

**СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ „СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ”
КАТЕДРА ПО ОБЩА, ЕКСПЕРИМЕНТАЛНА И ГЕНЕТИЧНА
ПСИХОЛОГИЯ
КУРСОВЕ ЗА ПРОДЪЛЖАВАЩО ОБУЧЕНИЕ**

ГЛ. АС. Д-Р ДИАНА ХРИСТОВА

**ПСИХОСОЦИАЛНО
РАЗВИТИЕ И
ЗДРАВЕ В КЪСНА
ЗРЯЛА ВЪЗРАСТ**

Дистанционен курс

**Продължителност:
15 седмици**



1. Физически промени и продължителност на живота. Промени в нервната и сензорните системи. Сърдечносъдова и дихателна система. Имунна система. Сън. Външен вид и подвижност.
2. Адаптиране към физическите промени в късната зряла възраст.
3. Възрастова дискриминация и преодоляване на стереотипите за стареенето.
4. Здраве, годност и инвалидност. Хранене и физическа активност. Сексуалност. Инвалидност.
5. Умствени нарушения. Болест на Алцхаймер. Рискови и предпазващи фактори. Подпомагане на болните и грижещите се за тях. Цереброваскуларна деменция. Здравни грижи.
6. Когнитивни ресурси и загуби. Селективна оптимизация с компенсация. Промени във видовете памет. Преработка на езика. Решаване на проблеми.
7. Мъдрост. Компоненти на мъдростта. Емпирични изследвания.
8. Фактори, свързани с когнитивната промяна. Когнитивна интервенция. Учене през целия живот.
9. Психосоциалната криза интегритет срещу отчаяние (Е. Ериксън). Основен конфликт. Адаптивно разрешаване и обогатяване на идентичността. Неадаптивни варианти на разрешаване.
10. Обогатяване на концепцията за интегритета. Задачите на интегритета по Пек и геротрансцендентността по Джоан Ериксън. Реминисценции и преглед на живота.
11. Времеви хоризонт и психично благополучие. Възрастови промени в социоемоционалната регулация и механизмите за поддържане на психичното благополучие.
12. Стабилност и промяна на Аз-концепцията на личността. Фактори, които съдействат за издръжливостта. Духовност и религиозност.
13. Индивидуални различия в психичното благополучие. Контрол срещу зависимост. Здраве и благополучие. Социални загуби, социална подкрепа и социално взаимодействие.
14. Социални теории за остаряването. Теория за дезангажирането. Теория за активността. Теория за приемствеността.
15. Взаимоотношения в късна зряла възраст. Семейен живот. Овдовяване. Развод, повторен брак, съжителство. Възрастни, които никога не са се женили. Братя/сестри. Приятелства. Взаимоотношения с порасналите деца.



Основна литература

Бърк, Л. (2012). Изследване на развитието през жизнения цикъл. София: „Дилок“.

Ериксън, Е. (1996). Идентичност: младост и криза. София: „Наука и изкуство“.

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ
“СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ”
ФИЛОСОФСКИ ФАКУЛТЕТ

КАТЕДРА ПО ОБЩА, ЕКСПЕРИ-
МЕНТАЛНА И ГЕНЕТИЧНА
ПСИХОЛОГИЯ
България, София 1504
Бул. ЦАР ОСВОБОДИТЕЛ 15

Тел. (02) 9308476; (02) 9308482
Факс (+359-2) 9434447
[http://phls.uni-sofia.bg/article/de-
tails/110#tab152](http://phls.uni-sofia.bg/article/details/110#tab152)

ЗА ЗАПИСВАНЕ:

Анелия Георгиева
инспектор Продължаващо обучение
телефон:
(02) 9308 351; (02) 987 10 46
имейл: amgeorgiev@phls.uni-sofia.bg

ЗА ВЪПРОСИ ЗА КУРСА:

гл.ас. д-р Диана Христова
телефон: 029308 476
имейл: dahristova@phls.uni-sofia.bg