

УДК 378

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ И РОЛЬ ОБРАЗОВАНИЯ В АКТИВНОМ ДОЛГОЛЕТИИ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

Гордин Александр Владимирович,

соискатель учёной степени кандидата педагогических наук кафедры психологии
и педагогической антропологии Московского государственного лингвистического университета

В статье рассматриваются вопросы особенностей обучения людей старшего поколения, дана социально-психологическая характеристика пожилых людей, обосновывается роль обучения лиц «серебряного» возраста в их жизнедеятельности и активном долголетии, раскрывается специфика образовательного процесса взрослых обучающихся на основе андрагогического подхода, представлен опыт проекта «Московское долголетие».

Ключевые слова: *старшее поколение, активное долголетие, обучение, андрагогический подход, образовательные технологии, проект «Московское долголетие»*

Введение

Главной демографической тенденцией в настоящее время является старение возрастной структуры населения. Увеличение доли пожилых граждан в обществе влечёт за собой ряд социальных последствий. Наиболее заметными из них является возрастание нагрузки на системы социальной защиты, медицинского обслуживания и пенсионного обеспечения. Общество сталкивается с проблемами, связанными с необходимостью поиска механизмов адаптации к новым условиям жизни, поиска более рационального использования человеческих ресурсов. Возникает необходимость пересмотра и построения стратегий, направленных на активное долголетие.

Данное понятие, впервые сформулированное в 2002 г. в Рамочной стратегии активного долголетия Всемирной организации здравоохранения,



описывает процесс оптимизации возможностей для обеспечения здоровья, участия в жизни общества и защищённости человека с целью улучшения качества его жизни в ходе старения. Политика активного долголетия направлена на развитие и реализацию потенциала человека, в основе которого лежит увеличение продолжительности жизни. Двудесятилетняя цель политики активного долголетия заключается в обеспечении условий для продолжения продуктивной и независимой жизни всеми гражданами при одновременной мобилизации потенциала стареющего общества для его непрерывного устойчивого развития [9].

В Российской Федерации понятие «активное долголетие» используется в таких стратегических документах и проектах, как Стратегия действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года, национальный проект «Демография» и федеральный проект «Старшее поколение».

Социально-психологические особенности людей «серебряного» возраста

Характеризуя психологические особенности людей старшего поколения, чаще всего называются отрицательные характеристики, среди которых: снижение самооценки, неуверенность в себе, недовольство собой; опасение одиночества, беспомощности, обнищания, смерти; угрюмость, раздражительность, пес-

симизм; снижение интереса к новому; замыкание интересов на себе. У людей пожилого возраста часто развивается жадность и стремление к накопительству, что является попыткой сохранить свою автономность. В этом возрасте усиливается конформность и консервативность людей. Они становятся более ригидными и с трудом соглашаются на переоценку ценностей и установок. Пожилые люди сталкиваются с утратой близких и возникающим из-за этого чувством одиночества. Одиночество вызывает психологический дискомфорт, осложняет решение разнообразных проблем, требует большей самостоятельности. Отмечается появление осторожности в поведении пожилых людей, мнительности, тревожности, стремления оградиться от социальных контактов. Также в старости происходит актуализация прежних акцентуированных черт характера. Так, аккуратность гипертрофируется в педантичность, принципиальность — в непримиримость, эмоциональность — в конфликтность.

Пожилые люди сталкиваются с кризисом перехода к старости, требующим переосмысления жизненного пути. Он вызван тем, что процесс старения чаще замечается окружающими, а не самим человеком. Это приводит к разрушению иллюзии неизменности себя. Для разрешения кризиса важно формирование здорового самосознания. Э. Эриксон сформулировал два направления преодоления кризиса: положительное

направление — интеграция, или целостность Я, отрицательное направление — отчаяние [11, с. 54]. Целостность достигается, когда человек ощущает удовлетворённость от прожитой жизни и в целом признаёт её ценность, ориентируется на своё будущее как возможность достичь ещё большего [7, с. 139].

