

НАРОДНАЯ УКРАИНСКАЯ АКАДЕМИЯ

**ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ:  
ОБОСНОВАННОСТЬ ОПТИМИЗМА**

Монография

Под общей редакцией  
доктора исторических наук,  
профессора Е. В. Астаховой

Харьков  
Издательство НУА  
2018

УДК 378.046(477.54)-021.68-053.88

ББК 74.584(4УКР-4ХАР)

Т66

**Авторский коллектив:**

Войно-Данчишина О. Л., Гога Н. П., Головнева И. В., Зверко Т. В., Кирвас В. А., Красуля М. А., Михайлева Е. Г., Нечипорук Л. В., Нечитайло И. С., Подольская Е. А., Ситникова П. Э., Топчий Т. В.

**Рецензенты:**

*Горбунова С. А.*, канд. соц. наук, проф., зав. кафедрой социального управления и социальной работы Харьковского национального университета им. В. Н. Каразина;

*Крейдун Н. П.*, канд. психол. наук, проф., декан социологического факультета Харьковского национального университета им. В. Н. Каразина;

*Штефан С. Т.*, д-р пед. наук, зав. кафедрой общей педагогики и педагогики высшей школы Харьковского национального педагогического университета им. Г. С. Сковороды

Монографія являє собою колективну працю викладачів Харківського гуманітарного університету «Народна українська академія» та є підсумком майже тридцятирічного експерименту з реалізації на практиці ідеї безперервної освіти, в тому числі роботи з людьми третього віку. Дана тема актуалізується глобальним процесом зміни демографічної ситуації і старіння населення у світі. Це ставить перед суспільством проблему колективної відповідальності щодо забезпечення відповідної якості життя людей старшого віку.

У монографії представлені підходи і шляхи вирішення проблеми продовження активного і працездатного періоду життя людей в розвинених країнах світу, необхідності адаптації до цього процесу соціальної політики держав і, в першу чергу, освіти. Для України, яка належить до тридцяти країн світу з найстарішою віковою категорією населення, вирішення зазначених проблем є надзвичайно важливою.

Особлива увага в монографії приділена досвіду Народної української академії з реалізації освітніх програм для людей старших вікових груп та продуктивної інтеграції їх у суспільство.

Монографія призначена для експертів в сфері освіти людей третього віку, фахівців соціальних служб, медичних організацій, служб зайнятості населення, для всіх, кому цікаві проблеми продовження активного життєвого періоду.

ISBN 978-966-2298-02-7

© Народная украинская академия, 2018

## Введение

Представляемая монография не совсем обычна. Несмотря на то, что у нее большой коллектив авторов, она не является простым сборником статей. Книга задумывалась как размышления о проблемах «третьего возраста», т. е. о людях, которые составляют сегодня значительную часть населения Украины.

В монографии есть не только единый объект исследования, но согласованы и подходы к ее рассмотрению.

Достичь такого согласования, во многом, позволила многолетняя практика работы с программой «50+», реализуемой в НУА, различными в том числе и грантовыми проектами, посвященными именно «третьему возрасту».

Концептуальный каркас монографии долго обсуждался, тщательно отбирались авторы, изучался опыт, накопленный другими. Одним словом, монография – результат большой предварительной работы значительного числа людей, анализ и обобщение почти тридцатилетнего опыта работы научно-образовательного комплекса, реализующего на практике идею непрерывного образования – Харьковского гуманитарного университета «Народная украинская академия».

Но в книге представлен не только и не столько опыт учебного заведения. Стратегия была – посмотреть на объект изучения шире: что собой на сегодня представляет проблема старших возрастов, и каковы варианты, пути цивилизованного движения в этом направлении, особенно для института образования.

Процессы, происходящие в мире после Второй мировой войны, бурное развитие науки, технологий, медицины позволили ощутимо улучшить качество жизни значительной части населения Земли. Как результат – увеличение продолжительности жизни, смещение традиционных демографических пропорций, появление принципиально новых задач для образования, социальных служб, здравоохранения.

Конечно, презентуемая монография готовилась учебным заведением, что, безусловно, накладывает на нее определенный отпечаток. Угол зрения на проблему «третьего возраста» здесь «образовательный», ведь демографические изменения совершенно по-новому расставляют акценты для университетского сектора, да и для всего образовательного поля в целом.

Примерно 8–10 лет назад в Украине начались процессы, приведшие к сокращению предложений на рынке труда возрастной когорты 17–25 лет. Система образования должна на это отреагировать, она призвана в новых условиях готовить выпускников, понимающих и принимающих необходимость работы в разновозрастных коллективах, где «сотрудничество поколений» уже не лозунг, а залог эффективного функционирования.

Европа, особенно Западная и Северная, раньше других остро ощутили проблему «старения населения». С 2014 года самостоятельное население в странах ЕС стало динамично уменьшаться. Если в 1970 г. на одного пенсионера в ЕС приходилось 4–5 человек трудоспособного возраста, то в 2010 г. уже только чуть больше трех. К 2030 г. такое соотношение, в ряде стран (например, в Германии) будет уже 2:1. В среднем, по прогнозам специалистов ЕС, в ближайшее десятилетие на 1 пенсионера здесь будет приходиться 1,5 работников.

Нынешние системы социальных отчислений никогда не испытывали такого давления, как сегодня. Да и не были они рассчитаны на подобные коэффициенты.

Одна за одной европейские страны идут на принятие непопулярных решений – увеличивают пенсионный возраст. Испания анонсирует 67 лет, Германия и Франция – 63–65 лет. Аналогичные законопроекты рассматривает и парламент Украины. Так или иначе, но трудоспособный возраст увеличивается.

Это – одна сторона медали. Но есть и другие. Увеличение продолжительности жизни, качество медобслуживания, уровень современной медицины и фармакологии позволяют ощутимо увеличивать именно активную возрастную фазу. Человек может и хочет дольше оставаться активным, востребованным, вести жизнь полноценную и интересную.

Как обеспечить это активное долголетие? Как сопровождать не только медико-социально, но и средствами образовательных институций? Вопросов больше, чем ответов. И число вызовов постоянно возрастает. Главный из них – как помочь человеку максимально долго соответствовать своему времени, его технологиям, ценностям, принципам, помочь не растеряться в «институционализации хаоса».

Один из интересных критериев качества современных образовательных систем – их способность и готовность работать с разными возрастами, максимально широкий возрастной охват. Ведущие университеты мира достаточно давно используют практику работы с так называемыми «нетрадиционными» студентами, т. е. теми, кто по предыстории образования, возрасту, семейному положению, источникам финансирования учебы и т. д. отличаются от вчерашних выпускников школ и колледжей. Но даже в тех регионах, где проблема «третьего возраста» возникла раньше, системной работы – со старшими поколениями именно в образовательной плоскости – пока нет. Ее предстоит нарабатывать. И достаточно быстро.

Авторы монографии, в меру своих сил, демонстрируют на сколько динамично должны внедряться формы работы с «третьим возрастом».

Для отечественной системы образования проблему работы с людьми старших возрастов тоже еще только предстоит освоить. Есть в Украине отдельные «точки роста», но это – инициатива отдельных учебных заведений, энтузиазм конкретных организаций и людей. К их числу относится и Харьковский гуманитарный университет «Народная украинская академия», который стремится обеспечивать образование не только «длиною в жизнь», но и «шириною» т. е. создавать условия для получения качественного образования формального (не путать с формальным подходом), неформального, дополнительного, online и т. д. на протяжении всей жизни и максимально разнообразить формы и возможности на каждом возрастном этапе.

С особым вниманием и интересом в НУА относятся к реализации образовательных программ для людей старших возрастов.

Есть опыт и есть уверенность в их необходимости и перспективности. Хочется верить, что те, кто возьмет в руки монографию, ощутят это.

Именно такой подход – на уровне принципа – заложен в книгу. К ее написанию были привлечены опытные специалисты, которым есть что сказать по объекту исследования, они обладают и высоким уровнем профессиональной подготовки, и опытом работы со старшими возрастами. Среди них – доктора и кандидаты наук, руководители факультетов и кафедр, управленцы-практики.

Для НУА – вопрос культурно-образовательной среды (КОС), академического этоса, – не пустой звук. Формирование уважительного отношения к семье, учебному заведению, городу, стране – это концептуальные скрепы КОС, одна из опорных точек которой – Уважение. С позиций уважения готовилась и монография. Уважения к рассматриваемой проблеме и людям, за ней стоящим.

Философы хорошо знают относительность концепта «время», категорий «Прошлое-настоящее-будущее». Но при всей подвижности этих понятий, мы сегодняшние находимся в точке «настоящее». А, значит, нам всем очень важно, объединить усилия тех, у кого огромное прошлое и ощутимо меньше будущего, тех, кто уже обладает и опытом, и перспективами и тех, у кого почти все в будущем, но живут – то они в настоящем, т. е. всех нас.

Объединив усилия мы очень многое можем. Опыт ХГУ «НУА» – прямое тому доказательство. А представляемая монография – конкретное подтверждение.

Авторы верят, что подготовленная ими работа окажется нужной и полезной.

*Проф. Астахова Е. В.*

## РАЗДЕЛ 1

### ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АНАЛИЗА «ТРЕТЬЕГО ВОЗРАСТА»

#### 1.1. Актуализация проблемы «третьего возраста» в современном мире

Одной из важных теоретико-методологических задач современной науки является определение и систематизация подходов к анализу жизнедеятельности людей «третьего возраста». Интерес к этому стимулируется, прежде всего, возрастанием удельного веса пожилых людей. По данным ООН, в 1950г. в мире было 214 млн. людей старше 60 лет, в 2000 г. – 590 млн., а по прогнозу в 2025 г. их будет 1100 млн. человек. Численность лиц пенсионного возраста возрастет в пять раз, тогда как население планеты увеличится лишь в три раза [38].

Старение населения – общемировая проблема, которая затронула развитые страны и скоро затронет развивающиеся. На середину 1998 г. доля населения в возрасте 65 лет и старше составляла во всем мире 7%, в т. ч. в развитых странах – 14%, в развивающихся странах – 5% и в т. н. наименее развитых странах – 4% [45]. По данным ООН, к 2050 году 22% населения планеты будут составлять пенсионеры, а в развитых странах на одного работающего будет приходиться один пенсионер [25].

Этот процесс происходил и происходит неравномерно в разных странах. Несмотря на то, что самой «старой» страной является Япония (к 2050 году 42% японцев будут пенсионерами), основным регионом с большой долей пожилых людей является Европа, где в среднем уже сегодня почти 22% населения представлено лицами в возрасте 60 лет и старше, и более 16% – лицами в возрасте 65 лет и старше [20]. Своеобразным лидером здесь является Франция, в которой уже в 1870 г. доля лиц в возрасте 60 лет и старше превысила 12%. В 1901 г. этот порог демографической старости

переступила Швеция, в 1931 г. – Великобритания, в 1937 г. – Германия [37]. Самые «молодые» страны – африканские. Однако продолжительность жизни там самая низкая – 56 лет для мужчин и 59 для женщин [25].

Доля пожилых людей или людей пенсионного возраста не случайна в представленных выше размышлениях о судьбах человечества. Ведь их количество (а мы бы добавили и качество) определяет квинтэссенцию социума, одни из его важнейших характеристик. Поэтому для измерения старения населения используют специальные шкалы, основанные на тех или иных значениях возраста. Если в качестве критерия используется возраст 60 лет, то применяется шкала Ж. Боже-Гарнье – Э. Росseta (см. табл. 1.1).

*Таблица 1.1*

**Типы обществ в зависимости от количества в них людей  
в возрасте старше 60 лет  
(по Ж. Боже-Гарнье – Э. Росsetу)**

Доля лиц в возрасте 60 лет и старше, %%	Этап старения и уровня старости населения
<8	Демографическая молодость
8–10	Первое преддверие старости
10–12	Собственно преддверие старости
12 и выше	Демографическая старость
12–14	Начальный уровень демографической старости
14–16	Средний уровень демографической старости
16–18	Высокий уровень демографической старости
18 и выше	Очень высокий уровень демографической старости

Если в качестве критерия используется возраст 65 лет, то применяется шкала демографического старения ООН. Согласно ей, общество с долей лиц в возрасте 65 лет и старше, меньшей 4%, считается молодым; если эта доля от 4% до 7%, то общество находится на пороге старости; если же она равна 7% и более, то общество считается старым; «глубоко старым» – когда доля пожилых людей уже более 10%.

По мнению современников, нынешняя ситуация дает возможность расширить эту шкалу еще одной фазой – глубокой демографической старости. И связано это с тем, что во многих странах доля пожилых людей в возрасте 65 лет и старше давно превысила 10%. В Украине, например, количество людей старше 65 лет составляет 15,6%.

Очевидно, что старение населения – «закономерный глобальный процесс, оказывающий существенное влияние на развитие всего человечества в XXI веке и обуславливающий новые вызовы для экономического и социального прогресса» [20].

Старость становится длительным и значимым этапом индивидуального развития, так как во всем мире увеличивается продолжительность жизни людей (см. рисунок 1.1 [25]). То есть более длительный жизненный путь приводит к закономерному увеличению количества людей старшего возраста.

Ученые отмечают, что причиной демографического старения служат длительные изменения в характере воспроизводства

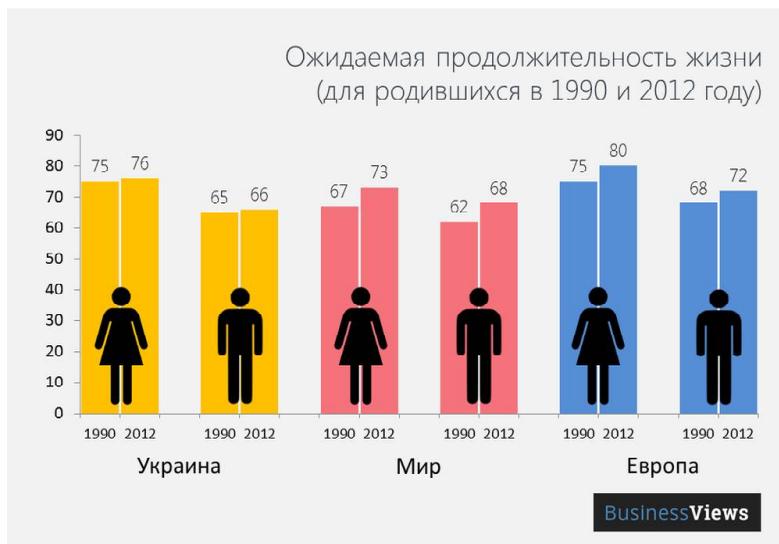


Рис. 1.1. Ожидаемая продолжительность жизни  
(для родившихся в 1990 и 2012 годах)

населения. Различают «старение снизу», которое, как правило, происходит из-за постепенного сокращения числа рождающихся детей, и «старение сверху», вызываемое ростом числа старых людей в результате сокращения смертности в старческом возрасте при низкой рождаемости. Кроме того, демографическому старению способствуют и миграция населения, поскольку она затрагивает отдельные возрастные группы, и гибель огромного числа молодежи в различных боевых действиях [31].

Все это ставит перед современным обществом проблемы адаптации к своей новой демографической структуре, которая вплетена в систему экономических, политических, культурных, образовательных и других социальных практик и институтов.

В литературе выделяют четыре группы проблем, которые являются следствием старения современного общества. Во-первых, это *демографические и макроэкономические последствия*, которые затронут такие характеристики, как:

- ◆ показатель рождаемости;
- ◆ продолжительность жизни и особенно верхние пределы долгожительства, а также количество пожилых людей, которые хотели бы достичь их;
- ◆ распределение материальных ресурсов между представителями различных поколений;
- ◆ отношение к коллективной ответственности за обеспечение соответствующих стандартов и качество жизни людей старшего возраста.

Во-вторых, произойдут существенные изменения в сфере *социальных отношений*:

- ◆ в структуре семейно-родственных отношений;
- ◆ в системе поддержки друг друга разных поколений;
- ◆ в характере выбора будущей профессии; возникнет вопрос о профессиональной ориентации для людей в пожилом возрасте;
- ◆ в структуре потенциальной занятости.

В-третьих, изменения демографической структуры отразятся на *рынке труда*:

- ◆ возникнет необходимость переквалификации в пожилом возрасте;

- ◆ изменится отношение пожилых людей и работодателей к трудовой деятельности как таковой и к проблеме выхода на пенсию;

- ◆ изменятся пропорции занятости среди женщин и мужчин, так как женщин пожилого возраста значительно больше, чем мужчин;

- ◆ увеличится продолжительность срока начального и среднего образования, т. е. произойдут изменения в соотношении незаангажированного в производстве молодого населения и активного взрослого населения;

- ◆ изменится социальный характер проблемы безработицы, и потребуются новые подходы к ее решению;

- ◆ пожилые люди станут необходимым ресурсом для рынка труда и жизнедеятельности общества как на макро-, так и на микроуровнях; повысятся возрастные границы выхода на пенсию.

В-четвертых, изменения коснутся *функциональных способностей и состояния здоровья пожилых людей*, что повлечет за собой серьезные последствия для сферы медицины и социальных служб. Например:

- ◆ расширятся возможности пожилых людей функционально удерживать приобретенные знания, умения, навыки, а также возможности овладевать новыми областями фундаментальных и прикладных наук, новыми профессиональными знаниями;

- ◆ изменятся потребности в уходе за пожилыми людьми и в потреблении ими социальных услуг;

- ◆ произойдут перемены, связанные с интенсивностью, эффективностью и результативностью медицинского и социального обслуживания пожилых людей.

По данным отечественных демографов, на сегодняшний день Украина принадлежит к тридцати странам мира с самой старой возрастной категорией населения (см. рисунок 1.2 [25]).

На фоне общего снижения численности населения в нашей стране его старение в ближайшие десятилетия будет стремительным. Это требует детального изучения людей третьего возраста и поиска решений для их сохранения и продуктивной интеграции в обществе.



Рис. 1.2. Возрастная структура населения Украины в 2014 году

Таким образом, очевидно, что проблема людей третьего возраста – одна из актуальнейших в современном мире и в Украине в частности.

Неотвратимость процесса старения населения обуславливает необходимость соответствующей реакции общества на быстрые изменения социально-демографических и связанных с ними процессов его функционирования. Такая ситуация все чаще становится предметом дискуссий на уровне правительств, научных кругов, международных и общественных организаций. Вместе с тем, несмотря на многочисленные исследования различных аспектов рассматриваемой проблемы и соответствующих ей процессов в социально-экономической, социально-культурной и других сферах, представления об обусловленных старением вызовах достаточно фрагментарны.

## 1.2. «Третий возраст» в научном дискурсе

Обращение к проблеме особенностей жизнедеятельности людей третьего возраста обусловлено множеством социоэкономических, социокультурных, правовых и других аспектов, требующих знания основных характеристик этой возрастной категории. Вместе с тем, как показывает анализ, пока не создано общепринятой классификации возрастных периодов развития, несмотря на многочисленные попытки создать такую классификацию, и, естественно, проблема периодизации продолжает сохранять свою актуальность.

Существует большое количество методов описания возраста человека. Интересными для анализа являются характеристики различных возрастных категорий в русле «теории поколений», которая вошла в широкий научный дискурс в начале 90-х гг. XX века. Ее авторы (У. Штраус и Н. Хоув), проанализировав широкий массив данных об особенностях людей, родившихся в разное время, пришли к выводу, что люди определенного возрастного диапазона обладают схожими ценностными ориентациями, Я-концепцией и социальным мышлением. Ученые определяют поколение, как «совокупность всех людей, рожденных в промежуток времени, составляющий примерно 20 лет, или одну фазу жизни: детство, молодость, средний возраст и старость» [27].

Общепринятыми в литературе стали следующие названия поколений: «молчаливое поколение» (родились с 1923 по 1943 гг.), «бэби-бумеры» (родились с 1943 по 1960 гг.); «поколение X» (1961–1981 гг.); «поколение Y» или «Миллениум» (1982–2004 гг.); «поколение Z», «поколение ЯЯЯ», «поколение МиМиМи» (родившиеся после 2004 г.).

Каждому поколению присуща своя система ценностей, которая определяется тремя факторами [50]:

1. Важные события-воспоминания (крупные общественные или спортивные события, происшествия), те, о которых знает большинство людей, несмотря на географические и культурные границы;

2. Набор сообщений обществу («Пятилетка – в три года», «Миру – мир», «Цой – жив»; «умная» техника, стартапы и т. д.);

3. Воспитание (одни и те же ценности транслируются разными понятиями, изменяются форматы и возможности общения, дети становятся для родителей проводниками в мире новейших технологий и понятий).

Еще одна теория, акцентирующая внимание на вопросах соотношения поколений, американской исследовательницы М. Мид. Она была разработана с целью объяснить зависимость межпоколенных отношений от темпов научно-технического и социального развития. Ученая описывает положение пожилых в обществе, связывая межпоколенные отношения с темпом общественного развития и господствующим типом семейной организации. М. Мид различает в истории человечества три типа культур: постфигуративный, когда дети учатся главным образом у своих предков; кофигуративный, в котором и дети, и взрослые учатся у сверстников; префигуративный, когда взрослые учатся у своих детей.

Постфигуративная культура – это культура, где каждое изменение протекает настолько медленно и незаметно, что деды, держа на руках новорожденных внуков, не могут представить себе для них никакого будущего, отличного от их собственного прошлого. Прошлое взрослых оказывается будущим для каждого нового поколения. Постфигуративная культура преобладает, по словам М. Мид, в традиционном, патриархальном обществе, которое ориентируется главным образом на опыт прежних поколений, т.е. на традицию и ее живых носителей. Ускорение же технического и социального развития делает опыт прежних поколений недостаточным.

Кофигуративная культура – это культура, в которой преобладающей моделью поведения для людей оказывается поведение их современников. Для такой культуры типична ориентация не столько на старших, сколько на современников, равных по возрасту и опыту. Как отмечает И. С. Кон, это совпадает с изменением структуры семьи, превращающейся из «большой семьи» в нуклеарную. Отсюда – растущее значение юношеских групп, появление особой молодежной культуры и всякого рода межпоколенных конфликтов.

С точки зрения рассматриваемой нами проблемы, важным видится тот факт, что в такой культуре «переход к новому образу жизни, требующему приобретения новых умений и форм поведения, представляется более легким тогда, когда нет дедов, помнящих о прошлом, формирующих опыт растущего ребенка, закрепляющих непроизвольно все невербализированные ценности старой культуры» [30]. То есть данный тип культуры снижает значимость людей старшего поколения.

В наши дни рождается, по мнению М. Мид, новая, префигуративная культурная форма. Темп развития сегодня стал настолько высоким (благодаря новейшим открытиям науки и техники), что прошлый опыт уже не только недостаточен, но и часто оказывается вредным, мешая новым обстоятельствам, которые сложились в 1940–60-е годы. Префигуративная культура ориентирована главным образом на будущее.

«Сегодня во всех частях мира у молодых людей возникла общность опыта, которого никогда не было и не будет у старших. Наоборот, старшее поколение никогда не увидит в жизни молодых людей повторения своего беспрецедентного опыта. Этот разрыв между поколениями совершенно нов, глобален и всеобщ» [30].

Очевидно, что каждый возрастной период представляет собой совокупность физиологических и психологических особенностей развития личности, причем в зависимости от системы отсчета, устанавливающей возрастные пределы.

Возрастные показатели старения различались в рамках одного и того же общества в разные исторические эпохи и различаются сегодня в разных странах.

Исследователями предлагаются различные подходы к проблеме периодизации возрастной динамики – от философского до системно-психологического. Безусловно, что всем этим периодизациям присущи общие черты. Однако характерная для части современных работ методологическая эклектика, отсутствие единой теоретической основы приводит к многовекторности и разпыленности анализа, затрудняя вычленение главного и второстепенных аспектов.

Так, в работах современных авторов (например, Г. Крайга

и Д. Бокума, А. А. Реана и др.) преобладает комплексный подход, с позиции которого развитие человека рассматривается как взаимовлияние многих факторов: биологических, социокультурных, собственно психологических. Авторы этих работ определяют семь основных этапов развития [см. 35]: 1 – младенческий возраст (от рождения до двух лет); 2 – раннее детство (от двух до шести лет); 3 – среднее детство (от шести до двенадцати лет); 4 – подростковый и юношеский возраст (от двенадцати до девятнадцати лет); 5 – ранняя зрелость (от двадцати до сорока лет); 6 – средняя зрелость (от сорока до шестидесяти лет); 7 – поздняя зрелость (от шестидесяти лет и далее). При этом на каждой из выделенных стадий описываются особенности мотивации, физического, когнитивного и эмоционального развития, а также социализации человека.

Исследователь Б. Рьжов предлагает построение системной классификации этапов возрастного развития личности [35], основываясь на эмпирических данных об абсолютном и относительном преобладании отдельных видов мотивации в том или ином возрасте, при этом выделяя своеобразные эпохи:

– эпоха нравственности (средний возраст (49–60 лет)). Актуальная мотивация – сохранение порядка социума. Завершает эпоху кризис, который часто называют кризисом 60 лет или кризисом пенсионного возраста;

– эпоха альтруизма (зрелый возраст (61–72 года)). Актуальная мотивация – сохранение порядка вида. Соотносится с кризисом пожилого возраста на рубеже 72–73 лет;

– эпоха защиты Я (пожилой возраст (73–84 года)). Актуальная мотивация – сохранение порядка личности. Завершается кризисом преклонного возраста;

– эпоха самосохранения (преклонный возраст (85 лет и старше)). Актуальная мотивация – сохранение порядка индивида.

Очевидно, что данная периодизация значительно дифференцирует старший возраст, что является принципиально важным с точки зрения нашего исследовательского интереса.

Следует отметить, что современные трактовки границ возрастных этапов в основном базируются на унифицированных

положениях, которые были приняты в 1963 г. на семинаре геронтологов и представителей Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в Киеве. Совместным решением была определена следующая хронобиологическая (возрастная) периодизация:

- молодой возраст 18–44 года;
- средний возраст 45–59 лет;
- пожилой возраст 60–74 года;
- старческий возраст 75–90 лет;
- долголетие, старше 90 лет.

Такая периодизация возраста, впрочем, как и периодизация Б. Рыжова, сама по себе обращает внимание на людей старшего возраста и может рассматриваться как адаптационная к изменяющейся демографической структуре общества.

Однако для такой группы, как люди третьего возраста, проблема однозначности их возрастных границ не решена. Поэтому, прежде чем вести речь о людях этого возраста, требуется определиться концептуально, т. е. решить, кого мы относим к этой группе.

В конце XX в. появился ряд работ, посвященных проблемам периодизации и ведущих характеристик пожилого и старческого возраста. Так, О. В. Краснова отмечает, что обычно пожилыми называют тех, кто достигает пенсионного возраста [17]. В. М. Моргунов и Н. Ю. Ткачева, основываясь на социальной ситуации развития, ведущей деятельности и личностных особенностях, предлагают такие границы старости:

- пожилой возраст (55–75 лет);
- старческий возраст (75–90 лет);
- долгожительство (свыше 90 лет).

Вместе с тем, данная классификация не учитывает экономических характеристик и не может быть принята за основу.

К тому же следует принять тот факт, что, как утверждает большинство исследователей, границы пожилого возраста подвижны, поскольку они зависят от социально-экономического развития общества, достигнутого ими уровня благосостояния и культуры, условий жизни людей, их менталитета и традиций. Вносят коррективы и особенности современного развития, и увеличение общей продолжительности жизни. Точное их установление

остается проблематичным вследствие несогласованности периодов биологического, социального и психического развития человека. Следует учитывать и то, что каждая возрастная группа имеет свои внутренние характеристики, стереотипы, свойства и возможности.

Обобщая различные подходы к определению возрастных рамок старости, можно сделать вывод, что современные исследования в данном направлении представляются как новаторско-экспериментальные разведки, сопровождаемые наличием различных точек зрения дискуссионного характера, отличающихся пестротой терминов, вариабельностью, даже контраверсией концептуальных положений. Так, в научной литературе и нормативно-правовых документах используются различные термины и словосочетания: «пожилой», «начинающий стареть», «старый», «пожилые люди», «престарелые», «люди старших возрастов», «лица старше трудоспособного возраста», «лица пенсионного возраста», «люди преклонного возраста», «люди третьего возраста», «люди четвертого возраста», «люди серебряного возраста», «стареющие люди», «люди старческого возраста», «долгожители» и др.

Такая вариативность интерпретации изучаемого феномена сопряжена с разнообразием проявлений изучаемого явления, неоднозначностью его трактовки. Безусловно, как мы уже отмечали, на создание теоретических конструктов влияют и различия в терминологии, и в исследовательских подходах, и в приоритетах освещения ракурса проблем, и субъективное ее восприятие. При этом ошибочным было бы не принимать во внимание многообразие взглядов на проблему, их инвариантность.

Например, А. В. Дюмин сводит понятие пожилого человека к «нуждающимся гражданам» [19, с. 26] и относит к этой возрастной категории лиц от 60 лет и выше. Фактически он идентифицирует пожилой возраст с возрастом старости. Аналогичную позицию занимают и другие ученые (Н. Г. Большакова, Л. В. Прохорова, О. Б. Мурзина и др.).

И. П. Щукина относит к категории пожилых, очерчивая нижнюю границу переходом от зрелости к старости, людей в возрасте

старше 60 лет, пожилой человек и пенсионер в ее исследовании звучат как синонимы [там же]. Близкую позицию занимает А. О. Кабанов, представляя пожилых и пенсионеров как единую социальную группу. Кроме того, И. П. Щукина рассматривает место «самых старых» среди пожилых людей, что практически смешивает понятия «пожилые», «престарелые», «лица старческого возраста» и «долгожители», ссылаясь на то, что такое отождествление делает большинство исследователей [там же].

В работе Е. В. Шмелевой пожилые рассматриваются в жизненном промежутке «старости», а само понятие старости идентифицируется с понятием «третьего возраста» [19]. Таким образом, четкости позиции в определении рассматриваемой категории не прослеживается.

Тем не менее, принимая существующие в научном обороте дефиниции, определим особенности понимания «третьего возраста», к которому относят, как правило, людей пенсионного возраста без каких-либо серьезных физических или психических нарушений, трудоспособных, с достаточно активной жизненной позицией, которые хотят и могут работать наравне с лицами трудоспособного возраста и быть полноправными членами социума [там же].

В целом, необходимо отметить, что, несмотря на достаточное количество научных работ, посвященных проблемам людей старшего поколения и различным социальным феноменам, вызванным процессом старения общества, окончательного разграничения между терминами «старый», «пожилой», «люди третьего возраста» так и не произошло.

К тому же можно выделить ряд вопросов методологического характера, которые объективно должны отражать подходы к изучению старения не только как биологического процесса, но и социально детерминированного. Поэтому возраст и возрастные изменения в исследованиях рассматриваются, во-первых, в привязке к общей зависимости комплекса приобретенных, достигаемых социально-экономических характеристик индивида от возраста, а во-вторых, обусловлены спецификой возраста как социального ресурса. То есть в научном дискурсе существует

понимание того, что диада «возраст – социальные преобразования» переплетаются с приращениями и изменениями всего спектра характеристик отдельного индивида, процессом изменений его демографических и социальных состояний. «Возраст не является природной данностью, даже если служит инструментом для измерения биологического возраста, – отмечает М. Хальб-вакс, – возраст становится социальным понятием, устанавливаемым в процессе сравнения с разными членами социальной группы» [24].

В научном обороте существует различное описание начала, продолжительности и конца определенных этапов жизненного цикла. Растет число приверженцев рассмотрения категорий «возраст» и «старость» как исторически, социально и культурно сконструированных феноменов.

Например, Дж. Тернер и Д. Хелмс рассматривают старение как синтез взаимовлияющих процессов [17]:

- собственно психологическое старение (в частности, представление индивида о своем старении);

- специфическое ощущение психологической старости (объективными признаками которого являются снижение интеллектуальных способностей и сужение эмоциональной сферы, а субъективные зависят от индивидуальных особенностей человека). Индивид сравнивает свое собственное старение и старение других людей (возникает определенная психологическая асимметрия, когда человеку кажется, что он стареет быстрее или медленнее, чем окружающие люди);

- биологическое старение (инволюция организма);

- социальное старение (как индивид связывает старение с социумом, поведение и выполнение социальных ролей).

Только в своем единстве они дают наиболее полное представление о «третьем возрасте».

Представитель психоаналитического подхода К. Юнг определял старость как «вторую половину жизни», в которой человек может найти новое полноценное развитие собственной личности. Ученый считал, что потребность выработки целостного взгляда на свою жизнь, направленность внутрь себя и самосозерцание

необходимы в старости и представляют долг каждого человека. Именно в результате такой психологической перестройки производится: новая жизненная позиция, рациональный взгляд на собственное существование и достигается устойчивое психическое и моральное равновесие. Степень адаптации в старости К. Юнг связывал с подготовленностью индивида к вступлению в новую фазу жизни и готовностью к выполнению специфических задач, которые ставит перед человеком поздний возраст. Основная причина нервных срывов в процессе старения, по мнению Юнга, связана с неподготовленностью человека к этому жизненного этапу [53].

Исследователи Л. Морган и С. Кункел при описании социального характера старения делали акцент на том, что само по себе старение не означает утрату человеком физической или интеллектуальной активности. Вместе с тем, категория «возраст» используется для приписывания определенных ролей, стимулирования вхождения в определенные социальные структуры или выхода из них. В качестве аргумента, по мнению ученых, выступает тот факт, что хронологический 65-летний возраст (как критерий старости) не влияет на физическое функционирование и когнитивные способности человека, но имеет значимые последствия для социального взаимодействия в обществе. Так, когда идет речь о приеме на работу или возможное партнерство, оценка осуществляется под влиянием того, что символизирует для нас возраст [23].

Следует отметить, что в обществе формируется определенная позиция-отношение к людям пожилого возраста. С одной стороны, поведение личности может отвечать социальным ожиданиям и стереотипам относительно возраста и возрастных изменений, а с другой – противоречить им. В связи с этим все чаще встречающаяся «невписанность» в общественно принятую модель поведения пожилого человека требует критичного переосмысления возрастных границ старости.

Эти рассуждения в полной мере соответствуют положениям концепции «время, возраст и старение». Как считает М. Греллер, изменения в сознании пожилого человека обусловлены не снижением уровня физических или умственных способностей, а в боль-

шей степени действиями со стороны окружения [6]. Другая концепция – жизненного пути – фокусируется на взаимосвязи жизни индивида с историческим и социально-экономическим контекстом и представляет социокультурный взгляд на возраст. Это означает, что организация индивидом собственного жизненного пути и интерпретация жизненного опыта происходят через систему норм и правил, которые транслируют соответствующие возрасту поведение и ожидания. Хотя, как считает Б. Ананьев, «...достаточно важным направлением влияния биографии человека на его онтогенетическую эволюцию является возрастающая индивидуализация этой эволюции» [6].

Интерес представляют и другие теоретические модели, описанные исследовательским коллективом Института демографии и социальных исследований им. М. В. Птухи [23]. Так, еще один вариант социального конструирования пожилого возраста – медицинская модель репрезентации старения (Чеканова Э. В.), в которой пожилые люди представлены исключительно немощными, требующими медицинского контроля. Близка этой модели теория стигматизации («навешивания ярлыков»), рассматривающая людей пожилого возраста как слабых, больных, бедных.

Теория накопления преимуществ и недостатков акцентирует внимание на том, что в престарелом возрасте накопленные преимущества служат фактором, смягчающим негативные аспекты старости, позитивно влияя на восприятие жизни, а накопленные недостатки, наоборот, могут создавать невыгодную, конфликтную ситуацию.

Сущность концепции нравственных аспектов перспективы старения сопряжена с пониманием роли общественно признанных и принятых нравственных ценностей в социальной интеграции разных поколений. Как эта, так и другие теории имеют обращенность к философии пожилого возраста, подчеркивая значимость поиска смысла жизни в поздний ее период. Такой подход, с точки зрения ученых, противодействует разворачиванию тенденций геронтофобии, утверждая, что старость – это полноценный период жизни, он может быть активным и творческим.

Здесь будет уместным привести и философские размышления

Цицерона о старости как особом периоде жизни («Катон старший, или О старости»), потому что она является творением мудрой природы, и воспринимать ее нужно спокойно. Преимущества старости, по мнению философа, это мудрость, рассудительность – то, чего не хватает молодости.

Теоретический анализ рассматриваемой проблемы будет неполным без обращения к ряду популярных социогеронтологических концепций по осмыслению и объяснению феномена старости, жизнедеятельности людей пожилого возраста.

Так, теория отчуждения (разобществления) Б. Ньюгартен и Дж. Розен акцентирует внимание на том, что после выхода на пенсию происходит разрыв человека с обществом, предыдущие связи (профессиональные, социальные) сокращаются или приобретают формальный характер, вследствие чего уменьшается спектр выполняемых социальных ролей. Такое разъединение рассматривается как адаптивный способ существования в старости.

Альтернативой выступает теория интегрированной старости или теория деятельности (активности), сосредоточенной на необходимости сохранения активной роли пожилых людей, активизации жизненных ресурсов, инклюзии в общество людей пожилого возраста. Именно в данном ракурсе актуализируется вопрос непрерывного образования. К тому же значимым представляется сохранение социальных связей, социальных ролей и поддержание активности, что непременно ведет к «благополучной старости» [6].

В контексте теории субкультуры, предложенной А. Роуз, люди легче воспримут переход к старости, если приобщатся к «субкультуре пожилых». Таким образом, культура (ценности, нормы, образцы поведения) выступает ядром, объединяющим «людей пожилого возраста, создающим особую близость между ними и одновременно отделяющих их от других возрастных когорт» [49, с. 154]. Причем схожесть норм, традиций, ценностей, усвоенных в течение жизни, является основой для объединения, и, как полагают представители небольших социальных групп, которые имеют собственную субкультуру, больше взаимодействуют друг с другом, чем с другими членами общества [14].

Иное видение предлагает стратификационная концепция воз-

раста, в рамках которой общество рассматривается как совокупность возрастных групп, характеристики которых, выполнение ими социальных ролей, наличие прав и привилегий соответствуют определенному возрасту. Поэтому возраст здесь выступает как принцип социальной организации.

При этом исследователи отмечают, что стратификационный подход в изучении пожилого возраста «связан с анализом культурной специфики социальных явлений универсальными категориями (детство, юность, зрелость, старость)» [23]. Например, П. Сорокин считал, что младшие возрастные группы являются, как правило, главными приверженцами реформ, следовательно, эпохи трансформаций – это эпохи доминирования более молодых возрастных групп. Если «... в эпохи консервативные, спокойные и реакционные лидерами, правителями и властителями обычно выступают старики... то, по общему правилу, лидеры и рыцари социального новаторства в большинстве случаев – ставленники молодых возрастных групп. Сказанное демонстрирует опосредованную роль возрастных групп в значимых и сложных социальных процессах» [там же].

В целом теория возрастной стратификации делает акцент на изменении статуса пожилых людей при переходе из одной возрастной группы в другую, взаимоотношений между возрастными группами.

Психологический аспект, продолжающий тему взаимодействия с социумом в пожилом возрасте, рассматривает теория социальных эстафет М. Розова. Как утверждает ученый, утрата социальной роли и значимого места в обществе, отделение личности от референтной группы сопровождается изменением структуры психологического времени, что проявляется в ощущении неопределенности и бессодержательности жизненного пространства. Вместе с тем, исследователь Л. Анциферова подчеркивает, что лишь психологическое будущее с его перспективами и программами позволяет личности развиваться в поздний период жизни и обогащает ее новыми мотивациями [3].

В иной плоскости, с точки зрения гендерной проблематики представлены социально-геронтологические гипотезы – гипотеза

возрастного выравнивания и гипотеза двойного риска (Sherman E., Schiffman L.). Первая предполагает, что пожилой возраст имеет эффект выравнивания относительно гендерного неравенства в зрелом возрасте, происходит инверсия ролей – женщины получают контроль, а мужчины его утрачивают. Гипотеза же двойного риска, наоборот, делает акцент на усилении неравенства между мужчинами и женщинами с увеличением возраста: быть женщиной и одновременно пожилым человеком – позиция с негативным эффектом.

В рамках исследования гендера и старения перспективной считается теория жизненного цикла, изучающая, как изменения в статусах и ролях человека с возрастом могут повлиять на женщин и мужчин [11]. Основанием для анализа выступает понимание того, что за каждым этапом жизни и их последовательностью стоит социокультурная нормативная система возрастных преимуществ («возрастных символов»), которой присущи исторические изменения [там же].

Современное звучание в контексте изучаемой нами проблемы имеет концепция перспективного возраста, связанная с необходимостью пересмотра принятых фаз возрастной стратификации и возрастных границ старения. Появление этой концепции обосновано Н. Райдером, который ввел в научный оборот понятие «перспективный возраст», используя его для характеристики ожидаемой продолжительности жизни людей пожилого возраста. Последователями этой идеи стали У. Сандерсен и С. Щербов, сформулировавшие ее концептуально. Вполне логично, что она используется в современных исследовательских практиках как наиболее эффективный теоретико-методический подход, который дает возможность обозначить отличия уровней и темпов старения населения.

Перспективным также представляется осмысление феномена старости с позиций концепции символического интеракционизма. В этой плоскости В. Д. Альперович предлагает подход постановки проблемы адаптивных ресурсов пожилых людей и разработки механизмов их актуализации, активизации способности к воспроизводству и совершенствованию своей индивидуальной и общественной жизни.

Таким образом, старение человека представляет собой базовый универсальный биологический процесс, который, однако, реализуется в конкретных социокультурных условиях. Поэтому геронтология рассматривает старение как комплексное явление, включающее личностные, социальные и даже экономические аспекты жизни человека. Об этом свидетельствует также тот факт, что такие показатели, как продолжительность жизни и схемы периодизации, отмечающие начало старения и длительность его протекания, подвержены заметным изменениям [9].

На фоне существующих теорий выкристаллизовывается видение анализа третьего возраста как социально сконструированного феномена. Хронологический возраст не всегда непосредственно влияет на физическое конструирование и когнитивные особенности личности. Но он в значительной степени определяет характер взаимодействия между людьми и реализацию их возможностей в социально-экономическом пространстве.

В рамках современных теоретических представлений исследователи концентрируют внимание преимущественно на социальном разъединении людей пожилого возраста с обществом, утрате социального статуса и разнообразных социальных ролей, тем самым делая акцент на проблемах сохранения социальных связей, поддержания активности, на особенностях субкультуры пожилых, а также на трансляции определенных социальных норм, образцов поведения от поколения к поколению.

К сожалению, ни одна из теорий не может охватить все аспекты старения и его последствий, дать обоснованные объяснения всем его особенностям. Это подчеркивает всю сложность исследуемого явления, разнообразие его проявлений, даже непредсказуемость последствий.

В целом, концептуальной основой исследования является понимание возрастных изменений пожилых людей, его старения как закономерного процесса, который существенно влияет на развитие общества и обуславливает новые вызовы.

### 1.3. Социальные и психологические атрибуты «третьего возраста»

Систематизация теоретико-методологических основ анализа «третьего возраста» предполагает выделение ключевых особенностей людей данной группы, атрибутов, которые сопровождают их жизнедеятельность.

В зарубежной геронтологии широкое распространение получили четыре основополагающих критерия старения, которые в 60-е годы XX в. были предложены известным геронтологом Б. Стрехлером [37]:

- старение, в отличие от болезни, представляет собой универсальный процесс, ему подвержены все без исключения члены популяции;
- старение является прогрессирующим непрерывным процессом;
- старение есть свойство любого живого организма;
- старение сопровождается дегенеративными изменениями (в противовес изменениям организма при его развитии и взрослении).

Однако в научной литературе всё больше утверждается точка зрения, согласно которой старение не может рассматриваться как простая инволюция, угасание и регресс, скорее это продолжающееся становление человека, включающее многие приспособительные и компенсаторные механизмы.

На пожилого человека воздействует группа биологических и социальных факторов развития, результатами которой является формирование нового статуса личности в позднем возрасте. Например, общий процесс старения можно описать в терминах процессов, которые влияют на человека по мере их протекания. Они могут быть разделены на относительно удаленные по времени события, так называемые удаленные результаты старения, и близкие по времени или ближайшие результаты старения.

Именно это дает нам возможность говорить об универсальных и дифференциальных характеристиках «третьего возраста».

В таком контексте старение можно определить в терминах возможности приобретения особых признаков старости.

Универсальные черты старения – это те, которые появляются у всех людей в «третьем» возрасте (например, морщины), в то время как вероятные черты старения вполне возможны, но не универсальны для всех (например, артрит или негативизм).

Эти термины можно противопоставить подобным им понятиям первичного старения (возрастные изменения организма) и вторичного старения (изменения, которые происходят довольно часто, но не являются обязательным сопровождением старения). Некоторые исследователи добавляют третий термин – «третичное старение» – для обозначения быстрого и заметного ухудшения физического состояния человека, непосредственно предшествующего смерти.

Другой метод определения старения состоит в разделении на раннюю и позднюю зрелость. Однако переход от одной зрелости к другой происходит постепенно и в течение долгого времени, поэтому любое измерение будет в некоторой степени произвольным.

Проведенный нами анализ относительно атрибутивности свойств «третьего возраста» позволил выделить их несколько групп (см. рисунок 1.3).



Рис. 1.3. Базовые атрибуты «третьего возраста»

**1. Биолого-физиологические.** К данной группе особенностей мы отнесли изменения, которые происходят со здоровьем людей «третьего возраста», их биологически важными жизненными функциями.

Как утверждают ученые, «если мы условно примем здоровье молодого человека 17–20 лет за 100%, то к 65 годам уровень здоровья снижается до 69%, к 75 годам – до 60%. Другими словами, с возрастом уменьшаются физические и психические возможности человека» [30].

В качестве показателей состояния здоровья используется снижение качества жизнедеятельности, которое испытывают пожилые люди. Оно непосредственно связано с уровнем заболеваемости у пожилых людей, который в 2 раза, а в старческом возрасте – в 6 раз выше, чем у молодых. Это хронические заболевания (суставные, сердечнососудистые и т. д.), понижение слуха, зрения, ортопедические проблемы [26].

В «третьем возрасте» происходят серьезные изменения в организме человека, «снижается энергетический потенциал, уменьшается количество воды, солей и микроэлементов, ухудшается кислородный обмен и кровоснабжение мозга, а также наблюдается ряд других неблагоприятных физиологических явлений. Возникает повышенная психологическая утомляемость, замедленность восприятия, реакции и мышления, ухудшается память, ослабевает мотивация деятельности; заметны изменения в эмоциональной сфере: сосредоточенность на своих интересах, обидчивость, подозрительность и т. д.» [4].

Возрастные изменения с неизбежностью затрагивают мозг человека. При старении мозга имеет место сложная перестройка, ведущая к качественному изменению его реакций. Исследования памяти показали, что в период после 70 лет в основном страдает механическое запоминание, а лучше всего сохраняется логическая память. Образная память ослабевает больше, чем смысловая, но сохраняется лучше, чем механическое запечатление. Ведущим видом памяти в пожилом возрасте становится смысловая, логическая память, хотя и эмоциональная память продолжает функционировать.

К косвенным причинам снижения интеллектуального уровня относятся психологические ожидания, психическое здоровье, физическая форма, пищевая недостаточность, принимаемые лекарственные препараты, интеллектуальная бездеятельность.

Однако некоторые исследования доказывают, что мозг людей третьего возраста не просто ослабляет свои функции, а перераспределяет их. Так, исследования, проведенные на жителях штата Мичиган и опубликованные в журнале «Psychological Science», показали, что неизбежное старение мозга человека не приводит к исчезновению каких-то его функций, а перераспределяет нагрузку между его отделами. «Что-то слабеет, а что-то улучшается, в частности, аналитические способности. Вот еще одно из доказательств силы мудрости пожилых» [29].

В процессе геронтогенеза претерпевают изменения вербальный и невербальный интеллект. По данным английского геронтолога Д. Б. Бромлея [4], снижение невербальных функций становится резко выраженным к 40 годам, а вербальные функции с этого момента интенсивно прогрессируют, достигая своего максимума в период 40–45 лет. Поэтому на работу психических функций в «третьем возрасте» влияет трудовая деятельность, осуществляемая или продолжаемая человеком, так как она приводит к сенсбилизации включенных в нее функций и тем самым способствует их сохранности.

Систематическое изучение возрастной эволюции и особенностей изменения сенсорно-перцептивных функций человека проводилось в 60-е годы XX века в психологической школе Б. Г. Ананьева [2]. В этих исследованиях было установлено, что онтогенетические изменения сенсорной (для зрения, слуха) и пропреоцептивной чувствительности имеют общий характер. Чувствительность возрастает к периоду ранней юности, затем стабилизируется и, начиная с 50–60 лет, снижается. Однако, как подчеркивал Б. Г. Ананьев, в случаях, когда профессия предъявляет повышенные требования к органам чувств (например, требования к зрительным функциям у летчиков), их функционирование даже в зрелом возрасте остается на высоком уровне, поэтому так важно продолжать, насколько это возможно по физиологическим показателям, нагружать органы чувств. Это может быть сделано с помощью специальных упражнений, домашнего хозяйства, творчества и т. д. Любая сенсорная функция проявляет свой действительный потенциал лишь в том случае, если находится

систематически в состоянии полезного для нее оптимального напряжения.

В целом, можно констатировать, что биолого-физиологические резервы здоровья людей «третьего возраста» в значительной степени истощены. «Принимая во внимание, что общественное здоровье является характеристикой качества, структуры и динамики индивидуального здоровья, неудовлетворительное состояние здоровья пожилых людей выступает как дестабилизирующий фактор социальных отношений» [8], а именно поэтому, а также учитывая их долю в структуре населения, они требуют особого внимания.

**2. Профессионально-трудовые.** Эта группа характеристик описывает изменения, которые сопровождают людей «третьего возраста» в сфере их трудовой деятельности.

