

УДК 159.95

DOI: 10.26140/anip-2020-0904-0090

## СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В АКТИВИЗАЦИИ ПСИХИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПАЦИЕНТАМ ГЕРОНТОЛОГИЧЕСКОГО ЦЕНТРА

© 2020

SPIN: 2215-4081

AuthorID: 475571

ORCID: 0000-0002-9846-2216

**Чупина Виктория Борисовна**, кандидат психологических наук, доцент

SPIN: 1535-0044

AuthorID: 846069

**Попенко Наталья Валерьевна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической психологии и психотерапии с курсом последипломного образования

SPIN: 4244-8621

AuthorID: 757556

ORCID: 0000-0002-9560-7264

**Тихонова Наталья Владимировна**, кандидат медицинских наук, доцент, заведующий кафедрой общественного здоровья и здравоохранения

*Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого (660022, Россия, Красноярск, улица Партизана Железняка, 1, e-mail: nvt24@mail.ru)*

**Аннотация.** В статье раскрывается современное состояние психологической помощи в активизации психической деятельности пациентов в условиях геронтологического центра. На основании теоретического анализа установлено, что проблема психологической помощи пожилым людям в разных ее аспектах продолжает оставаться актуальной. Ещё более сложной оказывается социальная ситуация развития пожилых людей, которая влечёт за собой появление таких особенностей личностной сферы, как ригидность всех его психических процессов. Это означает, что пожилому человеку требуется психологическая помощь, которая способствовала бы изменению образа жизни пожилого человека, предполагающей постепенную адаптацию к происходящим изменениям. 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. Поскольку, активизация психической деятельности пациентов пожилого возраста, на сегодняшний день, в целом имеет долговременный характер, мы допускаем, что с течением времени достигнутая положительная динамика может начать снижаться, так как все активные методы и приёмы активизации психических процессов, использованные нами в программе формирующего эксперимента, нуждаются в регулярном использовании самими участниками эксперимента.

**Ключевые слова:** психологическая помощь, пожилые люди, психосоциальные факторы, способы активизации психической деятельности, психокоррекция, воздействие, самовоздействие, саморегуляция, арт-терапия.

## THE POSSIBILITY OF FORMING LIFE PROSPECTS OF HIGH SCHOOL STUDENTS

© 2020

**Chupina Viktoriia Borisovna**, candidate of psychological sciences, associate professor

**Popenko Natalya Valeryevna**, candidate of psychological sciences, associate professor of the department of clinical psychology and psychotherapy with a postgraduate course

**Tihonova Natalia Vladimirovna**, candidate of medical sciences, associate professor, head of the department of public health and public health of Krasnoyarsk state medical University

*Krasnoyarsk State Medical University of Professor Voino-Yasenrsky (660022, Russia, Krasnoyarsk, street Partizna Zheleznyak, 1, e-mail: nvt24@mail.ru)*

**Abstract.** The article reveals the current state of psychological assistance in activating the mental activity of patients in the conditions of the gerontological center. Based on the theoretical analysis, it is established that the problem of psychological assistance to the elderly in various aspects continues to be relevant. Even more difficult is the social situation of the development of older people, which entails the appearance of such features of the personal sphere as the rigidity of all its mental processes. This means that the elderly person needs psychological assistance that would help to change the lifestyle of the elderly person, which involves gradual adaptation to the changes that are taking place. The results of an empirical study revealed violations of the dynamic and regulatory nature of all components of mental activity, emotional and volitional disorders in the majority of patients. Consequently, normalization of indicators of mental processes in participants is a necessary condition for positive dynamics of changes in mental processes. The activity of psychological assistance in the conditions of the gerontological center allows you to use a variety of methods and tools that can help to activate the mental activity of older people. Since the activation of mental activity of elderly patients, as a whole, has a long-term character, we assume that over time, the achieved positive dynamics may begin to decrease, since all active methods and techniques for activating mental processes, used by us in the program of the forming experiment, need to be regularly used by the experiment participants themselves.

**Keywords:** psychological help, elderly people, psychosocial factors, ways to activate mental activity, psychocorrection, impact, self-action, self-regulation, art therapy.

## 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 оказы-

вается социальная ситуация развития пожилых людей, которая влечёт за собой появление таких особенностей личностной сферы, как ригидность всех его психических процессов [1].

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. Это означает, что пожилому человеку требуется психологическая помощь, которая способствовала изменению образа жизни пожилого человека, предполагающей постепенную адаптацию к происходящим изменениям [2, 3].

#### МЕТОДОЛОГИЯ

Характеризуя пожилых людей, мы можем говорить о том, что, как правило, у них снижена активность, замедляется работа психических процессов, ухудшается самочувствие [4, 5].

Поэтому в нашем исследовании мы уделяли внимание активизации познавательных и эмоционально-волевых процессов у лиц пожилого возраста, находящихся на санитarno-курортном лечении в геронтологическом центре «Уют» г. Красноярск [6].

В связи с изменением социальной ситуации, возрастными изменениями в пожилом возрасте, 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 [7, 8].

