

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ ЛЮДЕЙ ПОВАЖНОГО ВІКУ

Олена Ткаченко

Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Анотація:

У статті розглянуто базові поняття навчання людей поважного віку. Проаналізовано основні вікові періодизації. Виокремлено вікові періоди поважного віку. Виявлено основні психолого-педагогічні особливості навчання людей поважного віку. Визначено, що провідною особливістю є розуміння на всіх рівнях літнього віку як поважного статусу людини, ураховання в навчальному процесі її мудрості, життєвого досвіду та експертності. Автор робить спробу оцінити можливості людей поважного віку щодо їхнього залучення до ринку праці, до соціальної інтеграції, волонтерської діяльності тощо. Придлено увагу особливостям такого навчання літніх людей, яке формує спрямованість на реалізацію життєвої стратегії, націленої на активне довголіття.

Аннотация:

Ткаченко Елена. Психолого-педагогические особенности обучения людей почтенного возраста.

В статье рассмотрены базовые понятия обучения людей почтенного возраста. Проанализированы основные возрастные периодизации. Выделены возрастные периоды почтенного возраста. Вывявлены основные психолого-педагогические особенности обучения людей почтенного возраста. Определено, что ведущей особенностью является понимание на всех уровнях пожилого возраста как важного статуса человека, учета в учебном процессе его мудрости, жизненного опыта и экспертности. Автор предпринял попытку оценить возможности людей почтенного возраста для вовлечения их в рынок труда, в социальную интеграцию, волонтерскую деятельность и т.п. Уделено внимание особенностям такого обучения пожилых людей, которое формирует направленность на реализацию жизненной стратегии, нацеленной на активное долголетие.

Resume:

Tkachenko Olena. Psychological peculiarities of training the people of venerable age.

The article introduces the basic concepts of training the people of venerable age. The main age periodization have been analyzed. The age periods of venerable age have been selected. The main psychological and pedagogical peculiarities of training the people of venerable age have been identified. It was found out that the leading feature is the understanding of the old age at all levels as the important status of the person, taking into account his/her wisdom, experience and expertise in the educational process. The author attempted to reveal the possibilities for the people of venerable age to be involved in the labour market, social integration, volunteer activity etc. Attention is given to peculiarities of elderly people's training which forms the focus to realize the life strategy for active longevity.

Ключові слова:

люди поважного віку; старість; старіння; вікова періодизація; активне довголіття; навчання людей поважного віку; навчальні програми.

Ключевые слова:

люди почтенного возраста; старость; старение; возрастная периодизация; активное долголетие; обучение людей почтенного возраста; учебные программы.

Key words:

people of venerable age; old age; ageing; age periodization; active longevity; training of the people of venerable age; curricula.

Постановка проблеми. Стрімкі й багатоманітні зміни, що відбуваються у світовій та українській економіці, політиці, у науково-технічному прогресі, у демографічній ситуації, соціальному забезпеченні зумовлюють швидкий розвиток освіти дорослих людей поважного віку. Добробут людей у пізньому періоді життя, тривалість самого життя та стан здоров'я визначаються безпосередньо процесом старіння, обізнаністю дорослого населення з цим процесом і ставленням до нього.

Процес старіння людей залежить від багатьох чинників – біологічні й генетичні передумови, економічні й соціальні обставини, спосіб життя. Погляд на стандартну соціальну політику щодо старіння еволюціонує сьогодні від сприйняття процесів старіння як результату процесу життєдіяльності до розуміння старості як поважного статусу. З огляду на це, документальну й правову основу з питань старіння, окрім розширення прав і можливостей літніх людей щодо самостійного життя, потрібно спрямовувати й на надання освітніх послуг у рамках цього поважного статусу.

Відповідно, потребує зміни парадигма освітньої діяльності щодо людей поважного віку. Пропедевтичне навчання розвитку здатності залишатися активними якомога довше сьогодні в Україні здійснюють різноманітні громадські структури й неформальні організації. Системна організація навчання дасть змогу дорослим різних поколінь робити відповідні інвестиції в пролонгацію активного способу життя й забезпечить умови для «активного старіння» – процесу оптимізації можливостей для забезпечення здоров'я, участі в житті суспільства й захищеності людини з метою поліпшення якості життя в процесі старіння» [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій засвідчив, що для сучасної демографічної ситуації характерні такі процеси, як поступове старіння населення. Частка літніх людей у загальній чисельності населення планети щороку збільшується на 2,4%. У 2015 році вік 12% населення становив понад 60 років, у Європі кожній четвертій людині більше ніж 60 років [16]. В Україні також збільшується частка людей, вік яких – понад 60 років: від 3-4% на початку ХХ ст. до 22,1% на 1 січня

2016 р. [6]. Темпи старіння населення планети також зростають і, за прогнозом, до 2050 року у світі налічуватиметься 2,1 млрд людей, вік яких – понад 60 років, що становитиме близько 20% від очікуваного населення [16].

