

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»
(СПбГИПСР)**

КАФЕДРА КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ



Рабочая программа дисциплины

ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ
по образовательной программе 37.04.01 Психология
«Психологическое консультирование»

Разработчик:, д-р психол. наук, профессор Семикин Виктор Васильевич

Согласовано: канд. психол. наук, доцент, зав. кафедрой Кузьменкова Лидия Всеволодовна

Санкт-Петербург

2020

РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины

1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ

Цель изучения дисциплины – ввести магистрантов в понятийный аппарат и систему знаний, умений и навыков, необходимых для работы с пожилыми людьми в области психологии здоровья.

Задачи дисциплины:

1. Сформировать систему знаний о психологических особенностях людей пожилого возраста с позиций психологии здоровья как отрасли психологической науки;
2. Представить систему научных взглядов о психологических проблемах людей пожилого возраста;
3. Обучить методам психодиагностики состояния здоровья и уровня функционирования отдельных психических процессов у лиц пожилого возраста;
4. Сформировать умения разработки и реализации программы психологической профилактики и коррекции психологических проблем у лиц пожилого возраста;

Содержание дисциплины:

Теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья в пожилом возрасте
Диагностика психического и социального статуса людей пожилого и старческого возраста
Оздоровительные психологические программы работы с пожилыми людьми

1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине

Цель – ввести магистрантов в понятийный аппарат и систему знаний, умений и навыков, необходимых для работы с пожилыми людьми в области психологии здоровья.

Задачи:

1. Сформировать систему знаний о психологических особенностях людей пожилого возраста с позиций психологии здоровья как отрасли психологической науки;
2. Представить систему научных взглядов о психологических проблемах людей пожилого возраста;
3. Обучить методам психодиагностики состояния здоровья и уровня функционирования отдельных психических процессов у лиц пожилого возраста;
4. Сформировать умения разработки и реализации программы психологической профилактики и коррекции психологических проблем у лиц пожилого возраста;

В случае успешного освоения дисциплины студенты **должны:**

знать:

- основные тенденции старения;
- типичные психологические проблемы в жизнедеятельности людей пожилого и старческого возраста;
- основные направления и технологии психологической помощи пожилым людям;
- основные психодиагностические методы и процедуры оценки состояния здоровья у лиц пожилого возраста.

уметь:

- проводить анализ жизненных ситуаций, возникающих перед человеком пожилого возраста;
- выявлять психологические трудности и проблемные ситуации в жизнедеятельности пожилого человека;

иметь навыки:

- диагностики лиц пожилого возраста;
- выявления факторов, вызывающих нарушения состояния здоровья лиц пожилого возраста;
- использования соответствующих психологических методов и технологий коррекции и реабилитации лиц пожилого возраста.

1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации*

Форма обучения	Общий объём дисциплины			Объем в академических часах									
	В зачед.	В астрон. часах	В академ. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем							В том числе контактная работа (занятия) в интерактивных формах	Промежуточная аттестация (зачет)
					Всего	Виды учебных занятий							
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации	Индивидуальные консультации			
Очная	2	54	72	44	28	26	8	18	-	-	10	2	
Очно-заочная	2	54	72	48	24	22	6	16	-	-	8	2	
Заочная	2	54	72	62	10	8	-	-	8	-	4	2	

* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС и ОПОП)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
с ОК-1 по ОК-3, с ОПК-1 по ОПК-3 с ПК-1 по ПК-6, ПК-11, ПК-12 ВПК-1, ВПК-2	<ul style="list-style-type: none"> - способность анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-, социо- и онтогенезе (ПК-3); - готовность к диагностике, экспертизе и коррекции психологических свойств и состояний, психических процессов различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-5); - способность разрабатывать и проводить мероприятия по оказанию психологической помощи и психологического консультирования клиентов различных социальных и возрастных групп (ВПК-1).

РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

Очная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья в пожилом возрасте	8	4	4	2
Тема 2. Диагностика психического и социального статуса людей пожилого и старческого возраста	8	2	6	4
Тема 3. Оздоровительные психологические программы работы с пожилыми людьми	10	2	8	4
Итого:	26	8	18	10

Очно-заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья в пожилом возрасте	6	2	4	2
Тема 2. Диагностика психического и социального статуса людей пожилого и старческого возраста	6	2	4	2
Тема 3. Оздоровительные психологические программы работы с пожилыми людьми	10	2	8	4
Итого:	22	6	16	8

Заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья в пожилом возрасте	2	–	–	–
Тема 2. Диагностика психического и социального статуса людей пожилого и старческого возраста	2	–	–	–
Тема 3. Оздоровительные психологические программы работы с пожилыми людьми	2	–	–	–
Итого:	8	–	–	–

