



Міністерство освіти і науки України
Мукачівський державний університет
Кафедра психології



РОБОТА ПСИХОЛОГА З ЛЮДЬМИ ПОХИЛОГО ВІКУ

**Методичні вказівки
до проведення практичних занять та організації
самостійної роботи**

для здобувачів спеціальності 053 «Психологія» ОС «Магістр» денної та заочної
форм навчання

Мукачево 2022

УДК 159-051:[159.922.6-053.9](076)(075.8)

*Розглянуто та рекомендовано до друку науково-методичною
радою Мукачівського державного університету
протокол № 7 від 10. 02. 2022 р.*

*Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри психології
протокол №11 від 20.01.2022 р.*

Укладач: Барчій М.С. – ст. викладач кафедри психології.

Рецензент: доктор філософії, ст. викладач кафедри англійської мови,
літератури з методиками навчання Фельцан І. М.

P58

Робота психолога з людьми похилого віку: методичні вказівки до проведення практичних занять та організації самостійної роботи для здобувачів спеціальності 053 «Психологія» ОС «Магістр» денної та заочної форм навчання / укладач Барчій М.С. – Мукачево: МДУ, 2022. - 35 с. (1,45 др. арк.)

Методичні вказівки розроблені для ознайомлення майбутніх фахівців із структурою та змістом дисципліни «Робота психолога з людьми похилого віку», надання їм конкретної методичної допомоги під час аудиторних навчальних занять, науково-пошукової та дослідницької роботи, самостійної підготовки. Дані методичні вказівки передбачають різні варіанти самостійного пошуку знань та індивідуального опрацювання матеріалу здобувачами. Методичні матеріали містять вступ, вказівки до виконання самостійної роботи, перелік тем для самостійного вивчення та індивідуальної роботи, тестові завдання для самоконтролю, список рекомендованої літератури. Методичні вказівки адресовано викладачам та здобувачам спеціальності 053 «Психологія».

© МДУ, 2022

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
І. МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ПІДГОТОВКИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ, САМОСТІЙНОЇ ТА ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ.....	5
1.1 Зміст питань за темами, що виносяться на СРС та ІНДЗ.....	6
1.2 Теми та зміст практичних занять.....	8
ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ.....	30
ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	32
Ключі до тестових завдань.....	34

ВСТУП

У процесі вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Робота психолога з людьми похилого віку» здобувачі ознайомляться з психологією старості та соціально-психологічними проблемами літніх людей, організацією соціально-психологічної допомоги людям похилого віку.

Методичні вказівки укладено з метою допомоги здобувачам вищої освіти в теоретичному опануванні дисципліни «Робота психолога з людьми похилого віку» та формуванні загальних та фахових компетентностей, активізації самостійної пошукової роботи здобувачів, мотивації їх до поглибленого вивчення дисципліни та оволодінням соціальними компетентностями.

Методичні вказівки містять тестові завдання, проблемні та практичні завдання (заповнення таблиць, складання структурно-логічних схем, термінологічних словників, аналіз психологічних ситуацій), контрольні питання.

В результаті вивчення дисципліни здобувач вищої освіти знатиме: предмет та завдання геронтопсихології; методологію та деонтологію вивчення старості та старіння; теорії старіння; психологічний смисл кризи пізнього віку; особливості розвитку пізнавальної сфери в пізньому віці; особливості особистості літніх та старих людей; специфіку міжособистісних взаємин літніх людей у сім'ї; особливості адаптації літніх людей у групі та суспільстві; особливості психологічного консультування літніх людей; психотерапевтичні методи роботи з літніми людьми; особливості роботи психолога в будинках-інтернатах для літніх людей; особливості психологічного супроводу важких втрат літніх людей; організацію та зміст психологічної допомоги важкохворим людям.

На основі засвоєння теоретичних положень курсу здобувач вищої освіти вмітиме: визначати тип адаптації особистості до старості; ймовірні причини виникнення неконструктивного ставлення до старості, передчасного старіння; визначати психологічну готовність людини до виходу на пенсію та здійснювати психологічну підготовку до виходу на пенсію; визначати адекватну стратегію психологічної допомоги важкохворим літнім людям здійснювати психологічний супровід літніх людей в ситуаціях важких втрат; здійснювати профілактичну та психотерапевтичну роботу з сім'єю літніх людей; будувати ефективну консультативну бесіду з літнім клієнтом.

Засвоєння навчальної дисципліни сприятиме в досягненні програмних результатів навчання: розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість; розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість; емпатійно взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові особливості.

I. МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ПІДГОТОВКИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ, САМОСТІЙНОЇ ТА ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ

Мета практичних занять полягає у закріпленні і поглибленні набутих теоретичних знань здобувачів, опануванні навичками їх застосування при вирішенні конкретних процесуальних ситуативних питань, контролі за засвоєнням матеріалу, стимулюванні самостійної роботи щодо засвоєння основних положень дисципліни.

Тематичним планом передбачено проведення практичних занять з основних тем дисципліни. На практичних заняттях використовуються різні форми та методи контролю знань: усне опитування, дискусія, доповіді, презентації, есе та їх обговорення, вирішення практичних завдань, тестовий контроль. Практичні заняття можуть проходити в різних формах: співбесіда, доповідь, дискусія, колоквиум, рольові ігри, вправи, презентації та ін.

Метою самостійної роботи здобувача (СРС) є забезпечення засвоєння у повному обсязі навчальної програми шляхом свідомого закріплення, поглиблення і систематизації набутих теоретичних знань, а також опанування навичок роботи з навчальною та науково-методичною літературою, вміння вільно орієнтуватися в інформаційному просторі.

Пошуково-аналітична робота є складовою СРС і полягає у проведенні самостійного пошуку джерел науково-теоретичного і практичного характеру з тем дисципліни «Робота психолога з людьми похилого віку», що дозволяє глибше і детальніше опанувати всі питання, визначені тематичним планом.

З урахуванням змісту, цілей та завдань, що вирішуються у процесі СРС з дисципліни «Робота психолога з людьми похилого віку», вирізняються два її основних види:

I – СРС, що забезпечує підготовку до поточних аудиторних занять і вивчення окремих тем або питань, передбачених для самостійного опрацювання;

II – пошуково-аналітична робота.

Для реалізації СРС у процесі вивчення навчальної дисципліни здобувачі виконують завдання різних типів і рівнів складності.

Перший рівень СРС забезпечує засвоєння предметних знань, основних понять та термінів, видів та способів діяльності, формування навичок, умінь, але не передбачає самостійного застосування набутого.

Другий рівень СРС формує певні навички та вміння самостійно застосовувати засвоєні знання для виконання певних завдань:

- виконання вправ, тестів, розв'язання практичних ситуацій за;
- підготовка контрольних запитань для перевірки рівня засвоєння навчального матеріалу теми;
- узагальнення теоретичних матеріалів за допомогою опорно-інформаційних схем;

– підготовка письмових робіт аналітичного характеру за тематичними матеріалами (тренінгів, просвітницьких матеріалів, консультацій) тощо.

Третій рівень передбачає самостійний інформаційний пошук, прийняття самостійних рішень та творчий рівень застосування набутих знань, навичок, умінь:

– підготовка тез доповіді, пропозицій. Перевага надається завданням, які забезпечують алгоритмічно-дійовий та творчий рівень засвоєння знань, серед яких: завдання на вміння розв'язувати задачі; аналізувати ситуації, випадки. Факт виконання таких завдань свідчить про прагнення здобувачів до самореалізації та професійної рефлексії в процесі навчання.

Самостійна робота може включативсі вищезазначені типи СРС або їх частини в найрізноманітніших співвідношеннях.

Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ) – є окремим видом самостійної роботи здобувачів. Це вид позааудиторної індивідуальної роботи здобувача навчального, навчально-дослідницького чи проектно-конструкторського характеру, яке використовується в процесі вивчення програмного матеріалу навчальної дисципліни. Протягом семестру здобувач виконує одне із наведених завдань за вибором.