Спостерігається збільшення середньої очікуваної тривалості життя. Так, зростання середнього показника тривалості життя у світі прогнозується до 83 років (до 2100 р.). В Україні цей показник змінюється від 67,7 років (чоловіки – 62,1 р., жінки – 73,5 р.) у 2000 році до 71,4 років (чоловіки – 66,4 р., жінки – 76,3 р.) на 1 січня 2016 р. [6].

Отже, перед сучасною андрагогікою, яка тісно пов'язана з освітньою практикою, постають нагальні питання розроблення теоретичних засад освітніх програм і практик для людей поважного віку, які впливали б на поліпшення якості й тривалості їхнього життя й працездатності. Добробут літніх людей має важливий суспільний вимір, оскільки впливає на рівень і якість участі поважних людей у сучасному ринку праці, на скорочення витрат на охорону здоров'я, зумовлює соціальну інтеграцію літніх і молодих громадян, розширюючи можливості волонтерської діяльності й обміну між поколіннями.

В Україні останніми роками активізувалися різнопланові наукові розробки проблем навчання дорослих загалом і літніх людей зокрема. Філософські й теоретико-методологічні основи освіти дорослих у системі неперервної освіти закладені в працях провідних учених, зокрема В. Андрущенко, С. Архипова, І. Бега, С. Болтвіця, І. Зязюна, В. Кременя, В. Лугового, Л. Лук'янової, Н. Ничкало, С. Прийми, С. Сисоєвої, Л. Сігаєвої, М. Солдатенко, Т. Сорочан, Л. Сущенко, Л. Тимчук, Г. Філіпчук та ін.

Тенденції розвитку й теоретико-методичні основи функціонування формальної та неформальної освіти дорослих в Україні в різних напрямках досліджувалися в працях П. Буянова, Л. Вовк, О. Друганової, Н. Протасової, Л. Сігаєвої, Н. Сулаєвої, Л. Шинкаренко та ін.

У з'ясуванні питань механізмів і показників старіння велику роль відіграють дослідження науковців з геронтології, геріатрії, вікової психології (В. Баранов, Н. Горев, Т. Журавльова, О. Зеніна, С. Костроміна, А. Маклаков, Є. Петанова, В. Прокоф'єва, Р. Павелків, П. Попов, А. Реан, С. Розум, О. Савченко, В. Скулачов, Ю. Спасокукоцький, Г. Степанов, Є. Холостова, О. Хухлаєва, В. Фролькіс, С. Фудель-Осіпова, Д. Чеботарьов та ін.).

Формулювання цілей статті. Мета статті – проаналізувати психолого-педагогічні особливості навчання людей поважного віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Завданнями геронтології, геріатрії, вікової психології є не тільки розкриття закономірностей і механізмів старіння організму людини, вивчення й лікування різноманітних хвороб осіб поважного віку, а й виявлення можливостей впливу на процеси старіння, розроблення й упровадження спеціальних профілактичних заходів, які впливали б на запобігання передчасному старінню. У цій частині пошуки відповідей збігаються з завданнями теорії і практики андрагогіки щодо вікової категорії людей поважного віку. Велике теоретичне й практичне значення в освіті поважних людей мають питання віддалення настання природної старості, адаптації до активної й корисної старості, профілактики й терапії передчасної старості, питання довголіття.

Передумовами дослідження особливостей навчання поважних людей активного способу життя вважаємо виявлення основного змісту таких понять, як старіння, активне старіння, старість, а також категорій – поважний, похилий, літній, старечий вік.

Слід розрізняти старість і старіння. Старістю є закономірний заключний період вікового розвитку. Старінням є руйнівний процес, який розвивається внаслідок руйнівної дії екзогенних та ендогенних чинників і призводить до ослаблення й деформації фізіологічних функцій організму, зниженню його надійності, розвитку вікової патології. Для розвитку старіння характерними є: гетерохронність – різниця в часі настання старіння для окремих клітин, тканин, органів і систем, гетеротропність – неоднакова вираженість вікових змін у різних структурах одного й того ж органа, гетерокінетичність – старіння з різною швидкістю, гетерокатефтенність – різноспрямованість вікових змін, за якої відбувається згасання одних процесів й активізація інших [4, с. 5].

