психологической профилактике, Семейное консультирование, Практика психологической помощи и др.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Компетенция	Индикаторы достижения
ПК-1 Способен к оказанию психологической помощи отдельным лицам (клиентам), социальным группам и, лицам попавшим в трудную жизненную ситуацию	Знать: основные понятия психологической поддержки пожилых людей как самостоятельной практической отрасли психологии, теоретические основы психологии старения, основные теории старения отечественной и зарубежной психологии, актуальные направления психологической поддержки, основные требования к лицам работающим с данной категорией лиц Уметь: ориентироваться в классификациях психологических типов адаптации лиц к процессу старения; анализировать типичные приемы работы психолога с лицами пожилого и старческого возраста; определять свою профессиональную позицию психолога при работе с лицами пожилого и старческого возраста; Владеть: навыками оказания психологической помощи отдельным лицам, социальным группам, попавшим в трудную жизненную ситуацию
ПК-2 Способность к коррекционно-развивающей работе с людьми разного возраста, обучающимся, в том числе к реабилитации	Знать: теоретические основы психологии старения, основные теории старения отечественной и зарубежной психологии, актуальные направления психологической поддержки, основные требования к лицам работающим с данной категорией лиц Уметь: анализировать типичные приемы работы психолога с лицами пожилого и старческого возраста; определять свою профессиональную позицию психолога при работе с лицами пожилого и старческого возраста; пользоваться основными методами психологии (составить опросники закрытого/открытого типа, проводить психологическое исследование с применением психологических анкет, тестов), уметь составлять психокоррекционные и тренинговые программы с целью работы с лицами пожилого и старческого возрастов, уметь выстраивать психологические

	<p>консультации, способы и методы обучения лиц данной категории</p> <p>Владеть: способностью к коррекционно-развивающей работе с людьми разного возраста, обучающимся, в том числе к реабилитации</p>
<p>ПК-4 Психологическое консультирование в области социальной деятельности по проблемам связанным с управлением человеческими ресурсами, интерперсональных отношений, профориентации и планирования карьеры, личностного роста</p>	<p>Знать: основные понятия психологической поддержки пожилых людей как самостоятельной практической отрасли психологии, теоретические основы психологии старения, основные теории старения отечественной и зарубежной психологии, актуальные направления психологической поддержки, основные требования к лицам работающим с данной категорией лиц</p> <p>Уметь: определять свою профессиональную позицию психолога при работе с лицами пожилого и старческого возраста; пользоваться основными методами психологии (составить опросники закрытого/открытого типа, проводить психологическое исследование с применением психологических анкет, тестов), уметь составлять психокоррекционные и тренинговые программы с целью работы с лицами пожилого и старческого возрастов, уметь выстраивать психологические консультации, способы и методы обучения лиц данной категории</p> <p>Владеть: навыками психологического консультирования в области социальной деятельности по проблемам связанным с управлением человеческими ресурсами, интерперсональных отношений, профориентации и планирования карьеры, личностного роста</p>
<p>ПК-5 Составление психодиагностических заключений и рекомендаций по их использованию в научно-исследовательской, экспертной и консультативной деятельности</p>	<p>Знать: актуальные направления психологической поддержки, основные требования к лицам работающим с данной категорией лиц, знать основные требования к составлению психологических заключений и рекомендаций</p> <p>Уметь: определять свою профессиональную позицию психолога при работе с лицами пожилого и старческого возраста; пользоваться основными методами психологии (составить опросники закрытого/открытого типа, проводить психологическое исследование с применением психологических анкет, тестов), уметь составлять психокоррекционные и тренинговые программы с целью работы с лицами пожилого и старческого возрастов, уметь выстраивать психологические консультации, способы и методы обучения лиц</p>

	<p>данной категории Владеть: навыками составления психодиагностических заключений и рекомендаций по их использованию в научно-исследовательской, экспертной и консультативной деятельности</p>
--	--

3. Содержание дисциплины

Особенности процесса старения и возрастные изменения в организме. Психологические изменения в личности старого человека. Специфика профилактики старения. Когнитивные изменения в пожилом возрасте. Понятие психического старения. Счастливая старость как особо благоприятная форма старения. Геронтогенез. Специфика возраста. Развитие ощущения и восприятия в период зрелости. Нарушение зрения. Развитие высших психических процессов. Интеллект. Изменения памяти. Мудрость. На основании теоретических и экспериментальных исследований можно предположить, что мудрость человека обладает рядом когнитивных свойств. Причины снижения интеллектуальных функций. Деменция — целый комплекс нарушений, включающий дефекты познания, прогрессирующую амнезию и изменения личности, связанные с наступлением старости. Сенильная деменция — органическое заболевание мозга, отражающееся на адекватности мышления человека. Факторы развития когнитивных функций в период поздней зрелости и старости. Объективные факторы. Субъективные факторы. Аффективная сфера. Проявление эмоций в старости. Психологический портрет старого человека. Классификация психических изменений в старости и типов психического старения. Типология Ф.Гиза типы стариков и старости. Типология И.С. Кона социально-психологических типов старости. Типы приспособления личности к старости. Здоровый образ жизни как фактор долголетия. Культура питания и профилактика старения. Культура движения. Культура эмоций. Виды старения и способы адаптации к данному периоду. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность в старости. Выход на пенсию: значимое изменение статуса. Семейные и личные связи в поздней зрелости. Социальная политика разных стран и пожилое население. Виды старения и способы адаптации к данному периоду. Старость физическая - старение тела, ослабление организма, наличие разных болезней и особенно присущих пожилым. Старость социальная - уход на пенсию, сужение круга общения, потеря друзей- ровесников, супруга(и). Старость психологическая - нежелание развиваться, получать новые знания, отсутствие интереса к окружающему миру, к жизни других людей, невозможность адаптироваться к изменениям собственной жизни. Типы старения: Пассивный тип старения, Агрессивный тип старения, Защитный тип старения, Конструктивный тип старения. Социальная активность пожилого человека определяться следующим факторами: Принадлежность к социальному классу. Пол, а точнее гендер. Этническая принадлежность. Типы пожилых людей по Л.И. Анцыферовой. Переоценка собственного Я. Осознание факта ухудшения здоровья и старения тела. Преодоление озабоченности перспективой близкой смерти. Н.С. Пряжников предложил выделить специфику самоопределения и деятельности на разных этапах старости: Пожилой, предпенсионный возраст – 55-60 лет (до выхода на пенсию) — это прежде всего ожидание, а в лучшем случае — подготовка к пенсии. Период выхода на пенсию (первые годы после выхода на пенсию) — это прежде всего освоение новой социальной роли, нового статуса. Период собственно старости (через несколько лет после выхода на пенсию и до момента серьезного ухудшения здоровья), когда человек уже освоил новый для себя социальный статус. Долгожительство в условиях резкого ухудшения состояния здоровья существенно отличается от старости без особых проблем со здоровьем. Долгожительство при относительно хорошем здоровье (примерно после 75 — 80 лет и старше). Варианты приспособления к новой ситуации. Выход на пенсию как социальная проблема. Р.С Эшли выделяет шесть фаз пенсионного

процесса: Предпенсионная фаза. Выход на пенсию видится в достаточно отдаленном будущем, но может возникнуть ощущение тревоги, касающееся предстоящих изменений. Фаза "Медового месяца" (сразу после выхода на пенсию). Эйфория от вновь обретенной свободы. Фаза разочарования, освобождение от иллюзий. Разочарование может быть вызвано несбыточными "предпенсионными" мечтами либо неадекватной подготовкой к пенсии. Фаза переориентации. Это продуктивный период для разработки более реальной картины жизненных альтернатив. Фаза стабильности. Осознание своих сильных и слабых сторон, понимание своих возможностей позволяют принять роль и статус пенсионера. Завершающая фаза. Болезнь или индивидуальность затрудняет выполнение домашней работы и уход за собой. В некоторых случаях они делают невозможным выполнение повседневных обязанностей. Социальная адаптация, способы адаптации в пожилом возрасте. Межличностные отношения в зрелом возрасте. Социальная политика разных стран и пожилое население. Теория социального освобождения или разобщения. Теория социального обмена (Dyson). Социальная политика и варианты социальной, педагогической, психологической и культурной помощи в социализации пожилым людям за рубежом. Социальная политика и варианты социальной, педагогической, психологической и культурной помощи в социализации пожилым людям в России. Психические изменения в старости. Основные психопатологические синдромы, наблюдающиеся в старости. Реадаптация и специфика социального обслуживания пожилых людей с психическими расстройствами. Общие психологические аспекты работы с психическими изменениями в пожилом возрасте. Организация работы в Хэсэде с пожилыми людьми с психическими расстройствами. Страхи и стрессоры людей в пожилом и старческом возрасте. Аффективные синдромы (депрессивные, страха, маниакальные), бредовые синдромы, синдром слабоумия, состояние психической спутанности. Группы расстройств психической деятельности, наблюдающиеся у больных в позднем возрасте: Различные психические заболевания в позднем возрасте: Экзогенно-органические; Психогенно-реактивные; Группа. Инволюционные психозы: Предстарческие (ранние и поздние): А) функциональные ("инволюционные") психозы; Б) болезнь Пика; В) болезнь Альцгеймера; Старческие психозы: А) старческое слабоумие; Б) функциональные старческие психозы; Группа. Сосудистые расстройства психической деятельности: Атеросклеротические. Гипертонические. Другие виды сосудистой патологии (облитерирующий эндартериит). Реадаптация и специфика социального обслуживания пожилых людей с психическими расстройствами. Общие психологические аспекты работы с психическими изменениями в пожилом возрасте: Терапия средой, Терапия занятостью, Культуротерапия. Модель нормального психического развития в позднем возрасте. Основные направления помощи пожилым людям. Психологические аспекты консультирования с пожилыми людьми. Основные стратегии психологической поддержки пожилых. Принципы отношения общества к пожилым гражданам. Принципы группы «независимость». Принципы группы «участие». Принципы группы «уход». Принципы группы «реализация внутреннего потенциала». Принципы группы «достоинство». Потребности пожилых людей. Основные направления психологического консультирования, а именно: возрастное-психологическое консультирование; семейное психологическое консультирование; профориентационное психологическое консультирование; индивидуальное психологическое консультирование (включая психологическое консультирование в особых ситуациях). Технологии взаимодействия консультанта с пожилым клиентом. Особенности использования психотерапевтических приемов в работе с пожилыми клиентами. Групповые психотерапевтические методы работы с пожилыми людьми. Трудотерапия. Формы психокоррекционных занятий, применяемые в гериатрии. Поведенческая терапия. Работа с пожилыми людьми в психологическом плане заключается в следующем: поддержание и повышение социальной активности и самооценке человека; побуждение к расширению социальных контактов. К принципам психологической работы можно отнести следующие: групповой подход; улучшение настроения; уменьшение тревоги; повышение самооценки;

возможность самореализации; мотивация к социальной активности; повышение коммуникативных способностей; адаптация в актуальном состоянии. Психотерапия в геронтопсихиатрических клиниках и специальных заведениях для пожилых. Групповая психотерапия лиц пожилого возраста заключается привлечение их к социальному взаимодействию, повышение самооценки, усиление независимости, ориентация на реальность и постоянно меняющуюся действительность. Использование различных групповых техник: групповая дискуссия, музыкотерапия, хореотерапия, психогимнастика и др. Формы психокоррекционных занятий, применяемые в гериатрии. Релаксационные методики. Арттерапия. Виды и технологии арттерапии, применяемые в гериатрии. Студийная открытая группа. Аналитическая закрытая группа ориентированна в основном на работу с неосознаваемыми психическими процессами ее участников. Тематически - ориентированная группа. Основные теории смерти, подход к смерти в различных культурах и религиях. Мысли о смерти и страх смерти: отрицание смерти, озабоченность смертью и значение смерти, перед лицом собственной смерти. Стадии приспособления к умиранию. Смерть как финальная стадия человеческого развития. Альтернативные пути умирания. Горе и приспособление к тяжелой утрате: процесс горевания, утрата близкого человека в кросскультурной перспективе, ритуалы и обычаи. Правила психологической работы с пожилыми людьми. Организация помощи пожилым клиентам в их личностном самоопределении. Требования к специалистам, осуществляющим психологическую работу с пожилыми гражданами. Критерии оценки эффективности работы с лицами пожилого возраста. Отношение к психотерапии для лиц пожилого возраста. Стандартные методы психотерапии: Методы когнитивно – бихевиоральной психотерапии. Методы интерперсональной психотерапии. Поддерживающая терапия. Альтернативные методы психотерапии: Арт-терапия, Музыкотерапия, Психотерапия с использованием комплекса реабилитационных мероприятий по социальной адаптации, Комплементарная психотерапия, Ароматерапия, Светотерапия, Мультисенсорная терапия.