Данные характеристики достаточно атрибутивны для людей третьего возраста, ведь они тесно связаны с первой группой характеристик, а также с рядом нормативных параметров, существующих в современных обществах, прежде всего, относительно выхода на пенсию. При этом, несмотря на конструирование пенсии как системы заботы о людях третьего возраста, практика показывает, что разрывы с трудовой деятельностью часто негативно сказываются на жизненном тонусе, состоянии здоровья и психике людей.

Физиологические и психологические изменения происходят на основе изменений социального статуса личности, связанных с ограничением или прекращением трудовой деятельности, трансформацией образа жизни и общения. Выход на пенсию является тяжелым испытанием особенно для тех, чья трудовая деятельность высоко ценилась, была творчески активной.

Уход на пенсию связывается с потерей перспективы будущего и обращением личности к своему прошлому. «В это время будущее не планируется, воспринимается пессимистически, значимость данной временной перспективы для личности резко падает» [1].

Главная проблема в этом отношении – это невостребованность [7]: нереализуемость потенциала, ощущение или опасение собственной ненужности. Усугубляется это тем, что потенциал

пожилого человека чаще всего внешне не соответствует (или соответствует очень мало) менталитету новых поколений, что поддерживается существующими в обществе стереотипами.

Более того, даже если не реализуется стратегия выхода на пенсию, часто используется стратегия снижения количества профессиональных функций, выполняемых людьми третьего возраста. В таком случае это снимает проблемы, связанные с пенсионной адаптацией, однако может быть воспринято как снижение уровня профессиональной пригодности, слабая профессиональная востребованность, что также становится болезненным элементом в жизни пожилых людей.

В данном случае важно, на наш взгляд, увидеть в такой ситуации позитивные моменты, когда потенциал людей третьего возраста используется максимально для организации и общества в целом.

Кроме того, изменения статуса, которые проходят в позднем периоде взрослости, не являются однозначными. Переход к жизни пенсионера, так же как и приспособление к ухудшению здоровья, часто служило сигналом потери власти, ответственности и автономии. С другой стороны, выход на пенсию может означать появление свободного времени, которое человек вправе посвящать своим увлечениям, а появление правнука – возможность чаще видеться с родными. Смысл, который вкладывается в события-маркеры (или изменение статуса), часто не менее (а иногда и более) важный, чем сами эти события.

И в этом плане необходимо использовать накопленный жизненный опыт, в том числе профессиональный, для вхождения в новый круг социальных ролей, овладения нормативными моделями поведения, которые соответствуют этим ролям, а также способами их выполнения. Именно поэтому важно создавать условия, помочь человеку продолжать отдавать себя, сохраняя тем самым устойчивость, гарантию определенной стабильности, ощущение доброй перспективы, оптимистическую и реализуемую надежду на то, что и в новых обстоятельствах человек остается востребованным.

**3. Социально-экономические** – связанные с изменением объема выполняемых ролей и их экономическими последствиями.

Трудно не согласиться, что «с раннего детства и до старости

у человека расширяется диапазон исполняемых ролей. Человек «движется» от низкой ответственности к более высокой, от зависимости к независимости, от малых умений к большей компетентности. Непрерывная смена ролей с увеличением ответственности соответствует ожиданиям общества, и человек имеет активные представления о будущей роли» [30].

Изменения, сопровождающие людей третьего возраста в этом плане, можно представить в двух плоскостях: уменьшение количества ролей и минимизация контроля над своим уровнем обеспеченности. В первом аспекте отметим, что, выйдя на пенсию, человек теряет одну из главных ролей – перестает быть добытчиком в семье, тружеником в общественном смысле, а значительный акцент смещается в сторону собственности – второго аспекта рассмотрения социально-экономических атрибутов «третьего возраста». При этом, в традиционных обществах, где экономика строилась на семейных связях, дело отца переходило к сыну, затем к внуку, активность старшего поколения была наполнена смыслом. «Концентрация экономической деятельности внутри семьи позволяла старшим осуществлять те или иные полезные функции до глубокой старости, повышала их авторитет и социальный престиж. Таким образом, пожилые сохраняли свои экономические и внутри-семейные позиции вплоть до смертного часа» [там же].

Под влиянием индустриализации и демографических сдвигов постепенно нарастает социальная дифференциация возрастных групп, усиливается возрастная специализация экономических функций, что приводит к вытеснению пожилых с рынка труда.

Собственность ложится в основу независимости и безопасности пожилого человека. В традиционных обществах собственность дает существенную власть над молодыми. Глава семьи не опасался насильственной «социальной отставки» в преклонном возрасте, так как важнейшая функция взрослой личности – труд – была пожизненной. «Самодостаточность и независимость пожилых были связаны с пожизненным контролем над семейной собственностью, что, с одной стороны, отодвигало момент экономической самостоятельности детей, а с другой – гарантировало родителям достойную старость» [30].

В наше время власть старших над молодыми, которые становятся независимыми в результате получения образования, не так сильно зависит от собственности, как в традиционных обществах. «Та легкость, с которой многие представители второго и третьего поколений американцев снимали с себя всякую ответственность за пожилых, связана с утратой «санкций» в этой области. Крах системы этих «санкций», когда-то осуществлявшихся самими стариками, может означать, что прежнее положение стариков в обществе уже не будет восстановлено» [30].

Сходного мнения придерживается I. Rosow, который считает, что на доходах держится экономика пожилого человека, а при отсутствии доходов человек «третьего возраста» становится бедным и целиком зависит от благотворительности общества. Однако, независимо от объема ролей и их экономических последствий, факт наличия данного атрибута не вызывает сомнения.

4. *Семейно-ролевые* – определяющие новые аспекты жизнедеятельности людей «третьего возраста» в семье.

Данный набор характеристик людей третьего возраста часто связан с кардинальными изменениями в семье. Возможное вдовство и выросшие дети, которые материально независимы, отбирают у пожилого важную роль – роль главы семьи. Более того, данная ситуация, а также описанные выше характеристики физиологического, профессионально-трудового и социально-экономического характера приводят к «возврату» (реальному или мнимому) людей третьего возраста в семью детей.

Исследования показывают, что «в большинстве случаев «возврат в семью» пожилых людей сопровождается негативными моментами, усилением внутрисемейной конфликтности» [30]. Способствует этому тот факт, что в современном обществе ответственность за пожилых становится формальной, ритуальной и деперсонифицированной. Этот феномен И. Кемпер называет взаимоотношением поколений.

Исследования по этой теме показывают, что социальные контакты с друзьями или соседями больше влияют на благополучие, чем контакты с детьми или родственниками; контакты с друзьями снижают чувство одиночества и повышают чувство

собственной значимости, ощущение, что тебя уважают; кроме того, семейные отношения могут быть конфликтными и служить источником неудовлетворенности.

Дружеские отношения и контакты с соседями продолжают играть важную роль и на закате жизни, но их форма меняется, они становятся менее частыми и интенсивными [там же].

Однако в данном случае, на наш взгляд, следует вновь говорить о ролевом перераспределении. Ведь доказано, что «воспитание внуков увеличивает затраты времени на выполнение пенсионерами хозяйственно-бытовых функций, что, естественно, сокращает их собственный досуг. Однако активное включение старшего поколения в выполнение воспитательных и хозяйственно-бытовых функций может приводить к повышению авторитета пожилого человека в семье, к осознанию своей полезности и положительно влиять на социальную адаптацию к выходу на пенсию» [там же]. Более того, психологические исследования показывают, что «для пожилых людей существенны внуки. Присутствие бабушек и дедушек создает необходимому ребенку чувство уверенности. Его отношения с ними складываются совсем по-иному, чем с родителями. В этих отношениях, по мнению И. Э. Плотниекс, больше равноправия, так как они требуют от ребенка сочувствия, глубже развивают эмпатию» [там же].

Таким образом, можно говорить о поливалентности семейно-ролевых атрибутов «третьего возраста».

**5. *Мировоззренческие*** – связанные с системой мировосприятия.

«Третий возраст» часто рассматривается как кризисный период в жизни человека. Происходящее значительное изменение жизненной ситуации, связанное как с внешними факторами (появление свободного времени, изменение социально-профессионального статуса), так и с внутренними (осознание возрастного снижения физической и психической силы, зависимое положение от общества и семьи), требуют от человека переосмысления ценностей, отношения к себе и к окружающему, поиска новых путей самореализации.

Поколенческий подход к рассмотрению людей «третьего

возраста», обозначенный нами в 1.2., позволяет говорить о том, что к ним принадлежат два поколения: «молчаливое» и «бэби-бумеры». Ученые выделяют следующий набор ценностей этих поколений: у «молчаливого поколения» – это преданность, соблюдение правил, законов, уважение к должности и статусу, честь, терпение, приверженность традициям; у «бэби-бумеров» – оптимизм, заинтересованность в личностном росте и вознаграждении, коллективизм и командный дух, культ молодости, здоровья [47]. Каждое из этих поколений является носителем уникального исторического и социального опыта, который является важным при формировании общего коллективного бессознательного народа. Этим категориям людей третьего возраста свойственна высокая приверженность общим и групповым нормам, традициям, чувство долга, самопожертвование и скорее безразличное отношение к материальным ценностям.

Проведенные исследования социальных установок людей третьего возраста обнаружили, что для них характерно [44]:

- отрицательное отношение к нынешней власти («раньше жизнь была лучше»);
- высокий уровень субъективного интереса к политике государства и низкая оценка возможности влиять на нее;
- неудовлетворенность жизнью;
- наличие заниженных стандартов жизни: бедность, маргинальность воспринимаются как действительность.

Такой негативизм в восприятии окружающего мира можно объяснить с помощью теории американского социолога Э. Кюблер-Росс: «Парадокс современной цивилизации состоит в том, что она умножает число стариков, воспроизводящих культуру прошлого, в то время как знания и культурные ценности эволюционируют с невиданной быстротой» [33].

Молодые люди принимают и несут очень ограниченное наследие. Их главные ценности «материальные и скорее мирские, чем священные, святые; скорее ориентированы на будущее, чем на прошлое; скорее прагматичны, чем традиционны». Люди «третьего возраста» перестают быть жизнеспособным символом продолжения истории и уважения традиций. Социальные

изменения в мире свидетельствуют об изменении традиционных ориентаций, которые ранее вызывали уважение к пожилым [30]. Более того, в современном мире роль преемственности знаний значительно ослабла. Стремительное развитие общества и научно-технический прогресс обесценили понятие опыта пожилых, который сохранился только в некоторых областях знания и искусства. Опыт уже не эквивалентен знаниям, и пожилым не удается активно включиться в социальную эволюцию. Они не могут быть образцом для молодых, не могут быть для них авторитетами и не уважаемы как «стратегические учителя» [там же].

Таким образом, можно говорить о целом ряде факторов, стимулирующих изменения в мировоззрении людей третьего возраста, характеризующегося значительным уровнем негативизма.

**6. Психологические.** Данные особенности отражают специфику психологии людей третьего возраста. Они во многом являются следствием воздействия всех перечисленных выше атрибутов.

Одной из характерных особенностей периода третьего возраста является наступающая социально-психологическая дезадаптация. Именно изменение профессионального статуса пожилого человека, утрата близких родственников, трудности в связи с самообслуживанием, ухудшение экономического положения нарушают привычные жизненные практики, требуют дополнительной мобилизации физических и психических резервов, которые в этом возрасте значительно снижены.

Потеря ролей и, как следствие этого, ролевая неопределенность деморализуют пожилых людей, лишают их социальной идентичности и часто оказывают негативное влияние на психологическую устойчивость. Ведь повседневная рутинная жизнь пожилых не является исполнением любой роли, а кроме того, неструктурированные ситуации этого периода жизни вызывают депрессию и тревогу, так как пожилые чувствуют вакуум социальных ожиданий и недостаток норм для них. В случае успешного вхождения в новые роли и ролевые отношения человек адаптируется к новой социальной ситуации, то есть к пенсионному периоду жизни. Таким образом, уровень ролевой адаптации

(соответствия ролей пожилых людей ожиданиям общества) служит одним из критериев социальной адаптации.

Неспособность самостоятельно справляться с повседневными заботами приводит к зависимости от других людей, что вызывает у многих представителей третьего возраста чувство неполноценности, бессилия, нежелания дальнейшего существования.

Становится очевидным возникающая зависимость пожилого человека от семьи. С появлением у него различных заболеваний эта зависимость только усугубляется. Их взаимоотношения с другими членами семьи начинают носить сложный характер с точки зрения экономической, нравственной, психологической [7].

Исследователи этого периода жизни особо отмечают возраст около 56 лет, когда люди, находящиеся на пороге старения, переживают чувство, связанное с тем, что можно и нужно еще раз преодолеть трудное время, попытаться, если надо, что-то изменить в собственной жизни. Большинство людей третьего возраста переживают этот кризис как последнюю возможность реализовать в жизни то, что они считали смыслом или целью своей жизни, хотя некоторые начинают просто «отсиживать» время жизни до смерти, «ждать своего часа», полагая, что возраст не дает шансов серьезно что-то изменить в судьбе. Выбор той или иной стратегии зависит от личностных качеств и тех оценок, которые личность дает собственной жизни. В то же время «кризис 56 лет» является условным, так как в последнее время возраст выхода на пенсию увеличивается; также эта условность относится и к тем, кто работает в сферах, где предполагается более длительная профессиональная занятость (прежде всего, образование), либо на должности советников, наставников, экспертов; третья группа – «самозанятые», предприниматели. Такая социальная включенность способствует формированию интегративности.

Интегративность как базовое качество старости исследовал Э. Эриксон в рамках своей эпигенетической теории. Он выделил несколько характеристик переживания чувства интегративности [55, р. 18–46]:

1. Всевозрастающая личностная уверенность в своей склонности к порядку и осмысленности;

2. Пост-нарцисстическая любовь человеческой личности (а не особи) как переживание, выражающее какой-то мировой порядок и духовный смысл, независимо от того, какой ценой они достаются;

3. Приятие своего жизненного пути как единственно должного и не нуждающегося в замене;

4. Новая, отличная от прежней, любовь к своим родителям;

5. Товарищеское, причастное, присоединительное отношение к принципам отдаленных времен и различным занятиям в том виде, как они выражались в словах и результатах этих занятий.

Носитель такой личностной целостности, хотя и понимает относительность всех возможных жизненных путей, придающих смысл человеческим усилиям, тем не менее, готов защищать достоинство своего собственного пути от всех физических и экономических угроз. Тип целостности, развитый его культурой или цивилизацией, становится «духовным наследием отцов», печатью происхождения. Перед лицом такой итоговой консолидации его смерть теряет свою силу. На этой стадии развития к человеку приходит мудрость, которую Э. Эриксон определяет как отстраненный интерес к жизни перед лицом смерти.

Мудрость Э. Эриксон предлагает понимать как форму такого независимого и в то же время активного взаимоотношения человека с его ограниченной смертью жизнью, которая характеризуется зрелостью ума, тщательной обдуманностью суждений, глубоким всеобъемлющим пониманием. Для большинства людей суть ее составляет культурная традиция.

Утрата или отсутствие эго-интеграции приводит к расстройству нервной системы, чувству безысходности, отчаяния, страху смерти. Здесь реально пройденный человеком жизненный путь не принимается им как предел жизни. Отчаяние выражает чувство, что времени уже осталось слишком мало для попытки начать жизнь сначала, устроить ее по-другому и попытаться достичь личностной целостности другим путем. Отчаяние маскируется отвращением, мизантропией или хроническим презрительным недовольством определенными социальными институтами и отдельными людьми. Как бы то ни было, все это свидетельствует

о презрении человека к самому себе, но достаточно часто «миллион терзаний» не складывается в одно большое раскаяние.

Окончание жизненного цикла порождает также «последние вопросы», мимо которых не проходит ни одна великая философская или религиозная система. Поэтому любая цивилизация, по Э. Эриксону, может быть оценена по тому, какое значение она придает полноценному жизненному циклу индивида, так как это значение (или его отсутствие) затрагивает начала жизненных циклов следующего поколения и влияет на формирование базового доверия (недоверия) ребенка к миру.

Как показывает обобщение научных исследований относительно психологических особенностей пожилых людей, они также могут испытывать трудности в общении; быть склонны к самоубийствам; страдать от депрессии; переживать чувство вины перед умершими близкими; испытывать страх перед смертью и страх быть недостойно погребенными [31].

У людей пожилого возраста постепенно изменяется мотивационная сфера, и немаловажным фактором здесь является отсутствие необходимости ежедневно трудиться, выполнять принятые на себя обязательства. Согласно А. Маслоу, ведущими потребностями в «третьем возрасте» становятся телесные потребности, потребность в безопасности и надежности.

Многие люди в этот период жизни начинают жить «одним днем», наполняя каждый такой день простыми заботами о здоровье и поддержании жизнедеятельности и минимального комфорта. Даже простые домашние хлопоты и несложные проблемы становятся значимыми для сохранения ощущения занятости, необходимости что-то делать, быть нужным себе и другим.

У пожилого человека резко изменяется структура психологического времени. В хронотопе личности резко уменьшается доля будущего времени, расширявшего ее жизненное пространство, препятствовавшего прошлому завладеть когнитивно-эмоциональной сферой.

Л. В. Бороздина, И. А. Спиридонова в исследованиях временной трансперспективы личности приводят следующие экспериментальные данные. К 50 годам люди думают, что они прогресси-

руют в своем развитии, в 60 лет прошлое, настоящее и будущее оцениваются равнозначно, в 70 лет прошлое кажется лучше настоящего, а настоящее – лучше будущего. Респонденты позднего возраста склонны локализовать «лучший» возраст в прошлом: пенсионеры считают, что лучший возраст – 40 лет, а молодые люди (молодожены и старшеклассники) в качестве лучшего называют свой возраст [30].

Люди третьего возраст» не строят долгосрочных планов. Их психологическое время изменяется, и большее значение теперь имеют жизнь в настоящем и воспоминания о прошлом, чем будущее, хотя определенные «нити» в недалеком, обозримом будущее все же протянуты.

Кроме того, неструктурированные ситуации пожилого возраста вызывают депрессии и тревогу, так как пожилые чувствуют вакуум социальных ожиданий и недостаток норм для них. Справедливо считают, что в пожилом возрасте происходят систематические социальные потери и отсутствуют приобретения. «Главные жизненные задачи выполнены, ответственность уменьшается, зависимость возрастает» [30].

Бесспорно, разного рода утраты, нередко сопутствующие пожилому возрасту, такие как потеря работы, смерть близкого человека, ухудшение здоровья, снижение социального статуса, престижа, могут вызвать депрессию: это естественная реакция человека на сильный стресс. Но ведь депрессия бывает и адаптивной: понимание, обретенное в период депрессивной бездеятельности, может в будущем обернуться более эффективными стратегиями взаимодействия с миром [21].

При старении появляется ограничение внешнего и внутреннего перцептивного пространства отдельных или параллельно осуществляемых когнитивных процессов, что обозначается как «сужение объема психической деятельности» [30].

По мнению Е. И. Холостовой, с выходом на пенсию у пожилых людей изменяются привычные жизненные стереотипы, возникают психологические трудности. Порой это ведет к возникновению чувства одиночества, ненужности. Чаще всего оно наступает в результате смерти одного из супругов [31].

Факторами, способствующими тому, что человек начинает «чувствовать свой возраст», переживать отчаяние и депрессию, становятся в этом случае следующие процессы: переживание горя; необходимость искать новых людей, которые примут человека в свой круг и заполнят образовавшийся «вакуум»; необходимость учиться решать многие проблемы самому и т. д. Наоборот, человек менее остро переживает одиночество, если он ощущает комфортность и стабильность существования, счастлив в домашней обстановке, удовлетворен своими материальными условиями и местом жительства, если у него есть потенциальные возможности осуществлять по собственному желанию контакты с другими людьми, если он вовлечен в какие-то ежедневные, пусть и необязательные, виды деятельности, если он ориентирован на элементарные, но обязательно долгосрочные проекты (ждет правнука, покупки автомобиля или защиты диссертации сына, урожая от посаженной когда-то яблони и т. д.) [30].

Однако уже сегодня существует отход от односторонней трактовки изменений личности в «третьем возрасте». Российский психиатр Н. Ф. Шахматов в одной из своих последних работ, фундаментальном исследовании психического старения, исходил из того, что личность представляет собой единую систему и возрастные изменения затрагивают всю структуру личности в целом [51]. И если болезненные черты личности (акцентуации) имели место в ранних возрастах, то в старости они лишь усугубляются, «заостряются», что свидетельствует о начинающемся возрастно-органическом процессе, о начале болезни. Н. Ф. Шахматов делает вывод о том, что в позднем периоде жизни не происходит изменений в личностных характеристиках, ни нравственные, ни социальные качества личности не утрачиваются.

Зарубежные исследования пожилых людей также показали несостоятельность тезисов, как об общем сокращении духовной продуктивности, так и о деградации личности, т. е. дезинтеграции и снижении способности к адаптации.

В целом же можно говорить, что существуют безусловные психологические атрибуты «третьего возраста», которые в совокупности с другими выделенными нами группами характеристик

позволяют создать обобщенный характерологический портрет людей третьего возраста.

В своей совокупности обозначенная нами система атрибутов «третьего возраста» позволяет в первом приближении коснуться образа жизни этих людей как системы видов жизнедеятельности данной социальной группы, определяемой социально-экономическими условиями их жизни: трудом, бытом, общественной жизнью и культурой. Уровень жизни – экономическая категория, выражающая степень удовлетворения материальных и культурных потребностей пожилых людей, обеспеченности потребительскими благами, которые характеризуются преимущественно количественными показателями (размер доходов, объем реального потребления благ и услуг, уровень потребления продовольственных и непродовольственных товаров, жилищные условия и т. д.). Качество жизни – категория и социальная, свидетельствующая об удовлетворении материальных и культурных потребностей людей третьего возраста (качество питания и одежды, комфортность жилья, структура расселения и т. д.) [30].

Однако и качество жизни, и проявления атрибутивных качеств у людей «третьего возраста» могут значительно отличаться. В связи с этим интересна классификация социально-психологических типов старости И. С. Кона, построенная на основании зависимости типа от характера деятельности, которой старость заполнена [37]:

1. Активная, творческая старость, когда человек выходит на заслуженный отдых и, расставшись с профессиональным трудом, продолжает участвовать в общественной жизни, воспитании молодежи и т. д.;

2. Старость с хорошей социальной и психологической приспособленностью, когда энергия стареющего человека направлена на устройство собственной жизни – материальное благополучие, отдых, развлечения и самообразование – на все то, на что раньше не доставало времени;

3. «Женский» тип старения – в этом случае приложение сил человека находится в семье: в домашней работе, семейных хлопотах, воспитании внуков, в даче; поскольку домашняя работа

неисчерпаема, таким старикам некогда хандрить или скучать, но удовлетворенность жизнью у них обычно ниже, чем у двух предыдущих групп;

4. Старость в заботе о здоровье («мужской» тип старения) – в этом случае моральное удовлетворение и заполнение жизни дает забота о здоровье, стимулирующая различные типы активности; но в этом случае человек может придавать излишнее значение своим реальным и мнимым недомоганиям и болезням, а его сознание отличается повышенной тревожностью.

Эти четыре типа И. С. Кон считает психологически благополучными, но есть и отрицательные типы развития в старости. Например, к таковым могут быть отнесены старые ворчуны, недовольные состоянием окружающего мира, критикующие всех, кроме самих себя, всех поучающие и тревожащие окружающих большим количеством претензий. Другой вариант негативного проявления старости – разочарованные в себе и собственной жизни одинокие и грустные неудачники. Они винят себя за свои действительные и мнимые упущенные возможности, не способны прогнать прочь мрачные воспоминания о жизненных ошибках, что делает их глубоко несчастными.

Очевидно, что у одних процесс проживания «третьего возраста» происходит болезненно, сопровождается переживаниями, пассивностью неумением найти новые занятия, новые контакты, по-новому взглянуть на себя и окружающий мир. Другая категория людей «третьего возраста», напротив, адаптируется быстро, не склонна драматизировать переход к новому образу жизни. Они полностью используют увеличившееся свободное время, находят новую социальную среду [31].

В итоге, ученые выделяют две большие группы среди людей третьего возраста, которые условно можно назвать [8]:

1) социально стабильной группой. Несмотря на все присущие пожилым людям социальные, психологические и физиологические проблемы, представители данной группы не имеют ярко выраженных или устойчивых проблем взаимодействия с социумом (семьей, друзьями и социальной средой в целом);

2) социально проблемной группой, представители которой,

наоборот, имеют ярко выраженные временные, постоянные или нарастающие проблемы взаимодействия с социумом, заставляющие каждого человека третьего возраста все в большей степени испытывать снижение личностного и социального статуса без какой-либо надежды на улучшение жизни.

Данные классификации отражают типы людей третьего возраста на основании объединения объективных и субъективных критериев, которые зачастую тесно связаны между собой.

Однако в «третьем возрасте» важны не только изменения, происходящие с человеком, но и отношения человека к этим изменениям. В типологии Ф. Гизе выделяются три типа пожилых людей и старости как социального явления [17]:

1. Старик-негативист, отрицающий у себя какие-либо признаки старости и дряхлости;

2. Старик-экстравертированный (по типологии К. Г. Юнга), признающий наступление старости, но к этому признанию приходящий через внешние влияния и путем наблюдения окружающей действительности, особенно в связи с выходом на пенсию (наблюдения за выросшей молодежью, смерть близких и друзей, новшества в области техники и социальной жизни, изменение положения в семье);

3. Интровертированный тип, остро переживающий процесс постарения (появляется оживление воспоминаний о прошлом – реминисценций, интерес к вопросам метафизики, малоподвижность, ослабление эмоций, стремление к покою).

Таким образом, можно говорить о том, что существует несколько групп атрибутивных характеристик людей третьего возраста, которые, обладая универсальностью, могут по-разному сочетаться у представителей рассматриваемой группы.

#### **1.4. Стереотипизация «третьего возраста» в современном обществе**

В жизни человека, в процессах познания окружающей действительности заметную роль играют социальные стереотипы. Социальный стереотип (от греч. stereos – твердый и typos –

отпечаток) – стандартизированный, устойчивый, эмоционально насыщенный, ценностноопределенный образ, представление о социальном объекте.

«Будучи сконцентрированным выражением социальных установок социальные стереотипы выполняют функции регуляции и интеграции в жизнедеятельности индивида и социальной общности. Функциональное назначение социальных стереотипов состоит в том, чтобы феноменологически поляризовать в противоположных образах стороны социальных противоречий, психологически мобилизовать на их разрешение силы участников социального процесса. Социальный стереотип – образ полярной по знаку оценки, жестко фиксированный, не допускающий ни малейшего сомнения в его истинности, побуждающий к строго однозначному действию. Стереотипы могут быть позитивными и негативными, точными и неточными. Точный стереотип даже может быть желательным [13, с. 290–291].

По У. Липману, стереотипы служат защитным механизмом позиции человека, его системы ценностей, помогают в восприятии сложных социальных ситуаций. Использование типизационных схем позволяет снизить вероятность ошибки при выборе варианта поведения в той или иной обстановке при дефиците времени. Согласно социокультурному подходу, важными функциями стереотипов являются социализация, идентификация и адаптация. Вместе с тем, нельзя не отметить негативного влияния социальных стереотипов. Во-первых, высокая устойчивость стереотипа не позволяет ему трансформироваться вслед за изменением объекта стереотипизации. Поэтому он часто показывает положение дел в прошлом, выступая тормозом позитивного развития. Во-вторых, стереотип препятствует восприятию индивидуальности конкретного человека, «подошедшего» под ту или иную типизационную схему, которая может абсолютно ей не соответствовать. В-третьих, социальные стереотипы, воздействуя на сам объект стереотипизации, подталкивают его следовать предъявляемым социальным ожиданиям, что не всегда вызывает конструктивное поведение.

Социально-демографическая группа людей третьего возраста – одна из наиболее стереотипизированных в современном

обществе. Некоторые исследователи (Н. Латски, Т. Брубакер) утверждают, что социальные стереотипы о пожилых людях представляют собой переплетение положительных и отрицательных суждений, соотношение удельного веса которых идентично для всех возрастных групп. Однако большинство ученых, изучающих геронтологические социальные стереотипы, придерживаются иного мнения. Так, М. Кермис, Ж. Бодрийяр, М. Елютина и др. по результатам исследований делают вывод о доминировании в современной культуре негативных стереотипов о людях третьего возраста. Широкое распространение медикалистского подхода обусловило патогенную установку на процесс старения, переводя ряд геронтологических проблем в разряд гериатрических. Нивелирование значения позднего периода жизни, нацеливание поколений на избежание старости влечет за собой неумение пожилых людей стариться, а молодых – адекватно воспринимать старость [40].

В массовом сознании роль человека третьего возраста очень неясна, в обществе отсутствуют соответствующие ролевые ожидания. «Когда человек стареет, общество и семья не предъявляют к нему никаких требований, отвергают его, тем самым лишая определенной роли и меняя статус. Меняется состояние здоровья, а неадаптивные стили жизни после выхода на пенсию влияют на то, что человек становится зависимым, его статус понижается» [30].

Поэтому различные социологические исследования, посвящённые проблемам восприятия старости общественным сознанием, рисуют неоднозначную картину распределения мнений населения о пожилом возрасте, его преимуществах и недостатках, общественной значимости и социальной востребованности потенциала старшего поколения. Это приводит к тому, что понятие «стереотип» в геронтологической литературе традиционно применяется для выражения негативного отношения к пожилым.

Однако социальный стереотип (в нашем случае стереотип пожилых) включает в себя оценку определенного объекта (пожилых людей) и ее эмоциональную окраску (отношение к ним), т.е. когнитивный и аффективный элементы в сумме с поведенческим дают особый аттитюд (установку на пожилых). Установки

в отношении лиц преклонного возраста не являются универсальными и зависят от специфического стереотипа, сформировавшегося у индивида [46].

Это означает, что в действительности стереотипы, существующие в обществе относительно людей «третьего возраста», характеризуют не только их, но и само общество, и эта тенденция имеет свои исторические корни. Так, Н. J. von Kondratowitz изучал ключевые слова: старость, старый человек, продолжительность жизни, мужчина, женщина, бедный, обеспечение старого возраста и другие по 37 словарям и энциклопедиям, выпущенным с 1721 г. по 1914 г. Автор обнаружил, что «открытость и широта» в оценке стадий жизни в рассматриваемый исторический период уменьшались, «съеживались». Амбивалентность, которая вела к преобладанию положительной оценки старого возраста, уже к 1914 г. сузилась до негативного определения [30].

Дифференциация социальных статусов и возрастная стратификация во многих западных обществах и культурах осуществлялись и продолжают осуществляться в соответствии с такими социальными ценностями, считающимися нормативными, как продуктивность и результативность. Это обстоятельство, в частности, лежит в основе негативно-пренебрежительного отношения к пожилым людям, как к субъектам, которые не соответствуют данным требованиям.

Характеризуя положение людей пожилого возраста в обществе, исследователи (В. Альперович, М. Елютина, А. Лидерс и др.) отмечают, что оно заметно ухудшилось во второй половине XX в. Отмечается также и то, что в обществе исчезает уважение к возрасту, уступая место безразличию, вражде по отношению к пожилым людям. Негативной оценке граждан старшего поколения способствует усиленная пропаганда средствами массовой информации молодежной субкультуры с одновременным навязыванием пожилым людям роли общественного балласта, что не соответствует действительности [31].

В результате появился общественный стереотип пассивного пожилого человека, нуждающегося в постоянном уходе, являющегося лишь дополнительной ненужной нагрузкой для здоровых

людей, что способствует появлению у пожилых людей чувства вины. Негативные стереотипы пожилых и аттитюды к ним говорят о том, что общество пока не смогло найти адекватные формы взаимодействия с ними [46].

Обобщение наиболее типичных негативных стереотипов о людях третьего возраста, представленных в западных и отечественных концепциях (например, К. Винтор, М. Кермис и др.), позволило нам составить их общий перечень. Так, к основным негативным стереотипам о людях «третьего возраста» относятся:

1. Все люди третьего возраста одинаковы.
2. Все люди третьего возраста подвержены депрессии.
3. Люди третьего возраста – обуза для других.
4. Все люди третьего возраста одиноки; они социально изолированы.
5. Увольнение с работы порождает проблемы больше для мужчин, чем для женщин третьего возраста.
6. Большинство людей третьего возраста изолировано от своих семей.
7. Люди третьего возраста не интересуются половой жизнью или не способны к ней.
8. Умственные качества с возрастом ухудшаются.
9. Большинство людей третьего возраста бедны.
10. У большинства людей третьего возраста есть жилищные проблемы.
11. Люди третьего возраста, как правило, слабые и больные.
12. Люди третьего возраста не являются политической силой и нуждаются в защите.
13. Большинство людей третьего возраста плохо справляется с работой; работоспособность, продуктивность, мотивация, способность воспринимать новшества и творческая активность у них ниже, чем у молодых работников. Вероятность несчастных случаев у пожилых работников выше, чем у остальных.
14. Люди третьего возраста медленнее соображают, у них ниже способность к обучению.
15. Большинство людей третьего возраста заостенели в своих привычках и не способны их менять.

Очевидно, что негативный полюс стереотипов охватывает достаточно широкий круг сфер жизнедеятельности людей третьего возраста – от общественных до личных. Однако, наряду с негативными стереотипами, можно выделить и позитивные (напр., см. классификацию Крайга).

Достаточно большое количество исследований не подтвердили очевидность негативного стереотипизирования пожилых людей (напр., Braithwaite). Они оцениваются более негативно, чем молодые только в том случае, если они физически недееспособны или умственно отсталые.

В итоге, в содержании стереотипа пожилых наряду с негативными характеристиками присутствуют и позитивные (забота о семье, доброта, наличие большого опыта, мудрость, духовная значимость пожилых для молодежи, пожилые прожили достойную жизнь).

Систематизация позитивных стереотипов о людях третьего возраста позволяет выделить следующие из них:

- ◆ люди «третьего возраста» являются потенциальной политической силой. Они голосуют и принимают участие в политической жизни. Они едины и их много;
- ◆ люди третьего возраста легко сходятся с людьми. Они добры и приветливы;
- ◆ большинство людей третьего возраста отличаются зрелостью, жизненным опытом и мудростью. Они интересные люди;
- ◆ большинство людей третьего возраста умеют слушать и особенно терпеливы по отношению к детям;
- ◆ большинство людей третьего возраста отличаются добротой и щедростью по отношению к своим детям и внукам.

Можно заметить, что набор позитивных стереотипов также охватывает достаточно широкий спектр сфер жизнедеятельности людей третьего возраста.

Следует отметить, что многочисленные отечественные и зарубежные исследователи фиксируют в общественном сознании сочетание двух блоков стереотипов. Например, среди черт характера, которые представители современных обществ приписывают пожилым людям, лидируют мудрость и доброта (19% и 14% от

числа опрошенных). При этом, 11% указывают на ворчливость пожилых, 10% – на рассудительность, 9% – на добросовестность. По 6% считают людей старшего возраста вежливыми, добропорядочными, по 5% – болезненными, наивными, отзывчивыми. К числу остальных характеристик относятся: мужественные (4%), апатичные, экономные, озлобленные, занудные, отчаявшиеся (по 3%), патриотичные, бестолковые, консервативные, бедные, подозрительные, великодушные, искренние (по 2%), общительные, гордые, жизнерадостные (по 1%). Вместе с тем, пожилой возраст многих пугает угрозой потери здоровья (11%), бедности, беспомощности и одиночества (по 8%). Экономические проблемы пожилого возраста отражены в суждении о том, что сбережения являются более значимым условием хорошего самочувствия в старости, нежели интересно прожитая жизнь (53% против 39% соответственно) [28].

Позитивный настрой остаётся стабильным в пределах погрешности для всех возрастных групп трудоспособного населения. Это может свидетельствовать о чувствительном восприятии негативных явлений, которое в принципе имеет тенденцию к нарастанию с возрастом. Это в особенности характерно для среднестатистического обывателя, не отличающегося ни изрядной долей оптимизма, ни превалированием пессимизма в суждениях. Природный оптимизм же, если он изначально заложен в чувственный мир человека, имеет куда большую способность к сохранению на всех этапах жизни [34].

Результаты других исследований свидетельствуют о высокой распространенности негативных социальных стереотипов по поводу старости и старения, в частности отмечается явное преувеличение возрастных изменений, приписывание пожилым людям отрицательных, а также социально порицаемых качеств [40]. В массовом сознании доминирующим является мнение об ухудшении в пожилом возрасте умственных способностей, памяти. Так считают 65,2% респондентов. Около трети опрошенных согласны с тем, что пожилые люди чаще всего озабоченные, озлобленные, а человеческие качества и характер с годами портятся. Среди пожилых респондентов распространенность мнений об ухудшении

с возрастом обсуждаемых качеств на 10–15% ниже, чем среди представителей других возрастных групп. Тем не менее, преобладание взгляда на третий возраст как период снижения умственных и трудовых способностей, а также акцентирование негативных качеств характера пожилых отмечается и в группе респондентов старше 55 лет. В то же время 53,8 % респондентов видят в пожилых сотрудниках опору в наиболее сложных рабочих ситуациях. При этом рельефной оказывается зависимость такой точки зрения от возраста: если среди 16–25-летних опрошенных такого мнения придерживаются 28,5%, то в старшей возрастной группе – 75,5% [там же].

Достаточно распространено мнение о том, что пожилым следует доверять менее квалифицированные и ответственные работы, что, якобы, такие сотрудники ищут случая, чтобы взвалить трудную работу на молодежь. Этому противоречит позиция более половины респондентов, что в сложной рабочей ситуации именно у сотрудников «третьего возраста» они будут искать поддержку. Сами пожилые люди, продолжающие трудовую деятельность, совершенно не склонны видеть себя балластом предприятия. Противоречие заключено в том, что сопротивление негативным геронтологическим стереотипам в профессионально-деловой сфере выражено гораздо рельефнее, чем его влияние на мнения и поведение представителей всего старшего поколения, ослабленное прочими внедряемыми стереотипами о старости и пожилом возрасте [там же].

Исследования характеристик людей третьего возраста дополняются исследованиями, в которых изучались стереотипы-ожидания о том, что должны делать пожилые люди на пенсии, об их ролевом поведении. Ученые обнаружили две основные группы этих представлений. Первая – занятие собой, которое включает следующие подкатегории: пожилые люди должны отдыхать, развлекаться, вести активный образ жизни, общаться, жить для себя. Вторая – помощь семье: пожилые должны воспитывать внуков, помогать семье и детям, выполнять домашнюю работу [16].

Таким образом, в современном общественном сознании сочетаются позитивные и негативные стереотипы о людях «третьего

возраста», причем они имеют место даже в самой этой возрастной группе. И здесь хотелось бы сакцентировать внимание на исследовании Б. Леви. Она на протяжении 20 лет наблюдала несколько сотен людей в возрасте 50 лет и старше и сделала вывод, что те, кто воспринимает «третий возраст» позитивно, живут в среднем на 7,5 года больше, чем те, кто видит этот возраст источником немощей и временем угасания [10].

По данным исследования ВЦИОМ, уважение является наиболее распространённым чувством по отношению к пожилому человеку (57%). У 38% опрошенных люди пенсионного возраста вызывают жалость, у 35% – желание оказать помощь. Практически каждый пятый испытывает чувство несправедливости (21%) и злости на государство (20%). При этом последнее чаще касается самих пожилых граждан – респондентов старше 60 лет (28 и 25% соответственно). Реже всего пожилые люди вызывают чувство неловкости (8%), восхищения, гордости за страну, спокойствие (по 4%), раздражение (2%) [28].

Обращение внимания на стереотипы о людях третьего возраста является ценным не только с точки зрения фиксации их широкого набора. Важным видится понимание причин их распространения.

Стереотипы действуют на индивидуальном, групповом уровнях и на уровне общества в целом. Макросоциальный анализ показывает, что отношение к пожилым людям является производным от доминирующей системы ценностей. Такой точки зрения придерживается, в частности, шведский геронтолог Ларс Торнстон [54]. В частности, дифференциация социальных статусов и возрастная стратификация общества осуществлялись и, вероятно, продолжают осуществляться в соответствии с двумя базовыми нормативными ценностями западного общества – продуктивностью и результативностью, которые в конечном счете и лежат в основе негативно-пренебрежительного отношения к пожилым людям как к субъектам, которые не соответствуют требованиям «трудовой этики».

Отношение к старости часто рассматривается как производное от экономической структуры общества, политических идеалов, социальных идей, культурного и исторического наследия [56].

Например, «экономический» избыток старых людей, созданный политикой фиксированного возраста выхода на пенсию, может легитимировать представление, что старые люди социально и политически лишние, и таким образом превращать их в маргиналов [57].

Как отмечает С. Collette-Pratl, позитивное отношение к жизни коррелирует с удовлетворенностью, которая представляется тремя факторами: продолжением социальных связей, финансовой независимостью и хорошим здоровьем. В старости именно эти факторы становятся негативными: появляются или возможны социальная изоляция, финансовая беспомощность и плохое здоровье. Они могут влиять на негативное отношение к пожилым.

Другое объяснение девальвации старого возраста – невозможность для пожилого человека быть продуктивным, ориентированным на достижение. Для индустриальных западных обществ характерна высокая оценка таких качеств, как вера в собственные силы, автономность [46].

Среди множества причин негативного стереотипизирования людей «третьего возраста», по мнению ученых, наиболее выделяются две: превалирование медикалистского подхода в общественном сознании и чрезмерная значимость моды в оценке различных феноменов и процессов. Медикалистский подход заставляет акцентировать внимание на биологических особенностях объектов и блокирует процесс восприятия чьей-то прожитой жизни как непреходящей ценности. мода, объективно влияя на сознание различных групп, в особенности молодёжи, нацеливает субъекта на интерпретацию всего пройденного как старого и ненужного [34].

Кроме того, с начала XX в. модернизация изменила отношение общества к пожилым людям. Причины этого заключались в том, что:

- современное здравоохранение увеличило число старых людей, возраст популяции;
- современная технология создала новые производства и трансформировала старые, что привело к потере старыми людьми работы, дохода и статуса;

- урбанизация привлекла молодых в города, что вызвало разрушение многопоколенных семей;

- рост массового образования и грамотности уничтожил мистический ореол старости в смысле мудрости и знания [30].

Таким образом, возникновение стереотипов о людях «третьего возраста» – неизбежный процесс, по крайней мере до тех пор, пока общество не найдет в себе силы принимать и оценивать их по-другому.

А пока «предрассудки и предубеждения против пожилых могут усиливаться средствами массовой информации, массовой культуры, литературы, рекламы. Конечно, это не значит, что существует явный и осознанный заговор с целью распространения негативного образа позднего возраста. Но поскольку система представлений о старении пронизывает все сферы социальных взаимодействий, профессиональных и личных контактов, в какой-то мере они становятся осознанными и получают статус «правды», что усиливает страх старения у всего общества» [18].

Негативные представления о позднем возрасте оказывают влияние как на политику и идеологию, так и на личностные ценности, опыт и самоощущение пожилых людей. Стереотипы, связанные со старением, являются своеобразной матрицей отношений. Как механизм идентификации и самоидентификации они ограничивают прежде всего самих пожилых, принуждая их соответствовать негативным образам, вызывая изменения самооценки и формируя заниженные ожидания. Но, пожалуй, еще опаснее то, что последствия этого сказываются в политике, дискриминирующей пожилых людей как группу. Естественно, если негативные представления о старости допускаются в обществе и тем более преобладают в нем, то политики могут усваивать эти взгляды и ретранслировать их [18].

В целом же следует помнить, что стереотипы о людях третьего возраста могут выражать сознание того, кто мы такие, и обеспечивать нам социальное признание; могут защищать нас от тревоги, проистекающей из недостатка безопасности или внутреннего конфликта; они также могут развивать интерес к самим себе, поддерживая то, что доставляет нам удовольствие, и препятствуя

тому, что нам неприятно. Это важно еще и потому, что рано или поздно это коснется каждого из нас.

### **1.5. Ключевые проблемы «третьего возраста» и стратегии его проживания**

Психологические и социальные изменения, которые происходят в процессе старения, ставят в качестве первоочередной задачи исследование особенностей социального поведения пожилых. Проблема общения пожилых людей, их адаптации к новым ролям и условий жизни не только существует, но и более значима для этого возрастного периода по сравнению с предыдущим. Успешная социализация пожилых людей – одно из основных условий поддержания высокого качества их жизни. Среди наиболее важных проблем людей третьего возраста называются одиночество, состояние здоровья и экономические проблемы. Кроме этого, часто говорят о невостребованности в семье и обществе; неконкурентности на рынке труда и др.

Очевидно, что в «третьем возрасте» актуальным становится не только поддержание физической активности, но и психологического здоровья, связанного с процессом адаптации к новым социальным ролям, осознанием своих возможностей в социуме, формированием системы «позднего» целеполагания.

Одна из важных проблем людей третьего возраста – поддержание и сохранение своей социальной сети, которая играет в жизни каждого человека значительную роль. После 60 лет постепенно приходит осознание социального отчуждения от последующих поколений, которое переживается болезненно, особенно в обществах, где нет необходимой социальной поддержки старости. Многие люди третьего возраста часто живут с ощущением ненужности, брошенности, невостребованности, обесцененности. Это означает, что в старости отмечается не только сужение межличностных контактов, но и нарушение самого качества человеческих взаимоотношений. Эмоциональные люди «третьего возраста», остро чувствуя это, «часто предпочитают деморализующее добровольное затворничество унижению,

которое они усматривают в риске стать обузой и испытать на себе глумливое высокомерие молодых. Эти переживания могут стать и основой старческих суицидов наряду с материальной необеспеченностью, одиночеством, страхом умереть в одиночестве» [26].

Для многих пожилых людей важной проблемой становится одиночество – социально-психологическое состояние, характеризующееся узостью или отсутствием социальных контактов, поведенческой отчужденностью и эмоциональной невовлеченностью индивида. Основными причинами одиночества в пожилом и старом возрасте являются разрушение деловых связей, длительная болезнь, смерть близких, друзей, супруга, родственников [26].

Следует отметить, что данная проблема достаточно распространена, однако не является всеобъемлющей. Так, в исследовании Н. В. Паниной было обнаружено, что люди, у которых после выхода на пенсию увеличилось число контактов, удовлетворены своим положением. Среди пенсионеров, отметивших уменьшение социальных связей, своим положением не удовлетворены 34%.

Переход человека в группу людей третьего возраста существенно изменяет и его взаимоотношения с обществом, и такие ценностно-нормативные понятия, как цель и смысл жизни, добро и счастье и т. д., значительно меняется образ жизни людей. С этим связано и то, какой может остаться или до каких размеров может трансформироваться социальная сеть человека третьего возраста. Ведь на социальные связи влияет широкий круг факторов. Например, известно, что люди старше 60 лет часто жалуются на здоровье и возраст, хотя не выглядят ни очень больными, ни очень старыми. Л. М. Герман отмечал, что такие явления часто наблюдаются после утраты близкого человека (вдовства) или в ситуации старения в одиночестве, т.е. одинокие пожилые люди чаще ощущают себя больными [37].

Такая ситуация способствует тому, что люди «третьего возраста» «исключаются» из общества, попадают на его периферию. И данная тенденция хорошо объяснима с точки зрения теории разобществления.

Теория разобществления, выдвинутая Дж. Розен и Б. Ньюгартен и дополненная Е. Камминг и В. Генри, широко распространена

на Западе. Разобществление – это психосоциальное явление, объясняющееся как природными изменениями психологии стареющей личности, так и воздействием на нее социальной среды. Явление разобществления выражается в изменении мотивации, сосредоточении на своем внутреннем мире и спаде коммуникативности.

Суть теории заключается в том, что стареющий человек удаляется от общества. Разрыв между личностью и обществом происходит после выхода на пенсию. Пожилой человек продолжает по инерции поддерживать старые связи, интересуется тем, что происходит на работе. Затем эти связи становятся искусственными и постепенно прерываются. Количество поступающей к человеку информации уменьшается, круг его интересов сужается, активность падает, в связи с чем ускоряется процесс старения. Объективно «разобществление» находит выражение в утрате социальных ролей, ухудшении состояния здоровья, снижении дохода, утрате или отдалении близких людей. Субъективно оно выступает в ощущении своей ненужности, сужении круга интересов, сосредоточении на своем внутреннем мире [30].

Современные исследования различных аспектов данной проблемы показывают, что она весьма актуальна. Так, в социологическом исследовании, проведенном в 2011, пожилым гражданам было предложено ответить на вопросы, касающиеся отношения к ним со стороны различных субъектов – государства, семьи и т. п. На вопрос «Ощущаете ли Вы свою нужность...» ответы распределились следующим образом: «...государству» – 7,3%, «...семье (детям, внукам, родственникам)» – 69,8%, «...окружающим людям (друзьям, знакомым, коллегам)» – 11,7%. Не дали ответа 10,2% респондентов. Крайне настораживает тот факт, что, помимо уже привычной конфронтации пожилых с государством, треть опрошенных не указывает даже на внимание со стороны родственников [42].

Особое место в системе проблем людей «третьего возраста» занимает «эйджизм». Понятие «эйджизм» ввел директор национального института старения США Р. Н. Батлер в 1969 году, обозначая им дискриминацию одних возрастных групп другими

[54]. Такая дискриминация в современных условиях приобретает особые черты и разновекторные проявления. Например, увеличение средней продолжительности жизни, рост численности пожилого населения ведет к усилению конкуренции представителей различных возрастных групп между собой, особенно в профессионально-деловой сфере, где количество рабочих мест ограничено [40]. Еще в конце 1970-х гг. по результатам медицинских обследований был сделан вывод о том, что около 80% пенсионеров первого пенсионного пятилетия и значительная часть пенсионного второго пятилетия являются полностью или частично трудоспособными людьми [22]. Тем не менее, как справедливо отмечает Н. П. Щукина, большинство современных людей «третьего возраста» сегодня экономически не активны [39, с. 68], при этом 60% из них хотели бы работать [52, с. 51–52]. Игнорированию пожилых работников как социально полезной группы способствуют негативные социальные стереотипы о старости и старении, которые содействуют закреплению практик дискриминации по возрасту в профессионально-деловой сфере.

