

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

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

КАФЕДРА ОБЩЕЙ И КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель образовательной программы,
кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры общей и консультативной психологии

_____ Л.В. Кузьменкова

«30» апреля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА В ПОЖИЛОМ И СТАРЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

основной профессиональной образовательной программы

«Практики психологической помощи»

по направлению подготовки 37.03.01 Психология

Разработчик: канд. психол. наук, доцент Кузьменкова Лидия Всеволодовна

Согласовано: д-р психол. наук, профессор Шукина Мария Алексеевна

Санкт-Петербург

2021

РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины

1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА В ПОЖИЛОМ И СТАРЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Психологическое сопровождение лиц пожилого и старческого возраста – одно из направлений практической психологии, развивающееся в рамках психологической помощи лицам, находящимся в геронтологических пансионатах, отделениях и других учреждениях этого направления, а также в работе с данным контингентом в соответствии с программами Комитета по социальной защите населения. В учебной программе обучения рассматриваются особенности психологического состояния лиц пожилого и старческого возрастов, возможные методики и техники для организации и осуществления психологической помощи в улучшении качества жизни клиентов психолога.

Цель изучения дисциплины – изучение психологических подходов в работе с лицами пожилого и старческого возраста с учетом личностных и возрастных особенностей.

Задачи дисциплины:

1. дать представления о специфике психологического сопровождения лиц пожилого и старческого возраста;
2. освоить формулирование цели и задач работы с лицами пожилого и старческого возраста в зависимости от личностных особенностей клиента, его возможностей и профессионального уровня психолога;
3. сформировать навыки работы с лицами пожилого и старческого возраста.

Содержание дисциплины:

Возрастные критерии пожилого и старческого возраста.

Современные методы и подходы в психологической поддержке лиц пожилого и старческого возраста.

Программы для психологической поддержки лиц пожилого и старческого возраста.

Профессионально-важные качества психолога, осуществляющего психологическую поддержку лицам пожилого и старческого возраста.

1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине

Цель¹:

- изучение психологических подходов в работе с лицами пожилого и старческого возраста с учетом личностных и возрастных особенностей

Задачи²:

1. Дать представления о специфике психологического сопровождения лиц пожилого и старческого возраста;
2. Освоить формулирование цели и задач работы с лицами пожилого и старческого возраста в зависимости от личностных особенностей клиента, его возможностей и профессионального уровня психолога;
3. Сформировать навыки работы с лицами пожилого и старческого возраста.

¹ Цель – представление о результатах освоения дисциплины. Цель дисциплины должна быть соотнесена с результатом освоения ОП ВО (формируемыми компетенциями). Цель должна быть обозначена кратко, четко и иметь практическую направленность. Достижение цели должно быть проверяемым

² Формулировка задач должна быть связана со знаниями, умениями и навыками (владениями), также должны быть учтены виды деятельности, указанные в ОП ВО.

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 объем дисциплины			Объем в академических часах								Контроль
	в зач.ед.	в астрон. часах	в академ. часах	Объем самостоятельной работы	Всего	Виды учебных занятий			Практическая подготовка	Контроль самостоятельной работы	Консультация к промежуточной аттестации (зачет)	
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Практические занятия				
Очная	2	54	72	28	44	42	16	26		2	-	-
Очно-заочная	2	54	72	42	30	28	12	16		2	-	-

*Часы на практическую подготовку выделяются в тех дисциплинах, где она предусмотрена (в лекциях, практических занятиях, коллоквиумах, кейсах и прочее)

**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

Код компетенции наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
ПК-2. Способен реализовывать базовые формы группового и индивидуального консультирования клиентов	ИПК-2.1. Реализует программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач. ИПК -2.2. Оказывает психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций.	На уровне знаний: Знает основы концепций и методов консультирования и психологического сопровождения лиц пожилого и старческого возраста, на основе которых способен осуществлять подбор методик, направленных на поддержку На уровне умений: Умеет формулировать цель и задачи программы психологической помощи, владение диагностическим инструментарием и способностью анализировать результаты, определяя эффективность проводимых воздействий

		<p>На уровне навыков: Владеет навыками проведения программ психологической помощи на основании анализа особенностей лиц пожилого и старческого возраста и применения соответствующих методик и техник в работе с учетом социокультурных традиций различных социальных групп, этносов и конфессий, включая мировые религии, философские и этические учения.</p>
--	--	--

РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

Очная форма обучения

Номер темы	Название темы	Объем дисциплины (модуля), час.				Форма текущего контроля и промежуточной аттестации	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР
			Л	ПЗ	ПрП		
Тема 1	Возрастные критерии пожилого и старческого возраста.	14	4	4		6	
Тема 2	Современные методы и подходы в психологической помощи лицам пожилого и старческого возраста	16	4	8		4	
Тема 3	Программы для психологической поддержки лиц пожилого и старческого возраста	28	4	8		16	
Тема 4	Профессионально-важные качества психолога, осуществляющего психологическую поддержку лицам пожилого и старческого возраста	12	4	6		2	
	Контроль самостоятельной работы	2					
	Консультация						Зачет
	Контроль						
	ВСЕГО в академических часах	72	16	26		28	

Очно-заочная форма обучения

Номер темы	Название темы	Объем дисциплины (модуля), час.				Форма текущего контроля и промежуточной аттестации	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР
			Л	ПЗ	ПрП		
Тема 1	Типология старения. Возрастные критерии позднего возраста.	10	2	2		6	
Тема 2	Современные методы и подходы в психологической поддержке здоровья лиц позднего возраста	16	4	4		8	
Тема 3	Принципы составления программ для психологического сопровождения лиц позднего возраста	30	4	6		20	

Тема 4	Профессионально-важные качества психолога, осуществляющего психологическое сопровождение лиц позднего возраста	14	2	4		8	
	Контроль самостоятельной работы	2					
	Консультация						Зачет
	Контроль						
	ВСЕГО в академических часах	72	12	16		42	

Используемые термины:

Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся);

ПЗ – практические занятия (виды занятия семинарского типа за исключением лабораторных работ);

ПрП – практическая подготовка (работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации практической подготовки для решения практико-ориентированных заданий; часы входят в общий объем практических занятий). При наличии ПрП прописываются формы текущего контроля ПрП, а в п.2.5 дополнительно прилагаются методические материалы и типовые задания.