4. Тематический план

Наименование разделов и тем	Всего часов	Формы занятий		
		лекции	практические занятия	самостоятельная работа
Раздел 1. Теоретические аспекты психологической поддержки пожилых людей.				
Тема 1. «Поздняя зрелость: физическое и когнитивное развитие».	10	2	2	6
Тема 2. «Личностное и социокультурное развитие в поздней зрелости».	8		2	6
Тема 3. «Психические расстройства пожилых людей. Проявления кризисных состояний в старости».	8	2		6
Раздел 2. Основные практические направления в рамках психологической поддержки пожилых людей.				
Тема 1. «Психологические аспекты консультирования с лицами пожилого возраста»	8	2	2	4
Тема 2. «Использование психотерапевтических приемов в работе с пожилыми людьми».	8	2	2	4
Тема 3. « Основы психологии смерти и умирания».	8		2	6
Тема 4. «Основные требования к	8	2		6

психологам, работающим с лицами пожилого возраста» .				
Тема 5. «Использование в работе с пожилыми людьми методов основных практических направлений психологии».	10	2	2	6
Всего: 72 часа (Контроль 4)	72	12	12	48

5. Виды учебной деятельности

Лекции

Раздел 1. Теоретические аспекты психологической поддержки пожилых людей.

Тема 1. «Поздняя зрелость: физическое и когнитивное развитие».

Особенности процесса старения и возрастные изменения в организме. Психологические изменения в личности старого человека. Специфика профилактики старения. Когнитивные изменения в пожилом возрасте. Понятие психического старения. Счастливая старость как особо благоприятная форма старения. Геронтогенез. Специфика возраста. Развитие ощущения и восприятия в период старения. Нарушение зрения. Развитие высших психических процессов. Интеллект. Изменения памяти. Мудрость. На основании теоретических и экспериментальных исследований можно предположить, что мудрость человека обладает рядом когнитивных свойств. Причины снижения интеллектуальных функций. Деменция — целый комплекс нарушений, включающий дефекты познания, прогрессирующую амнезию и изменения личности, связанные с наступлением старости. Сенильная деменция — органическое заболевание мозга, отражающееся на адекватности мышления человека. Факторы развития когнитивных функций в период поздней взрослости и старости. Объективные факторы. Субъективные факторы. Аффективная сфера. Проявление эмоций в старости. Психологический портрет старого человека. Классификация психических изменений в старости и типов психологического старения. Типология Ф.Гиза типы стариков и старости. Типология И.С. Кона социально-психологических типов старости. Типы приспособления личности к старости. Здоровый образ жизни как фактор долголетия. Культура питания и профилактика старения. Культура движения. Культура эмоций.

Тема 2. «Личностное и социокультурное развитие в поздней зрелости».

Виды старения и способы адаптации к данному периоду. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность в старости. Выход на пенсию: значимое изменение статуса. Семейные и личные связи в поздней зрелости. Социальная политика разных стран и пожилое население. Виды старения и способы адаптации к данному периоду. Старость физическая - старение тела, ослабление организма, наличие разных болезней и особенно присущих пожилым. Старость социальная - уход на пенсию, сужение круга общения, потеря друзей- ровесников, супруга(и). Старость психологическая - нежелание развиваться, получать новые знания, отсутствие интереса к окружающему миру, к жизни других людей, невозможность адаптироваться к изменениям собственной жизни. Типы старения: Пассивный тип старения, Агрессивный тип старения, Защитный тип старения, Конструктивный тип старения. Социальная активность пожилого человека определяться следующим факторами: Принадлежность к социальному классу. Пол, а точнее гендер. Этническая принадлежность. Типы пожилых людей по Л.И. Анцыферовой. Переоценка собственного Я. Осознание факта ухудшения здоровья и старения тела. Преодоление озабоченности перспективой близкой смерти. Н.С. Пряжников предложил выделить специфику самоопределения и деятельности на разных этапах старости: Пожилой, предпенсионный возраст – 55-60 лет (до выхода на пенсию) — это прежде всего ожидание, а в лучшем случае — подготовка к пенсии. Период выхода на пенсию (первые годы после выхода на пенсию) — это прежде всего освоение новой социальной роли, нового статуса. Период собственно

старости (через несколько лет после выхода на пенсию и до момента серьезного ухудшения здоровья), когда человек уже освоил новый для себя социальный статус. Долгожительство в условиях резкого ухудшения состояния здоровья существенно отличается от старости без особых проблем со здоровьем. Долгожительство при относительно хорошем здоровье (примерно после 75 — 80 лет и старше). Варианты приспособления к новой ситуации. Выход на пенсию как социальная проблема. Р.С Эшли выделяет шесть фаз пенсионного процесса: Предпенсионная фаза. Выход на пенсию видится в достаточно отдаленном будущем, но может возникнуть ощущение тревоги, касающееся предстоящих изменений. Фаза "Медового месяца" (сразу после выхода на пенсию). Эйфория от вновь обретенной свободы. Фаза разочарования, освобождение от иллюзий. Разочарование может быть вызвано несбыточными "предпенсионными" мечтами либо неадекватной подготовкой к пенсии. Фаза переориентации. Это продуктивный период для разработки более реальной картины жизненных альтернатив. Фаза стабильности. Осознание своих сильных и слабых сторон, понимание своих возможностей позволяют принять роль и статус пенсионера.

Завершающая фаза. Болезнь или индивидуальность затрудняет выполнение домашней работы и уход за собой. В некоторых случаях они делают невозможным выполнение повседневных обязанностей. Социальная адаптация, способы адаптации в пожилом возрасте. Межличностные отношения в зрелом возрасте. Социальная политика разных стран и пожилое население. Теория социального освобождения или разобщения. Теория социального обмена (Dyson). Социальная политика и варианты социальной, педагогической, психологической и культурной помощи в социализации пожилым людям за рубежом. Социальная политика и варианты социальной, педагогической, психологической и культурной помощи в социализации пожилым людям в России.

Тема 3. «Психические расстройства пожилых людей. Проявления кризисных состояний в старости».

Психические изменения в старости. Основные психопатологические синдромы, наблюдающиеся в старости. Реадаптация и специфика социального обслуживания пожилых людей с психическими расстройствами. Общие психологические аспекты работы с психическими изменениями в пожилом возрасте. Организация работы в Хэсде с пожилыми людьми с психическими расстройствами. Страхи и стрессоры людей в пожилом и старческом возрасте. Аффективные синдромы (депрессивные, страха, маниакальные), бредовые синдромы, синдром слабоумия, состояние психической спутанности. Группы расстройств психической деятельности, наблюдающиеся у больных в позднем возрасте: 1. Группа. Различные психические заболевания в позднем возрасте: 1. Экзогенно-органические; 2. Психогенно-реактивные; 2. Группа. Инволюционные психозы: 1. Предстарческие (ранние и поздние): А) функциональные ("инволюционные") психозы; Б) болезнь Пика; В) болезнь Альцгеймера; 2. Старческие психозы: А) старческое слабоумие; Б) функциональные старческие психозы; 3. Группа. Сосудистые расстройства психической деятельности: 1. Атеросклеротические. 2. Гипертонические. Другие виды сосудистой патологии (облитерирующий эндартериит). Реадаптация и специфика социального обслуживания пожилых людей с психическими расстройствами. Общие психологические аспекты работы с психическими изменениями в пожилом возрасте: Терапия средой, Терапия занятостью, Культуротерапия.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ПРАКТИЧЕСКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ В РАМКАХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ.

Тема 4 «Психологические аспекты консультирования с лицами пожилого возраста»

Модель нормального психического развития в позднем возрасте. Основные направления помощи пожилым людям. Психологические аспекты консультирования с пожилыми людьми. Основные стратегии психологической поддержки пожилых. Принципы отношения общества к пожилым гражданам. Принципы группы «независимость». Принципы группы «участие». Принципы группы «уход». Принципы группы «реализация внутреннего потенциала». Принципы группы «достоинство». Потребности пожилых людей. Основные направления

психологического консультирования, а именно: возрастно-психологическое консультирование; семейное психологическое консультирование; профориентационное психологическое консультирование; индивидуальное психологическое консультирование (включая психологическое консультирование в особых ситуациях). Технологии взаимодействия консультанта с пожилым клиентом.

Тема 5. «Использование психотерапевтических приемов в работе с пожилыми людьми».

Особенности использования психотерапевтических приемов в работе с пожилыми клиентами. Групповые психотерапевтические методы работы с пожилыми людьми.

Трудотерапия. Формы психокоррекционных занятий, применяемые в гериатрии.

Поведенческая терапия. Работа с пожилыми людьми в психологическом плане заключается в следующем: поддержание и повышение социальной активности и самооценке человека; побуждение к расширению социальных контактов. К принципам психологической работы можно отнести следующие: групповой подход; улучшение настроения; уменьшение тревоги; повышение самооценки; возможность самореализации; мотивация к социальной активности; повышение коммуникативных способностей; адаптация в актуальном состоянии.

Психотерапия в геронтопсихиатрических клиниках и специальных заведениях для пожилых.

Групповая психотерапия лиц пожилого возраста заключается привлечение их к социальному взаимодействию, повышение самооценки, усиление независимости, ориентация на реальность и постоянно меняющуюся действительность. Использование различных групповых техник: групповая дискуссия, музыкотерапия, хореотерапия, психогимнастика и др. Формы психокоррекционных занятий, применяемые в гериатрии. Релаксационные методики. Арттерапия. Виды и технологии арттерапии, применяемые в гериатрии. Студийная открытая группа. Аналитическая закрытая группа ориентированна в основном на работу с неосознаваемыми психическими процессами ее участников. Тематически - ориентированная группа.

Тема 6. « Основы психологии смерти и умирания».