Одним из последствий укоренившихся негативных геронтологических стереотипов является увеличение социальной дистанции между представителями пожилого возраста и другими возрастными группами. Термин «социальная дистанция», впервые введенный Г. Зиммелем, в настоящее время широко применяется во многих сферах социологического знания. Как показывают исследования, «наименьшая социальная дистанция по отношению к пожилым людям существует в семейно-бытовой сфере. Социальные роли близкого родственника, друга или соседа, занимаемые представителями третьего возраста, воспринимаются скорее положительно, нежели негативно» [40].

Наибольшая дистанция наблюдается в профессионально-деловом пространстве. «Так, пожилой человек в роли коллеги по работе, а также руководителя воспринимается скорее отрицательно. Категорическое неприятие большинства респондентов вызывает пожилой человек в позиции подчиненного. Максимальный протест, как показало исследование, порождает возможность видеть пожилого человека в роли депутата: представители стар-

шего поколения больше не ассоциируются с мудростью. Не будет ошибкой сказать: речь идет о стереотипе нового времени» [40].

Одна из проблем, непосредственно связанная с этим, а также вызванная трансформационными процессами, ускорением ритма социальной жизни, – изменение установок и переоценка ценностей. Эта проблема спровоцировала обострение извечного конфликта поколений. Сегодня эта проблема приобрела в современном звучании многоаспектность, артикулированность усиливающейся конкуренции и даже противостояния возрастных групп относительно ведущих позиций в общественной иерархии в целом. К тому же для людей пожилого возраста на постсоветском пространстве индивидуальный возрастной кризис усиливается кризисом социальным, сопровождается изменением социальной идентичности. Определенную роль в возрастании дистанции («generation gap»), согласно теории межпоколенного взаимодействия, играет и то обстоятельство, что пожилые люди тяготеют к ретрокультуре и ретроценностям.

Различия, основанием для которых служат доминирующие в обществе социально-нравственные ценности, становятся чрезвычайно значимыми. П. Сорокин справедливо отмечал, что, «чем значительнее различия в положении людей, тем больше социальная дистанция между ними» [41].

Увеличение социальной дистанции между пожилыми людьми и представителями других возрастных групп способствует пространственному отдалению. Так, 32% респондентов согласны с тем, что отдых пожилых людей на курортах следует организовывать отдельно от других возрастных групп. Причем в группе 16–25-летних так считают 50%. Среди лиц с высоким материальным достатком выразили желание отдыхать отдельно от пожилых 60%; а в группе респондентов старше 55 лет отдыхать отдельно от представителей других возрастных категорий хотел бы 31% [40].

Поскольку человек «третьего возраста» испытывает проблемы со здоровьем, предполагается, что он испытывает затруднения в понимании других, не способен принимать повседневные решения и потерял интерес к событиям в мире. Так актуализируется проблема стереотипизации людей третьего возраста, приводящая

к конфликтам поколений. Как и в случае других стереотипов, противоречащих этому мнению, факты о способностях и компетентности людей «третьего возраста» истолковываются как исключения. Различия между реальными возможностями и способностями пожилых людей и тем, как их воспринимают окружающие, очевидны. Р. Атчлей говорит о том, что «приблизительно половина обычных предположений относительно старения ошибочны, и именно эти неправильные представления обеспечивают оправдание откровенной дискриминации пожилых людей, то есть неоправданно негативное поведение по отношению к ним» [13].

Очевидно, что такое дистанцирование и стереотипизирование «выталкивает» пожилых людей на обочину общественной жизни, в лучшем случае в семейную среду (а нередко из семьи), блокируя попытки сокращения «возрастной неполноценности». Социальная дистанция связана с пространственной, способствует разобществлению, десоциализации и дезинтеграции пожилых людей, ориентируя их на программу «доживания».

Однако влияние на жизнь человека многих событий, которые происходят в поздней взрослости, зависит в большой степени от того смысла, который он вкладывает в эти события. Например, кто-то может считать выход на пенсию сигналом конца своей полезности как производительного работника или безвозвратной потери главной части собственной идентичности: как водителя грузовика, дантиста, танцовщицы или руководителя корпорации. Но для человека, который нейтрально или отрицательно относится к своей работе, пенсия может означать и нечто иное. Для такого человека выход на пенсию может быть освобождением от утомительной и скучной работы, от необходимости подчиняться начальству.

Удовлетворенность жизнью и успешность приспособления к ней в поздней взрослости зависят от многих факторов. Но такая удовлетворенность незначительно зависит от возраста. Важнейшим фактором считается здоровье. Деньги, социальное и семейное положение, жилищные условия, уровень общения с окружающими и даже возможность бесплатно пользоваться транспортными средствами также являются важными факторами, от которых зависит,

доволен ли пожилой человек жизнью или нет. Прогнозы человека на будущее в ранние периоды взрослости также влияют на удовлетворенность жизнью в период поздней взрослости. Большинство ученых склонны считать, что развитие человека продолжается всю жизнь, и поэтому рассматривают приспособления к старению как развитие более ранних стилей жизни личности.

Исходя из вышесказанного, можно предположить, что в зависимости от субъективных характеристик людей третьего возраста могут существовать различные стратегии его проживания.

О. Кувшинова выделяет также три альтернативных варианта проживания третьего возраста [19]:

- дожитие (спад активности во всех сферах, фокусировка на текущих вопросах жизнеобеспечения и поддержания здоровья);
- активная трудовая деятельность (продолжение допенсионного образа жизни с сохранением установок активного трудоспособного возраста);
- переориентация на другие сферы (прежде всего, на социальную и личностную реализацию в общественно-политической сфере или же посвящение себя детям и внукам).

К одной из стратегий можно отнести появление так называемых «молодых стариков». Появление парадоксального, на первый взгляд, словосочетание «молодые старики» [48], к которым относят людей в возрасте до 75 лет, отражает все более распространенное явление в экономически развитых странах. Они выгодно отличаются от своих сверстников полувековой давности большей численностью, приемлемым состоянием здоровья, сравнительно высокой ожидаемой продолжительностью жизни. «Молодые старики» обладают здоровьем, высоким образовательным уровнем, жизненным и профессиональным опытом, относительно высоким уровнем благосостояния, основанном на хорошем уровне социального обеспечения и личных накоплениях. Большинство «молодых стариков» предпочитают активный образ жизни и стремятся реализовать имеющийся накопленный творческий, финансовый и временной потенциал. Многие из них наверстывают упущенное в познании мира – путешествуют, постигают духовные и культурные ценности, изучают и осваивают новые профессии и ремесла.

Таким образом, стратегия «молодого старика» – одна из веера стратегий проживания «третьего возраста».

Однако, независимо от стратегических решений людей третьего возраста, для них принципиально важна социально-психологическая адаптация, которая проявляется на различных уровнях [15]:

1) на уровне общества – степень сближения ценностных ориентаций различных половозрастных групп общества и степень совпадения авто- и гетеростереотипов пожилых людей;

2) на уровне группы – степень ролевой адаптации, степень положительности социальной идентичности, степень инкорпоризации (замыкание пожилых на своем непосредственном окружении);

3) на уровне личности – приспособленность к процессу старения и степень положительности личностной идентичности.

При этом фактор, определяющий социальную адаптацию, – принятие ценностных норм, стандартов, традиций общества в целом и пожилых людей в нем [12]. Целостность восприятия, то есть отождествление себя с людьми определенной социальной группы, обладающими определенными характеристиками, служит важным показателем успешности процесса социализации. При этом процессы групповой идентификации и усвоения групповых стереотипов идут параллельно и взаимообусловлены, то есть стереотипы начинают усваиваться в том случае, если человек идентифицирует себя с группой, в полной мере осознает себя ее членом. Пожилой человек может успешно выполнять социальные роли пенсионера, дедушки и другие, усвоить групповые нормы, но при этом не быть адаптированным, так как он, например, идентифицирует себя с человеком зрелого возраста, способным полноценно трудиться, а не с пенсионером.

Таким образом, успешность адаптации зависит от статусной и ролевой определенности, которые прямо пропорциональны уровню социальной идентичности как меры отождествления человеком себя с определенными культурной, национальной, социальной и возрастной группами.

Важным условием нормального процесса социализации

в пожилом возрасте является формирование новой активной жизненной позиции, отражающей переоценку прошлых ценностей, просмотр прошлых установок, выработки определенного отношения к собственному старению, включение в новые виды деятельности. Обсуждая проблему ведущей деятельности в пожилом возрасте, А. Г. Лидере подчеркивает, что, «несмотря на вариативность так называемых здоровых типов старости, в которых основным содержанием жизнедеятельности пожилого человека являются различные, на первый взгляд, виды деятельности (общественная работа, деятельность внутри семьи, художественная самодеятельность, путешествия и др.), ведущей для пожилого человека становится особая внутренняя деятельность, направленная на принятие своего жизненного пути» [15]. Он не только работает над смыслом текущей жизни («жизнь не бессмысленна, я не могу продолжать работать, но у меня есть возможности реализовать себя в других сферах»), но и неизбежно осмысливает свою жизнь как целое. Эта позиция совпадает с положением Э. Эриксона о ведущих новообразованиях позднего этапа жизни.

Рассмотрение процесса старения только с точки зрения вынужденного приспособления к изменившимся социальным условиям, ролям или физиологическим изменениям, на наш взгляд, слишком узко определяет социальную адаптацию пожилых людей, не учитывает или недооценивает их собственную активность и жизненную позицию. Негативная внутренняя психологическая позиция (переживание своей ненужности, снижение социальных и личностных притязаний) часто приводит к «внесоциальности» или даже «асоциальности», так как пожилой человек стремится привлечь к себе внимание окружающих иногда весьма неадекватными, в том числе и агрессивными способами.

В качестве метода адаптации хорошо зарекомендовало себя дополнительное образование для людей «третьего возраста». Образование выступает, во-первых, как средство социальной защиты и психологической стабильности, во-вторых, как способ интеграции в коммуникативное и культурное пространство, и, в-третьих, как активная деятельность, направленная на самореализацию личности.

Основное ее содержание отображается через реализацию следующих функций [36]:

- просветительская, направленная на удовлетворение культурно-образовательных запросов людей пожилого возраста;
- информационная, направленная на расширение информационного пространства доступными для людей пожилого возраста средствами;
- адаптивная, которая помогает людям пожилого возраста освоить новые социальные роли;
- коммуникативная, которая способствует удовлетворению потребности людей в непосредственных контактах;
- реабилитационная, которая способствует преодолению психологических и физических барьеров, возникающих в жизни людей «третьего возраста»;
- терапевтическая, призванная способствовать благотворному влиянию на здоровье пожилых людей и их самочувствие;
- социальной защиты как таковой, что поможет обеспечить определенным образом социальную поддержку в решении жизненных проблем социально незащищенных категорий людей.

Новая модель старости предусматривает, что в центре забот семьи, общества и государства будет уникальная индивидуальность человека как личности и ее более полное раскрытие. Такие установки на старость постепенно приходят на смену все еще существующим стереотипам и установкам о месте пожилого человека в обществе.

Благополучное старение подразумевает сохранение социальных связей, которое может достигаться следующими способами [48]:

- как можно более длительная поддержка активности на уровне среднего возраста и нахождения в случае необходимости новой работы;
- выход на пенсию и занятие творческой деятельностью;
- выход на пенсию и посвящение себя семье или другим.

Следует отметить, что проблема регуляции жизнедеятельности людей «третьего возраста» рассматривается традиционно в трех направлениях. Первое, как правило, посвящено демографическим

и экономическим аспектам данного вопроса. Второе связано с медико-биологическими и социальными особенностями жизни в пожилом возрасте. Третье направление охватывает широкий круг вопросов, связанных с социальной защитой людей пожилого возраста. Очевидно, что данные направления тесно связаны с атрибутивными характеристиками людей третьего возраста, выделенными нами в 1.2.

При этом не следует воспринимать данную группу как гомогенную. Иначе мы вновь можем стать заложниками социальных мифов, ошибочных представлений и, наконец, заблуждений. Ведь люди «третьего возраста» – это не гомогенная субстанция, и в группе пожилых людей можно выделить самые разные подгруппы. Например, возрастные – от «молодых пожилых» (60–70 лет) до самых старых (90 или даже 100 лет), гендерные – пожилые мужчины и пожилые женщины. Одни пожилые живут в мегаполисах, другие – в маленьких поселках или деревнях. Среди них есть люди с высшим и начальным образованием, академики и безграмотные, семейные и одинокие, профессионалы и те, кто всю жизнь проработал разнорабочим. Наконец, пожилые люди различаются по степени сохранности познавательной сферы: одни обладают хорошей памятью, вниманием, способностью к дальнейшему развитию и обучению, а у других наблюдаются умственные нарушения, спутанность сознания, депрессия или деменция. Все эти факторы влияют на то, как у человека проходит старение, на его самовосприятие как личности и как члена общества. Но влияют они и на то, как старого человека воспринимает общество [16].

Следует понимать, что население старших возрастных периодов – это группа, которая характеризуется широким спектром внутренних различий. Важно не смешивать все группы людей третьего возраста, а рассматривать каждую группу с разрывом не более, чем 5–10 лет.

Возможности и способности пожилых людей приносить материальные и духовные блага обществу и тем более стать определенным фактором его развития зависят от того, готово ли общество изменить стереотипные представления о характере, психологических особенностях, профессиональных и личностных

возможностях людей пожилого возраста; социально защитить их, предоставить возможности для их социальной реализации. В связи с этим знание базовых основ жизнедеятельности пожилых, их роли и статуса в общественных процессах является необходимым условием для разработки и проведения системы мероприятий на всех уровнях в отношении людей «третьего возраста». Недопустимо запугивать общество старением, тем более, что в 1991 г. были приняты Принципы ООН в отношении пожилых людей, а в 1992 г. – практическая стратегия ООН «Глобальные цели по проблемам старения на период до 2001 года». Кроме того, с 1990 года во всем мире отмечается День пожилых людей, а в Японии с 1966 г. – День почитания пожилых людей.

В целом, проблемы теоретико-методологического характера, обозначенные в разделе, позволяют выстраивать концептуальную линию изучения группы людей, которая с каждым годом увеличивает свою долю в структуре современных обществ, – людей «третьего возраста».

### Список литературы

1. Анализ влияния социальных и психологических моментов на процесс старения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://refeg.in.ua/major/295/163252/> (дата обращения: 23.12.2017). – Загл. с экрана.

2. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды : в 2 т. / Б. Г. Ананьев ; Акад. пед. наук СССР ; под. ред. А. А. Бодалева, Б. Ф. Ломова. – М. : Педагогика, 1980. – Т 1. – 232 с.

3. Анциферова Л. И. Новые стадии поздней жизни: время теплой осени или суровой зимы? / Л. И. Анциферова // Психология старости и старения : хрестоматия : учеб. пособие для студентов психол. фак. вузов / сост. О. В. Краснова, А. Г. Лидере. – М., 2003. – С. 119–126.

4. Бочаров В. В. Антропология возраста: научное исследование : учеб. пособие / В. В. Бочаров. – СПб. : Изд-во С.-Петербург. ун-та, 2001. – 194 с.

5. Выход на пенсию: конец активной жизни или начало свободы?»: прессвып. ВЦИОМ № 1602 от 13.10.2010 [Электронный ресурс] // ВЦИОМ : [сайт] – Режим доступа: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=13895> (дата обращения: 12.12.2017). – Загл. с экрана.

6. Греллер М. Старение и работа: человеческий и экономический

потенциал [Электронный ресурс] / М. Греллер. – Режим доступа: psylib.myword.ru/index.php?automodule=downloads&showfiled=801 (дата обращения: 25.11.2017). – Загл. с экрана.

7. Довідник для людей літнього віку : інформ. вид. / за ред. В. В Чайковської, Л. А. Стаднюка ; упоряд.: В. П. Рубцов, В. С. Фіалко. – Тернопіль : Терно-граф, 2010. – 256 с.

8. Ермак Н. А. Педагогическая поддержка качества жизни пожилых людей / Н. А. Ермак. – Ростов н/Д : ИПО ПИ ЮФУ, 2008. – 232 с.

9. Ермолаева М. Практическая психология старости / Марина Ермолаева. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2002. – 320 с.

10. Зубцов Ю. Колумбы третьего возраста [Электронный ресурс] / Юрий Зубцов // PSY. Психология : [сайт]. – Режим доступа: <http://www.psychologies.ru/self-knowledge/individuality/kolumbyi-tretego-vozrasta/> (дата обращения: 20.12.2017). – Загл. с экрана.

11. Исупова О. Г. Гендер и старость: теоретические подходы [Электронный ресурс] / О. Г. Исупова // Демоскоп Weekly. – 2010. – № 433–434 (6–19 сент.). – Режим доступа: <http://demoscope.ru/weekly/2010/0433/analit05.php> (дата обращения: 17.12.2017). – Загл. с экрана.

12. Кавалеров А. І. Соціальна адаптація: феномен і прояви / А. І. Кавалеров, А. М. Бондаренко. – Одеса : Астропринт, 2005. – 112 с.

13. Кадырова Г. Р. Возрастные социальные стереотипы / Г. Р. Кадырова, М. В. Пинженина // Урал индустриальный. Бакунинские чтения : материалы VIII Всерос. науч. конф., [г. Екатеринбург], 27–28 апр. 2007 г. – Екатеринбург, 2007. – С. 291–293.

14. Козлов А. А. Теории и традиции западной социальной геронтологии / А. А. Козлов // Психология старости и старения : хрестоматия : учеб. пособие для студентов психол. фак. вузов/ сост. О. В. Краснова, А. Г. Лидере. – М., 2003. – С. 6–24.

15. Коленіченко Т. І. Вплив адаптаційних механізмів на процес пристосування людини похилого віку до умов нового соціального середовища / Т. І. Коленіченко // Соціальна робота в Україні: теорія і практика. – 2014. – №1–2. – С.132–139.

16. Краснова О. В. Порождение заблуждений: пожилые люди и старость [Электронный ресурс] / О. В. Краснова // Отечественные записки : журн. лит., полит. и ученый – 2005. – №3. – Режим доступа: <http://www.strana-oz.ru/2005/3/porozhdenie-zabluzhdeniy-pozhilye-lyudi-i-starost> (дата обращения: 25.11.2017). – Загл. с экрана.

17. Краснова О. В. Социальная психология старения : [учеб. пособие для студентов вузов] / О. В. Краснова, А. Г. Лидерс. – М. : Академия, 2002. – 288 с.

18. Краснова О. В. Стереотипы пожилых и отношение к ним [Электронный ресурс] / О. В. Краснова // Психология зрелости и старения. – М., 1998 (1). – Режим доступа: <http://psylist.net/age/00021.htm> (дата обращения: 23.12.2017). – Загл. с экрана.

19. Кувшинова О. А. Проблемы социального конструкта пожилого возраста / О. А. Кувшинова // Вестн. Томск. гос. ун-та. Философия. Социология. Политология. – Томск, 2012. – Вып. № 1(17). – С. 24–30.

20. Курило И. Чем грозит старение украинцев и что с этим делать [Электронный ресурс] / Ирина Курило // Новое время. – 2008. – Режим доступа: <http://nv.ua/opinion/kurilo/chem-grozit-starenie-ukraincev-i-chto-s-etim-delat-53839.ht> (дата обращения: 11.12.2017). – Загл. с экрана.

21. Майерс Д. Социальная психология [Электронный ресурс] / Д. Майерс. – СПб. : Питер, 2004. – Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Psihol/mayers/index.php](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/mayers/index.php) (дата обращения: 29.11.2017). – Загл. с экрана.

22. Миккульский К. И. Социальная политика КПСС / К. И. Миккульский, В. З. Роговин, С. С. Шаталин. – М. : Политиздат, 1987. – 279 с.

23. Населення України. Імперативи демографічного старіння : [монографія] / НАН України, Ін-т демографії та соціал дослідж. ім. М. В. Птухи, Фонд ООН в галузі народонаселення. – Київ : [АДЕФ-Україна], 2014. – 288 с.

24. Начала практической социологии : пер. с фр. / Реми Ленуар, Доминик Мерлье, Луи Пэнто, Патрик Шампань ; отв. ред., предисл. Н. А. Шматко. – М. : Ин-т эксперимент. Социологии ; СПб. : Алетей, 2001. – 410 с.

25. Немного статистики: как украинцы отличаются от жителей других стран [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://businessviews.com.ua/ru/studies/id/nemnogo-statistiki-kak-ukraincy-otlichajutsja-ot-zhitelej-drugih-stran-548/> (дата обращения: 11.11.2017). – Загл. с экрана.

26. Основные проблемы пожилых людей в современном обществе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://studbooks.net/700672/sotsiologiya/osnovnye\\_problemy\\_pozhilyh\\_lyudey\\_sovremennom\\_obshchestve](http://studbooks.net/700672/sotsiologiya/osnovnye_problemy_pozhilyh_lyudey_sovremennom_obshchestve) (дата обращения: 26.01.2018). – Загл. с экрана.

27. Павлюченко А. Поколение X, Y, Z. [Электронный ресурс] / Андрей Павлюченко // Деловой мир. – 2012. – 25 сент. – Режим доступа: <https://delovoymir.biz/2012/09/25/pokolenie-x-y-i-z.html> (дата обращения: 20.12.2017). – Загл. с экрана.

28. Пожилая Россия: чем живёт 30-миллионное поколение? : прессвып. ВЦИОМ № 1325 от 29.09.2009 [Электронный ресурс] //

ВЦИОМ : [сайт]. – Режим доступа: <https://wciom.ru/index.php?id=236&uid=12505> (дата обращения: 17.11.2017). – Загл. с экрана.

29. Пожилой человек в обществе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://pansionat-osen.ru/poleznye-materialy/obshestvto-i-pojilie> (дата обращения: 25.11.2017). – Загл. с экрана.

30. Пожилые люди в современном обществе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://meddaily.info/?cat=article&id=1498> (дат обращения: 25.10.2017). – Загл. с экрана.

31. Положение пожилых людей в современном обществе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://geolike.ru/page/gl\\_6859.htm](http://geolike.ru/page/gl_6859.htm) (дата обращения: 11.12.2017). – Загл. с экрана.

32. Психология социальной работы : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / под общ. ред. М. А. Гулиной. – СПб. : Питер, 2002. – 350 с.

33. Раимова А. Б. Старость и научно-технический прогресс / А. Б. Раимова // Изв. вузов Кыргызстана. – 2012. – №1. – С. 174–175.

34. Романычев И. С. Социальные стереотипы в отношении пожилых: противоречия и тенденции / Романычев И. С. // Среднерус. вестн. общест. наук. – 2013. – № 1. – С. 64–68.

35. Рыжов Б. Н. Системная периодизация развития [Электронный ресурс] / Б. Н. Рыжов // Системная психология и социология : науч.-практ. журн. – 2012. – № 5. – Режим доступа: [http://systempsychology.ru/journal/2012\\_5/85-ryzhov-bn-sistemnaya-periodizaciya-razvitiya.html](http://systempsychology.ru/journal/2012_5/85-ryzhov-bn-sistemnaya-periodizaciya-razvitiya.html) (дата обращения: 10.09.2017). – Загл. с экрана.

36. Савельчук І. Б. / Інноваційні методи соціальної роботи з людьми похилого віку: специфіка та особливості впровадження / Савельчук І. Б. // Молодий вчений. – 2015. – № 2 (4). – С. 95–98.

37. Сапогова Е. Е. Психология развития человека : учеб. пособие для вузов / Елена Евгеньевна Сапогова. – М. : Аспект-Пресс, 2005. – 460 с.

38. Сапожникова Т. И. Демографическое старение: прогнозы, причины, последствия [Электронный ресурс] / Т. И. Сапожникова // Политемат. сетевой электрон. научн. журн. Кубан. гос. аграр. ун-та. – 2007. – № 25. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/v/demograficheskoe-starenie-prognozy-prichiny-posledstviya> (дата обращения: 25.11.2017). – Загл. с экрана.

39. Синявская О. В. Российские пенсионеры: в чем их бедность и уязвимость? / О. В. Синявская // SPERO. Социальная политика: экспертиза, рекомендации, обзоры. – 2006. – № 4. – С. 66–90.

40. Смирнова Т. В. Пожилые люди: стереотипный образ и социальная дистанция / Т. В. Смирнова // Социол. исслед. – 2008. – №8. – С. 49–55.

41. Сорокин П. А. Система социологии / П. А. Сорокин. – М. : Наука, 1993. – Т. 2: Социальная аналитика: учение о строении сложных социальных агрегатов. – 688 с.
42. Социальное самочувствие и положение пожилых людей в регионе / Дальневост. акад. гос. службы ; [под ред. Н. М. Байкова, Л. В. Кашириной]. – Хабаровск : [ДВАГС], 2012. – 186 с.
43. Социальная работа с людьми пожилого віку [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rugenations.su>. – Загол. з екрану.
44. Соціальні проблеми старих людей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://osvita.ua/vnz/reports/sociology/29797> (дата звернення: 20.11.2017). – Загол. з екрану.
45. Старение населения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://radio-angusht.ru/starenie-naseleniya/> (дата обращения: 10.12.2017). – Загл. с экрана.
46. Стереотипы пожилых и отношение к ним [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psylist.net/age/00021.htm> (дата обращения: 20.11.2017). – Загл. с экрана.
47. Теория поколений [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.e-xecutive.ru/wiki/index.php/Теория\\_поколений](http://www.e-xecutive.ru/wiki/index.php/Теория_поколений) (дата обращения: 11.10.2017). – Загл. с экрана.
48. Технологии социальной работы с пожилыми людьми [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://studme.org/76802/sotsiologiya> (дата обращения: 20.12.2017). – Загл. с экрана.
49. Тополь О. В. Теоретичний аналіз дослідження старості: соціологічний підхід / О. В. Тополь // Гуманітар. вісн. Запоріз. держ інженер. акад. – Запоріжжя, 2008. – С. 152–160.
50. Шамис Е. Самое дорогое. Что нужно знать о ценностях поколений [Электронный ресурс] / Евгения Шамис, Евгений Никонов // Наследники project. – Режим доступа: <https://goo.gl/GnT9N5> (дата обращения: 25.12.2017). – Загл. с экрана.
51. Шахматов Н. Ф. Психическое старение: счастливое и болезненное / Н. Ф. Шахматов. – М. : Медицина, 1996. – 304 с.
52. Щукина Н. П. Самопомощь и взаимопомощь в системе социальной поддержки пожилых людей / Н. П. Щукина. – М. : Социал.-технол. ин-т, 1999. – 241 с.
53. Юнг К. Г. Избранные работы / К. Г. Юнг ; пер. и сост. А. М. Руткевича. – СПб. : РХГА, 2014. – 288 с.
54. Якимова Е. В. Торнстон Л. Геронтология в динамическом обществе / Е. В. Якимова // Социальная геронтология: современные исследования. – М. : ИНИОН РАН, 1994. – С. 58–68.

55. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis / Erik H. Erikson – New-York ; London : W. W. Norton and Company, 1968. – 336 p.
56. Hughes B. Older People and Community Care. Critical Theory and Practice / Beverly Hughes. – Buckingham ; Philadelphia : Open University Press, 2000. – 160 p.
57. Phillipson C. R. Capitalism and the Construction of Old Age / Christopher R. Philipsson. – London : Macmillan, 1982. – 188 p.

## **РАЗДЕЛ II**

### **КЛЮЧЕВЫЕ ТРЕНДЫ СОХРАНЕНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТАРШИХ ПОКОЛЕНИЙ: МИРОВОЙ ОПЫТ**

#### **2.1. Повышение социальной субъектности пожилого человека как условие его активного долголетия (зарубежный опыт)**

В течение последних десятилетий человечество столкнулось с проблемой значительного увеличения продолжительности жизни и постоянным ростом численности людей пожилого возраста. Проблемы старения населения вышли в последние годы на уровень глобальных проблем человечества. Доля людей пожилого возраста в составе населения развитых стран уже составляет 20%, а процесс старения человечества ускорится [31].

Актуальность данной проблемы обостряется в связи с тем, что пожилые граждане нуждаются в обеспечении и обслуживании, а количество трудоспособного населения сокращается. Это приводит к изменению демографического баланса в обществе, а в конечном итоге – к перераспределению ресурсов между представителями различных поколений. Проблемность этих процессов во всем мире связана с массой нерешенных социальных, экономических, культурных и медицинских задач по обеспечению и созданию оптимальных условий жизнедеятельности людей пожилого возраста. Согласно результатам социологического опроса, 31% людей пенсионного возраста продолжают активную трудовую деятельность, причем, в основном, по двум причинам: 12,4% – чтобы быть нужным, а 18,6% – чтобы выжить. Среди причин для работы на пенсии респонденты чаще всего называют потребность в общении (34,6%) и помощь детям (11,3%) [6].

Не вызывает сомнения, что последствия процесса старения будут носить многоплановый характер для социального развития

общества. Они отразятся и на распределении материальных ресурсов между представителями различных поколений, и на качестве жизни пожилых людей-пенсионеров, и на показателях производительности труда. Будет затронута также и сфера социальных отношений.

Результатом исследований геронтологов в последние десятилетия стало опровержение стереотипных представлений о неизбежности и необратимости с возрастом ухудшения здоровья и функционального состояния, а также о сокращении социальных связей и активности. Анализ концепций, трактующих статус и роли пожилых людей в современном обществе, позволяет сделать вывод о том, что они в основном рассматривают лишь отдельные аспекты феномена старости [6; 21; 36; 37]. Авторы теорий старения (теории разъединения (Э. Камминзон, У. Генри), эйджизма (Р. Батлер), маргинальной, жизненного пути, социального статуса, возрастной стратификации и др.) по-разному подходят к оценке места и роли пожилых людей в обществе.

Современные же представления о старости характеризуются не только негативными представлениями о ней. Все чаще старость рассматривается как завершающая стадия развития человека присущими ей особенностями. В качестве основополагающего принципа новой модели старости выступает не только увеличение периода жизни человека, но и позитивное изменение её качества. При этом в такой модели предусмотрены значительные возможности индивидуально-личностного развития человека в пожилом возрасте. Эти возможности оцениваются как потенциал, который может быть реализован с учетом условий окружающего мира.

В современном обществе обеспечение достойной старости признано в качестве одной из гуманистических и культурных задач. Это означает не только организацию социального обеспечения и медицинского обслуживания, но и создание условий для удовлетворения потребности людей пожилого возраста в личностном социокультурном развитии. В таком социальном контексте наиболее значимой, объясняющей проблемы старения представляется *теория активности*, содержащая положения о преобразующем характере социальной активности пожилых людей.

Отражением проблемы старения населения и признания права пожилых людей на активную и продуктивную старость стало принятие Генеральной Ассамблеей ООН в 1991 году Принципов ООН в отношении этой категории граждан. В качестве основных были определены следующие принципы, которые достаточно четко определили общую направленность политики в отношении пожилых людей:

1. *Независимость*: обеспечение доступа пожилых людей к продовольствию, воде, жилью, одежде и медицинскому обслуживанию посредством обеспечения их дохода, поддержки со стороны семьи, общины и самопомощи; наличие возможности у пожилых людей работать или заниматься другими видами деятельности, приносящими доход, участвовать в определении сроков и форм прекращения трудовой деятельности, участвовать в программах образования и профессиональной подготовки, жить в безопасных условиях; жить дома до тех пор, пока это возможно.

2. *Участие*: активная вовлеченность пожилых людей в жизнь общества, участие в принятии политических решений, обмен опытом и знаниями с молодым поколением; право создавать движения и ассоциации лиц пожилого возраста.

3. *Уход*: обеспечение пожилых людей уходом и защитой; доступ к медицинскому обслуживанию и к социальным и правовым услугам; возможность пользоваться услугами попечительских учреждений, обеспечивающих защиту и реабилитацию в гуманных и безопасных условиях; возможность пользоваться правами человека и основными свободами, включая полное уважение достоинства, убеждений, нужд и личной жизни; право принимать решения в отношении ухода за ними в любом учреждении, обеспечивающем кров, лечение или уход.

4. *Реализация внутреннего потенциала*: возможности для всесторонней реализации своего потенциала; доступ к возможностям общества в области образования, культуры, духовной жизни и отдыха.

5. *Достоинство*: возможность вести достойный и безопасный образ жизни, не подвергаться эксплуатации и физическому или психологическому насилию; право на справедливое обращение

независимо от возраста, пола, расовой или этнической принадлежности, инвалидности или иного статуса, их экономического вклада [31].

Именно эти принципы нацелили политику в отношении пожилых людей на поддержку их активности в общественной жизни. На их основе в 2002 году был принят Международный план действий по проблемам старения, который еще в большей степени утвердил необходимость перехода при формировании социальной политики в отношении пожилых к защите их прав на достойную и активную старость. Данный документ определил в качестве центральных направлений политики следующие:

- полное осуществление всех прав человека и основных свобод всех пожилых людей;
- обеспечение безопасных условий жизни пожилых людей, ликвидацию нищеты среди пожилых людей;
- создание условий для полноправного и эффективного участия пожилых людей в экономической, политической и социальной жизни общества;
- создание возможностей для развития индивидуальных способностей, реализации творческого потенциала и обеспечения благосостояния на протяжении всей жизни посредством обеспечения обучения на протяжении всей жизни и участия в жизни общины;
- обеспечение полного соблюдения экономических, социальных и культурных, гражданских и политических прав пожилых людей, а также ликвидация всех форм насилия в отношении пожилых людей и возрастной дискриминации;
- принятие обязательств в отношении обеспечения равноправия пожилых женщин, в частности, путем ликвидации дискриминации по признаку пола;
- признание ключевого значения семей и взаимосвязи, солидарности и взаимовыручки поколений с точки зрения социального развития;
- оказание пожилым людям медицинской помощи, поддержки и социальной защиты, включая медицинскую профилактику и реабилитацию;

- налаживание партнерских отношений между государственными учреждениями всех уровней, гражданским обществом, частным сектором и непосредственно пожилыми людьми;
- проведение научных исследований, изучение опыта и задействование возможностей техники в целях анализа, в частности, индивидуальных, социальных и медицинских последствий старения, особенно в развивающихся странах [29].

Эти документы позволили международному сообществу рассматривать активное старение в качестве наиболее адекватной стратегии в отношении пожилых граждан. Мы понимаем под *активным старением* процесс оптимизации возможностей для физического, социального и умственного благополучия на протяжении всей жизни с целью увеличения продолжительности здоровой жизни, производительности и высокого жизненного уровня на период пожилого возраста.

Понятно, что социальная активность пожилых людей зависит от многих факторов: от их социально-экономического положения, от состояния здоровья, от условий социальной среды, от уровня профессионализма социальных работников, а также от социального самочувствия и настроения людей. Активное участие в жизни общества в рамках отдельных групп делает пожилого человека удовлетворенным своей жизнью. Однако не всегда человек, вышедший на пенсию, может самостоятельно организовать свою жизнь и направить ее в общественно-полезное и социально значимое русло, обеспечить себе активный образ жизни. Этому в наибольшей мере может способствовать реализация принципа социальной активизации личности, основной смысл которого заключается в обеспечении вариантных возможностей для активной социальной деятельности пожилых людей.

Богатый опыт сохранения социальной активности старших поколений накоплен за рубежом. В качестве основных задач работы с пожилыми людьми в разных странах, как правило, выдвигаются: во-первых, создание возможностей для совместного времяпровождения; во-вторых, обеспечение условий для взаимного обогащения в ходе общения знаниями; в-третьих, формирование благоприятной среды для передачи опыта и умений пожилых

людей молодому поколению; в-четвертых, расширение взаимопонимания.

В качестве примера приверженности пожилых людей привычкам социальной активности можно привести Американскую Ассоциацию пенсионеров (1927 г.), Национальную отставную ассоциацию учителей (1947 г.), а также ассоциацию, объединяющую всех пенсионеров Америки с 1958 г. и по сей день. К примеру, история появления Американской Ассоциации пенсионеров связана с альтруистической инициативой ее основательницы, Этель Андрус, которая, выйдя на пенсию, не только продолжила вести активный образ жизни, но и стала продвигать идею «продуктивного старения» для других. Преподавательскую, а потом и управленческую деятельность она успешно совмещала с волонтерской работой, посвящая вечера и выходные благотворительным курсам для бедных.

Добровольной программой помощи пожилым людям является Ассоциация «Пионеры телефонной службы Америки», объединяющая свыше полумиллиона добровольцев из числа сотрудников телефонных компаний США и Канады. Успешно реализуются программы «Пожилые добровольцы», «Пенсионеры-компаньоны», «Приходящие бабушки и дедушки», для участия в которых отбираются лица в возрасте 60 лет и старше. Большое внимание уделяется привлечению пожилых людей к работе с молодежью по программе «Поколения вместе».

Активизация социального поведения пожилых людей предполагает, что пожилые люди выполняют не только привычные действия, но и основанные на расширении их самостоятельности при решении своих социальных и личных проблем. При этом развиваются такие качества личности, как способность контролировать свою жизнь, активнее участвовать в общественной жизни. Исходя из этого основными путями активизации социального поведения пенсионеров считаются: во-первых, трудовая занятость, которая позволяет улучшить материальное положение, оказывать помощь детям и внукам, дает возможность общаться с коллегами по работе, является стимулом для поддержания себя в хорошем физическом состоянии, приносит удовлетворение от

ощущения себя нужным и полезным человеком; во-вторых, участие в клубах для пожилых людей, которое позволяет заниматься своими увлечениями (хобби) вместе с единомышленниками, проводить активно свободное время в кругу ровесников (занятия оздоровительной физкультурой, танцами, пением и т. п.); регулярно встречаться с представителями власти, врачами, психологами, юристами; участвовать в совместных встречах с молодым поколением; в-третьих, участие в общественных организациях (Совет ветеранов, партия пенсионеров и др.); в-четвертых, волонтерское движение, участие в котором дает возможность избавиться от чувства собственного одиночества и невостребованности. Эта активность может проявляться в какой-либо общественной деятельности, в образовательной деятельности, в проведении активного досуга, занятии спортом; это может быть любительская активность (огородничество и садоводство, разведение птиц, рыбок, декоративных растений, выпечка кондитерских изделий, шитье, столярные, токарные и другие работы, занятия живописью, музыкой и так далее) [39].

За рубежом очень развита система создания *групп взаимопомощи*. Цели и задачи у таких организаций могут быть самые разные: защита прав и интересов членов организации, юридическая помощь, содействие при трудоустройстве, информационно-просветительская деятельность, военно-патриотическая деятельность, психологическая поддержка членов организации, денежная и материальная помощь, культурно-досуговая деятельность, медицинская помощь, продовольственная помощь, скидки на бытовые услуги и т. д.

Важным фактором сохранения социальной активности пожилых людей выступают возможности удовлетворения их *образовательных потребностей* с использованием различных форм поддержания и развития интеллектуальных способностей и формирования коммуникативных компетенций.

С целью содействия социальной активности пожилых граждан за рубежом разработана целая образовательная система. В связи с развитием рыночных отношений и увеличением спроса на продукт «образование» в зарубежных странах образуется множество

различных организаций, работающих в сфере образовательных услуг, как частного, так и государственного характера. Взаимодействие самоорганизованных образовательных инициатив осуществляется как последовательное движение участников образовательного процесса от их роли учащихся в образовательном процессе до их повышения к руководящим должностям в организации.

В 1980-е гг. начинает развиваться рынок образовательных предложений и наряду с традиционными образовательными учреждениями появляется ряд коммерческих предприятий, предлагающих свои услуги в области обучения. Эти тенденции нашли свое отражение в теоретических разработках зарубежных ученых. Оценивая их вклад в развитие концепции активного старения, О. О. Данильченко отметил, что С. Каде удалось структурировать многообразие образовательных предложений для пожилых людей благодаря тому, что она выделила такие учебные поля: 1) учебное поле биографии (поиск смысла, биографическая компетенция); 2) учебное поле повседневной жизни (преодоление повседневности в автономном образе жизни, практическая компетенция); 3) учебное поле креативности или творчества (самовыражение и обмен с другим культурным содержанием, творческая компетенция); 4) учебное поле продуктивности (социальное направление, компетенция, имеющая определенную задачу) [10].

Учитывая цель нашего исследования, важно использовать также эвристический потенциал идей Г. Домена, который различает: формальное обучение (организованное, структурированное, с заключительным экзаменом); информальное обучение (организованное и структурированное, но не имеющее документальной формы о результатах экзаменов и об окончании учебного заведения); неформальное обучение (открытое, не организованное и неструктурированное). Он обосновал вывод о том, что такая структура является относительно открытой для различных групп людей. В плане нашего рассмотрения важно также, что наряду с определенными организациями, такими как народные школы и приюты для пожилых людей, М. Коли выделяет также группы провайдеров, отличающихся своими предложениями. Под различными образовательными учреждениями он объединяет

учреждения дополнительного образования для взрослых, образовательные предприятия или фирмы, культурные центры, клубы и сервисные центры для пенсионеров, кружки и объединения пожилых людей [10].

Практическую реализацию вышеизложенные идеи повышения образовательной активности пожилых людей в наибольшей степени нашли свое отражение в западных странах. Так, например, в Германии и странах Скандинавии (Швеции, Финляндии, Дании, Норвегии) сфера образования пожилых людей включает в себя государственные, общественные, частные формы обучения, разнообразные как по структуре, так и по программам обучения. Наряду с уже имеющимися центрами образования взрослых, государственными, кооперативными, общественными курсами созданы различные новые организационные формы обучения, например при высших учебных заведениях. Важно, что это происходит не только в форме институтов и факультетов повышения квалификации, но и в виде центров непрерывного образования, народных университетов и т. п.

В Германии обучающие организации имеются при церквях, партиях, различных союзах и объединениях пожилых людей. В Великобритании и Германии большую роль в повышении социальной активности пожилых граждан играют различные социокультурные учреждения, такие как клубы, главной целью которых является предоставление возможности выгодно и приятно проводить свободное время, удовлетворение разнообразных культурно-просветительских потребностей, а также пробуждение новых интересов, облегчение установления дружеских контактов. Данные клубы организуются по месту работы, преимущественно, при заводах и фабриках (для бывших работников предприятий), а также по месту жительства (территориальные клубы). Клубная деятельность особенно широко развита в Германии и Великобритании. Посещаемость этих клубов пожилыми людьми очень высока и они являются неотъемлемым элементом активной старости [4, с. 159].

Во Франции первый университет для пожилых людей основал в 1973 году профессор Пьер Велла. В данном университете помимо

непосредственно обучения людей третьего возраста, велись научные исследования по их образованию. Появление университетов «третьего возраста» было обусловлено несколькими причинами. Во-первых, введение в университеты пожилых людей могло оказаться стабилизирующим фактором в разгар массовых молодежных протестов. Другой причиной, которая поспособствовала открытию высших учебных заведений для пожилых студентов, был факт занятости в высших учебных заведениях слишком большого числа профессоров. В связи с тем, что пожилые люди платили за обучение, появилась возможность сохранить существующее соотношение профессоров и студентов. И, разумеется, одной из основных причин появления университетов «третьего возраста» был рост популяции пожилых людей [10].

В 1983 году в Великобритании было основано «Общество третьего возраста». В 1995 году в его состав вошли 266 университетов из Англии, Уэльса, Шотландии и Северной Ирландии. Обучение в них включает и занятия спортом, и активную общественно-полезную деятельность. Британский университет «третьего возраста» является некоммерческой организацией и не имеет дополнительного финансирования, поэтому студенты должны быть готовы самостоятельно решать проблемы своего учреждения.

В США концепция обучения пожилых людей получила название «elderhostel». Эта форма реализуется с 1975 г. в виде учебного отпуска, за период которого вполне реально познакомиться с новыми людьми, посетить новые места и получить новые знания. Организаторами курсов являются сотрудники высших учебных заведений. Первая программа была реализована летом 1975 года в университете Нью-Хемпшир.

С 60-х годов XX века в Японии на специальных занятиях для пожилых людей рекомендуются различные программы, начиная с коммунальных проблем и заканчивая обучением женщин, матерей в период ухода за ребенком.

В Дании и Швеции обучением пожилых людей занимаются народные университеты, а также существуют специальные университеты для пенсионеров. В Нидерландах реализуется проект

«Пенсия в перспективе», цель которого – помочь людям научиться переживать личностные кризисы, связанные с достижением пенсионного возраста.

В Италии на базе начальной и средней школы организованы занятия для восполнения пробелов в образовании, хотя они немногочисленны и непостоянны. Однако в Италии существуют любительские хоры и театральные труппы, состоящие из пожилых людей [36].

В Польше первый университет «третьего возраста» был основан Халиной Шварц в 1975 году при Медицинском центре постдипломного образования. На сегодняшний день в Польше действует 22 университета «третьего возраста», где реализуются следующие цели: профилактика старения; постоянное самосовершенствование и самообразование; подготовка к пенсии (танцы, укрепляющая гимнастика, проведение семинаров по психологии и философии); подготовка к общественной деятельности (участие в благотворительных акциях) [10].

Обширный опыт, накопленный 35 общенациональными организациями пожилых людей в США, среди которых «Американская ассоциация пенсионеров» (существует с 1958 г.), «Альянс людей преклонного возраста Америки» (создан в 1974 г.) и др., показывает, что, помимо оздоровительного направления работы, в них в полной мере обеспечиваются возможности для духовного роста пожилого человека через образовательную, художественно-эстетическую, культурно-просветительную и религиозную деятельность. К примеру, клуб пенсионеров, открытый в «Буэно-парке» (США, Калифорния), имеет площадки для активного и пассивного отдыха, конференц-зал, комнаты для кружковых занятий, залы для проведения собраний и заседаний, врачебный и процедурный кабинеты. Клуб предлагает посетителям разнообразные программы: изготовление керамических изделий, бальные танцы, уроки самообслуживания, игру в бридж, кружки живописи и рисования, оздоровительные мероприятия [3].

В США также апробирован и более 50 лет функционирует уникальный проект «Солнечный город» для стариков, где уборкой улиц, ландшафтными работами, охраной правопорядка и т. п.

работами занимаются сами жители города. В США на сегодня около 20 таких городков в разных штатах, в некоторых возраст жителей от 65 и выше. Постепенно у членов клуба возникает интерес к определенному кругу занятий. К примеру, предлагаются следующие виды деятельности: занятия стрельбой, легкий фитнес, йога, кино, бассейн, лекции на тему «Баланс для жизни», ежемесячные поездки в казино, обеды с друзьями. Кроме того, пожилые люди чувствуют свою востребованность благодаря волонтерской работе, заниматься которой имеет право только человек «золотого века», член их клуба. На сайте в Калгари размещены вакансии для волонтеров с указанием необходимых умений: управленческих, распорядительских, исполнительских и др.

Международными формами организации процесса образования пожилых людей во всем мире сегодня продолжают выступать международные объединения университетов «третьего возраста». Формы обучения в них самые различные, например, семинары и группы по интересам или группы самообучения и взаимопомощи: в них студенты сами составляют программу занятий, организуют интересные встречи, юбилеи и многое другое. Те, кто по состоянию здоровья не могут участвовать в занятиях, пользуются услугами группы взаимопомощи. Работа в форме обучающего развлечения большого количества общественных объединений и народных университетов, создающих предпосылки для соответствующей политики в отношении пожилых людей, уводит от психологического стереотипа пассивного «доживания» и формирует активную жизненную ориентацию [38].

Следует отметить, что в организации работы с пожилыми людьми довольно успешно реализуются принципы самоуправления и демократии. Так, клуб «Golden Age» в городе Калгари, имея обширный список спонсоров и, соответственно, финансовую независимость, управляется советом директоров, избираемым на два года из самих членов клуба. В этом городе находятся еще несколько учреждений, обеспечивающих досуг пожилых людей и способствующих их духовному росту. Например, «Bow Cliff Centre» для шести сотен своих членов предлагает занятия в арт-классах в технике акварели, масла, акрила и пастели, в тренировоч-

ных классах – аэробику и фитнес для пожилых людей. В ремесленных классах обеспечены возможности для занятий вязанием, вышивкой, ковроткачеством. Есть класс объемной бумажной аппликации, музыкальный класс для исполнительства в стиле кантри, рок и иных музыкальных жанров, комнаты для карточных игр, а в летний период за символическую плату предлагаются краткосрочные курсы по цветоводству, фотоискусству, игре на африканских барабанах, прогулки с собаками, взятыми из приютов. Важным фактором деятельности этого центра является то, что руководство всеми творческими секциями осуществляют сами члены клуба [3].

«Университет третьего возраста» (город Андовер в Хемпшире) ставит своей целью обеспечение непрерывного обучения пожилых людей не в полном объеме рабочего времени, предоставляет возможность для своих членов поделиться опытом обучения в широком спектре интересов и продолжать обучение как для повышения квалификации, так и для удовольствия. Деятельность этой «организации друзей» сосредоточена примерно на 40 группах по интересам: от курсов изучения языков до кружков по искусству, истории, фотографии, музыке и т. п.