Вимоги до оформлення індивідуальних завдань.

Індивідуальне завдання оформляється здобувачем самостійно у вигляді окремого звіту, надрукованого на комп'ютері: шрифт – 14, інтервал – 1,5, відступ – 1,25 см, ліве поле – 20 мм, праве – 20 мм, верхнє і нижнє – 20 мм.

Рекомендується така структура індивідуального завдання:

- титульна сторінка;
- зміст;
- послідовне висвітлення змісту розділів питання;
- список використаної літератури;
- презентація PowerPoint (за необхідністю).

Критерії оцінювання самостійної роботи та індивідуальних завдань доводяться до відома здобувачів на практичних заняттях.

1.1 Зміст питань за темами, що виносяться на СРС та ІНДЗ

Питання для самостійного опрацювання, які не викладаються на лекціях

Тема №1

1. Розвиток вітчизняної геронтопсихології та геронтології.
2. Актуальні проблеми та завдання сучасної геронтопсихології.
3. Психодіагностичні методики в роботі з людьми похилого віку.

Рекомендована література: [3; 5; 8; 13; 18;]

Тема №2.

1. Криза похилого віку.
2. Скласти таблицю патологічних змін психіки у пізньому віці.
3. Задоволеність життям у старості. Щаслива старість.
4. Психологічна корекція пізнавальної сфери літньої людини.
Рекомендована література [1; 2; 3,8; 9; 14; 15,17]

Тема №3.

1. Образ старості в сучасній культурі.
2. Компетентність в старому віці - можливість повноцінної життєдіяльності у суспільстві.
3. Суспільна активність людей похилого віку.
4. Соціальні стереотипи старості.
Рекомендована література: [1; 2;3;5; 8; 9; 10; 17; 18]

Тема №4.

1. Робота психолога з персоналом соціальних служб.
2. Типи геронтологічних установ.
3. Неформальна освіта людей похилого віку.
4. Психологічна допомога важкохворій людині.
Рекомендована література: [2; 4; 5; 7; 8; 10; 12;19]

Тема № 5.

1. Позитивна психотерапія в роботі з людьми похилого віку.
2. Методи когнітивної та поведінкової терапії літніх людей.
3. Терапія спогадами.
4. Тренінгова робота з людьми похилого віку.
Рекомендована література: [1;2; 4; 5; 7; 8; 12; 18;19]

В межах змістових модулів індивідуальна робота може передбачати наступні завдання:

1. Скласти систему профілактичних заходів з попередження соціальної ізоляції осіб похилого віку.
2. Підготувати напівпроективне інтерв'ю «сімейний фотоальбом» із метою встановлення ступеня задоволеності життям людей похилого віку. Яку роль відіграє осмислення минулого, віднайдення в ньому сенсу й формування з'язного образу пережитого в переживанні насиченості життя та задоволеності прожитим в старості?
3. Розробити план вільного інтерв'ю і з'ясувати основні положення кодексу дружби та головні вимоги до друзів у людей похилого віку. В чому полягають основні відмінності дружніх стосунків людей похилого віку та юнаків?
4. Здійснити контент-аналіз ЗМІ з метою встановлення особливостей стереотипізації старших людей. Яким чином виявлені стереотипи відображаються на самопочутті старших людей суспільстві?

5. Скласти опорний конспект лекції на тему: «Проблема насильства в літньому віці».
6. Розробити тренінг «Психологія стресу у людей літнього віку».
7. Підготувати програму майстер – класу «Щаслива старість».
8. Скласти програму вебінару для соціальних працівників «Соціально-психологічна типологія осіб похилого віку та старіння».
9. Скласти рекомендації з корекції пам'яті, уваги та уяви літніх людей.
10. Розробити тренінг-практикум «Використання навичок та технологій професійної саморегуляції в роботі практичного психолога».
11. Підібрати методичні матеріали для тренінгу з людьми похилого віку «Мистецтво спілкування».
12. Скласти програму факультативного курсу для людей похилого віку «Психологія старості».
13. Підібрати методичні матеріали для тренінгу з людьми похилого віку для корекції життєвих настанов та самооцінки.
14. Скласти сценарій літературного вечора для людей похилого віку за творами М. Дочинця («Многі літа, благі літа», «Різотравя» та ін.).
15. Розробити програму з психокорекції негативних емоційних станів осіб похилого віку.

1.2 Теми та зміст практичних занять.

Практичне заняття 1. Вступ до геронтопсихології

План

1. Геронтологія як комплексна міждисциплінарна науково-прикладна галузь знань.
2. Предмет та завдання геронтопсихології.
3. Етапи становлення геронтології та геронтопсихології.
4. Методи соціально-психологічних досліджень у геронтопсихології.

Рекомендована література [1,2,3,4,5,6,7,8,12,17,20]

Пояснити основні поняття: геронтологія, геронтопсихологія, старість, старіння, геріатрія, біологічне, соціальне, психологічне старіння, геронтогенез.

Питання для контролю

1. Чому геронтологія є міждисциплінарною наукою?
2. Охарактеризуйте розвиток вітчизняної геронтопсихології та геронтології.
3. Які головні завдання сучасної геронтопсихології ?
4. Які основні напрями досліджень старіння ?
5. Які етапи становлення геронтопсихології ?
6. Які основні види досліджень у геронтопсихології?

7. Які труднощі можуть виникати під час діагностичного обстеження людей похилого віку?

Практична частина

Проблемно- творчі запитання та завдання

1. Чому старість окремі науковці порівнюють з дитинством?
2. Чому старість з точки зору культурно-історичного розвитку людства – один із наймолодших періодів?
3. Проаналізуйте причини активізації інтересу в суспільстві до психологічних проблем старості.
4. Скласти схеми різних підходів дослідників до геронтогенезу.
5. Накреслити схему міжпредметних зв'язків геронтопсихології.
6. Презентація методик дослідження у геронтопсихології.
7. Скласти таблицю історії становлення геронтології та геронтопсихології.

Тестові завдання

1. Особливості психології людей похилого віку досліджуються:

- 1) гендерною психологією;
- 2) соціальною психологією;
- 3) геронтопсихологією;
- 4) теорією генетично запрограмованого старіння.

2. Геронтогенез – це:

- 1) період старіння, який розпочинається після 60 років;
- 2) період старіння, який розпочинається після 90 років;
- 3) період старіння, який розпочинається після 40 років;
- 4) період старіння, який триває до 60 років.

3. Галузь медицини, яка вивчає хвороби людей пізнього віку та методи їх лікування називається:

- 1) геогігієна;
- 2) геронтологія;
- 3) геріатрія;
- 4) геронтопсихологія

4. Закономірності розвитку психіки людей похилого віку вивчає:

- 1) геронтологія;
- 2) геронтопсихологія;
- 3) геріатрія;
- 4) демографія;
- 5) вікова психологія.

5. Патологічне старіння спричинене:

- 1) різноманітними захворюваннями;
- 2) старінням скелету;
- 3) патопсихологією;
- 4) спадковістю;
- 5) віком людини.

6. Геронтологи розрізняють кілька видів старості:

- 1) хронологічну
- 2) фізіологічну
- 3) психологічну
- 4) моральну
- 5) соціальну

7. Старіння органів, функціональних систем, психологічних процесів відбувається:

- 1) фронтально;
- 2) нерівномірно;
- 3) лінійно.

8. Руйнівний процес, що неминуче розвивається з віком в результаті наростаючої шкідливої дії екзогенних факторів, називається:

- 1) старістю;
- 2) старінням;
- 3) деградацією.

9. Процес стабілізуючий життєдіяльність організму, спрямований на попередження пошкодження живих систем з віком, називається:

- 1) вітауктом;
- 2) імунітетом;
- 3) стабільністю

10. Основним завданням сучасної геронтології є:

- 1) поліпшення матеріального становища літніх людей
- 2) подовження періоду старості
- 3) боротьба з природним старінням
- 4) боротьба з передчасним старінням, збереження здоров'я і активного довголіття.