СР – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

Форма текущего контроля и промежуточной аттестации – формы текущего контроля указываются разработчиком для каждой темы, промежуточная аттестация – из учебного плана.

КСР – контроль самостоятельной работы – входит в общую контактную работу с преподавателем.

Консультация – проводится перед промежуточной аттестацией в форме экзамена.

Образовательные технологии

Учебный процесс при преподавании курса основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены лекциями и семинарскими (практическими) занятиями. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в информационной образовательной среде.

2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Возрастные критерии позднего возраста.

Психологическая помощь, определение, основные направления. Психологическая поддержка клиентов психолога.

Теории типов старения человека (Бельски М.П., Гизе Ф., Бромлей Д., Эриксон, Кон И.С., Авербух Е.С.). Личностные ресурсы человека позднего возраста.

Возрастные критерии пожилого и старческого возраста. Психологические проблемы лиц пожилого и старческого возраста. Кризис встречи со старостью (Ш. Болен)

Тема 2. Современные методы и подходы в психологической помощи лицам пожилого и старческого возраста

1. Цели и задачи современных психологических подходов в психологическом сопровождении и поддержке лиц пожилого и старческого возраста. Методы: групповая и индивидуальная работа психолога с лицами позднего возраста. Беседы психолога: виды, цели, задачи. Арт-терапия, музыкотерапия, телесно-ориентированные техники. Личностно-ориентированная терапия (Мясищев ВН, Карвасарский БД)

Тема 3. Программы для психологической поддержки лиц пожилого и старческого возраста

Определение психотерапии. Цели и задачи психотерапевтической работе в психологическом сопровождении лиц позднего возраста. Психотерапевтическая среда и психотерапевтическое пространство. Психотерапевтический комплекс. Фазы психотерапевтического процесса. Основные принципы составления программ для работы с лицами пожилого и старческого возраста. Роль психодиагностики свойств личности в составлении программ психологического сопровождения. Составляющие психотерапевтического комплекса. Критерии оценки эффективности психотерапевтической программы сопровождения здоровья лиц позднего возраста.

Тема 4. Профессионально-важные качества психолога, осуществляющего психологическую поддержку лицам пожилого и старческого возраста

Роль личности психолога в психокоррекционной работе (культурно-историческая теория Л.С. Выготского, Ф.Е. Василюк «Понимающая психология», Ш. Болен). Профессионально важные качества практического психолога, работающего с лицами позднего возраста. Основные подходы в организации психотерапевтической работы. Основные компоненты профессиональной готовности к работе с лицами позднего возраста.

Профессиональное становление личности психолога.

2.3. Описание занятий семинарского типа

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.

Тема: Возрастные критерии позднего возраста.

Цель: раскрыть перед студентами глубину сложности состояния клиента пожилого и старческого возраста.

Понятийный аппарат: психологическое сопровождение, психокоррекция, психотерапия, критерии старения человека, старость.

Вопросы для обсуждения:

1. Отличия научных понятий «психокоррекция», «психотерапия», «психологическое сопровождение».
2. Возрастные кризисы завершающего периода жизни человека.
3. Психологические проблемы лиц позднего возраста.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.

Тема: Современные методы и подходы в психологической помощи лицам пожилого и старческого возраста

Цель: донести до студентов основные методологические положения составления, организации и проведения психологического сопровождения здоровья лиц пожилого и старческого возраста.

Понятийный аппарат: методология работы психолога с лицами пожилыми и старческими клиентами, беседа, методики психотерапии, техники работы с клиентами, специфика методических средств.

Вопросы для обсуждения:

1. Методики для работы с лицами пожилого и старческого возраста.
2. Техники организации и проведения психологического сопровождения лиц пожилого и старческого возраста.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.

Тема: Программы для психологической поддержки лиц пожилого и старческого возраста

Цель: раскрыть перед студентами широту психотерапевтических возможностей при сопровождении здоровья лиц пожилого и старческого возраста, осветить основные принципы составления программ поддержки.

Понятийный аппарат: особенности возрастного развития лиц пожилого и старческого возраста, особенности профессиональной принадлежности, принцип составления программы, эффективность психокоррекционной программы, критерии эффективности.

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности развития психики в позднем возрасте человека, отражение особенности в программах поддержки.
2. Программы поддержки здоровья для лиц пожилого и старческого возраста.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.

Тема: Профессионально-важные качества психолога, осуществляющего психологическое сопровождение лиц пожилого и старческого возраста.

Цель: донести до студентов профессиональные требования к психологу, работающему контингентом пожилого и старческого возраста.

Понятийный аппарат: профессионально важные качества, психологическая готовность, компоненты профессиональной готовности, роль личности.

Вопросы для обсуждения:

1. Профессионально важные качества и требования к психологу, работающему с лицами пожилого и старческого возраста.
2. Компоненты профессиональной готовности к работе психологом.
3. Роль личности психолога в работе с клиентом по программе поддержки.

2.4. Описание занятий в интерактивных формах

Интерактивное занятие к теме 2 «Современные методы и подходы в психологической помощи лицам пожилого и старческого возраста».

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика *Дебаты и дискуссии* - интеллектуальные игры для обучающихся, представляющие собой особую форму обсуждений, которые ведутся по определенным правилам. Суть дебатов заключается в том, что две команды выдвигают свои аргументы и контраргументы по поводу предложенного тезиса, пытаясь убедить третью сторону (жюри) в своей правоте.

