

Силабус курсу:

ПСИХОЛОГІЯ СТАРІННЯ ТА ДОВГОЛІТТЯ



Ступінь вищої освіти:	магістр
Спеціальність:	053 Психологія\
Рік підготовки:	1
Семестр викладання:	весняний (2 ий)
Кількість кредитів ЄКТС:	5
Мова(-и) викладання:	українська
Вид семестрового контролю	залік

Автор курсу та лектор:

д.психол.н., проф. Бохонкова Юлія Олександрівна

вчений ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я та по-батькові

завідувачка кафедри психології та соціології

посада

losievska@snu.edu.ua	+38-050-730-30-39	Skype: lev-18	Аудиторія за розкладом консультації
електронна адреса	телефон	месенджер	

Викладач практичних занять:*

Кобиляцька Марина Вікторівна

вчений ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я та по-батькові

асистент кафедри психології та соціології

посада

marina_k2911@ukr.net	+38-066-032-93-95	Viber за номером телефону	Аудиторія за розкладом консультації
електронна адреса	телефон	месенджер	

* – 1) дані підрозділи вносяться до силабусу в разі, якщо практичні та (або) лабораторні заняття проводить інший викладач, котрий не є автором курсу та лектором; 2) припустимо змінювати назву підрозділу на «Викладач лабораторних та практичних занять:», якщо лабораторні та практичні заняття проводить один викладач, котрий не є автором курсу та лектором.

Анотація навчального курсу

Цілі вивчення курсу:

дослідження закономірностей, механізмів, психічних фактів і явищ, які визначають процес розвитку людини у старості й розробка на цій основі засобів і методів психологічного супроводу; засвоєння теоретичних основ і оволодіння прикладними вміннями в галузі психології осіб літнього та старечого віку.

Результати навчання:

1. Володіння концептуальними та методологічними знаннями в галузі психологічної діяльності в особливих умовах, здатність застосовувати їх до професійної діяльності на межі предметних галузей.
2. Аналіз психологічних першоджерел (літератури).
3. Збір, обробка та інтерпретація психологічної інформації. Сформованість цілісного уявлення про актуальні теоретичні та практичні завдання та проблеми психології старіння та довголіття.
4. Організація власної навчально-професійної діяльності.
5. Здатність аргументовано викласти власні погляди на актуальні проблеми психології старіння та довголіття, аналізувати психологічні загрози у соціальній сфері.
6. Готовність до використання психологічних знань при реалізації професійних функцій, а також різних методів діагностики психологічних дисфункцій на рівні індивіда, соціальної групи.
7. Демонстрація соціально відповідальної та свідомої поведінки, слідування гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.
8. Знання психологічних механізмів та закономірностей розвитку особистості у період старіння.
9. Уміння розробляти заходи з психологічного супроводу осіб літнього віку; наявність досвіду організації та реалізації напрямків психологічної роботи з людьми похилого віку.

Мета курсу (набуті компетентності)

В наслідок вивчення даного навчального курсу здобувач вищої освіти набуде наступних компетентностей:

1. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.
2. Здатність аналізувати вплив різних детермінант на процес старіння та обґрунтовувати відповідні заходи для формування гармонійної особистості.
3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків людини.
4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.
5. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну діяльність відповідно до запиту.
6. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

7. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Структура курсу

№	Тема	Години (Л/ЛБ/ПЗ)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
1.	Старість і старіння як етап психічного розвитку людини. історичні форми ставлення до старості	2/0/1	Зміст поняття «старіння» у сучасній науці. Психологічні особливості старості. Новоутворення особистості літнього і похилого віку. Основні теорії старіння. Феномен Хейфлика. Передчасне старіння та його профілактика.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
2.	Психологічні особливості соціальної активності особистості на етапі геронтогенезу	2/0/1	Соціально-психологічні особливості старості як етапу онтогенезу особистості. Соціально-психологічна типологія осіб похилого віку та старіння. Місце літньої людини в сім'ї та суспільстві. Загальна характеристика інтелекту людини похилого віку. Мотиваційна сфера та спрямованість особистості в похилому віці. Зміни основних пізнавальних процесів у старості. Вікова депресія у старості.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
3.	Гендерні аспекти старіння	2/0/1	Загальні питання гендерних відмінностей осіб похилого віку. Особливості та тенденції чоловічого та жіночого старіння. Вікові проблеми здоров'я та їх гендерна специфіка. Гендерні аспекти самотності старості. Проблеми самотніх літніх людей. Гендерні особливості сприйняття вікових змін жінками на етапі геронтогенезу. Гендерні аспекти якості життя у осіб літнього та похилого віку.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
4 , 5	Пізнавальна сфера людини похилого віку	4/0/2	Морфологічні зміни в людей похилого віку. Сенсорні зміни в процесі старіння. Особливості відчуттів та сприйняття. Закономірність С. Пако. Старіння слухових відчуттів. Пресбіакусис. Тиннитус. Старіння зорових відчуттів. Пресбіопія, катаракта, глаукома, старечий міоз. Особливості смакової, нюхової, тактильної, температурної, больової, вестибулярної, вібраційної чутливості. Вікові зміни в сприйманні часу. Зміни у функціонуванні внутрішніх органів людини похилого віку. Онтогенетичні аспекти розвитку мислення людини похилого віку. Особливості розвитку уваги, пам'яті, мовлення в похилому віці. Позитивні та негативні інтелектуальні зміни в старості. Мудрість. Модель мудрості Б. Балтеса. Мінливий та кристалізований інтелект. Причини	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання

№	Тема	Години (Л/ЛБ/ПЗ)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
			зниження швидкості інтелектуальних операцій. Динаміка інтелектуальних функцій у похилому віці та інші чинники, що її визначають. Феномен „останнього спаду”. Творчі здібності людини похилого віку. Другий пік творчості.	
6	Зміни в емоційно-чуттєвій та мотиваційній сфері в період старіння	2/0/1	Адаптація до старості. Загальна характеристика емоційної сфери старіючої людини. Типові емоційні стани людей похилого віку. Типи емоційного пристосування людини до старості: конструктивний, залежний, захисний, агресивно-звинувачувальний, самозвинувачувальний. Мотиваційні зміни в старості. Сімейні та особистісні відносини.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
7	Я-концепція людини похилого віку	2/0/1	Умови успішного розвитку Я-концепції. Внутрішні конфлікти у старості (Р. Пек). Задоволеність життям у старості. Стадії передсмертних переживань людини (Р. Нойес). Посмертні переживання людини (К. Осис, Р. Муді). Думки про смерть та страх смерті. Умирання. Старі люди, які живуть в інтернаті. Хоспіси. Евтаназія: активна, пасивна, автоевтаназія.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
8	Загальні закономірності старіння	2/0/1	Загальна характеристика патології старості. Загальні закономірності старіння. Закономірності психічного розвитку в старості. Страх і стресори на етапі геронтогенезу. Стрес як чинник психосоматичних захворювань. Поняття про егоїстичну стагнацію у похилому віці.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
9	Психопатологія особистості людини похилого віку	2/0/1	Деформація структури особистості пізнього та старечого віку. Специфіка емоційної сфери літньої людини. Порушення когнітивної сфери у похилому віці. Психічні порушення в передстаречому й старечому віці.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
10 , 1 1	Психологічна допомога людям похилого віку	4/0/2	Теоретичні та практичні питання психологічної роботи з людьми похилого віку. Особливості роботи психолога з персоналом соціальних служб. Особливості роботи психолога з сім'ями, літніми людьми, з психічно хворими людьми похилого віку. Особливості психологічного консультування людей похилого віку. Психологічне сімейне консультування. Індивідуальне психологічне консультування в особливих життєвих випадках. Телефон	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання

№	Тема	Години (Л/ЛБ/ПЗ)	Стислий зміст	Інструменти і завдання
			довіри в системі психологічної допомоги людям похилого віку. Проблеми професіоналізму та етики психолога в роботі з людьми похилого віку.	
1 2	Психотерапевтичні методи в роботі з літніми людьми	2/0/1	Групова психотерапія. Психотерапія депресії. Терапія спогадами. Арт-терапевтичні практики в роботі з проблемами літніх людей. Групи «Важкої втрати»	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
1 3	Старіюча людина в суспільстві	2/0/1	Проблема місця і ролі старіючої людини в сучасному суспільстві. Характеристика соціальної адаптації у віці пізньої дорослості. Способи і стратегії опанування кризовою ситуацією у пізньому віці. Адаптивні стратегії особистості у старечому віці. Адаптивний та неадаптивний процеси старіння. Втрата ролей і рольова невизначеність. Втрата майбутнього. Взаємна залежність з близьким оточенням. Стереотипізація осіб літнього та старечого віку. Дивергентне й конвергентне старіння за Б.Г. Ананьєвим.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
1 4	Смерть як остання критична подія в житті людини	2/0/1	Етапи вмирання. Спрямованість особистості та її вплив на відношення до смерті. Основні причини виникнення страху смерті. Огляд життя.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
	Загальна кількість аудиторних годин	Денне – 28/0/14 Заочне - 4/0/4		

