

# СОЦІАЛЬНА РОБОТА З ЛЮДЬМИ ПОХИЛОГО ВІКУ

## Теми семінарських / практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денне	заочне
<b>Розділ 1. Теоретичні основи соціальної роботи з людьми похилого віку</b>			
1	Старіння населення: причини, наслідки, прогнози	2	
2	Медико-соціальні особливості людей похилого віку.	4	2
3	Психологічні особливості людей похилого віку.	2	2
4	Соціальні зміни у похилому віці.	2	-
5	Сім'я в житті людини похилого віку	2	
6	Соціально-психологічні проблеми «групи людей похилого віку».	2	
7	Соціальна адаптація літніх людей з виходом на пенсію.	2	
<b>Всього за розділом 1</b>		<b>16</b>	<b>4</b>

### Розділ 1

#### Теоретичні основи соціальної роботи з людьми похилого віку

#### Тема 3

#### Медико-соціальні особливості людей похилого віку

(4 години)

#### Заняття 1

#### План

1. Поняття здоров'я в старості. Спосіб життя та його значення для процесів старіння.
2. Стан здоров'я людей похилого та старечого віку. Функціональні зміни органів та систем у процесі старіння.
3. Старечі нездужання та стареча немічність. Засоби їх полегшення.
4. Геропротілактика старіння як новий напрям біомедицини. Проблеми довголіття. Стратегії толерантного ставлення до старості.

## **Заняття 2**

### **План**

5. Зміни у поведінці людей похилого віку при хворобах Альцгеймера, Піка, Паркінсона.
6. Домашній догляд за важко та хронічно хворими людьми похилого віку.
7. Особливості харчування людини в похилому віці. Режим та дієта.

### **Запитання до самоконтролю**

1. Що таке геріатрія?
2. Дайте визначення гетерохронності, гетеротопності, гетерокінетичності процесу старіння.
3. Яке значення мають хронічні хвороби у пізній дорослості ?
4. Як неправильне харчування та неправильне використання ліків відображається на здоров'ї старих людей ?
5. Які медичні проблеми існують у пізній дорослості ?
6. Як можна визначити здоров'я в старості?
7. Назвіть соціально-психологічні чинники, що стимулюють психічні захворювання пізньої дорослості.
8. Поясніть значення термінів: деменція, сенільні та пресенільні психози.
9. Що таке евтаназія? Ваше ставлення до цієї проблеми.
10. Що необхідно зробити після виклику поліклінічного лікаря або до приїзду "Швидкої допомоги" до хворого?

### **Завдання до самостійної роботи**

1. Складіть рекомендації для сімей та для соціальних працівників щодо догляду за людьми похилого віку, які страждають хворобами Альцгеймера, Піка, Паркінсона.
2. Складіть перелік необхідних заходів для догляду за лежачими хворими похилого та старечого віку.
3. Складіть приблизний режим та приблизну дієту для людей похилого та старечого віку.

## Література

1. Актуальні питання геронтології і геріатрії у практиці сімейного лікаря : навчальний посібник для лікарів-інтернів і лікарів-слухачів закладів (факультетів) післядипломної освіти / Ю.В. Вороненко та ін.; за редакцією Ю. В. Вороненка, О. Г. Шекери, Л. А. Стаднюка. Київ : НМАПО імені П. Л. Шупика, 2015. 528 с.
2. Геронтопсихологія: медико-біологічні та соціально-психологічні аспекти старіння: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / упоряд.: С. В. Кожем'якін, В. Є. Луньов, А. В. Самохін. Макіївка–Донецьк: МЕРІ: Донбас, 2013. 637 с.
3. Коваленко О., Лук'янова Л., Помиткін Е., Московець Л. Психологія людей літнього віку. уавч. посібн. / Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. Київ : Вид-во ТОВ «Геопринт». 2021. 288 с.
4. Мацкевіч Ю.Р. Соціальна робота з людьми похилого віку: навч. посібник. Запоріжжя: ЗНУ, 2014. 340 с.
5. Соціальна геронтологія : навч. посібник / Уклад.: Н. М. Коляда. Умань : ФОП Жовтий О. О., 2016. 84 с
6. Усіченко І. Г., Царенко А. В., Місяк С. А. Основи догляду в домашніх умовах: навч. посіб. Тернопіль: Укрмедкнига, 2000. 378 с.
7. Усова О. В. Основи геронтології : конспект лекцій. Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т імені Лесі Українки, 2013. 130с.