Однако стоит отметить, что пересмотр «классических» взглядов на старение позволил учёным и практикам в последние 20 лет создать и описать модели в различных концепциях, которые основываются на общем положении о продолжающемся развитии личности пожилого человека, несмотря на высокий риск уязвимости позднего периода жизни. Пожилой человек не прекращает усваивать социальный опыт, несмотря на то что он оставил часть социальных ролей, которые играл в малых группах — в семье или на работе. Он продолжает оставаться членом больших социальных групп — религиозных, политических, гендерных, этнических и др. Благодаря активному включению в социальные сферы (т.е. социальной активности), человек преобразует социальный опыт в собственные ценности, установки и ориентиры. Таким образом, можно говорить о том, что социализация не прекращается после достижения какого-то определённого возраста, например возраста выхода на пенсию. Это не значит, что все пожилые люди социально активны, у части из них интересы ограничи-

ваются только своей семьей или проблемами здоровья.

В последнее время начинают появляться работы, в которых авторы отмечают приобретения возраста, такие как большую свободу в организации своей жизни, жизненную и профессиональную компетентность, опыт решения жизненно важных задач и др., что даёт новые социальные роли. Точно так же пожилой человек включён в разные социальные группы: он продолжает оставаться членом больших социальных групп — этнической, демографической и др. В отношении малых групп могут произойти изменения. Например, с выходом на пенсию он больше не является членом трудового коллектива, но, например, возможность участия в волонтерской деятельности позволяет ему освоить новую — стать членом общественной организации. Другими словами, активное взаимодействие личности с социальной средой не останавливается с какого-то определённого возраста, например с возраста прекращения трудовой деятельности [3, с. 27].

Роль образования в активном долголети старшего поколения

Образование людей старшего поколения — относительно новое социальное явление, хотя тезисы о целесообразности обучения пожилых людей встречались ещё в работах Цицерона, Сенеки, Монтеня. Возникновение первых идей о необходимости обучения пожилых людей



было инициировано не демографическими тенденциями, а, скорее, соображениями гуманизма и всеобщего просвещения. Изначально образование в старости рассматривалось, главным образом, как средство развития личности индивида, тренировки его психических функций, помощи в освоении новых социальных ролей. В частности, данная позиция прослеживается в работах Я. А. Коменского. Приблизительно в таком же ключе видят назначение геронтообразования и большинство современных исследователей. Например, Т. М. Кононыгина, проанализировав развитие теории образования в пожилом возрасте за рубежом, а также проблемы, стоящие на пути его становления, делает вывод о том, что главными социальными факторами и социальными предпосылками, определяющими сущность образования данной целевой группы, являются: непрерывное обучение, социализация, нахождение новых ориентиров в жизни, саморазвитие, организация собственной биографии для поддержания автономного существования в жизни и самостоятельного решения повседневных проблем [2, с. 43]. Напомним, что сегодня всё большую популярность набирает теория «человеческого капитала», согласно которой затраты на образование рассматриваются как капиталовложение в будущее.

Рассматривая роль образования в пожилом возрасте, нельзя не заметить, что во многом проблемы данной возрастной когорты связаны

с социальной эксклюзией, неспособностью адаптироваться к постоянным переменам. Образование же обладает огромным потенциалом для решения проблемы социальной адаптации представителей старшего поколения. Образовательные программы для пожилых способны оказывать как непосредственное воздействие на их адаптивные способности (обучение различным навыкам, необходимым в повседневной жизни), так и опосредованное, которое заключается в формировании условий, благоприятных для протекания процессов приспособления к социальным изменениям, процессу старения и состоянию старости (организация досуга, расширение круга общения, самореализация и т.д.).

В научных трудах Е. И. Холостовой, вопросам обучения и развития лиц старшего поколения уделяется большое внимание. Необходимость образовательных занятий разной направленности способствует сохранению и укреплению как физического, так и ментального здоровья [8, с. 345].

Характеризуя особенности «третьего возраста», П. Ласлетт говорит, что «молодые старики» формально могут быть отнесены к группе пожилых или даже старых людей, но по состоянию здоровья, своим знаниям, умениям, навыкам, желанию и способности продолжать профессиональную деятельность они «мудрые взрослые» и представляют значительный ресурсный потенциал общества [10].

