

altenpflege.de Edition

Кратки учебници за обука за нега - фокус на нега на стари лица

Theo Ahrens

Психолошко основно знаење за старечка нега

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Библиографски податоци

Theo Arens – Кратка биографија

Тео Аренс, роден 1979 година во близина на Минхен, е наставник за здравствени професии и посветен педагошки работник во областа на нега. По една година доброволна социјална работа во болница, тој заврши обука за здравствени и болнички негователи и стекна драгоцено професионално искуство во интензивната нега. Поттикнат од желбата да го пренесува знаењето, тој студирал педагогија во областа на нега и почнал да работи како наставник во стручно училиште во Минхен од 2009 година. Тео е познат по своето практично и емпатично предавање, со кое ги подготвува идните негователи за нивната предизвикувачка професија. Приватно живее со сопругата и две деца во Берлин и волонтерски се ангажира за подобри услови во обуката за нега.

Ова кратко училишно книжуле е формулирано од наставните планови на неговите предавања со користење на К.И. Преводот е направен автоматски.

Издавач altenpflege.de Цена DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr Copyright 2024 altenpflege.de Забелешки и предлози за подобрување испратете на team@altenpflege.de.

1/1-2412181527

Содржина

1 Воведение	4
1.1 Цели на оваа кратка учебник	4
1.2 Значење на психолошките основи во геријатриската нега	4
1.3 Улога на негувателите во справувањето со психолошките аспекти на негата	5
2 Основи на психологијата	7
2.1 Значењето на психологијата во негата	7
2.2 Задачи и области на психологијата	7
2.3 Разлики помеѓу секојдневната психологија и научната психологија	8
2.4 Релевантност на психолошките основи за практиката во нега	9
3 Развојна психологија во староста	10
3.1 Развојна психологија и нејзиното значење во геријатриската нега	10
3.2 Психолошки развој во повозрасна возраст	10
3.3 Промени во перцепцијата, когницијата и меморијата во староста	11
3.4 Развојни задачи во староста	12
4 Психолошки основни потреби во староста	14
4.1 Основни потреби	14
4.2 Значењето на задоволувањето на потребите за психичкото здравје во староста	14
4.3 Улогата на негувателите во поддршката на основните потреби	15
4.4 Начини за поттикнување на благосостојба и задоволство кај повозрасни лица	16
5 Емоции и нивното значење во негата	18
5.1 Дефиниција на емоции	18
5.2 Емоционални промени во староста	18
5.3 Влијание на емоциите врз односот во нега	19
5.4 Справување со емоционални реакции	20
6 Когниција и меморија кај стареењето	22
6.1 Видови на меморијата	22
6.2 Промени на когнитивните способности во староста	23
6.3 Разлики помеѓу нормалното когнитивно опаѓање поврзано со стареењето и деменција	24
6.4 Поддршка на когнитивните способности кај повозрасните лица	25
7 Психички нарушувања и заболувања во староста	26
7.1 Депресија во староста	26
7.2 Анксиозни нарушувања кај постари лица	27
7.3 Деменција	28
7.4 Психотични нарушувања	29
7.5 Burnout и синдроми на оптовареност кај негувателите	30
8 Комуникација со луѓе со психички промени	31
8.1 Посебности на комуникацијата со луѓе со деменција	31
8.2 Валидација како метод за комуникација со дезориентирани лица	32
8.3 Сочувствително водење разговори со лица со психички нарушувања	33
8.4 Техники на активно слушање и емпатична комуникација	34
9 Однесувања и реакции на постарите лица	36
9.1 Предизвикувачко однесување	36
9.2 Причини и предизвикувачи на предизвикувачко однесување	37
9.3 Справување со предизвикувачко однесување	38
9.4 Интервенции во практика за управување со однесување	39
10 Мотивација и активирање во нега на стари лица	41
10.1 Мотивација и активирање	41
10.2 Теории на мотивација	41
10.3 Значење на мотивацијата за секојдневната нега	42
10.4 Техники за поттикнување на мотивацијата кај жителите	43
11 Самоконцепција и идентитет во староста	44
11.1 Самоконцепт и идентитет	44
11.2 Промена на идентитетот во староста	45
11.3 Слика за себе и самодоверба кај постарите лица	45
11.4 Поддршка на пронаоѓањето на идентитетот и самостојноста во секојдневието на нега	46
12 Стрес и стратегии за справување во нега	48
12.1 Стрес и стресори	48
12.2 Техники за справување со стрес	48
12.3 Значењето на самогрижата за негувателите	49
12.4 Подобрување на резилентноста кај жителите и негувателите	50
13 Етички и правни аспекти на психолошката нега	52
13.1 Самоопределување и автономија на жителите	52
13.2 Заштита на психичката интегритетност на жителите	53
13.3 Одговорност на негувателите во справување со психолошки оптоварувања	54
13.4 Правни основи за психолошка поддршка	55
14 Психолошки тестови и процедури во геријатријата	57
14.1 Тестирање за проценка на когнитивните способности	57
14.2 Тестови за проценка на емоционалната состојба	57
14.3 Значење на психолошките тестови за практиката во нега	58
14.4 Упатство за спроведување и интерпретација на тестови	59
15 Саморефлексија и психолошки компетенции на негувателите во старечки домови	61
15.1 Саморефлексија како важен дел од негата	61
15.2 Рефлексија на емоции и дејствија во секојдневната нега	62
15.3 Самогрижа и управување со стрес за негуватели во старечка нега	63
15.4 Супервизија и колегијално советување како можност за поддршка	64
16 Интердисциплинарна соработка со психолози и терапевти	65
16.1 Соработка со психолози, терапевти и лекари	65
16.2 Комуникација и известување во интердисциплинарниот тим	66
16.3 Улогите на негувателите и психолозите/терапевтите	66
16.4 Вклученост на негувателите во психолошката поддршка на жителите	67
17 Случаи и практични апликации	69
17.1 Пример на случај: Постапување со депресија кај жители	69
17.2 Случај: Комуникација со жители со деменција	70
17.3 Пример на случај: Работење со предизвикувачко однесување	71
17.4 Рефлексија на нега одлуки за психолошка грижа	73

