

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»

На правах рукописи



Степанова Марианна Валерьевна

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ЛЮДЕЙ
ПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА КАК ФАКТОР ИХ СОЦИАЛЬНО-
ЛИЧНОСТНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ**

Специальность 13.00.01 – Общая педагогика, история педагогики и
образования

Диссертация на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Научный руководитель:
доктор педагогических наук,
профессор, А.Е. Марон

Великий Новгород – 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЮДЕЙ ПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА КАК ФАКТОРА ИХ СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ	17
1.1 Современное состояние развития дополнительного образования людей пенсионного возраста (отечественный и зарубежный опыт)	18
1.2 Социально-образовательные особенности и потребности людей пенсионного возраста и их учет в дополнительном образовании.....	57
1.3 Социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста в процессе дополнительного образования.....	81
ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ.....	100
ГЛАВА 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЮДЕЙ ПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА И ИХ СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ.....	102
2.1 Исследование уровня социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста на констатирующем этапе педагогического эксперимента.....	103
2.2 Моделирование дополнительного образования людей пенсионного возраста с учетом их социально-образовательных потребностей	120
2.3 Содержание и технологии дополнительного образования людей пенсионного возраста	136
2.4 Результативность социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста в процессе дополнительного образования	150
ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ	173
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	175
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	180
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	210

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Рост качества жизни людей, социокультурные изменения в обществе привели к демографическим сдвигам, во всем мире наблюдается увеличение количества людей пенсионного возраста. По данным Министерства труда и социальной защиты РФ на сегодняшний день в стране проживает 43,2 млн. пенсионеров, что составляет 23% всего населения России (понятие «пенсионеры» в исследовании принято рассматривать как контингент взрослых, выходящих на пенсию по возрасту и получающих социальное пособие от государства.)

Смена социального статуса человека с работающего на пенсионера часто вызывает личностный кризис и воспринимается как тревожное событие, меняющее всю его жизнь. Создается противоречивая ситуация между возможностями (финансовыми, материальными, резервом здоровья) и потребностями (витагенными, самореализации, быть полезным обществу и близким). Это приводит к изменениям ценностно-смысловой сферы, внутренней позиции, отношения к миру, самому себе, в совокупности выражается в необходимости социально-личностного самоопределения пенсионеров в новой жизненной ситуации. Варианты реагирования на этот кризис людей пенсионного возраста разнятся: одни воспринимают это событие как трагедию, изоляцию от общества, признание ненужности, другие же, наоборот, видят положительные стороны — возможность заняться любимым делом, собственным здоровьем, посвятить себя детям и внукам.

Открытие новых жизненных смыслов, ценностей и установок, связанных с переживанием своего нового статуса, «причастности к жизни», — все это обуславливает процессы социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста. Смыслом социально-личностного самоопределения в пенсионном возрасте является возможность самоутверждения, демонстрация собственной полезности обществу, социальной группе, семье и т.д. У людей пенсионного возраста часто можно наблюдать внутреннюю потребность в

уважении к былым заслугам, подтверждение своей полезности, повышение социальной активности.

Всестороннее исследование процесса вхождения личности в очередной возрастной период жизни — пенсионный возраст — позволяет выявить причины кризиса пенсионного возраста, раздвинуть рамки активного трудоспособного периода, определить факторы, способствующие благополучию, социальной активности, полноте жизни людей пенсионного возраста. Дополнительное образование является одним из таких факторов, которые повышают интерес к жизни, удовлетворяют культурно-образовательные потребности, решают некоторые проблемы людей пенсионного возраста (повышение функциональной и информационной грамотности, правовые и финансовые затруднения, ведение здорового образа жизни и профилактика болезней).

Россия, следуя общемировым тенденциям, объявила приоритетом государственной политики в сфере образования образование взрослого населения. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (2012 г.) среди других видов образования выделил дополнительное образование взрослых, которое призвано удовлетворять индивидуальные потребности в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании человека любого возраста.

В 2016 году Правительством РФ было подписано распоряжение «Об утверждении Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения до 2025 года», в котором определены цели, принципы, задачи и приоритетные направления социальной политики государства в отношении граждан старшего поколения. Ключевая цель разработанного документа — в устойчивом повышении продолжительности, уровня и качества жизни граждан «третьего возраста», стимулирование их активного и профессионального долголетия.

В настоящий период в педагогической науке усиливается интерес к проблемам поиска педагогических механизмов, средств и технологий поддержки людей пенсионного возраста.

Исследованию возможностей использования педагогических средств для самоопределения людей пенсионного возраста посвящены работы:

– об особенностях социально-психологической адаптации (Е.А. Ковалева, Б.Г. Колесов, О.В. Краснова, Л.Н. Кузьмичева, Н.С. Морова, Н.С. Пряжников и др.);

– о вопросах образовательной активности как условия позитивной сохранности людей пенсионного возраста (Е.В. Беловол, З.В. Бойко, Г.Б. Кошарная, Е.В. Щанина, А.С. Роботова, Д.И. Фельдштейн и др.);

– рассматривающие институты и формы дополнительного и неформального образования взрослых (А.И. Гордин, О.В. Гордина, Н.П. Литвинова, А.М. Митина, Т.В. Мухлаева, Н.С. Морова, А.С. Роботова и др.).

Анализ данных работ и исследований последних лет позволяет сделать вывод о недостаточной изученности проблемы социально-личностного самоопределения и ее решения с помощью дополнительного образования людей пенсионного возраста и выделить ряд **противоречий** между:

– признанием необходимости поддержки людей пенсионного возраста в выборе новых жизненных ориентиров в сложный период выхода на пенсию и недостаточной изученностью их процесса социально-личностного самоопределения, обусловленного множественными личностными и социально-психологическими факторами;

– сложившимися на практике традиционными формами дополнительного образования людей пенсионного возраста и недостаточным теоретическим обоснованием выбора содержания и технологий образовательного процесса с учетом социально-педагогических и психолого-возрастных особенностей;

– необходимостью индивидуального подхода к образованию людей

пенсионного возраста и отсутствием научного обоснования влияния на образовательный процесс социально значимых характеристик деятельности пенсионеров в новых жизненных условиях.

Выделенные противоречия определили **научную задачу исследования** — необходимость разработки содержания и технологий дополнительного образования людей пенсионного возраста, ориентированного на поддержку их социально-личностного самоопределения на основе учета многообразия социально-образовательных и психолого-возрастных особенностей и потребностей людей пенсионного возраста. В соответствии с данной задачей определена **тема** исследования «Дополнительное образование людей пенсионного возраста как фактор их социально-личностного самоопределения».

Объект исследования: дополнительное образование людей пенсионного возраста.

Предмет исследования: социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста в процессе их дополнительного образования.

Цель исследования: теоретико-экспериментальное обоснование процесса дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения.

В основе диссертационного исследования лежит следующая **гипотеза:** можно предположить, что дополнительное образование людей пенсионного возраста будет способствовать их успешному социально-личностному самоопределению, если:

– осуществлена опора на социокультурный, геронтологический и деятельностный подходы в организации процесса дополнительного образования людей пенсионного возраста;

– социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста в условиях дополнительного образования рассматривается как интегративное качество личности, позволяющее осуществить жизненную и социальную переориентацию пенсионеров в новую жизненную реальность;

– раскрыто многообразие социально-образовательного облика людей пенсионного возраста с учетом их ценностно-смысловой, потребностно-мотивационной сферы личности;

– содержание и технологии дополнительного образования людей пенсионного возраста ориентированы на реализацию функции их социально-личностного самоопределения с учетом принадлежности к определенному типу по социально значимой деятельности;

– процесс дополнительного образования строится на основе реализации индивидуальных образовательных маршрутов и андрагогического взаимодействия субъектов образования.

Цель, объект, предмет и гипотеза исследования обусловили постановку следующих **задач исследования:**

1. Изучить особенности социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста в кризисный период выхода на пенсию на основании анализа психолого-педагогической и социально-демографической литературы.

2. Систематизировать социально-педагогические и психолого-возрастные особенности людей пенсионного возраста с целью учета в образовательном процессе, построить типологию и социально-образовательный портрет каждого типа людей пенсионного возраста.

3. Провести анализ работ, посвященных дополнительному образованию людей пенсионного возраста, дать теоретическое обоснование их социально-образовательных проблем на очередном этапе социализации.

4. На основе изученных процессов социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста и их социально-педагогических и психолого-возрастных особенностей разработать и реализовать на практике модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения.

5. Выделить диагностический инструментарий, с помощью которого

проверить результативность процесса социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста в дополнительном образовании.

В качестве **методологической основы** исследования использованы:

– *социокультурный подход*, позволивший рассмотреть проблемы социально-личностного самоопределения в дополнительном образовании людей пенсионного возраста с учетом социальных и культурных изменений в современном мире (Б.Г. Ананьев, В.В. Горшкова, С.И. Змеев, Ю.Н. Кулюткин, А.Е. Марон, В.В. Сериков, Г.С. Сухобская, Д.И. Фельдштейн и др.);

– *геронтологический подход*, отражающий психолого-возрастные и социально-педагогические особенности каждого типа людей пенсионного возраста, которые необходимо учитывать в их образовательном процессе, и позволяющий выявить причинно-следственные связи между ценностно-смысловой и потребностно-мотивационной сферой личности людей пенсионного возраста в процессе их социально-личностного самоопределения (Л.И. Анцыферова, О.В. Гордина, М.В. Ермолаева, Т.М. Кононыгина, А.И. Кукуев, Н.П. Литвинова и др.);

– *деятельностный подход*, основанный на идее активного, самореализующегося, саморазвивающегося субъекта деятельности и определяющий пути этого развития через поиск новых способов деятельности и освоение новых требований к ней (Б.Г. Ананьев, И.А. Григорьева, В.Н. Келасьев, А.Н. Леонтьев, Л.Ю. Монахова, Н.С. Пряжников, С.Л. Рубинштейн, К. Фопель и др.).

В ходе проведения исследования использовались следующие **методы**: анализ философских, социально-демографических и психолого-педагогических источников; разработка понятийного аппарата, построение гипотез; моделирование, сравнение и обобщение при анализе результатов опытно-экспериментальной работы; для получения эмпирического материала — наблюдение, беседа, опросные методы (анкетирование, интервью), тестирование, педагогический эксперимент; методы математической

обработки данных.

Теоретической основой проведенного исследования послужили:

- учение о влиянии социально-культурных изменений в обществе на становление и развитие образования взрослых (Б.Г. Ананьев, Л.И. Анцыферова, С.Г. Вершловский, В.В. Горшкова, С.И. Змеев, Ю.Н. Кулюткин, А.А. Макареня, А.Е. Марон, А.М. Митина, Л.Ю. Монахова, В.Г. Онушкин, В.В. Сериков, Д.И. Фельдштейн, К. Фопель, R. Arnold, P. Jarvis, S. Knowles, E.C. Lindeman, M. Woodhall и др.);
- исследования по организации образования людей пенсионного возраста (Е.В. Беловол, З.В. Бойко, О.В. Гордина, А.И. Гордин, С.П. Дьячкина, М.Э. Елютина, Е.В. Кеслер, Г.Б. Кошарная, Г.А. Ключарев, Е. Конопленко, Т.П. Ларионова, Н.П. Литвинова, А.М. Митина, Н.С. Морова, Т.В. Мухлаева, А.С. Роботова, В.В. Тихаева и др.)
- современные концепции социализации, социальной адаптации и самоопределения людей пенсионного возраста (К.А. Альбуханова-Славская, М.В. Ермолаева, Е.А. Ковалева, Б.Г. Колесов, О.В. Краснова, А.Н. Леонтьев, Н.С. Морова, Н.С. Пряжников, С.Л. Рубинштейн, Н.Б. Секарева, Э. Эрикссон и др.

Этапы исследования. Исследование проводилось с 2012 по 2017 гг.

На первом этапе (2012-2013 гг.) для ознакомления с проблемой осуществлялся теоретический анализ философских, социолого-демографических и психолого-педагогических источников, выявлялся понятийный аппарат диссертации. Были сформулированы методологические основы исследования, определен его теоретический аппарат, проведен констатирующий эксперимент, разработан план формирующего этапа педагогического эксперимента.

На втором этапе (2013-2016 гг.) были выделены и апробированы компоненты педагогической модели дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения. Выявлялись критерии, показатели и адекватные

диагностики результативности социально-личностного самоопределения в процессе дополнительного образования людей пенсионного возраста.

На третьем этапе (2016-2017 гг.) проводилось сравнение и анализ результатов педагогического эксперимента; формулировались результаты диссертационного исследования, оформлялась диссертация.

Экспериментальной базой исследования явилась автономная некоммерческая организация социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» (Санкт-Петербург). В исследовании принимали участие 345 респондентов.

Научная новизна исследования:

- построена типология людей пенсионного возраста на основе участия пенсионеров в социально значимой деятельности (работают по своей первой профессии, работают по другой профессии, участвуют в волонтерской деятельности, не работают), а также ценностно-смысловой и потребностно-мотивационной сфер личности;
- выявлены социально-образовательные потребности людей пенсионного возраста и возможности их учета в дополнительном образовании;
- разработана и апробирована модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения, способствующая социальной адаптации, удовлетворению их культурно-образовательных и познавательных потребностей на очередном этапе социализации;
- предложено содержание обучения людей пенсионного возраста в дополнительном образовании с выделением инвариантной и вариативной составляющих, которые формируют готовность пенсионеров к социально-значимой деятельности, интегрирующей их личностное и социальное развитие, профессиональные знания, витагенный опыт;
- разработан диагностический инструментарий для отслеживания динамики социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста в новой жизненной ситуации.

Теоретическая значимость исследования:

- уточнены понятия «социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста» как интегративное качество личности, характеризующее его социальную, жизненную, деятельностьную и психолого-возрастную позицию; «социально-образовательный портрет людей пенсионного возраста» с учетом их социально значимой деятельности, «андрагогическое взаимодействие субъектов образовательного процесса»;
- выявлены тенденции современного периода жизнедеятельности людей пенсионного возраста, их потребности и запросы, уровни образованности современных пенсионеров, фактор свободного времени, демографические изменения, формы досуга;
- определены принципы дополнительного образования людей пенсионного возраста (открытости и динамичности; совместной деятельности; опоры на жизненный опыт обучающихся; системности и контекстности обучения; элективности, актуализации результатов обучения людей пенсионного возраста);
- охарактеризована социально-личностная активность людей пенсионного возраста как интегративный критерий результативности процесса дополнительного образования, выражающийся в развитии ценностно-смысловой и потребностно-практической сфер деятельности пенсионеров.

Практическая значимость исследования состоит в том, что:

- разработана и реализована модульная программа ориентационного курса по социально-личностному самоопределению людей пенсионного возраста «Новые возможности в пенсионном возрасте», направленная на актуализацию процесса социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста, помощь в социальной, психологической и профессиональной адаптации в новый период жизни, формирование адекватной самооценки, пробуждение потребности в самосовершенствовании;

– выделены и внедрены образовательные формы и технологии (досуговая образовательная деятельность, образовательный туризм, музейное образование, интернет-технологии, социально-педагогическое проектирование, воркшоп и др.) и методы обучения (продуктивные, поисковые, исследовательские, активно-творческие), способствующие социально-личностному самоопределению людей пенсионного возраста;

– реализована модель дополнительного образования людей пенсионного возраста, способствующая их социально-личностному самоопределению, на основе учета специфики современного пенсионера и отражения в этом процессе способов реализации индивидуально-личностных потребностей и запросов в автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» г. Санкт-Петербурга.

Положительные результаты, полученные в ходе диссертационного исследования, используются в практике организации образования людей пенсионного возраста.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. *Сущность социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста* заключается в поиске смыслов в конкретных видах жизнедеятельности, в выборе определенных стратегий дальнейшей жизни. Социально-личностное самоопределение человека пенсионного возраста — это интегративное качество личности, характеризующее его способность к жизненной переориентации, личностной адаптации в новых жизненных условиях, осмысление и выбор механизмов преодоления кризисных тенденций переходного пенсионного возраста, определение дальнейшего пути деятельностного развития, саморазвития и самореализации. Открытие новых жизненных смыслов, ценностей и установок, связанных с переживанием своего нового статуса, утратой старых и приобретение новых социальных связей, «причастности к жизни» — все это обуславливает процессы социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

Социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста включает аспекты:

- социальный (принятие нового статуса пенсионера, готовность или неготовность к новому статусу, его отторжение; ролевая переориентация; выбор и участие в социально-значимой деятельности);

- личностный (отношение к своему прошлому, настоящему, планируемому будущему; адаптация к возрастным изменениям, адекватное восприятие старости, сохранение эмоциональной и стремление к душевной гибкости, стремление к внутренней целостности, осмысление прожитой жизни);

2. *Социально-образовательный портрет и особенности людей пенсионного возраста в современном обществе.* Социально-образовательный портрет людей пенсионного возраста определяется социально-значимой деятельностью пенсионера в новой жизненной ситуации, существенными являются проявления следующих типологических признаков — ценностно-смысловой, потребностно-мотивационный и содержательно-образовательный, интегрирующих их личностно-социальное развитие, профессиональные знания, витагенный опыт. Социально значимая деятельность пенсионера является проявлением возрастных изменений и возможностей кризиса, изменения ценностно-смысловой сферы, необходимости социальной адаптации, обуславливающая требования к дополнительному образованию как фактору социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

К основным тенденциям развития социально-культурного и образовательного статуса пенсионеров в современном обществе относятся: выросший уровень образованности; лучшее по сравнению с предшествующими поколениями состояние физического здоровья; значительный разрыв в экономической состоятельности людей пенсионного возраста; увеличение количества свободного времени, как следствие демографических изменений и технологического развития общества;

образование для современного пенсионера — источник развития, самореализации, мотивация жизненной деятельности и форма досуга.