Практика народных университетов имеет широкое распространение в Германии – каждый муниципалитет обязан иметь такое учебное заведение, куда любой желающий может прийти на различные курсы, тренинги, семинары. Ежегодно дополнительное обучение в них проходят около 10 млн человек, поэтому в стране очень развита культура обучения на протяжении всей жизни. Таким образом, в Германии дополнительное образование взрослых сегодня рассматривают не как образование, дополняющее основное, а как его естественное продолжение, как обязательное условие развития и отдельного человека, и общества в целом. Как указано на сайте Института международного сотрудничества Немецкой ассоциации народных высших школ (Немецкой ассоциации образования взрослых), представляющего интересы немецкого образования взрослых на международном уровне, «неформальные и внешкольные учебные программы, которые обучают взрослых людей жизненным навыкам, выпол-

няют функции дополнения формального образования и обучения и компенсируют их недостатки» [24]. Важным условием работы в таких университетах является то, что специалист-андрагог, занимающийся обучением пожилых людей, выступает не с позиции «учителя» или «руководителя», способного найти оптимальный выход из сложной ситуации, а как равноправный член группы, взаимоотношения в которой строятся на партнерских основах.

Как отмечает Г. А. Овчинников, «в работе немецких, польских народных университетов выделяются четыре образовательных цели:

1. Предупреждение старости. Программа университетов ставит своей целью преодоление негативных признаков старения при помощи пропаганды психической и физической активности.

2. Желание увеличить и углубить знания. Речь идет о вовлечении слушателей в процесс постоянного образования.

3. Подготовка к пенсии. Проводятся семинары по психологии и философии жизни, установлению контактов с другими людьми.

4. Подготовка к общественной деятельности. Слушатели университетов учатся под девизом «Работая для себя, стань полезным для других», участвуют в общественных акциях помощи инвалидам, в группах взаимопомощи» [28].

Таким образом, в общественных объединениях Европы и Северной Америки пожилым людям предлагается широкий спектр досуговых мероприятий разной направленности: физкультурно-оздоровительных, развлекательных, художественно-творческих, образовательных, религиозных. Члены таких организаций стараются расширить границы привычной, повседневной жизни, чтобы ощутить себя свободными, обрести уверенность в собственных силах, поэтому предпочтение отдается не производству, а потреблению духовных благ: получение образования и самообразование, религиозная деятельность, досуговое общение в рамках празднеств, вечеров отдыха, юбилеев, волонтерская практика, дающая личности пожилого человека, с одной стороны, возможность реализации альтруистических устремлений, а с другой – чувство востребованности и включенности в социум.

Позитивный опыт социокультурной активизации людей

третьего возраста за рубежом существенно дополняет израильская практика организации досуга пожилых людей, которая, в частности, включает в себя валеологическое, гражданско-патриотическое, волонтерское, художественно-эстетическое, образовательное направления, социально-психологическую поддержку в культурной среде.

Многообразие досуговых программ и вариативность форм деятельности для пожилых израильтян, включающих и такие нетрадиционные виды досуга, как проведение спортивных олимпиад для пожилых людей (с 2005 года); проект «Пожилые снимают кино», а также проекты, направленные на опровержение негативных стереотипов в отношении пожилых людей – конкурсы красоты, демонстрации моделей одежды, создание самодельных образцов массовой культуры в виде телевизионных передач местных или общинных телеканалов; семинары по подготовке пожилых людей к уходу из жизни, семинары «положительного мышления» и эмоциональной саморегуляции, где обучают взвешенно оценивать сложные жизненные ситуации, избегать стрессов, стараться быть источником позитивной энергии и замечать положительное во всём; посещение специальных университетских курсов по управлению активами и наследственному праву в качестве вольнослушателей и, разумеется, активнейшая волонтерская работа в Армии обороны Израиля, полиции, в музеях, в зоопарке г. Хайфа и парке «Сафари», в поликлиниках, больницах, домах престарелых, где люди третьего возраста работают в регистратуре, сопровождают пациентов при визите к врачу или на прогулке, являются переводчиками, помогают в столовой, отвечают на телефонные звонки и выполняют канцелярскую работу [21].

Доминирование в структуре личности статуса гражданина, усиление гражданского сознания и гражданской позиции – один из путей развития социальной идентичности в позднем возрасте. Основными формами гражданской активности людей пожилого возраста в Израиле является создание и участие в работе многочисленных общественных движений и организаций, а также волонтерская деятельность. Она продиктована стремлением к совершен-

ствованию общества и решению различных социальных проблем. Занимаясь волонтерской деятельностью, люди пожилого возраста могут внести свой вклад в развитие общества, приобрести новый социально одобряемый статус и удовлетворить свои потребности в креативной деятельности, а также повысить самооценку и уровень самоорганизации, поскольку работа на добровольных началах, как и обычная, требует ответственности и умения организовывать своё время.

Досуговая деятельность обладает несомненным потенциалом для оптимизации социального статуса и принятия новых социальных ролей, развития коммуникативной культуры и достижения целостного принятия собственной жизни. С целью достижения этих эффектов традиционно проводится «Неделя пожилого человека», созданы клубы для пенсионеров, группы поддержки для людей, потерявших супруга. Активная работа проводится в группах общения, организуются семинары для обучения написанию воспоминаний, осуществляется проект «Занятость на дому». С целью опровержения негативных стереотипов в отношении пожилых людей проводятся конкурсы красоты, демонстрация моделей одежды и т. п. В работе с людьми «третьего возраста» учитываются особенности коммуникации в пожилом возрасте. В связи с этим важная роль отводится развитию коммуникативной культуры с целью сохранения и расширения социальных контактов, навыков кооперации и включения в коллективные формы деятельности. Особое внимание обращается на потенциал психологической поддержки таких видов досуга, как семейный, праздничный, игровой.

Учебно-познавательная деятельность в досуговой среде, в процессе которой активизируются когнитивные возможности людей пожилого возраста, направлена: во-первых, на приобретение знаний, позволяющих решать актуальные жизненные проблемы; во-вторых, на получение информации о различных сторонах жизни через средства массовой информации; в-третьих, на обучение новым технологиям и освоение инноваций материальной культуры с целью приспособления к динамичной окружающей среде. Университеты и колледжи открыли свои двери для пожилых

вольнслушателей, они также предлагают им специальные курсы управления активами и недвижимостью, составления завещания, открыты религиозные центры учения для престарелых «Сияние старости», центры компьютерной грамотности.

Развитие художественно-эстетической культуры людей пожилого возраста происходит как в виде освоения художественных и эстетических ценностей, так и их создания в процессе художественной самодеятельности и эстетизации быта. Основные направления художественной самодеятельности людей пожилого возраста – литературное творчество, изобразительное искусство, музыка и драматическое искусство. Пожилые люди создают самодеятельные образцы массовой культуры, принимая участие в создании телевизионных передач местных или общинных телеканалов. При гериатрическом центре «Шоам» в г. Гедера создан центр изобразительного искусства, он имеет постоянную галерею «Золотая кисть», где экспонируются произведения пожилых художников. Цель создания этого центра – опровергнуть стереотипное представление об утрате творческих возможностей в старости.

Многочисленные примеры деятельности людей пожилого возраста убедительно доказывают существование в муниципальной культурно-досуговой среде многообразия программ и вариативности форм деятельности, содержание которых соответствует приоритетным направлениям культурного развития людей пожилого возраста [21].

В России с пожилыми людьми активно работают, в основном, негосударственные некоммерческие организации, которые создаются при содействии и на базе общественных, религиозных, благотворительных и других некоммерческих организаций, а также частными лицами. На базе этих организаций пожилым людям оказывается помощь различной направленности: правовая помощь, материальная адресная помощь, образовательные услуги, а также организация досуга (на базе кружков самодеятельности, организация бесплатных мероприятий в театрах, музеях и т. д.). Одна из лидирующих организаций – Союз Пенсионеров РФ (например, активно ведет деятельность в г. Казань), основными

задачами которой являются стремление направить активность пожилых людей в конструктивное русло, вызвать общественный интерес, привлечь внимание власти к решению проблем людей старшего поколения, вовлечь самих пенсионеров в решение проблем людей старшего поколения, в полноценную деятельность, сформировать у пожилых людей чувство их востребованности обществом и т. д. Отделения Союза пенсионеров существуют в 79 регионах РФ. В Казани на базе Союза пенсионеров работает Университет «третьего возраста». На базе Союза пенсионеров в 40 регионах РФ действуют достаточно многочисленные Народные университеты, Университеты пожилых и т. д. Многие из них созданы и функционируют на базе Всероссийского общества «Знание» (например, в гг. Челябинск, Орёл, Уфа).

В России существует три различные формы включения пожилых людей в образовательный процесс: 1) обучение в качестве студента без ограничения возраста; 2) самообразование, ориентация на развитие духовной культуры и самопознание; 3) специальные программы для пожилых людей. Примерами внедрения наиболее эффективной третьей формы являются:

1. Высшая Народная школа в Санкт-Петербурге, главные принципы которой – свободный выбор, свободное посещение любых мероприятий и активное участие в них. Попадая в общество своих ровесников, пожилой человек может увидеть, как они воспринимают и оценивают прошлое и настоящее, каким они видят свое будущее, что делают и как планируют строить свою жизнь дальше.

2. Цель Народного факультета в Новосибирском государственном техническом университете – помощь в самореализации, а также социальная поддержка пожилых людей путем организации бесплатного образования. Ассоциация выпускников НГТУ взяла на себя основную организационно-методическую работу и решает задачи, связанные с помощью людям пенсионного возраста: в успешной адаптации к современным условиям жизни; в овладении и использовании современных образовательных технологий; в формировании принципов здорового образа жизни в пожилом возрасте.

3. Образовательная деятельность Университета «Серебряный возраст» (программа запущена в Санкт-Петербурге в 2002 году) предполагает: проявление активности при выборе дисциплин обучения; шанс проявить инициативу; совершенствование и развитие творческих способностей и любознательности; освоение новых сфер деятельности, соответствующих сегодняшним потребностям пожилых и сегодняшнему времени; возможность принимать активное участие в социальной жизни государства, становясь волонтером, что способствует самоопределению и самореализации пожилых людей.

4. Образовательная программа университета для пожилых людей в Самаре (2006 г.) состоит из двух этапов: 1) «Переходный возраст» (лекции по психологии переходного возраста, психологии и педагогике семейной жизни, по экологии, здоровому образу жизни и юридическим вопросам) и 2) «Обучение специализации» (самостоятельный выбор специализации дальнейшего обучения: краеведение, психолого-педагогическая подготовка к работе с детьми, здоровый образ жизни и компьютерная грамотность).

5. Международный проект «Расширение возможностей участия пожилых людей в социальных и политических процессах демократического развития России» (с участием консультантов из Германии и Голландии), к целям которого относятся: 1) актуализация и использование жизненного опыта и социальной активности пожилых людей для развития гражданского общества в России; 2) преодоление отрицательных представлений и убеждений пожилых по поводу демократизации современного российского общества; 3) развитие ответственности, самостоятельности и активности людей пожилого возраста в поиске путей устранения проблем, которые связаны с улучшением обстоятельств собственной жизнедеятельности, жизни сверстников и других поколений; 4) налаживание диалога людей пожилого возраста с учреждениями и структурами власти, средствами массовой информации, организациями, что способствует развитию демократических ценностей в обществе [40; 41].

Образовательные программы для пожилых людей могут иметь самую различную форму и содержание, однако существенным

моментом при этом является опора на восприятие старения как этапа эволюции человека, который имеет свои ресурсы, а также рассмотрение пожилого человека как субъекта образования. Выбор образовательных программ должен основываться на мониторинге потребностей пожилых людей, нуждающихся в образовательных услугах.

Неограниченные возможности в повышении социальной активности пожилых людей имеет сеть Интернет. Специальные сайты для общения пожилых людей, обучения компьютерной грамотности полезны пожилым людям: для создания электронного адреса, чтоб вести деловую переписку; для просматривания ежедневной прессы в электронном варианте (вместо дорогостоящей подписки на газеты); для обработки и печати фотоснимков; для прослушивания музыки (вместо магнитофона или проигрывателя); для просмотра кинофильмов (вместо использования DVD-проигрывателя); для просмотра в режиме он-лайн различных передач (вместо телевизора); для увлекательных и разнообразных игр в свободное время (вместо домино или карт во дворе); для более дешевой связи с родственниками при помощи программы «Скайп» (вместо дорогостоящих электронных звонков).

Таким образом, к основным формам участия пожилых людей в духовной жизни общества в зарубежных странах относятся: индивидуальное и коллективное творчество; участие в программах образования; клубная деятельность; участие в совместных встречах с молодым поколением; участие в общественных организациях и волонтерских движениях. При этом и клубная деятельность, и участие в общественных организациях типа Советов ветеранов или партий пенсионеров, и волонтерское движение, участие в котором позволяет избавиться от чувства одиночества, являются достаточно продуктивными формами активизации духовной жизни людей пожилого возраста.

Анализ зарубежного опыта работы с пожилыми людьми позволяет сделать вывод о том, что они привержены привычкам социальной активности. Однако, в России формы активизации социального поведения людей «третьего возраста» в большей степени основаны на системе социальной защиты, что не позволяет

пожилым перестать быть социально изолированными. Для преодоления этого явления необходимо проводить занятия, посредством которых пожилые могли бы общаться не только со своими сверстниками, но и с молодежью.

Важно развивать нестационарные службы социального обслуживания, такие как центры досуговой, посттрудовой деятельности пожилых людей, повсеместно создавать при них народные университеты «третьего возраста». Основными путями активизации этого процесса можно считать, наряду с трудовой занятостью, также «участие в клубах для пожилых людей, которое позволяет заниматься своими увлечениями (хобби) вместе с единомышленниками; проводить активно свободное время в кругу ровесников (занятия оздоровительной физкультурой, занятия танцами, пение); регулярно встречаться с представителями власти, врачами, психологами, юристами; участвовать в совместных встречах с молодым поколением» [40].

Как показывает анализ накопленного за рубежом опыта работы с пожилыми людьми, основным *трендом* является проект типа «Университет третьего возраста», основными задачами которого являются: 1) организация различных форм образования пожилых граждан (очного, заочного, дистанционного); 2) привлечение представителей старшего поколения к активной жизни в обществе, реализации социальных проектов, использованию своих профессиональных знаний, жизненного опыта для организации общественного просветительства, воспитания молодежи; 3) организация культурно-просветительской и социально-досуговой работы с пожилыми людьми, направленной на удовлетворение широкого спектра образовательных, культурных, познавательных потребностей населения; 4) получение основ медицинских знаний; 5) повышение уровня компьютерной грамотности пенсионеров, предоставление возможности работы на компьютерах в сети Интернет и пр.

По сути, такие университеты «третьего возраста» – это возможность пожилым гражданам и инвалидам бесплатно получать определенный уровень знаний, умений и навыков, обрести уверенность в своих силах и быстрее адаптироваться к условиям жизни.

Реализация таких проектов подтверждает, что пенсионеры являются полноправными членами современного общества. Понятно, что пожилые люди имеют специфические проблемы, что обуславливает необходимость обеспечить гражданам третьего возраста активную и творческую старость. За рубежом на основе государственных, общественных и коммерческих ресурсов, в целом, удается стимулировать социальную активность пожилых граждан. Накоплен значительный позитивный опыт в развитии организационно-правовых оснований стимулирования, в развитии и совершенствовании форм и методов повышения социальной активности пожилых, а также в расширении возможностей для их образования.

В этом убеждает и накопленный зарубежный опыт использования многообразного потенциала социально-культурной деятельности в обеспечении процесса активизации духовной жизни пожилых людей. Так, в развитых странах некоторые программы направлены на людей, которые не могут покинуть свой дом – «Библиотека на дому», «Книги на колесах» (США); другие рассчитаны на тех, кто имеет какие-то комплексы, связанные с возрастом и здоровьем и, как результат их, испытывает чувство одиночества, заброшенности, отчуждения от окружающего мира, например, «Кассельский проект» под руководством проф. Ф. Карла (Германия) [45]. Цель подобных программ – научить человека, вступающего в поздний период жизни, справляться с проблемами, которые присущи старости, наполнение жизни пожилого человека новым содержанием, рациональная и интересная организация его свободного времени, укрепление здоровья и чувство удовлетворения как результат культурно-досуговой деятельности.

Проведенный в данном исследовании анализ зарубежного опыта социокультурной работы с пожилыми людьми позволяет сделать вывод о том, что основным достоинством сложившейся там системы работы с пожилыми является, с одной стороны, принцип свободного выбора видов деятельности, с другой – наличие широкого спектра социально-культурных практик, который они имели, еще не вступив в «третий возраст», а вдобавок – расширение досуговых видов деятельности (в частности, за счет

волонтерских направлений работы, познания новых сфер реальности в виде ознакомления со спецификой жизни в старости, получения новых профессиональных знаний). В России же, как правило, происходит обратный процесс – сужение и обеднение перечня досуговых предложений для людей, достигших пенсионного возраста.

Таким образом, анализ зарубежного опыта отдельных учреждений по работе с пожилыми людьми в США, Канаде, Великобритании позволяет сделать вывод о том, что общественные организации и «коммуны» пожилых имеют в своих рядах, как правило, «советы и фонды» пожилых людей с целью обмена опытом «жизни в старости», организации совместных проектов (отдыха, частного предпринимательства, туризма и т. д.). Сами пожилые люди создают и реализуют проекты (сети магазинов, киосков, столовых, ночных и дневных приютов для бездомных, клубов по интересам, советов милосердия и здоровья и т. п.), что позволяет обеспечить возможности субъект-субъектных отношений, поскольку в рамках указанных проектов работают пожилые для пожилых (например, волонтеры для клиентов).

Перечисленные формы активизации духовной жизни людей пожилого возраста, по сути, отражают уже имеющийся опыт социально-культурной деятельности и не содержат значимых элементов новизны. Объединяющим их элементом выступает то, что в основе вышеперечисленных предложений просматривается субъект-объектный подход уже на уровне формулировок: «участие пожилых в программах образования, в клубной деятельности», «участие в совместных встречах с молодым поколением» и т. п. Мы целиком разделяем позицию Е. В. Черносвитова, который отмечает, что формулировки «участия» вуалируют установки на «обучение» и «социальное воспитание» пожилого человека, предписывая ему роль объекта социально-культурной деятельности, в то время как прогрессивным следует считать принцип «старость не надо лечить и учить» [37, с. 37].

При этом важно учитывать особенности социальной динамики, возрастание потребностей и возможностей развития людей пожилого возраста в ходе интенсивных социальных трансфор-

маций. Мы вполне согласны с мнением И. А. Григорьевой в том, что пенсионеры – это поседевшие «бэби-бумеры», уровень образования и притязаний которых намного выше, чем у людей третьего возраста в 1990 г. [6, с. 154–155].

Все вышеизложенное позволяет сделать вывод о том, что на международном уровне к старшему поколению уже утвердился «подход развития», сменивший по приоритетности, но не вытеснивший «подход заботы». «Подход развития» предполагает два уровня мер государственной политики:

– *индивидуальный* (микроуровень), заключающийся в обеспечении людей пожилого возраста в различных сферах жизни общества: политической, социальной, культурной и т. п.;

– *общегосударственный* (макроуровень), предполагающий включение проблем старения в национальную стратегию развития.

Суть «подхода развития» заключается в преодолении или предотвращении возможностей демографических изменений, таких как создание потенциалов развития и трансформации в обществе для всех возрастов.

Однако, при организации системной и эффективной работы с пожилыми людьми необходимо учитывать, что социальный статус, роль и место лиц третьего возраста в политической, экономической, социальной и культурной жизни обусловлены во многом отношением к ним общества. Поэтому государство, средства массовой информации должны формировать общественное мнение по поводу людей пожилого возраста как группы, вносящей определенный вклад в общество, а не как балласта, связанного только с издержками. Основная проблема лиц пожилого возраста заключается в том, что они не всегда знают, как наилучшим образом использовать свой богатейший жизненный опыт. Невостребованность их жизненного опыта ощущается пожилыми людьми как невостребованность самих себя.

В целом, анализ зарубежного опыта работы с пожилыми людьми позволяет сделать следующие выводы:

1. Чем выше уровень социальной активности пожилых людей, тем успешнее развивается общество. При этом принципиальное значение имеет признание того факта, что процесс активизации

невозможен, если относиться к пожилым людям как к объекту профессионального вмешательства. Активизация пожилых людей связана прежде всего с ростом самостоятельности. Процесс активизации начинается с анализа существующей ситуации, с понимания пожилым человеком того, что необходимо самому изменять ситуацию или выработать альтернативные решения.

2. Социальная активность пожилых людей характеризуется внутренней неоднородностью. Одни ее формы могут отвечать объективно назревшим потребностям развития общества, другие – противоречить и даже противодействовать им. За рубежом пожилые люди привержены привычкам социальной активности. Мировая практика организации досуга пожилых людей получила правовую основу и планирование на базе общенациональных программ, которые различаются между собой целями и методикой их достижения. Работа в форме обучающего развлечения большого количества общественных объединений и народных университетов, создающих предпосылки для соответствующей политики в отношении пожилых людей, уводит от психологического стереотипа пассивного «доживания» и формирует активную жизненную ориентацию.

3. Система образования для лиц третьего возраста достаточно развита и направлена на реализацию социальной субъектности пожилого человека, что в целом способствует увеличению продолжительности активной жизни. Ключевым ресурсом для сохранения трудовой активности пожилых людей становится человеческий потенциал, воплощенный в запасе знаний, навыков, интеллекта и творческих способностей людей. Именно он определяет жизненный уровень населения и конкурентоспособность на глобальном рынке.

4. Образовательные программы для пожилых людей имеют самую различную форму и содержание. Существенным моментом является опора на восприятие старения как этапа эволюции человека, который имеет свои ресурсы, а также *рассмотрение пожилого человека как субъекта образования*. Выбор образовательных программ основывается на мониторинге потребностей пожилых людей, нуждающихся в образовательных услугах.

5. Основным трендом является проект типа университет «третьего возраста», цель которого – создание условий для изменения стереотипа поведения и жизненных установок пожилых людей: уход от пассивной позиции и *формирование новой модели* личностного поведения путём вовлечения пожилых людей в образовательный процесс, разработку и осуществление общественно значимых проектов, увеличение степени их участия в общественной жизни.

6. В повышении социальной активности пожилых людей активную роль играет *Интернет*. Благодаря специальным сайтам для общения пожилых людей и обучению компьютерной грамотности они получили возможность создания электронного адреса, просматривания ежедневной прессы в электронном варианте, обработки и печати фотоснимков, прослушивания музыки и просмотра кинофильмов и различных передач в режиме он-лайн, а также связи с родственниками при помощи программы «Скайп».

7. Культурно-досуговая деятельность обладает огромным багажом форм и методов культурного развития пожилых людей и социализирующего воздействия на них. Она способна оптимизировать жизнедеятельность людей пожилого возраста, стимулировать их интеллектуальную и физическую активность, развивать творческие способности. Ядром сложившейся системы социокультурной работы с пожилыми людьми является принцип свободного выбора видов деятельности в сочетании с широким спектром социально-культурных практик, который они освоили, еще не вступив в «третий возраст». В пожилом возрасте досуговые виды деятельности расширяются за счет волонтерских направлений работы, познания новых сфер реальности и получения новых профессиональных знаний.

8. В основе западной модели социокультурной активизации жизни пожилых людей лежит, во-первых, возможность независимого выбора желаемых видов деятельности при наличии широкого спектра предложений, во-вторых, возможность реализации индивидуальных способностей во всех аспектах ежедневной жизни *в рамках субъект-субъектных отношений*, равенства и релятивности позиций различных субъектов, складывающихся в учреж-

дениях, работающих с пожилыми людьми. Создаваемые и реализуемые самими пожилыми людьми проекты позволяют в полной мере реализовать субъект-субъектные отношения. Обеспечение двух указанных условий обеспечивает процесс активизации духовной жизни в его социально-культурном контексте.

9. Необходимо активнее переформатировать работу с людьми третьего возраста, внедряя *субъект-субъектный подход* в реализации стратегии активного старения, полнее раскрывать многообразный потенциал социально-культурной деятельности в обеспечении процесса активизации духовной жизни пожилых людей. В соответствии с «*подходом развития*», основными направлениями повышения социального статуса лиц пожилого возраста должны стать: 1) улучшение качества жизни пожилых людей, повышение их материального благосостояния; 2) развитие социальных услуг в соответствии с потребностями пожилых людей; 3) сохранение возможности социальной, политической, интеллектуальной и творческой деятельности лиц третьего возраста с целью активизации социального поведения; 4) подготовка профессиональных кадров для работы с пожилыми людьми.

## **2.2. Социальная активность людей старших возрастов: практики социологического исследования и перспективы развития**

Органы государственной статистики констатируют тот факт, что в Украине происходит «старение населения», связанное с сокращением рождаемости и увеличением средней продолжительности жизни, а также с выездом молодых людей за рубеж на длительный период, с перспективой ПМЖ. Следствием этих процессов является значительное увеличение доли пожилого населения (людей третьего возраста) в социально-демографической структуре Украины. Согласно прогнозам ООН, к 2050 году 22% населения Земли будет пенсионерами, а в развитых странах на каждого работающего гражданина будет приходиться по одному пенсионеру. При этом отмечается, что старение общества неизбежно ждет все развитые страны мира. Данные ООН свидетель-

ствуют о том, что к 2050 году в Украине люди третьего возраста будут составлять более трети всего населения – около 40% [11].

Старение населения чревато серьезными экономическими проблемами, поскольку активно работающих людей становится все меньше, а доля людей, физически не способных сохранять достаточно высокий уровень профессиональной и производственной активности и, в связи с этим, нуждающихся в государственной помощи, растет. С позиции социологической теории, в частности, с опорой на труды Т. Парсонса, такую ситуацию можно охарактеризовать как состояние неравновесности социальной системы. Идеальная ситуация равновесия (равновесности) – это когда численность рождаемости равна численности смертности. Чем динамичнее система, тем более чуждым и недостижимым для нее представляется идеал равновесия. Состояние неравновесности для высоко динамичных социальных систем, каковым и есть современный украинский социум, является не только разновидностью нормы, но и источником развития. Поэтому идея равновесности утопична, а настойчивое стремление к равновесию может иметь негативные социальные последствия. В связи с этим, вполне разумным и весьма перспективным представляются меры, направленные не на численное уравнивание «пожилых» и «всех остальных», а на раскрытие и реализацию потенциала социальной активности первых.

Следует отметить, что в научной литературе термины «пожилые» и «люди третьего возраста» нередко употребляются как синонимы. Однако содержанию данного подраздела в большей степени соответствует трактовка «третьего возраста», предложенная И. Потехиной и Д. Чижовым: «К «третьему возрасту» относятся люди пенсионного возраста без каких-либо серьезных физических или психических нарушений, трудоспособные, с достаточно активной жизненной позицией, которые хотят и могут работать наравне с лицами трудоспособного возраста и быть полноправными членами социума» [30, с. 4].

Согласно данному определению, люди третьего возраста – это социально активная часть людей пенсионного возраста, а, следовательно, с социологической точки зрения их следует рассматривать

не столько как статистически фиксируемую демографическую группу, сколько как большую социальную группу – количественно не ограниченную социальную общность, имеющую устойчивые ценности, нормы поведения и социально-регулятивные механизмы.

Каждая социальная группа интересна социологам не сама по себе, а с точки зрения того совокупного «вклада» (положительного или отрицательного), который она вносит в общество, способствуя тем самым его социально положительной динамике, либо, наоборот, динамике, ведущей к крайней социальной дезинтеграции и «разложению» системы.

Проблема полноценной реализации социальной активности людей пожилого возраста требует комплексного подхода к ее разрешению, с задействованием экономических, технологических, научных и других ресурсов. При этом, на наш взгляд, результаты использования научных ресурсов, в виде проверенного научного знания о людях пожилого возраста как особой социальной группе, призваны создать основу для дальнейшего эффективного использования экономических и технологических ресурсов, т. е. для разработки экономической политики в отношении данной группы и внедрения технологий развития ее социальной активности. Тем более, что развитие медицины дает надежду на продление возраста «активной старости» (состояния, когда пожилой человек может вести более-менее полноценную жизнь), а автоматизация производства позволяет пожилым людям, даже при ухудшении физического состояния, сохранять работоспособность во многих сферах, в том числе и связанных с удаленной работой.

Следовательно, весьма актуальным является научное социологическое осмысление пожилого (третьего) возраста, проведение специальных социологических исследований, ориентированных на выявление социального статуса пожилых людей в обществе, реального и потенциального уровня их социальной активности, препятствий и перспективных направлений, сфер реализации их социальной активности.

В этой связи представляются интересными результаты исследований, проведенных зарубежными и отечественными социологами.

В частности, исследование, проведенное ВЦИОМ в сентябре 2009 года, было ориентировано на выявление мнения граждан о пожилых людях и их положении в обществе, о соблюдении их прав, повышении пенсионного возраста. Результаты показали, что большинство опрошенных испытывают уважение при виде пожилого человека (57%). Чаще об этом сообщают респонденты моложе 44 лет (61–63%). Кроме этого, люди пожилого возраста вызывают жалость – у 38% и желание оказать помощь – у 35% [25].

Старость, по мнению опрошенных, наступает в возрасте 60–64 лет, так считает четверть из них (25%). 18% респондентов уверено, что пожилым человек становится по достижении 70–74 лет. Около 2% отметило, что человека следует считать «старым», начиная с 40–49 лет, 9% – с 50–54 лет, по 7% – с 55–59 лет и с 65–69 лет, по 4% – с 75–79 лет и с 80–89 лет. Еще 1% считает, что пожилым является человек, достигший 90 лет. 5% полагает, что старость у всех людей наступает в разном возрасте, а 2% связывает это понятие с окончанием трудовой деятельности и 1% – с началом проблем со здоровьем.

По мнению относительно «молодой» группы опрошенных (т. е. респондентов, чей возраст варьируется от 18 до 35 лет) права пожилых людей в государстве скорее не соблюдаются. По сравнению с 2005 годом сторонников такого мнения стало больше (67% против 59%, соответственно). Только каждый пятый уверен в том, что права людей старшего возраста соблюдаются (21%; в 2005 году – 37%) [29].

В качестве так называемой «поддерживающей системы» для социальной активности пожилых людей выступают контакты с родственниками. По результатам исследования, проведенного зарубежными социологами в Саратовской области [5], часто встречаются и общаются с родственниками 37,2% пожилых людей. 24% видятся иногда, 24,8% – редко. 19% пожилых людей не имеют возможности часто навещать родственников из-за проблем со здоровьем, 11,2% – из-за отсутствия возможности часто ездить на общественном транспорте, у 4,1% нет желания общаться с родственниками. А 15,8% отмечают, что родственники много работают, им не до проблем пожилых людей. Последние

два показателя хорошо демонстрируют стремление к родственным контактам самих пожилых и их родственников. Большинство респондентов пожилого возраста отметило, что получают в достаточном объеме помощь и внимание со стороны родственников, близких людей и социальных работников. Большинство пожилых людей (более 60% опрошенных) считают, что их мнения и интересы учитываются детьми, родственниками, соседями, социальными работниками и не учитываются должностными лицами органов государственной и местной власти.

Результаты все того же зарубежного исследования [29] подтвердили тот факт, что большинство пожилых людей никогда не сталкивалось с применением к ним физического насилия (85,6%). Однако неуважительное отношение и оскорбления испытала почти половина пожилых людей. Те же, кто столкнулся с подобными жизненными ситуациями, отмечают, что факты применения физического насилия по отношению к пожилым людям случались на улице либо дома. Те, кто сталкивался с оскорблениями и неуважительным отношением, отмечают, что это происходило в учреждениях бытового обслуживания (магазинах, пунктах приема платежей, домоуправлении) – 44%, либо на улице – 35%, реже в учреждениях медицинского обслуживания – 18,5%, или дома – 8%.

С физическим насилием сталкивалось около 6% опрошенных пожилых людей, из них: на улице – 50%, дома – 33%, в учреждениях бытового обслуживания – 15%, в медицинских учреждениях – 2%. В связи со случаями насилия пожилые люди обращаются в правоохранительные органы крайне редко. Из тех, кто пережил случаи насилия или неуважительного обращения обращались в милицию – 5%, в учреждения социального обслуживания – 2,3%, в органы социальной защиты – 1,5%, в суд – 1,1%. Исследователи отмечают, что в городах люди старшего трудоспособного возраста чаще сталкиваются с неуважительным отношением и физическим насилием, чем в сельской местности.

Что касается социальной активности, то ее уровень, по результатам исследования, следует оценить, как крайне низкий [29]. В деятельности общественных организаций постоянно принимает участие не более 5% граждан пожилого возраста, в деятельности

политических партий – около 2%. В мероприятиях досугового характера, включая самодеятельные коллективы, кружки творчества и спортивные группы участвуют постоянно около 20% пожилых людей. Кинотеатры, театры, выставки, библиотеки, физкультурно-оздоровительные группы, танцевальные и литературные «вечера» пожилые люди посещают крайне редко (от 2% до 10%). Чаще всего пожилые люди посещают магазины (61,6%) и парикмахерскую (30,3%).

Исследователи отмечают, что чаще других посещают выставки, кинотеатры, театры, спортивные секции, творческие кружки пожилые люди, полностью удовлетворенные своей жизнью. Например, среди тех, кто постоянно посещает творческие кружки и студии, полностью удовлетворены своей жизнью – 42,6%, не удовлетворены – 2,1%. Среди тех, кто не посещает их, вообще полностью удовлетворены 22,2%, не удовлетворены – 7,1%.

По результатам исследования можно констатировать, что дневная активность пожилых людей достаточно стандартна. Как правило, в течение дня пожилые люди смотрят телевизор (80,5%), работают по хозяйству (58,6%), гуляют (54,2%), читают (40,8%), вяжут, шьют (17,3%). Реже посещают студии, кружки по интересам, группы здоровья, рисуют, создают мелкие поделки.

Самым важным в своей жизни пожилые люди называют благополучие детей и внуков (49,1%), свое здоровье (30,7%) и взаимоотношения с детьми и внуками (7,8%). В целом иерархия жизненных приоритетов пожилых людей еще раз подтверждает, что люди старше трудоспособного возраста в большинстве сосредоточены на жизни своих детей и внуков, и возможность им помогать становится важным аспектом удовлетворенности жизнью пожилыми людьми. По мнению пожилых людей, их собственные потребности могут реализовываться с большим успехом в ситуации благополучия детей. Благополучие детей является важным стимулом к проявлению социальной активности пожилых людей [29].

В заключение исследователи подчеркивают, что проблемы со здоровьем – все же главный ограничитель социальной активности пожилых людей.

Довольно интересны данные исследования, проведенного

российскими учеными в январе-марте 2015 г. на тему: «Жизненные стратегии и социальные практики активного долголетия людей пожилого (третьего) возраста», направленное на изучение и анализ положительного опыта по созданию условий, способствующих повышению продолжительности и качества жизни, поддержанию социальной активности и работоспособности, формированию здорового образа жизни и активного долголетия пожилых людей [30, с. 4]. Это кабинетное исследование, массовый формализованный опрос (n=1500); 4 фокус-группы; 20 экспертных интервью.

Как ни странно, но исследователи отмечают, что в эмоциональном фоне людей пожилого возраста преобладают оптимизм, радость, воодушевление. Наиболее высокий уровень активности характерен для работающих респондентов (6,7–6,8 баллов из 10 максимальных), а также для пользователей Интернета (6,7 баллов в отличие от 5,6 баллов по группе тех, кто Интернетом не пользуется). Исследователи подчеркивают, что сопоставление этих данных с результатами качественного этапа исследования позволяет сделать однозначный вывод о том, что продолжение трудовой активности в старшем возрасте позитивно влияет на эмоциональный настрой [30].

Проблема материальной обеспеченности представляется одной из важнейших в ракурсе рассмотрения социальных реалий и перспектив людей пожилого возраста. На уровне массового сознания эта группа людей ассоциируется с «нуждающейся» категорией населения, что подтверждают результаты исследований проведенных, как в Украине, так и в странах ближнего зарубежья [22].

Как показали исследования, проведенные российскими учеными, проблема одиночества не является масштабной: 25% опрошенных живут одни, 42% – вдвоем, 30% – втроем и более. Доля одиноких пенсионеров немного выше в городе по сравнению с селом (26% против 22%), среди женщин по сравнению с мужчинами (33% против 16%). 55% состоят в браке, 44% разведены или вдовы [30].

Респондентам также предлагалось оценить состояние своего здоровья. 46% заявили, что оно не позволяет им работать, 32% –

позволяет работать лишь на некоторых должностях, 20% – позволяет работать везде или почти везде. 39% респондентов в возрасте 55–59 лет оценили своё здоровье как позволяющее работать везде или почти везде, среди 65–69-летних этот показатель в два раза ниже. Работающие полный день пенсионеры демонстрируют более высокую самооценку здоровья по сравнению с работающими неполный день и не работающими.

Практически все опрошенные эксперты и участники фокус-групп сказали о дискриминации старшего поколения в российском обществе, связанной с ограничениями на рынке труда. Эксперты отметили, что ущемление прав старшего поколения на рынке труда – лишь часть общего проявления неявной дискриминации по возрасту [30].

Согласно инструментарию исследования, респондентам задавался вопрос об их восприятии возраста. 48% воспринимают его как период, имеющий свои преимущества, 40% – как несущий лишь недостатки и негативное восприятие окружающих, 12% затруднились ответить на вопрос. 58% респондентов видят преимущества третьего возраста в жизненном опыте и мудрости, 44% – в появлении дополнительного времени для общения с семьей, 43% – в появлении личного времени и времени для отдыха [30]. При этом исследователи обращают внимание на значительную разницу в ответах работающих и неработающих респондентов: если для первых основное преимущество третьего возраста связано с накоплением жизненного опыта и мудрости (72%), то для вторых примерно равный вес имеют жизненный опыт, появление времени для общения с семьей и времени для себя лично. Наиболее позитивно свой возраст воспринимают «молодые пенсионеры» в возрасте 55–59 лет, продолжающие профессиональную деятельность.

Вопросы, связанные с экономической и трудовой активностью граждан третьего возраста, занимали центральное место в проведенном исследовании. Перед его началом была выдвинута гипотеза о том, что большинством из них работа после выхода на пенсию воспринимается как некий вынужденный выбор, обусловленный низким уровнем пенсии по сравнению с зарплатой и, как

следствие, резким снижением уровня жизни после выхода на пенсию. Также было сделано предположение, что среди работающих пенсионеров распространено негативное отношение к своему нынешнему роду занятий, как правило, заметно отличающемся в худшую сторону от рода занятий до выхода на пенсию. Исследование в целом подтвердило данную гипотезу, зафиксировав преимущественно негативное отношение пенсионеров к продолжению трудовой активности после выхода на пенсию [30].

Следует отметить, что только 25% пожилых людей работает полный или неполный рабочий день или имеет какие-либо подработки. Из данной группы 19% работают полный рабочий день, 4% – неполный рабочий день, 3% изредка подрабатывают. Выше всего доля работающих среди сельского населения, среди мужчин по сравнению с женщинами, а также в более молодых возрастных группах.

По результатам исследования учеными были выделены также три альтернативных варианта проживания третьего возраста: (1) дожитие (спад активности во всех сферах, фокусировка внимания и усилий на здоровье и средствах к проживанию); (2) активная трудовая деятельность (продолжение допенсионного образа жизни с сохранением установок активного трудоспособного возраста); (3) переориентация на другие сферы (прежде всего на социальную и личностную реализацию в общественно-политической сфере или же посвящение себя детям и внукам). При этом наиболее распространенными представляются дожитие (39%) и переориентация на реализацию себя в других сферах (37%). Модель продолжения активной трудовой деятельности характерна для 24% опрошенных. Среди первых преобладают представители старших возрастных групп (60% находятся в возрасте старше 75 лет), среди продолжающих активную трудовую деятельность – представители более молодых возрастных групп (72% – респонденты в возрасте от 55 до 64 лет) [30].

Результаты экспертного опроса показали, что основной причиной, подталкивающей людей пожилого возраста к продолжению трудовой деятельности, является низкий уровень пенсии. Прочие варианты и факторы рассматриваются, скорее, как вспомога-

тельные. Лишь единицы респондентов на фокус-группах говорили о том, что работают в первую очередь для ощущения нужности обществу [30].

Большинство экспертов сходится в том, что на сегодняшний день основная часть пенсионеров не готовы работать, прежде всего, в силу ограничений, связанных с самочувствием и физическим состоянием. Второй немаловажный фактор – отсутствие адекватных предложений на рынке труда, которые могли бы заинтересовать не только денежной составляющей, но и с точки зрения продолжения самореализации. Работодатели не желают нанимать людей пожилого возраста. Нехватка адекватных вакансий для пенсионеров приводит к тому, что оказываемая ими помощь своим близким родственникам становится более значимой, чем денежное вознаграждение, которое они могли бы получать, работая по найму.

В ходе исследования выявлены типовые ситуации, когда представителям старшего поколения удавалось найти (или сохранить) работу высокого социального статуса, соответствующего их знаниям. Как правило, они были связаны с уникальными компетенциями или узкой специализацией, востребованной и на сегодняшний день. Тем не менее, основная часть работающих пенсионеров замещает наименее привлекательные для других категорий населения вакансии, работая или в сфере государственного образования (бюджетные зарплаты), или на низкоквалифицированных рабочих специальностях, не требующих дополнительного образования. После выхода на пенсию увеличивается доля занятых на низкооплачиваемых низкоквалифицированных позициях (охранник, сторож, консьерж, вахтёр) (13% занятых на этих позициях после выхода на пенсию по сравнению с 1% до выхода на пенсию), дворник, разнорабочий, уборщица (6% до выхода на пенсию по сравнению с 1% после выхода на пенсию). Примерно в каждом пятом случае наблюдается значительное понижение профессионального статуса пенсионера по сравнению с тем, чем он занимался до выхода на пенсию. В каждом десятом случае происходит смена поля деятельности, не обязательно связанная с понижением социального статуса (например, переключение

пенсионеров на работу через Интернет, в различных структурах MLM-маркетинга, репетиторство или гувернёрство). 41% назвали в качестве причин, препятствующих продолжению трудовой активности, вопросы здоровья, 39% заявили о неготовности работодателей брать на работу пенсионеров, 14% отметили отсутствие привлекательных для пенсионеров вакансий, еще 13% отметили, что им хватает на достойную жизнь имеющихся источников дохода [30].

По мнению опрошенных экспертов, пенсионеры на рынке труда имеют как сильные, так и слабые стороны. К сильным сторонам относятся высокий уровень компетентности в своей области (речь идет о фундаментальных областях, требующих глубокой подготовки), а также дисциплинированность и ответственность. К слабым сторонам отнесены возможные проблемы со здоровьем, морально-психологические сложности, которые могут возникать у руководителей при взаимодействии с подчиненными более старшего возраста. Эксперты отмечают, что за последние несколько лет наблюдается тенденция активного увеличения числа пенсионеров, занимающихся дополнительным образованием, но большинство образовательных курсов, распространенных сегодня и предназначенных для пенсионеров, ориентированы почти исключительно на женщин [там же]. По мнению 69% опрошенных, люди старшего возраста способны или скорее способны учиться, приобретать новые знания и умения. 22% придерживаются противоположной точки зрения, 9% затруднились ответить на данный вопрос.

В ответ на вопрос о том, хотели бы они пройти обучение, получить новые знания и навыки, 68% ответили, что не готовы, 23% заявили о готовности, 7% ответили, что и так занимаются на курсах обучения и самообразования. 2% затруднились с ответом. Можно предположить, что ключевым фактором отказа от дополнительного образования стало непонимание респондентами сферы его применения (если говорить о различных формах профессиональной переподготовки). Желание получить дополнительное образование наиболее высоко в группе 55–59-летних (48%) [30].

Одним из наиболее явных проявлений высокого уровня социальной активности граждан пожилого возраста является их участие в выборах различного уровня. По данным опроса, проведенного российскими исследователями, 70% голосуют на выборах любого уровня, 14% иногда участвуют в выборах, 7% не ходят на выборы вообще. С возрастом электоральная активность увеличивается, достигая 82% (доля тех, кто заявил о безусловном участии в выборах любого уровня) в группе «80+». Несмотря на то, что зафиксирована сравнительно невысокая общественно-политическая активность пенсионеров (общественно-политической деятельностью занимаются лишь 14%), это заметно выше, чем в среднем по взрослому населению [там же].

Делая общие выводы, зарубежные ученые отмечают, что существующая социально-экономическая среда в целом не является благоприятной для полного раскрытия социального потенциала людей пожилого возраста. В обществе распространены негативные стереотипы о старшем поколении, которые можно оценить, как недооценку людей пожилого возраста, особенно с точки зрения их трудовой активности. СМИ не улучшают ситуацию, поскольку освещают вопросы, связанные со старшим поколением, узко и однобоко, фокусируясь в первую очередь на проблемах социально-экономической несостоятельности, подчеркивая уязвимый статус пенсионеров, не пытаясь отслеживать общемировые тенденции.

Среди проблем, с которыми наиболее часто сталкиваются люди пожилого возраста, доминируют медико-физиологические, социально-экономические и психологические [там же]. Социальная активность пенсионеров чаще всего направлена на сферы местного самоуправления и работу ЖКХ, членство в различных ветеранских организациях. В повышении уровня социальной активности пожилых людей важную роль играет интернетизация, влияющая на тональность ответов на вопросы, связанные с жизненной, социальной, трудовой активностью. Проблема недостаточно хорошего состояния здоровья занимает одно из центральных мест, с точки зрения повышения уровня трудовой активности людей пожилого возраста. Вместе с тем, работающие полный день

пенсионеры демонстрируют заметно более высокую самооценку здоровья по сравнению с работающими неполный день и не работающими вовсе, однако в данном случае это, по всей видимости, пример обратной корреляции. Одна из характерных тенденций современной ситуации с досугом людей пожилого возраста связана с его разнообразием и расширением возможностей, доступных старшему поколению. Проблемой является не отсутствие возможностей досуга и отдыха, а недостаток информации об имеющихся возможностях. По результатам исследования, проблема одиночества преувеличена, многие представители старшего поколения успешно наладили коммуникации, в том числе с использованием Интернет-технологий [30].

Выводы, сделанные учеными ближнего зарубежья, во многом согласуются с выводами отечественных социологов. Заслуживает внимания интереснейшее исследование, проведенное Т. Гришиной в рамках реализации ее диссертационного проекта [9]. Проблему «людей пожилого возраста» исследовательница анализирует сквозь призму социальной включенности/исключения представителей данной социальной группы. Она отмечает, что в целом проблематика социальной включенности/исключения тех или иных социальных групп проработана в отечественной социологии достаточно основательно Н. Паниной, Е. Якубой, О. Куценко, А. Смолькиным, Л. Хижняк и др.

Т. Гришина в своих выводах о людях пожилого возраста опиралась на данные Европейского социального исследования (ESS; массив данных 2010/11 гг. – 5 волна. Общий объем выборки для всех стран составляет 50 781 объекта, из них 15 837 – респонденты старшего возраста. Объем выборки для Украины составил 1931 объект, из которых 703 – респонденты 60 лет и старше. Массивы 2004–2008 гг. – 2, 3 и 4 волны). Исследовательницей был проведен сравнительный анализ данных этих исследований. Для сравнения были выбраны восемь стран, которые присутствуют в массиве данных: Великобритания, Португалия, Дания, Германия, Франция, Польша, Нидерланды, Украина. В основу отбора положена типология стран А. Содэ, К. Врумана на основе различения типов социальной политики и пенсионной системы:

скандинавские, англосаксонские, континентальные, средиземноморские, восточноевропейские и «гибридный» тип (Нидерланды). Кроме того, использовались данные национальной государственной статистики с целью анализа социально-демографического профиля группы людей пожилого возраста, динамики структурных характеристик этой группы за период 2004–2012 годов. Выводы также опирались на результаты авторского качественного исследования представителей старшей возрастной группы – 12 глубинных интервью с лицами старше 60 лет, проживающих в г. Киеве и пригороде. Учтены квоты по полу (6 человек женского пола и 6 – мужского); по возрасту (60–70 лет – 7 респондентов, 71–85 – 5 респондентов); по уровню образования (5 человек – без высшего образования, 5 человек – с высшим образованием и 2 – с фундаментальным научным образованием); по статусу занятости (50% – продолжают работать после достижения пенсионного возраста).

В результате такого многоаспектного исследования Т. Гришиной были раскрыты особенности процесса и состояние социальной включенности старшей возрастной группы в экономическую, политическую и социально-культурную жизни в украинском обществе. При этом под социальной включенностью (социальным вовлечением) исследовательница понимает многомерный процесс участия индивида или социальной группы в общественной жизни, а также доступ к основным структурным ресурсам. Она отмечает, что процесс социальной включенности проявляет себя в основных сферах общественной жизни “ экономической, общественно-политической, социально-культурной [9].

Т. Гришиной удалось выявить, что состояние социальной включенности украинских граждан старшего возраста характеризуется как неблагоприятное, особенно, в контексте экономических проявлений. Социальная включенность старшей возрастной группы реализуется в основном за счет социально-культурной активности (в первую очередь, за счет поддержания социальных контактов). В меньшей степени выражены общественно-политические проявления социальной включенности, при этом приоритетной остается форма электорального участия. Т. Гришина

отмечает, что в сравнительной европейской перспективе наиболее положительно следует охарактеризовать социальную включенность людей третьего возраста в скандинавских странах. В отличие от этих стран, индивиды, проживающие в постсоциалистических странах (например, в Польше и Украине), отличаются существенно более низкими показателями социальной включенности [9].

Эмпирический анализ социальной включенности людей старшего возраста, проведенный Т. Гришиной, также предполагал сопоставление с контрольной группой – значительно младшей по возрасту (респонденты 18–35 лет), что позволило выделить возрастные отличия данного процесса.