1 Воведение

1.1 Цели на оваа кратка учебник.

Краткиот учебник пренесува обемно знаење за психолошките основи во геријатриската нега. Тој нуди теоретски и практични пристапи за да ги зајакне негувателите во односот со постарите лица. Целта е да се продлабочи разбирањето за психичките процеси во староста и да се покаже нивната релевантност за праксата на нега. Содржините ги поддржуваат негувателите во подобро разбирање на потребите и однесувањето на постарите луѓе и соодветно реагирање. Исто така, се посветува внимание на сопственото психичко здравје на негувателите.

Теми ги опфаќаат основните психолошки теории и нивната примена во геријатриската нега, развојот и промените во повозрасна доба, како и значењето на психолошките основни потреби. Учебникот има за цел да ги прошири компетенциите во односот со емоциите и психичките нарушувања. Практично ориентирани примери од случаи ја промовираат примена на стекнатото знаење во секојдневието.

Дополнителен фокус е ставен на комуникацијата со луѓе кои доживуваат психички промени. Книгата нуди техники и методи за соодветно справување со предизвикувачки однесувања. Покрај тоа, се истакнува интердисциплинарниот пристап во соработката со психолози и терапевти, за да се обезбеди сеопфатна грижа за жителите.

На крај, читателите треба да бидат оспособени да пружат рефлектирана и компетентна грижа, која ги задоволува психолошките и емоционалните потреби на постарите луѓе.

1.2 Значење на психолошките основи во геријатриската нега

Во грижата за стари лица, психолошките основи се клучни за соодветно да се реагира на сложените потреби на постарите луѓе. Овие основи им овозможуваат на негувателите да толкуваат однесувања и да планираат индивидуални интервенции за нега. Длабокото разбирање на психичките процеси во староста го поттикнува ефективното комуницирање и емпатичкото дејствување. Покрај тоа, психолошките знаења помагаат во подобро справување со предизвиците во негата.