Дополнительное образование для лиц пенсионного возраста должно строиться с учетом социально-педагогических и психолого-возрастных особенностей: разнообразие типов; потребность в общении среди сверстников, развитии социальных связей, индивидуальном подходе, личностном росте, андрагогическом взаимодействии.

3. Модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения.

Дополнительное образование людей пенсионного возраста рассматривается с позиций социокультурного, геронтологического и деятельностного подходов, позволяющих интегрировать в их образовательном процессе социокультурную реальность, соматико-возрастные особенности и культурно-образовательные потребности

Модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения состоит из пяти взаимосвязанных и взаимозависимых компонентов — целевого, методологического, содержательного, организационно-технологического и оценочно-результативного. Целеполагание модели ориентировано на соотнесение собственных жизненных смыслов, ценностей, установок, интересов и потребностей с новыми условиями жизнедеятельности, принятие нового социального статуса пенсионера, успешную адаптацию людей пенсионного возраста к стремительно меняющимся условиям жизни; способность каждого ликвидировать пробелы в знаниях и умениях, которые оказывают влияние на улучшение качества его жизни; помогают успешно справиться с любыми трудностями. Системообразующим фактором построения модели является андрагогическое взаимодействие между субъектами образовательного процесса. Ведущими принципами являются принцип поддержки социально-личностного самоопределения, открытости и динамичности, совместной деятельности, учета многообразия характеристик

социально-образовательного портрета обучающихся, опоры на опыт обучающихся. Образовательный процесс строится на основе реализации индивидуальных образовательных маршрутов.

В качестве интегративного критерия результативности предлагаемой модели рассматривается социально-личностная активность пенсионеров в новых условиях жизнедеятельности.

Достоверность результатов диссертационного исследования обеспечивают социокультурный, геронтологический и деятельностный подходы; опора на научно-педагогическую методологию; теоретические и экспериментальные методы исследования; анализ социально-педагогической практики и реального опыта образования людей пенсионного возраста; поэтапный педагогический эксперимент; использование известных в литературе методик диагностики. **Обоснованность** полученных результатов и выводов диссертационного исследования обеспечивают исходные методологические позиции, а также методы исследования, адекватные теоретическому аппарату исследования, опора на эмпирику.

Апробация и внедрение результатов исследования. Результаты и основные выводы проведенного исследования докладывались и обсуждались на заседаниях кафедры профессионального педагогического образования и социального управления Института непрерывного педагогического образования НовГУ имени Ярослава Мудрого, научно-практических конференциях разного уровня, в числе которых: международные — «Социальное взаимодействие в различных сферах жизнедеятельности»: IV Международная научно-практическая конференция (Санкт-Петербург, 2015), «Проблемы педагогической инноватики в профессиональном образовании»: 17-я Международная научно-практическая конференция (Санкт-Петербург, 2016), «Личность. Общество. Образование»: XX международная научно-практическая конференция (Санкт-Петербург, 2017); всероссийские — «Специфика педагогического образования в регионах России: 7-я Всероссийская научно-практическая конференция (Тюмень, 2015);

межрегиональные — «Образование в условиях системных изменений»: Межрегиональная научно-практическая конференция (Санкт-Петербург, 2015).

Структура диссертации. Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложений.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЮДЕЙ ПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА КАК ФАКТОРА ИХ СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ

В данной главе ставится цель рассмотреть содержание понятий, основных теорий и трудов ученых, на которые опирается данное диссертационное исследование. Для достижения этой цели был осуществлен анализ философской, психолого-педагогической и социологической литературы (Б.Г. Ананьев [6; 7], Л.И. Анцыферова [10; 11], Е.В. Беловол [16], Н.М. Божко [22], С.Г. Вершловский [37; 38], В.В. Горшкова [532; 54], А.И. Жилина [227], С.И. Змеев [82; 83], Ю. Клергк [96], О. Корсгард [115], А.И. Кукуев [122], Ю.Н. Кулюткин [123; 124], А.А. Макареня [145; 146], А.Е. Марон [165; 182; 192], Л.Ю. Монахова [165], В.Г. Онушкин [181], Д.И. Фельдштейн [250; 251; 252; 253], К. Фопель [257], Т. Юден [281], R. Arnold [288; 289], P. Jarvis [295; 296], M.S. Knowles [297; 298;], E.C. Lindeman [299; 300], M. Woodhall [307] и др.).

В главе осуществлен анализ работ, посвященных демографическим проблемам, социализации, социальной адаптации и самоопределению людей пенсионного возраста (К.А. Абульханова-Славская [1; 2], А.А. Бодалев [21], М.В. Ермолаева [74], Е.А. Ковалева [101; 102], Б.Г. Колесов [107], В. Краснова [117; 118], А.Н. Леонтьев [136; 137], Н.С. Морова [166; 167], Н.С. Пряжников [201; 202], С.Л. Рубинштейн [217], Н.Б. Секарева [223], Э. Эрикссон [280] и др.).

Среди ключевых понятий, описывающих заявленную проблему по социально-личностному самоопределению в процессе дополнительного образования людей пенсионного возраста, можно назвать: «люди пенсионного возраста», «социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста», «социализация», «социальная адаптация», «дополнительное образование», «непрерывное образование», «неформальное, формальное,

информальное образование» и др. Остановимся на рассмотрении содержания этих понятий.

1.1 Современное состояние развития дополнительного образования людей пенсионного возраста (отечественный и зарубежный опыт)

В постоянно меняющемся мире значение и востребованность дополнительного образования трудно переоценить. В настоящее время невозможно прожить только с образованием, полученным в юности, и при этом быть востребованным квалифицированным специалистом, своевременно реагирующим на все изменения и нововведения. Это может обеспечить только образование в течение всей жизни. Данный факт неоднократно отмечался на международных конференциях.

В развитых странах приняты законы о непрерывном образовании взрослых и просветительской деятельности, функционируют соответствующие государственно-общественные структуры управления, разрабатываются и реализуются национальные программы. Например, V Международная конференция (Гамбург, 1997 г.) образование взрослых объявила «ключом к XXI веку» и призвала сделать непрерывное образование одним из важнейших приоритетов государственной политики во всех странах. В этой конференции приняли участие представители 140 государств мира, включая руководство ООН, ЮНЕСКО, министров культуры, образования и информации различных стран. На форуме подчеркивалось, что «образование взрослых является одним из уникальных способов устойчивого развития обществ самой различной ориентации» [166, С.199].

После данной конференции в большинстве стран мира разрабатываются и осуществляются различные образовательные программы для взрослого населения разных возрастов, желающего продолжить свое образование. При

этом государство гарантирует каждому право на образование, тогда как его форму обучающийся выбирает сам.

В «Рекомендациях о развитии непрерывного образования взрослых», которые были официально приняты на генеральной конференции ЮНЕСКО в Найроби было отмечено: «Каждому государству — члену ООН следует признать непрерывное образование взрослых необходимым и специфическим компонентом своей системы образования и постоянным элементом своей политики социального, культурного и экономического развития; таким образом, ему следует содействовать созданию структур, разработке и выполнению программ и применению методов образования, отвечающих потребностям и чаяниям всех категорий взрослых» [166, С. 201].

Сегодня в мире существует много центров, занимающихся проблемами образования людей пенсионного возраста, отметим исследования таких организаций как: Институт образования ЮНЕСКО в Гамбурге, Международный институт планирования образования в Париже, Международный институт образования в США, Организация образования взрослых в Швейцарии, Международный педагогический центр во Франции, Национальный институт образования взрослых в Великобритании, Международный институт педагогических исследований в Германии и др.

В международном образовательном сообществе выделяется три формы реализации непрерывного образования: формальное, неформальное, информальное.

Формальное образование — строящееся по возрастному признаку и происходящее преимущественно в организованной и иерархически определенной структуре и завершающееся выдачей документов государственного или установленного образца (диплом, аттестат, свидетельство, удостоверение); формальное образование имеет установленную продолжительность во времени и реализуется по государственным стандартам.

Неформальное образование — протекающее вне рамок принятых систем образования, однако носящее целенаправленный и систематический характер, в котором обозначены цели, методы и результат обучения.

Информальное образование — освоение новых знаний, протекает за рамками принятых систем образования; информальное образование реализуется в процессе общения людей в повседневной жизни, в их профессиональной деятельности, человек неосознанно получает определенные знания из информационных ресурсов (СМИ, Интернет, телевидение, досуг) в индивидуальной познавательной деятельности, которая формирует систему взглядов, ценностей и не имеет атрибутов педагогической формы.

В последнее время во многих странах наблюдается тенденция старения населения. По данным ООН доля граждан старше 60 лет в мире составляет 12,7 %, в Европе 24,5%. К 2050 году по прогнозу ООН эти цифры увеличатся до 21,5% и 34,2% соответственно [236]. Эта демографическая ситуация находит отражение в развитии дополнительного образования. Возникает новое направление — образование людей предпенсионного и пенсионного возраста — университеты для пожилых людей или, как их еще называют, университеты третьего, серебряного возраста, охватывающие желающих учиться от 50 лет и старше [52].

Возникшее в 60-ые годы 20 века в Соединенных Штатах Америки, это направление получило свое распространение и развитие во многих странах мира. Сегодня этим движением создан международный орган, выпускаются два журнала, в которых освещаются вопросы образования людей пенсионного возраста. Международная ассоциация университетов третьего возраста, основанная в 1975 году, объединяет к настоящему моменту более 300 университетов. Каждые два года ассоциация проводит конгресс, на котором участники имеют возможность представить результаты своей работы, прослушать доклады и обсудить интересующие их вопросы [44].

Независимо от наличия или отсутствия каких-либо дипломов пенсионеры могут получать образование в университетах пенсионного возраста в любых областях науки и искусств. Лекции проходят во второй половине дня, их читают доценты и преподаватели высших учебных заведений. Кроме них по запросам групп организуются дополнительные мероприятия: семинары, дискуссии, языковые курсы, поездки и экскурсии. Люди пенсионного возраста призваны взять на себя ответственность за свои успехи, то есть принять активное участие в построении собственного образовательного процесса.

Дополнительное образование людей пенсионного возраста ставит своей главной целью не профессиональное, а личностное развитие, помощь в общении участников образовательного процесса, сохранении их жизненной активности.

Образование людей пенсионного возраста приобрело в разных странах мира разнообразные формы. В США, где это направление зародилось, действуют такие виды образовательных учреждений как институты для образования людей пенсионного возраста и дома отдыха для пенсионеров. Идея Мартина Ноултона объединить путешествие и обучение — своеобразный отдых с пользой — помогает создать дружескую обстановку, привлекающую участников к процессу обучения и самообучения, способствующую саморазвитию людей пенсионного возраста. К настоящему времени данное направление предлагает 8000 программ в США и еще 90 странах [51].

В европейских странах две формы образовательного направления «университет третьего возраста»: первая — когда обучение организуется на базе местных высших учебных заведений, при этом обучение людей пенсионного возраста происходит совместно с молодыми студентами по стандартным учебным курсам. Наибольшее распространение эта форма нашла во Франции, на родине первого университета третьего возраста, в Германии, Швейцарии и некоторых других странах. Во второй форме обучение людей

пенсионного возраста проводится отдельно по специально разработанным для них программам, при этом предполагается самостоятельное функционирование университета. Вторая форма широко распространена в Австралии, Великобритании и Новой Зеландии.

В некоторых странах образованием людей пенсионного возраста занимаются народные университеты. Например, в Финляндии народные университеты действуют уже более 60 лет, принимая на обучение всех желающих. В Дании и Швеции люди пенсионного возраста могут обучаться также в Народных университетах. Отдельные занятия для людей пенсионного возраста появились в Японии в 60-е годы 20 века в рамках государственной образовательной системы. В Польше среди организаций, занимающихся образованием людей пенсионного возраста, наиболее популярны университеты третьего возраста.

В Германии наряду с двумя вышеописанными формами существуют бюро сеньоров, консультационные службы, разговорные кафе и другие различные организации, занимающиеся досугом и образованием людей пенсионного возраста [290].

При эффективной организации и функционировании непрерывное образование людей пенсионного возраста способно оказывать существенное влияние на социально-экономическое развитие, повышение интеллектуального потенциала населения и его успешную социализацию.

Федеральный закон № 273 от 21.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» дифференцировал образование взрослых на дополнительное профессиональное образование, связанное с развитием профессиональных компетенций специалистов, и дополнительное образование взрослых, которое призвано удовлетворять индивидуальные потребности «в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании» человека любого возраста, будь то ребенок, взрослый среднего или пенсионного возраста, который в рамках неформального образования решил разнообразить свою жизнь [249].

Е.А. Трофимова считает, что образовательная политика в нашей стране соответствует общенациональным интересам в сфере образования взрослых и декларирует их мировому сообществу, соотнося их с современными тенденциями мирового развития, обуславливающими существенные изменения в отечественной системе образования, в целом, и образовании взрослых, в частности, как социокультурном институте. Е.А. Трофимова выделяет такие тенденции как:

– ускорение темпов развития общества и как следствие — необходимость подготовки людей к жизни в интенсивно меняющихся условиях;

– в связи с вхождением в постиндустриальное информационное общество, существенное расширение масштабов межнационального и межкультурного взаимодействия особую значимость приобретают факторы толерантности и коммуникабельности; возникновение и увеличение глобальных проблем, которые можно решить только в результате взаимодействия всего международного сообщества, для чего требуется формирование планетарного, космического, ноосферного стиля мышления у российского гражданина;

– динамика развития экономики, повышение конкуренции, сокращение сектора неквалифицированного и малоквалифицированного труда, значительные структурные изменения в сфере занятости, являются причинами потребности в регулярном повышении профессиональной квалификации и переподготовке, постоянном росте профессиональной мобильности работников;

– рост значимости человеческого капитала, составляющего в развитых странах около 70-80% национального богатства, все это обуславливает интенсивное, непрерывное развитие образования молодежи и взрослого населения» [246].

В последнее время все большую значимость в непрерывном образовании людей пенсионного возраста приобретает тенденция

перенесения основного акцента с процессов профессиональной переподготовки и повышения квалификации на целостное развитие взрослого человека. Отсюда, важнейшая задача, как отмечается в материалах ЮНЕСКО, — «обеспечить взрослого человека пониманием жизни, знаниями и умениями, необходимыми для творческой, продуктивной и приносящей удовлетворение жизни в современном динамично изменяющемся обществе» [176, С. 16]. В качестве основных ориентиров государственной политики в этой области определены три ведущие идеи: гражданственность, мобильность (социальная, трудовая), социальная активность.

Исходя из этого, в современных социально-экономических условиях образование людей пенсионного возраста в России должно получить более высокий государственный статус, правовое, научно-методологическое обоснование и практическую направленность [63].

Обязательное условие успешного развития непрерывного образования людей пенсионного возраста — наличие законодательной базы, которая гарантирует доступность образования гражданам независимо от возраста. Реализация права на образование влияет на возможности граждан в полной мере воспользоваться другими правами и свободами цивилизованного демократического общества. Полноценное осуществление права на образование невозможно без законодательного подтверждения доступности образования пенсионерам и обязательств органов государственной власти по его наиболее полной реализации. Наряду с этим законодательство должно регулировать правоотношения и создавать правовые механизмы, обеспечивающие эффективность данной образовательной деятельности.

Законодательство о непрерывном образовании людей пенсионного возраста разрабатывается на основе следующих документов:

- Всеобщей Декларации прав человека;
- Европейской конвенции о защите прав человека и основных свобод;
- Конституции Российской Федерации;
- Закона «Об образовании Российской Федерации»;

– Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года;

– Проекта «Российское образование — 2020: модель образования для экономики, основанной на знаниях»;

– Стратегии инновационного развития России на период до 2020 года;

– Методических рекомендаций по стимулированию и поддержке непрерывного образования в субъектах РФ (письмо от 26 декабря 2013 № АК-3076/06, письмо от 23 января 2014 № ДЛ-28/06) [249].

Согласно Федеральному закону № 273 от 21.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» (Глава 2, Статья 10), образование делится на общее образование, профессиональное образование, дополнительное образование (детей и взрослых всех возрастов) и профессиональное обучение, которые обеспечивают возможность реализации права личности на непрерывное образование, т.е. образование в течение всей жизни. В пункте 1 статьи 75 говорится: «Дополнительное образование детей и взрослых направлено на формирование и развитие творческих способностей детей и взрослых, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени» [249, С. 68].

Образование людей пенсионного возраста реализуется посредством дополнительных общеобразовательных и предпрофессиональных программ, которые реализуются «как для детей, так и для взрослых», на их освоение могут претендовать «любые лица» без предъявления требований к возрасту или образованию [249, С. 68].

