

МИНОБРНАУКИ РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Костромской государственный университет»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Актуальные проблемы геронтопсихологии**

Направление подготовки 37.04.01 Психология

Профиль подготовки: Психология экстремальных и кризисных состояний

Квалификация выпускника: *магистр*

Кострома

Рабочая программа дисциплины «Актуальные проблемы геронтопсихологии» разработана:

- в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению подготовки Психология № 841 от 29.07.2020г.
- в соответствии с учебным план направления подготовки 37.04.01 «Психология», направленность «Психология экстремальных и кризисных состояний», год начала подготовки 2024.

При составлении программы использованы материалы программы «Геронтопсихология» кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России.

Разработал: Адеева Т. Н., заведующий кафедрой специальной педагогики и психологии, к.пс.н.

Рецензент: Хазова С.А., профессор кафедры специальной педагогики и психологии, д.пс.н.

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании кафедры Общей и социальной психологии

Протокол заседания кафедры №7 от 15.11.2023

Сапоровская М.В., заведующий кафедрой

Общей и социальной психологии д. пс. н.

## 1. Цели и задачи освоения дисциплины

**Цель:** сформировать у студентов профессионально-грамотное представление о биологических, психологических и социальных факторах старения, динамике познавательной сферы, характерных изменениях личности в процессе старения, основах здорового образа жизни в пожилом возрасте, феномене долгожительства, путях профилактики старения и специфики приемов и методов консультирования пожилых людей.

### **Задачи дисциплины:**

рассмотреть теоретические основы и категории геронтопсихологии;  
изучить возрастные аспекты психологической помощи;  
выявить специфику кризисных ситуаций зрелого возраста;  
проанализировать особенности и принципы составления психологических программ сопровождения;  
определить практические вопросы организации и проведения психологической реабилитации в процессе психологического сопровождения;  
овладеть методами геронтопсихологии.

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины обучающийся должен продемонстрировать следующие результаты образования

### 1) *Знать:*

- основы теории методологии и практики психологических исследований;
- базовые законы психического развития в онтогенезе;
- основные концепции онтогенетического развития;
- психологические особенности протекания возрастных периодов;

### 2) *Уметь:*

- учитывать в практической деятельности возрастно-психологические закономерности;
- определять кризисные состояния

### 3) *Владеть* проблематикой исследований в области:

- основными приемами поиска и анализа особенностей психического развития на разных этапах онтогенеза;
- технологией исследования возрастных особенностей в ходе онтогенеза;
- методами получения и анализа эмпирических возрастнопсихологических знаний.

### 4) *Перечень формируемых компетенций:*

ПК 1 - способен разрабатывать и реализовывать программы повышения психологической защищенности и предупреждения психологического

неблагополучия населения.

ПК 3 - способен организовывать психологическое сопровождение и психологическую помощь социально уязвимым слоям населения (клиентам), в том числе в экстремальных и кризисных ситуациях.

ПК 4 - способен к подготовке межведомственных команд по оказанию психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам).

ПК 5 - способен организовывать и проводить мониторинг специфики индивидуального развития, а также безопасности и комфортности среды жизнедеятельности отдельных лиц и социальных групп, в том числе в кризисных и экстремальных ситуациях

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВПО**

Дисциплина «Актуальные проблемы геронтопсихологии» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, обучающиеся знакомятся с ней в 5 семестре.

Успешное овладение дисциплиной возможно при условии эффективного освоения некоторых дисциплин, изучаемых студентами одновременно.

- Психология кризисных и экстремальных ситуаций (1 семестр);
- Психофизиология стресса и кризисных состояний (1 семестр);
- Психология развития и возрастные кризисы (2 семестр);
- Основы психотерапии в кризисных ситуациях (3 семестр)

Освоение дисциплины «Актуальные проблемы геронтопсихологии» необходимо для изучения дисциплины «Арт-терапия в кризисном консультировании» (5 семестр), «Работа с кризисными состояниями в гештальт-терапии» (5 семестр), «Актуальные проблемы психологии стресса и совладания» (5 семестр), для успешного прохождения Производственной практики (преддипломной) (5 семестр).