Основные теории смерти, подход к смерти в различных культурах и религиях. Мысли о смерти и страх смерти: отрицание смерти, озабоченность смертью и значение смерти, перед лицом собственной смерти. Стадии приспособления к умиранию. Смерть как финальная стадия человеческого развития. Альтернативные пути умирания. Горе и приспособление к тяжелой утрате: процесс горевания, утрата близкого человека в кросскультурной перспективе, ритуалы и обычаи.

Тема 7. «Основные требования к психологам, работающим с лицами пожилого возраста» .

Правила психологической работы с пожилыми людьми. Организация помощи пожилым клиентам в их личностном самоопределении. Требования к специалистам, осуществляющим психологическую работу с пожилыми гражданами. Критерии оценки эффективности работы с лицами пожилого возраста.

Тема 8. «Использование в работе с пожилыми людьми методов основных практических направлений психологии».

Отношение к психотерапии для лиц пожилого возраста. Стандартные методы психотерапии: Методы когнитивно – бихевиоральной психотерапии. Методы интерперсональной психотерапии. Поддерживающая терапия. Альтернативные методы психотерапии: Арт-терапия, Музыкотерапия, Психотерапия с использованием комплекса реабилитационных мероприятий по социальной адаптации, Комплементарная психотерапия, Ароматерапия, Светотерапия, Мультисенсорная терапия.

Практические занятия

Практическое занятие №1 . «Поздняя зрелость: физическое и когнитивное развитие».

Вопросы для обсуждения:

1. Процесс старения и возрастные изменения в организме.
2. Психологические изменения в личности старого человека.
3. Профилактика старения.
4. Когнитивные изменения в пожилом возрасте.

Задания для аудиторной работы. Задания для каждого студента.

Темы докладов:

1. Основные теории старения.
2. Различные аспекты понимания мудрости.
3. Сравнительный анализ процессов старению у мужчин и женщин.

Заполнить таблицу «Классификация психических изменений в старости и типов психологического старения».

Типы психологического старения	Характеристика	Примеры

Таблица. «Типы приспособления личности к старости»

Тип приспособления	Характеристика	Примеры

Таблица. «Способы компенсации когнитивных и мнемических трудностей в пожилом возрасте».

Симптом (Пример)	Способ компенсации

Практическое занятие №2. «Личностное и социокультурное развитие в поздней зрелости».

Вопросы для обсуждения:

1. Виды старения и способы адаптации к данному периоду.
2. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность в старости.
3. Выход на пенсию: значимое изменение статуса.
4. Семейные и личные связи в поздней зрелости.
5. Социальная политика разных стран и пожилое население.

Задания для аудиторной работы. Задания для каждого студента.

Разработать мини- дискуссию на темы « Виды старения и способы адаптации к данному периоду», «Социальная политика разных стран и пожилое население».

Заполнить таблицу «Виды старости».

Виды старости	Характеристика
Старость физическая	
Старость социальная	
Старость психологическая	

Заполнить таблицу «Шесть фаз пенсионного процесса (Р.С Эшли)».

Фаз пенсионного процесса	Характеристика
Предпенсионная фаза.	
Фаза "Медового месяца"	
Фаза разочарования, освобождение от иллюзий.	
Фаза переориентации.	
Фаза стабильности.	
Завершающая фаза.	

Практическое занятие № 3. «Психические расстройства пожилых людей. Проявления кризисных состояний в старости».

Вопросы для обсуждения:

1. Психические изменения в старости
2. Основные психопатологические синдромы, наблюдающиеся в старости
3. Реадаптация и специфика социального обслуживания пожилых людей с психическими расстройствами.
4. Общие психологические аспекты работы с психическими изменениями в пожилом возрасте.
5. Организация работы в Хэсэде с пожилыми людьми с психическими расстройствами.

Задания для аудиторной работы. Задания для каждого студента.

Сформулировать вопросы для мини- дискуссии на тему «Проблемы понимания автономии в разных странах».

Самостоятельная работа.

Мини- эссе:

1. Страхи и стрессоры людей в пожилом и старческом возрасте.
2. Общие психологические аспекты работы с психическими изменениями в пожилом возрасте.
3. Особенности культуротерапия.
4. Организация работы в Хэсэде с пожилыми людьми с психическими расстройствами в разных странах.

Практическое занятие № 4. «Психологические аспекты консультирования с лицами пожилого возраста».

Вопросы для обсуждения:

1. Модель нормального психического развития в позднем возрасте.
2. Основные направления помощи пожилым людям
3. Психологические аспекты консультирования с пожилыми людьми.
4. Основные стратегии психологической поддержки пожилых.

Задания для аудиторной работы. Задания для каждого студента.

Заполнить таблицу «Модель нормального психического развития в позднем возрасте».

Параметры описания возраста	Возрастной период	
	51-65 лет	После 65 лет
Система социального окружения		
Задачи возраста		

Резервы развития		
Кризисы развития		

Заполнить таблицу «Принципы психологической работы с лицами пожилого возраста».

Тип принципа	Характеристика
групповой подход	
улучшение настроения	
уменьшение тревоги	
повышение самооценки	
возможность самореализации	
мотивация к социальной активности	
повышение коммуникативных способностей	
адаптация в актуальном состоянии	

Самостоятельная работа.

Мини-эссе:

1. Проблемы старения: одиночество, физическая болезнь, выход на пенсию, безделье, тяжелые утраты и плохое обращение.
2. Теории и понимания одиночества в различных теоретических подходах современной науки.
3. Особенности различных видов трудотерапии.

Литература:

1. Ерусланова Р.И. Технологии социального обслуживания лиц пожилого возраста и инвалидов на дому. –М. Изд.-торговая корпорация "Дашков и К", 2007. С.27
2. Козлов А.А. Социальная геронтология: Учебно-методическое пособие. -М., 2005. – 332 с.
3. Краснова О.В. Адаптация пожилых людей к современной социальной ситуации в России. М., 1996.
4. Краснова О.В., А.Г.Лидерс. Социальная психология старости. - М., 2002.
5. Малкина – Пых И.Г. Кризисы пожилого возраста. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 368 с. – (Справочник практического психолога.)
6. Стюарт-Гамильтон Я. Психология старения. - СПб., 2002.
7. Шахматов Н.Ф. Психическое старение. М. – 1996.

Практическое занятие №5. «Использование психотерапевтических приемов в работе с пожилыми людьми».

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности использования психотерапевтических приемов в работе с пожилыми клиентами.
2. Групповые психотерапевтические методы работы с пожилыми людьми.
3. Трудотерапия.
4. Формы психокоррекционных занятий, применяемые в гериатрии.
5. Поведенческая терапия.

Задания для аудиторной работы. Задания для каждого студента.

Тема сообщений:

1. Психотерапия в геронтопсихиатрических клиниках и специальных заведениях для пожилых. Особенности использования различных групповых техник: групповая

- дискуссия, музыкотерапия, хореотерапия, психогимнастика и др.
2. Формы психокоррекционных занятий, применяемые в гериатрии.
 3. Релаксационные методики.
 4. Арттерапия. Виды и технологии арттерапии, применяемые в гериатрии.
 5. Аналитическая закрытая группа.
 6. Тематически - ориентированная группа.

Самостоятельная работа.

Разработать вопросы для мини- дискуссии на тему «Наиболее эффективный психотерапевтический прием в работе с пожилыми людьми».

Практическое занятие № 6. «Основы психологии смерти и умирания».

Вопросы для обсуждения:

1. Основные теории смерти, подход к смерти в различных культурах и религиях.
2. Мысли о смерти и страх смерти: отрицание смерти, озабоченность смертью и значение смерти, перед лицом собственной смерти
3. Стадии приспособления к умиранию.
4. Смерть как финальная стадия человеческого развития
5. Альтернативные пути умирания.
6. Горе и приспособление к тяжелой утрате: процесс горевания, утрата близкого человека в кросскультурной перспективе, ритуалы и обычаи.
7. *Задания для аудиторной работы. Задания для каждого студента.*

Тема сообщений:

1. Понимание смерти в религиозном и культурном аспекте.
2. Ритуальное поведение как защитный механизм к потере близкого человека.
3. Типы реакций пожилых людей на утрату близких.
4. Депрессивные расстройства у пожилых.

Самостоятельная работа.

Практическое задание: Работа с методиками: - Тест на определение индекса жизненной удовлетворенности. (см. в книге Митина Л.М. Психология развития конкурентноспособной личности. – М., 2002.) - Методика М.Куна «Кто Я?» (см. журнал Психология зрелости и старения. – 1997. №1. – с. 68-84).

Практическое занятие № 7. «Основные требования к психологам, работающим с лицами пожилого возраста».

Вопросы для обсуждения:

1. Правила психологической работы с пожилыми людьми.
2. Организация помощи пожилым клиентам в их личностном самоопределении.
3. Требования к специалистам, осуществляющим психологическую работу с пожилыми гражданами.
4. Критерии оценки эффективности работы с лицами пожилого возраста.

Задания для аудиторной работы. Задания для каждого студента.

Ситуативные задачи «Психолог-клиент»:

1. Рассмотреть основную проблематику обращения лиц зрелого возраста к психологу- консультанту.
2. Рассмотреть ситуации:
 - Проблема смены социального статуса клиента
 - Проблема смены семейной роли клиента
 - Проблема расширения окружения клиента

Самостоятельная работа.

1. Разработать памятку для психолога- консультанта, работающего с лицами пожилого возраста.
2. Отработать навыки установления первого контакта с клиентом- пожилого возраста.

Практическое занятие № 8. «Использование в работе с пожилыми людьми методов основных практических направлений психологии».

Вопросы для обсуждения:

1. Отношение к психотерапии для лиц пожилого возраста:
2. Стандартные методы психотерапии: Методы когнитивно – бихевиоральной психотерапии. Методы интерперсональной психотерапии. Поддерживающая терапия.
3. Альтернативные методы психотерапии: Арт-терапия, Музыкальная терапия, Психотерапия с использованием комплекса реабилитационных мероприятий по социальной адаптации, Комплементарная психотерапия, Ароматерапия, Светотерапия, Мультисенсорная терапия.

Задания для аудиторной работы. Задания для каждого студента.

Отработка практических навыков в зависимости от психологического направления.

Схеме работы: 2-3 –Клиент-Психолог-Наблюдатель

Самостоятельная работа.

Темы мини-эссе:

1. Методы когнитивно – бихевиоральной психотерапии.
2. Методы интерперсональной психотерапии.
3. Поддерживающая терапия.
4. Арт-терапия.
5. Музыкальная терапия.
6. Психотерапия с использованием комплекса реабилитационных мероприятий по социальной адаптации.
7. Комплементарная психотерапия.
8. Ароматерапия.
9. Светотерапия.
10. Мультисенсорная терапия.

6. Критерии оценивания результатов освоения дисциплины

6.1. Оценочные средства и критерии оценивания для текущей аттестации

Критерии оценивания результатов обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций

Для оценивания результатов обучения в виде ЗНАНИЙ используются следующие процедуры и технологии:

- устный ответ на вопрос(ы) или индивидуальное собеседование,
- письменные ответы на вопрос(ы),
- тестирование.

Для оценивания результатов обучения в виде УМЕНИЙ и ВЛАДЕНИЙ используются следующие процедуры и технологии:

- решение проблемных ситуаций,
- написание эссе,
- написание реферата.