Таким образом, в Законе «Об образовании в Российской Федерации» нормативно закреплено понятие непрерывного образования. Непрерывное образование обеспечивает реализацию права граждан РФ на образование в течение всей жизни посредством различных программ, которые реализуются для взрослых всех возрастов (дополнительных профессиональных программ,

образовательных программ и общеразвивающих программ). При этом не устанавливаются федеральные государственные требования, федеральные государственные образовательные стандарты в отношении программ дополнительного профессионального образования. Это дает возможность оперативно и гибко обеспечивать потребности соответствия квалификации человека меняющимся условиям профессиональной сферы и социальной среды. Федеральным законом введено также понятие организации, осуществляющей обучение.

Другой стратегический государственный документ — «Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года» ставит перед образованием России стратегическую цель, определяющую государственную политику в сфере образования: «Повышение доступности качественного образования, соответствующего требованиям инновационного развития экономики, современным потребностям общества и каждого гражданина» [113, С. 84].

В документе определена приоритетная задача — создание отвечающей современным требованиям общества системы непрерывного образования взрослых всех возрастов, качественной подготовки и своевременной переподготовки профессиональных кадров, удовлетворение образовательных потребностей граждан страны. Необходимо создавать условия для разработки и реализации программ повышения квалификации и профессиональной переподготовки, которыми должны быть охвачены до 2020 года не менее 25-30 % всего взрослого населения.

Императив инновационного развития России заложен в последних правительственных документах (Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы, проект «Российское образование — 2020: модель образования для экономики, основанной на знаниях», «Стратегия инновационного развития России на

период до 2020 года») и ставит, как одну из ключевых, задачу создания оптимальной модели образования на ближайшую перспективу.

К сожалению, во всей полноте в стране отсутствует соответствующая современным требованиям законодательно-правовая база, обеспечивающая образование людей пенсионного возраста. Справедливости ради следует отметить, сегодня существуют некоторые правительственные документы, приведем основные из них:

– Письмо Минобразования России от 30.06.2002 №14-55-898ин/15 «О порядке формирования основных образовательных программ послевузовского профессионального образования»;

– Приказ Минобразования России от 18.12.2002 №4452 «Об утверждении Методики применения дистанционных образовательных технологий (дистанционного обучения) в образовательных учреждениях высшего, среднего и дополнительного профессионального образования Российской Федерации»;

– Письмо Минобразования России от 30.06.2003 №35-52-47 ин/36-20 «О реализации программы дополнительного профессионального образования в Российской Федерации на 2002-2005 годы».

Постановлением Правительства Российской Федерации № 295 от 15 апреля 2014 года принята государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы, одной из задач Программы является формирование системы непрерывного образования, подготовки и переподготовки профессиональных кадров, включая развитие региональных систем непрерывного образования [196]. Государственной программой поставлены цели: обеспечить высокое качество образования в Российской Федерации, соответствующее меняющимся запросам населения страны и перспективным задачам развития общества и экономики; повысить эффективность реализации молодежной политики, ориентированной на дальнейшее инновационное социально ориентированное развитие нашей страны.

Приказ № 499 от 1.07.2013 г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам», предусматривающий разработку новых процедур для организации образовательного процесса в ДПО.

Методические рекомендации по стимулированию и поддержке непрерывного образования в субъектах РФ (письмо от 26 декабря 2013 г. № АК-3076/06, письмо от 23 января 2014 № ДЛ-28/06).

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2014 года № 487-р «Об утверждении комплексного плана мероприятий по разработке профессиональных стандартов». Планом предусмотрено создание условий для координации сотрудничества работодателей, образовательных учреждений, профсоюзных организаций, государственных органов власти с целью выработки основных направлений политики государства в области развития и повышения профессиональных квалификаций. Этому, в частности, должны способствовать разработка современных профессиональных стандартов, повышение качества подготовки новых кадров, внедрение независимой квалификационной оценки, на основании проведения мониторинга эффективности и обобщения опыта лучших практик профессионально-общественной аккредитации существующих образовательных программ и общественной аккредитации учебных организаций.

В качестве инструментов государственной политики Российской Федерации в сфере образования выступают в последние годы Федеральные целевые программы развития образования, «Русский язык», «Научные и научно-педагогические кадры инновационной России», приоритетный национальный проект «Образование», образовательная национальная инициатива «Наша новая школа» и другие федеральные целевые и ведомственные программы, проекты модернизации системы образования.

Говоря о приоритете «образования на протяжении всей жизни», мы имеем в виду, что каждый человек пенсионного возраста:

- приходит уже со своим индивидуальным багажом знаний, умений и навыков;
- определяет собственный маршрут и скорость продвижения, исходя из своих индивидуальных способностей, потребностей и интересов;
- имеет широкую возможность неформального и информального образования;
- должен подтверждать свою квалификацию в профессиональной карьере.

Непрерывное образование взрослых всех возрастов ориентируется на целостное развитие человека как личности на протяжении всей его жизни, на повышение возможностей его трудовой и социальной адаптации в быстро меняющемся мире. Ставит целью развитие способностей обучающегося, его стремлений и возможностей, а также разностороннего саморазвития.

Приоритетными направлениями деятельности системы непрерывного образования для людей пенсионного возраста являются:

- формирование нормативной правовой базы функционирования системы непрерывного образования;
- создание и внедрение новых организационных механизмов взаимодействия субъектов системы непрерывного образования;
- обеспечение научно-методической поддержки развития системы непрерывного образования;
- поддержка государственно-частного партнерства в системе непрерывного образования;
- мониторинг и информационное обеспечение системы непрерывного образования;
- развитие кадрового потенциала системы непрерывного образования (подготовка андрагогов).

Основная стратегическая цель, стоящая сегодня перед системой непрерывного образования взрослых всех возрастов — это создание механизмов ее эффективного функционирования и устойчивого развития. Речь идет о создании и внедрении в систему непрерывного образования таких инструментов и средств, которые можно было бы использовать неоднократно для адаптации этой системы к меняющимся требованиям экономики, потребностям общества и каждого гражданина.

Обеспечить системный характер в достижении поставленной стратегической цели возможно только в случае интеграции потенциала:

- формального образования, предоставляемого, как правило, организациями, осуществляющими образовательную деятельность;

- неформального образования как целенаправленной деятельности по повышению общекультурного уровня граждан, в том числе заинтересованными организациями сферы культуры, труда и социальной защиты, экономического развития, спорта и так далее (примерами здесь могут служить проекты по повышению информационной грамотности людей пенсионного возраста, формированию финансовой и бюджетной грамотности);

- неформального образования как индивидуальной деятельности граждан, сопровождающей повседневную жизнь и не обязательно носящей целенаправленный характер (в первую очередь связанной с медиасферой, сетью Интернет, индустрией кино, досуга, телевидения).

В этой связи становится принципиально важным объединить усилия всех субъектов системы непрерывного образования, к которым относятся:

- федеральные государственные органы и органы государственной власти субъектов Российской Федерации, которые осуществляют государственное управление в сфере образования, а также органы местного самоуправления, которые осуществляют управление в сфере образования, созданные ими консультативные, совещательные и иные органы;
- организации, в задачи которых входит образование педагогических работников и обучающихся;

- научные организации, занимающиеся обеспечением образовательной деятельности, оценкой качества образования;
- объединения юридических лиц, работодателей и их союзов, общественные объединения, осуществляющие деятельность в сфере образования;
- общественные организации (например, «Дом Европы в Санкт-Петербурге»), международные проекты и акции (например, Базовая организация по образованию взрослых и просветительской деятельности государственных участников СНГ, Международные недели образования взрослых, Программа международной оценки компетенций взрослых РIAAC, которая исследует ключевые компетенции людей и их влияние на успешность и эффективную самореализацию человека в обществе и др.).

Остановимся на практическом решении дополнительного образования людей пенсионного возраста. Многие ученые исследуют проблему построения системы образования для людей пенсионного возраста. Щукина Н.П. [279] приводит данные свидетельствующие о том, что сегодня во всем мире в Народных Университетах учится более 220 миллионов человек. Образовательные программы таких Университетов в развитых странах реализуются при частичном или полном финансировании государства. В нашей стране, к сожалению, образование людей пенсионного возраста существует практически без поддержки государства, часто за счет общественных инициатив, и в настоящее время плохо выдерживает конкуренцию с коммерческими образовательными структурами.

Министр труда и социальной защиты РФ Максим Топилин в докладе на совещании президиума Государственного совета «О развитии системы социальной защиты граждан пожилого возраста» 19 августа 2014 года сообщил, какие шаги предприняты в этом направлении. Если в предыдущие годы законодательство о занятости «было сконцентрировано только на безработных гражданах», то сейчас «субъектам Российской Федерации было предоставлено право направлять финансовые средства для переобучения,

повышения квалификации граждан, которые находятся за пределами трудоспособного возраста», — пояснил министр [287, С. 35].

Помимо этого, законодательно запрещена дискриминация работников по возрастному признаку: «Раньше мы видели во всех объявлениях ограничения возраста граждан, которые принимаются на работу: требуются до 45 лет, требуются до 50 лет. Теперь законодательством введен в принципе запрет на такую дискриминацию, и службы занятости в регионах должны следить за этими целями», — заверил Максим Топилин [287, С.36].

Уже сейчас очевидно, что законодательные изменения должны идти параллельно социальным и даже психологическим. Необходимо уйти от негативных стереотипов, связанных со старением, привлекать некоммерческие структуры к решению социальных задач, а также поощрять волонтерские движения и другие инициативы по поддержке людей старшего поколения.

В последние годы проводятся разнообразные мероприятия и научно-практические конференции, посвященные проблемам образования людей пенсионного возраста. Приведем некоторые из них: Семинар «Методы активизации и мотивации пожилых людей для участия в жизни общества» (Минск, 21-22 июня 2011 г.); Межрегиональная научно-практическая конференция «Современные информационные технологии как фактор повышения качества жизни людей старшего поколения и инвалидов. Понятный Интернет» (Ульяновск, 4-5 сентября 2013 г.); Семинар «Почему бизнесу выгодно брать на работу людей 50+» в Доме правительства Москвы, 30.09.2013 г. (организаторы: Университет третьего возраста, Агентство стратегических инициатив, Интернет-портал «Баба-Деда»); Международный форум «Старшее поколение», городская выставка «Золотая осень: век живи, век учись» в ЛЕНЭКСПО (Санкт-Петербург, 1-2 октября 2013 г.); II Ежегодная Национальная конференция «От стареющего общества к обществу для всех возрастов» (Москва, 9-10 октября 2014 г.); Международный форум «Непрерывное образование взрослых» (Санкт-Петербург, 24 апреля 2015 г.);

Международная научно-практическая конференция «Непрерывное образование взрослых как фактор повышения качества жизни» (Москва, 19 мая 2015 г.); 13-ая Международная конференция «Образование через всю жизнь: Непрерывное образование в интересах устойчивого развития», круглый стол № 7 «Новые педагогические и организационные стратегии в непрерывном образовании для людей с ограниченными возможностями и третьего возраста» (Санкт-Петербург, 29-31 мая 2015 г.); VII Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием «Развитие человека в современном мире» (Новосибирск, Новосибирский государственный педагогический университет, 19-21 апреля 2016 г.); III Международная научно-методическая конференция «Современные тенденции в дополнительном образовании взрослых» (Минск, Республиканский институт высшей школы, 21 октября 2016 г.) и др.

Во всех институтах дополнительного профессионального образования (муниципальных, региональных, федеральных) обучаются люди пенсионного возраста, в основном в рамках формального образования, как правило, это работающие пенсионеры, которым необходимо повышать свою квалификацию по нормативным требованиям. Однако существует немало примеров неформального дополнительного образования, адресованных людям пенсионного возраста.

На основании анализа регионального опыта нами выявлены учреждения, выступающие основными инициаторами и организаторами дополнительного образования для лиц пенсионного возраста в России:

1. Университеты и институты, организующие очное и/или дистанционное обучение пенсионеров.
2. Центры социальной помощи населению.
3. Общероссийская общественная организация «Общество «Знание».
4. Районные, городские и краевые библиотеки.
5. Региональные общественные организации.

Образовательные проекты, ориентированные на людей пенсионного возраста, наиболее часто называются: «Народный университет», «Университет третьего возраста», «Университет пожилого возраста», «Университет серебряного возраста», «Университет золотого возраста» и т.п.

Остановимся на примерах организации дополнительного образования людей пенсионного возраста. Одним из примеров может служить региональная общественная организация «Дом Европы в Санкт-Петербурге», которая основана в 1996 г., своей основной целью организация считает развитие образования человека на протяжении всей жизни различными средствами: реализация программ, адресованных различным целевым группам взрослого населения; проведение конференций, семинаров, научных исследований; организация сетевых образовательных структур [144].

Основными задачами организации являются:

- изучить и обобщить феномен образования взрослых всех возрастов;
- реализовать идею «обучение на протяжении всей жизни»;
- исследовать особенности и условия организации работы с различными целевыми группами слушателей, формы межпоколенческих программ, механизмы социального партнерства, условия организации сетевого взаимодействия в организации образования взрослых;
- укрепить единое образовательное пространство, реализовать интеграцию отечественного и зарубежного опыта в области образования взрослых, повышения квалификации участников организации;
- распространить инновации средствами сетевого взаимодействия с организациями, реализующими близкие по содержанию программы;
- формировать стимулы интеграции процессов формального, неформального и информального образования взрослых средствами социального партнерства с привлечением государственных, частных и общественных организаций и учреждений.

Кратко остановимся на основных формах работы «Дома Европы в Санкт-Петербурге».

1. Обучающая организация «Высшая народная школа».

Обучение в «Высшей народной школе» доступно всем категориям населения. С особой внимательностью в Школе относятся к незащищённым слоям населения: работающим людям предпенсионного возраста и пенсионерам; временно безработным; мигрантам и представителям культурно-национальных меньшинств и др.

Обучение строится на свободном диалоге между слушателями и преподавателями, на личной вовлеченности и мотивации.

Народная школа как центр развития демократии имеет особый стиль жизни, преподаватели и слушатели вместе пытаются разрешить жизненные проблемы; здесь каждый человек воспринимается как личность, обладающая уникальным, ценным в общении личным опытом.

2. Сетевой проект «Евроведение».

Учитывая профиль организации и используя возможность широкого общения с коллегами из Федерации Домов Европы, дело было начато с разработки активно обсуждаемого в Европе так называемого «европейского измерения в образовании» и первой образовательной программы — курса «Евроведение», который в 90-ые годы активно вводился в школах, при этом ощущался дефицит дидактических материалов. В содружестве со специалистами ряда филологических кафедр ЛГУ и активом учителей при кабинете географии Санкт-Петербургской академии постдипломного образования были подготовлены материалы и разработана и выпущена серия брошюр по страноведению, которые оказались весьма востребованными как в учебном процессе, во внеклассной работе, так и в первых путешествиях по Европе.

3. Международное движение и конкурс «Красивая школа».

Международное движение «Красивая школа» инициировано учителями в рамках международного сотрудничества в Европейском Форуме за свободу

в образовании, в период подготовки российской группой XV Коллоквиума в Санкт-Петербурге в 1997 году. Оно является оригинальным путем достижения автономии школы в сложных социально-экономических условиях.

Движение объединяет коллективы различных учебно-воспитательных учреждений, которые на основе собственной концепции красивой школы организуют совместную работу педагогов, детей и родителей. Выработываемые российскими педагогами концепции являются попыткой сформулировать новые подходы к вопросам воспитания личности, исходя из выработанных человеческой историей идеалов истины, добра и красоты.

4. Акция ЮНЕСКО «Неделя образования взрослых».

Цель акции — активизировать интеллектуальный потенциал в странах-участницах для ускорения социально-экономических преобразований, привлекать население для участия в проводимых реформах, укреплять единое образовательное пространство, интегрировать отечественный и зарубежный опыт в сфере образования взрослых всех возрастов, повысить квалификацию участников акции «Неделя образования взрослых».

5. Сетевой проект «Обучающийся регион».

Многие ученые согласны с тем, что развития информационного общества можно добиться вложением ресурсов в человеческий капитал, что превратит данный инвестиционный процесс в перманентный и все более интенсивный. Процесс развития информационного общества на локальном уровне потребует создать определенную общность людей, которые разделяют ценности инновационной экономики и воплощают их в жизнь своими объединенными усилиями [275].

Очевидная прогрессирующая тенденция образовательного процесса в мире в целенаправленном создании стимулирующей среды на местных уровнях и в стране в целом. Эти направления межведомственной интеграции (местная власть, субъекты хозяйства, образование, культура, наука,

неправительственные организации) называют терминами «обучающийся регион», «обучающийся город», «обучающееся сообщество». Такой опыт эффективной реализации данной идеи сегодня накоплен во многих развитых странах [210].

Еще одним интересным примером организации дополнительного образования для людей пенсионного возраста является «Онлайн-университет третьего возраста», созданный в образовательном учреждении «Санкт-Петербургский университет информационных технологий, механики и оптики», одном из лучших вузов страны в области ИК технологий. «Онлайн-университет третьего возраста» занимается [248]:

- формированием информационной культуры людей пенсионного возраста;
- созданием качественной и доступной системы дистанционного образования для лиц пенсионного возраста;
- преодолением информационного неравенства и исключенности людей пенсионного возраста из социально-культурной жизни.