На основе данных государственной статистики и вторичного анализа эмпирических данных, исследовательница делает вывод о том, что, хотя с позиции различных наук доказывается, что старение не обязательно приводит к снижению уровня здоровья, а опыт европейских стран показывает, что с возрастом и выходом на пенсию уровень материального благополучия может не уменьшаться, однако для Украины подобные негативные тенденции актуальны. Люди пенсионного возраста характеризуются низким уровнем денежных доходов и совокупных ресурсов домохозяйства в Украине, несмотря на постоянное увеличение минимальной пенсии. Уровень дохода лиц старшего возраста в меньшей степени связан с размером пенсионного обеспечения (более половины пенсионеров получают пенсию, близкую к прожиточному минимуму) и существенно возрастает в случае продолжения трудовой активности. Анализ статистических данных показывает постоянный рост доли занятого населения в возрасте 60–70 лет. По состоянию на 2010 год, в Украине 36,5% стремятся работать после наступления пенсионного возраста [9].

Основными структурными характеристиками, существенно дифференцирующими представителей старшей возрастной группы, выступают следующие: уровень материального благополучия, уровень здоровья, уровень образования и квалификации, семейный статус (совместное либо отдельное проживание с детьми или другими родственниками) [там же].

Реализуя задачу уточнения политических проявлений

социальной включенности группы людей старшего возраста, Т. Гришиной были построены индексы гражданской и политической включенности, объединяющие следующие показатели общественно-политического участия: участие в последних выборах и наличие чувства близости к одной из политических партий в стране; участие в работе общественных организаций и участие в подписании петиций, обращений, открытых писем и т. п. Полученные результаты показали, что политическое участие, как одно из проявлений социальной включенности группы людей пожилого возраста, характеризуется высокими показателями. Однако преобладающей является только одна форма общественно-политического участия – электоральная [там же].

В целом исследовательница отмечает, что во всех сравниваемых странах представители старшего возраста демонстрируют высокий уровень общественно-политической включенности (в том числе, и по сравнению с более молодыми социально-демографическими группами), однако страны существенным образом дифференцируются по уровню гражданского участия. Наихудшими показателями в этом плане характеризуются Польша, Португалия и Украина. По мнению Т. Гришиной, причинами низкой гражданской активности являются: слабость гражданских организаций, политизированность гражданского сектора, низкая информированность населения о возможностях гражданского участия и результатах деятельности существующих гражданских организаций. К примеру, в Дании лица старшего возраста отличаются не только высокими показателями политического участия, но и активно приобщены к работе общественных и гражданских организаций (в Дании действует весьма разветвленная система общественных организаций, занимающихся непосредственно проблемами старшего возраста) [9].

В качестве еще одного содержательного проявления социальной включенности людей третьего возраста является активность экономического участия. Т. Гришиной для измерения такого участия была использована переменная, фиксирующая все виды экономической активности, которые выполнялись респондентом в течение последних семи дней. По результатам вторичного ана-

лиза данных Европейского социального исследования, в Украине 9,6% старшей возрастной группы продолжают работать после 60 лет. Такие данные соответствуют общеевропейским показателям. Самые высокие показатели экономической активности демонстрируют скандинавские (на примере Дании), континентальные (на примере Германии), англосаксонские (на примере Великобритании) страны и «гибридные» Нидерланды. Однако, как отмечает исследовательница, такие оценки обусловлены прежде всего более поздним возрастом выхода на пенсию. По сравнению с обозначенными странами, Украина отличается более низкими показателями социальной включенности в экономическую сферу, что, по мнению исследовательницы, связано с низким уровнем пенсионного обеспечения, неэффективностью государственной политики по поддержке старшего населения, непопулярностью частных пенсионных накоплений [там же].

Что касается социальной включенности людей пожилого возраста в социально-культурную сферу общества, то индикатором этой включенности, согласно исследовательской логике Т. Гришиной, может выступить частота контактов с другим людьми. Результаты исследования показали высокие значения частоты контактов во всех сравниваемых странах, особенно в скандинавских (Дания и Нидерланды). Однако, как отмечает исследовательница, в европейской сравнительной перспективе прослеживается более низкая частота поддерживаемых социальных контактов в постсоциалистических странах (Польше и Украине). Помимо количественных показателей, изучалась и качество таких контактов, а именно – отсутствие чувства одиночества и наличие возможностей для получения материальной помощи и моральной поддержки. Т. Гришина отмечает, что все страны демонстрируют высокие показатели отсутствия чувства одиночества (90% опрошенных лиц пожилого возраста в каждой стране). Исключение составляют Польша и Украина, где, соответственно, 20,1% и 30,1% старшей возрастной группы чувствуют себя одиночками [9].

В качестве индикаторов социально-культурного участия как проявления социально-культурной включенности Т. Гришиной были использованы показатели субъективной частоты встреч для

общения и развлечений (по сравнению со сверстниками). Большинство украинцев пожилого возраста считает себя социально активными по сравнению со сверстниками, и демонстрируют значения приблизительно равные тем, которые фиксируются в других странах – Германии и Франции. Вместе с Украиной эти страны составили тройку лидеров по данному показателю [там же].

На основе проведенных глубинных интервью, исследовательница делает вывод о том, что с выходом на пенсию происходит реорганизация времени, в том числе происходит сокращение и изменение социально-культурных практик – превалирует в основном пассивное проведение досуга. Также исследовательницей была зафиксирована следующая тенденция: основные хобби, которые популярны для младшего возраста, с течением лет теряют свою популярность, что, возможно, является результатом эмоционального равнодушия, потери «интереса к жизни». Основной «страстью» пожилых людей, которой уделяется существенная часть времени в этом возрасте, независимо от статуса и занятости, является дача и приусадебный участок [9].

Т. Гришина также доказала, что наиболее благоприятная ситуация социально-культурной включенности наблюдается в группе лиц старшего возраста, имеющих высшее образование и обладающих специальными (и/или «дефицитными») знаниями. Представители данной группы регулярно путешествуют (в том числе и за границу), изучают иностранные языки, часто встречаются с друзьями, отличаются регулярными и разнообразными культурно-развлекательными практиками. Также респонденты с высшим образованием чаще практикуют «интеллектуальные» формы проведения досуга – чтение книг, посещение театров и музеев [там же].

По результатам качественного исследования Т. Гришиной были выделены следующие барьеры социального привлечения, которые оказались довольно ожидаемыми: 1) финансовые возможности (особенно остро мешают туризму как желанной культурной практике людей пожилого возраста); 2) состояние здоровья и 3) личная пассивность, нежелание участвовать в раз-

личных мероприятиях, даже в случае их бесплатности. Залогом успешной социально-культурной включенности выступает наличие регулярной общественно-значимой занятости (не обязательно оплачиваемой), что формирует психологическое чувство востребованности, обеспечивает приобщение к более широким социальным сетям, активный досуг [там же].

Интересно, что проведенный Т. Гришиной сравнительный анализ старшей возрастной группы с контрольной группой молодежи не обнаружил отставания первой (по уровню социальной включенности). Люди старшего возраста во всех сравниваемых странах демонстрируют высокий уровень политического участия (во многом благодаря высокой электоральной активности). Среди европейских стран особенно выделяются скандинавская Дания, где старшая возрастная группа отличается от младшей возрастной группы не только высоким уровнем политической, но и экономической включенности [9].

Изложенные выше результаты исследований подтверждают, что старшая возрастная группа может принимать активное участие в жизни общества наравне с его младшими представителями, однако при наличии в обществе необходимых условий, способствующих этому. В частности, в Украине требует развития сектор гражданских организаций, ориентированный на привлечение к участию в них людей пожилого возраста, а также система социального маркетинга, продвигающая идеи и формы социальной активности представителей данной социальной группы. Кроме того, требует реорганизации система социального обеспечения и социальной поддержки пожилых людей. В связи с этим весьма актуальны результаты исследований, проведенных Б. Ананьевым, М. Ермолаевой, Е. Головахой, А. Красновой, В. Абрамовым и др. Но особо интересными и незаурядными нам представляются выводы, сделанные украинским социологом О. Комаровой на основе цикла проведенных исследований [22].

Исследовательница отмечает, что в отечественной социологической науке недостаточно исследован процесс распределения и предоставления социальных трансфертов как важного фактора социальной защиты и основы жизнеобеспечения людей пожилого

возраста, чему и была посвящена ее исследовательская работа [там же].

Эмпирическую базу составили результаты социологического опроса, проведенного с людьми пожилого возраста, проживающих в Днепропетровской области (n=900, период: сентябрь 2011 г. – август 2012 г.). Выборка многоступенчатая, комбинированная. На первой ступени был осуществлен случайный отбор городов и сел области, в опросе охвачено четыре города области и семь районных центров. На второй ступени осуществлен целенаправленный отбор единиц наблюдения на основе квот, представляющих население области по полу, возрасту (старше 50 лет) и уровню образования. На третьей ступени единицы наблюдения отбирались случайно по принципу доступности. Для опроса отбирались мужчины и женщины в возрасте 50 лет и старше [22].

В результате исследования были выделены признаки социальных трансфертов как системы социально-ориентированных действий государства, а именно: целенаправленная поддержка государством общественного и индивидуального благосостояния населения; ценностная ориентация на принцип социальной справедливости; гуманизация отношений социального обмена между работающим и неработающим населением; социальная укорененность и воспроизводство человеческого потенциала.

Социальная сущность социальных трансфертов, по мнению О. Комаровой, заключается в их способности обеспечивать возможность удовлетворения личных потребностей и воспроизводства личностного потенциала тех или иных социальных групп, которые на конкретном этапе своего жизненного цикла, при определенных объективных обстоятельствах, не способны самостоятельно это сделать. Социальные трансферты исследовательница определяет на основании аналитического разделения представлений о трансфертах экономического и социального направления, обозначая этим термином гарантированные государством безвозмездные платежи тем социальным группам, которые нуждаются в социальной защите и поддержке жизненного уровня [там же].

На основе анализа результатов эмпирического социологи-

ческого исследования процесса предоставления, распределения и использования социальных трансфертов пожилых людей в Днепропетровской области, О. Комаровой сделаны важные выводы о характере взаимодействия работников органов местного самоуправления и пожилых людей, а также предложен проект усовершенствования процесса предоставления и распределения социальных трансфертов.

Исследовательница отмечает, что результаты оценочных суждений пожилых людей, проживающих в Днепропетровской области, свидетельствуют о низкой юридической осведомленности большинства из них в отношении своих конституционных прав, в отношении размеров пенсии, существующих видов пособий и системы социального обеспечения [22].

В процессе исследования было выявлено, что для большинства пожилых людей (61% респондентов) – пенсия является основным и единственным источником материального обеспечения, при этом практически половина из них (50% респондентов) недовольны размерами своей пенсии, а почти 45% опрошенных – не имеют возможности материально помогать своим близким, в частности детям и внукам.

Исследовательница подчеркивает, что большинство опрошенных (75%) недовольно отношением к ним со стороны общества и чувствует это не только со стороны окружающих их людей, но, прежде всего, государственных органов, в частности органов местного самоуправления [там же].

Анализируя морально-психологический настрой пожилых людей, О. Комарова подчеркивает, что большинство из них настроено скорее пессимистично, чем оптимистично. В ходе исследования выявлено, что размер пенсии, который бы хотели получать пожилые люди для нормального жизнеобеспечения, приблизительно в три раза превышает реальный (по состоянию на 2014 год). Только 1% опрошенных пожилых людей имеет финансовую возможность для путешествий. В отношении льгот или денежной компенсации позиция респондентов оказалась неоднозначной: значительная часть опрошенных готова пользоваться социальными льготами (40%), а более половины (55%)

согласны получать деньги за неполученные в течение года льготы. К повышению Правительством пенсионного возраста 83% опрошенных относятся негативно и считают необходимым внести новые изменения в пенсионное законодательство. Результаты исследования подтвердили предположение о том, что чем старше человек, тем хуже его здоровье и тем чаще он нуждается в регулярной медицинской помощи [там же].

О. Комаровой также было выявлено, что за последний год (перед опросом) в больницах восстанавливали здоровье около 55% респондентов, однако почти все они оплачивали лечение самостоятельно или с помощью семьи, тогда как государственную помощь получило только 2% опрошенных, среди которых в основном ветераны войны.

По оценкам опрошенных организация работы органов местного самоуправления несовершенна и неэффективна. Взаимодействие органов местного самоуправления с пожилыми людьми должно быть двусторонним процессом, который влияет на решение большинства конкретных социальных проблем этой группы населения, в частности по поводу обеспечения их социальными трансфертами [22].

На основании теоретических и эмпирических разработок, О. Комаровой представлен проект усовершенствования процесса предоставления и распределения социальных трансфертов пожилых людей в наличном, безналичном и натуральном виде на районном, городском и областном уровнях для наиболее полного удовлетворения потребностей данной категории людей. Основное внимание при этом акцентируется на внедрении следующих мероприятий: реформировании системы определения и предоставления социальных льгот для пожилых людей; создании системы определения различных уровней бедности пожилых людей; создании в регионах современных, доступных, разветвленных постоянно действующих центров обучения и повышения квалификации социальных работников; разграничении потребностей пожилых людей по принципу первоочередности; координации и контроля за процессом предоставления услуг органами социальной работы [там же].

В целом результаты исследований, проведенных как в Украине, так и за ее пределами, показывают наличие одинаковых проблем и барьеров реализации социальной активности людей пожилого возраста, при наличии потенциала такой активности у данной социальной группы. Преодоление этих проблем связано с необходимостью обеспечения активного долголетия, здорового образа жизни и повышения качества жизни, создания условий включенности пожилых людей в социальные и экономические процессы, обеспечение их занятости и досуга, формирования в общественном сознании положительного образа старости, уважения пожилым людям.

Потенциал социальной активности, который, по результатам проведенных исследований, фиксируется в социальной группе людей пожилого возраста, свидетельствует о том, что общество вполне может более полно использовать жизненный и профессиональный опыт членов этой группы, усиливая тем самым их вклад в развитие государства. На фоне демографического старения актуальность исследований социальной активности и социальной включенности пожилых людей, их образа жизни, социальных стратегий и практик значительно возрастает.

Как видим, весьма существенный опыт таких исследований, как в отечественной социологии, так и в странах ближнего и дальнего зарубежья, уже накоплен, что открывает возможности прикладного использования полученных данных и выводов для сохранения и повышения социальной активности старших поколений.

### **2.3. Финансовая грамотность людей пожилого возраста**

Проблему финансовой грамотности населения актуализировал мировой финансово-экономический кризис 2007 года. Глобальный центр исследования финансовой грамотности (Global Financial Literacy Excellence Center, GFLEC) в Университете Джорджа Вашингтона определил, что во всем мире только один из трех взрослых демонстрирует понимание основных финансовых концепций, а, следовательно, миллиарды людей не готовы к быстрому изменению финансовой архитектуры. И хотя на государственном уровне наблюдается стремление увеличить доступ

населения к банковским счетам и финансовым услугам, это не может обеспечить ожидаемого результата, если люди не обладают необходимыми финансовыми навыками, то это может, наоборот, легко привести к их высокой задолженности и неплатежеспособности. Таким образом, закономерно, что: 1) правительством США была создана Комиссия по финансовой грамотности и образованию (Financial Literacy and Education Commission), специализированный интернет-ресурс, а также Консультативный Совет по финансовой грамотности при Президенте США; 2) Комиссией Европейского Союза и Организацией экономического сотрудничества и развития (ОЭСР) актуальным заданием общественного развития наряду с финансовым образованием и защитой прав потребителей финансовых услуг было признано повышение финансовой грамотности населения. В тройку мировых лидеров по финансовой грамотности населения вошли Норвегия, Дания и Швеция. Во всех этих странах 71% взрослого населения финансово грамотны. В первой десятке также Израиль – 68%, Канада – 68%, Великобритания – 67%, Нидерланды – 66%, Германия – 66%, Австралия – 64% и Финляндия – 63%. В Украине этот же показатель составляет 40% [48].

Финансово грамотное население ежемесячно ведет учет расходов и доходов семьи; не формирует долги, которые не может покрыть своими потенциальными доходами, при этом может воспользоваться кредитом; финансово планирует перспективу, оценивая возможность непредвиденных обстоятельств в жизни; осуществляет подготовку к выходу на пенсию, посредством реализации своих личных финансовых планов; потребляет финансовые продукты и услуги на основе рационального выбора в условиях ограниченных ресурсов.

Проблема обеспечения финансовой грамотности наиболее актуальна для людей пожилого возраста. Аннамария Лусарди (Annamaria Lusardi), Оливия С. Митчелл (Olivia S. Mitchell), Ноэми Оггеро (Noemi Oggero) анализируют задолженность и финансовую уязвимость людей в преддверии выхода на пенсию. Для оценки изменений задолженности во времени они рассматривают поведение лиц в возрасте от 56 лет до 61 года в 1992, 2004, 2010,

2012 и 2015 годах. Исследователи приходят к выводу, что лица в возрасте 56–61 взяли на себя сравнительно высокую задолженность, столкнувшись с большей финансовой неустойчивостью, в основном из-за того, что приобрели более дорогие дома с меньшими авансовыми платежами [47]. Зарубежные ученые отмечают, что многим людям не хватает финансовых ноу-хау для управления сложными новыми финансовыми продуктами, которые становятся все более доступными на финансовом рынке. Исследователи предполагают, что пожилые люди в настоящее время гораздо чаще вступают в пенсионный возраст в долгах по сравнению с предыдущими десятилетиями [46]. Дэвид Боисслер (David Boisclair), Аннамария Лусарди (Annamaria Lusardi), Пьер-Карл Мишо (Pierre-Carl Michaud) отмечают, что пенсионное планирование тесно связано с финансовой грамотностью; те, кто правильно ответил на вопросы, отражающие уровень финансовой грамотности (в числе которых вопросы инфляции и диверсификации рисков), на 10% чаще имеют пенсионные сбережения [43].

В условиях эмерджентной экономики ситуация еще более усугубляется, т. к. население находится в окружении новых институтов, деятельность которых ранее не была характерной и это порождает дополнительную неопределенность действий и требует новых навыков и умений. Ситуация усугубляется процессами глобализации, характеризующейся единством двух процессов: глобализации рынков (ресурсов, товаров и услуг) и глобализацией экономических форм (то есть формированием транснациональных операторов, увеличением организационных структур экономики, образованием глобальных сетей).

Национальный банк Украины в 2012 г. начал комплексный проект по повышению уровня финансовой грамотности населения Украины, к реализации которого привлечены государственные органы и учреждения, банковские ассоциации, банки, общественные организации, высшие учебные заведения, иностранные партнеры. Целью проекта является стимулирование граждан к участию в эффективном управлении собственным бюджетом, принятие взвешенных финансовых решений в соответствии с жизненными обстоятельствами [27].

Отметим, что обеспечение финансовой грамотности населения в целом и людей пожилого возраста, в частности, является весьма актуальной задачей в Украине, что объясняется тремя главными причинами, на анализе которых мы остановимся ниже.

Украина и другие постсоветские государства, в отличие от западных стран, осуществляют преобразование экономики особым путем, специфика которого заключается в инверсионности экономической трансформации. В работах А. А. Гриценко доказано, что инверсионный тип рыночной трансформации предусматривает противоположные переходы от всеобщего огосударствления собственности к развитию многообразия ее форм, от государственной монополии к включению конкурентных принципов, от директивно-плановых цен к свободному ценообразованию и т. д. В классическом типе формирования рынка названные преобразования осуществляются в обратном порядке. В структуре рыночной трансформации предлагается выделять такие трансформационные потоки, как основной процесс – первичного накопления капитала; переструктурирование экономики в соответствии с новыми закономерностями ее функционирования; социализация экономики, включая социализацию собственности, труда и результатов производства [17]. Таким образом, в результате того, что «...все эти трансформации в своей основе являются институциональными, а следствия одних и тех же мероприятий в условиях классического и инверсионного типов перехода к рыночной экономике отличаются и часто являются противоположными» [17], возможно проявление различных неклассических экономических эффектов. Согласно выводам отечественных ученых, для стран трансформационного перехода (сейчас их называют эмерджентные экономики, то есть такие, в которых остаются элементы предыдущей системы) характерно противоречие взаимосвязанных процессов, проявляющееся в следующем: недостаточный уровень рыночных механизмов (то есть то, что получило название несостоятельность или банкротство рынка) диктует чрезмерное государственное вмешательство в экономику (то есть необходимость установления рыночных институтов с помощью административно-правовых мероприятий), это в свою очередь происходит при недостаточно

развитых объективных эволюционно-исторических условиях развития этих стран. В результате формируется низкое качество формальных институтов, что в целом приводит к неэффективности и разбалансированности трансформационных процессов» [14].

Главной закономерностью мирового общественно-экономического развития является глобализация, обеспечивающая современному хозяйству качественно новые черты. *Глобализация* (от *global* – «всеобщий», охватывающий весь земной шар) – сложный, многогранный процесс, завладевающий всеми сторонами общественного развития и воплощающийся в растущей взаимозависимости стран мира в результате формирования единого всемирного хозяйственного организма.

Ключевым фактором, создающим риски финансовой системы в условиях глобализации, считают распространение признаков рыночной экономики как самоорганизующейся системы на все мировое хозяйство. Второй тип рисков финансовой глобализации связывают с сетевыми структурами финансовых и организационных систем, а именно: несимметричным распределением информации, которая лишь на первый взгляд, является чрезмерной, а в реальной действительности доступна не для всех и распространяется неравномерно. К тому же следует отметить, что информация между узлами сетевой системы (финансовыми центрами) вращается в режиме реального времени, в результате чего нарушения в одной части системы мгновенно распространяется на всю систему.

Возникает парадокс: участие в информационно-финансовой системе в условиях недостаточности информации обуславливает неустойчивость развития и кризиса, а неучастие лишает надежды на развитие в рамках рыночной экономики. Финансовая глобализация стала движущей силой развития мировой экономики, уровень которой достиг определенной зрелости, о чем свидетельствуют валютно-финансовые кризисы, которые подтверждают высокий уровень финансовой взаимозависимости. «Глобализация финансовой деятельности становится одной из главных тенденций развития современного мира. Особенность ее возникновения связана с тем, что в основе формирования взаимосвязанного,

взаимозависимого, интегрированного и безграничного рынка – глобализация в области реальной экономики, в частности в области товаропотоков. ... Финансовая глобализация обусловила, во-первых, возникновение и функционирование глобального финансового рынка; во-вторых, реализацию глобальных финансовых стратегий транснациональных корпораций и транснациональных банков; в-третьих, свободное и эффективное перемещение капиталов между странами и регионами мира; в-четвертых, формирование системы наднационального регулирования международных финансов» [15].

В условиях глобализации получает распространение сетевая экономика как качественно новая форма экономического порядка, что начинает вытеснять иерархические и рыночные формы по обслуживанию экономических отношений. Сетевая экономика (*networked economy*) – это относительно новое понятие, с содержанием которого ученые продолжают определяться. В научной литературе можно встретить различные определения понятия «сети» от трактовки его как синонима понятия «стратегические альянсы», «скопления», «совместные предприятия», «промышленные районы» и др. [16], к рассмотрению его как комплекса взаимосвязанных узлов, конкретное содержание каждого из которых зависит от характера определенной сетевой структуры. М. Кастельс устанавливает сетевую экономику как единство информационной и глобальной, что объясняется, во-первых, значимостью информации, основанной на знаниях, и, во-вторых, распространением практически всех видов экономической деятельности в глобальном масштабе, что предусматривает использование разветвленной сети, связывающей экономических агентов [18]. Исследователь раскрывает влияние ТНК на развитие стран всего мира и называет современный капитализм информационным вследствие глобального присутствия информационных сетей. М. Кастельс выделяет различные виды сетей (сеть глобальных финансовых потоков, сеть средств массовой информации и т. п.) [19].

По определению отечественных ученых внутренние свойства глобального финансового рынка (международные масштабы

совершения сделок и, соответственно, трансграничные потоки капитала; деятельность транснациональных банков, финансово-промышленных групп, инвестиционных фондов и компаний, пенсионных и страховых фондов, глобальных транснациональных корпораций как субъектов рынка; доступность для инвесторов и заемщиков; непрерывность процессов инвестирования, кредитования, торговли валютой и ценными бумагами; использование глобальных электронных сетей) являются факторами экономического развития, поскольку каждое из них способствует росту объемов привлечения ресурсов.

Следует отметить, что сетевая экономика основывается на производстве и распределении сетевых благ (среди них могут быть и те, что создаются в финансовом секторе экономики), полезность которых проявляется исключительно через сетевые связи, свойствами которых являются: комплиментарность, стандартность, сетевые внешние эффекты, эффекты ловушки (*lock-in-effect*), экономия на масштабе производства.

Для населения очень важно осознать, что сетевая экономика – это не только качественно новая форма экономического порядка, которая начинает вытеснять иерархические и рыночные формы по обслуживанию экономических отношений, но и определенная деятельность, способная к распространению и в финансовом секторе экономики.

Отметим, что данная проблема является глобальной. Поэтому не случайно Организацией экономического сотрудничества и развития (далее – ОЭСР), в состав которой входят более 100 стран (240 государственных учреждений), заинтересованных в финансовом образовании своих граждан, инициирован глобальный проект финансовой грамотности в 2002 г. Украина наладила постоянное и плодотворное сотрудничество с ОЭСР. В 2008 г. с целью развития и обмена знаниями и опытом финансового образования между членами ОЭСР создала INFE. Национальный банк Украины с 1 января 2014 г. стал полноправным членом ОЭСР/INFE [27].

При поддержке Проекта USAID «Развитие финансового сектора» (FINREP) создано Учебное пособие «Финансовая грамотность» [34], Рабочая тетрадь «Финансовая грамотность» [35]

и электронные версии книг по финансовой грамотности общей тематики, среди которой, например: «Составляем семейный бюджет», «Обеспечение вкладов физических лиц в Украине», «Советы вкладчикам. Что делать, если банк стал неплатежеспособным», «Вопросы и ответы о гарантировании вкладов физических лиц» [27].

Целевой аудиторией указанных информационных ресурсов является молодое поколение. Это очень хорошо, что уже существуют определенные предложения для удовлетворения потребности в получении знаний, навыков и умений в финансовой плоскости. Но наиболее уязвимым слоем населения по обеспечению финансовой грамотности являются пожилые люди, которые в большинстве своем получили не только среднее, но и высшее образование еще в условиях командно-административной догLOBALной экономики. Следовательно, именно пожилые люди могут стать отдельной целевой аудиторией для предоставления образовательных услуг по финансовой грамотности.

На наш взгляд, уже существующие наработки Проекта USAID «Развитие финансового сектора» (FINREP) следует распространить на людей пожилого возраста, что будет способствовать приобретению ими достаточного уровня знаний и навыков в области финансов и благодаря этому грамотно управлять своими накоплениями. В современных условиях людям третьего возраста очень сложно разобраться в многообразии небанковских финансовых учреждений. По состоянию на конец 2016 г. в Государственный реестр внесены 2194 компании, в числе которых: страховые компании – 322, негосударственные пенсионные фонды (НПФ) – 65, администраторы НПФ – 22, кредитные союзы – 521, другие кредитные учреждения – 152, финансовые компании – 643, ломбарды – 467, другие финансовые учреждения – 2 и 9828 их обособленных структурных подразделений. Общая сумма активов небанковских финансовых учреждений Украины составляет около 170 млрд грн, что составляет около 9% ВВП Украины) [26].

Людям пожилого возраста, имеющим потребность в грамотном формировании сбережений посредством сотрудничества с банками, кредитными союзами, страховыми компаниями,

следует учитывать сложность ситуации на отечественном рынке финансовых услуг; которая характеризуется наличием проблем, требующих кардинального решения, а именно: несовершенство нормативно-правового регулирования; опасность дальнейшей тенезации экономики; непрозрачность государственного регулирования; нормативно-правовая неурегулированность деятельности страховых посредников, актуариев и аварийных комиссаров.

Перспективы развития рынков финансовых услуг определяются эффективностью государственной регуляторной политики; функциональностью нормативно-правовых актов, направленных на создание действенного механизма государственного регулирования и надзора; снижением расходов деятельности, вызванных избыточным и неэффективным государственным регулированием; обеспечением конкуренции на рынке; предотвращением деятельности недобросовестных компаний; скоординированностью с современными процессами реформирования и дерегуляции экономики Украины.

Людям пожилого возраста очень важно суметь сориентироваться в предложении специальных продуктов (услуг) для пенсионеров. Рассмотрим этот аспект на примере формирования спроса, предложения и установлении равновесие на рынке страховых услуг. Уточним, что страховая услуга имеет потребительскую стоимость, которая реализуется в страховой защите, принимающей форму страхового покрытия и стоимость, которую отражает страховой платеж.

Спрос на страховую услугу – это такое количество страховых услуг, которое потребители хотят и могут купить по определенной цене (тарифной ставке) в течение определенного периода времени на определенном рынке.

Спрос на страховые услуги могут формировать как физические лица (домохозяйства), так и юридические лица (фирмы, предприятия). На рыночный спрос на страховые услуги влияет не только цена (тарифная ставка), но и неценовые факторы.

Рассмотрим эти факторы, которые являются универсальными относительно возраста потребителей страховых услуг:

1) *цены на другие товары*. Следует признать, страхование

является одним из механизмов управления рисками. Но существуют и другие, механизмы, которые могут иметь как разную эффективность, так и разную цену. Например, когда предприятие оценивает целесообразность приобретения страховой услуги, то рассчитывает свои расходы и выгоды. Если расходы на другие механизмы управления риском (контракт со службой охраны, формирование своей медицинской службы и т. д.) будут ниже, то это приведет к сокращению спроса на страховые услуги;

2) *количество потребителей на рынке страховых услуг.* Речь идет о количестве предприятий и домохозяйств, имеющих потенциальную потребность в определенной страховой защите, например, *n* предприятий должны по требованиям государственных органов управления организовывать, проводить и оплачивать специальный медосмотр для своих работников, альтернативой чему может быть услуга медицинского страхования, включающая соответствующую опцию. Предприятие может решить не только стандартную задачу прохождения медосмотра, но и расширить для своих работников социальный пакет;

3) *денежные доходы потребителей страховых услуг, которыми могут быть как физические, так и юридические лица:* с ростом количества последних спрос тоже, как правило, возрастает. Следует заметить, что в данном контексте для предприятия важно: каким может быть источник уплаты страховых взносов, существует возможность включения платежа за страховую услугу в состав валовых расходов с целью минимизации налогообложения. Последнее служит дополнительным фактором спроса на страховую услугу. Это долгое время порождало спрос на псевдо-страхования, одним из признаков которого является перечисление в страховую компанию денежных средств в виде страховых платежей по бесосновательно завышенному тарифу при установлении в договоре страхования серьезных ограничений при определении страховых рисков и порядка расчета выплаты страхового возмещения. Существование такого спроса образовывало соответствующее предложение, что привело к разделению рынка страховых услуг на классическое страхование и псевдострахования (квазистрахование, оптимизационное страхования);

4) *предпочтения потребителей*, касающиеся их намерений приобретения страховой услуги, что позволит управлять риском, или оптимизировать уплату налогов. На формирование предпочтений потенциальных потребителей страховой услуги в Украине способствует наличие или отсутствие доверия к страховщикам и определения широкого круга обязательных видов страхования.

А. А. Гриценко признает, что «доверие в экономической сфере можно определить как отношение к субъектам и институтам, выражающее меру уверенности в соответствии их поведения представлениям об их образе действий, включённых через различные формы совместно-разделённой деятельности в процесс достижения цели, без актуализации оснований возмещения затрат, эквивалентности и прибыльности (доходности)» [8].

Разделяем позицию А. А. Гриценко, по определению которого «вся денежно-кредитная и финансовая системы есть пирамида форм доверия: деньги – доверие, депозит – доверие денег, кредит – доверие доверенных денег, или доверие доверенного доверия, финансы – движение и накопление доверия и т. д. Само же доверие представляет собой определённую норму общественного бытия, систему правил поведения субъекта (в нашем случае – в денежно-финансовом мире) и в этом качестве выступает как институт. Таким образом, доверие является базовым институтом современной денежно-кредитной и финансовой систем» [8]. Заметим, что доверие является и базовым институтом страхового рынка, и определяющим фактором формирования спроса на страховую услугу.

Следует учитывать, что в соответствии со сложившейся мировой практикой государство вводит обязательное страхование в тех случаях, если определенная группа рисков не страхуется на коммерческой основе в результате нерентабельности, или стоимость коммерческого страхования является слишком высокой для страхователя, или страхователь недооценивает степень опасности и возможные последствия наступления страхового случая, а общественная потребность в страховой защите таких рисков существует;

5) *накопленное имущество*, которое, с одной стороны,

нуждается в страховой защите, с другой – может быть объектом залога, под которую предоставляется кредит, а, следовательно, это и является дополнительным мотивом роста спроса на услуги по страхованию имущества. К тому же продажа имущества может быть дополнительным источником ресурсов по приобретению страховой услуги, например, по личному страхованию или страхованию ответственности;

б) *ожидания по изменению ситуации риска* (изменение разрушительных последствий стихийных бедствий, хозяйственной деятельности людей и т. д.), что, соответственно, повышает или снижает спрос;

7) *экономическая политика государства*, например политика налогообложения. При прочих равных условиях отсутствие налогообложения страховых платежей за страховую услугу, включение страховых платежей в перечень таких, которые осуществляются за счет средств работодателей, с учетом которых начисляется единый социальный взнос, может способствовать росту на нее спроса.

Инновации на рынке страховых услуг Украины в условиях формирования сетевой экономики способствуют получению следующих результатов: обеспечение конкурентоспособности страховых компаний путем автоматизации деятельности, что достигается оптимизацией управления бизнес-процессов и документооборота; появлением новых страховых продуктов, что становится возможным вследствие: перспективы проектирования и тестирования новых продуктов; перспективы интеграции с другими компонентами (калькуляторами, модулями перестрахования) разработкой продуктов на основе заранее подготовленных сегментов; отработки ценовой политики и мониторинга прибыльности продуктов по каналам распространения, а также обеспечения прямого доступа клиентов к данным по полисам и убыткам (Call-центр, Интернет, WAP, СМС), что влияет на эффективность продаж и способствует оптимизации комиссионного вознаграждения; автоматизации процессов андеррайтинга с обеспечением функций: сбора данных об объекте страхования из разных источников, непрерывному андеррайтингу с учетом всех пользователей (агентов, брокеров, андеррайтеров, перестраховщиков).

Рассмотрение фактора налогообложения следует начать с уточнения, что среди проблем отечественного страхового рынка, требующих кардинального решения можно выделить использование страхования как механизма оптимизации налогообложения для всех субъектов (страховщиков, предприятий-страхователей, застрахованных). Отметим, что практика льготного налогообложения является достаточно распространенной. Основу налогового регулирования страховой деятельности в Европейском союзе составляют две Директивы ЕС: Директива Совета ЕС 90/435/ЕЕС от 23 июля 1990 г. «Об общей системе налогообложения, применяемой к материнским и дочерним компаниям разных государств-членов» [13] и Директива Совета ЕС 90/434/ЕЕС от 23 июля 1990 г. «Об общей системе налогообложения, применяемой к слияниям, разделением, передаче активов и обмену акциями, в отношении компаний разных государств-членов» [12].

Отметим, что в условиях формирования сетевой экономики в Украине наблюдаются тенденции к изменению спроса на массовые страховые продукты, изменения их традиционных форм и видов. Если на развитых зарубежных рынках это обусловлено, в первую очередь, максимальным удовлетворением потребностей страхователей, то в Украине сокращение общих темпов прироста страховых премий (кроме циклических последствий) вызвано несколькими факторами. Во-первых, сказался «эффект масштаба», и рынок просто не способен расти дальше такими же высокими темпами, как в предыдущие годы. Во-вторых, на сокращение общих темпов прироста страховых премий существенно повлияло стремление ликвидировать псевдострахования. В то же время положительную роль для развитию рынка страховых услуг Украины может сыграть распространение инновационности бизнес-процессов, которые в условиях глобализации рынка страховых услуг чаще всего импортируются из-за границы и получают распространение через деятельность транснациональных страховщиков, а именно: разработка инновационных страховых продуктов и услуг; обработки инновационных технологий сопровождения страхового продукта (услуги); автоматизация путем внедрения информационных технологий, франчайзинг, онлайн-продажи

(Интернет магазины страховых услуг), создание новых каналов сбыта страховых услуг путем внедрения инновационных методов страхового маркетинга, среди которых: Call-центр, Интернет, WAP, СМС, Skype, использование социальных сетей Facebook и др.; инновационные методы организации и управления бизнес-процессами на основе автоматизации (Digital стратегии в страховании).

Вследствие стремительных изменений в бизнес-процессах и технологических инновациях необходимость преодоления пробелов в образовании для людей пожилого возраста в своем большинстве проблематична.

Для повышения финансовой грамотности населения пожилого возраста требуется изучение основ современной теории и практики деятельности субъектов рынков финансовых услуг, что обуславливает необходимость преподавания учебной дисциплины «Практическая деятельность на рынках финансовых услуг». Материал учебной дисциплины предусматривает изучение таких вопросов, как: современное состояние и тенденции развития рынков финансовых услуг; общие принципы построения системы страхования, юридическое сопровождение рискованного страхования, страхования жизни и пенсий: экономическая и юридическая составляющие предоставления услуг финансовыми компаниями и другими кредитными учреждениями; организационно-правовые основы деятельности негосударственных пенсионных фондов. Изучение данной дисциплины обеспечит людей пожилого возраста знаниями и навыками, что будет способствовать преференции снижению рисков мошенничества со стороны недобросовестных участников рынка.

При изучении предлагаемой дисциплины, программа которой представлена в табл. 1, слушатели должны:

- знать общие принципы построения системы страхования; организационно-правовые основы предоставления услуг финансовыми компаниями, негосударственными пенсионными фондами и другими кредитными учреждениями;

- уметь анализировать современное состояние и тенденции развития рынков финансовых услуг Украины; осуществлять юридическое сопровождение рискованного страхования, страхования жизни и пенсий.

**Программа учебной дисциплины  
«Практическая деятельность на рынках финансовых услуг»\***

Тема	Содержание	Обеспечение практической направленности
Современное состояние и тенденции развития рынков финансовых услуг Украины	Финансовые услуги: сущность и виды. Рынки финансовых услуг: особенности и тенденции их развития в Украине. Требования законодательства к финансовым услугам и государственному регулированию рынков финансовых услуг. Основные направления государственного регулирования и контроля за деятельностью рынков финансовых услуг.	Деловая игра «Объекты и риски в деятельности предприятий. Предложения на рынке страховых услуг по управлению ими».
Общие принципы построения системы страхования	Функции и принципы страхования. Сферы применения страхования. Страховщики и страхователи, их права и обязанности. Формы, виды и объекты страхования. Понятие страхового риска и страхового случая. Страховые выплаты, тарифы, платежи. Перестрахование как метод обеспечения финансовой надежности. Объединение страховщиков, их функции и полномочия. Состояние развития страхования в Украине.	Case-study «Риски в деятельности домохозяйства».
Рисковое страхование	Личное страхование, его сущность, назначение и виды. Особенности страхования имущества и ответственности юридических и физических лиц. Автотранспортное страхование. Страхование ответственности автовладельцев. Страхование грузов. Страхование финансово-кредитных рисков. Страхование от несчастных случаев. Медицинское страхование. Профессиональная ответственность и необходимость ее страхования.	Деловая игра «Оптимизация условий страховой защиты имущества домохозяйства».
Страхование жизни и пенсий	Особенности и виды страхования жизни. Особенности страхования на дожитие и на случай смерти. Пенсионное страхование жизни.	Деловая игра «Оптимизация условий страховой защиты жизни членов семьи».
Организационно-экономические основы предоставления финансовых услуг финансовыми компаниями и другими кредитными учреждениями	Финансовые компании и другие кредитные учреждения – участники финансового рынка Украины. Финансовые нормативы деятельности кредитных союзов. Ломбарды и организационно-экономические основы их деятельности.	Case-study: «Возможности привлечения финансовых ресурсов путем сотрудничества с финансовыми компаниями и другими кредитными учреждениями».

\* Составлено автором Нечипорук Л. В.

Проведение подобных занятий позволяет пожилым людям освоить современные способы платежей, повысив, таким образом, уровень повседневной финансовой безопасности представителей старшего поколения.

Отметим, что преимуществом программы учебной дисциплины «Практическая деятельность на рынках финансовых услуг» является то, что она позволяет обеспечить знания, навыки, умения не только относительно потенциальной деятельности субъектов рынков финансовых услуг, но и услуг и инструментов, которые они предлагают своим клиентам (среди которых могут быть и лица пожилого возраста). Настаивая на соответствующем содержании программы учебной дисциплины (табл. 1), заметим, что, например, инверсионность формирования страхового рынка долгое время определяло: 1) распространение псевдостраховых операций, признаками которых является не столько предоставление страховой защиты, сколько использование в целях налоговой оптимизации и теневых финансовых схем (в том числе вывода капиталов за границу); 2) влияние транзакционных издержек на тарифную политику страховых компаний. В составе этих издержек выделяют: явные транзакционные издержки (издержки поиска, приобретения и архивации информации; издержки приобретения и закрепления прав собственности страховых организаций; издержки защиты прав собственности субъектов страховых отношений) и неявные транзакционные издержки (издержки использования неверной или ложной информации, ведущие к убыткам, потере части вложенных активов, падение спроса на страховые услуги).

Факторами, способствующими росту транзакционных издержек на украинском страховом рынке, мы признаем неэффективную государственную политику в сфере страхования (в том числе административно-бюрократическую систему создания и лицензирования страховых компаний, а также сбора и представления документов для получения страхового возмещения); низкий уровень доверия к выполнению страховыми компаниями своих обязательств; нестабильное денежное обращение и валютный курс, вызывающие обесценение активов страховщиков; высокую

стоимость экономической информации; слабость в реализации прав собственности и страхового законодательства, что не позволяет обеспечить ответственность страховщика; отсутствие гарантий юридической защиты страхователей. Учитывая данное, отметим уязвимость населения по потреблению качественных финансовых услуг, при условии отсутствия финансово грамотного подхода к их выбору при многообразии предложения.

Поэтому к мерам стимулирующего воздействия государства, например, на страховой рынок в целях обеспечения благоприятных условий его дальнейшего развития, повышения инвестиционной привлекательности и восстановления доверия потребителей страховых услуг, на наш взгляд, можно отнести и повышение финансовой грамотности населения.

Для пожилых людей это создает благоприятные условия для их социальной активизации посредством привлечения к работе агентских сетей компаний, предлагающих соответствующие услуги, что позволит людям третьего возраста получать дополнительный доход.

### Список литературы

1. Ассоциация пенсионеров Америки [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.pencioner.ru/news/zarubezhnaya-panorama/amerikanskaya-assotsiatsiya-pensionerov/> (дата обращения: 19.01.2018). – Загл. с экрана.
2. Бек У. Что такое глобализация? Ошибки глобализма – ответы на глобализацию / У. Бек ; пер. с нем. А. Григорьева, В. Седелника ; общ. ред. и послесл. А. Филиппова. – Москва : Прогресс-Традиция, 2001. – 304 с.
3. Вильчинская-Бутенко М. Э. Социально-культурная деятельность за рубежом : учеб. пособие / М. Э. Вильчинская-Бутенко. – СПб. : СПбГУКИ, 2011. – 312 с.
4. Высоцкая И. В. Самостоятельная организация как образовательное учреждение в сфере образования пожилых людей в Германии / Высоцкая Инна Владимировна // Сибир. пед. журн. – 2012. – № 6. – С. 159–162.
5. Григорьева И. А. Интернет в жизни пожилых: намерения и реальность / И. А. Григорьева, В. Н. Келасьев // Социол. исслед. – 2016. – № 11. – С. 82–85.

6. Григорьева И. А. Смена парадигмы в понимании старения / И. А. Григорьева // Социол. исслед. – 2016. – № 11. – С. 154–155.

7. Гриценко А. Формування інформаційно-мережевої економіки / Андрій Гриценко, Євгенія Песоцька // Економ. теорія. – 2013. – № 1. – С. 5–19.

8. Гриценко А. А. Внутрішня структура довіри / А. А. Гриценко // Економ. теорія. – 2010. – № 3. – С. 20–26.

9. Гришина Т. В. Соціальне залучення людей старшого віку: порівняльний аналіз українського та європейських суспільств : автореф. дис. ... канд. соціол. наук: 22.00.03 / Гришина Тетяна Володимирівна ; Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. – Київ, 2015. – 22 с.

10. Данильченко О. О. Университет третьего возраста [Электронный ресурс] / О. О. Данильченко // Студенческий научный форум : VII Междунар. студен. электрон. науч. конф., 15 февр. – 31 марта 2015 г. – Режим доступа: <https://www.scienceforum.ru/2015/pdf/12190.pdf#page=1&zoom=auto,-12,842> (дата обращения: 18.01.2018). – Загл. с экрана.

11. Демографическое старение [Электронный ресурс] // Википедия: свободная энциклопедия. – Режим доступа: <https://goo.gl/NT6EBW> (дата обращения: 17.12.2017). – Загл. с экрана.

12. Директива 90/434/ЄЕС Ради Європейських Співтовариств «Про загальноприйнятту систему оподаткування товариств різних Держав-членів при злитті, поділі, передачі активів і обміні акцій»: прийняття від 23.07.1990 [Електронний ресурс] // Законодавство України : [сайт]. – Режим доступу: [http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/994\\_451](http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/994_451) (дата звернення: 19.01.2018). – Загол. з екрану.

13. Директива 90/435/ЄЕС Ради Європейських Співтовариств «Щодо загальної системи оподаткування, яка застосовується до материнських компаній та дочірніх підприємств різних держав-членів»: прийняття від 23.07.1990 [Електронний ресурс] // Законодавство України : [сайт] – Режим доступу: [http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/994\\_358](http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/994_358) (дата звернення: 25.12.2017). – Загол. з екрану.

14. Економічна безпека держави: сутність та напрямки формування : монографія / [Л. С. Шевченко, О. А. Гриценко, С. М. Макуха та ін.] ; Нац. юрид. акад. ім. Ярослава Мудрого ; за ред. Л. С. Шевченко. – Харків : Право, 2009. – 312 с.

15. Економічний глобалізм: розвиток та зростання : монографія / за заг. ред. В. В. Рокочої. – Київ : Таксон, 2005. – 320 с.

16. Заратьєгу Й. М. Промислові райони Альфреда Маршала. Повторний візит. Частина I / Й. М. Заратьєгу // Проблеми й перспективи управління в економіці. – 2004. – № 2. – С. 59–68.

17. Институциональная архитектура и динамика экономических преобразований : [монография] / под ред. А. А. Гриценко. – Харьков : Форт, 2008. – 928 с.

18. Кастельс М. Глобальный капитализм: уроки для России / М. Кастельс // Экономические стратегии. – 2000. – № 3. – С. 14–25.

19. Кастельс М. Информационная эпоха: экономика, общество и культура [Электронный ресурс] / Мануэль Кастельс // Полка букиниста : б-ка : [сайт]. – Режим доступа: [http://polbu.ru/kastels\\_informepoch/ch00\\_all.html](http://polbu.ru/kastels_informepoch/ch00_all.html) (дата обращения: 25.12.2017). – Загл. с экрана.

20. Кастельс М. Становление общества сетевых структур [Электронный ресурс] / М. Кастельс. – Режим доступа: <http://www.archipelag.ru/geoeconomics/soobshestva/power-identity/formation/> (дата обращения: 20.12.2017). – Загл. с экрана.

21. Колик Г. Реализация развивающего потенциала досуга людей пожилого возраста [Электронный ресурс] : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05 / Колик Галия ; С.-Петербург. гос. ун-т культуры и искусств. – Санкт-Петербург, 2007. – Режим доступа: [www.bim-bad.ru/biblioteka/article\\_full.php?aid=368](http://www.bim-bad.ru/biblioteka/article_full.php?aid=368) (дата обращения: 25.12.2017). – Загл. с экрана.

22. Комарова О. О. Соціальні трансферти як чинник життєзабезпечення людей похилого віку (на прикладі Дніпропетровської області) : автореф. дис. ... канд. соціол. наук: 22.00.04 / Комарова Олена Олексіївна ; Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. – Київ, 2014. – 17 с.

23. Кому легче найти работу в Украине? Самые востребованные в 2014 году – страховые агенты, рабочие, программисты и медпредставители [Электронный ресурс] // Фориншурер : страхование : [сайт]. – <http://forinsurer.com/news/14/10/21/31622> (дата обращения: 25.12.2017). – Загл. с экрана.

24. Латтке С. Учебная программа Curriculum globALE (Глобальная программа обучения и образования взрослых) [Электронный ресурс] / Сюзанне Латтке, Катарина Попович, Йеско Вайкерг. – Режим доступа: [https://www.dvv-international.de/fileadmin/files/curriculum\\_globale\\_ru\\_fin.pdf](https://www.dvv-international.de/fileadmin/files/curriculum_globale_ru_fin.pdf) (дата обращения: 19.01.2018). – Загл. с экрана.

25. Липский И. А. Пожилой человек и общество: грани взаимодействия / И. А. Липский // Расширение участия пожилых людей в развитии местного сообщества : материалы семинара. – Ярославль, 2003. – С. 28–35.

26. Національна комісія, що здійснює державне регулювання у сфері ринків фінансових послуг (НАЦКОМФІНПОСЛУГ). Огляд ринків фінансових послуг [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://nfr.gov.ua/> (дата звернення: 18.01.2018). – Загол. з екрану; ОГЛЯД ринків

фінансових послуг та підсумки діяльності небанківських фінансових установ за 2012 рік [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://www.nfp.gov.ua/files/OgliadRinkiv/KonsolidovOgl/%D0%9E%D0%B3%D0%BB%D1%8F%D0%B4%202012.pdf> (дата звернення: 18.01.2018). – Загол. з екрану.

27. Національний банк України. Фінансова грамотність: проект з підвищення рівня фінансової грамотності населення [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://bank.gov.ua/control/uk/publish/article?art\\_id=17568900&cat\\_id=3115911](https://bank.gov.ua/control/uk/publish/article?art_id=17568900&cat_id=3115911) (дата звернення: 19.01.2018). – Загол. з екрану.