Для контроля текущей успеваемости и промежуточной аттестации используется рейтинговая и информационно-измерительная система оценки знаний. Система текущего контроля включает:

- 1) контроль посещения и работы на практических занятиях;
- 2) контроль выполнения студентами заданий для самостоятельной работы;
- 3) контроль знаний, умений, навыков усвоенных в данном курсе в форме письменной итоговой проверочной работы или итогового теста;

Работа на практических занятиях оценивается преподавателем (по пятибалльной шкале) по итогам подготовки и выполнения студентами практических заданий, активности работы в группе и самостоятельной работе. Пропуск семинарских занятий предполагает отработку по пропущенным темам. Форма отработки определяется преподавателем, ведущим семинар (письменное эссе, написание реферата по теме пропущенного семинарского занятия,

письменный отчет о выполнении практического задания, конспект статьи, проведение промежуточного тестирования знаний или пр.) Не отработанный (до начала экзаменационной сессии) пропуск более 50% семинарских занятий по курсу является основанием для не допуска к итоговому контролю по курсу.

Итоговая проверочная работа проводится на последнем практическом занятии и предназначена для оценки знаний, умений и навыков, приобретенных в процессе теоретических и практических занятий курса. Оценка за итоговую проверочную работу по курсу выставляется в соответствии со следующими критериями: Оценка «отлично» (5 баллов) - 81-100% правильных ответов. Оценка «хорошо» (4 балла) - 66-80% правильных ответов. Оценка «удовлетворительно» (3 балла) - 51 -65% правильных ответов. Оценка «неудовлетворительно» - 50% и менее правильных ответов.

Допустимо проведение итоговой проверочной работы в тестовой форме. Целью тестового контроля является: получение объективной информации об овладении студентами определенными знаниями, умениями и навыками; измерение уровня обученности; самоконтроль студентов в процессе самостоятельного изучения тем дисциплины. Предлагаемые тестовые задания находятся в соответствии с темами изучаемой дисциплины и полностью ее охватывают, с помощью данных тестов возможно произвести оценку достижений обучаемых как по завершению обучения в целом, так и по завершению изучения какой-либо темы (раздела) дисциплины. Продолжительность сеанса тестирования - не более 60 минут. Рекомендуемое число различных вариантов - не менее 4-х. Критерии оценки: за правильный ответ студент получает 1 балл, если ответ не указан или не верен- 0 баллов, неудовлетворительно- до 50% баллов за тест, удовлетворительно- от 50 % до 60%, хорошо- от 60% до 80% за тест, отлично- более 80%.

Шкала оценивания эссе

Оценка	Описание
5 (85-100 баллов)	<ol style="list-style-type: none"> 1) во введение четко сформулирован тезис, соответствующий теме эссе, выполнена задача заинтересовать читателя; 2) деление текста на введение, основную часть и заключение 3) в основной части; логично, связно и полно доказывается выдвинутый тезис; 4) заключение содержит выводы, логично вытекающие из содержания основной части; 5) правильно (уместно и достаточно) используются разнообразные средства связи; 6) для выражения своих мыслей не пользуется упрощённо-примитивным языком; 7) демонстрирует полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены.
4 (75-84 баллов)	<ol style="list-style-type: none"> 1) во введение четко сформулирован тезис, соответствующий теме эссе, в известной мере выполнена задача заинтересовать читателя; 2) в основной части логично, связно, но недостаточно полно доказывается

	<p>выдвинутый тезис;</p> <p>3) заключение содержит выводы, логично вытекающие из содержания основной части;</p> <p>4) уместно используются разнообразные средства связи;</p> <p>5) для выражения своих мыслей студент не пользуется упрощённо-примитивным языком.</p>
3 (74-60 баллов)	<p>1) во введение тезис сформулирован нечетко или не вполне соответствует теме эссе;</p> <p>2) в основной части выдвинутый тезис доказывается недостаточно логично (убедительно) и последовательно;</p> <p>3) заключение выводы не полностью соответствуют содержанию основной части;</p> <p>4) недостаточно или, наоборот, избыточно используются средства связи;</p> <p>5) язык работы в целом не соответствует уровню студенческой работы.</p>
2 (менее 60 баллов)	<p>1) во введение тезис отсутствует или не соответствует теме эссе;</p> <p>2) в основной части нет логичного последовательного раскрытия темы;</p> <p>3) выводы не вытекают из основной части;</p> <p>4) средства связи не обеспечивают связность изложения;</p> <p>5) отсутствует деление текста на введение, основную часть и заключение;</p> <p>6) язык работы можно оценить как «примитивный».</p> <p>7) работа написана не по теме;</p> <p>8) в работе один абзац и больше позаимствован из какого-либо источника.</p>

Шкала оценивания доклада

Оцениваемые параметры	Оценка в баллах
<p>1. Качество доклада:</p> <ul style="list-style-type: none"> - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом; - рассказывается, но не объясняется суть работы; - зачитывается. 	<p>85-100</p> <p>75-84</p> <p>74-60</p>
<p>2. Использование демонстрационного материала:</p> <ul style="list-style-type: none"> - автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем 	<p>85-100</p>

<p>ориентировался;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовался в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности; - представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком или был оформлен плохо, неграмотно. 	<p>75-84</p> <p>74-60</p>
<p>3. Качество ответов на вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отвечает на вопросы; - не может ответить на большинство вопросов; - не может четко ответить на вопросы. 	<p>85-100</p> <p>75-84</p> <p>74-60</p>
<p>4. Владение научным и специальным аппаратом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - показано владение специальным аппаратом; - использованы общенаучные и специальные термины; - показано владение базовым аппаратом. 	<p>85-100</p> <p>75-84</p> <p>74-60</p>
<p>5. Четкость выводов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - полностью характеризуют работу; - нечетки; - имеются, но не доказаны. 	<p>85-100</p> <p>75-84</p> <p>74-60</p>

Критерии оценивания презентации

Оцениваемый показатель: *Содержание материала.* Материал не отвечает теме. Материал лишь частично отвечает теме исследования. Материал по теме в достаточном объеме, но может быть нарушена последовательность. Материал представлен строго по теме; разделен на блоки, расположенные в логической последовательности; блоки содержат оптимальный объем информации. (Менее 60 баллов. 60-74 балла. 75-84 балла 85-100 баллов)

Дизайн. Не используются средства оформления. Используются лишь стандартные средства оформления слайдов. В оформлении используются картинки по теме (1-2), эффекты анимации. В оформлении слайдов используются различные средства: эффекты анимации, картинки по теме (более 2), другие объекты, улучшающие восприятие информации. (Менее 60 баллов. 60-74 балла. 75-84 балла 85-100 баллов)

Постановка целей и задач. Цели и задачи не обозначены. Цель поставлена неграмотно, нечетко. Не наталкивает на результат. Цели и задачи могут быть не разграничены, но отвечать теме исследования. Цели и задачи четко разделены; отвечают теме исследования; помогают в достижении желаемого результата. Поставлены грамотно (в соответствии с возрастом). (Менее 60 баллов. 60-74 балла. 75-84 балла 85-100 баллов)

Критерии оценки за выполнение кейс-задачи

Оценивается качество выполнения задач, направленных на формирование практических навыков психодиагностики, обработки, анализа и интерпретации полученных результатов.

Оценка «5» (85-100 баллов) ставится, если: если психодиагностическое обследование выполнено в полном объеме, описана процедура исследования, проведен количественный и качественный анализ результатов, сделаны выводы. Студент свободно владеет материалом, отвечает на дополнительные вопросы.

Оценка «4» (75-84 балла) ставится, если: психодиагностическое обследование выполнены в

полном объеме, описана процедура исследования, проведен количественный и качественный анализ результатов, сделаны выводы. Студент испытывает затруднения при ответах на дополнительные вопросы.

Оценка «3» (60-74 балла) ставится, если: психодиагностическое обследование выполнены в полном объеме, описана процедура исследования, проведен количественный и качественный анализ результатов, сделаны выводы. Студент испытывает затруднения при пояснении основных выводов диагностики, ответах на дополнительные вопросы.

Оценка «2» (не менее 60 баллов) ставится, если: психодиагностическое обследование выполнены не в полном объеме, не описана процедура исследования, не проведен количественный и качественный анализ результатов, не сделаны выводы. Студент испытывает затруднения при ответах на дополнительные вопросы.

Критерии оценивания выполненных работ: самостоятельность выполнения, логичность, содержательность, аргументированность, правильность оформления.

Индивидуальный индекс рейтинга самостоятельной работы студента, попавший в интервал 90-100 баллов, свидетельствует об отличном освоении курса **при условии выполнения всех видов самостоятельной работы к практическим занятиям**; 65-89 – о хорошем; 50-64 – об удовлетворительном. Индивидуальный индекс рейтинга самостоятельной работы студента, не превысивший 49-и баллов, свидетельствует о недопустимо низком уровне освоения курса.

Шкала оценивания участия в устном опросе на практическом занятии

Студент демонстрирует сформированность компетенций на итоговом уровне, обнаруживает систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.	Отлично.
Студент демонстрирует сформированность компетенций на среднем уровне: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.	Хорошо
Студент демонстрирует сформированность компетенций на базовом уровне: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым компетенциям, испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями.	Удовлетворительно
Студент демонстрирует сформированность компетенций на уровне ниже базового, проявляет недостаточность знаний, умений, навыков. Проявляется практически полное отсутствие знаний, умений, навыков.	Неудовлетворительно

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ.

Раздел 1. Теоретические аспекты психологической поддержки пожилых людей.

1. Провести сравнительный анализ, основанный на художественных произведениях психологических изменений в личности старого человека.
2. Составить программу под общим названием «Профилактика старения».
3. Составить психологические рекомендации по поддержке и психологической коррекции когнитивных изменений в пожилом возрасте.
4. Составить мини- презентации на тему «Виды старости».

5. Составить практические рекомендации для психологов- специалистов, с учетом основных симптомов и направлений реабилитации и психологической работы с психическими изменениями в старости.
6. Проанализировать подходы к реадaptации и специфика социального обслуживания пожилых людей с психическими расстройствами в России и За рубежом.
7. Сформулировать вопросы для мини- дискуссии на тему «Проблемы понимания автономии в разных странах».
8. Составить категориальный аппарат по теоретической части дисциплины «Психологическая поддержка пожилых людей».
9. Заполнить таблицы

Таблица. «Классификация психических изменений в старости и типов психологического старения».

Типы психологического старения	Характеристика	Примеры

Таблица. «Типы приспособления личности к старости»

Тип приспособления	Характеристика	Примеры

Таблица. «Способы компенсации когнитивных и мнемических трудностей в пожилом возрасте».

Симптом (Пример)	Способ компенсации

Таблица «Виды старости».

Виды старости	Характеристика
Старость физическая	
Старость социальная	
Старость психологическая	

Таблица «Шесть фаз пенсионного процесса (Р.С Эшли)».

Фаз пенсионного процесса	Характеристика
Предпенсионная фаза.	
Фаза "Медового месяца"	
Фаза разочарования, освобождение от иллюзий.	
Фаза переориентации.	
Фаза стабильности.	
Завершающая фаза.	

Раздел 2. Основные практические направления в рамках психологической поддержки пожилых людей.

1. Составить рекомендации для психологов специалистов под общим названием «Модель

нормального психического развития в позднем возрасте», с указанием практических рекомендаций по коррекции отклонений от норм нормального психического развития в позднем возрасте.

