



СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по медицинской части
 Т.П. Пошивай
« 09 » января 2018 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУСОКК
«Кропоткинский ПНИ»
 А.В. Сафронов
« 09 » января 2018 г.

**Инновационный метод психологического обслуживания
в ГБУ СО КК «Кропоткинский ПНИ»**

Тема: «Ретро-терапия (терапия воспоминаний)»

Кропоткин, 2018

Актуальность:

Особенностью работы с пожилыми людьми, инвалидами, проживающими в ПНИ является применение принципа активизации и реактивации ресурсов клиента, так как невостребованные функции угасают.

Краснова Ольга Викторовна и Лидерс Александр Георгиевич в своей книге «Социальная психология старости» утверждают, что стареющие люди склонны спонтанно пересматривать свою жизнь аналогично тому, как это делается в психоанализе, и нередко обнаруживают стремление к перестройке своей жизни, что составляет предпосылки к успешному проведению психотерапии. Так для людей, вступивших в период поздней взрослости, техника воспоминаниями является наиболее эффективным способом индивидуального мотивирования на жизнедеятельность.

Воспоминания – универсальный процесс, который может начаться под влиянием чувства, образа, предмета, звука, запаха или вкуса. Вспоминая, человек может испытывать различные эмоции: счастье, печаль, гнев или бурную радость.

Известный психолог, Ирина Германова Малкина-Пых в своих работах говорит, о том, что технология «терапия воспоминаниями» в работе с проживающими в ПНИ заключается в том, что рассказывая о своем жизненном пути, клиент с помощью специальных приемов, используемых психологом, выделяет самые светлые и радостные эпизоды своего детства, юности и жизни в целом. Данные повествования сопровождаются просмотром личных фотографий, открыток, просмотром телепередач, фильмов и юмористических программ прошлых лет.

Ретро-терапия (Терапия воспоминаниями) имеет несомненную коммуникативную, диагностическую и коррекционную ценность и направлена на то, чтобы дать человеку возможность осознать, как его прошлое определило его настоящие и продолжает влиять на него.

Воспоминания – нечто больше, чем простое припоминание фактов. Это процесс, который позволяет людям пережить личностный опыт как значимый и яркий.

Направленность программы.

Программа имеет психотерапевтическую направленность и предназначена для людей пожилого возраста, инвалидов и проживающих в ПНИ, желающих повысить адаптационный потенциал, эмоционально восполнить свою жизнь, удовлетворить потребность в признании и уважении, сформировать позитивный взгляд на жизнь, путем осознания и осмысления своей жизни, и так же это профилактика одиночества.

Цель:

1. Повышение адаптационного потенциала посредством улучшения психоэмоционального состояния пожилых граждан и инвалидов, путем применения ретро-терапии.

2. Поддержка социальной активности и побуждение к расширению контактов.

3. Предоставить возможность рассказать о себе и своем жизненном пути.

4. Переосмысление негативных переживаний прошлого и активизация жизненных ресурсов пожилого гражданина и инвалида через эмоциональное переживание, вызывающее определенные чувства состояния молодости.

Целевая аудитория: проживающие в ГБУ СО КК «Кропоткинский ПНИ».

Ожидаемые результаты:

1. Улучшение психоэмоционального фона пожилых людей и инвалидов.

2. Повышение самооценки клиента и адаптационных ресурсов.

3. Формирование позитивного взгляда на жизнь.

4. Удовлетворение потребности в признании и уважении.

Формы работы и периодичность.

Технология «терапия воспоминаниями» предполагает использование индивидуальных и групповых форм работы (в том числе микрогруппы по 3 человека). К индивидуальным формам относятся беседы – это наиболее распространённый метод работы, интервью, просмотр и комментирование фотоальбомов. К групповым формам относятся встречи (кружковые занятия) с просмотром и комментированием фотоальбомов, фильмов, сказок и юмористических передач прошлых лет. Для маломобильных клиентов используются только индивидуальные формы терапии воспоминаниями или формальное присутствие в групповой работе.

Практическое воплощение.