Рекомендована література

1. Авербух Е.С., Телешевская М. Э. Неврозы и неврозоподобные состояния в позднем возрасте. – Ленинград: «Медицина», 1976. – 160 с.
2. Александрова М.Д. Проблемы социальной и психологической геронтологии / М.Д. Александрова. – Ленинград: Изд-во Ленингр. ун-та, 1974. – С. 49-50, 75-77.
3. Баскаков В.Ю. Танатотерапия: теоретические основы и практическое применение. – М.: Институт танатотерапии, 2002. – 90 с.
4. Бердышев Г.Д. Реальность долголетия и иллюзия бессмертия. – К.: Политиздат Украины, 1989. – 254 с.
5. Бочелюк В. Й., Черепехіна О. А. Геронтопсихологія : навч. пос. – К. : КНТ, 2014. – С. 10-556 92-108.
6. Висьневская-Рожковска К. Новая жизнь после шести десяти / пер. с польск.; [общ. ред. и предисл. А. В. Толстых]. – М.: Прогресс, 1989. – 263 с.

7. Дзюба Т. М., Коваленко О. Г. Психологія дорослості з основами геронтопсихології: навчальний посібник / за ред. проф. В. Ф. Моргуна. – К.: Видавничий Дім «Слово», 2013. – С. 142-148, 224-225.
8. Ермолаева М. Практическая психология старости. – М.: Изд-во ЭКСМО, 2002. – С. 5-64.
9. Ушакова І. М. Геронтопсихологія: підручник. – Х.: НУЦЗУ, 2014. – С. 29-39, 49-62, 151-154.
10. Стюарт-Гамильтон Я. Психология старения / Стюарт-Гамильтон Я. – СПб.: Питер, 2010. – С. 15-27.
11. Коваленко О. Г. Міжособистісне спілкування осіб похилого віку: психологічні аспекти: монографія. – К.: Інститут обдарованої дитини, 2015. – С. 83-101.
12. Коваленко О. Г. Умови проживання літніх осіб як чинники їхнього міжособистісного спілкування // Міжнародний науковий журнал. International scientific journal. Международный научный журнал. – 2016. – № 8. – С. 41–45 18.
13. Коваленко О. Г. Професійна зайнятість літніх людей та їхнє психологічне благополуччя / О. Г. Коваленко // Психологічні координати розвитку особистості : реалії та перспективи : збірник наукових матеріалів II Всеукр. наук.-практ. конф. (17 травня 2017 р., м. Полтава). – Полтава : Видавець Шевченко Р.В., 2017. – С. 80-83.
14. Кривоконь Н. І. Соціально-психологічні особливості розвитку соціальних послуг людям літнього віку // Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць Кам.-Под. нац. ун-ту імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України ; [за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої]. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2010. – Вип. 8. – С. 512–521.
15. Крайг Г. Психология развития / пер. с англ.; перевод с английского Н. Мальгиной, Н. Миронова, С. Рысева, Е. Турутиной; Под общей научной редакцией проф. А.А. Алексеева. – 7-е международное изд. – СПб.: Питер, 2002. – С. 834-844.
16. Кюблер-Росс Э. О смерти и умирании. Пер. с англ. – К.: "София", 2001. – 320 с.
17. Малкина-Пых И. Г. Кризисы пожилого возраста. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 368 с.
18. Мартинюк І. А. Психологічна допомога людям похилого віку, або практикум з геронтопсихології // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 1. – С. 32–38. – № 2. – С. 15–17.
19. Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость: Учеб. пособие для студ. Высш. уч. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – С. 140-147.
20. Попелюк Т. А. Життя та смерть у контексті української соціонормативної культури // Мультиверсум. Філософський альманах. – 2003. – С. 132-142.
21. Рось Л. М. Психологічна допомога людям похилого віку // Міжнародний науковий форум : соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. – Вип. 10, 2012. – С. 165-173.
22. Сонин М.Я., Дыскин А.А. Пожилой человек в семье и обществе. – М.: Финансы и статистика, 1984. – С. 57-58.
23. Ушакова І. М. Геронтопсихологія : підручник. – Х. : НУЦЗУ, 2014. – С. 9- 27, 39-49.
24. Филозоф А. А. Некоторые аспекты психосоциальной помощи пожилым и старым людям // Психология зрелости и старения. – 2003. – № 2(22). – С. 34-39.

25. Фролькис В. В. Старение // Долинська Л. В., Співак Л. М. Геронтопсихологія : Практикум. Хрестоматія : навч. посібн. – К. : Каравела, 2012. – С. 186-192.
26. Ялом И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти. – М.: ЭКСМО, 2008. – 352 с.
27. Яцемирская Р.С. Социальная геронтология (лекции): учебное пособие для вузов. – М.: Академический Проект, 2006. – С. 36-61.
28. Hogan N. S., De Santis L., Demi A. S., Cowles K. V., and Ross H. M. Things That Help and Hinder Adolescent Sibling Bereavement. *West J Nurs Res*, April 1, 1994; 16(2): 132 - 153.
29. Lester, D. (1994). The Collett–Lester fear of death scale. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Death anxiety handbook* (pp. 45–60). Washington, DC: Taylor & Francis.
30. Marcia J.E. Identity in Adolescence // *Handbook of Adolescent Psychology* (Ed. By J. Adelson). – New York: John Wiley & Son – 1980 – P. 159-187.