Питання правомірності диференціації старіння на природне (фізіологічне) й передчасне обговорюються й у наш час. Природне старіння характеризується певним темпом і послідовністю вікових змін, які відповідають біологічним, адаптаційно-регуляторним можливостям певної людської популяції. Довголіття людини є результатом нормального індивідуального розвитку й проявом фізіологічного старіння. Ю. Спасокукоцький вважає довголіття показником, «моделлю» фізіологічної старості, яка є результатом природних, біологічних неминучих змін організму [14, с. 353]. Т. Журавльова виокремлює уповільнене

(ретардоване) старіння, яке веде до продовження тривалості життя, довголіття [4, с. 5].

Отже, старість є результатом процесу старіння. Фізіологічна старість, за Ю. Спасокукоцьким, характеризується більш пізнім настанням старечих змін організму, гармонічним зниженням функцій усіх органів і тканин, без різких порушень, зі збереженням фізіологічної рівноваги й здатності адекватно реагувати на наявні подразники й умови, а також відсутністю патологічних порушень серцево-судинної системи й обмінних процесів; спостерігаються характерні особливості білкового складу тканин, які перебувають у межах фізіологічної норми. Тканини в процесі фізіологічної старості є більш стійкими до шкідливого впливу, ніж тканини молодих організмів, хоч їхні реактивні здібності знижені. Старезність, кволість (рос. – «дряхлость») у процесі фізіологічної старості й довголітті не є виявом передчасної патологічної старості.

Науковці виокремлюють передчасне (прискорене) старіння, яке характеризується більш раннім розвитком вікових змін або більшим їх виявом у той чи інший віковий період, і патологічну старість. Патологічна старість, за Ю. Спасокукоцьким, є результатом ненормованого рівня обмінних процесів й виснаження біологічної регенерації, що зумовлюють різке зниження здатностей тканин до самооновлення, результат передчасного виснаження фізіологічних систем організму (зокрема нервової та ендокринної), результат порушеної адаптації до шкідливих факторів навколишнього середовища [14, с. 353].

Передчасне старіння відрізняють від фізіологічного за такими основними ознаками, як значне випередження біологічним віком того віку, що за паспортом, наявність в анамнезі хронічних захворювань, інтоксикацій, порушень здатності організму пристосовуватися до умов зовнішнього середовища, що швидко прогресують, несприятливі нейроендокринні та імунологічні зміни, нерівномірність (гетерохронність) вікових змін органів і систем організму, який старіє [4, с. 5].

До факторів ризику передчасного старіння належать: хронічні захворювання, несприятливі чинники зовнішнього середовища, шкідливі звички, гіподинамія, ускладнена генетично зумовленою спадковістю (коротка тривалість життя батьків), пролонговане й часто повторюване нервово-емоційне перенапруження (дістрес) тощо. Вони можуть впливати на різні ланцюги вікових змін, прискорювати, спотворювати, посилювати їх звичний хід. Слід відрізнити заходи, спрямовані на віддалення природної старості й на підвищення життєвих процесів під час фізіологічної старості

від терапії передчасної старості. Фізіологічна старість не лікується (хоча сучасна геронтологічна наука веде дослідження в напрямі пошуку таких ліків [10]). Лікування передчасної й патологічної старості можливе і є завданнями геріатрії.

Отже, виникає розуміння, що навчання можливе для всіх людей. Але сприймати процес навчання, засвоювати знання, користуватися набутими вміннями й навичками переважно зможуть люди, які мають унормовані біологічні показники процесу природного старіння, не спотвореного патологічними захворюваннями.

Узагальнене «загострене» негативне сприйняття старої людини – постаріле тіло, ослаблені пам'ять, увага, неміч, наявність депресивного й хворобливого станів, часте виникнення кризових станів, неохайність, загострення різних негативних рис (скупість, підозрілість, нав'язливість, говірливість тощо) не є загальноприйнятим. Є й інше стереотипне бачення людини похилого віку з перевагою позитивних рис – раціональність використання фізичного потенціалу, глибинне усвідомлення загальнолюдських цінностей, логіко-споглядальне ставлення до навколишнього світу, альтруїстична поведінка, адекватна самооцінка життєвих досягнень, стійка потреба ділитися накопиченим досвідом, усвідомлення ролі літнього віку в процесах соціального буття. Люди старшого віку переважно мають сформовану життєву, професійну, інтелектуальну базу, яка допомагає робити меншу кількість помилок у всіх напрямках і може бути використана для подальшого вдосконалення й розвитку людства. З цього погляду, літні люди мають важливу соціальну цінність як носії досвіду – соціального, життєвого, побутового, наукового, професійного тощо, що загалом називають мудрістю.