Основой деятельности «Онлайн-университет третьего возраста» является функционирование первого в России портала дистанционного обучения для людей пенсионного возраста — u3a.niuitmo.ru, на котором размещаются авторские курсы:

- «Пожилой человек в современном обществе» — данный курс призван сформировать у людей пенсионного возраста систему знаний социальной геронтологии, повысить их мировоззренческую, социологическую и геронтологическую культуру, осмыслить этапы жизненного пути индивида как равноценного для него самого и для общества, а также формировать ответственность за свой жизненный план, как и его реализацию;
- «Планета интернет для Вас» — курс является путеводителем путешествия по Интернету и лишний раз убеждает, что все аспекты социальной жизни находят отражение во всемирной паутине: от

сомнительных удовольствий, скрытых опасностей и обмана, до дружбы, мудрости человечества и удивительной силы искусства;

– «Духовные основы русской культуры» — курс, опирающийся на мультимедийные возможности компьютерных и Интернет-технологий, которые позволяют органично соединить массив теоретического материала с художественно-образным, эмоциональным погружением в мир искусства;

– «Мировые религии» — курс позволяет узнать и понять содержание религии, ее место и роль в обществе, курс даст возможность людям пенсионного возраста уточнить или определить собственную мировоззренческую позицию, затронет вопросы соотношения веры и морали, религиозные каноны и права;

– «Введение в философию возраста» — курс затрагивает проблемы возраста, что является, по существу, проблемой смысла жизни, проблемой, которая на каждом возрастном этапе биографии раскрывается по-новому;

– «Советы психолога по сохранению душевного равновесия» — курс, рассказывающий как не подчиниться своим чувствам и держать их в узде, как укрепить психологическую устойчивость, как пережить горе, как избежать замораживающей душу зависимости и не оказаться на поводке у бутылки спиртного, шприца с наркотиком или лидера секты;

– «Электронное правительство и электронные услуги для граждан» — курс, помогающий людям пенсионного возраста благодаря применению электронных услуг сэкономить время, поберечь свои силы и нервную систему, обойтись без длительных очередей за многочисленными справками.

Это не весь перечень интересных и полезных курсов для людей пенсионного возраста, которые своим содержанием, структурой и богатством наглядного материала могут посоперничать с полноценными университетскими курсами. Для тех, кто в силу разных причин не готов пока воспринимать курсы в полном объеме, существуют мини-курсы и мини-лекции, кроме того есть «Лента новостей», которая постоянно обновляется и

содержит различные материалы о мировой политике, культурных событиях и т.д.

Один из важнейших образовательных результатов «Онлайн-университет третьего возраста» обуславливается вовлечением людей разных возрастов в активную общественную, социальную и культурную жизнь через использование информационно-коммуникационных технологий.

Большой популярностью в Санкт-Петербурге пользуется Автономная некоммерческая организация социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст», основной целью которого провозглашено развивать адаптационные технологии, способствующие социализации, социальной адаптации и развитию социальной активности людей пенсионного возраста. Деятельность организации «Серебряный возраст» связана с удовлетворением культурно-образовательных потребностей людей пенсионного возраста, активизации их социально-полезной деятельности с использованием жизненного и профессионального опыта пенсионеров с одной стороны, а также с формированием позитивного отношения к людям старшего поколения в социуме, использованием их знаний и опыта в воспитательной работе с подрастающим поколением, — все это способствует повышению качества жизни и активного долголетия людей пенсионного возраста [225].

В организации «Серебряный возраст» реализуются следующие интересные проекты: «Возраст — здоровью не помеха», «Общение без границ», Программа «Бабушки&внуки», «Таланту все возрасты покорны», «Волонтерский старт», «Сети все возрасты покорны», «Серебряные волонтеры: адаптация людей старшего возраста посредством волонтерской деятельности».

Особо остановимся на реализуемой в организации комплексной программе «Пять шагов к волонтерству». Программа, рассчитанная на 3 месяца, состоит из трех частей:

- 1 часть — эффективное взаимодействие человека с окружающим миром;
- 2 часть — волонтерство;

3 часть — лидерство.

Основной целью программы является расширение возможностей саморазвития и самореализации людей пенсионного возраста через волонтерскую деятельность. При этом решаются следующие основные задачи, отвечающие возрастным потребностям:

– Предупреждение старости. Помощь в жизненном самоопределении пенсии, которая основана на стимуляции социально-личностной активности, пропаганда психической и физической активности в качестве преодоления негативных возрастных проявлений;

– Подготовка к волонтерской деятельности. Удовлетворяя свои социально-личностные потребности, можно быть и другим полезным. Увеличение и углубление знаний. Речь идет о вовлечении слушателей в процесс постоянного образования в соответствии с их интересами.

Программа включает в себя волонтерскую практику. Итоговым мероприятием по окончании программы является публичная защита проекта «Образ моего будущего». По итогам программы каждый ее участник получает личную книжку волонтера.

В работе организации «Серебряный возраст» используются различные формы обучения: познавательные лектории, мастер-классы со специалистами (врачами, учеными, политиками, депутатами, представителями органов муниципальной власти), круглые столы, дискуссии, креативные тренинги, деловые игры, экскурсионная программа, досугово-творческая деятельность.

Перечень программ дополнительного образования обширен и удовлетворяет разные культурно-образовательные потребности людей пенсионного возраста:

- «Информационная грамотность» (начальный и повышенный уровни),
- «Дизайн» (от одежды до интерьеров),
- «Садовый дизайн»,
- «Петербурговедение»,
- «Немецкий язык» (начальный, средний и продвинутый уровни)

- «Здоровьесбережение и здоровый образ жизни»,
- «Арт-терапия»,
- «Хореография»,
- «Эффективное взаимодействие в семье и обществе»,
- «Техническая и функциональная грамотность»,
- «Юридическая грамотность»,
- «Экономика и мы»,
- «Гимнастика для мозга» и т.д.

Остановимся на региональном опыте работы с людьми пенсионного возраста.

Основная цель Программы образования людей «третьего возраста» Мурманской области «является формирование организационных, правовых, социально-экономических условий для осуществления мер по улучшению положения и качества жизни пожилых людей путем предоставления различных видов социальной поддержки на основе индивидуальной оценки нуждаемости, повышению степени их социальной защищенности, активизации участия пожилых людей в жизни общества» [174].

В документе «Региональная программа повышения качества жизни граждан пожилого возраста на территории Красноярского края» на 2014-2018 годы предусмотрены мероприятия, направленные на формирование равных возможностей для граждан пенсионного возраста и инвалидов:

- обеспечение доступа к информационным технологиям;
- развитие социального партнёрства органов государственной власти края с общественными организациями,
- благотворительная деятельность отдельных граждан и целых организаций, направленная на поддержку добровольчества (волонтерства);
- повышение уровня и качества жизни отдельных категорий граждан;
- привлечение социально ориентированных некоммерческих организаций в сферу оказания социальных услуг населению [208].

В Республике Марий Эл доля людей пенсионного возраста составляет 28% от всего населения. Количество пенсионеров, проживающих в г. Йошкар-Ола, составляет более 80000 человек. Эта категория граждан обладает большим потенциалом, желает быть востребованной и готова достаточно активно участвовать в жизни окружающего социума. Пенсионеры располагают свободным временем и готовы активно участвовать в жизни города, если создать для этого соответствующие возможности и условия [167].

С инициативой открытия «Университета третьего возраста» в столице Республики Марий Эл выступил Институт педагогики и психологии ФГБОУ ВПО «Марийский государственный университет» при поддержке постоянной комиссии по социальным вопросам Собрания депутатов городского округа «Город Йошкар-Ола» [166].

Анализируя с 2009 года накопленный опыт в различных регионах по данному направлению, мы пришли к выводу, что «Университет третьего возраста» — это достаточно разнообразная по форме и содержанию работа. Успех здесь во многом будет зависеть от того, насколько удовлетворены потребности в дополнительном образовании этих людей. Причем, в тех областях знаний и реальной практике, которые востребованы данной категорией людей не на перспективу, а именно в сегодняшнем дне. С этой целью проводились разъяснительные беседы клиентами отделения дневного пребывания «Ветеран» для граждан пенсионного возраста и инвалидов г. Йошкар-Ола, использовались информирование через СМИ, телефонные опросы ветеранов Марийского государственного университета, ныне находящихся на заслуженном отдыхе.

Основными целями «Университета третьего возраста» были определены:

- создание для людей пенсионного возраста благоприятных условий, способствующих их самообразованию и самосовершенствованию в разных областях;

– содействие формированию и развитию очень востребованной пенсионерами среды общения, помогающей удовлетворению коммуникативных потребностей;

– возможность у людей пенсионного возраста принять участие в добровольческой деятельности, создание условий для активной социальной и творческой жизни согласно программе развития университета педагогики и психологии;

– помощь пенсионерам при освоении современных инновационных технологий, чтобы люди пенсионного возраста могли активно использовать эти возможности в повседневной жизни [166].

Деятельность «Университета третьего возраста» направлена на повышение качества жизни людей пенсионного возраста. Она меняет их стереотип поведения и жизненные установки: отказ от пассивного, потребительского отношения к жизни и создание новой модели личностного поведения путём вовлечения в образовательные мероприятия, разработку и осуществление общественно значимых проектов. Таким образом, увеличивается степень участия пенсионеров в общественной жизни, поддерживается интеллектуальный уровень, расширяется сфера общения между молодым поколением студентов и пенсионерами.

В 2012-2013 учебном году были реализованы следующие образовательные программы:

1. «Основы компьютерной грамотности» — программа направлена на освоение людьми пенсионного возраста базовыми навыками работы на компьютере (пользование электронной почтой, интернетом, умение создать на компьютере необходимый документ, посмотреть фотографии, пообщаться по скайпу с родными и знакомыми).

2. «Фамильная академия: основы психологической грамотности, помощь во взаимодействии с родными» — целью программы является выработка понимания законов позитивного семейного общения с детьми и взрослыми.

3. «Возрождение души» — программа по духовно-нравственному воспитанию включает знание и понимание православной культуры, знакомство с праздниками и таинствами, обрядами и духовными наставлениями, учителями православной веры. Программа очень популярна среди людей пенсионного возраста.

4. «Город-сад» — программа включает формирование и развитие основных знаний и умений организации садово-огородных работ на приусадебном участке [167].

По завершению занятий проводится торжественное мероприятие с вручением сертификатов, грамот, благодарственных писем; наиболее активные и инициативные пенсионеры заносятся в Книгу Почета с фотографией и краткой информацией.

Реализация в г. Йошкар-Ола образовательного проекта «Университет третьего возраста» становится той новой формой социальной реабилитации для пенсионеров, которая помогает сохранению активной жизненной позиции людей пенсионного возраста. Об этом свидетельствуют результаты социологических опросов граждан, посещающих данные курсы.

Результаты опроса свидетельствуют о том, что работа с пенсионерами достигает конечной цели образования, которая заключается в формировании личности, способной и желающей активно участвовать в экономической и социальной жизни общества.

Многие регионы страны охвачены различными культурно-образовательными программами и проектами по работе с людьми пенсионного возраста, перечислим лишь некоторые. В Астраханской области реализуется программа обучения пенсионеров компьютерной грамотности «Все в сеть!»; в Свердловской области региональная комплексная программа «Старшее поколение», функционирует школа пенсионного возраста; в Тюменской области разработана программа по повышению компьютерной грамотности населения «Расширяя горизонты».

Как показал анализ региональных программ, в большинстве из них акцент сделан на овладение пенсионерами основ компьютерной грамотности, что позволяет им после занятий ориентироваться в информационном пространстве, расширять сферу общения, получать посредством сети Интернет ряд услуг [173].

Образовательный процесс с людьми пенсионного возраста ведется добровольцами и волонтерами, благотворительными и религиозными организациями, лидерами профсоюзных и политических движений. С обучающимися работают специально подготовленные специалисты: медицинские и социальные работники, геронтологи, андрагоги, практические психологи и т.д.

Специалисты, работающие с людьми пенсионного возраста, имеют не только специальные знания, но и психологически и морально готовы к данной деятельности. Помощь этих специалистов-андрагогов заключается в просветительской работе (законы, любая информация, помогающая избежать доверчивым пенсионерам шарлатанов), терпеливом отношении, проявлении эмпатии, заботы, ненавязчивой помощи в адаптации к новому образу жизни. Девиз дополнительного образования для людей пенсионного возраста: «Через обучение к повышению качества жизни» [172; 248; 271].

Основными задачами дополнительного образования людей пенсионного возраста являются:

- содействие социально-личностному самоопределению;
- помощь людям в трудных жизненных ситуациях;
- успешная адаптация к социально-экономическим условиям жизни в современном информационном пространстве;
- овладение современными технологиями, для улучшения качества жизни;
- формирование принципов здорового образа жизни и т.д. [41].

Пятая Международная конференция по образованию взрослых ЮНЕСКО, которая прошла в Гамбурге в 1997 году, призвала к созданию

среды образования, благоприятствующей всем формам обучения людей пенсионного возраста, путем предоставления им доступа ко всем службам и системам, обеспечивающим обучение и профессиональную подготовку взрослых и способствующим тем самым их активному участию в жизни общества [176].

Д. Финдайзен считает, что образование лиц пенсионного возраста удовлетворяет основные потребности человека: эмоциональные, познавательные, психологические и другие потребности, потребность в уважении, потребность в чувстве полезности обществу, они привыкли нести ответственность за близких, за свои собственные решения. «Принятие на себя ответственности перед другими является отчасти делом выбора и отчасти — самоопределения человека. Те, кто не принимает на себя ответственность перед другими, находятся вне социальных отношений и не могут созидать, не могут учиться» [255, С.12].

В этом возрасте люди ищут друзей с похожими интересами и ценностями, в группах ровесников они легче находят близких людей. Образование людей пенсионного возраста основано на идее социального участия и становится связующим звеном между прошлым, настоящим и будущим в их жизни [154].

Что нужно учитывать при построении образовательного процесса в обучении лиц пенсионного возраста? На наш взгляд, *системообразующим фактором* в организации процесса обучения взрослых пенсионного возраста является *андрагогическое взаимодействие обучающего и обучаемого в этой системе*.

Субъектами образования людей пенсионного возраста являются андрагог и взрослый человек, который обращается к нему за поддержкой. Образование взрослых пенсионного возраста — это особенное образование, «образование сотрудничества», образование, в процессе которого субъекты — обучающий и обучающийся — могут меняться местами. Для того, чтобы личность обучающегося могла раскрыться, она должна вступить в активную

совместную деятельность с обучающим (андрагогом), и вполне вероятно, что ранее они оба преуспели в разных сферах и ипостасях, и могут научить друг друга в процессе со деятельности каждый своему знанию, при этом раскрывая свой потенциал.

Стиль мышления, общения и деятельности, индивидуальная картина мира у каждого субъекта учебного процесса в образовательной системе, особенно творческой личности, свои, и это — основа диалога, основа социально-личностного самоопределения, раскрытия своего ресурса. Важно направить их в нужное русло. Этим нужным руслом является реализуемый потенциал личности. У субъекта он накапливается, у личности — реализуется. Опережение в дополнительном образовании людей пенсионного возраста проявляется в помощи, поддержке пенсионера в его жизни, наполненной удовлетворением от того, что удалось сделать сегодня и что имеет перспективу на завтра и послезавтра [54].

Здоровью (соматическому, нравственному, психическому) пенсионеров следует придавать первостепенное значение. Это первое объективное условие для получения образования людьми пенсионного возраста. К сожалению, большинство россиян живут с мыслью о том, что здоровье бесконечно, и о нем не надо заботиться. Валеологическое образование взрослых всех возрастов — дважды опережающее, особенно это касается людей пенсионного возраста [16].

Второе условие получения пенсионерами дополнительного образования — потребность и возможность обоюдного раскрытия своих потенциалов, определение перспективных целей и проектирование этапов и характера сотрудничества — со деятельности. Такое образовательное взаимодействие является условием для осуществления механизма субъект-субъектных отношений в образовании людей пенсионного возраста.

Образование людей пенсионного возраста является взаимодействием двух микросоциумов: андрагогов и пенсионеров разного возраста и социального положения, профессиональной принадлежности, имеющих

разный витагенный опыт, профессиональную компетентность, общекультурный кругозор и т.п. Образование людей пенсионного возраста — это диалог двух личностей, отличающихся разным опытом и стилем мышления, общения и жизнедеятельности. Разнообразны цели и задачи, которые возникают изначально (социокультурный, личностно-ориентированный заказ) и меняются в процессе их решения, окончательные очертания приобретают при планировании дальнейшей жизнедеятельности обучающегося. Субъекты образования могут в процессе содеятельности меняться местами, как это и предполагает технология «естественного общения» [56].

Взрослые в системе образования людей пенсионного возраста — ее субъекты, т.е. «обучающийся» и «обучающий» (андрагог), чаще всего являются «продуктом» одного времени (в отличие от других элементов системы непрерывного образования). Это имеет свои плюсы и минусы. Плюсы — в возможности легче установить контакт (особенно, при совмещении психо- и социотипов), в отсутствии возрастных барьеров, а минусы — в затруднениях, вследствие устоявшихся стереотипов мышления и поведения, выхода на «новые ступени». В этом заключаются и особенности подготовки андрагога: его профессиональная подготовка должна быть направлена на готовность к изменениям в социальной, культурной и экономической реалиях.