Вопросы для обсуждения:

2. Что является основой для создания программ поддержки лиц пожилого и старческого возраста.

Интерактивное занятие к теме 4 «Профессионально-важные качества психолога, осуществляющего психологическую поддержку лицам пожилого и старческого возраста».

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика *Дебаты и дискуссии* - интеллектуальные игры для обучающихся, представляющие собой особую форму обсуждений, которые ведутся по определенным правилам. Суть дебатов заключается в том, что две команды выдвигают свои аргументы и контраргументы по поводу предложенного тезиса, пытаясь убедить третью сторону (жюри) в своей правоте.

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности программ поддержки лиц пожилого и старческого возраста.
2. Какие психологические помехи для психолога могут возникать при осуществлении реализации программы поддержки лиц пожилого и старческого возраста.

Для проведения занятия используется методика *тренинговые упражнения* - метод активного обучения, направленный на развитие навыков, компетенций и социальных установок, основанный не только на получении новой информации, но и применении полученных знаний на практике. В тренинге психической саморегуляции в процессе жизнедеятельности цель - формирование навыков рефлексии и психологической саморегуляции. В этом тренинге решаются следующие задачи: выработка навыков самосознания себя, себя в мире и в контакте с окружающими; установления контакта, решения задач по ориентации в проблеме, психосаморегуляции. Работа осуществляется индивидуально, в группе, в подгруппах и в парах.

В работе предлагается применять упражнения «Поводырь и «слепой», «Беседа на 3х уровнях», «Зеркало», «Скульптор», «Утес», «Ручеек».

Обсуждение после каждого упражнения по вопросам: как менялось собственное психическое состояние в процессе выполнения задания, что заметили в поведении, эмоциональных реакциях?

Практическая часть ориентирована на освоение техник эффективной саморегуляции психического состояния, включает упражнения «Команда СТОП!», «Болванчик», «Отхлопывание», «Письмо», дыхательные и упражнения для релаксации.

Обсуждение после каждого упражнения по вопросам: как менялось собственное психическое состояние в процессе выполнения задания, на что обратили внимание в поведении, эмоциональных реакциях.

2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

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

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой 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 кафедра обеспечивает:

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 кафедры, 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, устно);

- 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 областях психологии личности, психологической диагностики, теории и практики психологического консультирования, психокоррекции.

Основным понятийным аппаратом и наиболее значимыми вопросами изучения данной программы являются: сущность консультативной (контактной) работы с лицами пожилого и старческого возраста.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развития;
- принцип культуру-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип адекватности использования технологий в зависимости от резервных возможностей человека;
- принципы составления психокоррекционных программ.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных изданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины (особенности возрастного развития психики человека, психодиагностики, основ составления поддерживающих программ на основе изучения проблемного поля лиц пожилого и старческого возраста).

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 в рамках дисциплины «Психологическая поддержка в пожилом и старческом возрасте» является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе

самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

При изучении курса используются следующие формы самостоятельной работы:

- работа с книгой;
- работа со словарями;
- конспектирование;
- тезирование;
- аннотирование;
- рецензирование.

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Цель выполнения самостоятельной творческой работы – приобретение опыта активной самостоятельной учебно-познавательной деятельности.

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. СРС способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

В процессе выполнения самостоятельной работы студенты должны быть ориентированы на:

- систематизацию и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

Успех студента в изучении курса зависит от систематической индивидуальной деятельности по овладению учебным материалом. Студентам целесообразно наладить творческий контакт с преподавателем, придерживаться его рекомендаций и советов по успешному овладению

Требования к структуре и оформлению работы.

Данная работа в окончательном варианте, который предоставляется преподавателю,

должна быть иметь следующую **структуру**:

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

Работа должна быть представлена на листах формата А4 в печатном варианте с выполнением основных требований оформления документов. Обязателен титульный лист и прилагаемый список литературы.

Устанавливаются следующие требования к **оформлению 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 страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

3.1. Задания для самостоятельной работы

Самостоятельная работа предусматривает решение следующих задач:

1. Изучить данные, полученные в процессе производственной практики или на основе интернет-информации опыт организаций, занимающихся помощью и поддержкой лиц пожилого и старческого возраста (пансионаты для пожилых, диспансеры, центры поддержки семьи и детей и т.п.).

2. Составить обзор на основе полученных данных и описать психологическую работу с рассматриваемым контингентом населения психологической службы организации, в большей степени уделив внимание психологическим программам различным категориям лиц пожилого и старческого возраста.

3. Оформить работу для сдачи на проверку в соответствии с требованиями.

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 с некоторыми нарушениями сроков подачи материала, в полном объеме, все работы в среднем достойны **хорошей оценки**;

20 баллов – самостоятельная работа выполнена с некоторыми нарушениями сроков подачи материала, в неполном объеме (менее 90% заданий), все работы в среднем достойны **хорошей оценки**;

10 баллов – самостоятельная работа выполнена с нарушением сроков, в неполном объеме (менее 75% заданий), все работы в среднем достойны **удовлетворительной оценки**.

0 баллов – самостоятельная работа не предоставлена или выполнена с грубейшими нарушениями, 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 «Психологическая поддержка в пожилом и старческом возрасте» относится рубежный контроль (тест минимальной компетентности) и 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 оценивания³

Результаты успешной сдачи зачетов 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.

