

altenpflege.de Edition

Краткие учебники для обучения в сфере ухода - акцент на уход за пожилыми.

Theo Ahrens

Психологические основы для ухода за пожилыми людьми

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Библиографические данные

Тео Аренс – Краткая биография

Тео Аренс, родился в 1979 году недалеко от Мюнхена, является преподавателем профессий в сфере ухода и увлеченным педагогом по уходу за больными. После волонтерского социального года в больнице он прошел обучение на медицинского и санитарного работника и приобрел ценный профессиональный опыт в отделении интенсивной терапии. Вдохновленный желанием делиться знаниями, он изучал педагогическую науку в области ухода и в 2009 году начал преподавать в специализированной школе в Мюнхене. Тео известен своим практико-ориентированным и эмпатичным преподаванием, с помощью которого он подготавливает будущих специалистов по уходу к их сложной профессии. В личной жизни он живет с женой и двумя детьми в Берлине и занимается волонтерской деятельностью для улучшения условий в образовании по уходу.

Этот краткий учебник был составлен на основе учебных планов его уроков с использованием И.И. Перевод выполнен автоматически.

Издано altenpflege.de Цена DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr Copyright 2024 altenpflege.de Замечания и предложения по улучшению отправляйте на team@altenpflege.de.

1/1-2412181528

Содержание

1 Введение 4	
1.1 Цели данного учебного пособия 4	
1.2 Значение психологических основ в уходе за пожилыми людьми 4	
1.3 Роль медицинского персонала в работе с психологическими аспектами ухода 5	
2 Основы психологии 7	
2.1 Значение психологии в уходе 7	
2.2 Задачи и области психологии 7	
2.3 Различия между обыденной психологией и научной психологией 8	
2.4 Актуальность психологических основ для практики ухода 9	
3 Возрастная психология развития 11	
3.1 Развитие психологии и её значение в уходе за пожилыми людьми 11	
3.2 Психологическое развитие в пожилом возрасте 11	
3.3 Изменения в восприятии, когнитивных способностях и памяти в пожилом возрасте 12	
3.4 Задачи развития в пожилом возрасте 13	
4 Психологические основные потребности в пожилом возрасте 15	
4.1 Основные потребности 15	
4.2 Значение удовлетворения потребностей для психического здоровья в пожилом возрасте 16	
4.3 Роль медицинского персонала в поддержке основных потребностей 16	
4.4 Пути улучшения самочувствия и удовлетворенности у пожилых людей 17	
5 Эмоции и их значение в уходе 19	
5.1 Определение эмоций 19	
5.2 Эмоциональные изменения в пожилом возрасте 19	
5.3 Влияние эмоций на отношения в уходе 20	
5.4 Обращение с эмоциональными реакциями 21	
6 Когнитивные функции и память в пожилом возрасте 23	
6.1 Виды памяти 23	
6.2 Изменения когнитивных способностей в пожилом возрасте 24	
6.3 Различия между нормальным возрастным снижением памяти и деменцией 25	
6.4 Развитие когнитивных способностей у пожилых людей 26	
7 Психические расстройства и заболевания в пожилом возрасте 27	
7.1 Депрессии в пожилом возрасте 27	
7.2 Тревожные расстройства в пожилом возрасте 28	
7.3 Деменция 29	
7.4 Психотические расстройства 30	
7.5 Выгорание и синдромы перегрузки у медицинского персонала 31	
8 Коммуникация с людьми с психическими изменениями 32	
8.1 Особенности общения с людьми с деменцией 32	
8.2 Валидация как метод общения с дезориентированными людьми 33	
8.3 Эмпатичное ведение беседы с людьми с психическими расстройствами 34	
8.4 Техники активного слушания и эмпатического общения 35	
9 Поведение и реакции пожилых людей 37	
9.1 Проблемное поведение 37	
9.2 Причины и факторы, вызывающие вызывающее поведение 38	
9.3 Обращение с вызывающим поведением 39	
9.4 Практически ориентированные вмешательства для управления поведением 40	
10 Мотивация и активизация в уходе за престарелыми 42	
10.1 Мотивация и активизация 42	
10.2 Теории мотивации 42	
10.3 Значение мотивации в повседневной деятельности по уходу 43	
10.4 Техники повышения мотивации жителей 44	
11 Самосознание и идентичность в пожилом возрасте 45	
11.1 Самоконцепция и идентичность 45	
11.2 Изменение идентичности в пожилом возрасте 46	
11.3 Самоощущение и самооценка пожилых людей 47	
11.4 Поддержка обретения идентичности и самоопределения в повседневной жизни ухода 48	
12 Стресс и стратегии преодоления в уходе 49	
12.1 Стресс и стрессоры 49	
12.2 Техники преодоления стресса 49	
12.3 Значение заботы о себе для медицинского персонала 50	
12.4 Содействие развитию резилентности у жителей и работников сферы ухода 51	
13 Этические и правовые аспекты психологического ухода 53	
13.1 Самоопределение и автономия жителей 53	
13.2 Защита психической неприкосновенности жителей 54	
13.3 Ответственность медперсонала в обращении с психологическими нагрузками 55	
13.4 Правовые основы психологического сопровождения 56	
14 Психологические тесты и методы в уходе за пожилыми людьми 58	
14.1 Тестовые методики для оценки когнитивных способностей 58	
14.2 Тесты для оценки эмоционального состояния 58	
14.3 Значение психологических тестов в практике ухода 59	
14.4 Инструкция по проведению и интерпретации тестов 60	
15 Саморефлексия и психологические компетенции медперсонала 62	
15.1 Саморефлексия как важная часть ухода 62	
15.2 Рефлексия эмоций и действий в повседневной работе по уходу 63	
15.3 Самозабота и управление стрессом для медицинского персонала 64	
15.4 Супервизия и консультирование коллег как возможность поддержки 65	
16 Междисциплинарное сотрудничество с психологами и терапевтами 66	
16.1 Сотрудничество с психологами, терапевтами и врачами 66	
16.2 Коммуникация и отчетность в междисциплинарной команде 67	
16.3 Распределение ролей между медицинским персоналом и психологами/терапевтами 67	
16.4 Участие медицинского персонала в психологической поддержке жителей 68	
17 Примеры случаев и практическое применение 70	
17.1 Пример из практики: Обращение с депрессией у жителей 70	
17.2 Пример из практики: Общение с жителями с деменцией 71	
17.3 Пример из практики: Обращение со сложным поведением 72	
17.4 Рефлексия решений по уходу за психологической поддержкой 74	