## **4. Объем дисциплины (модуля)**

### **4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических (астрономических) часов и виды учебной работы**

Виды учебной работы,	Очная форма	Очно-заочная	Заочная
Общая трудоемкость в зачетных единицах	-	2	-
Общая трудоемкость в часах	-	72	-

Аудиторные занятия в часах, в том числе:	-	22	-
Лекции	-	8	-
Практические занятия	-	14	-
Лабораторные занятия	-	--	-
Практическая подготовка	-	--	-
Самостоятельная работа в часах	-	50	-
Форма промежуточной аттестации	-	зачет	-

#### 4.2. Объем контактной работы на 1 обучающегося

Виды учебных занятий	Очная форма	Очно-заочная	Заочная
Лекции	-	8	-
Практические занятия	-	14	-
Лабораторные занятия	-	-	-
Консультации	-	0,25	-
Зачет/зачеты	-	-	-
Экзамен/экзамены	-	-	-
Курсовые работы	-	-	-
Курсовые проекты	-	-	-
Практическая подготовка	-	-	-
<b>Всего</b>	-	22,25	-

### 5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам), с указанием количества часов и видов занятий

#### 5.1 Тематический план учебной дисциплины

	Название раздела, темы	Всего з.е/час	Ауд. занятия		Само ст. работа	Формы текущего контроля
			Лекции	Практ. зан.		
1	Геронтопсихология как наука	7	1	1	5	
2	Психологические и социальные теории старения	10	1	2	7	

3	Зрелость как этап онтогенеза. Высшие психические функции и их расстройства в зрелом и пожилом возрасте	15	2	3	10	
4	Личность пожилого человека, специфика кризисных ситуаций	15	2	3	10	
5	Психологические методы работы с пожилыми людьми	12	1	2	9	
6	Социально-психологическая помощь в зрелом и пожилом возрасте	13	1	3	9	
		72	8	14	50	

## 5.2 Содержание

### Тема 1. Геронтопсихология как наука

Геронтопсихология как наука о психологии старения и долголетию. Предмет и задачи геронтопсихологии. Место геронтопсихологии в структуре научного знания. Краткий исторический очерк развития геронтопсихологии. Взгляды античных философов на процесс развития старения и старости. Возникновение научных основ геронтопсихологии. Теории и традиции западной геронтопсихологии. Развитие отечественной школы геронтопсихологии. Актуальные вопросы геронтопсихологии. Понятие о геронтопсихологии как особом направлении в психологии, соединяющем знания геронтологии, гериатрии, возрастной психологии.

### Тема 2. Психологические и социальные теории старения.

Проблема периодизации психического развития человека во второй половине жизненного пути (Ш. Бюлер, Э. Эриксон, Б. Пржигода, Б. Ливехуд и др.) Представления российских психологов о специфике старости как возрастного периода (Г.А. Цукерман, В.И. Слободчиков) Социально-психологические типы старости и приспособление к ней личности. Теории старения человека. Нейрогуморальные механизмы старения. Адаптационно – регуляторная теория старения В.В. Фролькиса. Теория о старости Э.

Эриксона. Социальные исследования, проводимые для изучения проблем старости. Становление науки о зрелом и пожилом возрасте в России.

### **Тема 3. Зрелый возраст как этап онтогенеза. Высшие психические функции и их расстройства в зрелом и пожилом возрасте.**

Зрелость и пожилой возраст как этап онтогенеза. Общие закономерности старения. Линии онтогенеза в поздней зрелости: доживание, смена ведущей деятельности, сохранение основного содержания жизни. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность в старости. Проблема определения возрастных границ старости. Кризис пожилого возраста и его психологическое содержание. Адаптация пожилому возрасту. Особенности социально-психологической адаптации в позднем возрасте. Социальные связи в старости и их значение для пожилого человека. Сравнительный анализ процессов старения у мужчин и женщин.

### **Тема 4. Личность пожилого человека, специфика кризисных ситуаций**

Психологические задачи заключительного этапа жизненного цикла. Изменения личности в пожилом возрасте. Роль личностного фактора в процессе старения. Психологические условия благополучного старения. Возрастные изменения в эмоциональной сфере пожилого человека. Особенности самооценки в пожилом возрасте. Особенности «Я-концепции». Особенности мотивационной сферы в пожилом возрасте. Целенаправленное использование оставшихся лет жизни как задача возраста. Адаптация к возрастным изменениям. Отношение к собственному здоровью. Адекватное восприятие старости.