Шкала перевода оценки из пятибалльной системы в систему «зачтено» / «не зачтено»:

³ Критерии оценивания могут уточняться и дополняться в соответствии со спецификой дисциплины, установленных форм контроля, применяемых технологий обучения и оценивания

отлично, хорошо, удовлетворительно (5-3 балла)	«зачтено»
неудовлетворительно (2 балла)	«не зачтено»

ОТЛИЧНО (5 баллов)

Обучающийся на **высоком** уровне демонстрирует знания системного подхода в анализе поставленных задач, основных концепций и методов консультирования и психологического сопровождения лиц пожилого и старческого возраста. **Грамотно** проводит критический анализ и ранжирование информации. На **высоком** уровне выделяет базовые составляющие, необходимые для решения поставленных задач, формировать собственные мнения и суждения, аргументируя свои выводы и точку зрения. На **высоком** уровне демонстрирует умение формулировать цель и задачи программы сопровождения пожилых и старческих лиц, выбирать диагностический инструментарий и способности анализировать результаты, определяя эффективность психологической поддержки. На **высоком** уровне демонстрирует навыки анализа информации и выбора пути решения проблем в соответствии с основными философскими идеями и категориями в их историческом развитии и социально-культурном контексте. На **высоком** уровне демонстрирует навыки проведения программ психологической поддержки лиц пожилого и старческого возраста с учетом социокультурных традиций различных социальных групп, этносов и конфессий, включая мировые религии, философские и этические учения.

Аргументирует выдвигаемые положения, приводит убедительные примеры, обнаруживает аналитический подход в освещении различных концепций, делает содержательные выводы, демонстрирует знание специальной литературы в рамках учебной программы и дополнительных источников информации. На вопросы отвечает четко, логично, уверенно, по существу. Способен принимать быстрые и нестандартные решения.

Многоплановое (комплексное) решение профессионально-ориентированной задачи (кейса).

ХОРОШО (4 балла)

Обучающийся на **достаточном** уровне демонстрирует знания системного подхода в анализе поставленных задач, основных концепций и методов консультирования и психологического сопровождения лиц пожилого и старческого возраста. **Грамотно** проводит

критический анализ и ранжирование информации. На **достаточном** уровне выделяет базовые составляющие, необходимые для решения поставленных задач, формировать собственные мнения и суждения, аргументируя свои выводы и точку зрения. На **достаточном** уровне демонстрирует умение формулировать цель и задачи программы сопровождения пожилых и старческих лиц, выбирать диагностический инструментарий и способности анализировать результаты, определяя эффективность психологической поддержки. На **достаточном** уровне демонстрирует навыки анализа информации и выбора пути решения проблем в соответствии с основными философскими идеями и категориями в их историческом развитии и социально-культурном контексте. На **достаточном** уровне демонстрирует навыки проведения программ психологической поддержки лиц пожилого и старческого возраста с учетом социокультурных традиций различных социальных групп, этносов и конфессий, включая мировые религии, философские и этические учения.

При ответе допускает незначительные ошибки, неточности по критериям, которые не искажают сути ответа. В целом содержательно отвечает на дополнительные вопросы. При этом примеры, иллюстрирующие теоретическую часть ответа, приводит не вполне развернуто и обоснованно.

Решение профессионально-ориентированной задачи (кейса) с незначительными ошибками и неточностями.

УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (3 балла)

Обучающийся на **поверхностном** уровне демонстрирует знания системного подхода в анализе поставленных задач, основных концепций и методов консультирования и психологического сопровождения лиц пожилого и старческого возраста. **Не всегда верно** проводит критический анализ и ранжирование информации. На **поверхностном** уровне выделяет базовые составляющие, необходимые для решения поставленных задач, формировать собственные мнения и суждения, аргументируя свои выводы и точку зрения. На **поверхностном** уровне демонстрирует умение формулировать цель и задачи программы сопровождения пожилых и старческих лиц, выбирать диагностический инструментарий и способности анализировать результаты, определяя эффективность психологической поддержки. На **поверхностном** уровне демонстрирует навыки анализа информации и выбора пути решения проблем в соответствии с основными философскими идеями и категориями в их историческом развитии и социально-культурном контексте. На **поверхностном** уровне демонстрирует навыки проведения программ психологической поддержки лиц пожилого и старческого возраста с учетом социокультурных традиций различных социальных групп, этносов и конфессий, включая мировые религии, философские и этические учения.

Продемонстрированные базовые знания частичные, отрывочные, бессистемные, теоретические и практические аспекты проблемы не связаны. В основном не может ответить на дополнительные вопросы и привести адекватные примеры

Решение профессионально-ориентированной задачи (кейса) содержит существенные ошибки и неточности.

НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (2 балла)

Обучающийся на **крайне низком** уровне демонстрирует знания системного подхода в анализе поставленных задач, основных концепций и методов консультирования и психологического сопровождения лиц пожилого и старческого возраста. **Не может** проводить критический анализ и ранжирование информации. На **крайне низком** уровне выделяет базовые составляющие, необходимые для решения поставленных задач. **Затрудняется** формировать собственные мнения и суждения, аргументируя свои выводы и точку зрения. На **крайне низком** уровне демонстрирует умение формулировать цель и задачи программы сопровождения пожилых и старческих лиц, выбирать диагностический инструментарий и способности анализировать результаты, определяя эффективность психологической поддержки. На **крайне низком** уровне демонстрирует навыки анализа информации и выбора пути решения проблем в соответствии с основными философскими идеями и категориями в их историческом развитии и социально-культурном контексте. На **крайне низком** уровне демонстрирует навыки проведения программ психологической поддержки лиц пожилого и старческого возраста с учетом социокультурных традиций различных социальных групп, этносов и конфессий, включая мировые религии, философские и этические учения.

Ответ содержит ряд серьезных ошибок, выводы поверхностны или неверны. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом.

Профессионально-ориентированная задача (кейс) не решена или содержит грубые ошибки.

4.2. Формирование компетенций в процессе освоения дисциплины

Номер темы	Название темы	Код изучаемой компетенции
Тема 1.	Возрастные критерии пожилого и старческого возраста.	ПК-2
Тема 2.	Современные методы и подходы в психологической помощи лицам пожилого и старческого возраста	ПК-2
Тема 3.	Программы для психологической поддержки лиц пожилого и старческого возраста	ПК-2

Тема 4.	Профессионально-важные качества психолога, осуществляющего психологическую поддержку лицам пожилого и старческого возраста	ПК-2
---------	--	------

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

Основными документом регламентирующими порядок организации и проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации студентов, обучающихся в СПбГИПСР, являются: Устав СПбГИПСР, Положение об аттестации учебной работы студентов института.

