

Spis treści

Wstęp	9
Część 1. Senior jako podopieczny	I 3
Słów kilka o starości	13
Starzenie się według naukowców	16
Model deficytowy	17
Koncepcje biegu życia	17
Teoria zadań rozwojowych	18
Koncepcja rozwoju tożsamości w cyklu życia	19
Teoria wycofania	19
Teoria aktywności	20
Zmiany w organizmie i choroby somatyczne w okresie starości	20
Układ ruchu	22
Układ krwionośny	24
Układ oddechowy	25
Układ pokarmowy	26
Układ wydalniczy	27
Sfera płciowości	28
Układ nerwowy	29
Narządy zmysłów	31
Wzrok	32
Słuch	33
Równowaga	35
Sfera psychiczna i jej zaburzenia związane z podeszłym wiekiem	36

6 Spis treści

Intelekt	
Osobowość	
Depresja	
Stosunek do siebie i własnej starości Bilans życia	
Radzenie sobie z trudnościami w okresie starości	
Relacje społeczne osób starszych	
Rodzina w życiu osób starszych	
Stosunki z przyjaciółmi	
Starość w domu pomocy społecznej	
Część 2. Ja jako terapeuta	
Stres i radzenie sobie z nim	
Czym jest stres?	59
Radzenie sobie ze stresem	64
Skuteczność aktywności zaradczej	69
Wsparcie społeczne	73
Rodzaje wsparcia	73
Poszukiwanie wsparcia jako strategia radzenia sobie	76
Co daje wsparcie społeczne?	77
Poczucie własnej skuteczności	79
Źródła poczucia skuteczności	79
Korzystna skuteczność	81
Wypalenie zawodowe	82
Syndrom wypalenia zawodowego	82
Uwarunkowania zespołu wypalenia	81
Co robić, by nie spłonąć?	87

Część 3. Senior i terapeuta w DPS

Organizacja pracy terapeutycznej	Terapia zajęciowa w teorii	Diagnoza terapeutyczna
Zespół terapeutyczno-opiekuńczy	Motywowanie do zajęć	Nowy podopieczny
Samorząd mieszkańców		

Niecodzienność	101
Terapia zabawą	101
Spotkania imieninowe	103
Wycieczki	105
Senior z demencją	106
Podopieczny z otępieniem	106
Zajęcia grupowe	110
Wsparcie spoza DPS	115
Współpraca ze środowiskiem zewnętrznym	115
Wolontariat w DPS	117
 Część 4. Pracownia terapii zajęciowej	 119
Przygotowanie do zajęć	119
Otoczenie	119
Elementy ergonomii	12-1
Techniki terapeutyczne	127
Kredki i farby	127
Papierowy świat	129
Obrazy wykonywane różnymi technikami	131
Dekoratorstwo i zdobnictwo	133
Masy plastyczne	134
Kraina nic i	138
Tkactwo	141
Filc	144
Wiklina papierowa	144
Stolarstwo	144
Terapia kulinarna	145
Zajęcia teatralne	145
Muzykoterapia	149
Biblioterapia	151
Słowniczek	153
Literatura	155
Załączniki	105