Постарите луѓе често се соочуваат со психички и емотивни предизвици кои влијаат на негата. Тука спаѓаат процесите на прилагодување на физички промени, чувствата на загуба и осаменост, како и справување со хронични заболувања. Психолошките основи помагаат да се препознаат овие процеси и да се развијат стратегии за нега што соодветствуваат на нив.

Дополнителен аспект е зајакнувањето на емоционалната стабилност на негувателите. Секојдневието на негата често е исполнето со стресни и тежини ситуации, кои бараат психолошки компетенции за да се задржи сопственото благосостојба. Способноста за самоанализа и управување со стресот е суштинска, за да се обезбеди континуирано висок квалитет на нега.

Исто така, во поддршката на интердисциплинарната соработка, психолошките знаења се значајни. Тие овозможуваат ефективна комуникација со други стручњаци и го поттикнуваат целосното згрижување на корисниците. Разменувањето на информации и набљудувања може значително да го подобри лекувањето и негата на постарите луѓе.

Севкупно, психолошките основи се незаменливи за практична и хумана грижа за стари лица, која го става квалитетот на животот на жителите во преден план и ги поддржува негувателите во нивната секојдневна работа.

1.3 Улога на негувателите во справувањето со психолошките аспекти на негата

Негователите имаат централна одговорност во однос на психолошките аспекти на старечката нега. Нивната улога бара, покрај стручната компетентност, и висок степен на емпатија и сензитивност кон психичките потреби на постарите лица. Негователите треба да создадат безбедна средина во која жителите можат да добијат доверба и отворено да изразат стравови или грижи.

Централна задача на негователите е да ги препознаат индивидуалните психолошки потреби и да ги инкорпорираат во секојдневната пракса на нега. Тоа вклучува набљудување на промени во однесувањето и променливи расположенија, за да се интервенира на време. Ваквите набљудувања се од суштинско значење за развивање на прецизни планови за нега кои го земаат предвид емоционалното и психичкото состојание на жителите.

Понатаму, негователите мораат да бидат способни соодветно да реагираат на предизвикувачки однесувања. Ова бара познавање на различни стратегии на комуникација и интервенција кои имаат смирувачки ефект и го поттикнуваат благосостојбата на жителите. Друг аспект се однесува на почитувањето и поттикнувањето на автономијата на постарите лица, така што негователите ги почитуваат и поддржуваат нивните одлуки.

Суштински дел од улогата на негователите е и континуираната обука во областа на психолошката грижа. Редовната размена на искуства со психолози и други стручњаци е од голема важност. Оваа интеракција овозможува развој на заеднички стратегии за психолошка поддршка и придонесува за подобрување на квалитетот на животот на жителите.

Во заклучок, улогата на негователите бара длабоко разбирање за психолошките процеси во контекст на староста, заедно со способноста за наоѓање на индивидуални и ситуациски прилагодени решенија. Ова значително придонесува за обезбедување на висок квалитет на нега и стекнување на доверба од страна на жителите.

preview

2 Основи на психологијата

2.1 Значењето на психологијата во негата

Психологијата е научно истражување на однесувањето и менталните процеси. Во неа, психологијата се однесува на разбирање и земање предвид на психолошките и емоционалните аспекти на лицата кои се негуваат. Таа го опфаќа перцепцијата, размислувањето, чувствувањето и однесувањето на човекот.

Психолошкото знаење во негата им овозможува на негувателите подобро да ги разберат потребите и реакциите на жителите. Примената на ова знаење го поддржува поттикнувањето на благосостојбата, изградбата на ефективна комуникација и справувањето со предизвикувачко однесување. Психологијата, исто така, помага да се интерпретираат влијанијата на болестите врз психичката состојба на постарите лица и да се понуди соодветна поддршка.

Покрај тоа, психологијата во негата е значајна за разбирање на сопствените реакции и емоции како негувател. Добро утврдено психолошко знаење го поддржува развојот на емпатичен однос со жителите и придонесува за избегнување на недоразбирања и конфликти.

Интеграцијата на психолошките основи во негата ја поттикнува свеста за значењето на квалитетот на животот и психичкото здравје. Ова е особено релевантно при придружување на луѓе во старост, чии емоционални и когнитивни потреби можат многу да варираат. Негувателот, така, не е одговорен само за физичкото, туку и за психичкото придружување и грижа на жителите.