По дисциплине «Психологическая поддержка в пожилом и старческом возрасте» проводятся текущий и рубежный контроль успеваемости, а также промежуточная (итоговая) аттестация знаний.

Текущий контроль проводится в конце каждого практического занятия: активность участия в обсуждении вопросов и наличие обработанных протоколов по методикам с написанными заключениями.

Текущий контроль успеваемости проводится в течение семестра в часы, отведенные для изучения дисциплины, и может осуществляться в следующих формах:

- устного ответа;
- письменного ответа.

Конкретная форма проведения оценки уровня знаний студентов по данной дисциплине определяется преподавателем и доводится до сведения студентов на первом занятии по дисциплине.

Задания по текущему контролю успеваемости (раздел разрабатывается с учетом индивидуальных образовательных запросов студентов). Обязательным требованием для объективной оценки уровня знаний и участия студента в учебных мероприятиях, предусмотренных рабочей программой является посещаемость учебных занятий в объеме 75% от общего числа занятий.

Рубежный контроль успеваемости проводится либо в середине курса, либо на последних занятиях данного курса (по усмотрению преподавателя).

Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости) проводится преподавателем в процессе изучения дисциплины в форме опроса минимальной компетентности.

Примерные тестовые задания для рубежного контроля:

Вопрос 1.

Выберите один правильный ответ

В каких психологических показателях человек позднего возраста превосходит молодых людей?

- а) объем памяти увеличен за счет жизненного опыта
- б) тщательность выполнения поставленных задач в соответствии с алгоритмом**
- в) более устойчивое внимание на выбранном действии.

Критерии оценивания результатов теста	
Количество верных ответов	Оценка за тест
27-30	«Отлично»
22-26	«Хорошо»
18-21	«Удовлетворительно»
Менее 18	«Неудовлетворительно»

Промежуточная (итоговая) аттестация по дисциплине.

Рейтинговая оценка знаний складывается из следующих компонентов:

- посещаемости занятий и активности на них;
- результатов рубежного контроля;
- результатов аттестации самостоятельной работы.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета.

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

Примерные вопросы к зачету

1. Психологическая помощь, основные направления.
2. Определение психологического сопровождения клиента, цели и задачи.
3. Классификация типов старения.
4. Основные формы психотерапии: индивидуальная, групповая, смешанная.
5. Психотерапевтическая среда и психотерапевтическое пространство.
6. Психотерапевтический комплекс, фазы процесса.
7. Основные принципы составления психологических программ сопровождения.
8. Роль психодиагностики свойств личности в составлении программ.
9. Составляющие психотерапевтического комплекса.
10. Оценка эффективности психотерапевтической программы.
11. Особенности построения психотерапевтической программы для сопровождения здоровья лиц позднего возраста.
12. Профессионально важные качества практического психолога, работающего с лицами позднего возраста.

13. Основные подходы в организации психотерапевтической работы.
14. Основные компоненты профессиональной готовности психолога к практической работе.
15. Личностная готовность психолога к работе с лицами позднего возраста.
16. Роль личности психолога в психотерапевтической работе.
17. Профессиональное становление личности психолога.
18. Объективные и субъективные факторы эффективности психотерапии (Бютлер).
19. Личностно-ориентированная терапия (Мясищев ВН, Карвасарский БД)
20. Работа с пожилыми и старыми людьми, психофизиологические, психические и физические особенности этого периода жизни человека, учитываемые при реализации программ.
21. Роль субъективных факторов в развитии травматического стресса пожилого человека.
22. Резервы психики (резервы в развитии, резервы в деятельности), приемы активизации резервов в психологических программах сопровождения.
23. Причины возникновения критических ситуаций в жизни человека. Кризис встречи со старостью.
24. Типы биографических кризисов: кризис нереализованности, кризис опустошенности, кризис бесперспективности.
25. Основные способы выхода из кризиса: конструктивные и деструктивные в позднем возрасте человека.
26. Примеры проверки эффективности психотерапевтической программы
27. Алгоритм оформления психокоррекционной программы для применения на практике
28. Методики групповой работы с лицами позднего возраста.
29. Методики, применяемые в индивидуальной психологической работе с человеком позднего возраста.
30. Техники и приемы, помогающие создать и поддерживать терапевтическое пространство при работе с лицами позднего возраста.

РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

БЕЗОПАСНОСТЬ – это ощущение человеком доверия, невредимости, отсутствия страха или тревоги, особенно в отношении удовлетворения собственных настоящих и будущих потребностей.

БИОГРАФИЧЕСКИЙ КРИЗИС - под биографическим кризисом понимается такая особенность внутреннего мира человека, которая проявляется в различных формах переживания человеком непродуктивности своего жизненного пути.

БИХЕВИОРАЛЬНАЯ (ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ) ТЕРАПИЯ - группа методов, основанных на положениях бихевиоризма, теориях научения, допускающих тот факт, что поведение человека в основном обусловлено историей и результатом его научения. Сторонники бихевиоризма полагают, что психика индивидуума представляет собой совокупность сложных, но отдельных реакций и основной причиной ее формирования является воздействие факторов окружающей среды. Изменения в цепочках «стимул-реакция» обуславливают изменение поведения человека, причем его поведение может быть оценено и объяснено только при рассмотрении объективных отношений между стимулом и ответной реакцией. Иными словами, поведение человека реактивно и им управляют внешние стимулы. На первом этапе развития бихевиоральной терапии ее основной теоретической базой была теория условных рефлексов Павлова, согласно которой формирование условных рефлексов происходит при наличии смежности (совпадения по времени индифферентного и безусловного раздражителей) и повторения. Угасание условных реакций в свою очередь происходит при отсутствии их подкрепления безусловным раздражителем, причем наиболее резистентными к угашению считаются следующие схемы подкрепления: с изменчивым временным интервалом, при котором подкрепление дается случайным образом, с вариабельным соотношением, при котором величина безусловного раздражителя – подкрепляющего стимула - меняется непредсказуемым образом. На втором этапе развития поведенческой психотерапии особую роль стали играть теории инструментального, или оперантного, обуславливания Торндайка и Скиннера, согласно которым формирование условных реакций происходит путем проб и ошибок, являясь результатом выбора (селекции) нужного стереотипа поведения с последующим его закреплением, подчиняющимся определенным законам. На третьем этапе развития бихевиоризма наметилось его сближение с положениями когнитивной психологии – возникновение теории социального научения Бандуры.

ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ – направление в современной западной, преимущественно американской, психологии, предметом изучения которого служит целостный человек в его высших, специфических только для человека проявлениях, в т. ч. развитие и самоактуализация личности, ее высшие ценности и смыслы, любовь, творчество, свобода, ответственность, автономия, переживание мира, психическое здоровье, глубинное межличностное общение, трансценденция и т. п.

Г. п. сформировалась как течение в начале 60-х гг. XX в., противопоставляя себя, с одной стороны, бихевиоризму, который критиковался за механистичность подхода к психологии человека по аналогии с психологией животных, за рассмотрение человеческого поведения как полностью зависимого от внешних стимулов, и, с другой стороны, психоанализу, критикуемому за представление о психической жизни человека как полностью определяемой

неосознаваемыми глубинными влечениями и комплексами. Г.п. уже в 60-е годы приобрела большой вес и получила название «третьей силы» в западной психологии.

ДЕСТРУКТИВНЫЕ СТРАТЕГИИ преодоления кризисов - фактическое нежелание человека и неспособность работать со своей проблемой. Человек не готов и не хочет принимать решения, не хочет брать на себя ответственность за них, боится последствий и поэтому ждет, что все как-нибудь устроится само собой. Однако постепенно у человека накапливается негативный опыт нерешения своих проблем, и это приводит к еще более глубокому, затяжному и тяжелому личностному кризису, который может переходить в невротические состояния, невроз и иметь другие, более деструктивные последствия для личности.

ДИСТРЕСС – критическая ситуация, выражаемая в неудовлетворении необходимых потребностей (мотивов) в результате наличия помех, препятствий, причем трудность достижения желаемого преодолима.

КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ - современное направление психотерапии, объединяющее достижения бихевиоральной терапии и когнитивной психологии. Ведущими техниками когнитивно -бихевиоральной терапии являются: когнитивное реструктурирование, решение проблем и различные тренинги. Основным положением когнитивно-бихевиоральной терапии является положение о «двусторонней детерминированности поведения», согласно которому поведение пациента, с одной стороны, и его мысли и чувства - с другой оказывают друг на друга взаимное влияние. В данном варианте психотерапии «когнитивное рассматривается как совокупность когнитивных событий, когнитивных процессов и когнитивных структур». Когнитивно-бихевиоральная терапия исследует мировоззрение пациента с помощью недирективных рефлексивных приемов. В данном случае психотерапевт пытается смотреть на мир глазами пациента, не оспаривая и не интерпретируя мысли последнего. Основной задачей психотерапевта, работающего в русле когнитивно-бихевиоральной терапии, является оказание пациенту помощи в понимании того, как он строит и интерпретирует окружающую его реальность («конструктивистский ключ»). Особое значение в когнитивно-бихевиоральной терапии придается необходимости учета таких факторов, как трансфер и контртрансфер. Кроме того, Когнитивно-бихевиоральная терапия поддерживает интерактивное представление пациента о своем поведении.

КРИЗИС БЕСПЕРСПЕКТИВНОСТИ - возникает в ситуациях, когда по, тем или иным причинам в сознании слабо представлены проекты, планы, мечты о будущем. Дело здесь не в самой по себе неопределенности будущего, оно может быть вполне определенным – гарантированная скука, безнадежный застой, отсутствие перспектив профессионального роста, – а в переживаниях, обозначаемых словами типа «впереди ничего не светит». У человека есть и достижения, и ценные личные качества, но он затрудняется в построении новых жизненных

программ, не видит для себя путей самореализации в новых возможных ролях. Реальным показателем наличия такого кризиса является то, что затянувшееся переживание закономерно вызывает отклонения в телесном здоровье.

КРИЗИС НЕРЕАЛИЗОВАННОСТИ - возникает, когда по тем или иным причинам человек слабо представляет связи событий своей жизни. Возникают переживания, что «вот, моя жизненная программа не выполнена», «жизнь не удалась», «не повезло». Человек не видит или недооценивает свои достижения или успехи, в своем прошлом не видит достаточно существенных событий, полезных с точки зрения настоящего и предстоящего. Одной из причин такого рода кризиса может быть новая социальная среда, в которую человека забросило, с которой он считается, но в которой его прежний опыт не является ценностью.

КРИЗИС ОПУСТОЩЕННОСТИ - возникает в ситуациях, когда в субъективной картине жизненного пути слабо представлены связи, ведущие от прошлого в настоящее и будущее. Несмотря на то что человек осознает наличие у себя к данному времени важных, значимых достижений, у него доминирует переживание, что он уже «прочитанная книга», что у него нет сил и нет заметных привлекательных целей в будущем, а тогда зачем жить? Одной из причин такого состояния может служить некоторая усталость после длительного периода самозабвенной и упорной работы, штурма высоты в жизни и профессии. В этом случае оправданы передышка, отдых от утомившего образа жизни и бурной деятельности. Другой вариант наблюдается при резкой смене социальной или жизненной ситуации, когда у человека возникает ощущение неопределенности, непредсказуемости будущего, когда «не знаешь, за что ухватиться».