11. Старість є:

- 1) патологічним процесом, що відбувається в організмі з віком
- 2) заключним періодом вікового розвитку організму людини
- 3) природною хворобою

12. Збільшення частки літніх і старих людей в усьому населенні - це старіння:

- 1) патологічне
- 2) соціальне
- 3) демографічне
- 4) психічне

13. У соціальному аспекті геронтологія вивчає (зазначити неправильний варіант):

- 1) місце і положення старих людей у суспільстві;
- 2) соціальну політику щодо старих людей;
- 3) індивідуальні переживання старих людей;
- 4) психологію літніх і старих людей.

14. Назвіть ім'я вченого, який написав першу працю, присвячену психологічному аналізу старіння:

- 1) Гіппократ;
- 2) С. Холл;
- 3) І. Мечников;
- 4) В. Фролькіс.

15. Назвіть напрям дослідження в геронтопсихології, який, наприклад, дозволяє вивчити період адаптації в кількох вікових групах:

- 1) експериментальна маніпуляція;
- 2) описовий;
- 3) культурно-генетичний;
- 4) структурний.

Практичне заняття 2. Літня людина як суб'єкт вікових змін

План

1. Специфічні особливості розвитку в пізньому віці.
2. Загальна характеристика інтелекту в старості.
3. Механізми компенсації зниження інтелектуальної діяльності в старості
4. Особистісний розвиток в пізньому віці.
5. Психологічний вітаукт.
6. Патологічні зміни психіки в літньому віці.

Рекомендована література [1,2,3,4,5,6,7,8,12]

Пояснити основні поняття: інтелект, мудрість, експертні знання, модель мудрості, вербальний інтелект, деменції, спогади, кристалізований інтелект, творчі здібності, концентрація уваги, переключення уваги, сенсорна пам'ять, первинна пам'ять, вторинна пам'ять, третинна пам'ять, спогади, мова, мовлення, уява, творчі здібності, психологічний вітаукт, іпохондрія, депресія, тривожність, сум.

Питання для контролю

1. Які інтелектуальні зміни відбуваються в пізньому віці?
2. Які когнітивні властивості мудрості ?
3. Які чинники запобігають зниженню інтелектуальної активності в старості?
4. Які основні механізми компенсації зниження інтелектуальної активності в пізньому віці?
5. Які особливості взаємозв'язку фізичного здоров'я та інтелектуальної активності людей похилого віку?
6. Які особливості уваги та пам'яті людей літнього віку?
7. Які головні завдання особистісного розвитку людини похилого віку?
8. Які емоційні стани притаманні людям похилого віку?
9. Що складає новоутворення в розвитку особистості у старості?

Практична частина

1. Опишіть відомих Вам літніх людей, що проявляють ознаки мудрості.

2. Складіть рекомендації щодо збереження інтелектуальної активності людей похилого віку.

3. Виділіть механізми підтримання позитивної самооцінки людини похилого віку.

4. Вкажіть гендерні відмінності старіння.

5. Визначте мету та завдання психологічної підтримки в період кризи пізнього віку.

6. Проаналізуйте запропоновані ситуації, складіть рекомендації щодо гармонійного розвитку особистості.

1) Світлана Карпівна, жінка 65 років. Проживає з чоловіком, дочкою та онуками у двокімнатній квартирі. Все життя пропрацювала прибиральницею у школі. Зараз прибирає під'їзди, чоловік інколи допомагає у роботі, а іноді і руку на неї піднімає. Грошей не вистачає. Найбільша турбота Світлани Карпівни – дочка Наталя та онуки – Сергійко, дев'ятикласник та однорічний Артем. У Наталі доля не складається, чоловіки біля неї надовго не затримуються. Сергій прогулює уроки, зв'язався з поганою компанією. Одна відрода у Світлани Карпівни – Артемчик.

2) Корній Іванович, чоловік 68 років. Зараз не працює, колись був бригадиром у колгоспі. Живе у селі у власній хаті з дружиною, родиною меншого сина. Старший син з родиною живе у сусідній хаті. Керує всім – Мотря Петрівна, дружина Корнія Івановича а на нього вже мало зважають. Родини дітей постійно сваряться між собою та з Мотрею Петрівною. Тікаючи від цього, Корній Іванович почав ще більше пити. У останній час ще є серце почало частіше «хватати».

3) Людмила Володимирівна, жінка 74 років. Обличчя з гладкою рожевою шкірою, зморшок мало, руки молоді, доглянуті, довгі, покриті лаком нігті, майже весь час лежить, піднімається лише щоби поїсти і за потреби, не вулицю не виходить узагалі. Живе багато років із чоловіком у громадянському шлюбі. Дітей не має. Жаліється на здоров'я, на те, що немає кому робити домашню роботу. У голосі відчутна образа...

6. Підібрати та проаналізувати прислів'я про старість і старіння.

7. Презентація методик дослідження пізнавальних та емоційно-вольових процесів людей похилого віку.

Тестові завдання

1. До соціальних чинників інтелектуальної активності людини у старості належать:

1) соматичний стан;

- 2) психічне здоров'я;
- 3) освіченість;
- 4) емоційність.

2. Відомий піаніст А.Рубінштейн, що продовжував свою виконавську діяльність у віці 80 років, під час концертів виконував не весь свій репертуар, а лише декілька відносно невеликих п'єс. Який компенсаторний механізм ілюструє даний приклад?

- 1) селекція
- 2) сенсibiliзація
- 3) компенсація.

3. Вершинне утворення інтелектуального розвитку людини в похилому віці:

- 1) прозоріння;
- 2) творчість;
- 3) інтегрованість;
- 4) мудрість.

4. Мудрість це:

- 1) свідомі зусилля для підтримання розумової активності і розширенням соціальних контактів з людьми молодшої вікової групи;
- 2) експертна система знань людини, орієнтована на практичну сторону життя, що дозволяє виносити виважені судження та давати корисні поради по життєво важливих питаннях;
- 3) зменшення рівня сучасних знань, пов'язане із погіршенням можливостей до навчання.

5. З віком відбуваються зміни в процесі мислення, які виражаються в:

- 1) ослабленні критичності мислення: воно стає все менш об'єктивним і невиправдано категоричним;
- 2) порушенні свідомості і планомірності;
- 3) конкретизації і зіскакування.

6. Як співвідноситься між собою динаміка змін поточного та кристалізованого інтелекту на етапах дорослості:

- 1) відбувається зростання можливостей першого і другого;
- 2) перший знижується, а другий зростає;
- 3) інтелектуальні можливості з віком в цілому погіршуються.

7. Які когнітивні утворення не входять до структури мудрості:

- 1) знання практичної сторони життя;
- 2) знання функціонального призначення речей; знання, що враховують мінливість життя;
- 3) знання подій власного життя та історичних змін;
- 4) знання, що включають розуміння відносності соціокультурних цінностей та цінностей життя;
- 5) теоретичні знання високого рівня узагальнення.

8. В чому полягає функціональне призначення інтелекту людини в старості згідно до періодизації когнітивного розвитку Шайї:

- 1) досягнення;
- 2) адміністрування;
- 3) надбання;
- 4) виконання соціальних зобов'язань;
- 5) реінтегрування.

9. Назвіть домінуючий компонент самооцінки людини похилого віку:

- 1) когнітивний
- 2) поведінковий;
- 3) емоційний;
- 4) інтерактивний.

10. Визначте назву фіксації людей похилого віку на власному здоров'ї:

- 1) іпохондрична фіксація;
- 2) психосоматична фіксація;
- 3) тривожна фіксація;
- 4) нав'язлива фіксація.

11. Назвіть вид цінностей, якій домінує серед людей похилого віку:

- 1) фізіологічні;
- 2) екзистенціальні;
- 3) соціальні;
- 4) інструментальні.

12. Визначте сутність поняття «вітаукт»:

- 1) механізм саморегуляції;
- 2) узагальнене уявлення людини про саму себе;
- 3) характеристика стану і працездатності систем організму;
- 4) стійкість організму до впливу шкідливих чинників.