2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья в пожилом возрасте

Основные понятия геронтологии, геронтопсихологии. Теории старения. Процесс старения и его основные закономерности. Геронтогенез и его возрастные границы. Понятие хронологического, биологического и психического возраста. Социальные аспекты геронтопсихологии. Признаки психического старения. Психические процессы, состояния и особенности личности в геронтогенезе. Психопатология старости. Показатели здоровья в пожилом и старческом возрасте. Основные факторы сохранения и пути укрепления здоровья в пожилом возрасте. Образ жизни в процессе старения. Феномен долголетия и его факторы.

Тема 2. Диагностика психического и социального статуса людей пожилого и старческого возраста

Особенности психодиагностики лиц пожилого и старческого возраста. Методики исследования личностных особенностей пожилых людей. Методики исследования когнитивной сферы лиц пожилого возраста. Методики диагностики эмоционально-волевых процессов и состояний людей пожилого возраста. Методики исследования жизненных навыков лиц пожилого возраста. Оперативные методики, рекомендуемые для социальных служб.

Тема 3. Оздоровительные психологические программы работы с пожилыми людьми

Психогигиена и психопрофилактика в пожилом и старческом возрасте. Социально-психологическая и психотерапевтическая помощь пожилым людям. Особенности психологического консультирования пожилых и старых людей. Программы адаптации. Программы организации досуга. Программы релаксационного тренинга и аутотренинга. Программы разъяснительной и успокаивающей терапии. Программы индивидуальной психотерапии. Программы групповой психотерапии. Программы психологической реабилитации. Тренинг познавательных процессов лиц пожилого и старческого возраста.

2.3. Описание занятий семинарского типа

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.

Тема: Теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья в пожилом возрасте

Цель: Сформировать понятийный аппарат в области психологии здоровья людей пожилого возраста.

Вопросы для обсуждения:

1. Предмет, объект и задачи психологии здоровья в пожилом возрасте.
2. Взаимосвязь психологии здоровья с геронтологией и геронтопсихологией.
3. Геронтогенез, его возрастные границы и закономерности.
4. Основные теории старения
5. Социальные аспекты геронтопсихологии.
6. Старость как этап жизненного пути человека.
7. Познавательная сфера в процессе старения.
8. Возрастные изменения личности в пожилом возрасте.
9. Эмоциональные переживания в старости.
10. Образ жизни в процессе старения.
11. Психопатология старости.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.

Тема: Методы психодиагностики лиц пожилого возраста

Цель: Сформировать готовность к диагностике и экспертизе психических процессов, психологических свойств и состояний людей пожилого возраста.

На занятии рассматривается содержание и рекомендации к применению отдельных методик для диагностики и исследования следующих характеристик пожилых людей:

- личностных особенностей;
- потребностно-мотивационной сферы;
- познавательных процессов;
- эмоционально-волевой сферы;
- жизненных навыков

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.

Тема: Психологические оздоровительные технологии работы с пожилыми людьми

Цель: Сформировать готовность к использованию технологий психологического консультирования, психологической коррекции и психологической помощи для восстановления, укрепления и сохранения здоровья пожилых людей.

Рассмотрение и обсуждение показаний, особенностей, возможностей и ограничений к использованию основных методов и технологий работы с людьми пожилого и старческого возраста.

2.4. Описание занятий в интерактивных формах

Интерактивное занятие к теме 1 «Теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья в пожилом возрасте».

На занятии в форме круглого стола проводятся дискуссии на тему «Основные психологические проблемы лиц пожилого и старческого возраста».

Интерактивное занятие к теме 2 «Методы психодиагностики лиц пожилого возраста».

На занятии организуется работа в группах по подготовке и презентации диагностических комплексов для изучения 3-х характеристик людей пожилого возраста:

1. Когнитивной сферы.
2. Эмоционально-волевой сферы.
3. Потребностно-мотивационной сферы.

Интерактивное занятие к теме 3 «Психологические оздоровительные технологии работы с пожилыми людьми».

На занятии организуется работа в группах по подготовке и презентации программ психологической коррекции и реабилитации лиц пожилого и старческого возраста, имеющих в каждой их 3-х основных сфер:

1. Когнитивной сферы.
2. Эмоционально-волевой сферы.
3. Потребностно-мотивационной и ценностно-смысловой сферы.

2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций

В рамках дисциплины предусмотрена встреча со специалистом в области психологии здоровья людей пожилого возраста, одним из авторов монографии «Модель и принципы функционирования системы психологического сопровождения деятельности гериатрической службы», профессором кафедры клинической психологии РГПУ им. А.И. Герцена, Малковой Е.Е.