Мудрість розуміється як експертна система знань, що зорієнтована на практичні сторони життя й дає змогу оцінювати інформацію в ширшому контексті, надавати корисні поради з життєво важливих питань; орієнтує на висловлювання зважених суджень і ухвалення оптимальних рішень; здатна впоратися з будь-якими ситуаціями невизначеності [3].

Сьогодні в загальному вжитку побутують різні назви такого вікового періоду, як старість – похилий вік, згасаюче покоління, відхід від справ, заслужений відпочинок, зрілий дорослий вік, пенсійний вік, післяробочий вік, перехідний вік, поважний вік, елегантний, срібний, золотий, третій вік тощо.

Відповідні назви мають освітні осередки для людей цього віку – університет третього віку, університет літніх, школа срібного віку,

бюро літньої людини, вища народна школа для літніх тощо.

Перш ніж презентувати результати аналізу різноманітних підходів до вікової періодизації дорослого віку, ми спробували проаналізувати найбільш вживані останнім часом в українському освітньому середовищі назви категорії людей старшого віку з тим, щоб уніфікувати ці поняття для вживання в українському науковому освітньому обігу.

За радянських часів в Україні був поширений вислів «літня людина», що відповідав російськомовному «пожилой человек». Якщо «пожилой человек» (рос.) походить від слова «пожить» (рос.), тобто той, хто пожив досить багато, то похилий перекладається російською як «преклонный», тобто той, який переступив через зрілі роки, наближається до глибокої старості. Уважаємо, що правильним та етичним є вираз «літня людина», тобто людина в літах. В англійських країнах аналогом цього терміна є сеньор (у перекладі з англійської «senior» – літня людина, «seniors» – пенсіонери).

Напевно, саме тому останнім часом здебільшого використовуються поняття «людина поважного віку», «добродій», «добродійка». Лексеми «похилий», і навіть більше – «перестарілий» вживати не слід. Говорячи про людину поважного віку (рос. – «почтенного»), маємо на увазі вияв особливої поваги до літньої людини, яка прожила довгі літа, відповідно, має досвід, інтелект і наділена мудрістю років. Це не означає, що люди зрілого віку є неповажними, а тільки спрямовано підсилює статус років літніх людей [9; 15].

Важливими віковими межами для означення категорії поважного віку дорослого населення є обґрунтування поняття трудових ресурсів, тобто тієї частини населення країни, що за своїм фізичним розвитком, розумовими здібностями й знаннями здатна працювати в господарстві. Працездатним віком в Україні й для чоловіків, і для жінок Законом України «Про заходи щодо законодавчого забезпечення реформування пенсійної системи» від 8 липня 2011 року вважається вік 16–59 років включно [5]. Тобто законодавчо післяробочий вік починається переважно в 60 років. Водночас для деяких видів трудової діяльності, що пов'язані з роботою в несприятливих умовах або вимагають від працівника якостей, що з віком помітно слабшають (наприклад, військові, спортсмени, артисти балету), пенсійний вік настає раніше на 5–10 років, а інколи й більше. Разом з тим, літні люди, вік яких понад 60 років, продовжують працювати на робочих місцях, максимально реалізуючи свій набутий досвід і фаховий потенціал. У багатьох розвинених країнах світу пенсійний вік настає значно

пізніше. В Україні також триває обговорення щодо меж пенсійного віку, що підтверджує розширення меж працездатного віку.

У визначенні основних вікових періодів поважного віку дорослих є багато неоднозначності або й суперечливості, як показали результати зробленого нами аналізу базових вікових періодизацій, здійснених різними авторами в різні роки (Г. Абрамова, Б. Ананьєв, Дж. Біррен, П. Блонський, Д. Бромлей, В. Бунак, Ш. Бюллер, Л. Виготський, Р. Заззо, Д. Ельконін, Е. Еріксон, Я. А. Коменський, В. Моргун, В. Мухіна, Ж. Піаже, Ж.-Ж. Руссо, А. Толстих, З. Фрейд та ін.).

Очевидно, що вікова періодизація пов'язана з етапами життєдіяльності людини. Межі періодів окреслені дослідниками з урахуванням багатьох чинників – біологічних, психологічних, соціальних та економічних, історичних подій, етнічної належності, чинників навколишнього середовища, специфічних особливостей індивідуального розвитку, суб'єктивних уявлень про себе та свій вік тощо. З погляду біології, фізіології, медицини проблема полягає не в назвах чи межах різних періодів життя, а у визначенні індивідуального біологічного віку й можливостей людини вільно, без обмежень жити й діяти. Визначення біологічного віку базується на знаннях генетики, антропометрії, вікової фізіології, геронтології, інших суміжних дисциплін і має свої особливості в різні проміжки життя людини.