13. Який процес свідомості забезпечує в старості збереження цілісного уявлення про себе та надання життю сенсу і зв'язності:

- 1) створення уявних образів можливого майбутнього;
- 2) сприймання нової інформації про оточуючий світ;
- 3) ретроспективний самоаналіз пережитого.

14. Представники якого віку найбільше зайняті спогадами та самоаналізом:

- 1) юнацького,
- 2) раннього дорослого віку,
- 3) середнього дорослого віку,
- 4) пізнього дорослого віку.

15. Усвідомлення найвищої цінності основного змісту життя, що не можуть перекреслити ні фізичні страждання, ні сама смерть, притаманні:

- 1) особам похилого віку з гедоністичною спрямованістю;
- 2) особам похилого віку з егоїстичною спрямованістю;
- 3) особам похилого віку з духовно-моральною і сутнісною спрямованістю;
- 4) особам похилого віку незалежно від спрямованості особистості.

Практичне заняття 3. Літня людина в суспільстві, сім'ї та культурі

План

1. Соціальні фактори, що визначають статус людей похилого віку у суспільстві.
2. Якість життя людини похилого віку.
3. Соціальні стереотипи старості.
4. Питання підготовки людини до виходу на пенсію.
5. Сім'я у пізньому житті та людина похилого віку у сім'ї.

Рекомендована література [1,2,3,4,5,6,7,8,12,18]

Пояснити основні поняття: ейджизм, геронтофобія, вихід на пенсію, якість життя, пенсійна зрілість, забезпечена старість, незабезпечена старість, сімейні стосунки, особистісні взаємини, сімейні ролі, егалітарний шлюб, самотність, компенсаторні механізми поведінки, стереотипи старості.

Питання для контролю

1. Які чинники зумовлюють специфічне положення старіючої людини у суспільстві?
2. Які чинники зумовлюють якість життя людини похилого віку ?
3. Які позитивні та негативні стереотипи старості?
4. Які етапи підготовки до виходу на пенсію?
5. Які чинники зумовлюють вихід на пенсію?
6. Яку роль відіграє сім'я в житті людини похилого віку?
7. Які наслідки зумовлює втрата соціальних зв'язків у людей похилого віку?
8. Які соціально-психологічні чинники зумовлюють самотність у старості?
9. В чому полягає система профілактичних заходів з попередження соціальної ізоляції осіб похилого віку?

Практична частина

1. Складіть рекомендації з подолання кризи похилого віку.
2. Проаналізуйте вплив на психіку людини похилого віку продовження нею професійної діяльності.
3. Окресліть особливості сімейних ролей людей похилого віку.
4. Здійсніть контент-аналіз ЗМІ з метою встановлення особливостей стереотипізації старших людей. Яким чином виявлені стереотипи відображаються на самопочутті старших людей суспільстві?
5. Проаналізуйте здобутки українських вчених довгожителів.
6. Складіть рекомендації щодо підготовки до виходу на пенсію.

7. Умови та чинники довголіття.

8. *Аналіз практичних ситуацій:*

1. Одна жінка, що півроку тому вийшла на пенсію, ділиться враженнями: «Я раніше як оглушена була, всієї краси природи не помічала, але ж кожний листочок, кожна квіточка життя радіє. Як добре, що тепер я стала це помічати».

Поясніть причини зміни сприймання дійсності жінкою.

2. Грандма Мозес майже у вісімдесят років відчула прагнення зайнятись живописом і втілила його в життя. Жінка мала великий успіх у публіки своїми виставками й ілюстраціями в журналах.

Визначте, які потреби активізувались у жінки, та які наслідки для її психіки це мало.

9. Презентація методик дослідження («Ваш психологічний вік» (С.С. Степанов), методика «Мотивація афіліації» (А. Меграбян та М.Ш. Магомет-Емінов), методика «Схильність до самотності» (В.Б. Нікішина і Т.Д. Василенко) та ін.)

Тестові завдання

1. Усвідомлення найвищої цінності основного змісту життя, що не можуть перекреслити ні фізичні страждання, ні сама смерть, притаманні:

- 1) особам похилого віку з гедоністичною спрямованістю;
- 2) особам похилого віку з егоїстичною спрямованістю;
- 3) особам похилого віку з духовно-моральною і сутнісною спрямованістю;
- 4) особам похилого віку незалежно від спрямованості особистості.

2. Яка з теорій старіння стверджує, що кожне покоління людей є унікальним і володіє тільки йому властивим досвідом?

- 1) теорія активності;
- 2) теорія субкультури;
- 3) теорія «вікової стратифікації»;
- 4) теорія звільнення.

3. Теорія, відповідно до якої люди в процесі старіння відчужуються від тих, хто є молодшим:

- 1) теорія звільнення;
- 2) теорія меншості;
- 3) теорія «вікової стратифікації»;
- 4) теорія субкультури.

4. Погляд на старість як на період девіантності є характерним для:

- 1) теорії звільнення;
- 2) теорії активності;
- 3) теорії маргінальності;
- 4) теорії вікової стратифікації

5. Найхарактернішими рисами старечої депресії є :

- 1) піднесений настрій;

- 2) постійно знижений настрій;
- 3) думки про те, що життя прожите даремно, почуття провини

6. В основі якого підходу до вивчення старості лежить «модель дефіциту»?

- 1) соціального;
- 2) біологічного;
- 3) когнітивного

7. Стан, при якому людина надмірно стурбована своїм здоров'ям, це:

- 1) прогерія;
- 2) іпохондрія;
- 3) депресія.

8. Стадії помирання за Р.Ноесом включають:

- 1) опір, огляд життя, трансцендентність;
- 2) гнів, заперечення, опір;
- 3) заперечення, торги, депресія, прийняття.

9. Прийняття смерті – це неперервний процес, що поділяється на ряд фаз. Яка фаза пов'язана з переживанням людиною стану фрустрації, що викликаний усвідомленням загибелі її планів та сподівань:

- 1) заперечення;
- 2) гнів;
- 3) торги;
- 4) депресія;
- 5) прийняття.

10. Змінами в емоційній сфері літньої людини є:

- 1) труднощі у пристосуванні до непередбачених обставин;
- 2) неконтрольоване посилення афективних реакцій;
- 3) відмова від адаптації до нових норм, цінностей, манер поведінки.

11. Теорії, згідно яких старіння організму відбувається внаслідок випадкових внутрішніх чи зовнішніх пошкоджень, - це:

- 1) стохастичні теорії старіння;
- 2) соматичні теорії старіння;
- 3) теорії генетично запрограмованого старіння;
- 4) теорії, що пов'язують старіння із пошкодженням ДНК у генах.

12. Визначте тип взаємин між старим подружжям за характеристикою: живуть разом ніби за звичкою, за довге життя в них накопичилося стільки образ один на одного, що під їх вантажем забулося первісне почуття, яке об'єднало цих осіб колись:

- 1) закохані друзі;
- 2) партнери-конкуренти;
- 3) співіснувальники;
- 4) незадоволені.

13. Негативне упереджене ставлення соціуму до старості, її знецінення – це опис якого явища:

- 1) інфантилізм,
- 2) ейджизм,
- 3) фемінізм,
- 4) ювеналізм.

14. Визначте сутність сімейної соціальної ролі «національна гвардія» старих людей як бабусь і дідусів:

1) прагнення зберегти сімейні духовні цінності, підтримувати цілісність, спадкову єдність родини, владнання конфліктів між своїми дорослими дітьми і внуками;

2) активна участь у житті родини, виховання підростаючого покоління

3) прагнення бабусі й дідуса створити спокійну обстановку, особливо за наявності загрози розпаду сім'ї;

4) передача онукам сімейних спадщини і традицій.

15. Визначте термін, сутність якого полягає в замиканні інтересів старіючої людини на проблемах вузького соціального простору:

1) герусія;

2) едалтізм;

3) інкорпоризація;

4) інволюція.

