

- ✓ Поддержание когнитивных процессов (памяти, внимания);

Занятие «Взаимосвязь психологического и физического здоровья»

- ✓ Ориентация пожилых людей на активный образ жизни, на активную жизненную позицию;
- ✓ Коррекция познавательной сферы (памяти, внимания, мышления, восприятия).

В нашем Центре выбор данного направления работы не случаен, так как арт-терапия в психологии зарекомендовала себя, как самый эффективный метод работы с людьми пожилого возраста и людьми с ограниченными возможностями.

Методы арт-терапии можно использовать как средство решения проблем пожилых людей (одиночество, негативная, низкая самооценка, ослабление когнитивных функций, эмоциональные нарушения, депрессия, тревога). После нескольких месяцев занятий с пожилыми людьми, выявлена положительная тенденция к улучшению их состояния, повысилась их социальная активность.

С возрастом отмечается потеря психологической гибкости и способности к адаптации, важно понимать, что старение не является болезнью, патологией, это лишь новый этап в жизни человека.



МБУ «ГЦСОН «Родник»

666092 г. Красноярск,
Ул. Шевченко, д.68 »А»
Тел.: (391)266-62-75, 266-62-74, 266-96-61
факс (8-391) 2666-274,
E-mail: mu002@list.ru;

Психолог Азарова Любовь Николаевна



Муниципальное бюджетное учреждение
«Городской центр социального
обслуживания населения «Родник»

Помощь психолога гражданам пожилого возраста и инвалидам



*- Люди могут забыть, что вы сказали...
Могут забыть, что вы сделали... Но
никогда не забудут, что вы заставили их
почувствовать...*

В муниципальном бюджетном учреждении «Городской центр социального обслуживания населения «Родник» есть отделение срочного социального обслуживания, в котором работает психолог. Целью этой работы является оказание психологических услуг гражданам пожилого возраста и инвалидам, находящихся на обслуживании в МБУ «ГЦСОН «Родник».

Для них в центре работает:

➤ Клуб «**Психологическая мастерская**

Цель работы: снижение психо-эмоционального напряжения у участников занятий через повышение уровня психологической грамотности и увеличения степени стрессо-устойчивости.

Задачи: аутотренинг, медитативные практики, введение в состояние оздоравливающего транса.



➤ Клуб «**Анималотерапия**

Цель работы: психокоррекция коммуникативных и поведенческих нарушений целевой группы, улучшение общего состояния, настроения, посредством анималотерапии с помощью аквариумных рыбок и птиц.

Задачи: выявить на основе использования методов психодиагностики пожилых людей отклонения в эмоциональной сфере, провести коррекцию нарушения в общении и поведении.



Применяются следующие **арт-терапевтические** методы:

- ✓ Музыкотерапия;
- ✓ Сказкотерапия;
- ✓ Телесно-ориентировочная терапия.

Метод психологической коррекции:

- ✓ Релаксация в сопровождении медитативной музыки в группе.

Психологическое консультирование:

- ✓ Индивидуальное консультирование.

Групповые занятия и тренинги (после индивидуальной консультации с психологом).

Занятие «Антистресс»

- ✓ Знакомство с методами саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- ✓ Профилактика тревожных и депрессивных состояний.

Занятие «Арт-терапия»

- ✓ Развитие творческих способностей и духовно-нравственного потенциала;
- ✓ Профилактика тревожных и депрессивных состояний.



Занятие «Дзен Арт»

- ✓ Самостоятельное снятие нервного напряжения.

Занятие «Поэзия»

- ✓ Развитие умение выражать свои чувства и эмоции;
- ✓ Профилактика депрессивных состояний;