Одним з перших, хто здійснив періодизацію життя людини за фізіологічними циклами, був великий мислитель і лікар Гіппократ. Він визначив десять періодів по сім років кожний. На підставі проаналізованих інших різноманітних періодизацій ми вибудували розгалужену схему й узагальнили результати, що дало можливість виокремити такі основні періоди дорослого віку – молодий вік (юнацький вік, квітуче покоління, рання дорослість, рання зрілість) від 16-17-20 років до 24-34-45 років; зрілий вік (квітуче покоління, змужнілість, зрілість, середній вік, дорослість) від 25-30 років до 44-49-59 років; літній вік (згасаюче покоління, старість, старіння, «відхід від справ», після робочий вік).

Радянські демографи С. Струмилін і Б. Урланіс обґрунтували оригінальну вікову періодизацію, засновану на ставленні до трудової діяльності: доробочий, робочий, після робочий періоди. Кожний з періодів охоплює три відрізки часу, наприклад, післяробочий вік або старість поділяється на літній вік – 60-69 років, ранню старість – 70-79 років, глибоку старість – після 80 років [13].

На підставі аналізу вікових змін у різних органах і тканинах, а також оцінки працездатності організму за рішенням Ленінградської конференції з геронтології (1962) та семінару ВООЗ з соціальних і клінічних проблем у СРСР була ухвалена так звана робоча класифікація вікових рубежів другої половини життя людини. Вік 45-59 років визначався як середній, 60-74 роки – літній, старший за 75 років – старечий, у якому виділяються довгожителі – люди, віком від 90 років і старше.

У 1965 році на симпозіумі Академії педагогічних наук СРСР була ухвалена така вікова періодизація, де літній вік – від 61 року до 75 років (чоловіки), від 56 до 75 років (жінки); старечий вік – від 76 до 90 років; довгожителі – старші за 90 років [2].

Науковці працюють над універсальною віковою періодизацією. Проте жодна з них на сьогодні не стала загальноприйнятою. Науковці Російської академії освіти пропонують періодом пізньої дорослості вважати вік від 60 до 70 років, старості – від 70 до 80 років, пізньої старості – від 80 років [8, с. 367]. Р.°Павелків вказує на те, що старість найменше пов'язана з хронологічним віком, порівняно з іншими віковими періодами, і також спирається на традиційну градацію періоду геронтогенезу: літній вік – від 60 до 74 років (чоловіки), від 55 до 74 років (жінки); старечий вік – від 75 до 90 років; довгожителі – старші за 90 років [7, с. 404].

Найчастіше в сучасних міжнародних публікаціях застосовують періодизацію, у якій середній вік – 45-64 роки, ранній період старості – 65-74 роки, старість – від 75 років.

За робочу в нашому дослідженні визначено таку періодизацію людей поважного віку: ранній поважний вік – 60-74 роки, пізній поважний вік – 75-89 років, довгожителі – від 90 років.

Керуючись мотивами коректного та етичного ставлення до людей поважного віку, ми намагалися в нашому дослідженні уникати вживання терміна «старість». На жаль, у словниках синонімів [11; 12] до слова «старість» стосовно людей наводяться такі лексеми, як «багаторічний», «похилий вік», «старий», «старечий», взагалі – ветхість, старовина, давність, дряхлість, зношеність, застарілість, сенектута (від лат. *senectus* – старість, від імені міфічної Богині старості, яка жила біля дверей підземного царства поряд з іншими духами, пов'язаними зі смертю). Усе розмаїття наведених слів має негативний відтінок. Такі лексеми, на нашу думку, зовсім недоречно вживати щодо літніх людей, а до людей, які прагнуть навчатися й вести активний спосіб життя, і поготів.

Було б доцільно дати цим віковим періодам позитивно забарвлені й поважні назви, наприклад: срібний вік – 60-74 роки, золотий вік – 75-89 років, довгожителі – від 90 років.

Пріоритетами життєвих орієнтирів літніх людей можуть бути стратегії активного й пасивного способів життя в цьому віці. Стратегія, яку нині впроваджують як «активне старіння», спирається на відповідну концепцію [1], спрямовану на заміну політики «врахування літніх людей» політикою «розширення прав і можливостей літніх людей». Навчання літніх людей має спиратися на статус поважного віку з урахуванням усіх фізіологічних, соціальних, етичних та інших норм і цінностей.

Стратегія, націлена на активне довголіття, *поперше*, передбачає залучення людини до ринку праці на різних рівнях. Бажано, щоб люди могли продовжувати працювати якомога довше, якщо вони достатньо здорові й хочуть працювати. Важливим кроком у цьому плані можна було б вважати скасування обов'язкового виходу на пенсію й введення добровільного. Коригування встановленого законом пенсійного віку і/або трудового стажу, необхідного для отримання пенсії, може передбачати варіанти плавного й поступового виходу на пенсію, залишає можливість для особистого вибору, щоб, зрештою, дати змогу літнім громадянам підвищувати рівень власного добробуту та якості життя.