Практичне заняття 4. Соціально-психологічна допомога людям похилого віку

План

1. Особливості роботи психолога з людьми похилого віку.
2. Напрями та форми діяльності психолога в центрі соціального захисту населення.
3. Психологічний супровід соціальних служб.
4. Професійна та особистісна підготовленість до роботи з людьми похилого віку.
5. Неформальна освіта людей похилого віку.

Рекомендована література [2;3;4,5,6,7,8,10,12,18,19]

Пояснити основні поняття: соціальній захист, соціальна політика, соціальна підтримка, демографія старіння, безпорадність, соціальні установи, пансіонати, хоспіси, психологічне консультування, психологічна просвіта, неформальна освіта, університети третього віку, волонтерство.

Питання для контролю

1. Які напрями соціальної підтримки людей похилого віку?
2. Які форми психологічної роботи з людьми похилого віку?
3. Які завдання психологічного супроводу соціальних служб?
4. Які особистісні характеристики психолога - консультанта?

5. Які труднощі можуть виникнути в процесі консультативної роботи з людьми похилого віку?
6. Якими є професійні вимоги до особистості практичного психолога в роботі з людьми похилого віку?
7. Яка роль неформальної освіти в соціальній адаптації людей похилого віку?
8. Яка мета психологічної допомоги людям похилого віку?
9. Чому психологу необхідно уникати стереотипізації і упередження по відношенню до людей похилого і старечого віку?

Практична частина

1. Охарактеризуйте сучасні шляхи гуманізації помирання людини та їх психологічні підтексти.

2. Опишіть відомі вам настанови українського суспільства щодо помирання та смерті людини, визначте ступінь їх гуманності.

3. Доведіть правомірність думки про те, що помирання можна розглядати як стадію росту.

4. Охарактеризуйте проблеми оцінки психічного стану осіб похилого віку.

5. Визначте форми й методи роботи з людиною, яка має психологічну проблему, пов'язану з виходом на пенсію.

6. Поясніть сутність поняття «егоїстична стагнація».

7. Опишіть мотиваційні дефекти в похилому віці: абулію, послаблення бажань, зниження рівня домагань, загострення мотиву влади, страх невдачі.

8. Укладіть рекомендації соціальним службам для спілкування з літньою людиною.

9. Складіть план просвітницької роботи з літніми людьми.

10. Практичні завдання:

Завдання 1.

Розділіть на групи, які з нижченаведених характеристик є:

1. особистими рисами практичного психолога;
2. особистісними якостями практичного психолога;
3. професійно важливими якостями практичного психолога;
4. необхідними професійними навичками практичного психолога.

Концентрація на клієнті, бажання й здатність йому допомогти; відкритість до відмінного від власних поглядів і суджень, гнучкість і терпимість; сприйнятливість, здатність створювати атмосферу емоційного комфорту; ентузіазм і оптимізм, віра в здатності клієнтів до зміни й розвитку; урівноваженість, терпимість до фрустрації й невизначеності, високий рівень саморегуляції; упевненість у собі, позитивне самовідношення, адекватна самооцінка, усвідомлення власних конфліктних областей, потреб, мотивів; багата уява, інтуїція; високий

рівень інтелекту; широта соціального бачення, загальна культура й культура мови, доброзичливість, ерудованість, тактовність, чарівність, здатність до прийняття особистості й обстежуваного, подолання особистісних проблем і емпатія, повага, щирість, конгруентність, автентичність, уміння спостерігати, уміння слухати й вести психодіагностичну бесіду, уміння організовувати експеримент чи дослідження.

Завдання 2.

Вивчіть та проаналізуйте настанови щодо старості та старших людей у майбутніх психологів. Який характер їх впливу на професійну діяльність?

Тестові завдання

1. Визначте правильний варіант відповіді, де перераховані тільки психологічні проблеми людей похилого віку:

- 1) зміна соціального статусу, перебудова самоствавлення, синдром «спустошення гнізда», високий рівень суб'єктивного інтересу до політики держави і низька оцінка можливості впливати на неї;
- 2) звуження сфери спілкування, втрата сенсу життя, відчуття незатребуваності, власної непотрібності, самотність, перебудова міжособистісних та сімейних відносин, страх смерті;
- 3) втрата сенсу життя, відчуття непотрібності, самотність, перебудова міжособистісних та сімейних відносин, хвороби;
- 4) втрати, захворювання, відсутність житла, криза пізнього віку, закінчення трудової діяльності, незадоволеність життям.

2. Назвіть стаціонарний заклад, у якому проживають особи літнього віку з вираженими віковими порушеннями психіки, підтверджені висновком лікувально-консультативної комісії органів охорони здоров'я:

- 1) психоневрологічні інтернати;
- 2) спеціальні будинки-інтернати;
- 3) хоспіси;
- 4) геріатричні пансіонати.

3. Визначте форму надання психологічної допомоги, яка передбачає організацію індивідуальних зустрічей спеціаліста та клієнта з різних питань:

- 1) просвітництво;
- 2) психокорекція;
- 3) консультування;
- 4) психотерапія.

4. В психомоториці при настанні старості відбуваються такі процеси як:

- 1) слабшає саморегуляція найвитонченіших рухів;

- 2) підвищення швидкості реакцій, підвищення працездатності нервової системи;
- 3) власні дії стають більш керовані і організовані.

5. Специфіка геронтогенезу виражається в:

- 1) покращенні стану здоров'я, покращенні економічного становища;
- 2) погіршенні стану здоров'я, зміні економічного становища;
- 3) загостренні хронічних хвороб, погіршенні економічного становища;
- 4) незмінності стану здоров'я, погіршенні економічного становища.

6. Згідно з теорією Е.Еріксона, основним завданням розвитку в похилому віці є:

- 1) ізоляція;
- 2) інтимність;
- 3) збереження ідентичності;
- 4) руйнування ідентичності.

7. Вкажіть вид потреб, що є найбільш важливими для 80-річних людей:

- 1) потреба у позитивній увазі;
- 2) потреба у відсутності уваги;
- 3) потреба у здобуванні знань;
- 4) потреба в самоактуалізації.

8. Яка з теорій старіння стверджує, що кожне покоління людей є унікальним і володіє тільки йому властивим досвідом?

- 1) теорія активності;
- 2) теорія субкультури;

9. Найхарактернішими рисами старечої депресії є:

- 1) піднесений настрій;
- 2) постійно знижений настрій;
- 3) думки про те, що життя прожите даремно, почуття провини

10. Змінами в емоційній сфері літньої людини є:

- 1) труднощі у пристосуванні до непередбачених обставин;
- 2) неконтрольоване посилення афективних реакцій;
- 3) відмова від адаптації до нових норм, цінностей, манер поведінки.

11. Соціальний захист являє собою:

- 1) оптимізацію життєдіяльності людей похилого віку в різних соціальних сферах
- 2) систему соціальної підтримки слабо захищених верств населення
- 3) систему заходів щодо забезпечення гарантованих умов життя, підтримання життєдіяльності
- 4) комплекс соціальних послуг, що надаються населенню

12. Якість життя є інтегральним поняттям, що відбиває не тільки вираженість симптомів захворювання, але і функціональний стан літньої людини :

1. стан фізичного і психічного здоров'я;
2. соціальну активність;
3. здатність до самообслуговування;
4. матеріальне забезпечення та умови життя.

13. Зміна соціального статусу в похилому віці пов'язана передусім з:

- 1) появою онуків;
- 2) виходом на пенсію;
- 3) повторним шлюбом;
- 4) невиходом на пенсію.

14.Комплекс порушень, який містить дефекти пізнання, прогресуючу амнезію та зміни особистості, що пов'язують зі старістю й можуть зумовлюватись різноманітним прямих і непрямих факторів, називаються:

- 1) склерозом;
- 2) деменцією;
- 3) природним старінням;
- 4) хворобою Альцгеймера;
- 5) задоволеність відчуттям власного фізичного і психічного благополуччя

15.Вкажіть етапи виходу на пенсію за Томпсоном:

- 1) скидання обертів, планування життя на пенсії, життя в очікуванні пенсії;
- 2) підготовка документів;
- 3) байдужість в очікування пенсії;
- 4) страх перед пенсією.