### **Тема 5. Психологические методы работы с пожилыми людьми**

Взаимосвязь биологического, социального и психологического аспектов в процессе старения. Социально-психологические типы старости и приспособление к ней личности. Проблемы преждевременного старения. Феномен долгожительства. Долголетие как модель естественного старения. Медико-антропологические исследования долгожителей. Основные причины и факторы долголетия. Профессиональное самоопределение пожилого человека. Суицид среди людей пожилого возраста.

Методы тренинга познавательных процессов. Предмет и технологии психологического консультирования пожилых людей. Фасилитация процессов адаптации и социализации в позднем возрасте. Исследование идентификации пожилых людей с помощью методики М. Куна «Кто я?». Индивидуальное консультирование в критических ситуациях. Особенности

использования психотерапевтических приемов в работе с пожилыми клиентами. Прием «ассоциаций» в работе с пожилыми. «Психотерапия средой» и метод «управляемого воображения» в психологической работе с пожилыми гражданами. Ограничения в психотерапии пожилых людей. Правила психологической работы с пожилыми людьми. Организация помощи в самоопределении.

## **Тема 6. Социально-психологическая помощь в зрелом и пожилом возрасте**

Особенности социально-психологической помощи пожилым людям. Возрастно-психологическое консультирование в старости. Современные технологии психологического консультирования и психотерапии в работе с пожилыми людьми. Возможности групповой психотерапии пожилых людей. Бихевиоральная психотерапия в старости. Когнитивно-бихевиоральная терапия старческой депрессии. Методы арт-терапии в работе с пожилыми людьми. Интерперсональная психотерапия. Суггестия в работе с пожилыми людьми.

### **6. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины**

#### **6.1 Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине**

Название раздела, темы	Задание	Время выполнения	Форма контроля
Геронтопсихология как наука	Подготовка устного доклада. Выполнение тестовых заданий при подготовке к семинарским занятиям. Работа с конспектом лекций, учебниками, справочными материалами при подготовке к семинарскому занятию. Выполнение индивидуальных заданий (внеаудиторной СР) – подготовить аннотацию на статью по актуальным проблемам геронтопсихологии – журнал «Вопросы психологии»	5	Проверка устного доклада, конспекта лекций, аннотации



Психологические и социальные теории старения	Подготовка устного доклада по темам, предложенным в ФОСе с мультимедийной презентацией.	7	Заслушивание доклада с презентацией
Зрелость как этап онтогенеза. Высшие психические функции и их расстройства в зрелом и пожилом возрасте	Подготовка реферата. Выполнение тестовых заданий при подготовке к семинарским занятиям. Контрольная работа.	10	Оценка реферата, контрольной работы
Личность пожилого человека	Подготовка устного доклада с мультимедийной презентацией. Контрольная работа.	10	Оценка доклада, контрольной работы
Психологические методы работы с пожилыми людьми	Решение ситуационных задач.	9	Оценка решения ситуационных задач
Социально-психологическая помощь в зрелом и пожилом возрасте	Решение ситуационных задач.	9	Оценка решения ситуационных задач

## 6.2. Тематика и задания для семинарских занятий

### Тема 1. Геронтопсихология как наука.

1. Предмет и задачи геронтопсихологии.
2. Место геронтопсихологии в структуре научного знания.
3. Взгляды античных философов на процесс развития старения и старости.
4. Возникновение научных основ геронтопсихологии.
5. Развитие отечественной школы геронтопсихологии.
6. История развития геронтопсихологии.

### Тема 2. Психологические и социальные теории старения.

1. Особенности периодизации психического развития во второй половине жизни.
2. Специфика старости как возрастного периода в трудах отечественных психологов.
3. Социально-психологические типы старости
4. Теории старения человека.
5. Нейрогуморальные механизмы старения.
6. Адаптационно – регуляторная теория старения В.В. Фролькиса.
7. Теория о старости Э. Эриксона.