Существует несколько видов техник, связанных с воспоминаниями: рассказ истории, личная биография, работа с фотографиями, просмотр и комментирование фильмов, сказок и юмористических передач прошлых лет.

Беседа о прошлой жизни. Цель занятия – предоставить возможность высказаться, рассказать свою жизненную историю/путь, удовлетворение потребностей в уважении и признании.

Просмотр ретро-фильмов. Цель – улучшение психоэмоционального фона проживающих в ГБУ СО КК «Кропоткинский ПНИ».

Просмотр юмористических передач прошлых лет. Цель – активизация жизненных ресурсов через подкрепление положительно пережитых эмоций, удовлетворение потребностей в уважении и признании.

Работа с фотографиями. Цель – активизация жизненных ресурсов через подкрепление положительно пережитых эмоций, удовлетворение потребностей в уважении и признании.

Кроме профессиональных знаний, специалисту необходимо соблюдать культуру общения, выдержку, терпение, невозможно и без личностных качеств – доброты и милосердия. Следовательно, должны соблюдаться следующие *правила*:

1. Общение в группе должно быть равным, спокойным, уважительным и приветливым;
2. Обращение для всех должно быть в удобной форме;
3. Безоценочное обращение;
4. Я – высказывание или активное слушанье;
5. Индивидуальный подход к каждому клиенту (учитывая возраст, культурный уровень, характер переживаний, САН, тяжесть состояния здоровья);
6. Конфиденциальность;
7. Уважение к говорящему (принцип толерантности по отношению к другим членам группы).

Этапы проведения занятия (структура)

Первая часть – ознакомление участников с темой встречи или беседы.

Вторая часть – беседа о личной жизни одного участника или просмотр фотографий (фильмов, сказок и юмористических передач прошлых лет).

Третья часть – обсуждение с участниками прошедшего занятия.

Структурно-методически программа состоит из трех блоков.

1. *Подготовительный этап (блок)*: разработка самой программы; определиться с индивидуальными и групповыми занятиями; сформировать группу; подготовить помещение и материалы для проведения встреч.
2. *Основной этап (блок)*: проведение занятий – индивидуальных и групповых.
3. *Заключительный этап (блок)*: подведение итоговой работы с технологией «терапия воспоминаниями» - проведение методики Куна «Кто Я»?

Темы.

1. Беседа «Моя молодость» (с просмотром фотографий). Фильм «Печки лавочки»
2. Беседа «Мой первый учитель или человек, который повлиял на мою судьбу» (по возможности, с просмотром фотографий). Фильм «Республика ШКИД».
3. Беседа «Хорошие были времена» (по возможности, с просмотром фотографий). Юмористическая передача «Фаина Раневская».
4. Беседа «Моя первая любовь». Фильм «Свадьба в Малиновке»

5. Беседа «Моя профессия» («Профессия о которой я мечтаю»). Фильм «Девчата».
6. Беседа «Годы войны» («Что я слышала о войне»). Фильм «Аты - баты, шли салдаты» («Смуглянка»).
7. Беседа «Мои любимые песни». Фильм «Ханума»
8. Беседа «Судьба известных людей моего времени» (В.М.Шукшин). Фильм «Калина красная» («Печки-лавочки»).
9. Беседа «Смешные истории из жизни». Юмористическая передача: «Смехопанорама» Петросян и Степаненко.
10. Беседа «Разные судьбы». Фильм «Осторожно, бабушка!».
11. Беседа «Остаться в душе молодой». Фильм: «Старики-разбойники».
12. Беседа: «Мои года – мое богатство». Фильм: «Коммуналка» А. Райкина.

Заключение.

Воспоминания эмоционально восполняют жизнь человека, являясь хорошей формой психологической адаптации, способствуют эмоциональному и интеллектуальному комфорту и спасают от одиночества и депрессии. Воспоминания как внутренние, идеальные благоприобретенные в течение жизни ресурсы способны компенсировать утрату прежних социальных ролей и актуализировать новые.

Ответственный за разработку:

Психолог  Морозова Н.Ю.