1 Введение

1.1 Цели данного учебного пособия

Краткое учебное пособие предоставляет обширные знания о психологических основах в уходе за пожилыми людьми. Оно предлагает теоретические и практические подходы, чтобы укрепить ухаживающих в обращении с пожилыми людьми. Цель состоит в том, чтобы углубить понимание психических процессов в старости и показать их значимость для практики ухода. Содержимое помогает сотрудникам ухода лучше понимать потребности и поведение пожилых людей и адекватно реагировать на них. Кроме того, уделяется внимание собственной психической устойчивости сотрудников ухода.

Темы охватывают основные психологические теории и их применение в уходе за пожилыми людьми, развитие и изменения в старшем возрасте, а также значение психических базовых потребностей. Учебное пособие направлено на расширение компетенций в обращении с эмоциями и психическими расстройствами. Практико-ориентированные примеры способствуют применению изученного в повседневной жизни.

Еще один акцент сделан на общении с людьми, которые испытывают психические изменения. Книга предлагает техники и методы для надлежащего подхода к сложным формам поведения. Кроме того, подчеркивается междисциплинарный подход в сотрудничестве с психологами и терапевтами, чтобы обеспечить всесторонний уход за жителями.

В заключение читатели должны быть способны предоставлять осознанный и компетентный уход, который соответствует психическим и эмоциональным потребностям пожилых людей.

1.2 Значение психологических основ в уходе за пожилыми людьми

В геронтологическом уходе психологические основы имеют решающее значение для адекватного реагирования на комплексные потребности пожилых людей. Эти основы позволяют медицинским работникам интерпретировать поведение и планировать индивидуальные вмешательства по уходу. Глубокое понимание психических процессов в пожилом возрасте способствует эффективной коммуникации и эмпатичному поведению. Кроме того, психологические знания способствуют более успешному преодолению трудностей в уходе.

Пожилые люди часто сталкиваются с психическими и эмоциональными вызовами, влияющими на уход. К ним относятся процессы адаптации к физическим изменениям, чувства потери и одиночества, а также справление с хроническими заболеваниями. Психологические основы помогают распознать эти процессы и разработать соответствующие стратегии ухода.

Еще один аспект — укрепление эмоциональной стабильности работников сферы ухода. Ежедневная работа в области ухода часто характеризуется стрессовыми и тяжелыми ситуациями, требующими психологических компетенций для сохранения собственного благополучия. Способность к саморефлексии и управлению стрессом жизненно важна для обеспечения высокого качества ухода в долгосрочной перспективе.

