



Долговременная активизация психической деятельности в практике оказания социально-психологической помощи геронтологическому пациенту

**Виктория Борисовна Чупина, Наталья Владимировна Тихонова,
Наталья Валерьевна Попенко**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого» Министерства здравоохранения Российской Федерации, Красноярск, Россия

ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ:

Получено: 2020
Опубликовано: 2020

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

психологическая помощь, пожилые пациенты, пролонгированные проекты, экологические практики, активизация психической деятельности, психокоррекция

АННОТАЦИЯ:

Проблема психологической помощи пожилым людям продолжает оставаться актуальной в связи с особенностями личностной сферы и психических процессов у пациентов данной возрастной группы. При оказании медико-социальной помощи пожилому пациенту требуется психологическое сопровождение, которое позволяет более эффективно проводить реабилитационные мероприятия. Цель данной работы стало - представить современные подходы к оказанию психологической помощи, способствующие долговременной активизации психической деятельности пожилых пациентов.

Полученные результаты эмпирического исследования позволили выявить нарушения динамического и регуляторного характера всех компонентов психической деятельности, эмоционально-волевые нарушения у большинства пациентов. Следовательно, нормализация показателей психических процессов у участников является необходимым условием положительной динамики изменений психических процессов. Деятельность по психологической помощи в условиях геронтологического центра позволяет использовать множество методов и средств, которые могут способствовать активизации психической деятельности пожилых людей. Как правило, это воздействие осуществляется только в условиях геронтологического центра и не носит долговременный характер. Следовательно, активизация психической деятельности пациентов пожилого возраста, достигнутая специалистами учреждения, при выписке пациента может начать снижаться. В связи с этим в учреждении внедряются инновационные формы психолого-педагогического воздействия, позволяющие вовлечь пациента в пролонгированные проекты, участвовать в которых он может после выписки из учреждения. Новизна работы заключается во внедрении долговременного психолого-педагогического проекта «Эколетие», целью которого является реализация мероприятий, направленных на активизацию психической деятельности пациентов путем повышения уровня их экологической культуры и внедрения экологических практик в дальнейшую каждодневную деятельность пожилого человека.



Long-term mental activation activities in the practice of social and psychological assistance gerontological patient

Victoria Borisovna Chupina, Natalia Vladimirovna Tikhonova, Natalia Valerievna Popenko

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Krasnoyarsk State Medical University named after Professor V.F. Voyno-Yasenetsky" of the Ministry of Health of the Russian Federation, Krasnoyarsk, Russia

ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ:

Received: 2020
Accepted: 2020

KEYWORDS:

psychological care of elderly patients,
prolonged projects, environmental practices,
the intensification of mental activity,
psychological correction

ANNOTATION:

The problem of psychological assistance to the elderly continues to be relevant due to the peculiarities of the personal sphere and mental processes in patients of this age group. When providing medical and social assistance to an elderly patient, psychological support is required, which allows for more effective rehabilitation measures. The purpose of this work is to present modern approaches to psychological care that contribute to the long-term activation of mental activity of elderly patients.

The results of the empirical study revealed violations of the dynamic and regulatory nature of all components of mental activity, emotional and volitional disorders in most patients. Therefore, normalization of indicators of mental processes in participants is a necessary condition for positive dynamics of changes in mental processes. Psychological assistance activities in a gerontology center allow you to use a variety of methods and tools that can help activate the mental activity of older people. As a rule, this effect is carried out only in the conditions of the gerontology center and is not long-term. Consequently, the activation of mental activity of elderly patients, achieved by specialists of the institution, may begin to decrease when the patient is discharged. In this regard, the institution introduces innovative forms of psychological and pedagogical influence, which allow the patient to be involved in prolonged projects, in which he can participate after discharge from the institution. The novelty of the work consists in the introduction of a long-term psychological and pedagogical project "Ecoletie", the purpose of which is to implement measures aimed at activating the mental activity of patients by increasing the level of their environmental culture and introducing environmental practices in the further daily activities of the elderly.

CITATION

Виктория Чупина, Наталья Тихонова, Наталья Попенко (2020), Длительная психическая активация в практике социально-психологической защиты геронтологического пациента. LP (7-3) 7, 72-79. DOI: 10.51233 / 2413-6522_LP-2020-7-3-72-79. <https://radomir-life.ru/lp/>

Victoria Chupina, Natalia Tikhonova, Natalia Popenko (2020), Long-term mental activation activities in the practice of social and psychological assistance gerontological patient. LP (7-3) 7, 72-79. DOI: 10.51233/2413-6522_LP-2020-7-3-72-79. <https://radomir-life.ru/lp/>



Введение

В настоящее время продолжает оставаться злободневной проблема психологической помощи пожилым людям в разных ее аспектах, поскольку кардинальные демографические и экономические изменения, произошедшие за последние десятилетия, свидетельствуют о превращении людей старшей возрастной группы в значительную часть общества. Ещё более сложной оказывается социальная ситуация развития пожилых людей, которая влечёт за собой появление таких особенностей личностной сферы, как ригидность всех его психических процессов [4].