### *Додаткова:*

1. Догляд за людьми похилого віку, які живуть з деменцією : навчально-методичний посібник / Тимошенко Н. Є., Романова Н. Ф., Орпер М. Ю., Патинок О. П.; заг. ред. Н. Є. Тимошенко. Київ : Вид-во РПА «51 Паралель», 2020. 350 с.
2. Методичні рекомендації щодо догляду за нерухомими та малорухомими людьми: на допомогу соціальним робітникам / уклад.: Є. К. Горбунов, Н. Є. Тимошенко, Н. Ф. Романова ; за ред. Н. Є. Тимошенко. 3-є вид. Київ : Вид-во РПА « 51 Паралель», 2023. 28 с.

3. Перелом шийки стегна: рекомендації, допомога, реабілітація / уклад.: Є. К. Горбунов, Н. Є. Тимошенко; за ред. Н. Є. Тимошенко. Київ : Вид-во «51 Паралель», 2020. 42 с.
4. Як працювати з людьми похилого віку, які перенесли інсульт: практичні поради соціальним робітникам / уклад.: Є. К. Горбунов, М. Ю. Орпер, Н. Є. Тимошенко ; за ред. Н. Є. Тимошенко. 2-е вид. Київ : Група компаній «ВСЕ ПРОСТО», 2021. 52 с.

#### **Тема 4**

#### **Психологічні особливості людей похилого віку**

#### **План**

1. Ставлення людини до старості. Роль особистості у формуванні психосоціального статусу людини в старості. Характеристика особистості в старості.
2. Завдання розвитку особистості у пізній дорослості.
3. Когнітивний розвиток у пізній дорослості (увага, пам'ять, мислення, сприйняття, інтелект). Пізнавальна активність в похилому віці.
4. Найхарактерніші психічні стани в старості. Старіння емоційної сфери.
5. «Душевна криза» в похилому віці. Допомога в подоланні горя, стресу, депресії.

#### **Запитання до самоконтролю**

1. Назвіть три характерологічні сфери, де відбуваються зміни, пов'язані зі старінням людини.
2. Назвіть періоди психосоціальних криз у житті людини (за Е.Еріксоном) та п'ять фаз розвитку людини (за Ш. Бюлер).
3. Назвіть шість етапів психологічного старіння (за В.Болтенко).
4. Охарактеризуйте зміни в когнітивній сфері, які спостерігаються в старості. Чи існує різниця між змінами, які викликані власне процесом старіння та супутніми чинниками?
5. Що таке стрес та фрустрація? Які події провокують стрес у похилому віці ?

6. Назвіть стадії переживання горя ("процесу скорботи").
7. Яку допомогу може надати соціальний працівник у подоланні горя?
8. Охарактеризуйте соціальну ситуацію розвитку особистості в пізній дорослості.
9. Якою є провідна діяльність та особистісні новоутворення у пізній дорослості?

### **Завдання до самостійної роботи**

1. Складіть рекомендації/пам'ятку для людей похилого віку:
  - Як допомогти людям похилого віку запам'ятовувати та не забувати необхідну інформацію.
  - Як навчити регулювати емоційні прояви в похилому віці.
  - Як подолати горе, депресію в похилому віці.
2. Складіть перелік заходів, спрямованих на подолання стресу в похилому віці.

### **Література**

1. Геронтопсихологія: медико-біологічні та соціально-психологічні аспекти старіння: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / упоряд.: С. В. Кожем'якін, В. Є. Луньов, А. В. Самохін. Макіївка–Донецьк: МЕРІ: Донбас, 2013. 637 с.
2. Коваленко О., Лук'янова Л., Помиткін Е., Московець Л. Психологія людей літнього віку. уавч. посібн. / Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. Київ : Вид-во ТОВ «Геопринт». 2021. 288 с.
3. Мацкевіч Ю.Р. Соціальна робота з людьми похилого віку: навч. Посібник. Запоріжжя: ЗНУ, 2014. 340 с.
4. Павелків Р. В. Вікова психологія : підручник для студ. вищ. навч. закл. Київ : Кондор, 2011. 469 с.
5. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія : навч. посібн. / ред. Т. А. Дічевська. 2-ге вид., доповн. Київ : Академвидав, 2011. 382 с.
6. Сімко Р. Т. Геронтопсихологія : навч. посібник. Кам'янецьПодільський : Оіюм, 2011. 167 с.

7. Ушакова І. М. Геронтопсихологія: підручник. Харків : НУЦЗУ, 2014. 236 с.