Психологические знания также имеют значение для поддержки междисциплинарного сотрудничества. Они обеспечивают эффективную коммуникацию с другими специалистами и содействуют комплексному уходу за жильцами. Обмен информацией и наблюдениями может значительно улучшить лечение и уход за пожилыми людьми.

В целом, психологические основы незаменимы для практического и достойного геронтологического ухода, который ставит в центр внимания качество жизни жильцов и поддерживает работников сферы ухода в их повседневной работе.

1.3 Роль медицинского персонала в работе с психологическими аспектами ухода

Медицинские работники несут центральную ответственность за учет психологических аспектов в уходе за пожилыми людьми. Их роль требует не только профессиональных компетенций, но и высокого уровня эмпатии и чувствительности к психическим потребностям пожилых людей. Медицинские работники должны создать безопасную обстановку, в которой жители могут обрести доверие и открыто выражать свои страхи или беспокойства.

Основная задача медицинских работников заключается в распознавании индивидуальных психологических потребностей и интеграции их в повседневную практику ухода. Это включает наблюдение за изменениями в поведении и перепадами настроения для возможности раннего вмешательства. Эти наблюдения имеют ключевое значение для разработки подходящих планов ухода, которые учитывают эмоциональное и психическое состояние жителей.

Кроме того, медицинские работники должны уметь адекватно реагировать на сложное поведение. Это требует знания различных стратегий коммуникации и вмешательства, которые оказывают деэскалирующее воздействие и способствуют благополучию жителей. Еще один аспект касается уважения и поддержки автономии пожилых людей, при котором медицинские работники уважают и поддерживают их самоопределение.

Существенным компонентом роли медицинских работников также является непрерывное обучение в области психологической поддержки. Регулярный обмен опытом с психологами и другими специалистами имеет большое значение. Это взаимодействие позволяет разрабатывать совместные стратегии для психологической поддержки и способствует улучшению качества жизни жителей.

В заключение, роль медицинских работников требует глубокого понимания психологических процессов в контексте старения, в сочетании со способностью находить индивидуальные и адаптированные к ситуации решения. Это существенно способствует обеспечению высокого качества ухода и завоеванию доверия жителей.

preview

2 Основы психологии

2.1 Значение психологии в уходе

Психология является научным исследованием поведения и психических процессов. В уходе за пожилыми людьми психология относится к пониманию и учету психических и эмоциональных аспектов людей, за которыми осуществляется уход. Она охватывает восприятие, мышление, чувства и поведение человека.

Психологические знания в уходе позволяют медперсоналу лучше понимать потребности и реакции жителей. Применение этих знаний способствует улучшению благосостояния, налаживанию эффективной коммуникации и управлению сложным поведением. Психология также помогает интерпретировать влияние болезней на психическое состояние пожилых людей и предоставлять соответствующую поддержку.

Кроме того, психология в уходе важна для понимания собственных реакций и эмоций как медсестры или медбрата. Хорошие психологические знания поддерживают развитие эмпатичного подхода к жителям и способствуют предотвращению недопонимания и конфликтов.

Интеграция психологических основ в практику ухода способствует повышению осознания значения качества жизни и психического здоровья. Это особенно актуально при сопровождении людей пожилого возраста, чьи эмоциональные и когнитивные потребности могут значительно варьироваться. Медперсонал таким образом отвечает не только за физическое, но и за психическое сопровождение и заботу о жителях.

2.2 Задачи и области психологии

Психология охватывает множество задач и подразделов, которые имеют значение для ухода за пожилыми людьми. Центральной областью является клиническая психология. Она занимается диагностикой, лечением и профилактикой психических расстройств. В уходе за пожилыми это в первую очередь касается депрессий, тревожных расстройств и деменции. Медицинские работники извлекают пользу из этих знаний, так как могут рано распознать психологические изменения у жителей и целенаправленно вмешиваться в сотрудничестве с специалистами.

Возрастная психология занимается процессами изменений на протяжении жизни. Она необходима в уходе за пожилыми, так как позволяет понять психологическое развитие пожилых людей. Изменения в восприятии, когниции и эмоциях в старости играют при этом центральную роль. Работники используют эти знания, чтобы адекватно реагировать на индивидуальные задачи развития их подопечных.

Еще одной важной областью является психология здоровья. Она исследует, как биологические, психологические и социальные факторы влияют на здоровье. Она способствует поддержке здорового поведения и помощи в справлении с болезнями. В уходе это может включать руководящие указания по здоровому образу жизни и поддержку в адаптации к хроническим заболеваниям.