2.2 Задачи и области на психологијата

Психологијата опфаќа многу задачи и области кои се значајни за грижата за стари лица. Едно централно поле на задача е клиничката психологија. Таа се занимава со дијагностика, третман и превенција на психички нарушувања. Во грижата за стари лица, ова пред сè се однесува на депресија, анксиозност и деменција. Негувателите имаат корист од ова знаење, бидејќи можат навремено да ги препознаат психичките промени кај станарите и во соработка со стручни лица целосно да интервенираат.

Развојната психологија се занимава со процеси на промени во текот на животот. Таа е неопходна во грижата за стари лица, бидејќи овозможува разбирање на психолошкиот развој на постари лица. Промените во перцепцијата, когницијата и емоциите во старост се централни. Негувателите го користат ова знаење за соодветно да се пристапи кон индивидуалните развојни задачи на нивните станари.

Уште едно значајно поле е здравствената психологија. Таа истражува како биолошки, психолошки и социјални фактори влијаат на здравјето. Таа допринесува за поттикнување на здравственото однесување и поддршка во справување со болести. Во негата, ова може да опфати насоки за здрав начин на живот и поддршка при прилагодување на хронични болести.

Социјалната психологија се занимава со меѓучовечките процеси и нивното влијание врз индивидуата. Во грижата за стари лица ова е важно при создавање на односи со станарите и обликување на социјални интеракции. Знаења од социјалната психологија помагаат на негувателите да ги разберат групните процеси и да поттикнат поддржувачка заедничка структура.

На крај, треба да се спомене и невропсихолошкото истражување. Тоа го анализира односот помеѓу мозочните функции и однесувањето. Негувателите, кои се запознаени со невропсихолошките сознанија, можат целосно да одговорат на когнитивните нарушувања и да ја препознаат важноста на рехабилитацијата.

Овие области на психологијата нудат сеопфатен спектар на примени за грижата за стари лица и ги поддржуваат негувателите во квалифицирано одговорување на психичките и емоционалните потреби на станарите.

2.3 Разлики помеѓу секојдневната психологија и научната психологија

Секојдневната психологија и научната психологија се разликуваат суштински во нивниот пристап и методологија. Секојдневната психологија се базира на лични искуства, интуиција и субјективни набљудувања. Често се применува интуитивно и се потпира на социјални и културни норми, како и индивидуални доживувања. Примери се претпоставките за човековото однесување кои произлегуваат од меѓучовечки искуства, како на пример општото очекување дека луѓето ќе реагираат пријателски на пријателство.

За разлика од неа, научната психологија е емпириска дисциплина која користи систематски методи на истражување. Таа се базира на објективно собирање податоци, формирање хипотези и користење на контролирани експерименти за проверка на нејзините претпоставки. Научната психологија тежнее кон генерални изјави кои се поткрепени со конкретни докази и со повторени студии. Целта ѝ е да добие сигурни и валидни сознанија за човековото однесување и доживување.

Друг суштински разлика е методологијата. Секојдневната психологија често користи ретроспективни објаснувања кои не се проверливи. Тоа, пак, научната психологија користи квантитативни и квалитативни методи за тестирање на хипотези. Ова опфаќа техники како експерименти, анкетирања, набљудувања и статистички анализи.

Резултатите од научната психологија се повторливи и можат да бидат обезбедени преку процеси на рецензија од други експерти. Секојдневните психолошки претстави, напротив, често се променливи и не-универзални, што го ограничува нивниот пренослив карактер. Во старечки домови, примената на научната психологија е од клучно значење за задоволување на индивидуалните потреби на штитениците, за поттикнување на нивното психичко здравје и за темелна поддршка на благосостојбата.

2.4 Релевантност на психолошките основи за практиката во нега.

Психолошките основи се есенцијални за ефективна практика на нега. Тие овозможуваат длабоко разбирање на индивидуалните потреби и однесувања на жителите. Негувателите мора да ги земат предвид не само физичките, туку и психичките аспекти за да обезбедат севкупна грижа.