Вопрос в том, что может предложить андрагог своему ученику — пенсионеру, каким арсеналом средств, каким масштабом интеллектуального и социокультурного потенциала располагает андрагог, умеет ли он диагностировать человека. Как выстроить систему их отношений, в какой последовательности должен развиваться их диалог. Диалоговая методология исходит из развитых возможностей партнеров по диалогу. Диалог субъектов должен основываться на возможностях гибкого реагирования на суждения оппонента, достижение взаимопонимания на основе принципа многокультурного плюрализма, приятия иной картины мира.

Образование людей пенсионного возраста по своим целям и задачам,

технологиям и формам организации во многом отличается от профессионального образования, осуществляемого в профессиональной школе, а также последипломного образования (аспирантура и формализованная система повышения квалификации). Оно в основном имеет неформальный характер и некоторые общие черты с заочным образованием, дистанционным обучением и самообразованием.

Новая концепция образования людей пенсионного возраста требует внедрения нового содержания, форм и технологий. Нужны готовые к этим нововведениям педагогические кадры (андрагоги), которых на сегодняшний день в педагогических вузах обучают по большей части по «старым рецептам». Образовательная установка на стандарты, больше ориентированные на получение знаний, а не применение их в реальной жизнедеятельности. Но главным условием является создание соответствующей образовательной среды (информационной, предметно-развивающей, оздоровительной, коммуникативной, культуротворческой и социальной и т.д.) [149].

Андрогог, который работает с людьми пенсионного возраста, должен обладать искусством диалога и «искусством толкования», под которым нами понимается толкование поведения личности, нацеленного на поиск общих интересов, ценностей, потребностей и результатов деятельности.

Для людей пенсионного возраста считается важным обеспечить их общение в кругу себе подобных, развитие существующих и формирование новых социальных связей, чувство причастности к событиям, происходящим в стране или регионе, расширение кругозора, поэтому здесь особый акцент делается на учреждениях досуга.

Андрогоги по отношению к обучающимся должны стать носителями позитивных социальных перемен, стать тем фактором, которое запускает социально-личностное самоопределение, самореализацию, самоорганизацию и взаимопомощь среди людей пенсионного возраста, инициировать и сопровождать их в процессе преобразования. Цель андрогога состоит не

только в организации просвещения и досуга людей пенсионного возраста, а в том, чтобы с помощью образовательной деятельности «запустить» внутренние механизмы личности, инициировать в ней творческое начало, помочь укрепить социальные связи между людьми.

В процессе общения с людьми пенсионного возраста, считают И.А Григорьева и С.П Чернышева, «выясняется, что для того, чтобы человек продуктивно и осмысленно прожил пенсионный период своей жизни, а в необходимости этого никто не сомневается, нужно вернуться в пункт под названием «личностный фундамент», то, с чем человек подошел к старшему возрасту, и продиагностировать его состояние» [55, С. 26]. Каковы причины личностного кризиса человека, может показать история его жизни, каково его здоровье, его ближайший круг общения, профессиональные интересы и хобби, каковы его потребности, мечты, идеи, жизненные цели, — все перечисленное может сформировать ресурсы выхода из возрастного кризиса и определяет содержание неформального образования людей пенсионного возраста.

В дополнительном образовании в качестве особенностей отметим доминирование диалога в общении, это самый высокий гарант дружеских отношений в учебной группе, что обуславливает понимание своих прав и обязанностей, формирует чувство ответственности, и побуждает человека активно менять окружающую среду. Диалог может быть разным, потому главным компонентом всего процесса образования будет установление среди субъектов обучения диалога, являющегося универсальным инструментом развития.

Образование для людей пенсионного возраста выступает фактором, с помощью которого формируется социальная сплоченность и развивается добровольчество среди граждан в осуществлении ими различных общественно-полезных инициатив. Это важно не столько для социума, сколько для самого субъекта, способного перевести свои познавательные потребности в социально-значимые цели и действия. Личностный эффект, порожденный взаимосвязью образования с социальным действием, отмечали

многие авторы, но наиболее он раскрыт бразильским педагогом Пауло Фрейре, предложившим специальный термин «образование, которое воодушевляет». Ученый считает: «Образование должно иметь в качестве одной из важных задач вовлечение в то, что дает веру в себя, а также веру в то, что мы обладаем знанием» [294, С. 131].

Важная цель образования людей пенсионного возраста — в выявлении и усилении внутренней ответственности человека для того, чтобы он сам формулировал и достигал поставленных задач. При выполнении какого-либо действия индивидуально или в команде, человеком формируется образовательная потребность, о которой он и не догадывался раньше. Те люди, которые являются участниками социальных проектов, явно выигрывают, т.к. ставят перед собой конкретные возникающие задачи, которые заставляют расстаться с существующими стереотипами. Практикующие люди на практике видят те преимущества, что дают современные информационные технологии и могут освоить весьма сложные технические операции, что способствует смене их самооценки и повышению планки очередных потребностей.

Таким образом, образование для людей пенсионного возраста, которое реализует дополнительное образование должно:

- иметь эффективную программу активизации обучающихся, ориентированную на социальное сплочение и их активное участие в жизни общества;
- демонстрировать необходимость обновления устаревающих знаний;
- развивать у пенсионеров потребность участия в командных проектах, личную ответственность за принятие решений;
- развивать самоактуализацию людей пенсионного возраста в течение всей жизни, направленную на их личностный рост, по А. Маслоу «через преодоление страха и стремление к безопасности, ... преодоление иллюзий, ... предоставление возможности проявиться самости, осознание своих потенциальных возможностей и желаний» [151, С. 316].

Образование людей пенсионного возраста:

- способствует успешной адаптации человека к стремительно меняющимся условиям жизни;
- учит каждого человека ликвидировать пробелы в знаниях и умениях, которые оказывают влияние на улучшение качества его жизни;
- помогает людям пенсионного возраста успешно справиться с любыми трудностями.

Г.Б. Кошарная, Е.В. Щанина подчеркивают: «Главным в организации образовательного процесса людей пенсионного возраста должен быть личностный подход с учетом индивидуальных, психологических и социальных особенностей каждого человека» [116, С. 61].

Таким образом, педагогические особенности построения образования людей пенсионного возраста связаны со спецификой и особенностями, характерными для такой группы людей, социокультурными особенностями современного периода, нацеленностью на социально-личностное самоопределение, что и проверялось нами в ходе педагогического эксперимента в процессе организации образовательного процесса для людей пенсионного возраста.

Самое сложное — заметить спектр индивидуальных особенностей людей пенсионного возраста. Содержание ценностей и целей, пробудивших мотивы деятельности человека, были ли они соотнесены со способностями и возможностями, учитывались ли условия и обстоятельства, способствующие или препятствующие, как субъект образования строил свою образовательную деятельность, анализировал ли результаты этой деятельности по качеству и по удовлетворенности от самого процесса и его результата.

Интерактивная методика отличается хорошо развитой обратной связью, использованием дистанционных и информационных технологий в поддержку своей аргументации и в помощь принятию решений. Результатом этого взаимодействия будет коррекция прежнего жизненного пути взрослого или выбор нового, т.е. направленность на ситуацию успеха. Но вполне возможны

на первых порах и ситуация неопределенности, и ситуация неудовлетворённости, неприятия, неуспеха, даже конфликта. Тогда надо продолжать поиск, либо меняя субъектов общения, либо переходя на тренинг с участием большего числа партнеров, увеличивающего ситуацию выбора в обстановке сравнения путей решения в сторону успеха. Выбор пути может происходить как при отработке коррекции в рамках выбранной профессии (специальности), так и при изменении первоначального выбора [79].

Конкуренция интеллектуальных и социокультурных потенциалов как основы жизненно важных ресурсов страны и их использование в творческой деятельности является основным признаком развития и преуспевания стран в XXI веке и может быть обеспечена только за счет организации опережающей функции образования взрослых на государственном уровне. Для того, чтобы образование взрослых выполняло опережающую функцию, надо предусмотреть механизм развития этой системы (как особой подсистемы непрерывного образования).

Многие работы по философии образования определяют роль образования в преодолении кризиса цивилизации, авторы этих работ справедливо связывают кризис в образовании с необходимостью разрабатывать человекоцентристские концепции в образовании и разработки адекватных гуманитарных технологий.

П. Щедровицкий считает, что сегодня актуально «реальное сопоставление масштаба и эффективности технологий работы с человеческими ресурсами, которые есть сегодня в арсенале стран, регионов, культурных сообществ и этнических групп». По мысли ученого, эти технологии в современном мире «должны обеспечить конкурентоспособность самого человека и опирающейся на человеческий фактор массовой деятельности» [277, С.46-51].

Используя классификацию развития «педагогического производства», которую предложил ученый «по критерию базового содержания обучения, подготовки и образования», мы видим что формации катехизическая (норм

поведения и действия), эпистемологическая (объектно-ориентированное знание) и технологическая (технологии мышления, техники общения и деятельности, организация их), меняется на антропоэкологическую (смена норм поведения людей в отношении природы, культуры и социума, построенных на гуманистических технологиях использования и приобретения обновленных знаний, нового содержания деятельности, а также используемых средств).

Данный теоретический анализ трудов и исследований ученых, занимающихся образованием взрослого населения, позволил выделить некоторые *социально-педагогические и психолого-возрастные особенности людей пенсионного возраста, которые необходимо учитывать при организации их учебного процесса в дополнительном образовании:*

- разнообразие категорий обучающихся людей пенсионного возраста — по возрасту, образованию, социальному положению, жизненному опыту, личностному потенциалу, психическому и соматическому состоянию здоровья — является основой их социально-личностного самоопределения, раскрытия своего ресурса и достигается организацией диалога в обучении;
- потребность в общении в кругу сверстников, развитие существующих и формирование новых социальных связей, расширении кругозора личного и социального, развитие функциональной и информационной грамотности;
- необходимость в андрагогическом взаимодействии в образовательном процессе, под которым понимается стимулирование образовательной потребности людей пенсионного возраста, актуализация жизненного опыта пенсионеров, их социально-практических интересов, поддержка всех видов мотивации, нацеленность на новый уровень социализации пенсионеров;
- особый подход к содержанию образования для людей пенсионного возраста: наличие эффективной программы активизации людей пенсионного возраста, содействующей социальному сплочению и их участию в жизни общества; демонстрация устаревания знаний и необходимости их обновления для успешной адаптации человека пенсионного возраста к стремительно

меняющимся условиям жизни; развитие потребности в участии в командных проектах и ответственности за принятые решения независимо от возраста и социального статуса; развитие самоактуализации человека в течение всей жизни, ведущей к его личностному росту.

В.А. Мижериков отмечает: «Мировая практика работы с людьми пенсионного возраста, прекратившими активную профессиональную деятельность, показывает многообразие вариантов *modus vivendi* лиц, перешедших на ступень постпроизводственного возраста. По данным социально-психологических и демографических исследований, благодаря внедрению педагогических разработок, относящихся к пенсионному возрасту, общество предупреждает потерю огромного интеллектуального потенциала, снимает страх людей перед неизбежностью утраты активной роли в жизни общества» [230, С. 273].

В.А. Смушков отмечает, что для форм образования взрослых, относящихся к неформальному образованию, характерны: общественный характер управления; добровольный характер обучения; вариативность модулей, программ и сроков обучения; сочетание научно-популярных форм с прикладными занятиями; создание комфортной образовательной среды для общения взрослых людей; возможность социально-психологической защиты в условиях социокультурных перемен. Этот тип образовательных учреждений действует по принципам открытости, доступности и демократизма [232].

Многие ученые отмечают, что для современного состояния образования людей пенсионного возраста характерны неустойчивость, конфликтность ценностных ориентаций. Противоречия всегда были и могут быть, но необходимо, чтобы они вместе с тем являлись основой для социально-личностного самоопределения пенсионеров, их самореализации и саморазвития. Разрушение функционировавшей системы образования людей пенсионного возраста, в первую очередь отразилось на общекультурной ее составляющей. Народные школы и университеты, лектории, различные курсы, клубы и дворцы культуры, библиотеки были структурами,

предоставлявшими разнообразные возможности людям пенсионного возраста для их социокультурного развития. Они являлись стабильными и доступными формами непрерывного образования, межпоколенческого общения, образующими единое образовательное пространство.

Ресурсом образования людей пенсионного возраста является их жизненный опыт. Среди пенсионеров, в отличие от студенческой молодежи, востребовано безотлагательное применение знаний, которые они получают в процессе обучения. Особенностью обучения людей пенсионного возраста, по мнению И.А. Григорьевой является привнесение в образовательный процесс собственного жизненного опыта, а также стремление быть нужными обществу. Именно поэтому при разработке образовательных программ следует учитывать, прежде всего, специфику контингента взрослых, проживающего в конкретном социуме [55].

Итак, с позиции современной науки социальное обучение людей пенсионного возраста относится к так называемому неформальному дополнительному образованию, которое рассматривается как персональное развитие, социальная адаптация, сохранение активной жизненной позиции людей пенсионного возраста. Именно такое общение в среде равных себе позволяет «студентам пенсионного возраста» преодолеть кризисы одиночества и на основе знакомства с современными информационными технологиями приобретать новый социальный опыт в получении востребованных в данный возрастной период знаний. Все это способствует их социально-личностному самоопределению, поднимает их мотивацию и смысло-жизненные ориентации, а в целом влияет на повышение уровня социального благополучия людей пенсионного возраста, осуществляет профилактику негативных последствий кризисного периода, способствует повышению адаптивных возможностей к внутренним и внешним переменам.

В результате мы пришли к выводу о необходимости создания модели дополнительного образования людей пенсионного возраста, которая отвечала

бы образовательным потребностям и социальным требованиям людей пенсионного возраста.

1.2 Социально-образовательные особенности и потребности людей пенсионного возраста и их учет в дополнительном образовании

В данном параграфе нами определена типология людей пенсионного возраста и создан социальный портрет каждого типа с позиций потребности в образовании, выделены психолого-возрастные особенности и образовательные потребности пенсионеров. Для этого были изучены философские, психолого-педагогические и социологические труды разных авторов, занимающихся проблемами демографии, нормативные документы, диссертационные исследования, посвященные проблемам людей старшего поколения и взаимодействия с ними.

Нами изучены труды ученых, занимающихся проблемами людей пенсионного возраста.

1. Исследования, связанные с геронтологией — А.А. Антонов [9], Л.И. Анцыферова [10,11], С. Бовуад де [20], В.В. Бочаров [27], И.В. Давыдовский [60], Н.Ю. Игнатова [88], Л.П. Липовая [140], Н.А. Рыбакова [218], З.М. Саралиева [220], Е. Халицкий [259], Е.Н. Хрисанфова [260], Н.Б. Шмелева [272], Р.С. Яцемирская [285] и др.

2. Работы по психологии старения — В. Альперович [12], Л.С. Выготский [42], М.В. Ермолаевой [74, 75], Е.А. Ковалевой [101; 102], Т.Л. Козлова [105], О.В. Краснова [117, 118], А.Г. Лидерс [138; 139], А.В. Писарев [189], Я. Стюарт-Гамильтон [238] и др.

3. Изыскания, посвященные социальной работе и помощи людям пенсионного возраста — И. Андропова [8], И.В. Бахлов [15], И.Н. Бондаренко [25], Д.Г. Владимиров [39], И.А. Григорьева [55; 56], М.Б. Денисенко [60],

Б. Менке [154], В.Ф. Соколова [233], И.В. Шаповаленко [266], Н.Б. Шмелева [272] и др.

4. Исследования, посвященные проблемам развития и образования людей пенсионного возраста — И.В. Бурцева [29], А.О. Ворошилова [41], С.П. Дьячкина [70], Г.А. Запольских [79], М.Э. Елютина [71; 72], С.И. Змеев [82, 83], Е.В. Кеслер [95], Г.А. Ключарев [99], Т.М. Кононыгина [111], Е. Конопленко [112], Т.А. Куприянова [126], Т.П. Ларионова [131], С.С. Лебедева [132; 133], Н.П. Литвинова [141; 142; 175], А.В. Михалева [163], Т.В. Мухлаева [169], Г.А. Овчинникова [177], Д.И. Фельдштейн [250-253], Н.Г. Фирсова [256] и др.

Кроме того, нами изучены диссертационные исследования, посвященные различным аспектам жизни людей пенсионного возраста. В докторском исследовании: Е.Н. Ермак (2009) [73] рассматривала педагогическую поддержку качества жизни людей пожилого возраста. В кандидатских педагогических исследованиях, посвященных людям пенсионного возраста, Г. Колик (2007) [108] изучала реализацию развивающего потенциала досуга; Е.А. Миннигалева (2004) [161] исследовала социально-педагогическую работу; Н.Б. Секарева (2002) [223] рассматривала социально-педагогическую реабилитацию; И.Ю. Тарханова (2015) [237] занималась социализацией средствами дополнительного профессионального образования; Е.С. Трифонов (2012) [245] исследовал развитие социально-культурной активности пожилых людей; Д.А. Ильина (2015) [89] исследовала развитие коммуникативно-адаптационной компетенции людей пожилого возраста и др.

Психологические проблемы жизни людей пенсионного возраста рассматривали следующие исследователи: О.В. Архипова (2011) [13] исследовала обучение как условие успешной адаптации; Е.В. Приходько (2010) [199] рассматривал процесс обучения как фактор личностного самоопределения, В.В. Чавычалова (2009) [261] изучала индивидуально-психологические особенности адаптации человека к старости.