2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения института, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Формы
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При

проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);
- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);
- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Теоретико-методологической основой данного курса выступают междисциплинарные исследования в области психологии развития и возрастной психологии, геронтологии, геронтопсихологии, психологии здоровья, медицины.

Основным понятийным аппаратом и наиболее значимыми вопросами изучения данной программы являются: понятия здоровья и болезни, процесс старения и старость, кризис пожилого возраста, психологические проблемы лиц пожилого возраста, психические расстройства в пожилом возрасте, психологическая профилактика, коррекция и реабилитация лиц пожилого возраста, социально-психологическая помощь и поддержка пожилых.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принципы культурно- и природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины.

2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей.

Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

Разработка материалов для самостоятельной работы студентов должна основываться на требованиях Положения об аттестации учебной работы студентов института (<http://psysocwork.ru/976/2034>)

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Самостоятельная работа по дисциплине нацелена на развитие навыков самостоятельного поиска и анализа информации по темам дисциплины, работы с литературой и базами данных.

Оценивается качество выполнения работы в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института средствами Учебного портала.

К требованиям по оформлению самостоятельной работы относятся:

- результаты самостоятельной работы оформляются единым файлом в редакторе MSOfficePowerpoint версии 2003 и старше (других совместимых редакторах);

на титульном листе указывается название дисциплины, код учебной группы, ФИО студента.

Оформление самостоятельной работы.

Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте www.psysocwork.ru раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа».

Устанавливаются следующие требования к оформлению печатной части самостоятельной работы:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, Times New Roman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см;
- все задания в рамках самостоятельной работы должна быть скреплены в единый документ;
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана

Задания для самостоятельной работы для очной формы обучения (44 часа), для очно-заочной формы обучения (48 часов), для заочной формы обучения (62 часа)

Тема 1. Теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья в пожилом возрасте.

Задание к теме:

Используя научную литературу, написать реферат на одну из 3-х тем (объем 10-12 страниц):

1. Основные возможные психологические проблемы людей пожилого возраста в когнитивной сфере.
2. Основные возможные психологические проблемы людей пожилого возраста в потребностно-мотивационной сфере.
3. Основные возможные психологические проблемы людей пожилого возраста в эмоционально-чувственной сфере.

Тема 2. Диагностика психического и социального статуса людей пожилого и старческого возраста

Задание к теме:

Представить в виде презентации описание 3-5 психодиагностических методик (объем 7-10 страниц) для диагностики одной из 3-х сфер психики пожилых людей:

1. Когнитивной сферы.
2. Потребностно-мотивационной сферы
3. Эмоционально-чувственной сферы.

Тема 3. Оздоровительные психологические программы работы с пожилыми людьми.

Задание к теме:

Разработайте примерную программу психодиагностической реабилитации для одной из следующих 3-х сфер психики людей пожилого возраста:

1. Когнитивной сферы.
2. Мотивационно-потребностной сферы.
3. Эмоционально-чувственной сферы.

Представьте ее в виде методической рекомендации (объем 10-12 стр.)

3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;
- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине, относятся рубежный контроль (тест минимальной компетентности), промежуточная аттестация в форме зачета по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;

- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания для зачета

Результаты успешной сдачи зачета аттестуются оценкой «зачтено», неудовлетворительные результаты оценкой «не зачтено».

«Зачтено» выставляется в случае, если студент продемонстрировал достаточный уровень владения понятийным аппаратом и знанием теории и закономерности учебной дисциплины, решения профессионально-ориентированных задач и междисциплинарных ситуаций.

«Не зачтено» выставляется в случае если студент не продемонстрировал необходимый минимум теоретических знаний и понятийного аппарата, умений решать практические задачи.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Компетенции по дисциплине
Тема 1. Теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья в пожилом возрасте	ПК-3, ПК-5, ВПК-1
Тема 2. Диагностика психического и социального статуса людей пожилого и старческого возраста	ПК-3, ПК-5, ВПК-1
Тема 3.Оздоровительные психологические программы работы с пожилыми людьми	ПК-3, ПК-5, ВПК-1

4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Текущий контроль успеваемости проводится на каждом занятии при выполнении практических заданий и контроля выполнения домашних заданий.

Рубежный контроль по дисциплине проводится в середине семестра в форме тестирования. **Тестовые задания и инструкция для тестирования приведены ниже.**

Инструкция: Вам будет предложен тест, который состоит из вопросов и утверждений. Нужно выбрать один из вариантов ответов.