З іншого боку, щоб запобігти достроковому виходу з ринків праці літніх працівників, які ще не досягли пенсійного віку, необхідно розробити відповідні інструменти ринку праці. Ці інструменти повинні бути націлені на створення стимулів для продовження трудової діяльності й на формування такого виробничого середовища, яке враховувало б вікові особливості, наприклад, робочі місця, адаптовані, з урахуванням віку працівника.

Одним з факторів поліпшення здатності літніх людей до працевлаштування на ринку праці може стати спеціально організоване навчання за варіативними програмами певних, актуальних для ринку праці, професій. Особливо за програмами навчання для підтримки й удосконалення «твердих навичок» (англ. – *hard skills*) у галузі фінансово-маркетингових відносин, інформаційно-комунікативних технологій, у юридично-правовій сфері та інших професійних напрямках.

По-друге, стратегія активного довголіття передбачає максимальну соціальну інтеграцію літньої людини. Ряд досліджень доводить, що люди, включені в суспільне життя, більш щасливі й здорові протягом усього свого життя, тоді як самотність, зумовлена різними

чинниками, наприклад, втратою партнера, може призвести до скорочення соціальної активності й зниження активності фізичної. 17 держав-членів ЄЕК ООН прагнуть сприяти соціальній інтеграції літніх і молодих громадян, розширюючи можливості волонтерської діяльності й обміну між поколіннями [1].

Соціальній інтеграції літніх людей належить вирішальна роль у підтримці активного довголіття. Здійснювати її можна за допомогою спеціальних освітньо-соціальних програм, волонтерської діяльності або освітніх проєктів, що сприяють солідарності поколінь. Підтримувані державою або донорськими організаціями програми освітньої та волонтерської діяльності дають змогу залучати якомога більшу кількість літніх людей до суспільного й навіть політичного життя, наприклад, для роботи в консультативних органах або громадських об'єднаннях літніх людей (Українська Асоціація освіти дорослих, ГО «Золоті роки», ГО «Університет третього віку», ГО «Альянс» та ін.). Проте така участь не повинна підміняти собою постійну зайнятість і підтримку матеріального добробуту.

Актуальним стає впровадження навчальних програм з розвитку «м'яких навичок» (англ. – soft skills), до яких належать: удосконалення мовної компетенції, комунікації на всіх рівнях, знання екології навколишнього середовища, вільний сучасний рівень володіння загальним доступом до інформації в мережі Інтернет, у ЗМІ тощо.

Окремою темою соціальної інтеграції є залучення літніх людей до сімейних мереж, які так само важливі, як і несімейні суспільні мережі. Організація навчання, націленого на зміну соціальних ролей літніх людей (наприклад, статус бабусі, дідуся, самотійної (одинокі) людини), так само надає іншої статусності, а не просто є результатом процесу.

По-третьє, стратегія активного довголіття має на меті забезпечити процес здорового природного старіння громадян. Зрозуміло, що лікувальна медицина й геріатрія в тому разі, коли хронічні хвороби, інвалідність і слабкість неминучі, залишаються пріоритетними, а додатковий соціальний догляд сприятиме активізації літніх людей у суспільному житті, ніж догляд у стаціонарних установах. Водночас увага має зосередитися й на проведенні профілактичних заходів і спеціально організованому навчанні щодо них. Це можуть бути програми надання конкретної допомоги в припиненні зловживання тютюном і алкоголем; освітньо-пропагандистські програми, що інформують про можливі ефекти фізично активного способу життя, здорового харчування.

По-четверте, складником стратегії активного довголіття є навчання протягом життя як спосіб життєдіяльності. Попит на освіту в літніх людей є досить високим і різноманітним. Серед інтересів цієї категорії громадян – медичні, профілактичні, економічні, психологічні, правові, філософські, релігійні, науково-популярні, культурні знання тощо. Системність у навчанні, постійний розвиток інтелекту ведуть до більш унормованого стану фізичного й морального добробуту літніх людей.

Ефективна реалізація стратегії активного довголіття, яка сприяє продовженню життя широких верств населення, можлива за умови взаємодії різних установ, які забезпечують компетенцію освітнього, біологічного, медичного профілів на тлі факторів державного масштабу, що визначають соціальний спектр проблеми.