2. Составить презентации на следующие темы: «Основные направления помощи пожилым людям», «Психологические аспекты консультирования с пожилыми людьми», «Основные стратегии психологической поддержки пожилых», «Основные теории смерти, подход к смерти в различных культурах и религиях», «Мысли о смерти и страх смерти: отрицание смерти, озабоченность смертью и значение смерти, перед лицом собственной смерти», «Смерть как финальная стадия человеческого развития», «Альтернативные пути умирания», «Горе и приспособление к тяжелой утрате: процесс горевания, утрата близкого человека в кросскультурной перспективе, ритуалы и обычаи».
3. Разработать вопросы для мини- дискуссии на тему «Наиболее эффективный психотерапевтический прием в работе с пожилыми людьми».
4. Практическое задание: Работа с методиками: - Тест на определение индекса жизненной удовлетворенности. (см. в книге Митина Л.М. Психология развития конкурентноспособной личности. – М., 2002.) - Методика М.Куна «Кто Я?» (см. журнал Психология зрелости и старения. – 1997. №1. – с. 68-84).Разработать памятку для психолога- консультанта, работающего с лицами пожилого возраста.
5. Отработать навыки установления первого контакта с клиентом- пожилого возраста.
6. Разработать тренинговое занятие под общей темой «Повышение эффективности практических профессиональных навыков при работе с лицами пожилого возраста.
7. Подготовить сообщения на темы: «Методы когнитивно – бихевиоральной психотерапии», «Методы интерперсональной психотерапии», « Поддерживающая терапия», «Арт-терапия», «Музыкотерапия», «Психотерапия с использованием комплекса реабилитационных мероприятий по социальной адаптации», «Комплементарная психотерапия», «Ароматерапия», «Светотерапия», «Мультисенсорная терапия».
8. Заполнить таблицы:

Таблица. «Модель нормального психического развития в позднем возрасте».

Параметры описания возраста	Возрастной период	
	51-65 лет	После 65 лет
Система социального окружения		
Задачи возраста		
Резервы развития		
Кризисы развития		

Таблица «Принципы психологической работы с лицами пожилого возраста».

Тип принципа	Характеристика
групповой подход	
улучшение настроения	
уменьшение тревоги	
повышение самооценки	
возможность самореализации	

мотивация к социальной активности	
повышение коммуникативных способностей	
адаптация в актуальном состоянии	

Дополнительные вопросы для самопроверки:

1. В чем заключается комплексный подход к пониманию феномена старения и старости?
2. Перечислите известные вам стереотипы в отношении старости. Подумайте, исходя из собственного жизненного опыта, можно ли оспорить некоторые из них?
3. В чем состоит актуальность геронтопсихологии как самостоятельного раздела психологии развития?
4. В чем, на ваш взгляд, заключаются достоинства и ограничения различных теорий старости?
5. Каковы основные психологические изменения в старости?
6. Какие стратегии (типы) старения выделяют?
7. Какова роль личностного фактора в процессе старения? Связаны ли когнитивные изменения в старости с особенностями личности?
8. Жизненная мудрость рассматривается как центральное новообразование старшего возраста. Покажите единство и взаимосвязь когнитивных и личностных аспектов этого психологического образования.

Практические ситуативные задачи:

ЗАДАНИЕ 1

Проанализируйте отрывки из повести И.А. Бунина «Деревня», выделяя возрастнопсихологические особенности главного героя:

— приведите признаки возрастного кризиса героя;

— как предстает прошлое в его воспоминаниях;

— какие переживания характеризуют внутренний мир героя в настоящий момент;

— какие варианты перспективы будущего Тихона Ильича вы можете представить? «Он жадно хлебал с блюдечка горячий чай, сосал, держа на языке, кусочек сахара. Он рассеянно и подозрительно покосился, хлебая чай, на простенок, на мужика в желтом кафтане, на карточки в рамках из раковин и даже на иерея в муаровой рясе. «Не до религии нам, свиньям!»—подумал он и, как бы оправдываясь перед кем-то, грубо прибавил: — Поживи-ка у деревни, — похлебай-ка кислых щей! Косясь на иерея, он чувствовал, что все сомнительно... даже, кажется, и обычное благоговение его к этому иерею... сомнительно и не продумано. Если подумать хорошенько... Но тут он поспешил перевести взгляд на московский кремль. — Срам сказать, — пробормотал он. — В Москве сроду не бывал! Да, не бывал. А почему? Кабаны не велят! То торгашество не пускало, то постоялый двор, то кабак. Теперь вот не пускают жеребец, кабаны. Да что — Москва! В березовый лесишко, что за шоссе, и то десять лет напрасно прособирался. Все надеялся как-нибудь урвать свободный вечерок, захватить с собой ковер, самовар, посидеть на траве, в прохладе, в зелени — да так и не урвал... Как вода меж пальцев, скользят дни, опомниться не успел — пятьдесят стукнуло, вот-вот и конец всему, а давно ли, кажись, без порток бегал? Прямо вчера! Неподвижно смотрели лица из рамок-раковинок. Вот на полу (посреди густой ржи) лежат двое — сам Тихон Ильич и молодой купец Ростовцев — и держат в руках стаканы, ровно до половины налитые темным пивом... Какая дружба завязалась было между Ростовцевым и Тихоном Ильичем! Как запомнился тот серый масленичный день, когда снимались! Но в каком году это было? Куда исчез Ростовцев? Теперь нет даже уверенности, жив он или нет... Смеркалось, гряды сплошных облаков синели, холодели, дышали зимою. Грязь густела. Спровадив Макарку, Тихон Ильич потопал озябшими ногами по крыльцу и пошел в горницу. Там он, не раздеваясь, сел на стул возле окошка, закурил и опять задумался. Вспомнились лето, бунт, Молодая, брат, жена... и то, что еще до сих пор не платил по квиткам за рабочую пору. Был у него обычай затягивать платежи. Девки и ребята, ходившие к нему на поденщину, по целым

дням стояли осенью у его порога, жаловались на самые крайние нужды, раздражались, говорили иногда дерзости. Но он был непреклонен. Он кричал, призывая бога во свидетели, что у него «во всем доме две тринки, хоть обыщи» — и вывертывал карманы, кошелек, в притворном бешенстве плевал, как бы пораженный недоверием, «бессовестностью» просителей... И нехорошим показался ему этот обычай теперь. Беспощадно строг, холоден был он с женой, чужд ей на редкость. И вдруг и это поразило его: боже мой, да ведь он даже понятия не имеет, что она за человек! Чем она жила, что думала, что чувствовала все эти долгие годы, прожитые с ним в непрестанных заботах? Он кинул папиросу, закурил другую... Ух, и умен, эта бестия, Макарка! А раз умен, разве не может он предугадать — кого, что и когда ждет! Его же, Тихона Ильича, ждет непременно что-нибудь скверное. Ведь уже не молоденький! Сколько его сверстников на том свете! А от смерти да старости — спасенья нет. Не спасли бы и дети. И детей бы он не знал, и детям был бы чужой, как чужд он всем близким — и живым и умершим. Народу на свете — как звезд на небе; но так коротка жизнь, так быстро растут, мужают и умирают люди, так мало знают друг друга и так быстро забывают все пережитое, что с ума сойдешь, если вдуматься хорошенько! Вот он давеча про себя сказал: Мою жизнь описать следует... — А что описывать-то? Нечего. Нечего или не стоит. Ведь он сам почти ничего не помнит из этой жизни. Совсем, например, забыл детство: так, мерещится порой

день какой-нибудь летний, какой-нибудь случай, какой-нибудь сверстник... Кошку чью-то опалил однажды — секли. Плетку со свистулькой подарили — и несказанно обрадовали. Пьяный отец подозвал как-то, — ласково, с грустью в голосе: — Поди ко мне, Тиша, поди, родной! И неожиданно сгреб за волосы... Если б жив был теперь шибай Илья Миронов, Тихон Ильич кормил бы старика из милости и не знал бы, едва замечал его. Ведь было же так с матерью, спроси его теперь: помнишь мать? — и он ответит: помню какую-то гнутую старуху... навоз сушила, печку топила, тайком пила, ворчала... И больше ничего» (Бунин И.А. Деревня. Челябинск, 1976. С. 61-63, 66-68).

ЗАДАНИЕ 2

Охарактеризуйте тип личности и тип старости героини рассказа Т. Толстой «Милая Шура», обоснуйте свое мнение ссылаясь на текст. «В первый раз Александра Эрнестовна прошла мимо меня ранним утром, вся залитая розовым московским солнцем. Чулки спущены, ноги — подворотней, черный костюмчик засален и протерт. Зато шляпа!.. Четыре времени года — булденежи, ландыши, черешня, барбарис — свились на светлом соломенном блюде, пришипленном к остаткам волос вот такущей булавкой! Черешни немного оторвались и деревянно постукивают. Ей девяносто лет, подумала я. Но на шесть лет ошиблась. Солнечный воздух сбегает по лучу с крыши прохладного старинного дома и снова бежит вверх, вверх, туда, куда редко смотрим — где повис чугунный балкон на нежилой высоте, где крутая крыша, какая-то нежная решеточка, воздвигнутая прямо в утреннем небе, тающая башенка, шпиль, голуби, ангелы, — нет, я плохо вижу. Блаженно улыбаясь, с затуманенными от счастья глазами движется Александра Эрнестовна по солнечной стороне, широким циркулем переставляя свои дореволюционные ноги. Сливки, булочка и морковка в сетке оттягивают руку, трутся о черный, тяжелый подол. Ветер пешком пришел с юга, веет морем и розами, обещает дорогу по легким лестницам в райские голубые страны. Александра Эрнестовна улыбается утру, улыбается мне. Черное одеяние, светлая шляпа, побрякивающая мертвыми фруктами, скрываются за углом. Потом она попадалась мне на раскаленном бульваре — размякшая, умиляющаяся потному, одинокому, застрявшему в пропеченном городе ребенку — своих-то детей у нее никогда не было. Страшное бельишко свисает из-под черной замурзанной юбки. Чужой ребенок доверчиво вывалил песочные сокровища на колени Александре Эрнестовне. Не пачкай тете одежду. Ничего... Пусть. Я встречала ее и в спертом воздухе кинотеатра (снимите шляпу, бабуля! Ничего же не видно!). Невпопад экранным страстям Александра Эрнестовна шумно дышала, трещала мятым шоколадным серебром, склеивая вязкой сладкой глиной хрупкие аптечные челюсти. Наконец она закрутилась в потоке огнедышащих машин у Никитских ворот, заметалась, теряя

направление, вцепилась в мою руку и выплыла на спасительный берег, на всю жизнь потеряв уважение дипломатического негра, залегшего за зеленым стеклом низкого блестящего автомобиля, и его хорошеньких кудрявых детишек. Негр взревел, пахнул синим дымком и умчался в сторону консерватории, а Александра Эрнестовна, дрожащая, перепуганная, выпученная, повисла на мне и потащила меня в свое коммунальное убежище — безделушки, овальные рамки, сухие цветы, — оставляя за собой шлейф валидола. Две крошечные комнатки, лепной высокий потолок; на отставших обоях улыбается, задумывается, капризничает упоительная красавица — милая Шура, Александра Эрнестовна. Да, да, это я! И в шляпе, и без шляпы, и с распущенными волосами. Ах, какая... А это ее второй муж, ну а это третий — не очень удачный выбор. Ну что уж теперь говорить... Вот, может быть, если бы она тогда решилась убежать к Ивану Николаевичу... Кто такой Иван Николаевич? Его здесь нет, он стиснут в альбоме, распялен в четырех картонных прорезях, прихлопнут дамой в турнюре, задавлен какими-то недолговечными белыми собачками, подохшими еще до японской войны. Садитесь, садитесь, чем вас угостить?.. Приходите, конечно, ради бога, приходите! Александра Эрнестовна одна на свете, а так хочется поболтать!» (Толстая Т.Н. Милая Шура // Любишь — не любишь: Рассказы. М., 1997. С. 42).