Тестовые задания

1) Предметом психологии здоровья является (выделите главное):

- укрепление и поддержание здоровья;
- изучение причин здоровья; методов и средств его сохранения и укрепления;
- психологическое обеспечение здоровья человека на всем протяжении его жизненного пути;
- исследование факторов, благоприятных для здоровья, и условий развития

индивидуальности на всем жизненном пути субъекта.

2) В какие годы происходило начало становления психологии здоровья в современной России как самостоятельной научной дисциплины:

- 80-ые 20 века;
- 90-ые 20 века;
- в нынешнем веке?

3) Психология здоровья людей пожилого возраста связана с другими научными дисциплинами (подчеркните ошибочное):

- медицинская социология;
- психология развития и возрастная психология;
- геронтология;
- психология труда;
- эпидемиология.

4) Дайте определение здоровья, принятое Всемирной организацией здравоохранения:

5) Выделите основные отличия биомедицинской и биопсихосоциальной моделей здоровья:

что вызывает болезнь _____;

кто ответственен за болезнь _____;

как лечить болезнь _____;

кто ответственен за выздоровление _____

6) Основные закономерности старения.

Выделите из предложенных понятий 3 основных закономерности геронтогенеза в области психических изменений:

- закон гетерохронности;
- закон гетеротопности;
- закон специфичности;
- закон гетерокинетичности;
- закон разнообразия;
- закон гетерокатефтенности.

7) Психологическими признаками старения являются (выделите главные):

- агрессивность;
- забывчивость;
- нескритичность;

- ипохондричность;
- конфликтность;
- немотивированная обидчивость.

8) Что из перечисленного можно отнести к социально-психологическим факторам здоровья людей пожилого возраста:

- социальная адаптация;
- семейные взаимоотношения;
- организация и условия труда;
- межличностное общение;
- здоровый образ жизни.

9) Назовите характерные черты здоровой личности по К.Рождерсу:

10) Какие из приведенных характеристик выделяет А.Маслоу в самоактуализирующейся (здоровой) личности (отметьте правильные ответы):

- принятие себя, других и природы;
- автономность, независимость от культуры и окружения;
- доверие к себе;
- общественный интерес;
- служение;
- адекватное восприятие реальности;
- креативность.

11) Психологическими факторами профилактики старения являются (отметьте правильные ответы):

- критическое отношение к окружающей действительности;
- оптимизм;
- интенсивный труд;
- жизнелюбие;
- развлечение и хобби;
- здоровый образ жизни.

12) Впишите наименование 2-3 методик психодиагностики личностных особенностей пожилых людей:

1. _____
2. _____
3. _____

13) Впишите наименования 2-3 методик психодиагностики когнитивной сферы лиц пожилого возраста:

1. _____
2. _____
3. _____

14) Впишите наименования 2-3 методик психодиагностики эмоционально-чувственной сферы пожилых людей:

1. _____
2. _____
3. _____

15) Выделите методы психической саморегуляции:

- аутогенная тренировка;
- медитация;
- просмотр телепередач;
- общение.

4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

Промежуточная аттестация по дисциплине является итоговой проверкой знаний и компетенций, полученных студентом в ходе изучения дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в виде зачета (форма – письменный зачет). Промежуточная аттестация проводится в соответствии с требованиями Положения об аттестации учебной работы студентов института.

Примерные вопросы к зачету.

1. Предмет и задачи психологии здоровья в пожилом возрасте.
2. Основные теории старения.
3. Геронтогенез и его закономерности.
4. Психологические особенности лиц пожилого возраста.
5. Возрастные изменения в пожилом возрасте.
6. Образ жизни пожилых людей.
7. Социально-психологические проблемы пожилых людей.
8. Характеристика познавательной активности в пожилом возрасте.

9. Задачи развития в пожилом возрасте.
10. Государственная политика в отношении населения старших возрастных групп.
11. Особенности консультирования пожилых людей.
12. Методы коррекции психологических проблем в пожилом возрасте.
13. Психологическая реабилитация пожилых людей.
14. Психотерапевтические методы в работе с пожилыми людьми.
15. Аутогенная тренировка и психофизическая саморегуляция в решении задач оздоровления в пожилом возрасте.
16. Тренинг познавательных процессов в пожилом возрасте.
17. Психогигиена и психопрофилактика в пожилом возрасте.
18. Принципы здорового образа жизни и культура здоровья в пожилом возрасте.
19. Диагностика психического и социального статуса людей пожилого и старческого возраста.
20. Работа психолога в гериатрической службе.

РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

Активность – всеобщая характеристика живых существ, их собственная динамика как источник преобразования или поддержания ими жизненно значимых связей с окружающим миром. В психологии А. выступает в соотнесении с деятельностью, обнаруживаясь как динамическое условие ее становления, реализации и видоизменения, как свойство ее собственного движения. Она характеризуется в большой степени обусловленностью производимых действий спецификой внутренних состояний субъекта (в отличие от реактивности, когда действия обуславливаются предшествующей ситуацией) и произвольностью, т. е. обусловленностью наличной целью субъекта.

Гуманистическая психология – ряд направлений в современной психологии, которые ориентированы прежде всего на изучение смысловых структур человека. В гуманистической психологии в качестве основных предметов анализа выступают: высшие ценности, самоактуализация личности, творчество, любовь, свобода, ответственность, автономия, психическое здоровье, межличностное общение. Гуманистическая психология в качестве самостоятельного течения выделилась в начале 60–х гг. XX в. Как протест против бихевиоризма и психоанализа, получив название „третьей силы“. К данному у направлению могут быть отнесены А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Ш. Бюлер. Ф. Бэррон, Р. Мэй, С. Джулард и др. Методологические позиции гуманистической психологии сформулированы в следующих посылах: 1. Человек целостен; 2. Ценны не только общие, но и индивидуальные случаи; 3. Главной психологической реальностью являются переживания человека; 4. Человеческая

жизнь – единый процесс; 5. Человек открыт к самореализации; 6. Человек не детерминирован только внешними ситуациями.

Деятельность – активное взаимодействие субъекта с окружающим миром, в ходе которого оно целенаправленно воздействует на объект и за счет этого удовлетворяет свои потребности. В структуре деятельности выделяют: мотивы, побуждающие субъект к деятельности, цели как прогнозируемые результаты этой деятельности; операциональные компоненты, с помощью которых деятельность реализуется. Основным видом человеческой Д., сыгравшим решающую роль в происхождении и развитии физических и духовных свойств человека, является труд. С трудом генетически связаны др. виды человеческой Д. (игра, учение и т. д.).

Защитные механизмы – термин для обозначения бессознательных приемов, с помощью которых человек, как личность, оберегает себя от психологических травм.

Личность. В общественных науках Л. рассматривается как особое качество человека, приобретаемое им в социокультурной среде в процессе совместной деятельности и общения. В отечественной психологии в рамках системно-деятельностного подхода Л. рассматривается как относительно устойчивая совокупность психических свойств, как результат включения индивида в пространство межиндивидуальных связей. Таким образом, можно сказать, что личность – это социальный индивид, проявляющийся в системе его отношений и социальных ролей.

Психология (от греч. Psyche – душа, logos – учение) – наука о закономерностях функционирования и развития психики, основанная на представленности в самонаблюдении особых переживаний, не относимых к внешнему миру. Со 2-й половины XIX в. Произошло отделение психологии от философии, что стало возможным в силу развития объективных экспериментальных методов, пришедших на смену интроспекции, и формирования особого предмета психологии человека, основными признаками которого стали деятельностная активность и присвоение общественно исторического опыта.

Приложение 1 к рабочей программе дисциплины

РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины**6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3
Основная литература				
1	Здоровая личность: монография / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Речь, 2013. - 399 с.	+	+	+
2	Петрушин, В. И. Психология здоровья [Электронный ресурс]: учебник / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. – М.: Юрайт, 2018. – 431 с. – Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/BFFC2471-0F18-40BB-8A8F-59D2F5A182D5 .	+	+	+
3	Психология здоровья: учебник / Г.С. Никифоров. – СПб.: Питер, 2006. – 607 с.	+	+	+
Дополнительная литература				
1	Геронтопсихология: учебное пособие / ред. Г. С. Никифоров. - СПб.: Изд-во СПбГУ, 2007. - 391 с.	+	+	+
2	Психология старости и старения: хрестоматия / сост. О. В. Краснова, А. Г. Лидерс. - М.: Академия, 2003. - 416 с.	+	+	+
3	Сахарова Т.Н. Эмоционально-нравственная сфера пожилых людей (опыт психологического исследования) [Электронный ресурс]: монография / Т.Н. Сахарова. – М.: МПГУ, 2011. – 220 с. – Режим доступа: https://ibooks.ru/reading.php?productid=26871	+	+	+

6.2. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, используемых при изучении дисциплины

Педагогическая библиотека [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.pedlib.ru/>

6.2. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

Ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа: <https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

EastView [Электронный ресурс]: informationservices. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/search/simple> . – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:1>. – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456 . – Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435 . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

_____ Г.Л. Горохова
(подпись, расшифровка)