КОМПЕНСАЦИЯ - как психологический механизм надежности предполагает возмещение недоразвитых или нарушенных психических функций путем использования сохранных или перестройки частично нарушенных функций.

КОНФЛИКТ в отличие от фрустрации, возникает на основе как минимум двух внутренних побуждений, отраженных в сознании в виде самостоятельных понятий – ценностей. Внутриличностный конфликт протекает в форме особого «ценностного переживания». Межличностный конфликт, хотя и имеет внешнюю форму выражения, но возникает в результате наличия у субъектов внутриличностных конфликтов. Конфликт может быть конструктивным или деструктивным.

КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕ – это стратегии действий, предпринимаемые человеком в ситуациях психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию, осуществляемые в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах функционирования личности и ведущие к успешной или менее успешной адаптации.

КРИЗИС - является ситуацией переживания невозможности реализации жизненного замысла с применением имеющихся знаний, умений, навыков, которая возникает в поворотных пунктах жизненного пути личности и завершается либо сохранением прежнего жизненного замысла, либо перерождением личности, принятием новой жизненной стратегии, новых ценностей.

КРИТИЧЕСКИЕ СИТУАЦИИ - значимые проблемные эмоционально переживаемые жизненные обстоятельства, для разрешения или преодоления, которых требуется поиск нового решения, выхода или непривычных ресурсов их проживания.

МЕХАНИЗМЫ СОВЛАДАНИЯ – под механизмами совладания понимаются поведенческие и внутрипсихические усилия по разрешению внешних и внутренних требований, когда во-первых, умения и навыки, включая таковые и по ориентации, подвергаются серьезному испытанию, во-вторых, когда нет готовых решений или их невозможно использовать, в-третьих, когда ситуации или проблемы однозначно не заструктурированы и (или) трудно определить уместность принимаемых решений, и, наконец, когда невозможно предсказать последствия действий».

НАДЕЖНОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ - безошибочное выполнение человеком возложенных на него профессиональных обязанностей (функций) в течение требуемого времени и при заданных условиях деятельности.

ПАССИВНОЕ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕ - представляет собой интрапсихические формы преодоления стресса, являющиеся защитными механизмами, предназначенные для снижения эмоционального возбуждения раньше, чем изменится ситуация.

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ - процесс сохранения и развития регуляторных свойств организма, его физического, психического и эмоционального благополучия, обеспечивающих высокую надежность профессиональной деятельности, профессиональное долголетие и максимальную продолжительность жизни.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДЕСТРУКЦИИ – это нарушение уже усвоенных способов деятельности, разрушение сформированных профессиональных качеств, появление стереотипов профессионального поведения и психологических барьеров при освоении новых профессиональных технологий, новой профессии или специальности. Профессиональные деструкции негативно сказываются на продуктивности труда и взаимодействии с другими участниками этого процесса.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА – это специальная система стабилизации личности, направленная на ограждение сознания от неприятных, травмирующих переживаний, сопряженных с внутренними и внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта. Функциональное назначение и цель психологической защиты заключается в ослаблении

внутриличностного конфликта (напряжения, беспокойства) между инстинктивными импульсами бессознательного и усвоенными требованиями внешней среды, возникающими в результате социального взаимодействия

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ - это свойство организма, которое определяется как регуляция различных состояний, процессов и действий, осуществляемых самим организмом с помощью психической активности.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ – это характеристика личности, состоящая в сохранении оптимального функционирования психики. Она не является врожденным свойством личности, а формируется одновременно с ее развитием и зависит от: типа нервной деятельности, опыта человека, профессиональной подготовки, навыков, умений поведения и деятельности, уровня развития основных познавательных структур личности.

ПСИХОТИП - (психологический тип) - характеристика человека с точки зрения психологии, это более узкое понятие, чем тип личности, куда включают не только психологические, но и социальные особенности человека, его образ жизни, его ценности и привычки, это описание, чего от человека такого типа можно ждать в тех или иных ситуациях и по каким внешним признакам об этом догадаться. Описание особенностей поведения человека с точки зрения трудностей для окружающих либо возможностей влияния на него.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ – это совокупность процедур, направленных на помощь человеку в разрешении проблем в принятии решений относительно профессиональной карьеры, брака, семьи, совершенствования личности и межличностных отношений.

СИТУАЦИЯ – это система объективных и субъективных элементов, объединяющихся в определенный временной период жизни субъекта.

СРЕДА – это обстановка, комплекс неких внешних по отношению к человеку условий, которая характеризуется устойчивостью и длительностью воздействия, а также относительной стабильностью, среда всегда объективна.

СТРЕСС – это не просто напряжение (хотя нервное напряжение тоже является стрессом), это неспецифический ответ нашего организма на любое изменение условий, требующее приспособления. **Стресс** понимается как уровень функционирования организма человека, свидетельствующий о напряжении витальных потребностей, удовлетворяемых регулярно, без длительных отсрочек.

СТРУКТУРНАЯ ИЗБЫТОЧНОСТЬ - как психологический механизм надежности - отношение фактически существующей структуры системы к минимальной, которая позволяет системе выполнить необходимую функцию в предположении, что элементы структуры вполне надежны.

СУБЪЕКТИВНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ СТИЛЬ РЕАГИРОВАНИЯ (emotion-focused) является следствием эмоционального реагирования на ситуацию, не сопровождающегося конкретными действиями, и проявляется в виде попыток не думать о проблеме вообще, вовлечения других в свои переживания, желания забыться во сне, растворить свои невзгоды в алкоголе, наркотиках или компенсировать отрицательные эмоции едой. Копинг, нацеленный на эмоции, определяется как когнитивные, эмоциональные и поведенческие усилия, с помощью которых личность пытается редуцировать эмоциональное напряжение.

ТРУДНАЯ ЖИЗНЕННАЯ СИТУАЦИЯ мы будем называть такую ситуацию, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов деятельности (поведения), выработанных в предыдущие периоды жизни.