28. Овчинников Г. А. Образование и просвещение пожилых людей в системе непрерывного образования «Обучение в течение всей жизни» [Электронный ресурс] / Г. А. Овчинников. – Режим доступа: [www.znanie.org/Pmjects/Age3A.JOvchinnikov1.doc](http://www.znanie.org/Pmjects/Age3A.JOvchinnikov1.doc) (дата обращения: 20.11.2017). – Загл. с экрана.

29. Пожилые люди в современном обществе: модернизация региональной политики / Поволжск. акад. гос. службы им. П. А. Столыпина. – Саратов, 2010. – 56 с.

30. Потехина И. П. Потенциал старшего поколения как составляющая национальной человеческого капитала (по материалам исследования в регионах ЦФО) / И. П. Потехина, Д. В. Чижов // Мониторинг общественного мнения. Экономические и социальные перемены : науч. журн. – 2016. – № 2. – С. 3–23.

31. Права пожилых людей : Декларация по проблемам старения [Электронный ресурс] // Организация Объединенных Наций : [сайт]. – Режим доступа: [www.un.org/gu/documents/decl\\_conv/decl\\_ageing.shtml](http://www.un.org/gu/documents/decl_conv/decl_ageing.shtml) (дата обращения: 17.10.2017). – Загл. с экрана.

32. Про затвердження Ліцензійних умов для провадження страхової діяльності [Електронний ресурс] : Розпорядження Держ. комісії з регулювання ринків фінанс. послуг України № 40 від 28.08.2003 із змінами, внес. згідно з Розпорядженнями Держ. Комісії з регулювання ринків фінанс. послуг № 4677 (z2222-13) від 24.12.2013. – Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/z0805-03> (дата звернення: 10.01.2018). – Загол. з екрану.

33. Тетерина И. С. Российский и зарубежный опыт активизации духовной жизни пожилых людей средствами социально-культурной деятельности / И. С. Тетерина // Мир науки, культуры, образования. – 2012. – № 5. – С. 188–192.

34. Фінансова грамотність : навч. посібник / за заг. ред. Т. С. Смовженко. – 2-е вид., виправ. і допов. – Київ, 2013. – 311 с.

35. Фінансова грамотність : робочий зошит для учня / за заг. ред. Т. С. Смовженко. – 2-е вид., виправ. і допов. – Київ, 2013. – 115 с.
36. Халицки Е. Обучающая геронтология [Электронный ресурс] / Ежи Халицки. – Режим доступа: [http://www.znanie.org/jornal/n3/st\\_obuch\\_geront.html](http://www.znanie.org/jornal/n3/st_obuch_geront.html) (дата обращения: 23.12.2017). – Загл. с экрана.
37. Черносивтов Е. В. Проблемы активизации жизни пожилых людей / Е. В. Черносивтов // Психология зрелости и старения : ежекварт. науч.-исслед. журн. – 2000. – № 1(9). – С. 34–39.
38. Шапошникова Т. Д. Социокультурное образование и просвещение взрослых за рубежом / Т. Д. Шапошникова // Человек и образование : академ. вест. Ин-та образования взрослых РАО. – 2011. – №3 (28). – С. 147–154.
39. Штанская С. С. Социально-психологические проблемы пожилых людей [Электронный ресурс] / С. С. Штанская // Студенческий научный форум: VI Междунар. студен. электрон. науч. конф., 15 февр. – 31 марта 2014 г. – Режим доступа: [www.scienceforum.ru/2014/472/2088](http://www.scienceforum.ru/2014/472/2088) (дата обращения: 10.01.2018). – Загл. с экрана.
40. Щанина Е. В. Социальная активность пожилых людей в современном российском обществе: региональный аспект : автореф. дис. ... канд. социол. наук: 22.00.04 / Щанина Екатерина Владимировна ; Пензен. гос. ун-т. – Пенза, 2006. – 24 с.
41. Энциклопедия социальных практик поддержки пожилых людей в Российской Федерации / под ред. Е. И. Холостовой, Г. И. Климантовой. – Москва : Дашков и К<sup>о</sup>, 2015. – 552 с.
42. Янчевски М. Использование современных ИТ-решений в деятельности страховых агентов и посредников [Электронный ресурс] / Марьюш Янчевски // Фориншурер : страхование : [сайт]. – Режим доступа: <http://forinsurer.com/public/09/10/19/3951> (дата обращения: 12.12.2017). – Загл. с экрана.
43. Boisclair D. Financial literacy and retirement planning in Canada [Electronic resource] / David Boisclair, Annamaria Lusardi, Pierre-Carl Michaud. – Mode of access: <http://www.nber.org/papers/w20297.pdf> (access date: 19.01.2018). – Title on screen.
44. Giddens A. Jenseits von Links und Rechts. Die Zukunft radikaler Demokratie / A. Giddens. – 2. Ed., Moderne. – Frankfurt : Suhrkamp, 1997. – 339 s.
45. Karl F. Outreach counseling and educational activities in a district / F. Karl // Educational Gerontology. – 1991. – № 17. – P. 38–49.
46. Lusardi A. Debt and Debt Management among Older Adults (September 25, 2013) [Electronic resource] / Annamaria Lusardi, Olivia S.

Mitchell. – Mode of access: <https://pdfs.semanticscholar.org/679f/80f04557632c211fc4e2d597b588d677fbb2.pdf> (access date: 25.12.2017). – Title on screen.

47. Lusardi A. Debt and Financial Vulnerability on the Verge of Retirement [Electronic resource] / Annamaria Lusardi, Olivia S. Mitchell, Noemi Oggero. – Mode of access: <http://www.nber.org/papers/w23664.pdf> (access date: 25.12.2017). – Title on screen.

48. Lusardi A. Millennials and Financial Literacy: A Global Perspective. May 2017 / Annamaria Lusardi, Noemi Oggero. – Washington, 2017. – 20 p.

49. Wallerstein I. The Politics of the World-Economy: the States, the Movements, and the Civilizations / Immanuel Wallerstein. – Cambridge : Cambridge University Press, 1984. – 191 p.

*Войно-Данчишина О. Л., Головнева И. В.,  
Кирвас В. А., Ситникова П. Э., Красуля М. А.*

## **РАЗДЕЛ III**

### **ПОДХОДЫ К РЕШЕНИЮ ПРОБЛЕМ ЛЮДЕЙ «ПЕНСИОННОГО ПЕРИОДА»: ОПЫТ НУА**

#### **3.1. Программы адаптации людей третьего возраста: подводим итоги 10-летнего опыта**

Проблемы глобального старения населения в мире постоянно обсуждаются в литературе и не раз затрагивались в данной монографии. Специалистами ставятся вопросы необходимости обращения большего внимания государства и общественности на людей третьего возраста, актуальности их обучения. Действительно, проблемами старения озабочены различные международные организации, проводятся научные конференции. Важным вопросом, который поднимают специалисты, является то, что сектор обучения взрослых людей носит фрагментарный характер и находится на «обочине» образовательной государственной политики [18]. Причем указанная проблема характерна не только для нашей страны. Размер средств, выделяемых в бюджетах разных государствах мира, колеблется от 0,01% (в развивающихся странах) до 1% , что, по мнению экспертов, является недостаточным и должен доходить до 6 % [там же]. В такой ситуации необходимо привлечение дополнительных ресурсов, как например, средств бизнеса, местных органов власти, общественных и благотворительных организаций, не снимая при этом ответственности с государства в финансировании обучения людей третьего возраста.

Украину не могут не затрагивать упомянутые мировые демографические тенденции и решать, возникающие в связи с этим проблемы необходимо, учитывая определенные отечественные особенности. Они, в первую очередь, связаны со слабой государственной поддержкой программ, направленных на социализацию

и обучение людей третьего возраста, отсутствие законодательного регулирования данного направления. Кроме того, следует отметить низкий уровень благосостояния (даже по сравнению с бывшими странами СНГ, не говоря уже о Европе) указанной возрастной категории. Речь идет о невозможности оплатить свое обучение, обзавестись компьютером или планшетом и пр. (все попытки организовать платное обучение пенсионеров постигла неудача именно по причине их финансовой несостоятельности – прим. авт.)

В отличие от многих европейских стран, где адаптацией людей, вышедших на пенсию, стали заниматься еще в 70-е годы прошлого века, в Украине аналогичный процесс начался только с конца 90-х годов. Справедливости ради следует отметить, что инициативу проявили государственные структуры и общественные организации. Харьков можно назвать родоначальником социальных проектов для особых категорий населения и пенсионеров в частности. В каждом районе города Харьковский городской совет открыл территориальные центры, в которых для людей третьего возраста открылись Клубы активного долголетия, в рамках которых функционировали различные кружки по интересам, проводились всевозможные культурные мероприятия. В 2000 году в Харькове по инициативе городского совета и Управление труда и социальной защиты населения Департамента охраны здоровья и социальных вопросов была создана уникальная для Украины и ближнего зарубежья структура «Единая социальная сеть» (ЕСС). Она на партнерских началах объединила общественные организации города и государственные структуры для более эффективного оказания помощи незащищенным слоям населения с помощью использования бюджетных денег и средств благотворительных и инвестиционных организаций. Харьковский гуманитарный университет «Народная украинская академия» (НУА) вместе с Харьковским областным благотворительным фондом «Академия», став членом ЕСС, в декабре 2009 года подали заявку в Управление труда и социальной защиты населения Департамента охраны здоровья и социальных вопросов Харьковского городского совета на реализацию социального проекта, который назывался «Школа 50+ (обучение людей третьего возраста)». Проект был поддержан

благодаря руководителю Управления Светланы Александровны Горбуновой-Рубан, которая увидела его актуальность и перспективность для Харькова.

Сама идея создания образовательной программы для людей третьего возраста принадлежала первому ректору Народной украинской академии профессору Астаховой Валентине Илларионовне:

*«Идея создания группы для обучения людей третьего возраста возникла в рамках разработки проекта многолетнего социального эксперимента по созданию учебно-научного комплекса непрерывного образования еще в конце 80-х годов прошлого века. Девизом комплекса мы тогда определили «Обучение от пяти до пятидесяти пяти».*

*Разрабатывая структуру комплекса, мы предполагали, что для его логичного завершения необходимо будет найти формы и методы удовлетворения интересов и потребностей людей от самого раннего возраста до пенсионного. Но не ожидали, что возрастные рамки придется расширять практически сразу. Сегодня в нашей детской школе раннего развития по специальным авторским программам занимаются дети от полутора лет.*

*Что же касается людей третьего возраста, то самому старшему нашему слушателю за эти годы было 85 лет. И мы почти сразу же уяснили, что ограничивать здесь возрастную планку нельзя, поскольку эти люди испытывают невероятную тягу к общению, к повышению своего уровня, к пониманию современных тенденций общественного развития. Они не хотят быть на обочине, а учеба в группе 50+ дает возможность чувствовать себя полноценным человеком и гражданином.*

*Мы осознавали трудности этой работы, знали, что программ таких нет, что финансирование станет крайне сложной проблемой, поскольку для самокупаемости у пенсионеров средств не будет, но мы не предполагали, что потребности и интересы этих людей не оставят нам времени на размышления и подготовку.*

*Пришлось вести отработку планов и программ уже по ходу дела, уточняя со слушателями конкретные их пожелания*

*и вопросы. А пожелания были крайне разнообразными. Их привлекало буквально все.*

*Их мотивация к учебе всегда самая высокая. Для них всегда характерно стремление помочь Академии, пообщаться со школьниками и студентами, принять участие в наших мероприятиях.*

*Каждая новая группа – это новые друзья и соратники НУА, это возвращение интереса пожилых людей к жизни, работе, творчеству. И это приносит огромное удовлетворение от работы с ними» [10].*

Первый набор «Школы 50+» стартовал в июле 2009 года и это был первый подобный проект в Украине (вскоре открылся так называемый университет третьего возраста в Киеве, возникли разнообразные курсы для пенсионеров – прим. авт.). Целевой аудиторией проекта стали люди, которые собирались выходить на пенсию или уже являлись пенсионерами и проживали в Харькове.

Первой проблемой, с которой столкнулись организаторы – набор слушателей. Источников набора было немало: от обращения в пенсионный фонд до контактов с общественными организациями, объединяющими нужную целевую аудиторию. Но помощь оказал Департамент охраны здоровья и социальных вопросов Харьковского городского совета, предоставив возможность набора группы слушателей (а по проекту это было 25 человек) в районных территориальных центрах. Поэтому первая группа «Школы 50+» включила в себя наиболее активных представителей целевой аудитории, которые тем или иным образом уже участвовали в жизни местных громад.

Анализируя европейский опыт в обучении людей третьего возраста, и, учитывая отечественную специфику, организаторы программы «Школа 50+» сформировали комплексную образовательную программу сразу по нескольким направлениям: психология построения будущего в третьем возрасте; совершенствование навыков работы с современной техникой; современные методы сохранения здоровья и продолжения жизни; значение питания и физической культуры в укреплении здоровья. Помимо

этого, слушатели активно включались в культурную жизнь Народной украинской академии, посещая концерты, музеи, принимая участие в различных мероприятиях. В контакте со слушателями постоянно находились специалисты-медики (проведение начального медицинского осмотра, контроль за состоянием слушателей на протяжении всего проекта).

Таким образом, проект объединял образовательные (характерные для учебных заведений), культурно-адаптационные (свойственные клубам активного долголетия) и реабилитационные (характерные для общественных организаций) элементы.

Партнерство Харьковского областного благотворительного фонда «Академия» с Народной украинской академией и осуществление проекта «Школа 50+» на базе последнего было универсальным и уникальным решением. Несомненно, что именно учебные заведения (и в особенности высшие) могут наиболее эффективно решать проблемы людей третьего возраста (и образовательные, и адаптационные, и социальные). Они обладают, во-первых, необходимым профессорско-преподавательским составом. Вуз в любом случае занимается последипломным обучением взрослых людей (заочное, второе высшее образование), а значит, имеет в своем штате квалифицированных преподавателей, способных разработать программы для пожилых слушателей. Во-вторых, вузы имеют необходимую материально-техническую базу (комфортные аудитории, компьютерные классы, спортивные залы и др.). В-третьих, университеты являются центрами культурной и общественной жизни местной громады и региона.

Народная украинская академия, помимо всех вышеперечисленных преимуществ, обладает еще одним важным достоинством как база для обучения людей третьего возраста. Она является комплексом непрерывного образования, где под одной крышей объединены несколько образовательных структур: Детская школа раннего развития (ДШРР), Специализированная экономико-правовая школа (СЭПШ), гуманитарный университет (ХГУ) и факультет последипломного образования (второе высшее образование, программа Магистр бизнес администрирования, аспирантура и докторантура). Программа «Школа 50+» для людей третьего

возраста логично вписалась в комплекс непрерывного образования в Народной украинской академии, которая с 1991 года реализует на практике принцип «образования на протяжении всей жизни» (LifeLong Learning). Нахождение слушателей «Школы 50+» в такой разновозрастной среде, участие в общих мероприятиях наилучшим образом способствует изменению отношения молодежи к пожилым людям и наоборот, созданию условий для вовлечения пенсионеров в общественную жизнь.

Первый опыт осуществления проекта для людей третьего возраста подтвердил многие общеизвестные факты и выявил некоторые особенности. Современное общество, ориентированное на молодежную культуру, к сожалению, негативно относится к старости и неосознанно исключает пожилых людей из активной социальной жизни. Выход на пенсию является стрессом для большинства людей, которые зачастую не могут адаптироваться в современном информационном мире, что еще больше «отрывает» их от молодого поколения. Люди третьего возраста оказываются изолированными, замыкаются в себе и им чрезвычайно сложно смириться с новыми жизненными обстоятельствами. В связи с этим, проект «Школа 50+» попытался помочь им реализовать себя, овладев новыми современными знаниями и навыками, понять свой собственный потенциал и открыть новые жизненные горизонты. Обучение людей третьего возраста не ориентировано на получение новой профессии, а имеет своей главной целью общение, развитие личности, сохранение активной жизненной позиции, овладение актуальными навыками, социальная адаптация.

Программа «Школа 50+» стала важнейшим социальным проектом для Народной украинской академии и Харьковского областного благотворительного фонда «Академия», реализуемым во благо местной громады и предоставляющим возможность отработки механизма взаимодействия государства, общественных организаций и учебного заведения.

Впоследствии Фонд «Академия» в партнерстве с Народной украинской академией, в течение нескольких лет получал финансовую поддержку от Харьковского городского совета на реализацию проекта «Школа 50+».

Информация о существовании в Харькове школы для пенсионеров очень быстро облетела местные средства массовой информации (в том числе и виртуальные) и организаторы проекта столкнулись с огромным наплывом заявок на участие в подобных программах. В связи с этим возникла необходимость поиска новых источников финансирования (как уже отмечалось выше, самостоятельно оплачивать свое обучение для отечественных пенсионеров затруднительно).

В 2010–2011 годах донорами программы стали Немецкий фонд «Память, ответственность, будущее» и Украинский благотворительный фонд «Забота о пожилых в Украине» (продолжительность 10 месяцев). Целевой аудиторией по условиям грантодателя были люди, пострадавшие от национал-социализма, поэтому участники программы отбирались благодаря сотрудничеству с харьковскими общественными организациями «Жители блокадного Ленинграда» и «Бывшие узники концлагерей и еврейских гетто».

Проект осуществлялся в течение года. Его цели были несколько шире, чем просто обучение. Во главу угла ставились задачи повышения социального статуса целевой аудитории, налаживание диалога между поколениями, поиск форм передачи жизненного опыта. Практически все мероприятия проекта проводились с участием студенческой, а иногда и ученической молодежи. Участники охотно делились своими воспоминаниями (вечера «Чайные беседы», уроки мужества в честь Дня Победы), обсуждали актуальные проблемы отечественной истории и современности на заседаниях Исторического и Политического клубов, ездили на экскурсии (например, «Харьков в годы Великой Отечественной войны»), посещали разнообразные культурные мероприятия (спектакли, литературные гостиные и т.п.) [52].

Важным этапом проекта стал сбор студентами Народной украинской академии воспоминаний слушателей группы 50+, переживших блокаду Ленинграда и Холокост. Эта работа оказалась важна не только с точки зрения фиксации исторических событий. Студенты, которые занимались интервьюированием и написанием очерков, получили бесценный опыт общения со свидетелями Великой войны, возможность взглянуть на нее не

только с позиции учебников, а глазами людей, «которые не держали в руках оружия, но, тем не менее, помнят войну, знают ее и несут в своем сердце. Эти сильные, надежные люди искали выход из любой ситуации, не терялись, были сильными духом. Этому их научила война» (из книги «Диалог поколений. Воспоминания ветеранов, записанные студентами Харьковского гуманитарного университета «Народная украинская академия») [16].

В 2014 году проект НУА получил поддержку Международного благотворительного фонда «Хороших дел». Он назывался «Уважение и забота» и реализовывался в рамках программы «Старшее поколение – это мы в будущем» (продолжительность 4 месяца). В 2015 году донорами программы стали Общественная организация «3С: Общность осознанного общения», Британский Совет. Проект получил название «Активная жизнь в третьем возрасте» (продолжительность 3 месяца) и в 2016 году – Международный благотворительный фонд «Украинский женский фонд» (продолжительность 2 месяца) [47].

Взаимодействие с грантодателями, которых, несомненно, можно назвать заинтересованной стороной при реализации проектов или стейкхолдерами, является непростым и достаточно длительным процессом от момента подачи проекта на получение гранта до его окончания и требует отдельных комментариев.

Для Народной украинской академии и Фонда «Академия» на начальном этапе необходимо было определить круг наиболее важных для грантодателя вопросов, касательно будущего проекта. Здесь важен диалог со стейкхолдером как с заинтересованной стороной, анализ его потребностей и ожиданий. Практически любая организация, выделяющая средства на финансирование тех или иных программ, достаточно подробно описывает свою миссию и цели при объявлении конкурса. НУА и Фонд «Академия», получившие средства на реализацию своего проекта для людей третьего возраста, в значительной степени синхронизировали свои задачи с целями грантодателя. В дальнейшем в процессе реализации того или иного проекта выстраивался диалог, налаживалась обратная связь и анализировались ожидания стейкхолдера. Без выполнения этих действий успешная реализация образователь-

ного проекта вряд ли возможна. Ведь в случае необходимости всегда была возможность внести коррективы в проект, находящийся в стадии реализации. В ходе диалога с грантодателем предусматривались определенные активные формы и методы взаимодействия, такие как участие стейкхолдера в мероприятиях, проводимых НУА и Фондом «Академия» (круглые столы или семинары), анкетирование, интервьюирование [17].

Проекты по обучению людей третьего возраста являются, несомненно, социальными проектами. Когда инвестор вкладывает средства с социальный проект, он не надеется вернуть свои инвестиции, а стремится помочь той целевой группе, которую хочет поддержать. В этом цели грантополучателя, который осуществляет образовательную программу для пожилых людей и заинтересованной стороны полностью совпадают. Их совместная цель – изменить жизнь людей (целевой аудитории) к лучшему. Однако это совсем не значит, что грантодателя не интересуют результаты проекта. Чтобы привлечь средства для образовательного проекта и еще для такой специфической аудитории как люди третьего возраста, Фонду «Академия» совместно с НУА необходимо было четко представлять их потребности. В противном случае грантодатель инвестировал бы средства в социальные услуги, которые не были востребованы, не решили насущных проблем или были плохо организованы и вовсе не нужны. Для решения этих возможных проблем либо сам грантодатель определял целевую аудиторию и направления деятельности, либо грантополучатель – НУА и Фонд «Академия», проведя предварительную работу (определение потребности в обучении у людей третьего возраста, наличие необходимых условий для такого обучения).

Фонд «Академия» и Народная украинская академия приняли на себя основные обязанности по обоснованию необходимости таких программ, контактам с целевой аудиторией (через упомянутые выше общественные организации), определению наиболее актуальных направлений обучения, подбору преподавательских кадров, имеющих специальную подготовку и опыт работы с взрослыми людьми. Именно учебное заведение, куда приходят слушатели программ, формирует имидж в глазах общественности,

как самой программы, так и донора, спонсирующего эту программу. В этой связи, все грантодатели с особой тщательностью подходят к подбору партнера, который будет реализовывать социальный проект для людей третьего возраста. Фонд «Академия» в партнерстве с Народной украинской академией явились таким универсальным и надежным выбором для фондов, которые стали донорами всех программ для людей третьего возраста.

Кроме этого, между сторонами существуют достаточно щепетильные финансовые взаимоотношения, от успешного выстраивания которых во многом зависела успешность всех осуществленных с 2009 года совместных проектов. Эта составляющая проектов велась специалистом Фонда «Академия» и требовала точности и выполнения заявленных сроков.

Не менее важной являлась содержательная сторона проектов, полную ответственность за которую несла Народная украинская академия.

В целом отношения с такими заинтересованными сторонами как грантодатели являются важной составляющей деятельности в проекте. Налаживание диалога со спонсорами дало возможность НУА, Фонду «Академия», организациям-донорам создать совместные ценности, что самым позитивным образом сказалось на их репутации и имидже [45]. Взаимодействие со стейкхолдерами является основным элементом социальной ответственности учебного заведения (НУА) и общественной организации (ХОБФ «Академия») [31].

Программы обучения для людей третьего возраста первоначально формировались исходя из анализа деятельности подобных структур в европейских странах и странах ближнего зарубежья. Как было сказано выше, была создана комплексная программа, включающая разные направления подготовки. В то время как некоторые университеты третьего возраста обучают пенсионеров только по одному какому-то курсу, например, компьютерная грамотность или иностранные языки.

За время деятельности «Школы 50+» (с 2009 года) программа включала в себя следующие направления:

- психология построения будущего в третьем возрасте;

- совершенствование навыков работы с современной техникой;
- современные методы сохранения здоровья и продолжения жизни;
- значение питания и физической культуры в укреплении здоровья;
- основы права (пенсионное, наследственное право);
- политология;
- история Украины;
- английский язык.

Учитывая, что Народная украинская академия является комплексом непрерывного образования, все кафедры, функционирующие в нем, являются интегрированными, т.е. включают в свой состав не только преподавателей вуза, но и учителей Специализированной экономико-правовой школы НУА (следовательно, объединяют и все читаемые ими учебные дисциплины). К настоящему времени большинством профильных кафедр разработаны интегрированные программы по дисциплинам, которые преподаются, начиная с Детской школы раннего развития, Специализированной экономико-правовой школы, в гуманитарном университете, на последипломном образовании и в Школе 50+ для людей третьего возраста. Среди них кафедра Информационных технологий и математики, Философии и гуманитарных дисциплин (программа по истории Украины и политологии), Общеакадемическая кафедра английского языка, кафедра Физической культуры и спорта. Такой подход дает возможность комплексно воспринимать информацию и обеспечивает системность в формировании теоретических и практических компетенций, в умении анализировать конкретные ситуации в той или иной области [10].

Обучение людей третьего возраста не ставит перед собой целью получение новой профессии, а имеет своей главной задачей общение, развитие личности, сохранение активной жизненной позиции, овладение актуальными навыками, социальная адаптация [9]. Оно нацелено на самообразование и самосовершенствование и является неформальным образованием. Пожилой человек сталкивается с непонятной ему реальностью, многие вещи стано-

вятся недоступны для него. И обучение людей третьего возраста направлено, прежде всего, на заполнение этого пробела. Их обучают навыкам взаимодействия с современной техникой (в первую очередь, компьютер, но нередко возникает необходимость обучения работы с мобильным телефоном у возрастной категории слушателей 70+ – прим.авт.), с разнообразными информационными ресурсами.

Пожилые люди сталкиваются в повседневной жизни с всевозможными психологическими проблемами, связанными с потерей интереса к жизни, невостребованностью, изолированностью от общества. Поэтому дисциплина «Психология построения будущего в третьем возрасте» неизменно от проекта к проекту вызывает горячий интерес у целевой аудитории.

Психологические и эмоциональные проблемы, несомненно, сказываются на состоянии здоровья пожилых людей. Грамотная медицинская консультация врача, имеющего квалификацию семейного доктора, и занятия лечебной физкультурой под наблюдением специалиста дают к концу проекта видимый эффект.

Дискуссионные клубы по отечественной истории и политологии вызывают у пожилых людей активное желание поделиться своими знаниями и опытом (все они в силу возраста были участниками или очевидцами исторических события в новейшей истории – прим. авт.). Тем более интересной получалось обсуждение, когда на собрания клубов приглашались студенты Народной украинской академии.

Частые изменения в отечественном законодательстве, оторванность от информационных ресурсов приводит к непониманию пожилыми людьми некоторых вопросов, связанных с пенсионными нормами, с наследственным и жилищным правом. Консультации специалистов в соответствующих областях права помогают разрешить слушателям программ многочисленные проблемы.

Специфика восприятия материала пожилыми людьми имеет свои особенности. Поэтому очень многое в этом обучающем процессе зависит от преподавателя. Народная украинская академия, имея в своем распоряжении высококвалифицированный научно-педагогический состав, с особой тщательностью подходила

к подбору преподавателей для работы людьми третьего возраста. В первую очередь это профессионалы в своей области, имеющие опыт работы со взрослыми людьми. Все преподаватели, заходящие в аудиторию к пожилым людям, регулярно повышают свою квалификацию. В том числе, проходят обучающие тренинги по работе с данной возрастной категорией (например, по деменции).

Обучение пожилых людей имеет ряд особенностей. Во-первых, взрослые слушатели имеют высокую мотивацию к обучению и ответственность. Помимо этого, они нередко сомневаются в своих способностях и возможностях, опасаются показаться более слабыми по сравнению с другими участниками программы. В-третьих, многие из слушателей уверены в том, что их опыт и знания выше, чем у преподавателя (который чаще всего намного их младше – прим.авт.). Поэтому от личности и профессионализма преподавателя, который заходит в аудиторию к людям третьего возраста, зависит успех и результативность обучения и проекта в целом.

Для пожилых людей чрезвычайно важно, в первую очередь, живое общение, которое можно получить только с эмоциональным и неравнодушным человеком [38].

Технологии обучения людей старшего возраста могут быть самыми разнообразными. Выбор той или иной формы связан с преобладанием у таких лиц индивидуальных ценностных ориентации, привычек, склонностей, интересов и желаний. Вместе с тем социальная изоляция, в которой по объективным причинам оказывается большинство лиц пожилого возраста, выдвигает на первый план потребность в общении, установлении новых контактов в изменившемся социальном окружении. Причем преобладающее значение в интересах современного пожилого человека имеет общение вне семьи в сочетании с различными видами творчества и информационного обеспечения. [38]

Далеко не всегда лицам, вышедшим на пенсию, удается самостоятельно организовать свою жизнь в новых условиях, сохранить активные позиции, восполнить недостаток культурного общения. Поэтому при обучении пожилых людей важно не только удовлетворить познавательные культурные интересы, повысить

интеллектуальный уровень, но и обеспечивать создание условий для свободного разнообразного общения лиц старших возрастных групп между собой, способствовать вовлеченности людей старшего возраста в сферы общественных отношений [там же].

Работа всех групп «Школы 50+» основывалась на принципах диалога и активного участия самих слушателей в учебном процессе. Преподаватель становится и лектором, и организатором, и психологом для слушателей. Активно применяются методы работы в группах, дискуссии. Вопросы, задаваемые слушателями, могут казаться преподавателю элементарными, но ответ на них должен показывать значимость этой проблемы для дальнейшего обучения. Очень эффективен метод обращения к жизненному опыту слушателей при объяснении тех или иных вопросов. Возможность поделиться своим опытом позитивно сказывается на мотивации пожилых людей. Несомненно, что для закрепления пройденного материала, преподаватель должен задавать задание на дом (такой сложности, чтобы слушатели могли справиться с его выполнением – прим. авт.).

Правильно организованное обучение помогает пожилым людям осознать свою потребность, значимость и более безболезненно совладать с процессом старения. Постоянная умственная активность для пожилого человека задает тонус интеллектуальной и личностной активности [26].

До сих пор в обществе существует стереотипы об ограниченности способностей людей третьего возраста к восприятию новой информации и трудностях в обучении. Однако современные исследования доказывают, что различия в способностях пожилых и молодых людей незначительные и большинство людей в пенсионном возрасте (по крайней мере, до 70–75 лет) сохраняют свою работоспособность и интеллектуальный потенциал. Некоторые проблемы во время обучения могут быть связаны со слабостью слуха, зрения, плохой координацией движений и т.п. [там же].

За время деятельности «Школы 50+» участниками программы стало более 300 людей третьего возраста. В программах приняло участие около 100 человек волонтеров (в основном, студенты), которые отвечали за сопровождение участников, помогали

в проведении некоторых учебных занятий (например, по овладению навыками работы с компьютером). Прямо или опосредовано столкнулось с пожилыми участниками программы около 1000 человек, среди которых представители различных возрастов и социальных групп (школьники, студенты, преподаватели).

Неоспоримым результатом программы является повышение самооценки участников, их активности. Они осознают свои права и возможности, свою причастность к жизненным процессам. Это, несомненно, способствует бесконфликтному взаимодействию их с людьми разных возрастов. У молодого поколения и, в первую очередь, внуков и детей слушателей программы «Школа 50+» меняется отношение с пожилым людям. Психоземotionalное состояние участников значительно улучшается. Подтверждением этому может быть нежелание слушателей программ разрывать связи с учебным заведением после окончания обучения и получения сертификатов. Запрос на продолжение есть практически после всех проектов и просьба «оставить на второй год» часть звучит от выпускников программ. Это способствовало тому, что все наши «воспитанники» приглашаются несколько раз в год на всевозможные мероприятия, концерты, вечера, которые проводятся в Народной украинской академии. Многие из них, овладев информационными технологиями, самостоятельно ищут информацию о них на сайте НУА. Среди наших слушателей есть те, которые по окончании обучения возвращаются в программу в качестве волонтера, помогая в проведении мероприятий (например, музыкальных вечеров). Очень важным результатом «Школы 50+» является то, что большинство слушателей, благодаря процессу обучения и общения не могут вернуться к прежнему образу жизни, находя для себя что-то новое и интересное, продолжая развиваться, находя ценность своей жизни, что является предпосылкой выхода за пределы сузившегося после выхода на пенсию пространства жизни [40].

Самую объективную оценку могут дать только сами участники проекта «Школа 50+»:

*«...перед нами открылся новый мир, раскрашенный яркими светлыми красками, мир встреч с интересными людьми, мир*

*обретения новых знаний, ощущений, что все лучшее – впереди. Чудесные люди заставили нас поверить в свои силы, дали понять, что возраст – это не тяжелая ноша, что мы не за бортом жизни, а, наоборот, плывем на прекрасной яхте обретения знаний и общения, и плавание это будет продолжаться долго-долго...» (Слинько Галина Захаровна, 1929 г.р.) [там же].*

*«...Мы, дети войны, ... уносим самые лучшие воспоминания о людях, которые помогли нам почувствовать человеческую доброту и ощутить себя нужными в это жестокое время» (Гнидко Тамара Сидоровна, 1938 г.р.) [там же].*

*«... Как преподаватель с 47-летним стажем, ценю не только содержание лекций, бесед, консультаций, но и манеру их ведения – деликатность, безотказность, стремление согреть нашу обделенную заботой государства старость» (Варшавская Элла Абрамовна, 1936 г.р.) [там же].*

Говоря о результатах программы, имеющих определенный отложенный эффект, можно говорить о повышении социального статуса участников благодаря расширению ими своих знаний и возможностей. Распространение информации о подобных программах для людей третьего возраста равносильно продвижению идей толерантности по отношению к данной возрастной категории среди общественности. Необходимо обращение внимания государства к проблеме пожилых людей и необходимости их обучения, поиск новых источников финансирования проектов для пенсионеров.

Общественные организации неоднократно инициировали внесение в Закон Украины «Об образовании» раздела «Образование взрослых», где оговаривалось бы и направление обучения людей третьего возраста. Действие Закона должно быть подкреплено другими нормативно-правовыми документами, обеспечивающими успешное функционирование системы образования взрослых [9].

### **3.2. От дезадаптации к адаптации. Как помочь людям третьего возраста найти новые жизненные цели**

Во всем мире отмечается тенденция к увеличению количества людей пенсионного возраста. И это заставляет по-новому посмотреть на поколения людей, которые долгое время не находились в фокусе внимания общества. Увеличение продолжительности жизни – тенденция, несомненно, позитивная. Но, к сожалению, в общественном сознании, отсутствует такая же позитивная концепция жизни людей старшего возраста. Выход на пенсию относится к одним из серьезнейших переломных моментов в жизни человека. Кроме резкого изменения стиля жизни, добавляются еще и отрицательные эмоции, связанные с восприятием пожилого возраста.

Как отмечает Л. Б. Колосова: «Отношение к старшим – важная характеристика нормативно-ценностной системы любого общества. Казалось бы, вступление в старшие возраста должно быть связано с повышением положения в обществе в силу приобретения большего уважения, авторитета – одной из веберовских составляющих статуса. И это верно для традиционных обществ, где возраст – фактор аскрептивный: при достижении определенного возрастного порога социальный актор приобретает повышенный статус не за счет личных усилий и достижений, а в силу изменения не зависящих от него обстоятельств. Но в обществах современных возраст выступает в качестве ресурса самореализации, который в течение жизни может быть конвертирован в другие формы социального капитала, а может быть растрачен. В этом случае старение воспринимается как возрастающая степень депривации, потеря статуса». [23]

О зарождающихся новых тенденциях в отношении к людям пенсионного возраста свидетельствует появление концепции «третьего возраста».

Понятие «третьего возраста» в последние десятилетия стало достаточно широко распространенным как в популярной, так и в научной литературе. «Третий возраст» определяется как стадия жизненного цикла человека, на которой он оставляет сферу профессиональной деятельности, изменяет характер своего труда,

образ жизни, в силу обстоятельств, связанных с физиологическими особенностями пожилого человека. «Третий\_возраст» – это условное название первых лет пенсионного возраста, приближающего человека к старости. Это возраст наивысшей мудрости, здравого смысла, сложившейся жизненной философии, накопленного огромного опыта успехов и потерь. Человек в этом возрасте – созерцатель, наблюдатель, советчик, консультант, духовный наставник, образец доброты и высокой нравственности. [5]

Обратим внимание, что в этом определении внимание акцентируется на сильных сторонах данного возрастного этапа, на положительных характеристиках людей, находящихся на этом этапе развития. Позитивное восприятие своего возраста имеет очень важные последствия для психологического и, даже, физического здоровья человека.

Психолог Бекка Леви из Йельского университета (США) на протяжении 20 лет наблюдала несколько сотен людей в возрасте 50 лет и старше. Выводы, полученные в ее исследовании, однозначны: те, кто воспринимает «третий возраст» позитивно, живут в среднем на 7,5 года дольше, чем те, кто видит этот возраст источником немощей и временем угасания [там же].

Владимир Яковлев, автор проекта «Возраст счастья», собравший множество историй людей, добившихся успеха и изменивших свою жизнь в возрасте пятидесяти-шестидесяти-семидесяти и более лет, справедливо отмечает, что «трудно сказать, в какой степени причиной деградации является сам возраст и в какой – наше представление о нем. Люди твердо знают, что жизнь до 30 нужна для того, чтобы учиться, в период от 30 до 60 нужно делать карьеру и растить детей. Если спросить, зачем им жизнь после 60, зачем им старость, многие не могут ответить. Они подходят к 60 годам, будучи абсолютно уверенными: все, что их ждет, это тихое угасание» [53].

подавляющее большинство людей, завершая свою карьеру и выходя на пенсию, переживают мощнейший кризис, они дезадаптированы. Большой этап привычной жизни завершён, а что же будет дальше?

С точки зрения психологической науки, кризис может играть

в жизни человека конструктивную роль, становясь побудителем для переосмысления своей жизни, ее целей, но может стать и разрушительным для личности. Возникающие в сознании вопросы «как дальше жить», «для чего жить», мысли о том, что все важные и значимые события уже произошли, являются отчетливыми показателями переживания серьезного жизненного кризиса. Ф. Васильюк различает два вида кризисов, в зависимости от того, какие возможности они оставляют человеку в дальнейшей жизни [7]. Кризисы могут серьезно затруднить и усложнить реализацию жизненных замыслов, но при этом течение жизни не прерывается, сохраняются реальные возможности для реализации важных для человека целей, сохранения своей личности и «Я-образа». Кризисы же другого рода делают реализацию жизненных замыслов невозможной и в результате происходит модификация личности, принятие нового смысла жизни и новых ценностей. Примером здесь могут служить достаточно распространенные ситуации с теми работающими, кто был вынужден выйти на пенсию, имея хорошие ресурсы опыта, работоспособности и желание работать: выход на пенсию – неудачные поиски новой работы, в связи с нежеланием работодателей брать на ответственную, интересную и хорошо оплачиваемую работу «стариков» – негативные изменения в оценке своей социальной ценности – сужение круга общения – сокращение спектра потребностей – формирование негативного видения своего будущего.

Выход на пенсию – иногда вынужденную, так как в периоды экономического спада или кризиса, компании в первую очередь расстаются с сотрудниками пенсионного возраста – зачастую приводит к социально-психологической дезадаптации. Большинство отечественных и зарубежных психологов рассматривают дезадаптацию как неадекватную реакцию личности, компенсирующую негативные психологические состояния, ответ на стрессогенную ситуацию, обусловленную конфликтом между потребностями и возможностью их удовлетворения. Степень выраженности дезадаптации, формы ее проявления зависят от индивидуальных особенностей личности и, конечно же, от той среды, в которой осуществляется ее деятельность.

Влияние среды на формирование дезадаптированности личности отмечалось многими учеными. Так, А. В. Петровский, В. В. Шпалинский выделяют три основных вида дезадаптированности личности:

а) устойчивая ситуативная дезадаптированность, которая возникает тогда, когда личность не находит путей и средств адаптации в определенных социальных ситуациях (например, в составе тех или иных малых групп), хотя предпринимает такие попытки – это состояние можно соотнести с состоянием неэффективной адаптации.

б) временная дезадаптированность, которая устраняется с помощью адекватных адаптивных мероприятий, социальных и внутрипсихических действий, что соответствует неустойчивой адаптации;

в) общая устойчивая дезадаптированность, являющаяся состоянием фрустрированности, наличие которого активизирует становление патологических защитных механизмов [37].

Эти виды дезадаптированности также различаются по глубине и устойчивости личностных изменений. Важно отметить, что если на начальном этапе дезадаптации, начать проводить мероприятия, помогающие адаптироваться к новой социальной ситуации, то человек сможет избежать перехода к формированию устойчивых патологических защитных механизмов.

Но, для успешного перехода от дезадаптированности к адаптивному поведению, кроме внешних условий, нужна еще и внутренняя мотивация. Мотивация побуждает активность человека, направляет и организует его деятельность, придает этой деятельности личностный смысл и значимость. И здесь необходимо отметить глубинную взаимосвязь между мотивацией и целями. Ведь, завершив период жизни с четкими и понятными целями, такими, как получение образования, создание семьи, формирование материальной базы, карьерный рост, человек, выйдя на пенсию, в большинстве случаев, не имеет новых, значимых для него, целей. И наше общество также не дает устойчивых моделей поведения в «третьем возрасте». Нет мотивации достижения, нет целей, нет целенаправленной деятельности по активной адаптации

к новому этапу жизни. Теснейшую взаимосвязь между мотивацией, целями и деятельностью отражает определение, данное О. С. Виханским: «Мотивация – это совокупность внутренних и внешних движущих сил, которые побуждают человека к деятельности, задают границы и формы деятельности и придают этой деятельности направленность, ориентированную на достижение определенных целей» [2].

Каждый этап возрастного развития требует от человека целенаправленной деятельности, что помогает достичь гармонии между внутренними и внешними условиями жизни. Когда эта гармония достигается, человека можно считать адаптированным к изменившейся среде и социальной ситуации.

Адаптация способствует достижению оптимального равновесия в динамичной системе «личность – социальная среда», максимальному проявлению и развитию творческих возможностей и способностей личности, повышению ее социальной активности. Адаптация выступает как средство защиты личности, с помощью которого ослабляются и устраняются внутреннее психическое напряжение, беспокойство, дестабилизационные проявления психики [27].

Как же помочь представителям «третьего возраста» преодолеть внутренний кризис и успешно адаптироваться к новому этапу своей жизни? Как помочь увидеть новые цели, новые возможности выстраивания своей активной жизни?

Одной из серьезнейших психологических проблем людей третьего возраста на постсоветском пространстве является отсутствие современной модели жизни после выхода на пенсию. Даже стандартная возможность реализовать себя в традиционных ролях бабушек и дедушек становится все менее реальной. Родители и дети, зачастую, живут в разных городах, а, иногда, и странах. Кто-то решает отодвинуть рождение детей к сорока годам, кто-то не может иметь детей, а некоторые выбирают осознанную бездетность. Общество же пока не предлагает широкого спектра возможностей для общения и самореализации людей третьего возраста.

Потеря ориентиров, отсутствие целей в жизни тяжело отражается на психоэмоциональном состоянии людей. Поэтому, одним

из направлений работы с людьми «третьего возраста» обязательно должна стать деятельность по определению новых жизненных целей и возможностей их достижения.

Оптимальным форматом практической работы по помощи людям, уходящим в силу возраста, от активной профессиональной деятельности, являются мастер-классы. Они ограничены по времени, и, соответственно, не вызывают усталости и утомления. Это форма групповой работы, расширяющая возможность получения новых социальных контактов, что особенно важно для тех, круг общения которых сократился после выхода на пенсию. Кроме того, обычно мастер-класс раскрывает обычно одну тему, что позволяет сконцентрировать внимание на поставленной задаче и получить важный для участников результат уже в ходе занятия. Обращаем внимание, что мастер-классы, в основном, имеют практическую направленность, что в большой степени отвечает запросам взрослых обучаемых.

Была специально разработана структура и практические задания экспресс курса для людей третьего возраста, переживающих серьезные изменения в своей жизни (выход на пенсию, переживание эффекта «пустого гнезда», потерю партнера и т.п.). В первом варианте темы данного курса были отработаны в ходе проведения занятий для участников проекта «Школа 50+ (обучение людей третьего возраста)», проводившегося на базе Харьковского гуманитарного университета «Народная украинская академия».

Этот проект стал значимой частью реализуемой «Народной Украинской Академией» концепции непрерывного образования. Но, нужно отметить, что кроме образовательного аспекта, работа с людьми третьего возраста имела еще и в морально-нравственную ценность для всех его участников. Важной частью корпоративной культуры ХГУ «НУА» являются тесные контакты с семьями учеников и студентов, мероприятия, объединяющие представителей нескольких поколений в единой образовательной среде. Таким образом, работа с людьми старшего возраста стала логичным продолжением развития системы непрерывного обучения, и возможностью реализации значимых для преподавателей и сотрудников НУА ценностей корпоративной культуры.

Разработанный и апробированный в рамках данного проекта курс, представляет собой 3 мастер-класса, продолжительностью полтора-два часа, в зависимости от количества участников. Основная цель данного курса – помочь его участникам успешно адаптироваться к изменившимся внешним обстоятельствам и увидеть новые жизненные цели и реальные возможности их достижения. В конце каждого мастер-класса участники получают задания для самостоятельной проработки. Ниже приводится описание структуры и содержания мастер-классов.

Мастер-класс № 1. «Узнай свое счастье!». Включение данной темы в курс обусловлено тем, что, находясь на этапе переживания глобальных жизненных перемен, люди, зачастую, испытывают комплекс негативных эмоций. Стереотипы, связанные с возрастом, обычно имеют ограничивающий характер: «Зачем в таком возрасте... куда в таком возрасте... что я могу в таком возрасте». Отрицательное влияние имеет и сложившаяся в нашем обществе житейская психология «доживания». Не «жить», а «доживать» – сама эта формулировка указывает на пассивность позиции «доживающего», на внутреннее принятие им негативного сценария жизни в «третьем возрасте». Соответственно, прежде чем приступить к работе по выстраиванию новых жизненных целей, нужно создать соответствующую мотивацию, иначе цели могут быть прописаны, но не реализованы (о связи мотивации и целей было сказано выше).

Начиная работу с темы, связанной со счастьем, мы, одновременно, решаем несколько задач, важных в контексте данного курса:

- поиск положительных эмоций в повседневности;
- создание мотивации к изменению своей жизни.

Основные вопросы, разбираемые на мастер-классе:

1. В чем ваше счастье?
2. Факторы, влияющие на ваше ощущение счастья.
3. Ваша уникальная модель счастья.

Определяя конкретные составляющие счастья, участники мастер-класса отвечают на следующие вопросы:

1. Здоровье

Я чувствую себя счастливой/счастливым, когда...

2. Личная жизнь

Я чувствую себя счастливой/счастливым, когда...

3. Работа/деятельность

Я чувствую себя счастливой/счастливым, когда...

4. Личное развитие

Я чувствую себя счастливой/счастливым, когда...

5. Отдых

Я чувствую себя счастливой/счастливым, когда...

6. Друзья

Я чувствую себя счастливой/счастливым, когда...

7. Мой дом

Я чувствую себя счастливой/счастливым, когда...

8. Еще какая-то сфера жизни, важная для меня (какая?)

Я чувствую себя счастливой/счастливым, когда...

Участники делятся своими ответами, идет совместное обсуждение, в ходе которого ведущий мастер-класса обращает внимание на широкий спектр мелочей, делающих человека счастливым. Например: «Я счастлива, когда я рано утром выхожу на прогулку, и дышаю свежий, чистый, прохладный воздух; я счастлив, когда мы с друзьями сидим у костра, и рассказываем рыбацкие байки; я счастлива, когда открываю новую книгу; я счастлива, когда я у себя дома пью кофе в тишине, из любимой чашки, привезенной из Барселоны».

Дальше ведущий мастер-класса информирует участников о двух важнейших факторах, влияющих на счастье – собственная активность личности и эмоциональная связь с другими людьми. Участники мастер-класса выполняют групповое задание по нахождению реальных возможностей повысить свой уровень счастья за счет собственной активности и углубления/расширения эмоциональной связи с другими людьми. С учетом того, что многие люди пенсионного возраста имеют низкий уровень материальной обеспеченности, основное внимание уделяется тем возможностям повышения уровня счастья, которые не требуют финансовых вложений, либо эти финансовые вложения минимальны.

В завершение мастер-класса его участники создают свою

уникальную формулу счастья, включая в нее то, что делает счастливым именно их.

Участники самостоятельно должны проработать несколько заданий. Как, например, создание таблицы обязательств – то есть, списка того, над чем нужно поработать, чтобы стать более счастливым. Например, область, над которой следует поработать – повышение уровня энергии. Затем необходимо расписать, как конкретно вы будете работать над этим повышением – ложиться спать пораньше, заниматься физическими упражнениями, разбирать «завалы» в доме, если беспорядок в доме поглощает вашу энергию и т.д.

Далее слушатели разрабатывают общие принципы или «заповедей», например: «Будь собой, Грехтен» [42]. Этот принцип в ходе работы над проектом «счастья» помог автору помнить, что надо делать то, что соответствует ее личности, ее особенностям, взглядам, интересам. Принцип «Веди себя так, как хочешь себя чувствовать» и т.д.

Мастер-класс № 2 «Новые цели – новые перспективы». Основные вопросы, разбираемые на мастер-классе:

1. Что для нас важно в жизни?
2. К каким результатам мы хотим придти через ... лет?
3. Наши цели – позитивные, конкретные, реалистичные, достижимые и определенные во времени.

Перед началом работы над новой темой обсуждаем результаты выполнения домашнего задания. Основное внимание уделяется следующим вопросам:

1. Возникли ли у вас новые мысли и идеи, что делает вас счастливыми?
2. Какие ваши жизненные принципы помогают вам справляться с трудностями, видеть хорошее в жизни, в себе и в других людях?