Множество психосоциальных факторов, таких, как прекращение активной трудовой деятельности, семейные конфликты, потеря супруга, снижение социальной востребованности оказывает непосредственное влияние на формирование и течение психической деятельности в пожилом возрасте. Следовательно, пожилому человеку требуется особая психологическая помощь, способствующая изменению образа жизни пожилого человека и предполагающая постепенную адаптацию к происходящим изменениям.

При оказании медико-социальной помощи пожилому пациенту требуется психологическое сопровождение, которое позволяет более эффективно проводить реабилитационные мероприятия. Современные подходы к оказанию психологической помощи должны способствовать долговременной активизации психической деятельности пожилых пациентов. Данный аспект достигается при внедрении инновационных форм долговременного психолого-педагогического воздействия, позволяющих вовлечь пациента

в пролонгированные проекты, участвовать в которых он может после оказания медико-социальной психологической помощи в практике дальнейшей повседневной жизнедеятельности, применяя новые психологические навыки и знания здоровьесохранительного поведения.

Материалы и методы

Анализ литературных источников показал, что, у пожилых людей, как правило, снижена активность, замедляется работа психических процессов, ухудшается самочувствие [1].

В связи с этим в исследовании мы уделяли внимание активизации познавательных и эмоционально-волевых процессов у лиц пожилого возраста, находящихся на реабилитационном санаторно-курортном лечении в геронтологическом центре «Уют» г. Красноярск [10]. В пожилом возрасте при оказании медико-социальной помощи пациенту требуется индивидуальное и коллективное психологическое сопровождение, которое позволяет более эффективно проводить реабилитационные мероприятия.

Особую значимость имеет психологическая помощь в форме психокоррекции, представляющей собой совокупность психологических приемов, которые используются психологом учреждения для определенных недостатков особенностей внутреннего мира личности или поведения психически здорового человека [5]. Активизация психической деятельности может осуществляться двумя способами – посредством предупреждения снижения психической активности, а также ликвидация уже возникших негативных состояний [10]. Любой из обозначенных способов может осуществляться через воздействие на



психику пожилого человека извне (например, посредством воздействия психолога, посредством средств психологической регуляции) либо же через самовоздействие (использования самовнушения, самовубеждения, а также аутогенной тренировки). Во втором случае речь идет о деятельности саморегуляции. При этом в ходе «регуляции может решаться одна из трех задач – сохранения существующего состояния, преобразование в новое состояние, а также возвращение в прежнее состояние» [7].

Данные мероприятия способствуют коррекции психологических проблем пожилого человека и формированию мотивации заботы о собственном здоровье [2].

Экспериментальная деятельность по проблеме настоящего исследования проводилась в следующей последовательности.

На этапе констатирующего эксперимента осуществлялась первичная диагностика психических процессов, имеющих существенное значение для цели исследования.

Для проведения первичной диагностики была сформирована сплошная выборка, все участники которой должны отвечать одному лишь требованию, заданному темой исследования, – возраст, находящийся в хронологических рамках пожилого. Первичную сплошную выборку составляли пациенты геронтологического центра «Уют» г. Красноярск в количестве 71 человек. Возраст обследуемых находился в диапазоне от 60 до 72 лет.

В соответствии с целью исследования в качестве диагностического инструментария мы использовали батарею методик для нейропсихологического обследования А.Р. Лурии.

Результаты и их обсуждение

При проведении нейропсихологического обследования у пожилых людей выявлено в доступном

объеме (необходимы постоянная стимуляция и повторы инструкции):

- темп деятельности медленный, снижение и неустойчивость внимания, наблюдается инактивность, истощаются в пределах 1-2 проб. Простые инструкции усваивают, удерживают не в полном объеме, выраженные изменения в произвольной регуляции (системные персеверации) контроля, программирования;
- зрительный предметный (простые пробы), лицевой, цветовой, буквенный, цифровой гнозис сохранены;
- оптико-пространственный гнозис и праксис – ориентировка в пространстве доступна, в «слепых» часах сохранно, флюктуативно доступно опознание времени на оцифрованном циферблате, самостоятельный рисунок не нарушен;
- сомато-сенсорный (проба Ферстера, узнавание предметов), сомато-топический (узнавание пальцев, частей тела, право-левая ориентировка) сохранна [9].

Исследование мануального праксиса – позы, серии движений сохранно. Слуховой неречевой гнозис сохранен.