Большое количество исследований проблем людей пенсионного возраста, связанных с социализацией и социальной адаптацией, мы нашли в социологических исследованиях: О.Л. Березняк (2010) [18] изучала адаптационные ресурсы в современном обществе; Н.В. Гудков (2009) [58] рассматривал социализацию пожилых людей в условиях перехода к рыночным отношениям; А.Е. Дегтярева (2013) [62] писала о профилактике социального исключения пожилых; Л.Н. Кузьмичева (2003) [121] исследовала культурную специфику, социальную адаптацию и реабилитацию пожилых людей; Г.М. Мамыкина (2010) [148] изучала особенности социальной адаптации людей старшего поколения; О.В. Николаева (2011) [173] рассматривала стили жизни пенсионеров; Ж.В. Петрова (2011) [187] изучала гендерные особенности пролонгирования профессионально-трудовой деятельности пенсионеров; Т.В. Смирнова (2009) [231] разработала концептуальные основания реализации социально-трудового потенциала пенсионеров; Е.В. Щанина (2006) [275] исследовала социальную активность пожилых людей; Н.П. Щукина (2004) [279] изучала институты взаимопомощи в социальной поддержке пенсионеров.

Имеются также диссертационные исследования по философии, рассматривающие проблемы людей пенсионного возраста: П.А. Бутуева (1999) [30] исследовала роль ценностных ориентаций в социализации людей старшего поколения; Л.В. Прохорова (2010) [200] изучала самореализацию пожилых людей.

Таким образом, анализ диссертационных исследований за последние годы показал, что проблеме образования людей пенсионного возраста было посвящено очень мало исследований.

На современном этапе исследование людей пенсионного возраста привлекает внимание все большего числа ученых, что связано с увеличением числа людей пенсионного возраста на планете. В 1950 году в мире насчитывалось 214 млн. человек старше 60 лет, в 2000 году – 590 млн., а к 2025

году — 1100 млн. (данные ООН [236]), и как следствие, увеличение возраста общества в целом.

«Старение России» — новая социальная проблема, требующая поиска современных технологий, форм и методов поддержки старшего поколения, которая не может быть сведена только до повышения пенсий с учетом уровня инфляции. Прекращение или ограничение трудовой деятельности, смена образа жизни и ценностно-смысловых ориентаций (не говоря уже о возникновении социально-бытовых и финансовых затруднений в жизни) и затрудненная адаптация к новым социальным условиям жизни, — все это приводит к изменению социального статуса человека в старости, что необходимо учитывать на всех уровнях содействия его жизнедеятельности.

Одной из важных стратегий развития современного общества является образование на протяжении всей жизни. В связи с тем, что количество пенсионеров в России с каждым годом увеличивается на один миллион, обучение людей пенсионного возраста становится крайне актуальной проблемой.

По прогнозам Федеральной службы государственной статистики [183], к 2020 году в России на 79 млн. трудоспособных граждан будет приходиться 36 млн. пенсионеров (Рисунок 1).

Определение возраста общества, возраста человека важно и при рассмотрении социально-демографических проблем. Исторически к вопросам периодизации подходили с различных подходов, это связано с условиями, в которых проживает человеческое общество. Низкий уровень развития цивилизации означает и низкий уровень медицины, степень развития сельского хозяйства и промышленности, что означает также и невысокую продолжительность жизни, вследствие этих условий различаются и подходы к возрастной периодизации.

Соотношение количества пенсионеров и трудоспособных граждан в разные годы в СССР и России



Рисунок 1 – Соотношение количества трудоспособных граждан и пенсионеров нашей страны по годам

В философской, демографической и психолого-педагогической литературе встречаются разные дефиниции, связанные с возрастом человека: «пенсионный возраст», «пожилой возраст», «третий возраст», «серебряный возраст», «социальный возраст», «социальная старость» и т.д. Сегодня в мировой науке нет четкой возрастной периодизации жизненного пути. Многими учеными понятие «третий возраст» отождествляется с пенсионным возрастом, однако, учитывая то, что в разных странах возрастные рамки пенсионного возраста ощутимо разнятся, а в российском правительстве говорят об увеличении пенсионного возраста в России: для мужчин 63 года, для женщин 60 лет, границы пенсионного возраста существенно размываются.

Пенсионный возраст или «третий возраст» человека — особый период свободной, но еще активной жизнедеятельности, открывающейся с выходом человека на пенсию. В последнее время в некоторых работах зарубежных авторов можно встретить еще и «четвертый возраст» — возраст не очень активной, однако умудренной, благородной старости [274].

Социальный возраст тесно связан с календарным возрастом, так те или иные формальные социальные роли или статусы индивида определяются законодательством с учетом теоретически определяемой степени развития человеческого организма и психики и готовности его к выполнению определенных социальных ролей (среднеожидаемый вариант).

Социальная старость — социальный возраст людей, который может наступить и в сравнительно молодой период жизни человека. В настоящее время люди пенсионного возраста являются одной из самых многочисленных социальных групп населения на планете. Сегодня феномен социальной старости тесно связан с возрастом всего сообщества на планете.

Рассуждая о психологическом возрасте человека, Д.И. Фельдштейн определяет его как «сложное понятие, связанное с творческой продуктивностью, с кругом социальных ролей, пространством взаимоотношений, со степенью активности и значимости такой активности в реальной организации и развитии общества. Ведь старость — не просто итог, но логическое продолжение всей предшествующей жизни, когда человеком проверяется, насколько она была удачной, достойной» [252, С. 6] Ученый подчеркивает, если задачи преодоления физической старости сложно решаемы (по крайней мере сегодня), то вполне под силу улучшить человеческую жизнь, продлевая психологический возраст, развивая психологическую устойчивость к процессу старения, «эти возможности основаны, во-первых, на внутреннем саморазвитии, во-вторых, на укреплении гуманного отношения к старости — не снисхождении, а уважении и восхищении пожилыми людьми, сохраняющими энергию жизни, творчески реализующими ее» [252, С. 9].

С.И. Змеев определил основную отличительную черту людей пенсионного возраста, которая следует за выходом на пенсию как обретение нового «я» [82]. Ведущей деятельностью людей пенсионного возраста становится поиск «самого себя в новом качестве», проба сил в новых видах деятельности (в домашнем хозяйстве, воспитании внуков, общественной деятельности, творчестве), ввиду большого количества свободного времени появляются новые хобби и увлечения. Появляется потребность осмыслить свою прежнюю жизнь, передать свой опыт подрастающему поколению, многие люди пенсионного возраста начинают писать мемуары, воспоминания. Люди пенсионного возраста часто стремятся подтвердить чувство собственной полезности обществу: «Пока я хоть что-то полезное делаю для окружающих, я существую и требую к себе уважения» [90, С. 54].

Рассматривая данную проблему в контексте геронтопсихологии, К.К. Платонов обращал внимание на «социальную жизненную перспективу» лиц пенсионного возраста, когда соотносил в структуре личности роль биологических и социальных детерминант, как факторов развития личности [190]. Среди них можно выделить следующие детерминанты, оказывающие влияние на социальную активность личности в пенсионном возрасте:

1. *Потребностно-мотивационная сфера личности.* Интересы, увлечения и мотивы, с которыми связано поведение человека в различные периоды его жизни. Активизация личностью реализации данной подструктуры раскрывает новые перспективы в жизненном пространстве и повышает уровень когнитивного развития, является профилактическим фактором увядания психических функций.

2. *Характерологические свойства личности.* Преморбидные особенности характера, сформированные в связи с определенным видом профессиональной деятельности, находят свое проявление в дальнейшей социальной адаптации, или подвергаются изменениям под влиянием новой социальной ситуации развития в пенсионном возрасте. Коррекция характерологических свойств протекает более мягко при условии реализации скрытых увлечений, интересов

и способностей личности, а также при освоении личностью новых видов деятельности, что способствует активизации познавательных интересов, формирует установки в рамках когнитивно-личностного развития.

3. *Критичность как характеристика ядра личности.* Самооценка личности в течение всей жизни человека играет особую роль, развивая и корректируя личностные установки и уровень притязаний в социально-ролевых достижениях. Однако изменения самооценки и критичности в целом в сторону повышения или понижения нередко обусловлено внешними факторами, то есть воздействием на человека различных стимулов, имеющих как положительное, так и негативное влияние. А поэтому «к выходу на пенсию» у многих людей характер самооценки, как сложившаяся детерминанта социальной активности, имеет статичную тенденцию, когда личностные мировоззрения и социальные установки получают новый импульс в реализации себя, как Человека. Сохранение «ядра личности» в аспекте критичности позволяет рассматривать данный критерий с позиций благоприятного прогноза дальнейшей социальной активности личности.

Сегодня очевидно, что границы старости раздвигаются и формируется, а где-то уже сформировалось мировоззрение, которое не рассматривает пенсионный возраст как период «дожития», а рассматривает этот период жизни и деятельности человека как период «счастливой старости». При этом встает множество вопросов для исследования «образ старости», «пожилой туризм», «социальное взаимодействие людей пенсионного возраста», «образование взрослых», «социальное отношение людей почтенного возраста в социуме», «использование богатейшего социально-поведенческого потенциала людей почтенного возраста в воспитании подрастающего поколения», «проблемы преждевременного старения».

В пенсионном возрасте люди ведут активный образ жизни: путешествуют по миру, ездят на выставки и концерты в другие города и другие страны, заводят разные хобби, их волнуют другие интересы. Люди пенсионного возраста посещают разнообразные курсы по истории искусства, музыки,

собирают коллекции, изучают хореографию, аэробику, начинают осваивать новое ремесло и др.

Учитывая все это, цивилизованное общество признает как гуманистическую и культурную задачу современного общества — обеспечить достойную старость его членам, это выражается в организации достойного социального обеспечения и медицинского обслуживания, а также в создании условий для удовлетворения жизненных потребностей людей пенсионного возраста, их личностное социокультурное развитие.

В конце 19 века Отто Бисмарк провел так называемую границу работоспособности человека в 60-65 лет, однако сегодня стремительно меняется качество жизни, условия труда человека, не случайно сегодня большинство пенсионеров продолжают трудовую деятельность.

По прогнозам Центра изучения пенсионных реформ (ЦИПР) 15 млн. пенсионеров работают (35%) [183]. Примерно половина из них после выхода на пенсию работают на своем прежнем месте, т.е. заняты квалифицированным трудом, другая половина меняет вид деятельности. При этом люди пенсионного возраста не выбирают профессии низкоквалифицированного труда, а находят современные вакансии. «В условиях дефицита квалифицированных рабочих кадров и отсутствия достаточного притока молодежи на промышленные предприятия в регионах в последнее время активизировалась организация внутрифирменного профессионального обучения работников предпенсионного и пенсионного возраста для продолжения трудовой деятельности на имеющихся, а также на вновь образуемых рабочих местах», — следует из доклада Министерства труда о социально-экономическом положении людей пенсионного возраста в России [287, С. 15].

По данным Центра изучения пенсионных реформ, который исследовал причины смены работы после ухода на пенсию: 56% не устроило прежнее место работы или условия труда; 87% опасались сокращения; 74% отметили низкий уровень зарплаты; 64% не удовлетворены отношениями в коллективе;

лишь 17% обеспокоены непрестижностью работы [183]. Эти данные отражены на Рисунке 2.

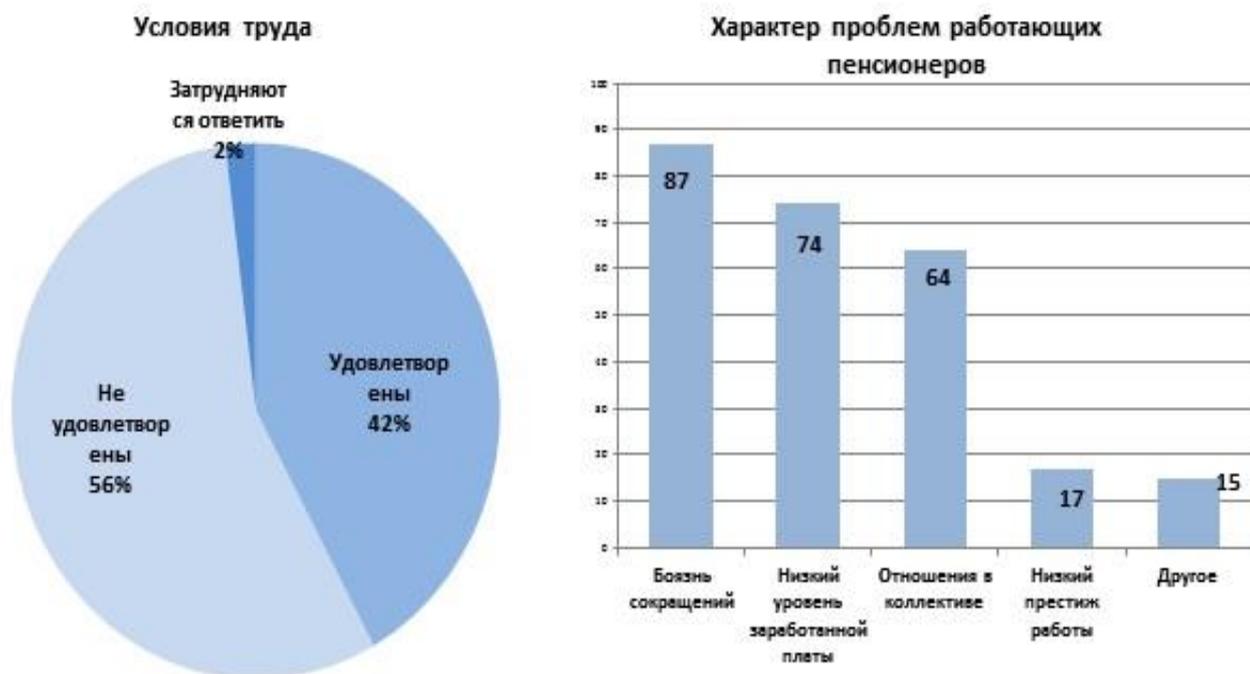


Рисунок 2 – Причины смена места работы после ухода на пенсию

Попытки определения времени старости связаны с выделением слоя группы людей пенсионного возраста, в социальном аспекте это группа, которой социально-ориентированное государство должно назначать пенсионные пособия. От того, какая периодизация будет принята в государстве, и будет определяться пенсионная политика, но наряду с пенсионными пособиями существует масса проблем людей пенсионного возраста, требующих их исследования.

Одна из актуальных проблем людей пенсионного возраста — это снижение состояния здоровья, когда ощутимы хронические болезни. Как показатели состояния здоровья психологи и медики широко используют самооценку и активную жизнедеятельность, которая имеет тенденцию к снижению и усиливается у лиц пенсионного возраста в силу хронических заболеваний, ухудшения слуха, зрения, наличия ортопедических проблем.

Существует и другая, не менее опасная проблема — одиночество людей, которое объясняется не только отсутствием родственников и близких друзей, но также и непониманием, безразличием со стороны социума к проблемам стариков. Некоторые пенсионеры, даже живя со своими детьми или другими родственниками, все равно испытывают одиночество из-за невнимания или просто игнорирования с их стороны. Но, несмотря на положение отверженных, они косвенно участвуют в семейном и социальном процессе.

Материальное положение — еще одна проблема, которая соперничает своей значимостью со здоровьем. Люди старшего поколения часто встревожены собственным материальным положением, их тревожит уровень инфляции, высокая стоимость медицинских услуг и лекарств. Поэтому многие люди пенсионного возраста после выхода на пенсию продолжают трудиться. Также в большой степени на нормальное душевное состояние пенсионеров влияет фактор благополучия, устроенности собственных детей, внуков, что отражается на внутреннем спокойствии и комфорте людей пенсионного возраста.

Система социальной политики, построенной на концепции благосостояния, главной ценностью, высшим приоритетом признает занятость и благосостояние (самообеспечение) на ее основе, актуализируя проблемы образования.

Как указывает Д.И. Фельдштейн, в современном российском обществе выделяются несколько возрастных групп, одна из них — поколение людей пенсионного возраста — играет важную роль в устойчивости социума. Это поколение «все еще управляет обществом, организуя его, стабилизируя, передавая опыт, завоевания, выступая носителем структурированных традиций, отношений, нравственных норм, что и определяет его (данного поколения) большой положительный потенциал, значимую действенность. Вместе с тем, видя перспективы развития, это поколение пытается решать все проблемы в сложившихся формах, стремясь сохранить устойчивость социума. Но именно поэтому оно уже в целом не определяет его будущее» [253, С. 11].

Пенсионный возраст еще недостаточно изучен, многое для науки остается неясным, отсутствуют системные знания о пенсионном возрасте с его образом жизни, об этом особом жизненном этапе человека в педагогике пишут не часто. «Взрослость. Мы знаем, что ее этапы часто не совпадают с социокультурным развитием, психическим состоянием, работоспособностью личности. Все ли достигли в профессиональной деятельности своего пика (акме)? Все ли реализовали себя как индивидуальности? Состоялись ли они как профессионалы или их потенциал далеко не исчерпан? Уже одна постановка указанных вопросов подсказывает: образованию, как и любви, все возрасты покорны», считает А.А. Макареня [145, С. 84].

Кто из субъектов образования людей пенсионного возраста представляет обучаемых?