16. Пенсійна зрілість це:

- 1) новоутворення психіки людини похилого віку, що виявляється в позитивному сприйманні перспективи виходу на пенсію, готовності до завершення професійного циклу;
- 2) турбота про завершення професійної діяльності та оформлення пенсійної документації;
- 3) продумування свого майбутнього життя на пенсії, цікавих занять та справ.

Практичне заняття 5. Психокорекційна та психотерапевтична робота з людьми похилого віку

План

1. Психолого-вікове консультування людей похилого віку
2. Психологічне консультування в ситуації горя та втрат.
3. Психологічне консультування при емоційних порушеннях.
4. Психологічна допомога в період кризи пізнього віку.
5. Психологічна допомога помираючій людині.

Рекомендована література [2;3;4,5,6,7,8,10,12,18,19]

Пояснити основні поняття: психологічне консультування, психокорекція, психотерапія, когнітивна психотерапія, поведінкова психотерапія, психодрама, раціональна психотерапія, депресія, термінальний період, горе, арттерапія.

Питання для контролю

1. Які особливості психолого-вікового консультування людей похилого віку?
2. Які завдання консультування людей похилого віку?
3. Чому люди похилого віку є специфічною категорією клієнтів? Які труднощі консультування людей похилого віку?
4. Чому в консультативній практиці психологу важливо орієнтуватися на інтереси і потреби людей похилого віку?
5. Які етапи переживання горя?
6. В чому суть психологічної допомоги в ситуації горя ?
7. Які основні емоційні порушення властиві людям похилого віку?
8. Які психотерапевтичні методи ефективні при депресії людей похилого віку?
9. В чому суть психологічної допомоги в період кризи пізнього віку?
10. Як консультувати помираючу людину?

Практична частина

1. Проблемно - творчі запитання та завдання:
2. Охарактеризуйте позитивні якості осіб геріатричного віку.
3. Охарактеризуйте негативні якості осіб похилого віку.
4. Яка специфіка особистісних взаємин людини похилого віку?
5. Обґрунтуйте правомірність думки про те, що старість - пізня свобода.
6. Проаналізуйте показання для індивідуальної психотерапії людей літнього віку.
7. Окресліть особливості групової психотерапії людей літнього віку.
8. Укладіть рекомендації рідним для спілкування з літньою людиною.

Тестові завдання

1. Виберіть правильне закінчення речення: «Більшість людей похилого віку є оптимістами щодо майбутнього, незважаючи на погіршення стану здоров'я, завдяки...»:

- 1) заздощам та відсутності сну;
- 2) механізмам соціального порівняння;
- 3) механізмам психологічного захисту;
- 4) ігноруванню здорового способу життя.

2. Вкажіть тип пристосування людини до похилого віку за наступним описом: «Така установка є властивою врівноваженим, спокійним, самокритичним, терпимим людям. Вони сприймають старість як факт, що завершує їх професійну кар'єру, є оптимістами, ставляться до смерті як до природного явища, не проявляючи відчаю та жалю»:

- 1) захисна установка;
- 2) установка залежності;
- 3) установка ворожості;
- 4) конструктивна установка.

3. Яка з наведених нижче особливостей становлення ідентичності характеризує людину в старості:

- 1) подолання суб'єктивного відчуття невизначеності, змішаності ролей в ситуації вибору життєвого шляху;
- 2) переструктурування ідентичності у відповідності до змін в сімейній та професійній ситуаціях;
- 3) збагачення ідентичності через взяття на себе соціальної відповідальності та внесків в інших людей;
- 4) усвідомлення позитивних наслідків власного життя для світу та близьких людей.

4. Яка часова спрямованість мотиваційної системи властива людям старшого віку віку:

- 1) на минуле;
- 2) на майбутнє;
- 3) на теперішнє.

5. Типи ставлення людей до пенсії за Абрамовою:

- 1) бажання, страх, байдужість;
- 2) відчай, очікування, задоволення;
- 3) уникнення, пристосування, прийняття.

6. Основне новоутворення періоду старості це:

- 1) псевдомудрість;
- 2) почуття гумору і стабільність;
- 3) мудрість і досвід.

7. Змінами літньої в моральній сфері літньої людини є:

- 1) неконтрольоване посилення афективних реакцій;
- 2) відмова від адаптації до нових норм, цінностей, манер поведінки.

8. Старіння з різною швидкістю – це:

- 1) гетеротропність
- 2) гетерокінетичність
- 3) гетерокатефтенність
- 4) гетерохронність

9. Геронтологічні Центри можуть бути:

1. стаціонарні
2. напівстаціонарні
3. консультативно-діагностичні
4. реабілітаційно-оздоровчі

10. Метою є забезпечення доступності медичної та медико - соціальної допомоги хворим старших вікових груп та інвалідам , що частково або повністю втратили здатність до пересування та самообслуговування:

- 1) геріатричного центру
- 2) хоспісу
- 3) відділення медико -соціальної допомоги
- 4) геронтологічного центру

11. Основною метою діяльності є організація і надання спеціалізованої геріатричної медичної допомоги населенню старших вікових груп та особам з ознаками передчасного старіння організму:

- 1) геріатричного центру
- 2) геронтологічного центру
- 3) хоспісу
- 4) центру сімейної медицини

12. Техніка передбачає використання консультантом «мінімальних реакцій», як-от: повторення ключових слів, сказаних клієнтом, перефразування сказаного клієнтом, що дає змогу клієнтові розвивати свою думку це:

- 1) використання рефлексій як засобу відповіді;
- 2) надання достатнього часу;
- 3) методика вербалізації емоційних станів.

13. Метод, який може полегшити для людини похилого віку прийняття свого життя, знайти його сенс та набути розуміння, що «життя не пройшло даремно» це:

- 1) метод біографічного інтерв'ювання;
- 2) метод моделювання ситуацій;
- 3) метод моделювання позитивних сторін.

14. Робота горя відбувається за наступною схемою:

- 1) зустріч із втратою – емоційне прийняття втрати – раціональне прийняття втрати
- 2) емоційне прийняття втрати – раціональне прийняття втрати - зустріч із втратою
- 3) зустріч із втратою – раціональне прийняття втрати - емоційне прийняття втрати
- 4) немає правильної відповіді

15. Ресурсами клієнта під час психологічного консультування є:

- 1) його сильні сторони характеру, позитивний досвід вирішення складних ситуацій;
- 2) його слабкі сторони характеру, досвід вирішення проблем;
- 3) бажання клієнта змін і трансформацій.

Практичне заняття 6. Психокорекційна та психотерапевтична робота з людьми похилого віку

План

1. Індивідуальна та групова психотерапія в роботі з людьми похилого віку.
2. Психотерапевтичні методи в роботі з людьми похилого віку.
3. Арт-терапевтичні практики в роботі з проблемами старших людей.
Рекомендована література [3;4,5,6,7,8,10,12,18,19]

Пояснити основні поняття: психотерапія, когнітивна психотерапія, поведінкова психотерапія, психодрама, раціональна психотерапія, депресія, термінальний період, горе, арттерапія.

Питання для контролю

1. Які показання для індивідуальної психотерапії людей літнього віку?
2. Які особливості групової психотерапії людей літнього віку?
3. Які особливості трудотерапії людей похилого віку?
3. Які причини конфліктів людей похилого віку з молодим поколінням?
4. Які завдання психологічного супроводу розвитку людей похилого віку?
5. Які особливості арттерапевтичних методів в роботі з людьми похилого віку?
6. Які психотерапевтичні можливості арттерапії?