При обсуждении вопроса о том, что важно в жизни для участников мастер-класса, опираемся на результаты их работы над темой счастья. К постановке целей участники мастер-класса подходят через представления о желаемых результатах. Такой подход обусловлен необходимостью создания позитивной мотивации

к достижению целей. Представив желаемые результаты изменений в своей жизни, участники мастер-классов проявляют более высокий уровень мотивации к постановке целей и к планированию действий по их достижению. Также, участники индивидуально определяют временной период, за который они хотят достигнуть желаемых результатов.

Для расширения представлений о перечне возможных изменений в своей жизни используется «Колесо коучинга» со следующими разделами:

1. Здоровье
2. Семья
3. Работа/хобби (любая форма занятости)
4. Друзья и близкие
5. Финансы
6. Условия жизни
7. Отдых и развлечения
8. Личностный рост и духовность.

После формулирования желаемых результатов по каждому разделу, участники переходят к постановке целей. Они предварительно информируются о SMART-критериях постановки целей – конкретность, измеримость, принципиальная достижимость, реалистичность, определенность во времени. Приведу ряд реальных примеров участников мастер-классов, как в ходе работы происходит переход от представлений о желаемых результатах к постановке целей.

1. Здоровье. Желаемый результат – быть физически активной. Цель – совершать пять и более часовых прогулок по парку еженедельно.

2. Семья. Желаемый результат – сблизить свою семью, чаще общаться. Цель – организовывать один раз в месяц и чаще совместные походы в кино/театр/на экскурсию с последующими «посиделками» дома.

3. Работа/хобби (любая форма занятости). Желаемый результат – иметь увлекательное занятие, приносящее пользу. Цель – посетить в течение полугода пять и более мастер-классов по разным видам творческой деятельности, и выбрать свое занятие.

4. Друзья и близкие. Желаемый результат – расширить круг друзей для совместного проведения времени. Цель – восстановить общение с тремя и более бывшими сотрудниками и сокурсниками, организовать три «девичника» у себя дома в течение полугода.

5. Финансы. Желаемый результат – иметь деньги не только «на жизнь», но и на путешествия. Цель – найти посильную подработку и заработать на поездку во Львов на рождественские праздники.

6. Условия жизни. Желаемый результат – жить в просторной квартире, радующей глаз. Цель – до конца года расчистить квартиру, выбросив все ненужное, неиспользуемое, раздражающее.

7. Отдых и развлечения. Желаемый результат – вернуть ту насыщенную культурную жизнь, которая была у меня в молодости. Цель – начиная с этого месяца по 3 и более посещения выставок, театральных постановок, концертов, встреч с писателями (одно мероприятие платное, остальные – бесплатные).

8. Личностный рост и духовность. Желаемый результат – много читать умных книг, чтобы поддерживать мозг в тонусе. Цель – читать две и более книг в месяц по истории, экономике и политике.

Индивидуальные формы работы на мастер-классе в «Школе 50+» дополняются работами в группах. Группа разбивается на «тройки» для обсуждения целей каждого и поиска ответов на вопросы:

1. Почему для вас это важно?

2. Что изменится в вашей жизни, если эти цели будут достигнуты?

3. От кого/чего зависит достижение этих целей?

Как вы оцениваете реальность достижения этих целей – от 1 до 10-ти, где 10 – это максимальная оценка?

Обсуждение данных вопросов направлено на усиление мотивации и уверенности в себе.

Мастер-класс № 3. Создаем свой план продвижения к цели!

Основные вопросы мастер-класса:

1. С какими препятствиями мы можем столкнуться при продвижении к поставленным целям?

2. Кто наша группа поддержки?
3. Какие шаги приведут нас к желаемому результату?

Обсуждая результаты домашнего задания, уделяем внимание тем вопросам, которые нам будут важны для работы на данном мастер-классе:

Какие действия обычно нужно совершать для достижения целей?

Если цель для нас важна, но для ее достижения нужно сделать многое из того, что мы ненавидим – как поступать в этой ситуации?

При обсуждении первого вопроса, внимание аудитории обращается на то, что предварительный анализ возможных препятствий помогает избежать стресса или сократить его интенсивность. Понимание сложностей, возникающих в процессе достижения целей, делает путь более понятным и прогнозируемым.

Группе предлагаются следующие вопросы для обсуждения:

1. С какими препятствиями вы можете столкнуться, работая над достижением целей?
2. Это внешние препятствия или внутренние?
3. Что вы можете сделать, чтобы преодолеть это препятствие (или уменьшить его влияние)?

После того, как участники определились со своими личными возможными помехами в достижении целей, начинается этап групповой работы. Участники подгрупп выделяют основные типичные препятствия и ищут пути их преодоления. Обычно выделяются следующие препятствия, мешающие достичь поставленных целей: лень, занятость делами родных, плохое состояние здоровья, отсутствие поддержки близких, недостаток финансовых ресурсов, незнание современных информационных технологий.

Совместно разработанные подгруппами «рецепты» преодоления препятствий демонстрируются всей группе.

Переход ко второму вопросу является логическим продолжением обсуждения путей преодоления препятствий. Поиск группы поддержки очень важен для людей третьего возраста, так как, зачастую, их физические и финансовые ресурсы ограничены. Также, они часто испытывают дефицит знаний в современных информационных технологиях.

При этом, есть достаточно характерная черта менталитета пожилых людей на постсоветском пространстве – это боязнь «быть в тягость», «быть обузой для молодых», опора исключительно на свои ресурсы, даже в случае их крайнего дефицита.

Также, у нас практически отсутствует принятая во многих западных странах культура объединения пожилых людей в сообщества, где кроме удовлетворения своих познавательных или духовных потребностей люди получают помощь и взаимоподдержку.

Основная цель при обсуждении этого вопроса – это помочь участникам группы увидеть возможности получения помощи и поддержки у близких людей, узнать о наличие бесплатных ресурсов, помогающих решить те или иные вопросы. Также, обычно, по ряду проблем, помощь и поддержка находится сразу же в группе.

Участники обсуждают такие вопросы:

1. Какая конкретная помощь и поддержка вам нужна для достижения ваших целей?

2. Кто потенциально может оказать вам такую поддержку? Если вы не можете дать ответ на этот вопрос, то ответьте на следующий: Где и как вы будете искать нужную вам помощь?

3. Какую помощь готовы оказать лично вы?

В завершении третьего мастер-класса, участники группы приступают к работе по составлению конкретного плана действий. Каждый участник мастер-класса выбирает одну из поставленных целей и прописывает план действий по ее достижению.

Акцентируется внимание на пользе маленьких, посильных, но регулярных шагов в избранном направлении.

На этапе завершения работы крайне важно поддержать позитивную мотивацию достижений участников и еще раз зафиксировать внимание на их реальных возможностях быть счастливыми, менять свою жизнь к лучшему, добиваться поставленных целей, развиваться. Возраст для этого не является помехой, но может стать преимуществом, благодаря использованию прошлого опыта.

Несмотря на то, что экспресс-курс завершен, участники получают еще одно домашнее задание: перевести все поставленные

цели в планы, и придумать комплекс поддерживающих и мотивирующих действий, помогающих продвигаться к цели.

Количество людей третьего возраста во всем цивилизованном мире растет. И это возрастной этап в жизни человека, как и все другие, должен быть наполнен целями, действиями, позитивными эмоциями. Есть объективное изменение социальной ситуации, в которой человек часто переживает чувство дезадаптированности. Есть кардинальное изменение привычного стиля жизни, увеличивается количество потерь близких. Является ли этой причиной выбора жизненной стратегии «доживания»? Нет! Но, необходима целенаправленная и системная помощь людям для успешной адаптации в изменившихся условиях, для выстраивания новой стратегии жизни, а не доживания. Одним из возможных элементов такой помощи могут стать мастер-классы, семинары, тренинги, направленные на формирования у людей «третьего возраста» четкого видения новых жизненных целей и возможностей их достижения. Когда у людей есть важные для них цели – их жизнь наполнена смыслом и они активны. Как писал Виктор Франкл: «Нет такой ситуации, в которой нам не была бы предоставлена жизнью возможность найти смысл, и нет такого человека, для которого жизнь не держала бы наготове какое-нибудь дело. Возможность осуществить смысл всегда уникальна, и человек, который может ее реализовать, всегда неповторим» [48].

Опыт работы ХГУ «НУА», с людьми третьего возраста подтверждает успешность стратегии помощи в усилении адаптационных возможностей человека, через организацию системы обучения и развития личности. В концепции обучения в «НУА» большое внимание уделяется созданию в учебном заведении этой неразрывной связи между обучением и развитием личности. И для людей, жизнь которых претерпевает значительные изменения – а выход на пенсию относится к категории таких этапных событий – только обучения будет недостаточно. Можно с уверенностью говорить о том, что результативность помощи людям «третьего возраста» в адаптации к новым условиям жизни во многом зависит от того, удалось ли объединить в единый процесс обучение новым знаниям, умениям и навыкам, и развитие личности. Работа с разно-

возрастной аудиторией женщин и мужчин, от 55 до 72 лет в рамках проекта показала, что вне зависимости от возраста, люди, получив профессиональную помощь и поддержку, оказавшись в специально организованной образовательной среде, начинают видеть новые цели, оптимистичнее воспринимать свое будущее, находят новые смыслы своей жизни.

### **3.3. Обучение информационно-коммуникационным технологиям людей третьего возраста: опыт кафедры информационных технологий и математики Народной украинской академии**

В рамках программы «Школа 50+» ежегодно в Харьковском гуманитарном университете «Народная украинская академия» (далее НУА) производится набор слушателей в группы третьего возраста. Кафедрой информационных технологий и математики (далее ИТМ) накоплен достаточный опыт обучения информационно-коммуникационным технологиям (ИКТ) людей пожилого возраста, о котором и пойдёт речь в данном разделе.

Согласно докладу Фонда ООН, в области народонаселения (UNFPA) и организации «Хелпэйдж Интернэшнл» [46], человечество стареет быстрыми темпами (организация «Хелпэйдж Интернэшнл» помогает людям преклонного возраста добиваться осуществления своих прав, бороться с дискриминацией и преодолевать бедность для того, чтобы они могли вести достойную, безопасную, активную и здоровую жизнь – прим. авт.). Кафедра ИТМ в своей работе и обучении людей третьего возраста учитывает информацию, отмеченную в докладе о том, что: «Старение населения – одна из доминирующих тенденций XXI века. Оно имеет важные и далеко идущие последствия для всех сторон жизни общества». Пока уровень рождаемости продолжает снижаться, а продолжительность жизни продолжает расти, доля пожилых людей среди всего населения будет неуклонно возрастать. Если в 1950 году во всём мире проживало 205 миллионов человек в возрасте 60 лет или старше, в 1990 году число пожилых людей было 490 млн, в 2010 году – 765 млн, то к 2012 году число людей старшего возраста выросло почти до 810 миллионов [46; 22].

Согласно прогнозам, меньше чем за десять лет количество таких людей достигнет одного миллиарда, а к 2050 году каждому пятому человеку в мире будет 60 лет или больше. Число людей указанного возраста достигнет 2 миллиардов. Мир становится старше. Надо понимать, что Украину эта проблема также не обойдёт стороной. Демографы прогнозируют увеличение доли людей пенсионного возраста к 2025 году практически до 50%. Численность и процентная доля людей старшего возраста увеличиваются быстрее, чем у любой другой возрастной группы. Таким образом, пожилые люди являются наиболее быстрорастущей категорией населения Украины. Поэтому старение населения – это явление, которое больше невозможно игнорировать. Ожидается, что к 2050 году 64 страны войдут в число стран, в которых люди старшего возраста составляют более 30 процентов населения [46; 22].

Возможности, которые открываются благодаря этому демографическому сдвигу, так же бесконечны, как блага, которые может принести обществу активное в социально-экономическом отношении, хорошо обеспеченное и здоровое стареющее население. Как подчёркивают авторы упомянутого выше доклада, «старение населения – это в то же время социальный, экономический и культурный вызов человеку, семье, стране и всему мировому сообществу» [46]. Отмечается, что, несмотря на тенденцию к старению населения Земли, нет причин считать ситуацию кризисной, поскольку люди старшего поколения вносят огромный вклад в жизнь общества.

На кафедре ИТМ Народной украинской академии выделили для своей деятельности один из главных выводов упомянутого доклада, который заключается в том, что люди в возрасте 60 лет и старше демонстрируют невероятную производительность труда и вносят огромный вклад в жизнь общества в качестве помощников, избирателей, добровольцев, предпринимателей и т.д. Люди старшего возраста настойчиво повторяют, что они хотят оставаться активными и уважаемыми членами общества. В мире уникальная ситуация – впервые в истории человечества люди «60 и старше» численно уже превосходят молодых, хотят оставаться активными и здоровыми – хотя ещё совсем недавно этот возраст считался

«пожилым», «пенсионным»), рассматривался как время для отдыха и спокойствия. Пенсионеры продолжают развиваться, посвящают время новым увлечениям, строят планы и контактируют друг с другом. Ведь каждый мечтает быть счастливым и в своём «третьем возрасте» – этапа активной жизни после выхода на пенсию.

На V-й международной конференции по проблемам образования взрослых (Гамбург 1997) образование взрослых было названо одним из ключей, открывающих дверь в XXI век [12]. Конференция рекомендовала всем правительствам мира считать образование взрослых, составной частью которого является образование пожилых, одним из приоритетов государственной политики. В соответствии с этой рекомендацией во многих развитых странах мира принята и осуществляется концепция непрерывного образования, в соответствии с которой до 80% взрослого населения охвачено различными формами образовательного процесса. В нашей стране этот показатель в несколько раз меньше.

В формирующемся постиндустриальном обществе фундаментальной проблемой является переход системы образования на концепцию пожизненно продолжающегося образования (образования в течение всей жизни, *Life Long Learning*). Образование перестало рассматриваться как некий подготовительный период к жизни. У человека есть основополагающее право на образование в течение всей жизни. В наше время необходимость обучения на протяжении всей жизни вызвана социально-экономическими и научно-техническими преобразованиями, характерными для современного мира. Образование на протяжении всей жизни является предпосылкой обеспечения занятости пожилых людей. В то же время надо решать и проблему цифрового неравенства. Это ситуация, когда у какой-то группы людей отсутствует возможность использования современных информационных технологий. При этом цифровое неравенство может существовать как в масштабах всей планеты, так и в масштабах страны или даже города. Цифровое неравенство особенно опасно тем, что дополнительно увеличивает и без того заметное конкурентное преимущество богатых слоёв населения перед бедными слоями населения,

исключая последних из современной информационной экономики. Уместно здесь отметить, что как раз пенсионеры самая незащищённая часть населения нашей страны. Из-за неумения старшего поколения и пожилых людей работать с современными информационно-коммуникационными технологиями происходит разрыв связи поколений и информационное расслоение общества.

Преподаватели, участвующие в обучающих программах для людей третьего возраста в НУА, прекрасно осознали, что характерной чертой XXI века является глобальная компьютеризация. Это век информационных технологий, которые проникают во все сферы нашей жизни. Процесс информатизации характеризует современный этап развития нашего общества. «Информатизация общества – это глобальный социальный процесс, особенность которого состоит в том, что доминирующим видом деятельности в сфере общественного производства является сбор, накопление, продуцирование, обработка, хранение, передача и использование информации, осуществляемые на основе современных средств микропроцессорной и вычислительной техники, а также на базе разнообразных средств информационного обмена» [13]. Информатизация общества, среди прочего, обеспечивает высокий уровень информационного обслуживания, доступность любого члена общества к источникам достоверной информации, визуализацию представляемой информации и т.д.

Сегодня трудно переоценить роль информационных технологий в жизни современного человека, в том числе и людей третьего возраста. Мы живём в информационном обществе, где информация является базой экономической и социальной жизни. Последние десятилетия развитие нашего общества характеризуется сильным влиянием информационно-коммуникационных технологий на все сферы человеческой деятельности, обеспечивающих распространение информационных потоков, формирующих глобальное информационное пространство, которое с каждым годом все сильнее воздействует на процессы жизни человека, социальных групп, каждого отдельного государства, мирового сообщества в целом.

Информационные технологии находят применение, в том

числе и у работающего человека третьего возраста: в профессии бухгалтера и преподавателя, экономиста и юриста, аналитика и менеджера. Это позволяет выполнять свою работу максимально эффективно и комфортно.

По мнению специалистов, в ближайшей перспективе в нашей стране будет ощущаться потребность перевода государственных служб в Интернет. Это связано, в частности, с тем, что представители самой быстро растущей группы пользователей Сети – люди в возрасте от 55 до 65 – чаще всего обращаются за услугами в различные государственные структуры.

Однако, комплексные изменения в обществе, характеризующиеся разрывом социальных связей между пожилыми и молодыми людьми, неравенством доступа к информации и социальным сервисам, требующим наличие навыков пользования информационными технологиями, усугубляют проблему старения населения. У людей пенсионного возраста возникают проблемы в социальной, психологической, экономической, медицинской сферах. Отмечается, что «современность подарила нам уникальный и одновременно универсальный инструмент, с помощью которого легко поддерживать связь с окружающим миром, вне зависимости от возраста, социального статуса, географического положения и прочих условностей. Речь идёт о компьютере – техническом устройстве, которое служит отличным проводником между нами и тем, что нам действительно интересно. К сожалению, многие пенсионеры не могут воспользоваться этим достижением цивилизации в силу различных причин: психологического барьера перед компьютером и Интернетом, неумения работать с современными средствами коммуникации, ограниченной подвижности и прочего» [32].

Сегодня компьютерные технологии предлагают много решений проблемы обучения людей третьего возраста информационным технологиям. Несомненно, что правильная стратегия в сфере обучения ИКТ предоставляет инструменты, которые соответствуют потребностям пожилых людей. Специалистами Народной украинской академии было определено, что компьютерные технологии играют существенную роль для людей третьего

возраста в четырёх областях: инфраструктура, системы жизнеобеспечения, связь и повышение качества повседневной жизни. Более 63% опрошенных отметили, что основной проблемой преодоления социальной изоляции в настоящее время является низкий уровень компьютерной грамотности и неумение работать со средствами сети Интернет. Современные технологии позволяют пожилым людям чувствовать себя вовлечёнными в жизнь общества: общаться, заказывать и оплачивать покупки, счета ЖКХ, находить и выполнять доступную дистанционную работу, говорить на одном языке с молодёжью, жить комфортно и долго [11].

В результате многолетнего опыта Народной украинской академии обучения людей третьего возраста навыкам работы с компьютерной техникой преподаватели увидели, что, если данную категорию населения не включать в процесс информатизации, со временем она будет изолирована от общественной жизни. И в связи с этим можно выделить несколько групп проблем, на которые следует обращать первостепенное внимание.

В первую очередь это неготовность поколения третьего возраста использовать предлагаемые им возможности информационных технологий и ресурсы сети Интернет. Интенсивный рост применения информационных технологий в Украине начался в 1990–2000-е годы, когда люди, которым сейчас 60–70 и более лет уже прошли этап интенсивного обучения. Поэтому волна овладения компьютерными технологиями обошла стороной этот слой населения.

Следующая проблема – это отсутствие системы обучения данной категории граждан использованию средств ИКТ и сервисов сети Интернет. Работа с людьми третьего возраста в НУА подтверждает вывод: несмотря на то, что большинство пожилых людей понимают неизбежность развития информационного общества, они часто не имеют необходимых навыков для использования предлагаемых ресурсов, а существующие программы дополнительного профессионального образования не в полной мере учитывают особенности обучения данной категории граждан. Поэтому, даже если государство будет выделять огромные средства на разработку сервисов электронного государства, информа-

тизацию органов государственной власти, число пользователей этих сервисов будет оставаться небольшим.

Указанные проблемы, на наш взгляд, успешно решаются в рамках обучения людей третьего возраста в «Школе 50+» НУА, в результате которого пожилые люди способны использовать предлагаемые им возможности информационно-коммуникационных технологий и продолжают активно жить, учиться, получать удовольствие от жизни, работать, отдыхать и т. д.

Следует заметить, что увеличение продолжительности жизни способствует продвижению и различных моделей интернет-образования. Спрос на онлайн-обучение возрастает в возрастной группе от 55 лет и больше [14]. Правильным будет следовать опыту некоторых европейских стран, где вводят комплексные стимулирующие меры для поощрения обучения работников пенсионного возраста, которые ориентированы на увеличение уровня занятости среди пожилых работников, качества их жизни и благосостояния [там же].

Общение со слушателями «Школы 50+» в Народной украинской академии подтверждает, что образование взрослых в пенсионном возрасте не преследует в виде основной цели получение профессии и дальнейшего трудоустройства. Хотя среди слушателей «Школы» есть случаи решения проблемы их занятости, когда им предлагается гибкий рабочий график, позволяющий выполнять работу с помощью Интернета дистанционно.

Данный вид социального обучения относится к так называемому неформальному образованию, имеющему цель персонального развития, социальной адаптации, сохранению активной позиции пожилых людей. Общение и получение новых знаний позволяет студентам пенсионного возраста реализовать свои способности, оставаться самостоятельными и быть менее подверженными стрессовым состояниям в кризисный период. «Обучение старшего поколения современным ИКТ является важным направлением нового социального явления – геронтообразования (образования пожилых людей) [11; 14; 6; 21; 43; 44].

Далее рассмотрим особенности различных поколений, изучающих и использующих ИКТ, которые целесообразно учитывать при

эффективном непрерывном образовании, в том числе людей третьего возраста [56].

Известная теория поколений [49; 50; 57], позволяет правильно построить учебные курсы с учётом особенностей каждого из поколений; умело создавать учебно-методические материалы; улучшить организацию занятий; находить приёмы вовлечения разных поколений в активную учебную деятельность; выстроить мотивацию с учётом смыслов и ценностей обучаемого; повысить эффективность формирования информационно-коммуникационных компетенций. Учитывая теорию поколений, можно охарактеризовать разные категории людей, изучающих информационные технологии. На этой основе есть возможность определить специфику старшего поколения во время обучения, связанную с возрастными особенностями слушателей.

Сегодня люди пенсионного периода, согласно теории поколений – это так называемое, «молчаливое поколение» (1923–1943 г.р.), которым 75–95 лет и поколение «бэби-бумеров» или «поколение демографического взрыва» (1943–1963 г.р.), возраст которых – 54–74 года. Нужно учитывать, что через несколько лет на пенсию будут начинать выходить и представители поколения X или «неизвестное поколение», годы рождения, которых 1963–1983.

Молчаливое поколение, это уже небольшая часть пожилых людей, которые познакомились с ИКТ уже в зрелом возрасте, и они имеют большие трудности в их использовании. Погружение такого человека в цифровую среду связано с продолжительным периодом обучения, болезненной адаптацией и определённым сопротивлением.

Самая многочисленная часть пенсионеров нашей страны и слушателей «Школы 50+», это поколение бэби-бумеров. Многие представители этого поколения уже на пенсии, но до сих пор продолжают работать. Отличает их от других поколений стремление оставаться активными как можно дольше, им сложно представить себя вне работы. Для этих людей нет непреодолимых барьеров, каждый барьер – это личный вызов. Они оптимисты, нацеленные на постоянное преодоление трудностей и обязатель-

ное достижение результата. Главное для них – победа. Бэби-бумеры ведут активный образ жизни: посещают фитнес-клубы, путешествуют, осваивают новые, в том числе информационные, технологии. При их обучении в НУА учитывают, что они предпочитают работать в команде (распределение ролей, принятие правил эффективной команды, соединение ожиданий индивидуальных и групповых). Стремление к лидерству в их душе прекрасно уживается со страстью к коллективизму. В спросе на технологии и разные гаджеты бэби-бумеры ориентируются на советы своих детей и внуков, которые говорят о том, что модно и ценится у молодёжи. Освоить технологии для бэби-бумеров часто не проблема – многие из них получили инженерное образование и понимают технические принципы и умеют обращаться с оборудованием. Более того, уже в зрелом возрасте многие из них получили опыт работы с компьютерами и гаджетами. Причём, бэби-бумерам нравятся современные, а ещё лучше «только что выпущенные» технические устройства».

В НУА при обучении людей третьего возраста учитываются современные тенденции развития интересов данного поколения. Согласно результатам опроса, проведённого Ipsos и Google в западных странах, поколение бэби-бума и пожилые люди теперь больше времени проводят в Интернете, чем перед телевизором [16]. Таким образом, главный источник информации бэби-бумеров – Интернет. Новости и прогнозы погоды являются самым популярным видом информации, интересующей бумеров и пожилых людей (66% запросов). Следом за ними идёт шопинг (57%), информация о купонах или скидках (45%), информация, связанная с питанием (44%) и игры (43%).

Интернет-видео смотрят 54% опрошенных. YouTube – самый популярный видео-портал (используется 82% опрошенных), за ним идут Facebook (43%), Netflix (23%) и Hulu (23%). Среди главных стимулов к просмотру видео называются: развлечения (63%), желание посмотреть забавное видео (51%), расслабление (44%) и желание быть в курсе последних событий (40%).

Что касается социальных сетей, то в западных странах Facebook (в нашей стране, пожалуй – Одноклассники) является

самой популярной социальной сетью. В социальных сетях бэби-бумеры и пожилые люди подписаны на определённые группы/организации (55%), постят/смотрят видео (40%), комментируют (26%) и присоединяются к различным группам (23%). Большинство бэби-бумеров (71%) и пожилых людей (59%) пользуются социальными сетями ежедневно.

Люди третьего возраста могут использовать Интернет-сервисы для получения оперативной и необходимой информации в области медицины, образования, трудовых ресурсов, культуры, окружающей среды и т. п. ИКТ дают им возможность получения широкого спектра социально-ориентированных и коммерческих услуг на базе почтового и телекоммуникационного обслуживания.

Далее отметим особенности и главные качества будущих пенсионеров – поколения X, которые целесообразно учитывать при обучении. Для них характерны постоянная готовность к переменам, изменениям, гибкость; стремление иметь возможность выбора; глобальная информированность, техническая грамотность, вера в технологичные знания; высокая работоспособность, выживание, прагматизм, стремление к достижению карьерных задач; стремление учиться в течение всей жизни; расчёт только на собственные силы, собственный опыт.

При обучении в НУА учитывается, что поколение X – это поколение высокой работоспособности и гибкости. Им приходилось адаптироваться к новым условиям, чтобы быть успешными. Главными качествами стали постоянная готовность к переменам, расчёт только на собственные силы, собственный опыт. Многие получали второе образование, меняли сферы деятельности, и до сих пор продолжают учиться. Исходя из этого, самый действенный инструмент их мотивации – это возможность постоянно получать новые знания, причём не только в своей сфере деятельности.

Поколение X – это поколение цифровой адаптации. Развитие информационных технологий совпало с подростковым возрастом указанного поколения. Освоение информационных технологий происходило в развлекательной форме (чаще всего в виде игры). Погружение такого человека в цифровую среду связано с проблемами непродолжительного первичного обучения и адаптации. Это

поколение стремится использовать новые технологии с определёнными функциональными ограничениями (например, только коммуникации и поиск информации). Они индивидуалисты и к чужой помощи прибегают крайне редко и неохотно. Нельзя с поколением X идти по накатанной методике – формировать учебную команду и заставлять работать в группе... Лучшая работа для него та, которая позволяет проявить заложенные в нем творческие способности, широту и нестандартность мышления.

Мы согласны с высказыванием Сергея Авдевина – автора проекта «Компьютерная академия для пенсионеров», что «без компьютера, в наше время, пенсионеру не прожить! Компьютер и Интернет – это жизненная необходимость для каждого пенсионера!» [8].

Учитывая вышесказанное, при составлении учебной программы «Школа 50+» в ХГУ «НУА» рассматривались информационно-коммуникационные технологии, необходимые пожилым людям:

- для активной деловой и личной переписки (вместо бумажных писем);
- для отправления копий документов в любую точку мира (вместо факса);
- для ведения блога, для печатания своих мемуаров (вместо печатной машинки);
- для чтения газет в электронном варианте (вместо подписки на газеты);
- для создания фотоальбома, обработки и печати фотографий (вместо фотолаборатории);
- для прослушивания музыкальных записей (вместо магнитофона);
- для многократного просмотра понравившихся фильмов (вместо видеомангитофона);
- для просмотра телевизионных передач (вместо телевизора);
- для просмотра online богослужения;
- для покупки и продажи товаров через Интернет;
- для оплаты коммунальных услуг через Интернет;
- для дополнительного заработка к пенсии с помощью Интернета (вместо работы сторожем);

- для увлекательных игр в минуты отдыха (вместо домино или карт во дворе);
- для более дешёвой связи с родственниками и друзьями за рубежом (вместо телефона).

Можно согласиться с утверждением руководителя управления социальной опеки в Латвии Гунарсом Арбидансом, что «компьютеры для сеньоров – как второе дыхание для жизни. Нужно непрерывно учиться, чтобы не пропадал интерес к жизни, и пользование новыми технологиями открывает для них ещё неизведанное поле. Они радуются, что помимо газет теперь они смогут читать новости и в Интернете, а самое большое счастье – это возможность в Интернете общаться с близкими людьми и знакомиться с новыми» [59].

При разработке учебной программы и методических материалов, ориентированных на людей поколения третьего возраста, в НУА учитывался опыт известных образовательных проектов обучения информационно-коммуникационным технологиям [43; 44; 59].

Эти проекты имеют целью повышение качества жизни одной из наиболее значимых для государства социальных групп населения – пенсионеров. Их задача устранить проблемы разрыва связи поколений и информационное расслоение общества; информационную, социальную изоляция и одиночество пожилых людей, неумение работать с современными средствами коммуникации (компьютером и Интернетом); преодоление стереотипа негативного отношения людей пожилого возраста к интернету и компьютеру.

Для этого к преподаванию привлекаются студенты-волонтеры в компьютерных классах для помощи пожилым людям, создаются условия для общения различных поколений на базе интернета; обеспечивают слушателям последующее общение в социальных сетях, блогах, форумах и т.д.; помогают преодолеть пожилым людям психологический барьер перед новыми технологиями.

Данные проекты осуществляются в больших городах и привлекают для этой цели технические и кадровые ресурсы школ, вузов, библиотек и др. В работе при формировании групп слушателей

компьютерных курсов используются два подхода. Согласно первому подходу, в группу набираются потенциальные трансляторы информационной культуры: учителя, журналисты, работники учреждений культуры и т.д. Согласно второму подходу, группа формируется из наименее социально защищённых категорий граждан, для которых доступ к традиционным формам образования затруднён: инвалиды, безработные, пенсионеры и т.д. «Обучение людей третьего возраста в библиотеках это не столько направление геронтообразования, сколько одно из направлений формирования информационной культуры населения всех возрастов» [43; 44].

Компьютерное образование развивается и на базе функционирующих образовательных учреждений для пожилых людей, а также вновь открывшихся, в которых уже предусмотрено такое направление обучения как основы компьютерных и интернет-технологий. Предлагаются курсы основ информатики или информационной культуры, программами которых предусмотрено не только углубление знаний в области ИКТ, но и «повышение уровня информационной культуры пожилых в целом, формирование мировоззрения человека информационного общества». Так же, как и в Народной украинской академии, слушатели обучаются «работе с информацией, ориентации в информационных потоках и информационных технологиях» [43]. Кроме основ компьютерной грамотности в Академии включён в программу курс обучения навыкам работы с мобильным телефоном, цифровым фотоаппаратом, видеокамерой, ознакомления слушателей с юридическими аспектами работы с информацией и др. Продолжительность такого обучения составляет от нескольких месяцев до года.

Примером образовательного проекта, который рекомендуется слушателям «Школы 50+» НУА, является социальная программа бесплатного обучения компьютерной грамотности людей пожилого возраста «Бабушка-онлайн» – «Дедушка-онлайн» [4, 28], которая решает проблему преодоления информационного расщепления общества путём массового вовлечения людей третьего возраста в освоение информационных технологий. По окончании курсов проводится контрольное тестирование, цель которого

убедиться в отсутствии пробелов в знаниях учеников, и при необходимости восполнить их. Критерием успешности обучения может быть регистрация на сайте, например, «Бабушка-онлайн» и появление своей странички у выпускника-пенсионера в социальной сети. «Мир изменился, и мы меняемся вместе с ним!» – таков общий девиз бабушек и дедушек, решивших освоить компьютер, чтобы вместе со своими детьми и внуками шагать в ногу со временем [1].

Проект «Школа 50+» в НУА придерживается идеи о том, что преодолеть информационное расслоение общества возможно путём массового вовлечения граждан третьего возраста в освоение информационных и коммуникационных технологий [24; 32]. Выпускники «Школы» получают начальные навыки пользования компьютером, умеют выходить в Интернет, общаться друг с другом и своими семьями в социальных сетях, совершать различные операции (от заказа билетов на поезд или самолёт до оплаты коммунальных платежей).

Реализация таких программ в НУА основана на принципах:

- массовости (охват всего населения, достигшего пенсионного возраста);
- доступность (бесплатное начальное обучение);
- непрерывность обучения (постепенное совершенствование навыков в режиме онлайн);
- обеспечение мотивации (возможность предоставления рабочих мест);
- участие власти, общества и бизнеса в реализации программы (в качестве доноров проектов);
- присутствие старшего поколения в Интернете (совместное обсуждение проблем, общение на социальных онлайн площадках);
- участие молодёжи в компьютерном обучении старшего поколения (занятия проводятся при помощи молодых волонтеров).

Надо отметить, что организаторы программ обучения людей третьего возраста могут ставить перед собой задачи на порядок больше: трудоустройство пенсионеров (в том числе с возможностью удалённой работы), поддержка граждан с ограниченными возможностями, развитие интеллектуального потенциала слуша-

телей, организация свободного времени и культурного досуга пожилых людей и т.д. Данные программы – открытый источник обретения новых жизненных идей, саморазвития, взаимного обогащения в процессе познания и обмена информацией.

Можно констатировать, что людям третьего возраста, полученные на занятиях знания, необходимы для выполнения ежедневных задач, многие из которых становятся непосильными в силу возраста и состояния здоровья. С помощью любого компьютера, выхода в Интернет и минимального набора знаний ИКТ пенсионер может записаться на приём в поликлинику, оставить заявку в каком-нибудь сервисе или службе, заказать книгу почтой или купить любой товар в интернет-магазине, а также обратиться за помощью к властным структурам, что не составит труда и не потребует дополнительных усилий.

Программы обучения людей третьего возраста в Народной украинской академии имеют определённые особенности. Понятно, что обучение ИКТ – важная часть современного образования. Информатика изучается в школе с младших классов, а в семье, домашней обстановке малыши практически с 3–4 лет соприкасаются с компьютером, просматривая мультфильмы или играя в компьютерные игры, наблюдая за работой старших братьев и сестёр или родителей.

Однако массовые программы, учебные и методические материалы ориентированы на молодое поколение, для которых цифровая среда стала «естественной средой обитания». Такие методики не подходят для обучения людей старшего поколения. При попытке самостоятельного освоения даже элементарных операций по работе на компьютере, пожилые люди сталкиваются с трудностями, так как литература и методические материалы, в основном, ориентированные на молодёжь. Поэтому особенно актуальной является разработка методических материалов для обучения компьютерной грамотности людей старшего поколения.

Преподаватели, которые занимаются знакомством старшего поколения с информационными технологиями, делятся своими впечатлениями: «если вы не видели, как человек за пятьдесят, никогда ранее не имевший дела с вычислительной техникой, на

неё реагирует, вам определённо стоит на это посмотреть. Хотя бы даже для того, чтобы понять, что интуитивность в нашем и его понимании – совершенно разные вещи. Всё то, что мы с вами, кажется, впитали с молоком матери, собственно мамам-папам незнакомо – потому что все эти годы они крутили газовые задвижки в котельных или чинили станки на заводах. Вас будут спрашивать о самых основах, самых смешных азах – и я даю руку на отсечение, каждый второй вопрос будет ставить вас в тупик. Сколько раз нужно кликнуть на том или ином элементе, и почему здесь нужно кликать правой кнопкой мыши, а там – левой? Почему на подчёркнутых словах можно и нужно кликать, а на надписи: «НАЖМИ МЕНЯ», кликать не стоит или нельзя? Логин, пароль – кто эти люди и почему их так много? Термины, приёмы, хитрости... Только сделав первые шаги в ИТ вместе со стариками, вы поймёте, какой в высшей степени нетривиальной теме взялись их обучать» [19].

Опыт НУА показывает, что пожилые люди вполне могут справиться с изучением даже сложных технологий, однако для этого необходим определённый подход, больше времени и методика, учитывающая возрастные особенности пожилых слушателей. Для увеличения эффективности в изучении людьми старшего поколения необходимо учитывать устоявшиеся ассоциации и привычки этих людей. Особенно важно, чтобы пожилые люди чувствовали себя комфортно в процессе обучения.

Например, терминология, привычная молодёжи в этой сфере, скорее всего, чужда начинающим пользователям старшего возраста. Они, как уже отмечалось, не поймут слов «кликнуть», «перетащить», «иконка» и т.д. Кроме того, простые операции, например, двойной щелчок мышкой или перетаскивание путём удержания нажатой клавиши мыши могут поначалу вызывать значительные трудности. Для усвоения той или иной операции пожилому человеку требуется гораздо больше времени и повторений. «Можно заставить ребёнка усваивать знания, которые возможно пригодятся в будущем. Но человек, у которого за плечами жизнь, абстрактные сведения отторгает прямо-таки органически. Пожалуй, ему можно втолковать устройство файловой

системы или общие принципы программирования, но для этого придётся разработать особую методику, объясняющую необходимость такой информации. Компьютер для него интересен исключительно как практический инструмент. Всё теоретическое интуитивно отбрасывается» [19]. Поэтому нужно сменить акцент, сосредоточившись на практически полезных вещах – но, что важно, не тупой дрессировке, а, чтобы пожилые люди понимали, что они делают и зачем.

В то же время следует попрощаться с наивной мечтой сделать из граждан третьего возраста «подобие юных айтишников и подарить им вторую профессию». ПК может открыть их скрытые таланты и интересы. Пожилой человек, который пишет стихи, может добиться определённого признания на литературном Интернет-ресурсе. Компьютер заменяет таким людям видеомэгафон и в значительной степени телевизор. Они периодически наслаждаются видом известных достопримечательностей и городов мира в реалистичных трёхмерных моделях, заходя, например, на Google Планета Земля (англ. Google Earth). Эта программа позволяет попасть в любую точку земного шара, не вставая с кресла. А ещё часто пенсионеры сидят в соцсетях, но самое главное – изживают (насаженное телевидением) «предубеждение к Сети как к сборищу бесполезных болтунов и дезинформаторов, и теперь могут «сёрфить» по новостям в поисках альтернативной точки зрения», кроме того они «штудируют обычную для их поколения медицинскую тему» [там же].

При обучении людей третьего возраста в НУА используются некоторые советы Брукс Доэрти по созданию более благоприятных условий для обучения взрослых учащихся, независимо от преподаваемого материала. Ниже приведены выдержки из данных советов, которые оказались в «Школе 50+» НУА весьма полезными при обучении ИКТ людей «третьего возраста» [54].

- *Относитесь к ним как к взрослым.* Они действительно извлекают выгоду из практических примеров, которые они могут использовать в «реальной жизни».

- *Имейте в виду, что их учебные навыки в классе могут быть «ржавые».* Некоторые взрослые учащиеся не были в классе

в течение более 30 лет, поэтому вам может понадобиться напомнить им основные правила. В то же время, убедить их, что, как преподаватель, вы не будете субъективно учитывать их жизненный опыт и перспективы, и что они будут оцениваться только за свою работу в учебной аудитории.

- *Между обучающимися может быть достаточно большой технологический разрыв.* Пятидесятилетние и шестидесятилетние студенты, как правило, не столь продвинуты в ИКТ. Однако некоторые из них могут работать как 30 и даже как 18-летние. Поэтому надо предварительно оценить уровень владения ИКТ каждого пожилого студента.

- *Занятия и мероприятия должны быть максимально эффективными.* Взрослые студенты имеют работу, иногда детей и тонны обязанностей, поэтому каждое занятие именно в классе должно быть заполнено информационно-полезной деятельностью.

- *Будьте изобретательны.* Создавайте уникальную атмосферу для каждой личности в классе, выбирайте мероприятия, которые занимают, и даже развлекают до некоторой степени. Поощряйте создание пар высоко мотивированных, более продвинутых студентов для наставничества менее квалифицированных. Эта стратегия «держит» заинтересованных студентов, мотивация и посещаемость занятий высокая.

Для увеличения мотивации взрослой аудитории обучающихся используются следующие рекомендации [55], которые являются актуальными при обучении разных поколений студентов.

- *Объединяйте учеников в группы близкого возраста и одинаковой учебной подготовки.* Делайте акцент на практических занятиях. Отлично, если полученные знания можно будет немедленно применить на практике! Студенты в возрасте гораздо вернее предпочитают практические навыки, чем разного рода отвлечённые теории и факты.

- *Будите в студентах исследовательскую жилку.* Известно, что у детей особенно развиты любопытство и жажда исследований. Однако и взрослым ученикам тоже приятно иногда побыть детьми и удовлетворить свой познавательный интерес. Дайте им такую возможность. Пусть в их распоряжении будут все виды

бесплатных ресурсов: учебные материалы, справки, графики, короткие видео, подкасты и прочее. Идеальная информационная среда вдохновляет на получение знаний.

- *Объедините учащихся с помощью социальной сети.* В ваших руках социальные сети – мощнейший рабочий инструмент. Он пригодится для совместной работы, обсуждения и обмена информацией. Социальные сети – это приятный обмен знаниями.

- *Вводите в обучение игровую нотку.* Придумайте игровые упражнения и тематические исследования, которые можно было бы выполнить разными способами. Пусть ваши студенты ищут и находят решения!

- *Дробите информацию.* Маленькие порции легче переваривать. Пусть студентам будет легко усвоить и запомнить информацию.

- *Показывайте учащимся перспективы их карьеры.* Расскажите, как с помощью новых знаний они смогут удовлетворить свои потребности. Пусть они будут лично заинтересованы в получении знаний!

- *Стимулируйте студентов.* Поощряйте их, когда они включают свой мозг. Пусть поломают голову над каким-нибудь интересным заданием.

- *Позвольте студентам учиться на своих ошибках.* Вот какой эксперимент провёл один онлайн-преподаватель. Он разделил своих студентов на две группы. Первая группа получала учебный материал в течение 4 лекций. Другая группа тот же самый материал получила в течение одной лекции, причём 3 раза проходила тест на усвоение нового. И что же? Вторая группа усвоила материал на 50% лучше. Мораль – не бойтесь, если первый или даже второй блин будет комом.

- *Позаботьтесь о визуальном эффекте.* Вы ведь в курсе, что 83% информации мы воспринимаем глазами?

- *Нуждайтесь в обратной связи.* Когда студент знает, что его мнение важно для преподавателя, он учится гораздо охотнее.

- *Демонстрируйте студентам преимущества, которые они получают, окончив учебный курс.* Этот пункт можно было поставить на первое место. Ведь иногда одного его достаточно, чтобы мотивировать студента на качественную учёбу.

Опыт НУА позволяет осознавать, что сегодня уже компьютер заменяется планшетом, мобильник уступает место смартфону и т.д., появляются новые гаджеты, новые приложения. А это означает, что обучение нужно продолжать. Как говорится «ни Android, ни iOS, ни мобильная Windows «с ходу» для старшего поколения не годятся». Кроме того, следует учесть в обучении, что любой пользователь, в том числе человек третьего возраста, должен, например, уметь контролировать трафик (безлимитный мобильный интернет всё ещё дорог), оценивать безопасность различных приложений, понять концепцию облачных сервисов, которые непрерывно развиваются и т. д.

Учебная программа по ИКТ для пожилых людей разделена на два этапа [55].

*1-й этап* рассчитан на тех пользователей, которые только впервые знакомятся с компьютером. В этом коротком курсе слушатели начинают с таких тем, как:

- устройство компьютера,
- методы запуска операционной системы и окончания работы,
- работа с клавиатурой и мышью,
- работа с текстовым редактором и с электронной почтой,
- сохранение информации на диск и её перенос с помощью флешки.

*2-й этап* подготовки ориентирован на слушателей, которые уже имеют некоторые навыки работы на компьютере, могут его включить, запустить нужное приложение или браузер. Здесь рассматриваются:

- приёмы работы в интернет и методы поиска информации,
- настройка Skype,
- использование социальных сетей для общения,
- обмен фото-, аудио- и видеоинформацией.

Для подготовки групп третьего возраста кафедрой ИТМ НУА разработан комплекс методических материалов, который включает программу обучения, методические указания, а также методические разработки на каждое занятие, включающие конкретные шаги для отработки практических навыков.

Занятия проходят в специально оборудованном компьютерном

классе, который насчитывает 18 рабочих мест, оснащённых необходимым программным обеспечением и имеющих свободный выход в Интернет. В классе также имеется проектор, который демонстрирует на большом экране все действия преподавателя на отдельном компьютере. Таким образом, обучающиеся могут видеть, какие команды необходимо выбрать, и какие диалоговые окна отображаются в результате, и им гораздо легче воспроизводить эти действия на своих рабочих местах. Известно, что наиболее эффективным методом освоения новых технологий является именно практическая работа на компьютерах. Так, результаты исследований, проведённых в США (National Training Laboratories in Bethel, Maine) в 80-х гг. прошлого века, показали, что у людей старшего поколения максимальный процент усвоения знания (75%) достигается именно при такой форме обучения как практические действия.

Преподавателями кафедры разработаны практические задания на каждое занятие. Таким образом, на занятиях слушатели получают задание в распечатанном виде, что для начинающих пользователей более удобно, чем электронные материалы. Если обучающийся не успел разобраться с каким-либо аспектом или недостаточно усвоил и запомнил определённые действия, он имеет возможность повторить это в домашних условиях, возможно уже при помощи детей или внуков.

Слушатели проявляют инициативу обучаться на собственных ноутбуках. Это также приветствуется преподавателем, так как привычка к определённому компьютеру, рабочему столу, расположению файлов, установленным программам – это важный аспект в обучении любого человека, а пожилого в особенности. При этом, конечно, на собственном компьютере слушателя должна быть установлена операционная система Windows, а также соответствующие версии изучаемых программ.

Хотя в группе каждый обучающийся имеет своё рабочее место, все же некоторые пожилые люди предпочитают работать в парах, что также приветствуется, так как при этом они могут помогать друг другу, объясняя что-либо, и в процессе этого понимать материал лучше. Присутствует также определённый соревновательный

аспект, ведь каждый хочет проявить себя не хуже других. Все это положительно сказывается на их успехах в обучении, а кроме того, такой тандем продолжает общение и сотрудничество вне аудиторной обстановки.

Опыт НУА показывает, что у людей старшего возраста возникает гораздо больше вопросов и затруднений в процессе обучения, чем у молодых студентов. Именно поэтому на занятиях организована помощь студентов-волонтеров, которые параллельно с объяснениями преподавателей помогают индивидуально в решении возникших проблем. Для такой помощи подбираются студенты старших курсов не только с хорошими навыками работы на компьютере, но также с определёнными чертами характера (выдержанные, доброжелательные, толерантные).

Следует заметить, что для решения задачи ликвидации компьютерной безграмотности людей третьего возраста и преодоления ими психологического барьера при использовании информационных технологий, в НУА учитываются и следующие рекомендации [13]:

- осуществление анализа широкого пласта веб-ресурсов, посвящённых пожилым, включая социальные сети, профессиональные блоги и общественные форумы интернет-порталов;
- развитие технологии сетевого взаимодействия через информационно-коммуникационные технологии и проведение мониторинга их эффективности;
- разработка комплексного методического обеспечения сетевой формы реализации образовательных программ в системе непрерывного образования;
- внедрение эффективной системы повышения квалификации преподавателей-тьюторов, работающих с пожилыми людьми.

В завершение можно отметить, что дальнейшее развитие образовательных проектов по повышению информационной культуры граждан третьего возраста остаётся важной и актуальной задачей как вузов, информационно-библиотечных центров, и «процесс обучения информатике в образовательных учреждениях для пожилых людей представляет значительный научный интерес, поскольку содержит ряд моментов, которые пока не проявляются

в ходе преподавания других дисциплин» [44]. Послевузовское образование, в том числе и обучение ИКТ людей третьего возраста, вероятнее всего, станет одним из самых быстрорастущих сегментов современной педагогики.

### **3.4. Обучение людей третьего возраста основам сохранения здоровья**

Сохранение здоровья людей старшего возраста – это необходимое условие их активной и плодотворной жизни. Проведение занятий с людьми третьего возраста осуществлялось в Народной украинской академии в период с 2009 по 2011 г.г. За этот период в «Школе 50+» среди слушателей были пожилые люди разных возрастных категорий, которых условно можно разделить на две группы: 55+ и 70+.

Приступая к обучению данной возрастной категории основам сохранения здоровья, специалисты кафедры физического воспитания и спорта Народной украинской академии разработали специальную программу, рассчитанную для людей третьего возраста. При этом учитывалось то, что пожилым людям не стоит резко менять свою жизнь и начинать делать упражнения, требующие сильной физической нагрузки. Но в то же время систематическая физическая нагрузка приводит к постепенному восстановлению утраченного здоровья и набору отличной физической формы.

Занятия по основам сохранения здоровья предполагают сочетание теоретических и практических занятий.

На теоретических занятиях акцент делается на понимание физиологических особенностей организма в этом возрасте, а также способов и методов продления активного периода жизни с помощью регулярных занятий физическими упражнениями.

Практическая составляющая, а именно занятия лечебной физкультурой, занимает около 50–60 % всего времени занятий, которые проводятся один-два раза в неделю. Практические занятия в зависимости от их содержания проводятся в гимнастическом или тренажерном залах, которые благоустроены и оснащены современным оборудованием. Приступающие к занятиям

в «Школе 50+» предварительно проходит врачебный осмотр, во время которого осуществляется измерение кровяного давления, делается кардиограмма, проводится собеседование. Каждый участник программы получает от врача рекомендации относительно вида и объема возможной физической нагрузки. Занятия с указанной возрастной категорией проходят, с учетом индивидуальных особенностей и пожеланий участников.