### **Тема 3. Зрелость как этап онтогенеза. Высшие психические функции и их расстройства в зрелом и пожилом возрасте.**

1. Проблема определения возрастных границ старости.
2. Кризис пожилого возраста и его психологическое содержание.
3. Особенности социально-психологической адаптации в позднем возрасте.
4. Социальные связи в старости и их значение для пожилого человека.
5. Сравнительный анализ процессов старения у мужчин и женщин.
6. Когнитивные изменения в пожилом возрасте.
7. Характеристика интеллекта в пожилом возрасте.
8. Компенсаторные механизмы снижения интеллектуальной деятельности в старости.
9. Изменения в работе опорно-двигательного аппарата.
10. Замедление реакций.
11. Снижение адаптационно-регуляторных возможностей.
12. Ухудшение сенсорных функций: слуховой чувствительности, зрения, вкусовых ощущений и обоняния.

### **Тема 4. Личность пожилого человека. Специфика кризисов жизни.**

1. Основные психологические задачи заключительного этапа жизненного цикла.
2. Изменения личности в пожилом возрасте.
3. Психологические условия благополучного старения.
4. Возрастные изменения в эмоциональной сфере пожилого человека.
5. Особенности самооценки в пожилом возрасте.
6. Особенности мотивационной сферы в пожилом возрасте.
7. Отношение к собственному здоровью.

## **Тема 5. Психологические методы работы с пожилыми людьми.**

1. Взаимосвязь биологического, социального и психологического аспектов в процессе старения.
2. Психологические типы старости и приспособление к ней личности.
3. Проблемы преждевременного старения.
4. Феномен долгожительства. Медико-антропологические исследования долгожителей.
5. Основные причины и факторы долголетия.
6. Профессиональное самоопределение пожилого человека.
7. Фасилитация процессов адаптации и социализации в позднем возрасте.
8. Индивидуальное консультирование в критических ситуациях.
9. Прием «ассоциаций» в работе с пожилыми.
10. «Психотерапия средой» и метод «управляемого воображения».
11. Ограничения в психотерапии пожилых людей.

## **Тема 6. Социально-психологическая помощь в зрелом и пожилом возрасте.**

1. Возрастно-психологическое консультирование в старости.
2. Возможности групповой психотерапии пожилых людей.
3. Бихевиоральная психотерапия в старости.
4. Когнитивная терапия старческой депрессии.
5. Методы арт-терапии в работе с пожилыми людьми.
6. Интерперсональная психотерапия.
7. Суггестия в работе с пожилыми людьми.

### **6.3. Тематика и задания для лабораторных занятий**

Отсутствуют лабораторные занятия

## **7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **Литература**

#### *а) основная*

Клиническая психология [Электронный ресурс] / Сидоров П.И., Парняков А.В. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 880 с.

Клиническая и медицинская психология / Менделевич В. Д. – М.: «МЕДпресс-информ», 2015. – 432 с.

*б) дополнительная*

Гуревич П. С. Психология и педагогика: учебник и практикум для академического бакалавриата / П. С. Гуревич. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2019. - 429 с. - (Серия: Бакалавр. Академический курс).

Петрушин В. И. Психология здоровья: учебник для вузов / В. И. Петрушин Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 381 с.

## **8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети**

### **«Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

- ЭБС «Университетская библиотека online»; путь доступа:

[www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru);

<http://www.school.edu.ru> - Российский общеобразовательный портал

<http://www.openet.edu.ru> - Российский портал открытого образования

<http://biblio.ru> - Библиотеки России

<http://elibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

<http://mon.gov.ru/> - Официальный сайт Министерства образования и

науки РФ

<http://elibrary.ru/defaultx.asp> - Электронная библиотека eLIBRARY.ru

[biblioclub.ru](http://biblioclub.ru)

[www.academia-moscow.ru](http://www.academia-moscow.ru)

[www.pedlib.ru](http://www.pedlib.ru)

[www.nlr.ru](http://www.nlr.ru)

## **9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Для освоения дисциплины необходимы учебные аудитории, оснащенные учебной мебелью и доской (меловой, флипчатом), комплект мультимедиа-оборудования, видеотехника.