Практична частина

1. Проблемно-творчі запитання та завдання:
 1. Які психологічні чинники появи інтересу до релігії в людини похилого віку?
 2. Обґрунтуйте соціально - психологічні чинники щасливого старіння людини.
 3. Чим відрізняється немедична психотерапія як підхід практичної психології в соціальній роботі?
 4. Окресліть межі компетентності практичного психолога в немедичній психотерапії, в яких випадках психолог чи соціальний працівник має переадресувати свого клієнта до суміжних спеціалістів?
 5. Обґрунтуйте власну думку щодо позитивних та негативних сторін інтегративного підходу в психотерапії.
 6. Поясніть сутність назви психотерапії Н.Пезешкіана.
 7. Для більшої ефективності впливу клієнтам рекомендується резюмувати прочитані книги, глави, писати резюме «до поліпшени» варіантів книг або глав. Залежно від проблеми клієнта психолог або рекомендує клієнтові строго певний набір книг, або тільки обмежує і звертає увагу

клієнта на певну область літератури. Як ви вважаєте, навіщо пацієнтам потрібно занотовувати прочитане?

8. Виконання вправ.

Завдання 1. Особливості терапії спогадами. Виконання вправ: «Я і мій життєвий шлях», «Похвальне слово самому собі», «Історія в листах», «Рівень щастя».

Завдання 2. Робота з психосоматичними проблемами. Виконання вправ: «Визначення вторинної користі хвороби», «Розблокування видужання», «Зміна способу життя» та ін..

Тестові завдання

1. Необхідною умовою звернення людини за психологічною допомогою є:

- 1) переживання психологічного дискомфорту
- 2) циклічне виникнення складних життєвих ситуацій
- 3) бажання оволодіти навичками самодопомоги у несприятливих життєвих обставинах;
- 4) часткова рефлексія людиною своїх проблем, тобто відображення їх у свідомості у формі потреби в психологічній допомозі

2. Збір консультантом додаткових відомостей про обставини життя, характеристику поведінки і особистості клієнта після сеансів психологічного консультування називається:

- 1) психологічний прогноз;
- 2) психологічна експертиза;
- 3) психологічний катамнез;
- 4) психологічна довідка.

3. У межах якої психологічної школи принцип безумовного прийняття вважається визначальним у роботі з клієнтом:

- 1) психоаналізу;
- 2) гуманістичної психології;
- 3) когнітивної психології;
- 4) біхевіоризму.

4. Геронтофобія – це:

- 1) страх смерті;
- 2) вороже ставлення до літніх людей;
- 3) страх перед старістю;
- 4) вороже ставлення літніх людей до оточуючих

5.Зміни у соціальних ролях, які призводять до зміни патернів поведінки і зміни соціального статусу відображають процес:

- 1) Біологічного старіння індивіда;
- 2) Соціального старіння індивіда;
- 3) Психологічного старіння індивіда.

6.«Функція стереотипів старших людей у суспільстві – це самозахист молодих людей від загрози старості» – таке розуміння стереотипів ґрунтується на:

- 1) когнітивному підході;
- 2) психодинамічному підході;
- 3) соціокультурному підході.

7. Про який з видів групового впливу йде мова: спеціально створені малі групи, учасники яких за сприяння ведучого психолога включаються у своєрідний досвід інтенсивного спілкування, орієнтований на надання допомоги кожному у вирішенні різноманітних психологічних проблем і у самовдосконаленні (зокрема, в розвитку самосвідомості)?

- 1) груповий тренінг;
- 2) групова психотерапія;
- 3) групова психокорекція.

8. Метою якого з методів тренінгового навчання є формулювання якомога більшої кількості ідей на задану тему?

- 1) мозковий штурм;
- 2) рольова гра;
- 3) групова дискусія;
- 4) проблемні ситуації.

9. Який процес свідомості забезпечує в старості збереження цілісного уявлення про себе та надання життю сенсу і зв'язності:

- 4) створення уявних образів можливого майбутнього;
- 5) сприймання нової інформації про оточуючий світ;
- 6) ретроспективний самоаналіз пережитого.

10. Відмітьте найбільш значущі чинники психічного та фізичного збереження у старості:

1) збереження професійної зайнятості; здоровий спосіб життя; турботливе сімейне оточення; творча діяльність; соціальна активність; наставництво та дружба з молоддю;

2) багатосторонність інтересів; спілкування з ровесниками; відпочинок

11. Щаслива старість це:

- 1) споглядальна, спокійна та самодостатня життєва позиція;
- 2) прийняття свого теперішнього існування без заперечень та планів змін на краще;
- 3) огляд життєвого шляху.

12. На початковому етапі консультаційної бесіди психолог вирішує завдання:

- 1) визначає тему взаємодії з клієнтом;
- 2) спонукає клієнта до вивільнення почуттів та емоцій;
- 3) пропонує варіанти вирішення проблемної ситуації;
- 4) здійснює аналіз причин виникнення життєвих труднощів клієнта.

13. «Еліксиром молодості» для літніх людей в соціальній геронтології називають:

- 1) нові лікарські препарати, що уповільнюють процес старіння;
- 2) соціальне обслуговування літніх людей;

- 3) професійну , соціальну , сімейну активність літніх людей;
- 4) психологічну підтримку літніх людей.

14. Умовами, за яких трудова діяльність справляє позитивний вплив на людей похилого віку , є:

- 1) підвищене навантаження;
- 2) помірне і добре організоване навантаження;
- 3) поєднання фізичної та інтелектуальної трудової діяльності.

16. На діагностичному етапі консультаційної бесіди психолог вирішує таке завдання:

- 1) здійснює всебічний аналіз потрібної інформації про клієнта та його ситуацію;
- 2) надає клієнту психологічну підтримку;
- 3) актуалізує психологічні ресурси клієнта;
- 4) висуває гіпотези щодо можливого розвитку подій життя клієнта після сеансів психологічної допомоги.

17. Індивідуальна психотерапія заснована:

- 1) Адлером,
- 2) Юнгом,
- 3) Перлсом,
- 4) Роджерсом.

ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Геронтологія та геронтопсихологія як науки про старість.
2. Місце психологічного знання в системі наук про старіння.
3. Біологічні, соціологічні та психологічні теорії старіння.
4. Напрями й методи досліджень старості і старіння.
5. Зародження та розвиток геронтологічного знання.
6. Геронтогенез та його основні закономірності.
7. Періодизація життя людей похилого віку.
8. Специфічні особливості розвитку в пізньому віці.
9. Вікові особливості пізнавальної активності в старості.
10. Соціально-демографічні проблеми старіння в світі та їх особливості в Україні.
11. Якість життя людей похилого віку.
12. Поняття, механізми та показники біологічного старіння.
13. Поняття нормального та патологічного старіння.
14. Патологічні зміни психіки у пізньому віці.
15. Спосіб життя та його значення для процесів старіння.
16. Загальні питання психології пізнього віку.
17. Когнітивні теорії старіння.
18. Загальна характеристика інтелекту в старості.
19. Мудрість: структура, характеристики, діагностика.
20. Механізми компенсації можливого зниження інтелектуальної діяльності в старості.
21. Характеристика окремих пізнавальних функцій.
22. Характер у пізньому віці.
23. Старіння емоційної сфери.
24. Самооцінка людей похилого віку.
25. Психологічний вітаукт як механізм стабілізації Я-концепції в пізньому віці.
26. Мотиваційно-потребова сфера у старості.
27. Творчі здібності та творча продуктивність в старості.
28. Переживання пов'язані з думками про смерть.
29. Переживання горя та втрати.
30. Переживання самотності в старості. Переживання прив'язаності до близьких.
31. Найбільш характерні психічні стани у старості.
32. Психологічний смисл кризи пізнього віку.
33. Ейджизм та його вплив на самосвідомість літніх людей.
34. Вияв соціальних стереотипів та атитюдів до старіння.
35. Психологічна підготовка до пенсії.
36. Сім'я у пізньому житті та людина похилого віку у сім'ї.
37. Психосоціальна підтримка особистості у пізньому віці.
38. Геронтологічні установи.
39. Робота психолога в центрах соціального захисту.