Інтернет-ресурси

1. Komp, K. & Aartsen, M. (2013) Introduction: Older People under the Magnifying Glass. In K. Komp & M. Aartsen (Eds.), *Old age in Europe: A textbook of gerontology* (pp. 1-15). Dordrecht, Netherlands: Springer. Retrieved from <http://www.3med-pdf.com/3/342-Old%20Age%20in%20Europe.pdf>
2. Kramer, A F., Fabiani, M., & Colcombe, S. J. (2013) Contributions of cognitive neuroscience to the understanding of behavior and aging. In K. Komp & M. Aartsen (Eds.), *Old age in Europe: A textbook of gerontology* (pp. 57-83). Dordrecht, Netherlands: Springer. Retrieved from <http://www.3med-pdf.com/3/342-Old%20Age%20in%20Europe.pdf>.
3. Sahlgren, G. H. (2013) Work longer, Live healthier: the relationship between economic activity, health and government policy. IEA Discussion Paper No. 46. Retrieved from https://iea.org.uk/wp-content/uploads/2016/07/Work%20Longer,%20Live_Healthier.pdf.
4. Sarcopenia. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?v=4LhH3scPGao&list=PLJhu7DkUNkyO1NeV1CUmCZZe9se6_dmKW&index=4

Методичне забезпечення

1. Методичні вказівки до виконання контрольних робіт з дисципліни "Психологія старіння та довголіття" (для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня спеціальності 053 Психологія / Укл.: Ю. О. Бохонкова. – Северодонецьк: Вид-во Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, 2021. – 18 с.
2. НМКД дисципліни на сторінці електронного кампусу.

Оцінювання курсу

За повністю виконані завдання здобувач може отримати визначену кількість балів:

Інструменти та завдання	Кількість балів
Участь в обговоренні	7 (по 0,5 балів за ЛК)
Практичні заняття	42 (по 6 балів за ПК)
Індивідуальні завдання (контрольні роботи, реферати тощо)	11
Підсумковий екзаменаційний (заліковий) тест	40
Разом	100

Шкала оцінювання здобувачів

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D		
60-63	E	задовільно	
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Політика курсу

Плагіат та академічна доброчесність:

Під час виконання завдань здобувач вищої освіти має дотримуватись політики академічної доброчесності. Дотримання академічної доброчесності за курсом ґрунтується на внутрішньо-університетській системі запобігання та виявлення академічного плагіату. Запозичення мають бути оформлені відповідними посиланнями. Особистісна думка має бути викладена при поєднанні прояву вищої культури розуміння матеріалу та свідомості особистості з повним дотриманням авторського права. До основних вимог за курсом віднесено: посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації. Перевірка текстів на унікальність здійснюється з використанням програмних засобів UNICHECK та Antiplagiarism.net

Перезарахування кредитів, отриманих у неформальній освіті:

Здобувач вищої освіти може пройти певні онлайн-курси, які пов'язані з темами дисципліни, на онлайн-платформах. При поданні документу про проходження курсу здобувачу можуть бути перезараховані певні теми курсу та нараховані бали за завдання.

Завдання і заняття:

Всі завдання, передбачені програмою курсу, мають бути виконані своєчасно і оцінені в спосіб, зазначений вище. Аудиторні заняття мають відвідуватись регулярно. Пропущені заняття (з будь-яких причин) мають бути відпрацьовані з отриманням відповідної оцінки не пізніше останнього тижня поточного семестру. В разі поважної причини (хвороба, академічна мобільність тощо) терміни можуть бути збільшені за письмовим дозволом декана.

Поведінка в аудиторії:

1. Здобувачі вищої освіти користуються у суспільстві всіма правами самостійних, дорослих людей, а тому мають виконувати всі правила внутрішнього розпорядку, що існують у Східноукраїнському національному університеті ім. В. Даля.

2. Основний вид діяльності здобувачів вищої освіти — навчання. Студентство в аудиторії є транслятором загальних норм культури поведінки: інтелігентність, точність, дисциплінованість, акуратність, відповідальність, тощо.

3. Здобувачі вищої освіти обов'язково мають дотримуватися вимог техніки безпеки.

Під час контролю знань здобувачі:

- є підготовленими відповідно до вимог даного курсу;
- розраховують тільки на власні знання (не шукають інші джерела інформації або «допомоги» інших осіб);
- не заважають іншим;
- виконують усі вимоги викладачів щодо контролю знань.