ЗАДАНИЕ 3

Каково отношение героя А. де Сент-Экзюпери к физиологическим особенностям старения? О каком психологическом новообразовании старости идет речь в данном отрывке? «...Волны памяти бередают сознание, омывают пережитым, приносят и уносят воспоминания, но переживания уже оставили сердце... Меня утешили за то, что я состарился, за то, что стал раскидистым деревом с узловатым стволом и морщинистой корой, которую так трудно поранить, за то, что от пергамента моих пальцев веет запахом времени, будто я успел сбываться. Вот оно, мое утешение: я подумал, что нет больше тирана, который утратил бы меня, старика, запахом пытки — у пытки запах кислого молока — ничего не изменить тирану в том, что уже состоялось, какова бы ни была моя жизнь, она уже есть у меня, она позади, словно плащ, и держится на тонкой тесемке. Люди уже запомнили меня, и отрекайся — не отрекайся — ничего уже не изменишь. Утешало меня и то, что вскоре я избавлюсь от своих тягостных пут, мне казалось, что я уже обменял заскорузлую плоть на легкие неосязаемые крылья. Будто разрешился от времени самим собой и гуляю наконец подле ангела, которого искал так долго. Словно сбросил старую оболочку и снова стал юнцом. Но не порывы, не желания сопутствуют моей юности — безмятежная ясность. Моя юность тяготеет к вечности, а не к сумятице жизни. Новая моя юность была пространством и временем. Мне показалось, я стал вечным» (Сент-Экзюпери А. Цитадель // Собр.соч.: В 3 т. Т. 2. М., 2002. С. 131-132).

Практические задания и проблемные ситуации

Критерии оценивания решения проблемных ситуаций

1. Этап: практический анализ ситуации (действующие лица, обстоятельства) определение проблемы.
2. Этап: определение проблемных узлов (возможные причины и прогнозируемые последствия развития ситуации).
3. Этап : Условное прогнозирование развития ситуации.
 - Определение окончательной гипотезы, формулировка решения ситуации, обязательна опора на принципы профессиональной этики.
 - Определение способов и методов коррекционного воздействия.
 - Формулировка итоговых выводов.
4. Этап: Решение – ответ строится в соответствии с примерным планом:
 - анализ ситуации, с примерами из задания, доказательствами из теоретического материала по учебным дисциплинам, обязательное использование профессиональных терминов. Если есть необходимость проанализировать ошибочные или правильные действия участников (обоснованная личная позиция приветствуется).
 - предлагаемые варианты действий, обоснованные теоретически и, желательно,

подкрепленные практическим личным опытом.

- прогноз вероятностного развития ситуации, обоснованный и доказательный.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется в случае полного рассмотрения вопроса, аргументированного выражения своей позиции, отсутствия ошибок, грамотного текста, точность формулировок и т.д.;

Оценка «4» (хорошо) выставляется в случае полного выполнения всего объема работ при наличии несущественных ошибок, не повлиявших на общий результат работы и т.д.;

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется в случае недостаточно полного рассмотрения проблемы, при наличии ошибок, которые не оказали существенного влияния на окончательный результат.;

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется в случае, если тема не раскрыта, работа выполнена крайне небрежно и т.д.

Разработать план психоконсультативной работы с следующими типами лиц пожилого возраста.

Для психологического портрета старого человека характерными чертами являются эгоцентричность и эгоистичность. И.С. Кон выделил следующие социально-психологические типы старости. Можно выделить еще несколько типов старения: Пассивный тип старения, Агрессивный тип старения, Защитный тип старения, Конструктивный тип старения.

Методические рекомендации к выполнению самостоятельной работы:

Объем реферата должен составлять не менее 15 страниц, ссылки на литературу в тексте обязательны.

Структура реферата:

- а. Введение (актуальность темы, уровень разработанности проблемы в теории, ссылки на авторов).
- б. Основная часть.
- в. Заключение (обобщение и выводы по теме).
- г. Литература (не менее 15 использованных источников).

Критерии оценки реферата.

При написании реферата надо учитывать, что, оценивая реферат, преподаватель обычно использует следующие критерии:

1. умение сформулировать цель работы;
2. умение подобрать научную литературу по теме;
3. полнота и логичность раскрытия темы;
4. самостоятельность мышления;
5. стилистическая грамотность изложения;
6. корректность выводов;
7. правильность оформления работы.

Объем реферативного сообщения должен составлять не менее 6 страниц, ссылки на литературу в тексте обязательны.

Структура реферативного сообщения:

- а. Основная часть.
- б. Литература (не менее 5 использованных источников).

Рекомендации по написанию эссе.

Эссе должно иметь четкую структуру и включать следующие разделы: содержание, введение, основную часть (разделы текста), заключение, приложения (если они необходимы) и список литературы. Важно иметь в виду следующее:

- заголовки разделов в тексте должны точно соответствовать содержанию;
- во введении следует обосновать актуальность проблемы и определить цель эссе;
- в основной части следует сравнить альтернативные точки зрения на поставленный вопрос с

обоснованием каждой из них;

- в заключении на основании изложенных точек зрения (позиций) следует сделать обоснованный выбор в пользу одной из трактовок (одного из возможных ответов на дискуссионную тему) или дана собственная точка зрения.

Автор эссе должен продемонстрировать не только теоретические знания, но и умение их применить для анализа конкретной практической ситуации. Задача эссе - сформулировать проблему и показать отношение к ней автора, а не просто описать хорошо знакомую жизненную ситуацию. В эссе важно определить собственную позицию автора.

При использовании цитат из других источников ссылка на них обязательна (либо в конце работы, либо внизу страницы). Таблицы должны быть пронумерованы по порядку, озаглавлены, а под каждой таблицей дан источник с указанием страницы.

Эссе должно содержать обзор литературы, опубликованной по рассматриваемой теме. Обычно такой обзор составляет содержание основной части эссе.

Объем эссе –5-10 страниц.

6.2. Оценочные средства и критерии оценивания для промежуточной аттестации

Вопросы для самоконтроля для студентов.

1. Процесс старения и возрастные изменения в организме.
2. Дать понятие «психического старения», понятия «счастливая старость».
3. Психологические изменения в личности старого человека. Классификация психических изменений в старости и типы психологического старения, социально-психологические типы старости.
4. Профилактика старения.
5. Когнитивные изменения в пожилом возрасте. Рекомендации по коррекции когнитивных изменений в пожилом возрасте.
6. Виды старения и способы адаптации к данному периоду.
7. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность в старости.
8. Выход на пенсию: значимое изменение статуса.
9. Н.С. Пряжников специфика самоопределения и деятельности на разных этапах старости.
10. Р.С Эшли шесть фаз пенсионного процесса.

ТЕСТЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ СТУДЕНТОВ

Выберите правильный ответ.

Тест по дисциплине

Выберете правильный вариант ответа.

1. Снижение познавательной деятельности у людей, достигших поздней взрослости, может быть обусловлено разными причинами:
 - а. прямыми или косвенными.
 - б. физиологическими или психологическими.
 - в. социальными и психологическими.
 - г. явными и скрытыми.
2. Прямым причинам снижения интеллектуальных характеристик относятся:
 - а. интеллектуальное напряжение.
 - б. заболевания мозга и сосудистые поражения мозга.
 - в. физическое напряжение.
 - г. заболевания вегето-сосудистой системы.
3. Деменция — целый комплекс нарушений, включающий дефекты познания, прогрессирующую амнезию и изменения личности, связанные:
 - а. с наступлением старости.
 - б. с выходом на пенсию.

- в. с наступлением возрастного кризиса.
- г. с проблемой изменения социального статуса.

4. Основной проблемой в интеллектуальной сфере у лиц пожилого возраста являются:

- а. формирования новых понятий.
- б. снижение уровня интеллекта.
- в. появляются трудности в приобретении новых знаний и представлений.
- г. появляются трудности в выборе необходимых знания.

5. Первый тип социально-психологические старости по И.С. Кону- активная творческая старость характеризуется:

- а. наличием высокой творческой активности.
- б. продолжают участвовать в общественной жизни, в воспитании молодежи и т.д.- живут полноценной жизнью, не испытывая какой-либо ущербности.
- в. продолжают развивать свои индивидуально- психологические особенности.
- г. продолжают заниматься активными видами деятельности.

б. Старение тела, ослабление организма, наличие разных болезней и особенно присущих пожилым- это:

- а. старость физическая.
- б. старость социальная.
- в. старость психологическая.
- г. старость физиологическая.

7. Второй тип социально-психологические старости по И.С. Кону характеризуется тем, что пенсионеры занимаются делами:

- а. на которые раньше у них просто не было времени: самообразованием, отдыхом, развлечениями и т.п.
- б. которые субъективно считают значимыми.
- в. которые возможны в их возрасте.
- г. которые социально одобряемый.

8. Нежелание развиваться, получать новые знания, отсутствие интереса к окружающему миру, к жизни других людей, невозможность адаптироваться к изменениям собственной жизни- это:

- а. старость физическая.
- б. старость социальная.
- в. старость психологическая.
- г. старость физиологическая.

9. Третий тип социально-психологические старости по И.С. Кону находит главное приложение своих сил:

- а. в детях.
- б. в активном отдыхе.
- в. в семье.
- г. в политике.

10. Четвертый тип социально-психологические старости по И.С. Кону -это люди, смыслом жизни которых становится:

- а. забота о собственном здоровье.
- б. забота о семье.
- в. забота о сохранности интеллекта.
- г. забота о своем теле.

11. Уход на пенсию, сужение круга общения, потеря друзей-ровесников, супруга(и)- это:

- а. старость физическая.
- б. старость социальная.
- в. старость психологическая.
- г. старость физиологическая.

12. С точки зрения науки предотвратить невозможно:

- а. старость физическую.
- б. старость социальную.
- в. старость психологическую.
- г. старость физиологическую.

13. Выход на пенсию видится в достаточно отдаленном будущем, но может возникнуть ощущение тревоги, касающееся предстоящих изменений- это:

- а. предпенсионная фаза.
- б. фаза "Медового месяца".
- в. фаза разочарования.
- г. фаза стабильности.

14. Болезнь или индивидуальность затрудняет выполнение домашней работы и уход за собой, в некоторых случаях они делают невозможным выполнение повседневных обязанностей, все это характеристики:

- а. предпенсионная фаза.
- б. фаза "Медового месяца".
- в. фаза разочарования.
- г. завершающая фаза.

15. Пожилой человек должен иметь доступ ко всем благам, право самостоятельно решать когда и где им работать, учиться и жить. Им должна быть предоставлена возможность жить дома так долго, насколько это возможно- это характеристики следующего принципа:

- а. Независимость во всех проявлениях.
- б. Участие.
- в. Уход.
- г. Реализация внутреннего потенциала.