ФРУСТРАЦИЯ – критическая ситуация, выражаемая в неудовлетворении предметно направленной потребности (мотива) в результате столкновения с определенным барьером, где трудность реализации мотива деятельности субъективно воспринимается непреодолимой, то есть переходит в ситуацию невозможности.

ФРУСТРАЦИОННАЯ РЕГРЕССИЯ -. возврат к предыдущим формам развития мысли, отношений, структуры поведения.

ФАЗА ШОКА И ОЦЕПЕНЕНИЯ Начальный, острый период следует сразу после мощного воздействия чрезвычайного события. Как правило, он краток по времени. У человека автоматически «включаются» витальные инстинкты самосохранения.

ФАЗА ЭЙФОРИИ. Этот период продолжается от несколько минут до нескольких часов. У пострадавших, которые не получили тяжелых физических травм, наблюдается кратковременное облегчение, некий «подъем настроения». Они активно участвуют в спасательных работах, многоречивы (многократно повторяют рассказ о своих переживаниях, высказывают отношение к случившемуся); порой отмечается даже некоторая бравада и показное равнодушие к опасности. Постепенно эйфория сменяется вялостью, безразличием, заторможенностью.

ФАЗА РЕАКЦИИ, ИЛИ ОСОЗНАНИЯ НОВОЙ ПСИХОТРАВМИРУЮЩЕЙ РЕАЛЬНОСТИ Наиболее драматичный период, когда развивается острая реакция на катастрофическую ситуацию.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ - динамический процесс и возникает поэтапно, в полном соответствии с механизмом развития стресса, при эмоциональном выгорании налицо все три фазы стресса: нервное (тревожное) напряжение; резистенция, то есть сопротивление; истощение - оскудение психических ресурсов. Соответственно каждому этапу, возникают отдельные признаки, или симптомы, нарастающего эмоционального выгорания.

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ КОНФЛИКТ – конфликт, обусловленный столкновением пациента с такими кардинальными вопросами существования, как смерть, свобода, изоляция и смысл жизни.

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ – направление в современной западной психологии, одна из ветвей гуманистической психологии. Исходит из первичности бытия человека в мире, столкновение с которым порождает у каждого человека базовые экзистенциальные проблемы, стресс и тревогу. Зрелой личности удастся успешно совладать с ними; неспособность сделать это приводит к психическим нарушениям. Выделяют четыре основных узла экзистенциальных проблем, пути решения которых изучает экзистенциальная психология: 1) проблемы времени, жизни и смерти; 2) проблемы свободы, ответственности и выбора; 3) проблемы общения любви и одиночества; 4) проблемы смысла и бессмысленности существования.

ЭМПАТИЯ – понимание эмоционального состояния другого человека посредством сопереживания, проникновения в его субъективный мир.

ЭТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ - реализация психологом в своей деятельности специфических нравственных требований, норм поведения – как во взаимоотношениях с коллегами, научным сообществом, так и с испытуемыми, респондентами, лицами, обращающимися за психологической помощью. В первую очередь это - универсальные этические принципы и нормы, значимые для всех категорий ученых: 1) научная честность и корректность при сборе экспериментальных данных; 2) отказ от присвоения чужих идей и результатов исследований; 3) отказ от поспешных выводов на основе непроверенных данных; 4) отстаивание своих научных взглядов в любой научной среде, в полемике с любыми авторитетами, и пр.

Сверх того: 5) ученый-психолог при проведении исследований не должен использовать методы, технику, процедуры, ущемляющие достоинство испытуемых или их интересы; 6) ему следует строго соблюдать гарантии конфиденциальности – неразглашения сообщенных сведений; 7) ему следует информировать испытуемых о целях проводимого исследования.

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

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4
Основная литература					
1	<i>Чернявская, А. Г.</i> Психология и андрогогика лиц пожилого возраста : учебное пособие / А. Г. Чернявская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 174 с. — ISBN 978-5-534-07325-6. — URL : https://urait.ru/bcode/452798	+	+	+	+
2	Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога в 2 ч. Часть 2. Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения : практическое пособие / Е. И. Рогов. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 507 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-08602-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/468653	+	+	+	+
3	Бутуева, З. А. Социальная геронтология : учебное пособие для вузов / З. А. Бутуева. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 174 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13735-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/477189	+	+		
Дополнительная литература					
1	Болотова, А. К. Настольная книга практикующего психолога : практическое пособие / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 341 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-08734-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/470250		+	+	+
2	Нагорнова, А. Ю. Теория и технология социальной работы с пожилыми людьми : учебное пособие для вузов / А. Ю. Нагорнова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 133 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07367-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/472660		+	+	+
3	Социально-трудовая реабилитация и адаптация инвалидов и лиц пожилого возраста : учебное пособие для вузов / М. О. Буянова [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 133 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12469-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/476610	+		+	

6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины

1. Практический психолог [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.practic.childpsy.ru>.
2. Психология [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychologiya.com.ua>

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

В рамках дисциплины используется лицензионное программное обеспечение (MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint) и обучающие платформы (1-С: Электронное обучение. Корпоративный университет, MS Teams).

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

Гарант-Образование: информационно-правовое обеспечение: [сайт]. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: <http://study.garant.ru/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронная библиотека СПбГИПСР // Библиотека СПбГИПСР: [сайт]. – Санкт-Петербург, [2014] – URL: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456 (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронный каталог // Библиотека СПбГИПСР: [сайт]. – Санкт-Петербург, [2014] – URL: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435 (дата обращения: 28.04.2021).

ЮРАЙТ: образовательная платформа: [сайт]. – Москва, 2013 – URL: <https://urait.ru/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

East View: information services: [сайт]. – [Москва], [1989] – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

ibooks.ru: электронно-библиотечная система: [сайт]. – Санкт-Петербург, 2010 – URL: <https://ibooks.ru> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Заведующая библиотекой

_____ Г.Л. Горохова

(подпись, расшифровка)