Экспрессивная речь сохранна. Счетные операции нарушены (ошибки вычисления). Выражены модально-неспецифические нарушения слухоречевой, зрительной, семантической памяти. Отмечается замедление мышления, относительная сохранность функции абстрагирования в простых пословицах и метафорах.

В эмоционально-волевой сфере обеднение эмоционального фона, отмечаются выраженные нарушения цикла «сон-бодрствование».

Таким образом, при проведении исследования у большинства пациентов были выявлены нарушения динамического и регуляторного характера всех компонентов психической деятельности, а также эмоционально-волевые нарушения.



В частности, полученные в ходе констатирующей диагностики данные, позволяют выделить из сплошной выборки 18 испытуемых, чьи показатели в большей степени отклонялись от нормативных критериев развития психических процессов для данной возрастной категории.

Для дальнейшего психокоррекционного воздействия и чистоты эксперимента выборка, в свою очередь, была разделена на экспериментальную и контрольную группы. В виду сходства диагностированных показателей психических процессов, деление выборки осуществлялось способом случайного выбора с учетом добровольного согласия участников.

Для экспериментальной группы нами была разработана и реализована программа психокоррекционной работы, направленная на нормализацию показателей психических процессов, что, в свою очередь, должно повлечь за собой и положительную динамику изменений психических процессов. Отбор методов и приёмов для психокоррекционной работы при составлении программы был ориентирован на возрастные особенности контингента и данные первичной диагностики.

Как отмечалось выше, деятельность по психологической коррекции в условиях геронтологического центра позволяет использовать множество методов и средств, которые могут способствовать активизации психических процессов у пожилых людей [3, 6].

Поскольку, активизация психической деятельности пациентов пожилого возраста должна иметь долговременный характер, с течением времени достигнутая положительная динамика может начать снижаться, так как все активные методы и приёмы активизации психических процессов, использованные специалистами социально-реабилитационного отделения геронтологического центра нуждаются в регулярном использовании самими

участниками процесса. В связи с этим в деятельность учреждения активно внедряются социально-психологические проекты долговременного воздействия.

Основная цель проекта «Эколетие» состоит в реализации мероприятий, направленных на активизацию психической деятельности пациентов путем повышения уровня их экологической культуры и внедрения экологических практик в каждодневную деятельность людей пенсионного возраста, проживающих на территории Красноярского края и города Красноярск, получающих социально-оздоровительные услуги в КГАУСО «Краевой геронтологический центр «Уют»».

Содержание проекта предусматривает проведение комплекса социально-психологических мероприятий, интерактивных образовательных лекториев «Экодум» и практических занятий (мастер-классы, круглые столы и т.п.) по апсайклингу «Вторая жизнь вещей», разработанных с учетом психофизиологических особенностей граждан пенсионного возраста. Кроме того, специалистами социально-реабилитационного отделения геронтологического центра разработан и подготовлен пакет сопроводительных материалов для проведения комплекса социально-психологических мероприятий в рамках проекта «Эколетие».

Цель проекта – это повышение уровня психической активности путем формирования экологической культуры и освоение экологических здоровьесохраняющих практик, используемых в дальнейшем в повседневной деятельности людей пенсионного возраста, проживающих на территории Красноярского края и города Красноярск, получающих оздоровительные услуги в КГАУСО «Краевой геронтологический центр «Уют»», путем вовлечения их в активную экосоциальную деятельность.

Задачи проекта: организация и проведение комплекса мероприятий, направленных на повышение психической



активности путем формирования экологического мышления людей пенсионного возраста; обучение навыкам здоровьесберегающего поведения, бережливого отношения к ресурсам и стремления к принципам «ноль отходов»; разработка методических рекомендаций по организации экологического просвещения лиц пенсионного возраста для специалистов оказывающих медико-социальную помощь в Красноярском крае.

В связи с особенностями реализации проекта особое место принадлежит психологическому сопровождению проекта. В задачи психолога центра включены следующие направления: 1. развитие коммуникативных навыков и умений путем психологической тренинговой работы, создания ситуаций эффективного взаимодействия, социальное сопровождение формирования положительного опыта общения и решения коммуникативных задач; 2. формирование и развитие эмоциональной сферы, коррекция самооценки, психологическая работа с негативными эмоциями, вовлечение в социокультурную деятельность.

Возможные методы реализации этих направлений проводятся в Геронтологическом центре в рамках коллективной и индивидуальной работы с использованием специальных психологических коррекционных программ. В настоящее время в комплекс мероприятий активно внедряются элементы нейробики – гимнастики для мозга [10]. В процессе проведения психокоррекционных занятий пожилой пациент осваивает техники и упражнения, которые ему помогут в дальнейшей здоровьесберегающей жизнедеятельности [11].