1. Работающие пенсионеры, желающие повысить свою квалификацию, приобрести новые знания и умения, необходимые для работы в современных условиях или поменять прежнюю профессию на новую после прохождения профессиональной переподготовки, дающей право на новый вид профессиональной деятельности.

2. Работники учреждений дополнительного образования, поскольку эти образовательные организации могут дать необходимый толчок развитию образования любого уровня в направлении, связанном со свободой выбора социально-значимой деятельности и проектированием будущей жизнедеятельности в различных ее проявлениях (свободное время и занятость, увлечения, бытовые вопросы, участие в оздоровительных и спортивных проектах). Именно учреждения дополнительного образования создают предпосылки для отказа от привычных стереотипов использования форм и технологий только предметного характера обучения.

3. Родители или опекуны, несущие ответственность в соответствии с Декларацией прав ребенка за наилучшее обеспечение его интересов в процессе получения образования. Это положение является очень значимым с точки зрения реализации опережающей функции образования.

4. Люди пенсионного возраста, участвующие в общественной деятельности. В период активных социокультурных изменений в обществе им необходимы знания, отражающие международный опыт сотрудничества трудящихся, работодателей и властей.

5. Неработающие пенсионеры, для которых дополнительное образование является источником общения, удовлетворения познавательных потребностей, саморазвития, выбора и приобретения нового увлечения, поддержания интересов в жизни и т.д.

А.А. Макареня считает этот перечень субъектов дополнительного образования людей пенсионного возраста далеко не полным [146].

На Международном форуме «Старшее поколение» в ЛенЭкспо, состоявшемся в октябре 2013 года на выставке «Золотая осень: век живи, век учись», был проведен опрос, в котором приняли участие 198 человек (из них: мужчины до 60 лет — 29 человек, женщины до 55 лет — 68 человек, мужчины старше 60 лет — 28 респондентов, женщины старше 55 лет — 73 респондента). Цель данного анкетирования сводилась к выявлению мнений респондентов по вопросам организации образования взрослых (финансирование, педагогическая, организационная, социальная составляющие).

Приведем анкету, которая предлагалась участникам выставки:

1. Из каких, по Вашему мнению, средств нужно финансировать образование взрослых?

2. Удовлетворению каких потребностей выступает для Вас образование взрослых?

3. Какую форму обучения в рамках образование взрослых Вы предпочитаете?

4. По чьей инициативе в последний раз проходили обучение в системе образования взрослых?

5. Считаете ли Вы, что система образования взрослых в России хорошо организована?

6. Возникают ли препятствия в образовании взрослых?

Согласно результатам ответов на проведенный опрос можно сделать выводы о том, что люди старше 55 лет от системы образования взрослых:

- ожидают моральной поддержки и финансовой активности в первую очередь от государства;
- предпочтение отдают дневной или на крайний случай вечерней форме обучения;
- выражают желание в самореализации и самообразовании и надеются на помощь системы образования взрослых;
- согласны претерпевать трудности, неустроенность и неудобства в обучении; понимая, что система дополнительного образования взрослых находится в стадии нового витка развития и систематизации;
- люди пенсионного возраста с высшим образованием лучше ориентируются в выборе своего образовательного маршрута, с трудностями могут справиться самостоятельно;
- люди пенсионного возраста со средним общим образованием (школа) и средним профессиональным образованием, в большей степени ориентированы на развитие своих непрофессиональных умений и навыков посредством дополнительного образования в светском и религиозном просвещении, а также в развитии собственной сферы досуга.

При изучении вопроса построения образовательного процесса для людей пенсионного возраста мы столкнулись с тем, что пенсионеры очень отличаются друг от друга по различным критериям: психологическому, мотивационному, ценностно-смысловому, не говоря уже о медицинских показателях. Все это заставило нас обратиться к вопросу о типологии людей пенсионного возраста. Изучая литературу, мы встретились с попытками построения таких типологий по разным основаниям, однако почти все исследователи указывают на относительность этих типологий. Так, А.В. Толстых пишет о весьма насыщенном наборе качеств пенсионера, а также

интенсивной динамике этих качеств в зависимости от обстоятельств и внешних факторов [242].

Многие исследователи (А.М. Митина [162], Е.А. Трофимова [246] и др.) отмечают следующие тенденции в современном обществе:

- возросший уровень образованности современных пенсионеров;
- лучшее состояние физического здоровья пенсионеров по сравнению с предшествующими поколениями;
- значительный разрыв в экономической состоятельности людей пенсионного возраста;
- увеличение количества свободного времени у пенсионеров за счет демографических изменений и технологических факторов;
- переосмысление людьми пенсионного возраста значимости свободного времени;
- дополнительное образование рассматривается пенсионерами в качестве способа проведения свободного времени.

Мы рассмотрели некоторые авторские типологии людей пенсионного возраста (Л.И. Анциферова, Д.Б. Бромлей, Ф. Гизе, М. Ермолаева, А. Качкин, И. Кон, К. Рошак, Н.Ф. Шахматов и др.).

Л.И. Анциферова [11] выделила два типа людей пенсионного возраста по уровню активности субъектов старения, по отношению к окружающему миру и к себе в нем, по уровню удовлетворенности качеством жизни. Автор выделила позитивные и негативные стереотипы старения (Таблица 1).

Ф. Гизе [47] предлагает три типа людей пенсионного возраста на основе собственного отношения к процессу старения: *оптимистичные* — отрицающие у себя любые признаки старости; *экстравертированные* — признающие старение, но находящие средства маскировать это; *интравертированные* — остро переживающие собственное старение, что ведет к социальному обособлению и одиночеству. Похоже некоторыми

психологами выделяются три типа стариков: счастливые, несчастные, психопатологические.

Таблица 1

Позитивные и негативные стереотипы старения

(по Л.И. Анцыферовой)

Негативные стереотипы	Позитивные стереотипы
<p>1. Большинство старых людей бедны.</p> <p>2. Большинство стариков не могут свести концы с концами из-за инфляции.</p> <p>3. У большинства старых людей есть жилищные проблемы.</p> <p>4. Старые люди, как правило, слабые и больные.</p> <p>5. Старики не являются политической силой и нуждаются в защите.</p> <p>6. Большинство старых людей плохо справляются с работой; работоспособность, продуктивность, мотивация, способность воспринимать новшества и творческая активность у них ниже, чем у молодых работников. Вероятность несчастных случаев у рабочих пенсионного возраста выше, чем у остальных.</p> <p>7. Старые люди медленней соображают и у них хуже память; ниже способность к обучению.</p> <p>8. Старые люди интеллектуально ригидны и догматичны. Большинство стариков закоснели в своих привычках и не способны их менять.</p> <p>9. Большинство старых людей живут в социальной изоляции и страдают от одиночества. Большинство стариков содержатся в домах престарелых.</p>	<p>1. Старики относятся к довольно зажиточной категории населения. Работающие члены общества щедро обеспечивают их пенсиями и пособиями.</p> <p>2. Старики являются потенциальной политической силой. Они голосуют и принимают участие в политической жизни. Они едины и их много.</p> <p>3. Старики легко сходятся с людьми. Они добры и приветливы.</p> <p>4. Большинство старых людей отличаются зрелостью, жизненным опытом и мудростью. Они интересные люди.</p> <p>5. Большинство старых людей умеют слушать и особенно терпеливы к детям.</p> <p>6. Большинство старых людей отличаются добротой и щедростью по отношению к своим детям и внукам.</p>

Известный психолог И.С. Кон [110] разработал свою типологию, которую назвал типологией старости, и выделил 4 типа: 1) *активная*, творческая старость, когда пенсионеры живут полноценной жизнью и не чувствуют себя ущербными; 2) *хорошая социальная и психологическая адаптация*, при этом деятельность пенсионеров направлена на обеспечение материального благополучия, организацию досуга, самообразование; 3) *узконаправленное приложение сил и энергии* на семью, детей и внуков, однако

удовлетворенность от жизни обычно ниже; 4) смысл жизни — *забота о собственном здоровье*, стимулирующая жизненную активность и дающая моральное удовлетворение. Ученый, кроме этих положительных, выделяет еще и отрицательные типы старости, связанные с одиночеством, разочарованием в жизни, потерей смысла жизни.

Д.Б. Бромлей [291] выделяет пять стратегий старения:

1) *конструктивная стратегия*, такие люди хорошо интегрированы в социум, находят свои прелести в пенсионном возрасте и пользуются всеми благами жизни;

2) *зависимая стратегия* имеет тенденции к зависимости от других людей, пенсионеры ждут эмоциональной, психологической, а порой и материальной поддержки от своих близких;

3) *оборонительная стратегия* — пессимистическое отношение к старости, зависть по отношению к молодым, стремятся держаться своей работы, быть независимыми во всем;

4) *враждебная стратегия* — подозрительность, замкнутость, порой агрессивность к окружающим и ко всему обществу;

5) *самоненавидящая стратегия*, в этом случае агрессия субъекта направлена на самого себя, люди пенсионного возраста критикуют собственную жизнь, становятся пассивными и часто впадают в депрессию.

Отечественный социолог А. Качкин [32] предлагает типологию людей пенсионного возраста, основанную на интересах и сторонах жизни, считающихся главными для них. Ученый выделяет семейный, одинокий, творческий, социальный, политический, религиозный, угасающий и больной тип людей пенсионного возраста.

К. Рощак [216] разработал типологию человека пенсионного возраста на основе изменений в его потребностной сфере, А.Ф. Шахматов [267] — на основе отношения к своему старению и изменений жизненной позиции. Принятие или непринятие собственной старости рассматривается как результат переосмысления ценностных ориентаций и жизненных смыслов.

Нам импонирует типология М.В Ермолаевой [74], которая ставит во главу угла ведущую деятельность субъектов старения, которая может быть направлена либо на самореализацию и развитие социальных связей, а может быть направлена на обособление от социума, замыкание в собственных проблемах на фоне ухудшения здоровья, функционирования организма, профессиональных навыков и т.д. Как отмечает М.В. Ермолаева, каждая из стратегий требует своего подхода к организации жизнедеятельности человека пенсионного возраста.

Для нас важным основанием в построении типологии людей пенсионного возраста явился образовательный аспект и связанные с ним изменения личностных качеств, отношений к функциональным и профессиональным знаниям, мотивационных установок на их приобретение и т.д.

В социально-образовательном портрете пенсионера мы выделили инвариантное ядро: возрастной кризис, обусловленный состоянием здоровья, снижением жизненного тонуса, понижением конкурентоспособности и востребованности; изменения ценностно-смысловой сферы, вызванные переосмыслением ценностей, изменением отношения к себе и к окружающему миру, поиском новых смыслов жизни, путей реализации собственной активности; необходимость социальной адаптации, выражающаяся чувством растерянности, потерей самоуважения, чувством беспомощности и вины, снижением социальной активности. Вариативная часть объединяет социально-статусный, ценностно-смысловой, потребностно-мотивационный и содержательно-образовательный компоненты, интегрирующие их личностно-социальное развитие, профессиональные знания, витагенный опыт, — все это обуславливает требования к процессу дополнительного образования, который должен строиться с учетом социально-педагогических и психолого-возрастных особенностей. Свою типологию людей пенсионного возраста по их социально значимой деятельности и социально-образовательный портрет каждого типа мы построили в виде Таблицы 2.

Таблица 2

Типология и социально-образовательный портрет каждого типа людей пенсионного возраста

№	КОМПОНЕНТЫ				
	Социально значимая деятельность	Психолого-соматический	Ценностно-смысловой	Потребностно-мотивационный	Содержательно-образовательный
1.	Работающие по прежней профессии	<p>Благодаря исследованиям ученых университета Мэриленда было установлено, что работа позволяет людям пенсионного возраста оставаться физически и социально активными, тем самым поддерживая их физическое и психическое здоровье. Учеными установлена связь между рабочей занятостью и улучшением здоровья людей пенсионного возраста: уменьшение риска серьезных заболеваний и физической дисфункции. Американские специалисты считают, что работающие пенсионеры имеют лучшие показатели психического здоровья, причем люди пенсионного</p>	<p>Пенсионеры, работающие по прежней специальности, сохраняют свой социальный статус при условии продолжения активной профессиональной деятельности. Они чувствуют себя полезными обществу, смыслом своей жизни они считают профессиональный долг, передачу собственных знаний и опыта молодым специалистам.</p>	<p>Выйдя на пенсию, многие из пенсионеров все еще полны энергии, они хотят использовать свой профессиональный и жизненный опыт. Появляется потребность в повышении собственной квалификации, чтобы оставаться профессионалом в своем деле, несмотря на стремительно возрастающий поток новых профессиональных знаний и технологий. Меняющаяся социально-экономическая среда, структурные изменения экономики, низкий уровень жизни диктуют необходимость обучения пенсионеров, как наиболее социально уязвимой группы.</p>	<p>Работающие пенсионеры обязаны проходить повышение квалификации по специальности, чтобы оставаться в профессии высококвалифицированным специалистом. Система дополнительного профессионального образования к их услугам, часто работодатели сами отправляют работающих пенсионеров и даже оплачивают их повышение квалификации. Однако часто вместе с профессиональными знаниями востребованными работающими пенсионерами оказываются развивающие программы политического, социально-финансового и здоровьесберегающего характера.</p>

2.	Работающие не по прежней профессии	возраста, работающие по своей профессии, имеют лучшие показатели своего психического здоровья, чем пенсионеры, работающие не по своей специальности.	Пенсионеры, по разным причинам работающие по другой специальности, часто стремятся подтвердить чувство собственной полезности обществу. Данная категория пенсионеров определяет свой статус как период жизни, в котором в полной мере удовлетворяется стремление человека к высшим смыслам и ценностям, им открываются способности к иному восприятию и оценке собственной жизни.	Пенсионеры, по тем или иным причинам не нашедшие возможность реализовать себя в своей профессии, также полны сил и готовы приносить посильную пользу обществу. Активное приспособление к новой ситуации, деятельный стиль жизни в это период дает возможность дальнейшего развития в новой профессии, а также развитие его личности.	Работающие не по специальности пенсионеры часто выбирают неквалифицированный труд — уборщики, вахтеры, лифтеры, гардеробщики и т.д., не требующий особого повышения квалификации. Важная цель дополнительного образования такой категории пенсионеров — в выявлении и усилении внутренней ответственности человека для того, чтобы он сам формулировал и достигал поставленных задач. При выполнении какого-либо действия индивидуально или в команде, человеком формируется образовательная потребность, о которой он и не догадывался раньше. Практикующие люди на практике видят те преимущества, что дают современные информационные технологии и могут освоить весьма сложные технические операции, что
----	------------------------------------	--	---	--	--

					способствует смене их самооценки и повышению планки очередных потребностей.
3.	Занимающиеся волонтерской деятельностью	Особняком стоят неработающие пенсионеры, занимающиеся волонтерской деятельностью. Часто к этой категории относятся пенсионеры с высокими пенсиями или получающие финансовую поддержку от детей, что обеспечивает качественный уровень жизни, позволяющий следить за своим здоровьем. Эта группа пенсионеров реализует потребность в общении, в ощущении социальной полезности, передаче своих знаний, жизненного опыта подрастающему поколению. Получая удовлетворенность от волонтерской деятельности, данная категория пенсионеров имеют лучшие показатели	Ведущей деятельностью людей пенсионного возраста становится поиск «самого себя в новом качестве», проба сил в новых видах деятельности (в домашнем хозяйстве, воспитании внуков, общественной деятельности, творчестве), ввиду большого количества свободного времени появляются новые хобби и увлечения. Пенсионеры, занимающиеся волонтерской деятельностью как субъекты жизнедеятельности, успешно прошедшие очередной этап социализации, вливаются в социум активными распространителями своего жизненного	Общественно-полезная деятельность для людей пенсионного возраста выступает фактором, с помощью которого формируется социальная сплоченность и развивается добровольчество в осуществлении ими различных общественно-полезных инициатив. Это важно не столько для социума, сколько для самого субъекта, способного перевести свои познавательные потребности в социально-значимые цели и действия. Значимым оказывается использование богатейшего социально-поведенческого потенциала людей пенсионного возраста в воспитании подрастающего поколения.	Если интеллект в молодом возрасте направлен в первую очередь на решение новых задач, то в пенсионном возрасте главной способностью является выполнение задач, построенных на использовании накопленного опыта и информации. Образование пенсионеров, занимающихся волонтерской деятельностью, основано на идее социального участия и становится связующим звеном между прошлым, настоящим и будущим в их жизни. Для данной категории пенсионеров также эффективно социальное проектирование. Те люди, которые являются участниками социальных проектов, явно выигрывают, т.к. ставят конкретные возникающие

		физического и психического здоровья.	опыта. Смыслом своей жизни они считают помощь людям, применение своего опыта они часто видят в общественно-полезной и воспитательной деятельности.		задачи перед собой, которые заставляют расстаться с существующими стереотипами.
4.	Не работающие	Не работающие пенсионеры, при выходе на пенсию, лишаются возможности своего участия в общественной жизни, теряется привычный социальный статус, который они «заработали» в течение трудовой деятельности, к которому привыкли. В связи с отрывом от сферы трудовой деятельности пенсионеров их жизненный тонус понижается, негативное влияние испытывают состояние здоровья и психика.	Сложившаяся ситуация часто влияет на качество их жизни и требует от неработающего пенсионера переосмысления ценностей, изменения отношения к себе и к окружающему миру, поиска новых смыслов жизни, путей реализации собственной активности.	У неработающих пенсионеров снижается самооценка, они теряют самоуважение, веру в свои возможности и способности. Они подвержены чувству вины перед близкими и обществом, у них падает мотивация и, следовательно, снижается их социальная активность. Неработающим пенсионерам необходима устойчивая принадлежность к социальной группе старшего поколения, что помогает сохранению их идентичности и чувства психологической устойчивости. У неработающих пенсионеров наблюдается	В образовательном процессе неработающих пенсионеров необходимо реализовать их богатый внутренний потенциал, стремление преодолеть барьеры одиночества, дефицита душевного тепла и общения. Важное место занимают проблемы самочувствия, сохранения здоровья, преждевременного старения. Данные темы важны для жизнедеятельности каждого человека, но у пенсионеров некоторые из них приобретают особо важное значение. Возникает возможность и необходимость подготовки людей к старению. Задача, эта заключается не только в

				<p>мотивация на конкретные увлечения, среди которых особенно распространены чтение, разгадывание кроссвордов, просмотр фильмов, рукоделие, посещение музеев, проведение познавательных бесед и т.д.</p>	<p>поддержании физического состояния индивида, но и требует создания условий для его психологической адаптации, разработки мер психологического обеспечения. Кроме рассмотренных эмоциональных и личностных проблем старости, не менее важным является интеллектуальное функционирование в этом возрасте.</p>
--	--	--	--	---	---

Проведенный теоретический анализ философских, психолого-педагогических и демографических исследований как отечественных, так и зарубежных авторов актуализирует проблему образования людей пенсионного возраста.