Темелното психолошко знаење овозможува на негувателите подобро препознавање на емоционалните состојби на жителите и соодветно реагирање. Ова е одлучувачко за изградба на доверлива врска и придонесува за подобрување на квалитетот на животот. Психолошкото знаење помага во идентификација на стрес фактори и психички оптоварувања кои можат да ја нарушат здравјето и благосостојбата на жителите.

Примената на психолошките принципи овозможува на негувателите да развијат индивидуални планови за нега, кои се прилагодени на специфичните потреби на жителите. Тие учат да се справуваат со предизвикувачки однесувања и иницираат соодветни интервенции за олеснување на конфликтните ситуации.

Дополнително, психолошкото знаење ги поддржува негувателите при проценката на когнитивните и емоционалните промени во староста. Тие можат рано да ги препознаат знаците на деменција или депресија и да преземат соодветни мерки. Ова поттикнува проактивна нега и придонесува за подобрување на психичкото здравје на жителите.

Релевантноста на психолошките основи исто така се покажува во само-рефлексијата на негувателите. Подобра разбраност на сопствените емоционални реакции не само што го подобрува работното опкружување, туку и ефективноста во грижата. Психолошкото знаење го поттикнува резилиенсот и справувањето со стрес, што придонесува за превенција на вигоратнење.

Вкупно, психолошките основи се неопходни за квалитетна грижа за старите лица. Тие нудат алатки за целокупна грижа на жителите, го промовираат нивното благосостојба и ја зајакнуваат професионалната практика на негувателите.

3 Развојна психологија во староста

3.1 Развојна психологија и нејзиното значење во геријатриската нега

Развојната психологија ги испитува промените и стабилностите во човечкото однесување низ целиот животен век. Таа анализира како лицата се развиваат во различни животни етапи и кои фактори влијаат на овој процес. Во контекстот на нега на стари лица, ова значи справување со специфичните психолошки предизвици и потенцијали на постарите лица.

Постарите луѓе не доживуваат само физички, туку и психолошки развои. Возрастно условените промени на перцепцијата, когницијата и емоционалната обработка играат клучна улога во секојдневната нега. Разбирањето на развојните психолошки процеси им овозможува на негувателите подобро да ги препознаат индивидуалните потреби и предизвици и точно да одговорат на емоциите и реакциите на жителите.

Развојната психологија нуди алатки за разбирање како постарите луѓе ги обработуваат животните настани и кои се можностите за развој. Таа го осветлува значењето на социјалната интеракција и одржувањето на идентитетот и автономијата. Знаењето за овие процеси ги поддржува негувателите да создаваат поволни средини, кои нудат можности за развој и ја подобруваат квалитетот на животот во негата. Тоа ја истакнува важноста на разбирањето на негата како динамичен процес, кој не само што поттикнува распаѓање, туку и раст и адаптивност во староста.

3.2 Психолошки развој во повозрасна возраст

Постарите возрасни лица се соочуваат со специфични психолошки развојни процеси, кои се обележани со физички, когнитивни и емоционални промени. За време на стареењето, потребата за наоѓање на смисла, социјална интеграција и емоционална рамнотежа останува централна. Овие аспекти значително влијаат на психичката благосостојба.

Важен дел од психолошкиот развој во повозрасните години е прилагодувањето на физичкото опаѓање. Ова прилагодување бара соочување со променети способности и здравствени ограничувања. Успешното справување ја поттикнува резилиенцијата и може да доведе до развој на нови интереси или прилагодување на животните навики.

7 Ова е само преглед

Целосната книга е достапна на <https://www.altenpflege.de> за регистрирани корисници. Регистрацијата и користењето се бесплатни. Кој не сака да се регистрира, може да ја уплати сумата наведена на страница 2 преку PayPal на buchhaltung@factsoft.de и да го наведе насловот на книгата и неговата е-пошта. Потоа ќе го добие PDF-от по е-пошта.

Покрај бесплатниот пристап до кратките учебници, регистрацијата на [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) овозможува директно аплицирање за работни места. Исто така, можете да објавите бесплатен оглас за работа. Станете и вие дел од заедницата на [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).