Люди поважного віку є тією віковою категорією, яка сьогодні найбільше потребує цілеспрямованого набуття навичок активного довголіття, успішної адаптації до змінених сучасних умов другої половини життя й оптимізації всіх наявних можливостей для повноцінної реалізації потенціалу фізичного, соціального й психічного добробуту.

Висновки. Отже, ми проаналізували базові поняття навчання людей поважного віку. Провідною особливістю цього процесу є розуміння на всіх рівнях літнього віку як поважного статусу людини, урахування в навчальному процесі її мудрості, життєвого досвіду та експертності.

До психолого-педагогічних особливостей належить також орієнтація андрагогів у навчальному процесі на провідні психолого-педагогічні характеристики людей поважного віку виокремлених вікових періодів і різні способи життя в цьому віці (активного й пасивного). Визначення провідних тематик навчання людей поважного віку, систематизація основних наявних програм, написання актуальних спеціальних програм навчання є ще однією особливістю. Результати навчання людей поважного віку вбачаємо у формуванні їхньої позитивної мотивації до включеності в життєву стратегію, націлену на активне довголіття.

Ця стратегія передбачає залучення людини до ринку праці на різних рівнях і спеціально організоване навчання за програмами відповідних професій; максимальну соціальну інтеграцію літньої людини з суспільними, сімейними мережами, волонтерською діяльністю тощо; забезпечення громадянам процесу здорового природного старіння, завдяки профілактичним заходам і спеціально організованому навчанню щодо них; навчання протягом життя як спосіб життєдіяльності

в напрямках пріоритетних інтересів людей поважного віку.

Проведене нами дослідження порушує актуальні проблеми освіти дорослих поважного віку й передбачає надалі більш глибоке теоретичне обґрунтування психолого-

педагогічних характеристик людей поважного віку виокремлених вікових періодів, а також заходи, що практично підтверджують ефективність комплексу спеціальних програм навчання літніх людей.

Список використаних джерел

1. Активное старение. Программная справка ЕЭК ООН № 13 по вопросам старения. Июнь 2012 г. [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://www.unecsc.org/fileadmin/DAM/pau/age/Policy_briefs/ECE-WG.1-17-RU.pdf (09.°06.°2017).
2. Большая Медицинская Энциклопедия / под ред. Б. В. Петровского. [3-е изд.]. – М.: Советская энциклопедия, 1976. – 576 с.
3. Ефремова Т. Ф. Новый словарь русского языка. Толково-словообразовательный [Электронный ресурс] / Т. Ф. Ефремова. – М.: Русский язык, 2000. – Режим доступа : <http://efremova-online.ru/> (09.°06.°2017).
4. Журавлева Т. П. Основы гериатрии: учеб. пособие / Т. П. Журавлева. – М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2003. – 271 с.
5. Закон України «Про заходи щодо законодавчого забезпечення реформування пенсійної системи» № 3668-VI / Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2012, № 12-13, ст. 82 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3668-17> (09.°06.°2017).
6. Населення України за 2015 рік. Демографічний щорічник [Електронний ресурс] / Державна служба статистики України, 2016. – 120 с. – Режим доступу : http://database.ukrcensus.gov.ua/PXWEB2007/ukr/publ_new1/2016/naselen_2015.pdf (09.°06.°2017).
7. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник / Р. В. Павелків. – [вид. 2-е, стер.]. – К.: Кондор, 2015. – 469 с.
8. Психология человека от рождения до смерти. Полный курс психологии развития / под ред. А. А. Реана. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 416 с.
9. Поиск слов [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://poiskslov.com> (09.°06.°2017).
10. Скулачев В. П. Жизнь без старости. Теорема о продлении молодости (с разьяснениями, иллюстрациями и доказательством). Полная авторская версия / Скулачев В. П., Скулачев М. В., Фенюк Б. А. [Электронное издание]. – М.: МГУ им. М. В. Ломоносова, 2014 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://atpsynthese.info/Gero/ZhBS-2013.pdf> (09.°06.°2017).
11. Словарь русских синонимов Sinonim.su (2008-2017) [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://sinonim.su/> (09.°06.°2017).
12. Словник синонімів української мови онлайн [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://ycilka.net/slovyuk_syn.php (09.°06.°2017).
13. Советская демография за 70 лет: из истории науки: сборник статей / Академия наук СССР; Научный совет «Социально-экономические проблемы народонаселения»; Институт экономики и прогнозирования научно-технического прогресса / Редкол.: Т. В. Рябушкин (отв.ред.) и др. – М.: Наука, 1987. – 336 с.
14. Спасокукоцкий Ю. Изучение физиологической старости и борьба за долголетие в свете задач геронтологии и гериатрии // Механизмы старения (Вопросы геронтологии и гериатрии, том III). – К.: Государственное медицинское издательство УССР, 1963. – С.°352–354.