Можно говорить о том, что активизация психической деятельности может осуществляться двумя способами – посредством предупреждения снижения психической активности, а также ликвидация уже возникших негативных состояний. 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, самоубеждения, 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» [9-11].

Данные мероприятия способствуют коррекции психологических проблем пожилого человека и формированию мотивации заботы о собственном здоровье [12, 13].

Экспериментальная деятельность по проблеме настоящего исследования проводилась в три этапа.

Первый этап – констатирующий эксперимент.

На данном этапе 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

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 perseverации) контроля, программирования;
- зрительный предметный (простые пробы), лицевой, цветовой, буквенный, цифровой гнозис сохранены;
- оптико-пространственный гнозис и праксис – ори-

ентировка 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 [14].

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.

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

Второй этап – формирующий эксперимент.

На данном этапе нами была разработана и реализована программа психокоррекционной работы, направленная на нормализацию показателей психических процессов у участников, вошедших в экспериментальную группу, что, в свою очередь, должно повлечь за собой и положительную динамику изменений психических процессов. Отбор методов и приемов психокоррекционной работы при составлении программы формирующего эксперимента 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 [15, 16].

В качестве одного из такого рода методов коррекции эмоционально-волевых нарушений у пожилых людей выступает арт-терапия, как направление в практической психологии, направленное на поддержание оптимального состояния человека посредством использования творческих средств. Данный метод имеет широкие возможности применения в отношении людей преклонного возраста, так как после выхода на пенсию, у пожилых людей существенным образом изменяется привычная рутинная жизнь, появляется достаточно много свободного времени, которое зачастую нечем заполнить. Арт-терапия пожилых людей помогает не впасть пожилым людям в состояние «жизнь без цели», а также способствует активизации психических процессов, сохранению хорошего настроения, качества жизни [17].

По завершении формирующего эксперимента нами была проведена повторная диагностика психических процессов с последующим сравнительным анализом полученных данных между экспериментальной и контрольной группами. На данном этапе были использованы те же диагностические средства, что и на констатирующем этапе исследования.

## ВЫВОДЫ

На основании результатов исследования можно сделать вывод о том, что процедура целенаправленного психокоррекционного воздействия была эффективной и способствовала активизации психических процессов у пожилых людей. Также определено, что большинство участников экспериментальной группы характеризуются на контрольном этапе без дефицита когнитивных функций, что также позволяет говорить об эффективности коррекционного воздействия.

В заключение отметим, что полученные нами данные не следует квалифицировать как долгосрочный результат. Мы допускаем, что с течением времени достигнутая положительная динамика может начать снижаться, так как все активные методы и приёмы активизации психических процессов, использованные нами в программе формирующего эксперимента, нуждаются в регулярном использовании самими участниками эксперимента. Положительная динамика показателей психических процессов будет долговременной при соблюдении того минимума рекомендаций по применению освоенных техник и упражнений, который был обозначен представителям экспериментальной группы в процессе проведения психокоррекционных занятий.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Иржанова А.А. Актуальные проблемы людей пожилого возраста в современном мире // Новая наука: Стратегии и векторы развития. 2016. № 118-3. С. 114-116.
2. Прокопенкова Д.М., Анисимова О.А. Психологический анализ готовности пожилых людей к освоению возрастных изменений в процессе жизненного пути // Молодёжь и наука: актуальные проблемы педагогики и психологии. 2017. № 2. С. 157-166.
3. 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.
4. 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.
5. Боженкова К.А. Психологические особенности людей пожилого возраста // Приволжский научный вестник. 2016. № 3 (55). С. 130-132.
6. Тихонова Н.В. Здоровьесберегающие технологии в практике медико-социальной работы с пожилым пациентом (на примере Краевого геронтологического центра) // The Newtman In Foreign Policy. 2019. № 49 (93). С. 13-16.
7. 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.
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. Кузнецова А.А. Теоретико-методологический анализ психологических механизмов регуляции психических состояний // Известия Юго-Западного государственного университета. 2012. № 5-1 (44). С. 289-294.
10. Мелёхин А.И. Траектории изменения модели психического в пожилом возрасте // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 1 (90). С. 24-43.
11. Алёхин А.И. Методы саморегуляции психических состояний как способы борьбы со стрессом в современных условиях // Молодой ученый. 2019. № 2 (240). С. 315-317.
12. Вербина Г.Г. Психологические возможности пожилого человека и ретардация старения // Образование и право. 2019. № 7. С. 193-195.
13. Денисова Е.А., Фатхуллина Е.В. Особенности социально-психологической адаптации пожилых людей // Научно-методический электронный журнал Концепт. 2015. № 28. С. 1-5.
14. Савилов В. Медико-психологическая реабилитация для пожилых людей с мягким когнитивным снижением // Московская медицина. 2017. № 2 (17). С. 67-70.
15. Ефремова Д.Н. Психологическая реабилитация людей пожилого возраста // Евразийский союз ученых. 2016. № 1-4 (22). С. 130-133.
16. Ефремова Д.Н. Современные технологии в социально-психологической реабилитации людей пожилого возраста // Вестник Московского государственного областного университета. 2019. № 1. С. 129-137.
17. 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.

Статья поступила в редакцию 27.04.2020

Статья принята к публикации 27.11.2020