16. Этот принцип предполагает право пожилых людей на участие в различного рода движениях, в общественной жизни и политике, особенно касающейся их интересов, и право на деятельность в интересах общины:

- а. Независимость во всех проявлениях.
- б. Участие.
- в. Уход.
- г. Реализация внутреннего потенциала.

17. Этот принцип предусматривает право пожилого человека на получение медицинского, социального, правового и других видов обслуживания:

- а. Независимость во всех проявлениях.
- б. Участие.
- в. Уход.
- г. Реализация внутреннего потенциала.

18. Реализация внутреннего потенциала. Пожилые люди имеют право на реализацию своего внутреннего потенциала, доступ к культурным и общественным ценностям:

- а. Независимость во всех проявлениях.
- б. Участие.
- в. Уход.
- г. Реализация внутреннего потенциала.

19. Согласно Хэвигёрсту (Havighurst, 1959), старшие пожилые люди должны научиться успешно справляться:

- а. со смертью друзей и супругов.
- б. с уменьшением физической силы.
- в. с выходом на пенсию и уменьшением дохода.
- г. все варианты верны.

20. Среди пожилых людей в возрасте 65 лет и старше наиболее популярны следующие группы.

- а. Группы, ориентированные на реальность, которые помогают запутавшимся людям ориентироваться в жизненной ситуации, принять ее, занять конструктивную позицию.
- б. Группы ремотивационной терапии, помогающие пожилым клиентам стать более включенными в настоящее и будущее.
- в. Группы воспоминаний, которые анализируют жизненные события, чтобы помочь своим членам становиться более интегрированными как личность.
- г. все варианты верны.

21. Предметом возрастно-психологического консультирования в старости являются:

- а. примирение с возрастными изменениями.
- б. варианты прохождения субъектом нормативных возрастных кризисов.
- в. примирение с физическими изменениями.
- г. все варианты верны.

22. В пожилом возрасте более или менее общепризнанным нормативным возрастным кризисом является:

- а. смерть близкого человека.
- б. период выхода на пенсию.
- в. паспортные данные.
- г. все варианты верны.

23. Занятия по бытовой реабилитации следует начинать как можно раньше, так как её цель — устранение беспомощности пациента путем последовательного обучения различным дифференцированным по сложности действиям в сфере самообслуживания, это характеристика:

- а. общеукрепляющая трудотерапия.
- б. бытовая трудотерапия.
- в. развлекательная трудотерапия.
- г. восстановительная трудотерапия.

24. Цель трудотерапии- воздействие на поврежденную часть тела, орган или систему для восстановления нарушенной патологическим процессом функции с помощью соответственно подобранных видов трудовой деятельности. Подбор трудовых операций существенная задача дифференциальной восстановительной трудотерапии, это характеристика:

- а. общеукрепляющая трудотерапия.
- б. бытовая трудотерапия.
- в. развлекательная трудотерапия.
- г. восстановительная трудотерапия.

25. Характерны внутренняя уравновешенность, позитивный эмоциональный настрой, критичность по отношению к себе и терпимость к другим. Оптимистическая установка к жизни сохраняется после окончания профессиональной деятельности. Самооценка этой группы пожилых и старых людей довольно высока, они строят планы на будущее, рассчитывают на помощь окружающих для:

- а. Зависимый тип.
- б. Конструктивный тип.
- в. Защитный тип.
- г. Агрессивно-обвинительный тип.

26. Выражается в подчиненности супружескому партнеру или ребенку, в отсутствии высоких жизненных и профессиональных претензий. Эмоциональное равновесие поддерживается благодаря включенности в семейную среду и надежде на постороннюю помощь для:

- а. Зависимый тип.
- б. Конструктивный тип.
- в. Защитный тип.
- г. Агрессивно-обвинительный тип.

27. Характерны преувеличенная эмоциональная сдержанность, некоторая прямолинейность в поступках и привычках, стремление к «самообеспеченности», неохотное принятие помощи от других людей. Девиз людей с оборонительным отношением к наступающей старости — активность даже «через силу» для:

- а. Зависимый тип.
- б. Конструктивный тип.
- в. Защитный тип.
- г. Агрессивно-обвинительный тип.

28. Люди с таким набором черт стремятся «переложить» на других людей вину и ответственность за собственные неудачи, взрывчаты и подозрительны. Они не принимают свою старость, отгоняют мысль о выходе на пенсию характерен для:

- а. Зависимый тип.
- б. Конструктивный тип.
- в. Защитный тип.
- г. Агрессивно-обвинительный тип.

29. Прежде всего страдает у лиц пожилого возраста память:

- а. долговременная.
- б. кратковременная.
- в. рабочая.
- г. все варианты верны.

30. Семейное консультирование лиц пожилого возраста должно проводиться:

- а. только индивидуально.
- б. с присутствии родственников.
- в. только в группах.
- г. все варианты верны.

Интерпретация.

За каждый правильный ответ начисляется 1 балл. Если испытуемый набирает от 0 до 9 баллов, то его уровень знаний в области дисциплины «гуманистической концепции консультирования» **низкий**, если от 10 до 19 баллов – **средний**, если от 20 до 30 – **высокий**.

Ответьте на вопрос (или утверждение) - да или нет.

1. Старость может приближаться к человеку двумя путями: через физиологическое ослабление организма и путем снижения силы и подвижности психических процессов.
2. Первый период поздней взрослости часто называют геронтогенезом, или периодом умерения.
3. Мудрость — это когнитивное свойство человека, в основе которого лежит кристаллизованный, культурно-обусловленный интеллект и которое, по всей вероятности, связано с опытом и личностью человека.
4. Сенильная деменция — органическое заболевание мозга, отражающееся на адекватности мышления человека.
5. Основным показателем адаптации к выходу на пенсию является принятие старения за нормальное явление, а выход на пенсию — за заслуженный отдых после многих лет работы.
6. Среди физиологических синдромов наиболее часто встречаются у больных с расстройствами психической деятельности такие как: аффективные синдромы (депрессивные, страха, маниакальные), бредовые синдромы, синдром слабоумия, состояние психической спутанности.
7. Тревожно-депрессивный синдром: Больные меланхолией в позднем возрасте довольно часто бывают "озлоблены", а иногда на фоне подавленного тревожно-тоскливого настроения у них возникают "взрывы странной веселости"; нередко, особенно у

- женщин, отмечаются нелепые действия (танцы, прыганья) и циничные, подчас бесстыдные акты.
8. Аффективные расстройства: Этот синдром чаще всего встречается у больных в позднем возрасте. Уже само название синдрома показывает, что основные его проявления выражаются в тревоге и страхе, идее преследования, с включением в бред близких родственников и носят чаще всего конкретное, "бытовое содержание".
 9. Депрессивно-ипохондрический синдром: Больные на фоне угнетения и подавленного настроения постоянно жалуются на различного рода болевые ощущения в различных участках тела.
 10. К числу основных проблем старения относятся: одиночество, физическая болезнь, выход на пенсию, безделье, тяжелые утраты и плохое обращение
 11. Консультант при работе с пожилыми людьми должен: демонстрировать безусловное уважение к пожилым клиентам; апеллировать к их жизненному опыту; следить за созданием и поддержанием необходимого психологического климата, способствующего обоюдному доверию и обсуждению значимых проблем и др..
 12. Основная задача семейного психологического консультирования - помощь семье, имеющей пожилых людей, в создании оптимального внутрисемейного психологического климата.
 13. По мнению М. Ермолаевой, консультирование пожилых людей, перенесших утрату близкого, - это не такое тяжелое испытание для психолога, как работа с молодыми и зрелыми людьми в подобной ситуации, поскольку старики не так бурно проявляют свое горе и быстрее смиряются с ним.
 14. Целью групповой психотерапии лиц пожилого возраста являются привлечение их к социальному взаимодействию, повышение самооценки, усиление независимости, ориентация на реальность и постоянно меняющуюся действительность.
 15. При работе с лицами пожилого возраста должны использоваться только групповые методы работы.
 16. Трудотерапия — активный метод восстановления и компенсации нарушенных функций при помощи различной работы, направленной на создание полезного продукта.
 17. При работе с лицами пожилого возраста не используются методы когнитивно-поведенческого подхода.
 18. Основная проблема лиц пожилого возраста — страх одиночества.
 19. Время психологической консультации с лицами пожилого возраста ограничиваться самим клиентом.
 20. Понятие счастливая старость существует только в воображении лиц пожилого возраста.

Интерпретация.

За каждый правильный ответ начисляется 1 балл. Если испытуемый набирает от 0 до 6 баллов, то его уровень знаний в области дисциплины «гуманистической концепции консультирования» **низкий**, если от 7 до 13 баллов – **средний**, если от 14 до 20 – **высокий**.

В итоговой диагностике рекомендуется сочетать задания первого и второго тестов для того, чтобы слушатель был готов к работе с различными типами тестовых испытаний.

Темы эссе и мини- рефератов.

1. Основные теории старения.
2. Различные аспекты понимания мудрости.
3. Сравнительный анализ процессов старения у мужчин и женщин.
4. Виды старения и способы адаптации к данному периоду.
5. Социальная политика разных стран и пожилое население.
6. Общие психологические аспекты работы с психическими изменениями в пожилом возрасте.

7. Организация работы в Хэсэде с пожилыми людьми с психическими расстройствами.
8. Страхи и стрессоры людей в пожилом и старческом возрасте.
9. Особенности культуротерапия.
10. Проблемы старения: одиночество, физическая болезнь, выход на пенсию, безделье, тяжелые утраты и плохое обращение.
11. Теории и понимания одиночества в различных теоретических подходах современной науки.
12. Особенности различных видов трудотерапии.
13. Особенности использования психотерапевтических приемов в работе с пожилыми клиентами.
14. Групповые психотерапевтические методы работы с пожилыми людьми.
15. Формы психокоррекционных занятий, применяемые в гериатрии.
16. Поведенческая терапия.
17. Психотерапия в геронтопсихиатрических клиниках и специальных заведениях для пожилых.
18. Особенности использования различных групповых техник: групповая дискуссия, музыкотерапия, хореотерапия, психогимнастика и др..
19. Релаксационные методики, применяемые в работе с лицами пожилого возраста.
20. Арттерапия. Виды и технологии арттерапии, применяемые в гериатрии.
21. Аналитическая закрытая группа, особенности применения в тренинговой работе с лицами пожилого возраста.
22. Тематически - ориентированная группа, особенности применения в тренинговой работе с лицами пожилого возраста.
23. Понимание смерти в религиозном и культурном аспекте.
24. Ритуальное поведение как защитный механизм к потере близкого человека.
25. Типы реакций пожилых людей на утрату близких.
26. Депрессивные расстройства у пожилых.

ФОРМЫ ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ.