40. Теоретичні та практичні питання психологічної роботи з людьми похилого віку.
41. Особливості надання консультативної допомоги літнім людям.
42. Особливості психотерапії в старості.
43. Характеристика ефективності методів роботи із літніми людьми.
44. Проблеми професіоналізму та етики психолога в роботі з людьми похилого віку
45. Напрямки та форми роботи психологічної практики в центрах соціального захисту населення.
46. Специфіка консультативної та корекційної роботи з людьми похилого віку.
47. Проблема створення сприятливого психологічного середовища для старших людей.
48. Основні види індивідуальної, сімейної та групової психотерапії літніх людей.
49. Методи психотерапевтичної корекції на сучасному рівні (когнітивно-раціональний, психодинамічний, біхевіоральний, аутогенний та ін.).
50. Арт-терапевтичні практики в роботі з проблемами людей похилого віку.

Перелік рекомендованих джерел

Базові

1. Бочелюк В. Й. Геронтопсихологія: навч. посіб. / В. Й. Бочелюк, О. А. Черепехіна. – К., КНТ, 2014. – 436 с.
2. Васьківська С. В. Основи психологічного консультування: навч.посібник / С. В. Васьківська. – Київ: Четверта хвиля, 2004. – 256 с.
3. Геронтопсихологія: навчальний посібник / О. Горещька. – Х.: Видавництво Іванченка І. С., 2017. – 210 с.
4. Дзюба Т. М. Психологія дорослості з основами геронтопсихології: Навч. посіб. / Т. М. Дзюба, О. Г. Коваленко; за ред. В. Ф. Моргуна. – К. : Видавничий дім «Слово», 2013. – 264 с.
5. Долинська Л.В. Співак Л.М. Геронтопсихологія: Практикум. Хрестоматія. / Л. В. Долинська. – К.: Каравела, 2012.-240с.
6. Ермолаева М. Практическая психология старости. / М. Ермолаева. – М: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002 – 320 с.
7. Карпенко Є.В. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. – Дрогобич: Посвіт, 2015. – 116 с.
8. Коваленко-Кобылянская И. Г. Смерть в контексте геронтопсихологии / И. Г. Коваленко-Кобылянская // Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України / за ред.академіка С. Д. Максименка. – К.: Міленіум, 2006. – Вип. 29. – С. 173–181.
9. Крайг Г. Психология развития. / Г.Крайг.- СПб: Издательство “Питер”, 2000. - 992с.
10. Краснова О. В. Лидерс А. Г. Социальная психология старения. / О.В.Краснова, Лидерс А.Г. – М. : «Академия», 2002. – 288с.
11. Кулагина И.Ю., Кулюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека / И. Ю. Кулагина, В. Н. Кулюцкий - М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 464 с.
12. Мечников И.И. Етюды оптимизма. / И. И. Мечников. – М., 1987.
13. Психология старости и старения : Хрестоматія / О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – М.: Издательский центр “Академия”, 2003. – С. 3- 64.
14. Психология старости: хрестоматія / Д. Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом БАХРАХ-М, 2004. – 736 с.
15. Психология человека от рождения до смерти / А.А.Реан. - СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 656 с.
16. Стюарт-Гамильтон Я. Психология старения. / Я.Стюарт-Гамильтон. – СПб.: Питер, 2002. – 256 с.
17. Ушакова І.М. Геронтопсихологія: Навчальний посібник. / І. М. Ушакова. – Х.: УЦЗУ, 2009. – 173 с.
18. Форми і методи роботи з людьми похилого віку [Електронний ресурс] // Київська міська державна адміністрація. Офіційний вебпортал. – Режим доступу: <http://www.kmv.gov.ua/divinfo.asp?Id=222060>
19. Хухлаева О. В. Психология развития: молодость, зрелость, старость. / О. В. Хухлаева. – М: Изд. Дентр «Академия», 2002. – 208 с.

20. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція: навч. посіб. / Цимбалюк І. М. – [2-е вид., випр. і доп.]. – К.: Професіонал, 2007. – 544 с.
21. Щотка О.П. Вікова психологія дорослої людини / О.П. Щотка. – Ніжин: Ред.-вид. відділ НДПУ, 2001. – 194 с

Допоміжні

1. Каліна Н. Ф. Психотерапія / Н. Ф. Каліна. – К.: Академвидав, 2010. – 288с.
2. Коленіченко Т. І. Формування навичок спілкування як основа успішної адаптації до нового соціального середовища : тренінг для соціальних працівників, волонтерів, які працюють з літніми людьми / А. Й. Капська, Т. І. Коленіченко – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009.– 56 с.
3. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях./ И.Г.Малкина –Пых. - М.: Эксмо, 2008. - 928 с.
4. Мартинюк І. А. Психологічна допомога людям похилого віку, або практикум з геронтопсихології / І. А. Мартинюк // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 1. – С. 32–38. – № 2. – С.15–17.
5. Михальченко Н.В. Психотерапія з психокорекційною роботою. Навчально-методичний посібник. / Автор-упорядник Михальченко Н.В. – Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2018. – 236 с.
6. Наративні психотехнології / Н.В.Чепелева, М.Л.Смульсон, О.М.Шиловська, Гуцол С. Ю. / за заг. ред. Н. В. Чепелевої. – К. :Главник, 2007. – 144с.
7. Пеньковська Н. М. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії: навч. посіб. / Н. М. Пеньковська, Р. В. Шептицький. – Тернопіль: Крок, 2014. – 286 с.
8. Підлипна Л. Терапія мистецтвом / Л. Підлипна. – 2-ге вид., оновл. – Івано-Франківськ: ОІППО; Снятин: ПрутПринт, 2009. – 136 с.

Інформаційні ресурси

1. Бібліотека МДУ, Філатова,16 - <http://msu.edu.ua/library/>
2. Мукачівська міська централізована бібліотека, ім. О.Духновича, вул. Духновича, 1 <http://www.muklib.mk.uz.ua/>
3. Закарпатська обласна універсальна наукова бібліотека ім. Ф. Потушняка. м.Ужгород, вул. Проспект Свободи, 16 - <http://biblioteka.uz.ua/>
4. Українські підручники он-лайн: <http://pidruchniki.ws/>
5. Психологічна бібліотека Псі-фактор: <http://psyfactor.org>
6. Бібліотека психологічної літератури: <http://psylib.kiev.ua/>

Ключі до тестових завдань

Практичне заняття 1. 1–3; 2–1; 3–3; 4–2; 5–1; 6–2,3,5; 7–2; 8–2; 9–1; 10–4; 11–2; 12–3; 13–3; 14–2; 15–1.

Практичне заняття 2. 1–3; 2–1; 3–4; 4–2; 5–1,3; 6–2; 7–2; 8–5; 9–3; 10–1, 11–2; 12–1; 13–3; 14–4; 15–3

Практичне заняття 3. 1–3; 2–3; 3–1; 4–3; 5–3; 6–3; 7–2; 8–1; 9–2; 10–2, 11–4, 12–3; 13–2; 14–2; 15–3

Практичне заняття 4. 1–2; 2–2; 3–3; 4–1; 5–2; 6–3; 7–1; 8–2; 9–3; 10–2; 11–2; 12–5; 13–2; 14–4, 15–1; 16–1

Практичне заняття 5. 1–2; 2–4; 3–3; 4–1; 5–1; 6–3; 7–2; 8–2;
9–3,4; 10–2, 11–1, 12–3, 13–3, 14–1; 15–1

Практичне заняття 6. 1–1; 2–2; 3–3; 4–3; 5–2; 6–2; 7–1,3,4,5; 8–1; 9–3; 10–1; 11–1; 12–1; 13–3; 14–4; 15–2,3; 16–2; 17–1.

Навчально-методичне видання

Барчій Магдалина Степанівна

Робота психолога з людьми похилого віку
Методичні вказівки
до проведення практичних занять та організації
самостійної роботи

для здобувачів спеціальності 053 «Психологія» ОС «Магістр» денної
та заочної форм навчання.

Тираж 5 пр.

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до
Державного реєстру видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів
видавничої продукції ДК № 4916 від 16.06.2015 р.

Редакційно-видавничий відділ МДУ,
89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>