Социальная психология занимается межличностными процессами и их влиянием на индивидуума. В уходе за пожилыми это важно при построении отношений с жителями и организации социальных взаимодействий. Знания в области социальной психологии помогают медицинским работникам понимать групповые процессы и способствовать поддержанию благоприятной общественной структуры.

В заключение стоит упомянуть нейропсихологические исследования. Они анализируют взаимоотношение между функциями мозга и поведением. Медики, которые знакомы с нейропсихологическими знаниями, могут целенаправленно подходить к когнитивным нарушениям и осознавать значение реабилитации.

Эти подразделы психологии предлагают обширный спектр применений для ухода за пожилыми людьми и помогают медицинским работникам квалифицированно учитывать психические и эмоциональные потребности подопечных.

2.3 Различия между обыденной психологией и научной психологией

Повседневная психология и научная психология кардинально отличаются в своем подходе и методологии. Повседневная психология основана на личном опыте, интуиции и субъективных наблюдениях. Она часто применяется интуитивно и опирается на социальные и культурные нормы, а также индивидуальный опыт. Примеры включают предположения о человеческом поведении, которые вытекают из межличностного опыта, такие как общее ожидание, что люди реагируют дружелюбием на дружелюбие.

В отличие от этого, научная психология является эмпирической дисциплиной, которая использует систематические методы исследования. Она основывается на объективном сборе данных, формировании гипотез и использовании контролируемых экспериментов для проверки своих предположений. Научная психология стремится к общим утверждениям, подкрепленным конкретными доказательствами и повторными исследованиями. Она преследует цель получить надежные и валидные знания о человеческом поведении и переживаниях.

Еще одно важное различие заключается в методологии. Повседневная психология часто использует ретроспективные объяснения, которые невозможно проверить. Научная психология, напротив, использует количественные и качественные методы для тестирования гипотез. Это включает такие техники, как эксперименты, опросы, наблюдения и статистические анализы.

Результаты научной психологии повторяемы и могут быть закреплены через процессы экспертной оценки. Повседневные психологические представления, напротив, часто переменные и не универсальные, что ограничивает их переносимость. В уходе за пожилыми людьми применение научной психологии имеет решающее значение для удовлетворения индивидуальных потребностей жителей, содействия их психическому здоровью и поддержки благополучия на обоснованной основе.

2.4 Актуальность психологических основ для практики ухода

Психологические основы являются неотъемлемой частью эффективной практики ухода. Они обеспечивают глубокое понимание индивидуальных потребностей и поведения жителей. Медицинские работники должны учитывать не только физические, но и психические аспекты, чтобы обеспечить комплексный уход.

Фундаментальные знания в области психологии позволяют медицинским работникам лучше распознавать эмоциональные состояния жителей и соответствующим образом реагировать на них. Это имеет решающее значение для построения доверительных отношений и способствует улучшению качества жизни. Психологические знания помогают выявлять стрессовые факторы и психические нагрузки, которые могут ухудшить здоровье и благополучие жителей.

Применение психологических принципов позволяет медицинским работникам разрабатывать индивидуальные планы ухода, соответствующие конкретным нуждам жителей. Они учатся справляться с проблемным поведением и предпринимать соответствующие меры, чтобы разряжать конфликтные ситуации.

Кроме того, психологические знания помогают медицинским работникам оценивать когнитивные и эмоциональные изменения в пожилом возрасте. Они могут заблаговременно распознавать признаки деменции или депрессии и предпринимать соответствующие действия. Это способствует проактивному уходу и улучшает психическое здоровье жителей.

Актуальность психологических основ также проявляется в саморефлексии медицинских работников. Более глубокое понимание собственных эмоциональных реакций улучшает не только рабочую атмосферу, но и эффективность в уходе. Психологические знания способствуют повышению устойчивости и управлению стрессом, что помогает в профилактике эмоционального выгорания.

В целом, психологические основы незаменимы для качественного ухода за пожилыми людьми. Они предоставляют инструменты для комплексного ухода за жителями, способствуют их благополучию и укрепляют профессиональную практику медицинских работников.

preview

7 Это только предварительный просмотр

Полная версия книги доступна на <https://www.altenpflege.de> для зарегистрированных пользователей. Регистрация и использование бесплатны. Те, кто не хочет регистрироваться, могут перевести сумму, указанную на странице 2, через PayPal на адрес buchhaltung@factsoft.de и указать как название книги, так и адрес электронной почты. После этого PDF-версия будет отправлена по электронной почте.

Помимо бесплатного доступа к кратким учебникам, регистрация на [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) позволяет напрямую подавать заявки на вакансии. А также, размещать собственные бесплатные объявления о работе. Станьте и вы частью комьюнити [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).