Физические упражнения для пожилых людей имеют свои характерные особенности. Очевидно, что в этом возрасте наступают изменения в работе сердца, системе дыхания, мышечном и связочном аппарате, нервной и всех других системах. Поэтому физкультура для пожилых людей должна быть более щадящая, полностью исключать возможность травм, должна учитывать скорость восстановления организма после нагрузок в этом возрасте. Разрабатывая комплекс упражнений для возрастных групп, преподаватели кафедры отдают предпочтение таким физическим упражнениям, которые предъявляют невысокие требования к организму и легко дозируются по нагрузке. Делается акцент на повышение общей выносливости, гибкости, координации движений, а развитие силы и скорости имеет намного меньшее значение.

При подборе физической нагрузки для людей пожилого возраста учитывается, что у данной категории слушателей снижен обмен веществ, замечается быстрая утомляемость; имеются изменения скелета, повышение тонуса и снижение силы мышц, нарушены осанка и походка из-за смещения центра тяжести; возможны нарушения мозгового кровообращения, проблемы с координацией движений и равновесием; снижена жизненная емкость легких, возможна дистрофия сердечной мышцы. Важным моментом является то, что у пожилых участников имеется ограничение движения глазных яблок (особенно вверх), им приходится поворачивать голову, и может закружиться голова.

Следует так же помнить и о возрастных изменениях психики. С возрастом усугубляются имевшиеся ранее недостатки характера. Появляется эмоциональная лабильность (плаксивость, капризность, ворчливость), появляется апатия, отсутствует желание заниматься физкультурой.

Специалисты, проводящие занятия по лечебной физкультуре, должны учитывать, что из-за постоянного ощущения усталости и недомоганий людям пожилого возраста может быть тяжело выполнять некоторые упражнения. И задача преподавателя объяснить необходимость хотя бы минимальной физической нагрузки, помочь преодолеть недомогание и, начав с самых простых упражнений, постепенно увеличивать двигательную активность участников. Правильно подобранные физические упражнения являются отличным средством профилактики расстройств пожилого организма, улучшают качество жизни при различных заболеваниях, повышают уверенность в себе и поднимает настроение. Научно доказано, что физкультура для пожилых людей, даже начатая впервые в преклонном возрасте, все равно помогает существенно снизить угрозу сердечно-сосудистых заболеваний, улучшает состояние иммунной системы.

Во время занятий по основам сохранения здоровья в «Школе 50+» пожилых слушателей знакомят со следующими аспектами здорового образа жизни в третьем возрасте:

– *Научные представления о возрастных изменениях в организме человека и его биологических возможностях.* Речь идет об определенных возрастных изменениях, происходящих в организме человека (снижение функциональной деятельности всех органов и систем; развитие атрофических процессов в мышцах; понижение реактивности нервной системы и возбудимости коры головного мозга; замедление ритма работы сердца, ослабление периферического кровообращения, понижение секреций желез пищеварительного тракта; развитие ограниченной подвижности в суставах; изменения в сердечно-сосудистой системе, приводящее к понижению работоспособности сердца; поражение склеротическим процессом сосудов, изменение кровяного давления и пр.) [36].

Слушателям предлагается оценить соответствие своего возраста и кровяного давления на основании данных, приведенных в табл. 3.4.1.

Последние данные о показаниях кровяного давления слушатели получают во время вводного медицинского осмотра перед началом программы. Цифры, выходящие за указанные

Таблица 3.4.1

**Возраст и нормальное кровяное давление**

Возраст, лет	Кровяное давление, мм рт. ст.	
	максимальное	минимальное
До 20	120	79
21 – 25	121	80
26 – 30	123	81
31 – 35	124	82
36 – 40	125	83
41 – 45	127	84
46 – 50	129	85
51 – 55	131	86
56 – 60	134	87

пределы, часто свидетельствуют о патологическом состоянии сосудов и всего организма.

Еще одним показателем, по которому оценивается состояние организма слушателей группы «Школы 50+» является частота сердечных сокращений. При этом преподавателем поясняется, что возрастной атеросклероз, увеличивая сопротивление току крови и изменяя периферическое кровообращение, оказывает влияние и на частоту пульса (табл. 3.4.2).

Таблица 3.4.2

**Частота пульса (число ударов в минуту)**

Возраст \ Пол	21– 27	28 – 34	35 – 42	43– 49	50 –56	57– 63	64 –70
Мужчины	74	70	68	70	67	68	70
Женщины	80	80	78	78	77	76	78

Как показали замеры указанных выше показателей, все описанные изменения в различных органах и системах у людей пожилого возраста протекают неодинаково. Степень проявления этих изменений также разная, а развитие тех или иных заболеваний необязательно.

В качестве итога полученным сведениям участников обучают экспресс-методу оценки уровня физического состояния организ-

ма [51]. Этот метод позволяет самостоятельно оценить физическое состояние человека в баллах и включает 7 показателей: характер трудовой деятельности; возраст; двигательная активность; масса тела; пульс в покое; артериальное давление; наличие жалоб на самочувствие и здоровье. После суммирования полученных баллов, уровень физического состояния (УФС) определялся по шкале:

<b>УФС</b>	<b>Оценка</b>
Низкий	45 баллов и менее
Средний	46–74
Высокий	75 и более.

– *Значение занятий физическими упражнениями в укреплении здоровья и продлении жизни.* Актуальность данного аспекта определяется тем, что в настоящее время более двух третей населения Украины не занимается физкультурой систематически [41]. Одной из многих причин, мешающих развитию физической активности людей пожилого возраста, является отсутствие знаний, умения и привычки заниматься. Обоснование положительного влияния физических упражнений на организм и их противодействия угасанию обмена веществ, последствий «мышечного голода» для здоровья человека является важным моментом в работе с данной категорией слушателей. Двигательная активность человека, средства физической культуры являются незаменимыми методами профилактики заболеваний и важнейшими факторами укрепления здоровья [25]. Слушателей знакомят с возможными последствиями постоянной двигательной активности на обменные процессы в организме: ассимиляции (образования, усвоения, восстановления) и диссимиляции (использования, выведения из организма, разрушения) различных веществ [35]. Делается акцент на такие проблемы как ожирение и функциональные нарушения как следствие недостатка движения. Преподавателем приводятся положительные примеры влияния дозированной, постоянно возрастающей в объеме физической нагрузки на самочувствие, сон, память и работоспособность. Подчеркиваются негативные последствия недостаточной физической нагрузки на сердце человека, возможность возникновения инфаркта миокарда нетренирован-

ного сердца при эмоциональных и других функциональных нагрузках.

Важной задачей обучения является практический блок, который проходит в спортивных залах, где слушателей знакомят с возможными вариантами гимнастики с учетом особенностей и заболеваний каждого участника. Занимающимся предлагается выполнить определенные упражнения в положении стоя, сидя на полу и лежа на спине. Исключаются упражнения с резкими поворотами и наклонами. Движения должны быть плавные, темп медленный. Обязательно в комплекс включаются упражнения на равновесие и вестибулярные функции.

– *Последствия гиподинамии.* Данному аспекту посвящается отдельное занятие, на котором приводятся данные о влиянии малоподвижного образа жизни на организм человека, следствием которого являются вначале нерезкие функциональные расстройства, затем стойкие болезненные проявления.

Последствиями гиподинамии считаются ослабление внимания и памяти, возникновение сонливости, вялости, бессонницы, снижение общей психической активности, упадок настроения, раздражительность, ухудшение аппетита, нарушение координации движений, появление сутулости, болезней позвоночника, хронического колита, геморроя, снижение тонуса мышц и сосудов [33]. Гиподинамия признается важной причиной преждевременной старости, а утрата силы мышц – главная причиной увядания организма.

Понятие **«саркопении»** как возрастного атрофического дегенеративного изменения скелетной мускулатуры, приводящее к постепенной потере мышечной массы и силы. По данным американского центра контроля заболеваемости (Center for Disease Control and Prevention, CDC) саркопения признана одним из пяти основных факторов риска заболеваемости и смертности у лиц старше 65 лет [34].

Поддержание мышечной массы, силы и качества мышц – прямая задача медицины антистарения, которая называется *реювенология*.

В практическом блоке слушателей знакомят с физическими

упражнениями как средством активного отдыха и восстановления тонуса нервной системы, устранения утомления. Участникам предлагается выполнить специальные упражнения для суставов, например, с набивным мячом или гимнастической палкой.

Важная задача преподавателя учитывать принцип сбалансированности нагрузок. Это, прежде всего, подбор таких упражнений, которые будут помогать оптимизировать весь процесс тренировок и помогут избежать травм во время тренировок. Для пожилых людей это особенно актуально. Примерно 20% людей пожилого возраста (от 60 лет) получают травмы. И зачастую снижение физической активности пожилых людей можно объяснить тем, что они постоянно боятся получить травму. Постепенно появляются стереотипы, вызванные не только этой боязнью, но и тем, что в организме пожилого человека начинают происходить различные необратимые биологические и физиологические изменения, он находится под влиянием неблагоприятных экологических факторов. Многие думают, что выхода нет, но на самом деле всего этого можно избежать, если дозировано, правильно и сбалансировано применять физические упражнения, среди них самыми эффективными считаются кардионагрузки и силовой тренинг.

Поэтому гимнастика для пожилых людей в «Школе 50+» разрабатывается не только с учетом личных предпочтений, но и полностью исключает возможные травмы, учитывает особенности восстановительных процессов в организме пожилого человека

*– Изменения в организме человека под влиянием физических упражнений.*

Речь идет о стимулирующем и тонизирующем воздействии физических упражнений на функции центральной нервной системы, на функциональную активность всех органов и систем; предупреждении укорачивания связок, сморщивания суставной сумки, отложения солей, образования тугоподвижности в суставах в среднем, пожилом и старших возрастах. Данные вопросы освещаются в теоретическом блоке занятий с людьми пожилого возраста [35]. Преподаватель рассказывает об отличии тренированных и нетренированных мышц по количеству капилляров; взаимосвязи физи-

ческих упражнений и нормальной работоспособности сердца; потенциальных возможностях, заложенных в мышце тренированного сердца. Приводятся примеры систематических физических упражнений как одним из наиболее эффективных средств в профилактике и лечении гипертонической болезни, предупреждении таких заболеваний, как бронхиальная астма, эмфизема, хроническая ангина, функциональные и органические заболевания сердца.

Разрабатывая комплексные упражнения при занятиях физкультурой для пожилых людей, отдается предпочтение физическим упражнениям с невысокими требованиями к организму человека, кроме того, такие упражнения легко дозируются с учетом нагрузок.

– *Основы рационального питания в пожилом возрасте*, является важной составляющей здорового образа жизни пожилых людей. Специалист излагает требования к питанию людей третьего возраста, необходимость сбалансированности пищевых рационов и энергетических трат организма в старости. Слушателям предлагаются принципы подбора оптимального режима питания.

Рациональное питание в старости, носящее название геродиетика, – важный фактор профилактики патологических наслоений на физиологически закономерное старение. Оно также является важной составляющей (вместе с разумной физической нагрузкой) здоровой и активной старости.

В качестве практической части данного аспекта участников обучают комплексу упражнений при начальных формах атонии кишечника и склонности к запорам.

– Неотъемлемой частью занятий физической культурой людьми пожилого возраста является *обучение самоконтролю во время занятий физическими упражнениями*. Оценивается влияние физических упражнений на организм. Самоконтроль проводится по субъективным и объективным показателям. Самоконтроль основывается на субъективной оценке самочувствия, сна аппетита, пульса, веса, дыхания. Применяются объективные и субъективные методы самоконтроля. К субъективным методам самоконтроля относят: самонаблюдение и оценку общего самочувствия, сна, физической и умственной работоспособности, настроения, а также

общую оценку состояния опорно-двигательного аппарата и мышечной системы.

В качестве объективных методов самоконтроля используют наиболее доступные: наблюдение за частотой сердечных сокращений и артериальным давлением, измерение массы тела, показателем уровня развития физических качеств.

По результатам обучения основам здорового образа жизни слушателей программ для людей третьего возраста в Народной украинской академии проводилось анкетирование участников «Школы 50+». Все без исключения отмечали положительный эффект от занятий физической культурой, повышение общего жизненного тонуса и улучшение самочувствия.

В дальнейшем для людей пожилого возраста в программу могут быть включены следующие виды занятий, как скандинавская ходьба, калланетика, настольный теннис и др.

Основной социальной функцией физического воспитания людей в возрасте 55 лет и старше становится оздоровительная. Основные задачи использования средств физической культуры в пожилом и старшем возрасте заключаются в том, чтобы:

1) содействовать творческому долголетию, сохранению или восстановлению здоровья: уменьшению возрастных изменений, сохранению работоспособности;

2) приостановить регресс жизненно важных двигательных умений и навыков, восстановить их (если они утрачены), сформировать необходимые;

3) пополнить и углубить знания, нужные для самостоятельного применения средств физического воспитания.

### **Список литературы**

1. Авдеева С. В полку «Бабушка-онлайн, дедушка-онлайн» пополнение. [Электронный ресурс] / Светлана Авдеева // Тверьлайф. – 2016. – 11 ноября. – Режим доступа: <https://tverlife.ru/news/v-polku-babushka-onlayn-dedushka-onlayn-popolnenie.html> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

2. Авдвинин С. Виртуальная компьютерная академия для пенсионеров [Электронный ресурс] / Сергей Авдвинин // Виртуальная компьютерная Академия : сайт. – Электрон. данные и прогр. – 2007–

2017. – Режим доступа: <http://www.pc-pensioneru.ru/> (дата обращения 23.01.2018).

3. «Активная жизнь в третьем возрасте»: [проект для людей третьего возраста] [Электронный ресурс] // Харьк. гуманитар. ун-т «Нар. укр. акад.»: сайт. – Режим доступа: <http://www.nua.kharkov.ua/index.php/2011-04-11-17-47-05/2011-07-27-14-10-37/2011-07-28-13-32-41/-l50r-lr/2016-02-16-09-14> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

4. Бабушка и дедушка онлайн [Электронный ресурс] // Википедия – свободная энциклопедия. – Режим доступа: <http://qoo.by/3iTv> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

5. Барашев К. С. Информационные технологии для старшего поколения / К. С. Барашев // Экспертные оценки элементов учебного процесса : программа и материалы XVI межвуз. науч.-практ. конф., Харьков, 26 ноября 2014 г. / Нар. укр. акад., каф. информ. технологий и математики. – Харьков, 2014. – С. 13–15. – Электрон. версия печ. публ.: режим доступа: <http://dspace.nua.kharkov.ua/jspui/handle/123456789/1043> (дата обращения 18.01.2018).

6. Безрукова В.С. Основы духовной культуры (Энциклопедический словарь педагога) / Безрукова В. С. – Екатеринбург : ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2000. – 937 с.

7. Бухарцева Н. Г. Образование как средство самореализации личности в условиях глобализации / Н. Г. Бухарцева // Пед. образование в России. – 2011. – № 4. – С. 8–33.

8. Василюк Ф. Е. *Психология переживания* (анализ преодоления критических ситуаций) / Василюк Ф. В. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.

9. Виханский О. С. Менеджмент : учеб. / О. С. Виханский, А. И. Наумов. – 4-е изд., перераб. и доп. – М. : Экономистъ, 2006. – 670 с.

10. Войно-Данчишина О. Л. Особенности образования людей третьего возраста (опыт Народной украинской академии) / О. Л. Войно-Данчишина // Вчені зап. Харків. гуманітар. ун-ту «Нар. укр. акад.» – Харків, 2017. – Т. 23. – С. 72–78. – Электрон. версия печ. публ.: режим доступа: <http://dspace.nua.kharkov.ua/jspui/handle/123456789/1751> (дата обращения 23.01.2018).

11. Всемирный доклад о старении и здоровье [Электронный ресурс] // Всемирная организация здравоохранения : [официальный сайт]. – Режим доступа: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186463/10/9789244565049\\_gus.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186463/10/9789244565049_gus.pdf?ua=1) (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

12. Вузовская кафедра. Особенности функционирования в условиях

модернизации образования [Электронный ресурс] : монография / Нар. укр. акад. ; под общ. ред. Е. В. Астаховой. – Харьков : Изд-во НУА, 2015. – 180 с. – Электрон. версия печ. публ.: режим доступа: <http://dspace.nua.kharkov.ua/jspui/handle/123456789/505> (дата обращения 23.01.2018).

13. Гамбургская декларация об обучении взрослых [Электронный ресурс] : принята пятой Междунар. конференцией по образованию взрослых, Гамбург, Германия, 14–18 июля 1997 года // Организация объединенных наций : [сайт]. – Режим доступа: [http://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/declarations/hamburg\\_decl.shtml](http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/declarations/hamburg_decl.shtml) (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

14. Глоссарий современного образования / Нар. укр. акад. ; под общ. ред. Е. Ю. Усик ; [сост.: Астахова В. И., Кирвас В. А. и др.]. – Харьков : Изд-во НУА, 2007. – 524 с. – Электрон. версия печ. публ.: режим доступа: <http://dspace.nua.kharkov.ua/jspui/handle/123456789/472> (дата обращения 23.01.2018).

15. Гриншкун В. Интернет-образование будет прирастать за счёт пенсионеров. [Электронный ресурс] / Гриншкун В., Краснова Г. – Режим доступа: [http://www.ng.ru/education/2017-04-20/8\\_6978\\_internet.html](http://www.ng.ru/education/2017-04-20/8_6978_internet.html) (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

16. Джонсон В. 52 понедельника: Как за год добиться любых целей / Вик Джонсон. – М. : Альпина Паблишер, 2013 – 218 с.

17. Диалог поколений : воспоминания ветеранов, запись студентами Харьк. гуманитар. ун-та «Нар. укр. акад.» / [Нар. укр. акад. ; ред. Е. В. Астахова ; кураторы проекта Яна Гупалова, Алина Куфлиевская, Юлия Пелехатая]. – Харьков : Изд-во НУА, 2011. – 119 с.

18. Екшикеев Т. К. Стейкхолдеры рынка образовательных услуг [Электронный ресурс] / Екшикеев Т. К. // Сибирский торгово-экономический журнал. – 2009. – № 9. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/steykholdery-gynka-obrazovatelnyh-uslug> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

19. Жить и учиться ради благополучного будущего: важность образования взрослых. [Электронный ресурс] // Междунар. конф. по образованию взрослых, 2009, Бразилия, Белен. – Режим доступа: [http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/INSTITUTES/UII/confintea/pdf/working\\_documents/confinteavi\\_annotated\\_agenda\\_ru.pdf](http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/INSTITUTES/UII/confintea/pdf/working_documents/confinteavi_annotated_agenda_ru.pdf) (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

20. Золотов Е. Эти научат! Бабушки онлайн, или Как Президент пенсионеров компьютерной грамоте учил [Электронный ресурс] / Евгений Золотов // Компьютера-Онлайн. – 2013. – 12 апр. – Режим

доступа: <http://www.computerra.ru/63926/babushka-online/> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

21. Зубцов Ю. Колумбы третьего возраста [Электронный ресурс] / Юрий Зубцов // Psychologies, Hearst Shkulev Publishing LLC. – 2006–2018. – Режим доступа: <http://www.psychologies.ru/self-knowledge/individuality/kolumbyi-tretego-vozrasta/> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

22. Зыскина М. А. Геронтообразование как фактор самореализации лиц пожилого возраста / М. А. Зыскина // Пед. образование в России. – 2013. – № 2. – С. 36–40.

23. Кирвас В. А. Учёт особенностей поколений при обеспечении непрерывного образования // Приоритеты развития современного образования: теория, методология, практика : материалы междунар. науч.-прак. конф., Харьков. 17-18 февр. 2014 г. / Харьк. гуманитар. ун-т «Нар.укр. акад.» [и др.]. – Харьков, 2014. – Ч. 1. – С. 256–268. – Электрон. версия печ. публ.: режим доступа: <http://dspace.nua.kharkov.ua/jspui/handle/123456789/488> (дата обращения 18.01.2018).

24. Косова Л. Б. Третий возраст: социальное самочувствие [Электронный ресурс] / Лариса Колосова // Демоскоп weekly. – 2015. – № 667–668. – Режим доступа: <http://demoscope.ru/weekly/2015/0667/demoscore667.pdf> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

25. Компьютерные уроки для пожилых людей. Простые компьютерные уроки для пожилых. Основы компьютерной грамотности [Электронный ресурс] // Петербургская пенсионерка : информ.-познавательный журнал. – Режим доступа: [http://pensionerka.spb.ru/kompyuternye\\_uroki/kompyuternye\\_uroki.shtml](http://pensionerka.spb.ru/kompyuternye_uroki/kompyuternye_uroki.shtml) (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

26. Котко Д. Н. К вопросу о занятиях физическими упражнениями людей пожилого возраста / Д. Н. Котко // Фізичне виховання, спорт та здоров'я у сучасному суспільстві : зб. матеріалів II Всеукраїнської наук.-метод. конференції, 13 березня 2014 р. / Харків. нац. автомоб.-дорож. ун-т. – Харків, 2014. – С. 188–190.

27. Кошарная Г. Б. Особенности обучения пожилых людей / Кошарная Г. Б., Щанина Е. В [Электронный ресурс] // Siberleninka. – 2013. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-obucheniya-rozhilyh-lyudey> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

28. Крысько В. Г. Социальная психология : курс лекций / В. Г. Крысько. – Изд. 3-е. – М. : Омега-Л, 2006. – 352 с.

29. Курсы для людей пожилого возраста [Электронный ресурс] / Пресс-служба администрации города Иркутска // Официальный портал города Иркутска. – 2014. – 20 янв. – Режим доступа: <http://admirk.ru/>

Pages/Kursy-dlya-lyudei-pojilogo-vozrasta-administraciya-goroda-Irkutskaprovodit-besplatno.aspx (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

30. Лазуткина Е. Образование пожилых людей как путь нормализации межпоколенческих отношений в современном обществе [Электронный ресурс] / Екатерина Лазуткина. – Режим доступа: [http://www.ruskiimir.ru/ruskiimir/ru/derzhava/ed\\_awards/awards0003.html](http://www.ruskiimir.ru/ruskiimir/ru/derzhava/ed_awards/awards0003.html) (дата обращения: 20.12.2017). – Загл. с экрана.

31. Массовое бесплатное обучение компьютерной грамотности и ИКТ людей пожилого возраста. [Электронный ресурс] // НКО: законы развития : [сайт]. – 2011. – 7 июля. – Режим доступа: <https://nkozakon.ru/best-practices/massovoe-besplatnoe-obuchenie-komp-yuternoj-gramotnosti-i-ikt-lyudej-pozhilogo-vozrasta/> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

32. Метчик О. П. Аналіз сучасного стану фізичного виховання дорослого населення України / О. П. Метчик // Молодіжний науковий вісник : зб. наук. пр. [Волин. нац. ун-т ім. Л. Українки]. Фізичне виховання і спорт. – Луцьк, 2007. – С. 27–30.

33. Мурадова О. Владимир Яковлев: «Старость может стать счастливейшим временем нашей жизни» [Электронный ресурс] / Ольга Мурадова // Psychologies, Hearst Shkulev Publishing LLC. – 2006–2018. – Режим доступа: <http://www.psychologies.ru/self-knowledge/individuality/vladimir-yakovlev-starost-mojet-stat-schastliveyshim-vremenem-nashey-jizni/> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

34. Онопрієнко О. М. Організація фізичного виховання дорослого населення / О. М. Онопрієнко, О. В. Онопрієнко, В. В. Курінна ; Сум. держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. – Суми, 2016. – С. 111–114.

35. Панина Т. С. Использование информационно-коммуникационных технологий в непрерывном обучении людей «третьего возраста» / Т. С. Панина, Н. В. Павельева // Профессиональное образование в России и за рубежом. – 2014. – № 3 (15). – С. 50–54.

36. Патина В. Наука и жизнь, IT-бабушки, IT-дедушки [Электронный ресурс] / Виктория Патина // Наука и жизнь. – 2012. – 06 дек. – Режим доступа: [http://www.nkj.ru/news/21431/?sphrase\\_id=92254](http://www.nkj.ru/news/21431/?sphrase_id=92254) (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

37. Паффенбергер Р. Влияние двигательной активности на состояние здоровья и продолжительность жизни / Р. Паффенбергер // Наука в олимпийском спорте, спец. выпуск «Спорт для всех». – Киев. – 2000. – С. 7–24.

38. Петровский А. В. Социальная психология коллектива / А. В. Петровский, В. В. Шпалинский. – М. : Педагогика, 1978. – 291 с.

39. Понятие «Обучение взрослых людей» [Электронный ресурс] // Университет третьего возраста : [сайт]. – Режим доступа: <http://u3a.ifmo.ru/lekcziya-1.-ponyatie-%C2%ABobuchenie-vzroslyix-lyudej.html> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

40. Программы для людей третьего возраста в Народной украинской академии. Отзывы выпускников [Электронный ресурс] // Харьк. гуманитар. ун-т «Нар. укр. акад.» : сайт. – Режим доступа: <http://www.nua.kharkov.ua/index.php/2011-04-11-17-47-05/2011-07-27-14-10-37/2011-07-28-13-32-41/-l50r-lr/2011-07-28-14-14-29> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

41. Руководство по социальной ответственности [Электронный ресурс] : [международный стандарт]. – Режим доступа: [http://www.nornik.ru/\\_upload/editor\\_files/file1756.pdf](http://www.nornik.ru/_upload/editor_files/file1756.pdf) (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

42. Роботова А. С. Люди третьего возраста как субъекты непрерывного образования: методология и основные направления изучения [Электронный ресурс] / Алевтина Сергеевна Роботова // Непрерывное образование: 21 век : научный электрон. журнал. – 2014. – Вып. 4(8). – Режим доступа: <http://i1121.petsu.ru/journal/article.php?id=2643> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

43. Рубин Г. Проект Счастье. Мечты. План. Новая жизнь / Г. Рубин. – М. : Эксмо, 2014 – 450 с.

44. Смирнова И. П. ИКТ для людей старшего возраста: опыт обучения [Электронный ресурс] : реферат [на разд. кн.] : Сорокин Г. Г. Обучение информационно-коммуникационным технологиям в образовательных проектах, ориентированных на третий возраст / Г. Г. Сорокин // Сорокин Г. Г. Образование пожилых граждан в условиях демографического старения : [моногр.] / Г. Г. Сорокин. – Тюмень : ТюмГНГУ, 2010. – URL: [http://infoculture.rsl.ru/NIKLib/althome/news/dek/r\\_dek-s8.htm](http://infoculture.rsl.ru/NIKLib/althome/news/dek/r_dek-s8.htm) (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

45. Сорокин Г. Г. Образование пожилых граждан в как ответ на актуальные вызовы современности [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.unn.ru/pages/e-library/vestnik\\_soc/99990201\\_West\\_soc\\_2011\\_3\(23\)/6.pdf](http://www.unn.ru/pages/e-library/vestnik_soc/99990201_West_soc_2011_3(23)/6.pdf) (дата обращения 25.01.2018). – Загл. с экрана.

46. Стандарт взаимодействия с заинтересованными сторонами [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.urbaneeconomics.ru/sites/default/files/2526\\_import.pdf](http://www.urbaneeconomics.ru/sites/default/files/2526_import.pdf) (дата обращения 24.01.2018). – Загл. с экрана.

47. Старение в XXI веке: триумф и вызов [Электронный ресурс] // Фонд ООН в области народонаселения. – Лондон, 2012. – Режим доступа: <https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Ageing%20Report%20Executive%20Summary%20RUSSIAN%20Final%20low%20resolution.pdf> (дата обращения 24.01.2018). – Загл. с экрана.

48. «Уважение и забота»: проект для людей третьего возраста [Электронный ресурс] // Харьк. гуманитар. ун-т «Нар. укр. акад.» : сайт. – Режим доступа: <http://www.nua.kharkov.ua/index.php/2011-04-11-17-47-05/2011-07-27-14-10-37/2011-07-28-13-32-41/-150r-lr/-l-r> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

49. Франкл В. Человек в поисках смысла / Франкл В. – М. : Изд-во Биг-Пресс, 2012. – 204 с.

50. Шамис Е. Как бэби-бумеры меняют мировые рынки [Электронный ресурс] / Евгения Шамис // Теория поколения в России. – 2013. – 07 дек. – Режим доступа: <https://rugenations.su/2013/07/12/как-бэби-бумеры-меняют-мировые-рынки-2/> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

51. Шамис Е. Теория поколений [Электронный ресурс] / Евгения Шамис, Алексей Антипов. – Режим доступа: <http://www.adme.ru/research/teoriya-pokolenij-z-90023> (дата обращения: 10.01.2018). – Загл. с экрана.

52. Школа 50+ : метод. рек. для слушателей обучающихся в школе «50+» для людей третьего возраста / Нар. укр. акад. , [факультет последипломного образования ; сост.: О. Л. Войно-Данчишина, И. В. Головнева, М. А. Красуля, К. С. Барышев, П. В. Нестеренко]. – Харьков : Изд-во НУА, 2010. – 36 с.

53. «Школа 50+» (обучение людей третьего возраста) [Электронный ресурс]. // Харьк. гуманитар. ун-т «Нар. укр. акад.» : сайт. – Режим доступа:– Режим доступа: <http://www.nua.kharkov.ua/index.php/2011-04-11-17-47-05/2011-07-27-14-10-37/2011-07-28-13-32-41/-150r-lr/2011-07-28-14-12-43> (дата обращения 18.01.2018). – Загл. с экрана.

54. Ayaz Nanji. How Baby Boomers Use the Web, Social Networks, and Mobile. [Electronic resource]. – Mode of access: <http://www.marketingprofs.com/charts/2013/11209/how-baby-boomers-use-the-web-social-networks-and-mobile> (access date: 12.01.2018). – Title on screen.

55. Brooks D. Tips for Teaching Adult Students [Electronic resource] / Doherty Brooks // Faculty Focus. – 2012. – 25 January. – Mode of access: <http://www.facultyfocus.com/articles/effective-teaching-strategies/tips-for-teaching-adult-students/> (access date: 18.01.2018). – Title on screen.

56. Zerzan R. How Has the World Changed in the Last 20 Years? = Как изменился мир за последние 20 лет? [Electronic resource] / Rebecca Zerzan

// United Nations Population Fund. – Mode of access: <http://www.unfpa.org/news/how-has-world-changed-last-20-years> (access date 18.04.2017). – Title on screen.

57. Lattelecom pasniedz Valsts prezidentam pirmo dbvanu Latvijas simtgad3 // [Electronic resource] // Lattelecom. – Mode of access:: <http://www.piesledzieslatvija.lv/ru/novinki-podklyuchaisya-latviya!/10265/> (access date: 15.01.2018). – Title on screen.

58. McCrindle M. The ABC of XYZ: Understanding the Global Generations [Electronic resource] / Mark McCrindle. – UNSW Press, 2010. – 208 p.– Mode of access:: [www.un.org/ru/ecosoc/unfpa/](http://www.un.org/ru/ecosoc/unfpa/) (access date: 15.01.2018). – Title on screen.

59. Pappas Ch. 17 Tips To Motivate Adult Learners [Electronic resource] / Christoforos Pappas // eLearning Industry. – 2013. – 26 April. – Mode of access:: <https://elearningindustry.com/17-tips-to-motivate-adult-learners> (access date 18.01.2018). – Title on screen.

**МІНІСТЕРСТВО СОЦІАЛЬНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ**  
**НАКАЗ**

від 25 серпня 2011 року № 326

**Про впровадження соціально-педагогічної послуги**  
**“Університет третього віку”**

З метою надання методичної допомоги органам праці та соціального захисту населення обласних, районних, районних у містах адміністрацій, виконавчих комітетів міських рад відповідно до Закону України “Про соціальні послуги”, Плану дій з реалізації Концепції реформування системи соціальних послуг на період до 2012 року, затвердженого розпорядженням Кабінету Міністрів України від 30.07.2008 № 1052-р, постанови Кабінету Міністрів України від 29.12.2009 № 1417 “Деякі питання діяльності територіальних центрів соціального обслуговування (надання соціальних послуг)” **наказую:**

1. Затвердити Методичні рекомендації щодо організації соціально-педагогічної послуги “Університет третього віку” у територіальному центрі соціального обслуговування (надання соціальних послуг), що додаються:

2. Департаменту соціальних послуг (Гарабукіна І. І.):

2.1. Наказ довести до Міністерства соціальної політики Автономної Республіки Крим, головних управлінь праці та соціального захисту населення обласних, Київської міської, Управління праці та соціального захисту населення Севастопольської міської державних адміністрацій, органів місцевого самоврядування.

2.2. Здійснювати методичне керівництво впровадження соціально-педагогічної послуги “Університет третього віку”.

2.3. Узагальнити інформацію щодо впровадження надання соціально-педагогічної послуги “Університет третього віку” до 1 листопада 2011 року.

3. Міністерству соціальної політики Автономної Республіки Крим, головним управлінням праці та соціального захисту населення обласних, Київської міської, Управлінню праці та соціального захисту населення Севастопольської міської державних адміністрацій:

3.1. Забезпечити:

впровадження соціально-педагогічної послуги “Університет

третього віку” у територіальних центрах соціального обслуговування (надання соціальних послуг);

надання методичної допомоги у підготовці навчальних програм для надання соціально-педагогічної послуги “Університет третього віку”;

участь фахівців-викладачів у навчальному процесі “Університет третього віку” відповідно до навчальної програми;

подання узагальненої інформації щодо організації соціально-педагогічної послуги “Університет третього віку” територіальними центрами соціального обслуговування (надання соціальних послуг) до 15 жовтня 2011 року.

3.2. Щорічно до 1 червня наступного за звітним року забезпечувати збір та подання узагальненої інформації Мінсоцполітики України щодо надання соціально-педагогічної послуги “Університет третього віку” протягом навчального року.

4. Контроль за виконанням цього наказу покласти на заступника Міністра Л. Дроздову.

**Вице-прем’єр-міністр України**

**-Міністр**

**С. Тігіпко**

**ПОГОДЖЕНО:**

**Т. в. о. Міністра освіти і науки,**

**П. Куліков**

**молодіга спорту України**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Наказ Міністерства соціальної політики України

25.08.2011 № 326

**Методичні рекомендації  
щодо організації соціально-педагогічної послуги “Університет  
третього віку” у територіальному центрі соціального  
обслуговування (надання соціальних послуг)**

**Вступ**

В Україні навчання людей похилого віку є інноваційним проектом, що має на меті впровадження та практичну реалізацію принципу навчання впродовж всього життя. Люди старшого віку – це ті, хто готується до виходу на пенсію або вже має статус пенсіонера. Відповідно до меморандуму безперервної освіти Європейського Союзу

освітні системи повинні вміти гнучко адаптуватися до сучасних умов. Сьогодні концепція навчання впродовж всього життя прийнята і здійснюється в більшості розвинутих країн світу.

Це особливо важливо для вирішення проблем людей старшого віку, покращення якості їх життя, збереження та формування їх активної життєвої позиції. Тому в “Університетах третього віку” необхідно показати переваги, задоволення, користь і нові горизонти, що відкриваються завдяки безперервному навчанню. При цьому роль викладача носить специфічний характер, оскільки він виступає більше консультантом, наставником, посередником і організатором.

### **1. Загальні положення**

1.1. Надання соціально-педагогічної послуги “Університет третього віку” (далі – послуга) забезпечується структурним підрозділом територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) (далі – територіальний центр).

1.2. Послуга надається за наявності не менше 30 слухачів старшого віку.

1.3. У своїй діяльності персонал керується рішеннями та наказами Міністерства соціальної політики України, Міністерства соціальної політики Автономної Республіки Крим, головного управління праці та соціального захисту населення, відповідної обласної, Київської міської, Управління праці та соціального захисту населення Севастопольської міської, районної, районної у містах державних адміністрацій, керівництва територіального центру.

1.4. Метою надання послуги є реалізація принципу навчання людей старшого віку впродовж всього життя та підтримка фізичних, психологічних та соціальних здібностей.

1.5. Слухачами курсу можуть бути люди похилого віку, що мають освіту будь-якого рівня, та зацікавлені брати участь в освітніх програмах.

### **2. Основні завдання**

2.1. Основними завданнями надання послуги є організація та проведення безкоштовного навчання та освітніх заходів для людей похилого віку згідно із затвердженими директором територіального центру програмами та планами організації послуги.

2.2. Надання послуги має забезпечити:

- створення умов та сприяння всебічному розвитку людей похилого віку;

- реінтеграцію людей похилого віку в активне життя суспільства;
- надання допомоги людям похилого віку в адаптації до сучасних умов життя шляхом оволодіння новими знаннями, зокрема щодо:

- процесу старіння та його особливостей;
- сучасних методів збереження здоров'я;
- набуття навичок самопомоги;
- формування принципів здорового способу життя;
- основ законодавства стосовно людей похилого віку та його застосування на практиці;
- формування та розвитку навичок використання новітніх технологій, насамперед інформаційних та комунікаційних;
- потенціалу та можливостей волонтерської роботи;
- підвищення якості життя людей похилого віку, завдяки забезпеченню доступу до сучасних технологій та адаптації до технологічних перетворень;
- формування практичних умінь і навичок;
- можливість для розширення кола спілкування та обміну досвідом.

2.3. Сприяння спільно з державною службою зайнятості у подальшому працевлаштуванні слухачів (за їх бажанням).

### **3. Порядок організації навчання**

3.1. Під час організації надання послуги в залежності від потреби слухачів утворюються відповідні факультети:

- літературний;
- мистецький;
- комунікаційних та інформаційних технологій;
- основ медицини, здорового способу життя;
- іноземних мов;
- інші.

До організації навчання людей похилого віку можуть бути залучені фахівці місцевих органів влади (за їх згодою), місцевих управлінь праці та соціального захисту населення, охорони здоров'я, юстиції, Пенсійного фонду України, служби зайнятості, територіального центру.

Навчання в “Університетах третього віку” здійснюється як викладачами, так і волонтерами.

Принцип “рівний-рівному” є одним із основоположних в орга-

нізації надання послуги і передбачає якомога ширше залучення до викладання та проведення занять людей похилого віку, які мають відповідний досвід та освіту, обізнані з темою та проблемами, що передбачені програмою. Для викладання окремих тем курсу, доцільно залучати викладачів вищих навчальних закладів різних рівнів акредитації, студентів, вчених із академічних інститутів та дослідницьких центрів, вчителів загальноосвітніх шкіл та старших школярів, представників громадських організацій.

3.2. Процес навчання людей похилого віку повинен базуватися на принципах добровільності та методах навчання дорослих (додаток 1) (поєднання теоретичних та практичних знань).

3.2.1. Навчання людей похилого віку передбачає:

- врахування життєвого досвіду та наявних знань, навичок слухачів;
- інтерактивну форму взаємодії між учасниками навчального процесу.

3.2.2. Навчання людей похилого віку повинно відбуватися за зверненням слухача та без застосування формальної перевірки отриманих знань та вмій.

3.2.3. У навчальному процесі повинні застосовуватись як традиційні методи навчання, так і тренінгові методики, модульне навчання, які базуються на методах навчання дорослих.

3.2.4. При організації навчального процесу необхідно враховувати індивідуально-фізіологічні особливості слухачів, стан здоров'я та потреби.

3.2.5. Оптимальна наповнюваність навчальних груп 15 осіб, можлива і більша чисельність, але вона, як правило, не повинна перевищувати 25 осіб.

3.2.6. При плануванні лекцій у навчальному курсі кількість учасників може бути збільшена.

3.2.7. Організація місць для навчання повинна відбуватися з урахуванням індивідуальних особливостей слухачів (наприклад, при проблемах зі слухом слід запропонувати слухачеві сісти ближче).

3.2.8. Кількість та тривалість занять повинна плануватися з урахуванням фізичних можливостей (тривалість заняття не повинна перевищувати 45 хвилин).

3.2.9. Навчальний процес повинен передбачати перерви.

3.2.10. Викладачу слід керувати силою голосу, говорити повільно, м'яко.

3.2.11. Викладачу слід звертати увагу на самопочуття слухачів протягом усього заняття.

3.3. Навчання людей похилого віку слід проводити у спеціально обладнаних приміщеннях, що відповідають санітарно-гігієнічним нормам, та з відповідним обладнанням. При виборі приміщення для навчання необхідно звертати увагу на те, щоб вхід до приміщення був обладнаний поручнями чи пандусом, поблизу була туалетна кімната.

3.3.1. Кімната для занять повинна бути просторою та добре провітрюватися, її можна оздоблювати квітами та декоративними засобами.

3.3.2. У кімнаті має бути дошка чи фліпчарт та засоби для роботи з ними. Бажано мати телевізор, відеомагнітофон, мультимедійний пристрій тощо.

3.4. Тривалість курсу.

3.4.1. Навчальний (базовий) курс триває протягом академічного року (дата початку та закінчення навчання визначається директором). Рекомендована тривалість курсу – 72 навчальні години, що передбачає навчання протягом 1 год. 40 хв. (два заняття по 40 хвилин з перервою 20 хвилин), кожного тижня у визначені дні.

3.4.2. Якщо слухачі закінчили базовий курс, вони можуть об'єднуватися в групи (факультети) за інтересами та продовжувати навчання, відповідно до їх потреб, уподобань та інтересів.

#### **4. Оцінювання курсу**

4.1. Оцінювання курсу орієнтоване виключно на заохочення слухачів “Університету третього віку”, оскільки основним принципом організації навчання є отримання тими, хто навчається, задоволення від навчання та участі в навчальному процесі.

4.2. Територіальний центр заохочує слухачів, видаючи їм сертифікати (додаток 2), що підтверджують опанування слухачами базової програми відповідного курсу.

#### **5. Структура програми**

5.1. Програма курсу включає теми, що стосуються теоретичних знань та підходів до вивчення проблем людей старшого віку, передбачають набуття слухачами знань щодо збереження здоров'я, організації життя в старшому віці, правової грамотності, вмінь використання сучасних комунікаційних та інформаційних технологій, організації дозвілля тощо.

5.2. Організатори та викладачі використовують цю програму як основу, орієнтуючись, насамперед, на потреби слухачів (які теми є для них цікавими) та наявні ресурси (чи є викладачі, що обізнані щодо змісту запропонованих тем, чи є інфраструктура) та розробляють свою власну програму, яка може включати лише деякі із запропонованої тематики, а також містити нові.

## **6. Права та обов'язки**

6.1. Слухачі мають право:

- знати принципи, що лежать в основі надання послуги;
- отримувати послугу та закінчувати навчання за власним бажанням;
- брати участь у процесі навчання;
- на доступність;
- отримувати інформацію про надані послуги.

6.2. Слухачі повинні:

- підтримувати добрі стосунки з іншими слухачами, викладачами та керівниками територіального центру;
- ошадливо ставитися до обладнання, де надається послуга;
- брати активну участь в організації послуги;
- поважати цінності та організаційні засади “Університету третього віку”.

6.3. Територіальний центр повинен:

- забезпечувати надання якісних соціальних послуг, відповідні умови для навчання, ефективну організацію надання послуги;
- розробляти та впроваджувати нові програми розвитку та навчання відповідно до потреб слухачів;
- враховувати думку слухачів при визначенні часу навчання, формуванні навчальних груп.

**Заступник директора Департаменту  
соціальних послуг – начальник відділу  
реформування системи соціальних послуг**

## Сведения об авторах

*Михайлева Екатерина Геннадиевна,*  
доктор социологических наук,  
профессор кафедры социологии ХГУ «НУА»

*Гога Наталия Павловна,*  
кандидат психологических наук,  
доцент кафедры социологии ХГУ «НУА»

*Зверко Тамара Васильевна,*  
кандидат социологических наук,  
доцент кафедры социологии ХГУ «НУА»

*Подольская Елизавета Ананьевна,*  
доктор социологических наук, профессор,  
зав. кафедрой философии и гуманитарных дисциплин ХГУ  
«НУА»

*Нечипорук Людмила Владимировна,*  
доктор экономических наук, профессор,  
профессор кафедры экономики и права ХГУ «НУА»

*Нечитайло Ирина Сергеевна,*  
кандидат социологических наук, доцент,  
зав. кафедрой социологии ХГУ «НУА»

*Войно-Данчишина Ольга Леонидовна,*  
кандидат юридических наук, доцент  
кафедры экономики и права ХГУ «НУА»

*Головнева Ирина Владимировна,*  
кандидат психологических наук, доцент

*Кирвас Виктор Андреевич,*  
кандидат технических наук, профессор кафедры  
информационных технологий и математики ХГУ «НУА»

*Ситникова Полина Эдуардовна,*  
кандидат технических наук, доцент,  
зав.кафедрой информационных технологий и математики ХГУ  
«НУА»

*Красуля Марина Александровна,*  
кандидат технических наук,  
зав.кафедрой физического воспитания и спорта ХГУ «НУА»

*Топчий Татьяна Васильевна,*  
кандидат социологических наук,  
доцент кафедры социологии ХГУ «НУА»

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
РАЗДЕЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АНАЛИЗА «ТРЕТЬЕГО ВОЗРАСТА» .....	7
1.1. Актуализация проблемы «третьего возраста» в современном мире (Михайлева Е. Г.) .....	7
1.2. «Третий возраст» в научном дискурсе (Зверко Т. В.) .....	12
1.3. Социальные и психологические атрибуты «третьего возраста» (Гога Н. П.) .....	27
1.4. Стереотипизация «третьего возраста» в современном обществе (Михайлева Е. Г.) .....	45
1.5. Ключевые проблемы «третьего возраста» и стратегии его проживания (Михайлева Е. Г.) .....	56
РАЗДЕЛ II. КЛЮЧЕВЫЕ ТРЕНДЫ СОХРАНЕНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТАРШИХ ПОКОЛЕНИЙ: МИРОВОЙ ОПЫТ .....	73
2.1. Повышение социальной субъектности пожилого человека как условие его активного долголетия (зарубежный опыт) (Подольская Е. А.) .....	73
2.2. Социальная активность людей старших возрастов: практики социологического исследования и перспективы развития (Нечитайло И. С.) .....	99
2.3. Финансовая грамотность людей пожилого возраста (Нечипорук Л. В.) .....	121
РАЗДЕЛ III. ПОДХОДЫ К РЕШЕНИЮ ПРОБЛЕМ ЛЮДЕЙ «ПЕНСИОННОГО ПЕРИОДА»: ОПЫТ НУА .....	143
3.1. Программы адаптации людей третьего возраста: подводим итоги 10-летнего опыта (Войно-Данчишина О. Л.) .....	143
3.2. От дезадаптации к адаптации. Как помочь людям третьего возраста найти новые жизненные цели (Головнева И. В.) .....	159
3.3. Обучение информационно-коммуникационным технологиям людей третьего возраста: опыт кафедры информационных технологий и математики Народной украинской академии (Кирвас В. А., Ситникова П. Э.) ...	173

3.4. Обучение людей третьего возраста основам сохранения здоровья (Красуля М. А.) .....	195
ПРИЛОЖЕНИЯ .....	211
СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ .....	220

Т66        **Третий** возраст: обоснованность оптимизма : монография / Нар. укр. акад. ; под общ. ред. Е. В. Астаховой. – Харьков : Изд-во НУА, 2018. – 224 с.

ISBN 978-966-2298-02-7

Монография представляет собой коллективный труд преподавателей Харьковского гуманитарного университета «Народная украинская академия» и является итогом почти тридцатилетнего эксперимента по реализации на практике идеи непрерывного образования, в том числе работы с людьми третьего возраста. Данная тема актуализируется глобальным процессом изменения демографической ситуации и старения населения в мире. Это ставит перед обществом проблему коллективной ответственности за обеспечение соответствующего качества жизни людей старшего возраста.

В монографии представлены подходы и пути решения проблемы продления активного и трудоспособного периода жизни людей в развитых странах мира, необходимости адаптации к этому процессу социальной политики государств и, в первую очередь, образования. Для Украины, которая принадлежит к тридцати странам мира с самой старой возрастной категорией населения, решение указанных проблем является чрезвычайно важной.

Особое внимание уделено опыту Народной украинской академии по реализации образовательных программ для людей старших возрастов и продуктивной интеграции их в общество.

Монография предназначена для экспертов в сфере образования людей третьего возраста, специалистов социальных служб, медицинских организаций, служб занятости населения, для всех, кому интересны проблемы продления активного жизненного периода.

**УДК 378.046(477.54)-021.68-053.88**  
**ББК 74.584(4УКР-4ХАР)**

*Наукове видання*

# **ТРЕТІЙ ВІК: ОБҐРУНТОВАНІСТЬ ОПТИМІЗМУ**

Монографія

(російською мовою)

За загальною редакцією  
доктора історичних наук, професора *К. В. Астахової*

В авторській редакції  
Комп'ютерна верстка *І. С. Кордюк*  
Художник *М. А. Дмитренкова*

Підписано до друку 30.05.2018. Формат 60×84/16.  
Папір офсетний. Гарнітура «Таймс».  
Ум. друк. арк. 13,02. Обл.-вид. арк. 11,51.  
Тираж 300 пр. Зам. №

Видавництво  
Народної української академії  
Свідоцтво № 1153 від 16.12.2002.

Надруковано у видавництві  
Народної української академії

Україна, 61000, Харків, МСП, вул. Лермонтовська, 27.



[www.nua.kharkov.ua](http://www.nua.kharkov.ua)

e-mail:

[rector.hgu.nua@ukr.net](mailto:rector.hgu.nua@ukr.net)

[rector@nua.kharkov.ua](mailto:rector@nua.kharkov.ua)

[prikomnua2@ukr.net](mailto:prikomnua2@ukr.net)