Стоит отметить, что П. Ласлетт активно продвигает идею получения образования лицами третьего возраста. Сама идея того, что обучение в пожилом возрасте благотворно оказывает влияние на качество жизни, давно доказала свою состоятельность, кроме того, что это решает проблему одиночества, помогает пожилым успешно принять новую социальную роль, также процесс обучения положительно влияет на функционирование организма в целом, в частности работу мозга, обеспечивая профилактику борьбы с болезнями, связанными с возрастными особенностями функционирования организма человека [10].

Анализ передовых практик в отношении образования старшего поколения демонстрирует «университет третьего возраста», который реализуется с начала данного столетия и характеризуется как международное движение, целью которого является стимулирование получения образования пожилыми людьми. Это межведомственный проект организаций социального обслуживания, здравоохранения, культуры, спорта, молодёжной политики и территориального отделения Социального фонда России.

«Университет третьего возраста» — это возможность пожилым гражданам бесплатно получать определённый уровень знаний, умений и навыков, обрести уверенность в своих силах и быстрее адаптироваться к условиям жизни. Данный проект реализуется во многих регионах России, в Москве

первый университет «третьего возраста» появился в 2005 г. Его предшественниками были многочисленные клубы, секции, кружки, где инвалиды, пенсионеры, ветераны реализовывали свои творческие способности, находили себе занятие по душе.

В настоящее время в Москве реализуется масштабный оздоровительный, образовательный, досуговый проект «Московское долголетие», основной целью которого является помощь москвичам, достигшим пенсионного возраста, в продолжении активного образа жизни.

Так, за годы работы занятия проекта (начало в 2018 г.) посетили около 450 тысяч пенсионеров из Москвы. Сейчас в «Московском долголетии» участвуют 205 тысяч граждан старшего возраста. Для них действует свыше 12 тысяч групп по более чем 30 направлениям активностей (наиболее востребованными являются занятия по компьютерной грамотности, иностранные языки, прикладное творчество, спортивные мероприятия и др.).

В образовательной части проекта всю большую популярность набирают занятия по финансовой грамотности, что свидетельствует о потребности людей старшего поколения владеть современными знаниями по экономике и управлению финансами. Не менее востребованными являются занятия по развитию ментальных способностей, что прежде всего объясняется профилактикой заболеваний Альцгеймера, деменции, Паркинсона.



В реализации проекта принимают участие преподаватели вузов, психологи, эксперты в области финансов и др. Возникает необходимость осуществления образовательной деятельности старшего поколения с учётом специфики и принципов андрагогики.

Андрагогический подход к обучению старшего поколения

Что такое андрагогика? Т. А. Василькова определяет андрагогику как научно-педагогическую область, исследующую и определяющую закономерности образовательной деятельности взрослых, которая выступает методологической основой идеи непрерывного образования [1, с. 87].

А. И. Кукуев подчёркивает, что андрагогический подход, рассматриваемый с точки зрения парадигмального подхода, осуществляется в условиях парадигмы гуманной педагогики, ставящей высшей ценностью человеческую личность [4, с. 23]. Учёный, исследуя проблемы обучения взрослых, выделяет принципы андрагогического подхода как совокупность андрагогических принципов обучения, преподавания и учения:

- принцип природосообразности обучения взрослых: обучение взрослых обусловлено растущей способностью личности к обучению на протяжении всей жизни;

- принцип культуросообразности: обучение взрослых осуществляется в процессе жизнетворческой самореализации личности по мере её куль-

турного саморазвития и самоактуализации;

- принцип индивидуально-личностного подхода к обучению взрослых: обучение взрослых опирается на субъектность как свойство осознанно действующей личности в процессе её самоопределения;

- принцип ценностно-смысловой направленности обучения взрослых: обучение взрослых предполагает обеспечение личности актуальным содержанием в условиях овладения адекватными способами её обработки и усвоения [4, с. 86].

Анализируя андрагогическую модель обучения, стоит обратить внимание на то, что в данной модели весь процесс обучения строится на совместной деятельности обучающихся и обучающихся. Без этой формы деятельности образовательный процесс просто не может быть реализован. Обучающий организует совместную деятельность с обучающимися на всех основных этапах обучения, а обучающийся активно участвует в данной деятельности.