## **Тема 5**

### **Соціальні зміни у похилому віці**

#### **План**

1. Теорії соціальних змін у старості.
2. Соціальні стереотипи та аттїтуди до старості й старіння.
3. Самотність людей похилого віку як соціальна проблема. Економічні та соціальні аспекти самотності в старості. Причини поглиблення процесу самотності та ізоляції людей похилого віку, об'єктивні та суб'єктивні аспекти.
4. Шляхи вирішення проблеми самотності в похилому віці. Соціальна терапія самотності.

#### **Запитання до самоконтролю**

1. Зробіть порівняльний аналіз різних соціальних теорій старіння, вкажіть на переваги й недоліки кожної з них.
2. Як ви розумієте ейджизм? До якої з теорій старіння можна віднести це поняття? Як проявляється ейджизм у сприйнятті старості в сучасному суспільстві?
3. Які чинники впливають на прийняття рішення вийти на пенсію?
4. Як співвідносяться проблеми самотності та життєва позиція людей похилого віку?
5. Охарактеризуйте особливості сімейних та особистісних стосунків, що впливають на перебіг життя та самотність у похилому віці.
6. Дайте визначення поняттям «самотність», «самотній спосіб життя», «ізоляція», «самотність в старості».
7. Назвіть основні форми самотності людей похилого віку.

#### **Завдання до самостійної роботи**

1. Складіть таблицю: «Позитивні та негативні стереотипи старіння і факти»

Негативні стереотипи	Позитивні стереотипи	Факти

### Література

1. Геронтопсихологія: медико-біологічні та соціально-психологічні аспекти старіння: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / упоряд.: С. В. Кожем'якін, В. Є. Луньов, А. В. Самохін. Макіївка–Донецьк: МЕРІ: Донбас, 2013. 637 с.
2. Мацкевіч Ю.Р. Соціальна робота з людьми похилого віку: навч. посібник. Запоріжжя: ЗНУ, 2014. 340 с.
3. Соціальна геронтологія: навчальний посібник / укл. І. В. Ковальчук. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2021. 264 с.
4. Ушакова І. М. Геронтопсихологія: підручник. Харків : НУЦЗУ, 2014. 236 с.

### Тема 6

#### Сім'я в житті людини похилого віку

#### План

1. Зміни у формах сучасної сім'ї та їх вплив на статус людей похилого віку.
2. Типологія відносин різних поколінь у сім'ї.
3. Вплив сім'ї на соціальне самопочуття літніх людей.
- 4. Практичне завдання.** Особливості взаємодій між поколіннями. Обговорення результатів власних досліджень за темою «Особливості взаємодії (стосунків) між поколіннями».

Для проведення дослідження стосунків між молодими та старими людьми необхідно виконати такі завдання:

Завдання 1. Скласти анкету для проведення дослідження (8-10 питань).

Завдання 2. Провести опитування у групі літніх і молодих людей (по 6-8 осіб у кожній групі).

Завдання 3. Зробити аналіз проведеного дослідження.

Завдання 4. Складіть перелік помилкових дій двох сторін у стосунках «старі батьки – дорослі діти», «бабусі/дідусі – онуки».

### **Запитання до самоконтролю**

1. Як впливають на людину похилого віку зміни у формах сучасної сім'ї?
2. Які функції виконують люди похилого віку в сім'ї (дайте відповідь з урахуванням різних вікових груп літніх людей)?
3. Як впливає сім'я на довгожителство?
4. Як впливає сім'я на соціальне самопочуття людини похилого віку?
5. Які є етапи «прабатьківства» і які існують типи рольової поведінки бабусь у сім'ї?
6. Яке значення в типології поведінки бабусь мають такі чинники як вік, освіта, умови проживання, частота контактів?
7. У чому особливість внутрішньопоколінних відносин в сучасній Україні?

### **Література**

1. Іванова І. Б. Соціальна робота з людьми похилого віку : навч. посібник. Київ : Ун-т «Україна», 2023, 220 с.
2. Коваленко О., Лук'янова Л., Помиткін Е., Московець Л. Психологія людей літнього віку. уавч. посібн. / Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. Київ : Вид-во ТОВ «Геопринт». 2021. 288 с.
3. Павелків Р. В. Вікова психологія : підручник для студ. вищ. навч. закл. Київ : Кондор, 2011. 469 с.
4. Помиткіна Л. В., Злагодух В. В., Хімченко Н. С., Погорільська Н. І. Психологія сім'ї : Навч. посібн. для студ. вищ. навч. закладів. Київ : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.
5. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія : навч. посібн. / ред.. Т. А. Дічевська. 2-ге вид., доповн. Київ : Академвидав, 2011. 382 с.
6. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї (Текст) : навч. посіб. Луцьк : Вежа-друк,



## **Тема 7**

### **Соціально-психологічні проблеми «групи людей похилого віку»**

#### **План**

**Мета** – зробити порівняльний аналіз загального й специфічного в «моделях старіння» в Україні, європейських країнах, на Сході; обговорення проблеми ролі та місця старшого покоління в системі суспільних зв'язків та стосунків.

