

**סילבוס - תוכנית הוראה לקורס
פרקטיקום בגרונטולוגיה
ד"ר אנה גולדברט | המחלקה למדעי החברה ובריאות
קורס שנתי +02-7404901**

שעור	סוג הקורס:
5	היקף נ"ז:
2024-2025_	שנת לימודים:
שנתי	סמסטר:
חמישי 10:11:30	יום ושעה
ימי ראשון בתיאום מראש	שעת קבלה:
annagoldbart@gmail.com	מייל מרצה:
/https://lemida.biu.ac.il	קישור לאתר למדה:



תיאור הקורס ומטרות למידה

תקציר הקורס (להרחבה)

קורס זה נועד להכיר לסטודנטים בתואר השני בגרונטולוגיה תהליך של ליווי רגשי של האדם הזקן. הקורס מסייע ברכישת ניסיון מעשי בראיון ובקידום רווחה נפשית של אנשים זקנים ובתיעוד ניסיון זה.

מטרות/תוצרי הלמידה (להרחבה)

א. הסטודנטים ירכשו ניסיון מעשי בראיון של אנשים זקנים ובקידום רווחתם הנפשית באמצעות התערבויות טיפול שונות כגון טיפול קוגניטיבי התנהגותי, גישה נרטיבית, פס קול מוזיקלי, צמתי חיים וכו'.
ב. הסטודנטים ידעו בסיום הפרקטיקום מה מעניין ואף מטריד את מנוחתם של אנשים זקנים בקהילה ובמסגרות דיור ואשפוז שונות. הסטודנטים ידעו לזהות דפוסים מחשבתיים והתנהגותיים שמובילים לקשיים רגשיים ויומיים, תוך שימת דגש על שיפור איכות החיים והתמודדות עם השינויים הטבעיים בגיל זה.

ידע

1. הלומדים יתארו את האתגרים המרכזיים של האדם הזקן
2. הלומדים יגדירו את הצרכים המרכזיים עימם מתמודדים
3. הלומדים יכתבו תוכניות טיפול מותאמות אישית לכל מטופל ויישמו אותם

מיומנויות

1. הלומדים ינתחו את האתגרים של האנשים
2. הלומדים יעריכו את הצרכים המיוחדים שלהם וידעו לעשות התערבויות מותאמות



למידה פעילה - תכנון מהלך השיעורים: (להרחבה)

ניתן לתכנן תהליך למידה פעיל לכל הקורס או לפרט עבור כל שיעור פעילות של למידה פעילה בטבלה הבאה:

מס' השיעור	נושא השיעור	למידה פעילה	קריאה/ צפיה נדרשת	הערכה תהליכית/מעצבת (להרחבה)
1-3	הצגת המסגרות אליהן משובצים הסטודנטים: הצגת המסגרות תתבצע על ידי סטודנטים מהמוסדות השונים אשר יציגו בפני הכיתה את מאפייני המקום בו הם עושים את הפרקטיקום וידווחו על מאפייני הלקוחות שאיתם יעבדו לאורך השנה. כן יוצג לסטודנטים מבנה	שעור פרונטלי	אלבום, מ. (2017) ימי שלישי עם מורי. מטר בנימין, א. (1987) הראיון המסייע. כותר	הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה

			הפרקטיקום ונתחיל לדון בראיון סיפור חיים והם יופנו לסרטונים ולקריאה בנושא.	
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה	מרוס, גלבע א, מור, נ., מאירס, י, (2011) טיפול קוגניטיבי התנהגותי במבוגרים : עקרונות טיפול. דיונון ברנס, ד' ד'. (1980). בוחרים להרגיש טוב : תרפיית מצב הרוח החדשה. הוצאת וויליאם מורו.	שעור פרונטלי	ראשית הצגת מודל קוגניטיבי התנהגותי-אפר"ת	2
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה	“טיפול קוגניטיבי-התנהגותי במבוגרים : עקרונות טיפוליים” ברנס, ד' ד'. (1980). בוחרים להרגיש טוב : תרפיית מצב הרוח החדשה. הוצאת וויליאם מורו.	שעור פרונטלי	מודל קוגניטיבי התנהגותי עקרונות המודל, היבטים פסיכולוגים של הזדקנות, שינויים קוגניטיביים ונפשיים בגיל המבוגר. דפוסים נפוצים של חשיבה לא אדפטיבית כגון : פסימיות ופחד מאובדן משמעות.	3
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה	מרוס, גלבע א, מור, נ., מאירס, י, (2011) טיפול קוגניטיבי התנהגותי במבוגרים : עקרונות טיפול. דיונון	שעור פרונטלי	זיהוי ואיתור מחשבות אוטומטיות, זיהוי תהליכי הליבה.	4-6
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה	“טיפול קוגניטיבי-התנהגותי במבוגרים : עקרונות טיפוליים”	שעור פרונטלי	טיפול בחרדות נפוצות בגיל הזקנה, פחד מבדידות, מחלות ואובדן עצמאות.	7-8
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה	מרוס, גלבע א, מור, נ., מאירס, י, (2011) טיפול קוגניטיבי התנהגותי במבוגרים : עקרונות טיפול. דיונון	שעור פרונטלי	גורמי סיכון לדיכאון בגיל השלישי וטכניקות קוגניטיביות התנהגותיות להתמודדות עם אבל ואובדן.	9-11
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה	“טיפול קוגניטיבי-התנהגותי במבוגרים : עקרונות טיפוליים”	שעור פרונטלי	הבנת דפוסי שינה בזקנה-מודל icbt	12
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה	מרוס, גלבע א, מור, נ., מאירס, י, (2011) טיפול קוגניטיבי התנהגותי במבוגרים : עקרונות טיפול. דיונון	שעור פרונטלי	ניהול כאב-כלים לניהול כאבים כרוניים	13-14

הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה	Brothers, A., & Diehl, M. (2017). Feasibility and efficacy of the AgingPlus Program: Changing views on aging to increase physical activity. <i>Journal of Aging and Physical Activity</i> , 25(3), 402-411. Wurm, S., Diehl, M., Kornadt, A. E., Westerhof, G. J., & Wahl, H. W. (2017). How do views on aging affect health outcomes in adulthood and late life? Explanations for an established connection. <i>Developmental Review</i> , 46, 27-43.	שעור פרונטלי	עבודה על תפיסה עצמית, בניית נרטיב, עבודה על צמתי חיים	9-12
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה		שעור פרונטלי	הצגות מקרים	13
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה	נף, ק. (2016). חמלה עצמית: הכוח מוכח של להיות טוב לעצמך. (תרגום: אסנת הדר). אור יהודה: כנרת זמורה-ביתן.	שעור פרונטלי	גל שלישי בטיפול קוגניטיבי התנהגותי (אקט / מיינדפולנס וטיפול מבוסס חמלה)	14-16
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה		שעור פרונטלי	סוגיות של תפקוד יומיומי וניידות. הכנה לפרדה	16-20
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה		שעור פרונטלי	זיהוי צרכים גלויים וסמויים-התערבויות ממוקדות סביב זיהוי התנהגויות מקדמות בריאות.	21
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה		שעור פרונטלי	קוגניציה ודמנציה-הבנת תהליכים והשלכתם	22
הערכה תתבסס על פי דיון בכיתה		שעור פרונטלי	סיכום שנה ודיון	23-24

(בקורס שנתי, יש להוסיף את המפגשים הנוספים)

*ייתכנו שינויים בסילבוס בהתאם לקצב ההתקדמות ואפקטיביות הלמידה



ציון סופי

חובות / דרישות / מטלות: הסטודנטים יידרשו לנוכחות שבועית של 2 שעות במקומות הפרקטיקום לאורך השנה האקדמית. בסוף הסמסטר, הסטודנטים יגישו דו"ח על הפרויקט על פי הנחיות כתיבה שינתנו להם. כמו כן, קיימת נוכחות חובה ב-80% מהשעורים והצגת התערבויות בפני הכיתה.

מרכיבי הציון הסופי (ציון מספרי / ציון עובר): ציון עובר לכל אחד מהסמסטרים

ביבליוגרפיה: תכנים לקריאה, צפיה והאזנה (רצוי עדכני)

אלבום, מ. (2017) ימי שלישי עם מורי. מטר
בנימין, א. (1987) הראיון המסייע. כותר

מרום, גלבוע א., מור, נ., מאירס, י., (2011) טיפול קוגניטיבי התנהגותי במבוגרים : עקרונות טיפול. דיונון
"טיפול קוגניטיבי-התנהגותי במבוגרים : עקרונות טיפוליים"

Brothers, A., & Diehl, M. (2017). Feasibility and efficacy of the AgingPlus Program: Changing views on aging to increase physical activity. *Journal of Aging and Physical Activity*, 25(3), 402-411.

<https://www.caph.pitt.edu/prc/10-keys-to-healthy-aging/>

Keisari, S., & Palgi, Y. (2017). Life-crossroads on stage: integrating life review and drama therapy for older adults. *Aging & mental health*, 21(10), 1079-1089.

McAdams, D. P., Diamond, A., de St Aubin, E., & Mansfield, E. (1997). Stories of commitment: The psychosocial construction of generative lives. *Journal of personality and social psychology*, 72(3), 678-694.

Webster, J. D. (1993). Construction and validation of the Reminiscence Functions Scale. *Journal of gerontology*, 48(5), P256-P262.

Westerhof, G. J., & Bohlmeijer, E. T. (2014). Celebrating fifty years of research and applications in reminiscence and life review: State of the art and new directions. *Journal of Aging studies*, 29, 107-114.

Wolff, J. K., Warner, L. M., Ziegelmann, J. P., & Wurm, S. (2014). What do targeting positive views on ageing add to a physical activity intervention in older adults? Results from a randomised controlled trial. *Psychology & Health*, 29(8), 915-932.

Wurm, S., Diehl, M., Kornadt, A. E., Westerhof, G. J., & Wahl, H. W. (2017). How do views on aging affect health outcomes in adulthood and late life? Explanations for an established connection. *Developmental Review*, 46, 27-43.