Н. В. Лебедева выделяет такие андрагогические принципы обучения, важные для старшего поколения:

- принцип совместной деятельности. Он подразумевает совместную деятельность взрослого обучающегося и преподавателя;

- принцип опоры на опыт участника обучения. Жизненный, социальный и профессиональный опыт используется как источник обучения и самого обучающегося, и его коллег по учебной группе;

- принцип индивидуализации. Он направлен на конкретные образовательные потребности, цели обучения, которая учитывает имеющийся опыт, уровень подготовки, психофизиологические, когнитивные особенности взрослого обучающегося;

- системность обучения. Здесь предусматривается соблюдение соответствия целей и содержания обучения его формам, методам, средствам обучения и оценки результатов образовательного процесса;

- контекстность обучения. Подразумевается, что, с одной стороны, обучение преследует конкретные цели, ориентировано на выполнение обучающимися социальных ролей или совершенствование личности и в то же время строится с учётом пространственных, временных, профессиональных, бытовых факторов (условий);

- принцип актуализации результатов обучения, который предполагает оперативное применение в практической жизнедеятельности приобретённых пожилым человеком знаний, умений и навыков;

- принцип элективности обучения. Это предоставление участнику обучения определённой свободы выбора целей, содержания, форм, методов, средств, сроков, места и времени обучения и др. [5, с. 56].

Считаем целесообразным рассмотреть вопрос и образовательных технологий, наиболее эффективных для людей старшего поколения. Прежде всего, это активные и интерактивные формы обучения, которые позволяют выявить все потенциальные возмож-

ности и субъектные составляющие взрослого обучающегося, такие как «био» (мышление, память, восприятие, органы чувств), «социо» (опыт, общение, поведение, способы взаимодействия с участниками образовательного пространства), «дух» (культура и творчество), одновременно воздействуя на субъекта и позволяя ему проявлять свою индивидуальность в процессе образования. Активные методы работы в малых группах (численностью от 5 до 9 человек) стимулируют желание обучаться каждого члена группы, поскольку они ориентированы на то, чтобы, во-первых, вырабатывать и развивать навыки, способности, необходимые для успешного разрешения проблем (например, посредством изучения конкретных случаев, критических ситуаций); во-вторых, вырабатывать навыки планирования, необходимые для решения определённых проблем или использования возможностей (стратегическое планирование). В-третьих, предоставить участникам возможность попрактиковаться в использовании новой техники или приёма (в парах, тройках, четвёрках и пр.). В-четвёртых, предоставить участникам возможность наблюдать поведение друг друга, высказать советы, пожелания; предоставить возможность обмена опытом как по поводу проблем, так и по поводу возможных решений [6, с. 70].

Успех обучения пожилых людей напрямую зависит от андрагогического мастерства педагога. Его умения использовать современные активные



методы обучения, такие как: работа в малых группах, дискуссия, активное слушание.

Среди личностных компетенций преподавателя важно выделить такие, как эмпатия, доброжелательность, эмоциональный интеллект, уважение к старшему поколению.

Заключение

Резюмируя вышесказанного, можно сделать следующие выводы: образование людей старшего поколения должно способствовать успешной адаптации личности к быстро изменяющимся условиям жизни

и продлению активного долголетия; должно научить каждого индивидуума ликвидировать разрывы, оказывающие влияние на все сферы его жизнедеятельности и существование в целом; помогать людям «серебряного» возраста справляться с любыми возникающими неопределёнными ситуациями. Подчеркнём, что при организации образовательного процесса важно учитывать социально-психологические особенности старшего поколения, использовать принципы андрагогического подхода, применять активные и интерактивные образовательные технологии.