1. Изучение процессов старения российскими и зарубежными учеными.
2. Общие закономерности процесса старения человека.
3. Теории старения.
4. Молекулярные и клеточные механизмы старения.
5. Нейрогуморальные механизмы старения.
6. Теория Э.Эриксона о старости.
7. Теория старения В.В.Фролькиса.
8. Понятие календарного и биологического возраста.
9. Виды старения.
10. Кризисы человека в поздней взрослости.
11. Кризис ухода человека на пенсию.
12. Изменение статуса пожилого человека при выходе на пенсию.
13. Принятие человеком решения о выходе на пенсию.
14. Подготовка человека к выходу на пенсию.
15. Субъективное отношение человека к своей старости.
16. Проявления гедонистической направленности личности в пожилом возрасте.
17. Проявления эгоистической направленности личности в пожилом возрасте.
18. Духовно – нравственная, сущностная направленность личности в пожилом возрасте.
19. Доживание как вариант развития человека в поздней взрослости.
20. Смена ведущей деятельности как вариант развития человека в поздней взрослости.
21. Сохранение основного содержания жизни как вариант развития человека в поздней взрослости.
22. Поздняя зрелость как последний этап жизненного пути.

23. Обстоятельства, способствующие позитивному старению человека.
24. Личностные особенности человека в старости.
25. Когнитивные изменения в пожилом возрасте.
26. Функционирование сенсорных систем в старости.
27. Особенности памяти пожилого человека.
28. Мудрость человека как система знаний о мире.
29. Угасание когнитивной деятельности пожилого человека.
30. Деменции у пожилых людей.
31. Первичные причины ухудшения когнитивной деятельности пожилого человека.
Вторичные причины ухудшения когнитивной деятельности пожилого человека.
32. Компенсации старения мозга.
33. Непрерывность и изменения в пожилом возрасте.
34. Стили поведения человека в старости.
35. Семейные и личные связи пожилых людей.
36. Особенности приспособления пожилого человека к новым условиям жизни.
37. Эмоциональная стабильность в пожилом возрасте.
38. Проблемы возникновения страхов у пожилых людей.
39. Отношение пожилых людей к неизбежности смерти.
40. Пожилые люди и религия.
41. Развитие креативности, творческой активности человека в пожилом возрасте.
42. Пожилые люди и общественная деятельность.
43. Направления психологической работы с пожилыми гражданами.
44. Коррекция негативного состояния, проявляемого пожилыми людьми.
45. Сочетание психологической и медицинской составляющих в тренинговой работе с пожилыми людьми.
46. Особенности процесса старения и возрастные изменения в организме.
47. Специфика профилактики старения.
48. Аффективная сфера. Проявление эмоций в старости.
49. Психологический портрет старого человека. Классификация психических изменений в старости и типов психологического старения.
50. Психические изменения в старости. Основные психопатологические синдромы, наблюдающиеся в старости.
51. Психологические аспекты консультирования с пожилыми людьми.
52. Особенности использования психотерапевтических приемов в работе с пожилыми клиентами. Групповые психотерапевтические методы работы с пожилыми людьми.
53. Основные теории смерти, подход к смерти в различных культурах и религиях.
54. Требования к специалистам, осуществляющим психологическую работу с пожилыми гражданами. Критерии оценки эффективности работы с лицами пожилого возраста.
55. Использование в работе с пожилыми людьми методов основных практических направлений психологии

Темы рефератов и эссе.

1. Проблемы и специфика адаптация к пенсионному возрасту.
2. Сравнительный анализ программ адаптации к пенсионному возрасту с позиции междисциплинарного подхода.
3. Особенности профессионального старения, типы ориентации к труду в пожилом возрасте.
4. Особенности и характеристика одиночества в старости, специфика одинокого образа жизни.
5. Аспекты одиночества в старости в различных странах.
6. Характеристика и особенности семейных отношений пожилых и старых людей.
7. Основные теории смерти, подход к смерти в различных культурах и религиях.
8. Мысли о смерти и страх смерти: отрицание смерти, озабоченность смертью и

- значение смерти, перед лицом собственной смерти
9. Стадии приспособления к умиранию.
 10. Смерть как финальная стадия человеческого развития с позиции междисциплинарного подхода.
 11. Анализ альтернативных путей умирания.
 12. Горе и приспособление к тяжелой утрате: процесс горевания, утрата близкого человека в кросскультурной перспективе, ритуалы и обычаи.
 13. Техники индивидуального консультирования и психотерапии пожилых граждан.
 14. Правила психологической работы с пожилыми людьми.
 15. Особенности организация помощи пожилым клиентам в их личностном самоопределении.
 16. Требования к специалистам, осуществляющим психологическую работу с пожилыми гражданами.
 17. Эффективность применения методов саморегуляции в работе с пожилыми клиентами.
 18. Психологическая коррекция пожилых клиентов в кризисных ситуациях.
 19. Психологическое консультирование пожилых граждан, переживающих потерю близкого человека.
 20. Способы и методы психологической работы с проявлениями депрессивных состояний у пожилых людей.
 21. Техники индивидуального консультирования и психотерапии пожилых граждан.
 22. Правила психологической работы с пожилыми людьми.
 23. Организация помощи пожилым клиентам в их личностном самоопределении.
 24. Групповые психотерапевтические методы работы с пожилыми людьми.
 25. Механизмы лечебного действия межличностного взаимодействия в группе пожилых людей.
 26. Особенности использования психотерапевтических методов в групповой работе с пожилыми гражданами.
 27. Техники воспоминания: рассказ историй, личная биография, «обозрение жизни».
 28. Прием «ассоциаций» в работе с пожилыми.
 29. «Психотерапия средой» и метод «управляемого воображения» в психологической работе с пожилыми гражданами.
 30. Использование приемов поддерживающей психотерапии.
 31. Психотерапевтические подходы работы с депрессивным состоянием пожилых граждан, применение психо – социальных теорий.
 32. Обучение пожилых клиентов приемам саморегуляции с целью профилактики и устранения депрессивных состояний.
 33. Повышение адаптивных возможностей пожилого человека при помощи создания терапевтической среды.
 34. Методы бихевиоральной психотерапии.
 35. Методы когнитивно – бихевиоральной психотерапии.
 36. Методы интерперсональной психотерапии.
 37. Тренинговая работа с пожилыми людьми, использование ролевых игр и метода «психодрамы».
 38. Применение в работе с пожилыми телесно – ориентированной терапии.
 39. Социально-психологические методы в работе с пожилыми людьми.
 40. Психологическая работа по преодолению горя.
 41. Психологическая работа с пожилыми людьми в условиях дома-интерната.
 42. Психологическая помощь семейным помощникам.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

7.1. Список основной литературы

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учебник для студентов вузов/ Г. С. Абрамова. - М.: Юрайт, 2010. - 811 с.
2. Орлова Е. А. Клиническая психология [Электронный ресурс] : учеб. : рек. Мин. обр. РФ / Е. А. Орлова, Н. Т. Колесник ; отв. ред. Г. И. Ефремова. - М. : Юрайт, 2012. - 363 с.

7.2. Список дополнительной литературы

1. Абрамова М.Д. Психология человеческой жизни. Исследования геронтопсихологии. - М., 2001.
2. Александрова М.Д. Отечественные исследования социальных аспектов старения / Психология старости и старения. М., 2003.
3. Александрова М.Д. Старение: социально-психологический аспект // Психология старости и старения. М., 2003.
4. Александрова М.Д. Проблемы социальной и психологической геронтологии. СПб., 2004.
5. Альперович В.Д. Проблема старения. Демография, психология, социология. М., 2004.
6. Ананьев Б.Г. К проблеме возраста в современной психологии // Психология старости и старения. М., 2003.
7. Анушин В.С. Некоторые проблемы социологии старости // Психология старости и старения. М., 2003.
8. Анциферова Л.И. Психология старости: особенности развития личности в период поздней взрослости // Психологический журнал. 2001. № 3
9. Краснова О.В., А.Г. Лидерс. Социальная психология старости. - М., 2002.
10. Крутько В.Н. Профилактика старения: контуры новой науки // Физиология человека. 2000. №5. с.137-144.
11. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: развитие человека от рождения до поздней зрелости, М,- 2003.
12. Малкина – Пых И.Г. Кризисы пожилого возраста. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 368 с. – (Справочник практического психолога.)
13. Тренинг познавательных процессов лиц пожилого и старческого возраста. – Фролькис В.В. Старение и увеличение продолжительности жизни. Л.: Наука, 1988.
14. Холостова Е.И. Пожилой человек в обществе. Ч.1,2. - М., 2005. – 450 с.
15. Шапиро В.Д. Человек на пенсии (социальные проблемы и образ жизни). - М., 2004. – 230 с.

7.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Журнал Психологическая наука и образование

Адрес сайта: <http://www.psyedu.ru/> (Российский)

Электронный журнал "Психологическая наука и образование" - специализированное научно-практическое издание предназначенное для широкого круга читателей: психологов, педагогов, студентов, изучающих психологию и др. Тематические рубрики. Содержание текущего номера. Психология в школе.

Вопросы психологии

Адрес сайта: <http://www.voppsy.ru/> (Российский)

Электронная версия журнала "Вопросы психологии". Представлены статьи российских и зарубежных психологов (номера за 1983-1993 годы), систематизированные по году выпуска и рубрикам, а также содержания номеров за 1985-2007 годы.

Культурно-историческая психология

Адрес сайта: <http://www.psyjournals.ru/kip/> (Российский)

Международный научный журнал «Культурно-историческая психология». Периодическое специализированное научное издание для психологов, историков и методологов науки, философов, дефектологов, антропологов — специалистов в смежных областях

фундаментального и прикладного человекознания. Журнал рекомендован Высшей аттестационной комиссией (ВАК) Министерства образования РФ в перечне ведущих научных журналов и изданий для публикации научных результатов диссертационных исследований.

Московский психотерапевтический журнал

Адрес сайта: <http://magazine.mospsy.ru/> (Российский)

"Московский психотерапевтический журнал" - первое отечественное издание, целиком посвященное вопросам психотерапии и психологического консультирования.

Специализированное психологическое научно-аналитическое издание. Получил признание не только специалистов, работающих в различных областях психологической науки и практики, но и представителей других профессий: среди его подписчиков и читателей – врачи, учителя, философы, священники, военные и пр.

Экспериментальная психология

Адрес сайта: <http://psyjournals.ru/exp/> (Российский)

Московский городской психолого-педагогический университет приступает к выпуску нового профессионального научного журнала, посвященного проблемам эксперимента в психологии.

8. Перечень информационных технологий

Приборы, материалы и оборудование

Учебной программой дисциплины предусмотрено использование следующих технических средств обучения: слайд-проектор с экраном; телевизор с DVD-проигрывателем, ноутбуки с установленными программами и выходом в Интернет.

и наглядных пособий: DVD-диски с электронными учебниками по программам, входящим в учебный курс, батарея диагностических методик (Мотивы выбора профессии, Стиль поведения, Уровень личностной зрелости, Уровень самостоятельности, Умение организовать свою деятельность, Умение слушать, Уверенность в себе, Терпимость к людям, Степень выраженности творческого потенциала).

9. Программное обеспечение

Microsoft Open License (Windows XP, 7, 8, 10, Server, Office 2003-2016), Лицензия 66920993 от 24.05.2016, до 31.05.2018.

Microsoft Open License (Windows XP, 7, 8, 10, Server, Office 2003-2016), Лицензия 66975477 от 03.06.2016, до 30.06.2018.

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный, Лицензия 1FB6151216081242, ежегодное обновление.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 03B6A3C600B7ADA9B742A1E041DE7D81B0
Владелец: Артеменков Михаил Николаевич
Действителен: с 04.10.2021 до 07.10.2022