References

1. Active ageing (2012). *Brief policy of UNECE on ageing*, 13. Retrieved from : https://www.unecsc.org/fileadmin/DAM/pau/age/Policy_briefs/ECE-WG.1-17-RU.pdf. [in Russian]
2. Petrovsky, B. V., ed. (1976). *The Great Medical Encyclopedia*. Moscow: Sovetskaiia entsiklopediia. [in Russian]
3. Yefremova, T. F. (2000). *New dictionary of Russian language. Sensible-word-formation*. Moscow: Russkii yazyk. Retrieved from : <http://efremova-online.ru/>. [in Russian]
4. Zhuravleva, T. P. (2003). *Fundamentals of geriatrics: study guide*. Moscow: FORUM: INFRA-M. [in Russian]
5. The law of Ukraine (2012). "On measures concerning legislative provision of reforming the pension system" No. 3668-VI. *Vedomosti Verkhovnoii Rady Ukrainyi (VVR)*, 12–13, 82. Retrieved from : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3668-17>. [in Ukrainian]
6. The population of Ukraine for 2015 (2016). *Demographic Yearbook. State statistics service of Ukraine*. Retrieved from: http://database.ukrcensus.gov.ua/PXWEB2007/ukr/publ_new1/2016/naselen_2015.pdf. [in Ukrainian]
7. Pavelkiv, R. V. (2015). *Developmental psychology: a textbook*. Kyiv: Kondor. [in Ukrainian]
8. Rean, A. A., ed. (2003). *The psychology of human from birth to death. The full course of developmental psychology*. SPb.: "Praim-YEVROZNAK". [in Russian]
9. The search of words (2017). Retrieved from: <http://poiskslov.com>. [in Russian]
10. Skulachev, V. P., Skulachev, M. V., Fenyuk, B. A. (2014). *A life without old age. The theorem on the extension of youth (with explanations, illustrations and proof). Full authors version. Electromechanical publishing*. Retrieved from: <http://atpsynthese.info/Gero/ZhBS-2013.pdf>. [in Russian]
11. Russian dictionary of synonyms Sinonim.su (2008 – 2017). Retrieved from: <http://sinonim.su/> [in Russian]
12. Dictionary of synonyms of the Ukrainian language online (2017). Retrieved from: http://ycilka.net/slovyuk_syn.php. [in Ukrainian]
13. Riabushkin, T. V. (1987). *Soviet demography in 70 years: history of science: Collection of articles USSR Academy of Sciences; Scientific Council of the "Socio-economic problems of population"; Institute of Economics and forecasting of scientific-technical progress*. Moscow: Nauka. [in Russian]
14. Spasokukotsky, Y. (1963). *Studying physiological age and the struggle for longevity in light of gerontology and geriatrics*. In: Mechanisms of ageing (gerontology and geriatrics, volume III). Kviv, 352–354. [in Russian]
15. Lessons of the state language (from the newspaper "Khreschatyk") (2017). Retrieved from: <http://slovopedia.org.ua/30/53403/25865.html>. [in Ukrainian]
16. World Population Prospects 2015. Revision Key Findings and Advance Tables (2015). Department of Economic and Social Affairs Population Division. United Nations. New York. Retrieved from: https://esa.un.org/unpd/wpp/publications/files/key_findings_wpp_2015.pdf. [in English]

15. Уроки державної мови (з газети «Хрещатик») [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://slovoopedia.org.ua/30/53403/25865.html> (09.°06.°2017).
16. World Population Prospects The 2015 Revision Key Findings and Advance Tables. Department of Economic and Social Affairs Population Division United Nations New York, 2015 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : https://esa.un.org/unpd/wpp/publications/files/key_findings_wpp_2015.pdf (09.°06.°2017).

Рецензент: Прийма С.М. – д.пед.н., доцент

Відомості про автора:

Ткаченко Олена Львівна
tkachenkoe@ukr.net
КЗ Сумський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти
вул. Р.-Корсакова, 5, м. Суми, Україна

doi: <http://dx.doi.org/10.7905/nvmdpu.v0i18.1914>

*Матеріал надійшов до редакції 10. 06. 2017 р.
Прийнято до друку 23. 06. 2017 р.*

Information about the author:

Tkachenko Olena Lvivna
tkachenkoe@ukr.net
KZ Sumy Regional Institute of Postgraduate
Pedagogical Education
5 R.-Korsakova St., Sumy, Ukraine

doi: <http://dx.doi.org/10.7905/nvmdpu.v0i18.1914>

*Received at the editorial office 10. 06. 2017.
Accepted for publishing 23. 06. 2017.*