Литература

1. Василькова Т. А. Андрагогика: учебно-методическое пособие / Т. А. Василькова. М.: ВНИПЦ ПрофорIENTATION, 2022. 136 с.
2. Кононыгина Т. М. Герагогика: Пособие для тех, кто занимается образованием пожилых людей. Орёл: Красная строка, 2006. 168 с.
3. Краснова О. В. Социальная психология старения / О. В. Краснова, А. Г. Лидерс. М.: Академия, 2002. — 288 с.
4. Кукуев А. И. Андрагогический подход в педагогике: монография / А. И. Кукуев; Федеральное агентство по образованию, Южный федеральный ун-т, педагогический ин-т. Ростов-на-Дону: ИПО ПИ ЮФУ, 2009. 326 с.
5. Лебедева Н. В. Психология обучения взрослых: особенности и содержание // Вестник МГОУ. Серия «Психологические науки». 2014. № 3. С. 65–72.
6. Лебедева Н. В. Современные образовательные технологии в дополнительном профессиональном образовании специалистов социальной сферы / Н. В. Лебедева. М.: Институт Дополнительного Профессионального Образования работников социальной сферы, 2017. 170 с.
7. Нерушай А. И. Психологическое благополучие людей пожилого возраста // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2021. № 1. С. 128–141.
8. Холостова Е. И. Социальная работа: Учебник для бакалавров. 4-е изд., стер. М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2021. 612 с.
9. Концепция политики активного долголетия [Текст]: научно-методологический докл. к XXI Апр. междунар. науч. конф. по проблемам развития экономики и общества, Москва, 2020 г. / под ред. Л. Н. Овчаровой, М. А. Морозовой, О. В. Синявской; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». — М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2020. 40 с.

10. Laslett P., A Fresh Map of Life: the Emergence of the Third Age. London. 1990; Laslett P., What is Old Age? Variation over the Time and between Cultures. In: G.Caselli and A.Lopez (eds.), Health and Mortality among Elderly Populations. Oxford, 1996.
11. Erikson et al. 1986 — Erikson E., Erikson J. M., Kivnick H. Vital involvement in old age. NY.: Norton, 1986. 352 p.

FEATURES OF TRAINING AND THE ROLE OF EDUCATION IN THE ACTIVE LONGEVITY OF OLDER PEOPLE

Aleksandr V. Gordin, candidate of the academic degree of Candidate of Pedagogical Sciences
Department of Psychology and Pedagogical Anthropology "Moscow State Linguistic University"

Abstract. The article examines the issues of the peculiarities of teaching older people, gives a socio-psychological characteristic of the elderly, substantiates the role of teaching people of "silver" age in their life and active longevity, reveals the specifics of the educational process of adult learners based on the andragogical approach, presents the experience of the project "Moscow longevity"

Keywords: older generation, active longevity, education, andragogical approach, educational technologies, Moscow Longevity project

References

1. Vasilkova T. A. Andragogy: an educational and methodical manual / T. A. Vasilkova. Moscow: VNPC Career Guidance, 2022. 136 p.
2. Kononygina T. M. Geragogika: A manual for those who are engaged in the education of the elderly. Eagle: Red Line, 2006. 168 p.
3. Krasnova O. V. Social psychology of aging / O. V. Krasnova, A. G. Leaders. M.: Academy, 2002. 288 p.
4. Kukuev A. I. Andragogical approach in pedagogy: monograph / A.I. Kukuev; Federal Agency for Education, Southern Federal University, Pedagogical Institute. Rostov-on-Don: IPO PI YUFU, 2009. 326 p.
5. Lebedeva N. V. Psychology of adult education: features and content // Bulletin of Moscow State University. The series "Psychological Sciences". 2014. No. 3. pp. 65–72.
6. Lebedeva N. V. Modern educational technologies in additional professional education of social sphere specialists / N. V. Lebedeva. Moscow: Institute of Additional Professional Education of Social Workers, 2017. 170 p.
7. Nerushai A. I. Psychological well-being of elderly people // Bulletin of the Russian State University. The series «Psychology. Pedagogy. Education». 2021. No. 1. pp. 128–141
8. Kholostova E. I. Social work: Textbook for bachelors. — 4th ed., ster., Moscow: Publishing and Trading Corporation «Dashkov and K», 2021. 612 p.
9. The concept of active longevity policy [Text]: scientific and methodological docl. to the XXI Apr. international Scientific Conference on problems of economic and social development, Moscow, 2020 / edited by L. N. Ovcharova, M. A. Morozova, O. V. Sinyavskaya; National. research. un-t «Higher School of Economics». M.: Publishing House of the Higher School of Economics, 2020. 40 p.
10. Laslett P., A Fresh Map of Life: the Emergence of the Third Age. London. 1990; Laslett P., What is Old Age? Variation over the Time and between Cultures. In: G.Caselli and A.Lopez (eds.), Health and Mortality among Elderly Populations. Oxford, 1996.
11. Erikson et al. 1986 — Erikson E., Erikson J. M., Kivnick H. Vital involvement in old age. NY.: Nort.