**Завдання.** Студенти об'єднуються у 3 підгрупи – «Україна», «Захід», «Схід». Кожна підгрупа готує стендові доповіді за своєю тематикою й відповідають на питання:

1. Розкрийте моделі старіння в Україні, у європейських країнах, на Сході.
2. Де, на ваш погляд, існує найбільш оптимальна модель оптимістичного старіння?
3. Запропонуйте свою модель старіння.

#### **Запитання до самоконтролю**

1. Назвіть соціальні спільності людей похилого віку. Які їх особливості?
2. У чому полягає особливість мікросередовища літньої людини?
3. Яку роль має мала група в житті літньої людини?
4. Як відбувається конструювання соціальних зв'язків людей похилого віку?
5. Які є песимістичні та оптимістичні моделі старіючого суспільства?

#### **Література**

1. Іванова І. Б. Соціальна робота з людьми похилого віку : навч. посібник. Київ : Ун-т «Україна», 2023, 220 с.
2. Коваленко О., Лук'янова Л., Помиткін Е., Московець Л. Психологія людей літнього віку. уавч. посібн. / Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих

- імені Івана Зязюна НАПН України. Київ : Вид-во ТОВ «Геопринт». 2021. 288 с.
3. Мацкевіч Ю.Р. Соціальна робота з людьми похилого віку: навч. посібник. Запоріжжя: ЗНУ, 2014. 340 с.
  4. Познанська К. А. Соціальне становище літніх людей та ставлення до старості та літніх людей в українському суспільстві очима молодих. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи»*. 2017. Вип. 39. С. 340-345.
  5. Соціальна геронтологія: навчальний посібник / укл. І. В. Ковальчук. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2021. 264 с.

## **Тема 8**

### **Соціальна адаптація літніх людей з виходом на пенсію**

#### **План**

1. Криза пізнього віку: характеристика, особливості перебігу.
2. Вихід на пенсію як соціально-психологічна проблема. Ставлення до виходу на пенсію. Проблема продовження трудової діяльності в пенсійному віці.
3. Особливості соціалізації та чинники соціальної адаптації людини в похилому віці. Спілкування людей похилого віку як сфера соціалізації.
4. Підготовка до виходу на пенсію. Проблема підвищення рівня соціально-психологічної адаптації людей похилого віку.

#### **Запитання до самоконтролю**

1. Які існують відмінності між жіночим та чоловічим сприйняттям старості, відмінності в адаптації до старості у чоловіків та жінок?
2. Назвіть типи пристосувань до старості.
3. Назвіть фізичні, економічні та соціальні умови, які впливають на ступінь

адаптації людини похилого віку до виходу на пенсію.

4. Які чинники впливають на прийняття рішення вийти на пенсію?
5. Як ви вважаєте, чому необхідно готуватися до виходу на пенсію заздалегідь?

### **Завдання для самостійної роботи.**

1. Що таке «криза зустрічі зі старістю»? Поспілкуйтеся з людиною похилого віку, з'ясуйте, як вона сприйняла старість, чи відчувала кризу старості, попросіть її пригадати ті значущі періоди її життя, які вплинули на кризу старості?
2. Як людині краще за все підготуватися до виходу на пенсію? Яку допомогу в цьому може надати суспільство, близьке оточення, соціальний працівник? Ваші пропозиції.
3. З'ясуйте в службі зайнятості населення, як часто до них звертаються пенсіонери в пошуках роботи і наскільки задовольняються їх прохання.
4. Ваші пропозиції щодо вирішення проблеми зайнятості працездатних пенсіонерів.

### **Література**

1. Коваленко О., Лук'янова Л., Помиткін Е., Московець Л. Психологія людей літнього віку. навч. посібн. / Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. Київ : Вид-во ТОВ «Геопринт». 2021. 288 с.
2. Мацкевіч Ю.Р. Соціальна робота з людьми похилого віку: навч. посібник. Запоріжжя: ЗНУ, 2014. 340 с.
3. Новікова О. Ю. Сутність поняття «соціально-педагогічна адаптація людей похилого віку». *Вісник Житомирського державного університету*. Вип. 59. Педагогічні науки. 2011. С. 136-140.
4. Соціальна геронтологія: навчальний посібник / укл. І. В. Ковальчук. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2021. 264 с.