Кроме индивидуальной психологической тренинговой работы психолога с пожилыми пациентами проводятся тренинги, направленные на формирование уверенности в себе, повышение самооценки и уровня оптимизма. Кроме того, используется фактор организации

межпоколенного взаимодействия в различных формах.

Качественные результаты проекта заключаются в приобретении новых психологических навыков и знаний в рамках здорового образа жизни, сохранения психической активности, бережливого отношения к ресурсам и окружающему пространству. Реализация проекта позволит создать инновационную площадку по формированию экологической культуры людей пожилого возраста, с учетом особенностей усвоения новой информации, психо-физических и возрастных возможностей. Оценка результативности проекта проводится путем социологического анкетирования участников проекта до и после реализации проекта.

Выводы

Технология целенаправленного психокоррекционного воздействия оказалась эффективной и способствовала активизации психических процессов у пожилых людей. Определено, что большинство участников экспериментальной группы характеризуются на контрольном этапе без дефицита когнитивных функций, что также позволяет говорить об эффективности коррекционного воздействия.

Необходимо отметить, что с течением времени достигнутая положительная динамика может начать снижаться, так как все активные методы и приёмы активизации психических процессов, использованные в программе формирующего эксперимента, нуждаются в регулярном использовании самими участниками эксперимента. Положительная динамика показателей психических процессов будет долговременной при внедрении в программу психологической помощи пожилым пациентам инновационных форм психолого-педагогического



воздействия, позволяющих вовлечь пациента в пролонгированные психолого-педагогические проекты, участвовать в которых он может после выписки из учреждения. В опыте работы геронтологического центра таким долговременным проектом стал проект «Эколетие», внедряемый в деятельность учреждения.

Представленный проект рассчитан на долгосрочную деятельность путем увеличения количества вовлечённых волонтерских команд и социально ориентированных некоммерческих организаций. Полученный опыт и внедрение разработанных методических рекомендаций по формированию психической активности, экологического мышления и формирования экосоциальной активности людей пожилого возраста, позволит развить дальнейшую деятельность по этому направлению, тиражировать опыт в медико-социальных учреждениях Красноярского края.

Список литературы:

1. Арпентьева М.Р. Отношения пожилых и старых людей к себе и миру и варианты психологической помощи // Клиническая геронтология. 2017. Т. 23. № 9-10. С. 4-6.
2. Вербина Г.Г. Психологические возможности пожилого человека и ретардация старения // Образование и право. 2019. № 7. С. 193-195.
3. Ефремова Д.Н. Современные технологии в социально-психологической реабилитации людей пожилого возраста // Вестник Московского государственного областного университета. 2019. № 1. С. 129-137.
4. Иржанова А.А. Актуальные проблемы людей пожилого возраста в современном мире // Новая наука: Стратегии и векторы развития. 2016. № 118-3. С. 114-116.
5. Куликов Л.В., Юмкина Е.А. Социально-психологические аспекты помощи пожилым людям в сохранении активности // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2017. Т. 27. № 1. С. 36-44.
6. Лебедева Е.С. Опыт применения арт-терапии для активизации личностных ресурсов пожилых людей в условиях пни // Аллея науки. 2017. Т. 1. № 8. С. 366-370.
7. Мелёхин А.И. Траектории изменения модели психического в пожилом возрасте // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 1 (90). С. 24-43.
8. Политика О.И., Нагуманова Э.Р., Валитова А.И. Психологические особенности психокоррекции лиц пожилого возраста // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 61-1. С. 412-414.
9. Савилов В. Медико-психологическая реабилитация для пожилых людей с мягким когнитивным снижением // Московская медицина. 2017. № 2 (17). С. 67-70.
10. Сергеева Т.Б., Глуханюк Н.С., Борисов Г.И. Личностная мобильность человека в пожилом возрасте // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2019. Т. 25. № 3 (189). С. 193-201.
11. Тихонова Н.В. Здоровьесберегающие технологии в практике медико-социальной работы с пожилым пациентом (на примере Краевого геронтологического центра) // The Newman In Foreign Policy. 2019. № 49 (93). С. 13-16.



ВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

Виктория Борисовна Чупина

доцент кафедры клинической психологии
и психотерапии с курсом ПО, кандидат
психологических наук, доцент
ionessi@yandex.ru
SPIN: 2215-4081

ORCID: 0000-0002-9846-2216

Наталья Владимировна Тихонова

доцент кафедры общественного здоровья
и здравоохранения, кандидат медицин-
ских наук, доцент
nvt24@mail.ru
SPIN: 4244-8621

ORCID: 0000-0002-9560-7264

Наталья Валерьевна Попенко

доцент кафедры клинической психологии
и психотерапии с курсом ПО, кандидат
психологических наук

popenkonv@yandex.ru

SPIN: 1535-0044