Одной из важных стратегий развития современного общества является образование на протяжении всей жизни. В связи с тем, что количество пенсионеров в России с каждым годом увеличивается на один миллион, обучение людей пенсионного возраста становится крайне актуальной проблемой.

Сложившаяся ситуация подчеркивает необходимость выработки и реализации новых подходов как в социально-педагогической работе с людьми старшего возраста, позволяющих реализовать их богатый внутренний потенциал, стремление преодолеть барьеры одиночества, дефицита душевного тепла и общения, так и в дополнительном образовании людей пенсионного возраста.

При обучении этой категории людей важно учитывать их возрастные особенности в построении образовательного процесса. Для успеха в решении этой проблемы необходимо как желание в самореализации людей пенсионного возраста, так и создание условий со стороны всех заинтересованных социальных партнеров.

Нами предложен социально-образовательный портрет разных типов людей пенсионного возраста, объединяющий социально-статусный, деятельностный, ценностно-смысловой, потребностно-мотивационный и содержательно-образовательный компоненты, которые интегрируют личностно-социальное развитие, профессиональные знания, витагенный опыт пенсионеров.

1.3 Социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста в процессе дополнительного образования

Параграф посвящен теоретическому анализу понятия «самоопределение», его видов, а также рассмотрению специфики социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

«Самость» — гипотетическое термин, введенный в научно-философский оборот Г. Гегелем [45], уточненный в психологии К. Юнгом [282]. Позднее А. Маслоу [151] писал об «автономности реализующего себя человека». Многими психологами самость рассматривается в качестве реализации суверенного права человека на выбор вектора развития, жизненных смыслов и ценностей. Потребность в самореализации является высшей потребностью в пирамиде потребностей А. Маслоу. Из множества потенциальных возможностей личностью выбирается та, которая «наиболее точно удовлетворяет внутреннюю потребность и устанавливает более эффективное отношение с миром», писал К. Роджерс [212, С. 114].

В психолого-педагогической науке саморазвитие рассматривается как объективный процесс, присущий всему живому, как способ адекватного приспособления к окружающей среде, включая социальную, путем самосовершенствования. Существует много психолого-педагогических процессов, начинающихся с приставки само: самоопределение, саморегуляция, самопознание, самовоспитание, самооценка, самоуправление, — все они тесно связаны с саморазвитием человека.

Как указывают многие ученые (К.А. Абульханова-Славская, Л.С. Выготский, А.К. Маркова, С.Л. Рубинштейн и др.), понятие «самоопределение» используют в разных науках о человеке, термином пользуются философы, психологи социологи, педагоги, юристы, им обозначают процессы становления человека, у которого формируются жизненная перспектива, жизненные планы и профессиональные планы, выбор профессии.

Для людей пенсионного возраста это перестройка стереотипов поведения, нахождение своего места в новой жизненной ситуации.

Зарубежные исследователи используют аналогичное понятие «самоидентификация» или «психосоциальная идентичность», последний термин введен в оборот Э. Эриксоном [280], отождествляя его с понятием «личностное самоопределение».

А.В. Морозов термин «самоопределение» рассматривает как «самостоятельный выбор человеком своего жизненного пути, целей, ценностей, нравственных норм, будущей профессии и условий жизни» [168, С. 416].

С.И. Ожегов [179], рассматривая глагол «самоопределиться», подчеркивает социальную значимость термина как осознание человеком общественных, классовых, национальных интересов.

Многообразие авторских определений данному понятию значительно затрудняет его изучение, тем более, что зачастую авторы не дают четких определений феномену самоопределения и ссылаются друг на друга. В зарубежной науке процесс самоопределения называют формированием идентичности. Чтобы понять сущность самоопределения, выделим несколько аспектов, с позиций которых и будем рассматривать процесс самоопределения людей пенсионного возраста.

1. *Психологический аспект*, когда самоопределение рассматривается как качество личности. В психологии методологические основы самоопределения заложил С.Л. Рубинштейн (1973), который рассматривал самоопределение личности в контексте проблемы детерминации: внешние воздействия на личность преломляются через внутренние качества: «Тезис, согласно которому внешние причины действуют через внутренние условия так, что эффект воздействия зависит от внутренних свойств объекта, означает, по существу, что всякая детерминация необходима как детерминация другим, внешним, и как самоопределение (определение внутренних свойств объекта)» [217, С. 327].

Остановимся на других авторских определениях:

- А.К. Маркова (1996) считает, что «личностное самоопределение — это определение себя относительно выработанных в обществе (и принятых данным человеком) критериев становления личности и дальнейшая действенная реализация себя на основе этих критериев») [149, С. 58];

- Абульханова-Славская (1988) видит самоопределение как «осознание личностью своей позиции, которая формируется внутри координат системы отношений... от того, как складывается система отношений (к коллективному субъекту, к своему месту в коллективе и другим его членам), зависит самоопределение и общественная активность личности» [1, С. 139];

- М.Р. Гинзбург (1994), изучая личностное самоопределение, указывает, что «ее основная характеристика усматривается в соблюдении норм, принятых в обществе, и в ориентированности на определенные групповые, коллективные и общественные ценности. Наиболее существенными характеристиками самоопределившейся личности выступают осознанность своих субъективных качеств и общественных требований и нахождение некоторого баланса между ними» [48, С. 45].

2. Авторы, придерживающиеся *социологического аспекта*, берут за основу данного определения фактор выбора социального пути/социальной ориентации человека. Считается, что самоопределение человека формирует необходимую основу для его ориентации в социальной реальности.

- Л.И. Божович в своих работах указывает, что процесс самоопределения является: «выбором будущего пути, потребностью нахождения своего места в труде, в обществе, в жизни», «поиском цели и смысла своего существования», «потребностью найти свое место в общем потоке жизни» [23, С. 96]. Автор рассматривает это явление «как потребность в формировании определенной смысловой системы, в которой слиты представления о мире и о себе самом. Формирование этой смысловой системы подразумевает нахождение ответа на вопрос о смысле своего собственного существования» [23, С. 97];

- И.С. Кон (1989) видит в самоопределении «выбор личностью своей социальной роли и социальной позиции в общей системе социальных отношений, предполагающих их включенность в эту ситуацию» [110, С. 312];

- М.И. Рожков считает, что «социальное самоопределение проявляется, с одной стороны, через социальную адаптивность («быть со всеми»), а с другой — через социальную автономность («оставаться самим собой»), которые отражаются на социальной активности личности» [214, С. 183];

- С.Н. Чистякова (2014) [265] показателями самоопределения считает жизненные цели и планы, осознание своих жизненных ценностей и т.д.

3. *Профессиональный аспект* определяет отношение к профессиональной, общественно-полезной, волонтерской деятельности. Лучше всего изучено профессиональное самоопределение юношеского возраста. Авторами оно рассматривается с двух позиций: как процесс развития личности и как результат сознательного выбора профессии.

- Э.Ф. Зеер (2008) считает «профессиональное самоопределение не просто выбором профессии или альтернативных сценариев профессиональной жизни, а своеобразным творческим процессом развития личности» [81, С.42];

- Е.А.Климов (2004) рассматривает профессиональное самоопределение в качестве «важного проявления психического развития, считая его формированием личности как полноправного и полноценного участника сообщества «производителей» полезного и важного, сообщества профессионалов» [98, С. 38];

- Н.С. Пряжников (2009) подчеркивает, что профессиональное самоопределение неразрывно связано с самореализацией человека во всех жизненно важных сферах. «Сущностью профессионального самоопределения является самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной культурно-исторической (социально-экономической) ситуации» [203, С. 318].

На основе анализа различных подходов к самоопределению личности мы характеризуем самоопределение как сложный социально-психологический феномен, характеризующий проявление человеком отношение к познанию самого себя (самоидентификацию), возможности интеграции и адаптации в общество и самореализации (аспект социализации), а также выбор жизненного и профессионального пути (профессиональное самоопределение).

Мы определяем сущность самоопределения людей пенсионного возраста в поиске смыслов в конкретных видах жизнедеятельности, в выборе определенных стратегий дальнейшей жизни.

Исследователи классифицируют следующие виды самоопределения:

- личностное (самоидентификация) — Абульханова-Славская (1987) [1]; Н.В. Антонова, В.В. Белоусова [9]; Т.М. Бужас (2002) [31]; М.Р. Гинзбург (1994) [48]; А.Н. Леонтьев (1981) [137]; А.К. Маркова (1996) [149]; А.В.Петровский (2009) [188]; С.Л. Рубинштейн (2003) [217]; В.Ф. Сафин (2004) [221]; Д.И. Фельдштейн (2005) [253], Э. Эриксон (1996) [280] и т.д.

- нравственное — А.Е. Воробьева (2011) [40]; Н.Д. Зотов (1983) [85]; А.Б.Купрейченко (2008) [125]; Пашкевич (2010) [185]; К.В. Юшкова (2015) [283] и т.д.

- социальное — Л.И. Акатов (2009) [3]; В.В. Климов (2007) [97]; И.С. Кон (1989) [110]; В.Ф. Левичева (2012) [135]; Т.В. Машарова (1999) [148] и т.д.

- жизненное — Е.Н. Алтынцева (2007) [5]; Л.И. Божович (1997) [23]; В.С. Иванова (2011) [87]; Т.Н. Сапожникова (2010) [219]; А.Г. Столетов (2014) [168] и т.д.

- профессиональное — Э.Ф. Зеер (2008) [80, 81]; Л.Н. Зыбина (2011) [86]; Е.А. Климов (2004) [98]; А.К. Маркова (1996) [149]; Н.С. Пряжников (2009) [201,202]; С.Н. Чистякова (2014) [265] и т.д.

- семейное — С.В. Заев (2006) [78]; С.В. Ковалев (1988) [100]; С.В.Мерзлякова (2014) [155]; Н.Н. Посысов (2004) [197]; К Роджерс (2002) [212]; Л.Б. Шнейдер (2003) [273] и т.д.

Авторы по-разному соотносят виды самоопределения, на рисунке 3 мы отобрали мнение большинства исследователей.



Рисунок 3 – Соотношение различных видов самоопределения

Все виды самоопределения изучены в большинстве своем для детского, подросткового и молодого возрастов. Проблема самоопределения пенсионного возраста изучена крайне недостаточно.

Многие авторы процесс самоопределения человека связывают с затруднениями и проблемными ситуациями. Так, в словаре практического психолога мы находим следующее определение самоопределению: «сознательный акт выявления и утверждения собственной позиции в ситуациях проблемных» [229, С. 312]. Согласно этой позиции, самоопределение рассматривается в качестве утверждения собственной позиции в проблемных ситуациях, характеризующихся некоторой степенью неопределенности. Для определения своей позиции в проблемной ситуации, человеку необходимо соотнести собственные жизненные смыслы, ценности, установки, интересы и потребности с возможностями своего здоровья, своих интеллектуальных и иных способностей, профессиональных умений и навыков и т.д., требующимися в данной ситуации. Часто подобное согласование данных позиций весьма

затруднительно из-за ряда причин, внутренних и внешних факторов, что вызывает определенный внутриличностный конфликт, который может даже не осознаваться человеком. Такой конфликт может сопровождаться эмоциональными переживаниями, подавленным настроением, раздражительностью, тревожностью, фрустрацией и даже агрессией. Внутриличностный конфликт в ситуации самоопределения особенно сильным бывает у людей пенсионного возраста.

Как отмечают С.В. Панина и Т.А. Макаренко, «самоопределение рассматривается как: проектирование жизненного пути; система отношений человека к самому себе, окружающим и окружающих к нему; самостоятельный этап социализации» [185, С. 264].

В жизни человека выделяют несколько этапов социализации:

1) первичная социализация (до 6 лет) происходит преимущественно в семье, ребенок воспринимает предметный мир, усваивает родной язык и речь, участвует в ролевом поведении;

2) вторичная социализация (подростковый и ранний юношеский возраст) происходит обычно в системе образования, формируются ценностные ориентации, ролевое поведение, развивается самосознание;

3) третичная социализация (взрослого человека, получившего профессиональное образование), формируется ментальность, оформляются социальные статусы (мужа, отца, работника, гражданина и т.д.);

Выделим четвертичную социализацию, которая характеризуется социально-личностным самоопределением, взаимодействием с обществом и самореализацией человека, переживающего кризис прекращения трудовой деятельности и ухода на пенсию.

Этот период жизни непростой для человека, он осваивает новую социальную роль пенсионера, утеряны контакты с бывшими коллегами по работе, в основном они контактируют с родственниками и близкими людьми, постепенно появляются новые друзья своего возраста, новые увлечения.

В работе В.М. Колпакова и Г.А. Дмитренко (2005) встречается термин «пересамеоопределение», когда индивид «заново принимает или не принимает себя», происходит смена установок, смыслов, ценностных ориентаций, что может наблюдаться у лиц пенсионного возраста [109, С. 508].

Психологи утверждают, что процесс самоопределения человека длится всю его жизнь. Л.И. Божович [23] в своих работах указывает на то, что процесс самоопределения возникает на определенных рубежных этапах онтогенеза, необходимость в самоопределении у человека обуславливается потребностью изменения ценностно-смысловой сферы и вызывается изменением смысла самосуществования в мире.

Нами изучены диссертационные исследования, посвященные проблемам людей старшего возраста, к которому относятся и пенсионеры. Исключая чисто медицинские исследования, приведем примеры диссертаций по социальным и психолого-педагогическим наукам. Так, П. Бутуева (1999) рассматривала социализацию и роль в ней ценностных ориентаций людей «третьего возраста» [30]; В.М. Васильчиков (1999) посвятил свое исследование организации медико-социальной помощи людям пожилого возраста [33]; Н.В. Гудков (1999) исследовал социализацию людей старшего возраста в условиях перехода к рыночным отношениям [58]; В.П. Демидов (2005) изучал старость как социально-философский феномен [64]; Н.А. Ермак (2009) посвятила свое исследование педагогической поддержке качества жизни людей старшего поколения [73]; Г. Колик (2007) изучала реализацию развивающего потенциала досуга взрослых «третьего возраста» [108]; Л.Н. Кузьмичева (2003) писала о культурной специфике, социальной адаптации и реабилитации пожилых людей в России [121]; О.В. Левина (2001) изучала геронтологический аспект одиночества в структуре современного общества [134]; Н.И. Милина (2003) рассматривала электоральное поведение пенсионеров [159], Н.Б. Секарева (2002) исследовала социально-педагогическую реабилитацию людей «третьего возраста» в условиях учреждений социальной защиты [223]; В.В. Чавычалова

(2009) изучала индивидуально-психологические особенности адаптации человека к старости [261]; Е.В. Щанина (2006) рассматривала социальную активность людей старшего поколения в современном российском обществе [275]; Н.П. Щукина (2004) исследовала институт взаимопомощи в социальной поддержке пенсионеров [279] и т.д.

Проблемам изучения самоопределения людей пенсионного возраста посвящен ряд работ. Выделим самые значительные для нашего исследования.

Проблемам самоопределения пожилых посвящены работы П. Бутуева (2008) [30]; Н.В. Гудков (1999) [58]; Е.А. Ковалева (2009) [102]; Б.Г. Колесов (2011) [107]; О.В. Краснова (2002) [118]; Л.Н. Кузьмичева (2003) [121]; Н.С. Морова (2013) [166]; Н.С. Пряжников (2004) [201]; Н.Б. Секарева (2002) [223] и др.

Вопросы адаптации в современной жизни рассматривались в работах К.А. Абульхановой-Славской (1988, 1991) [1; 2], Ф.И. Алексеева (2002) [4], Е.А. Ковалевой (2005, 2009) [101; 102], О.В. Красновой (1996) [117], Н.В. Паниной (1980) [184], С.С. Черняковой (2003) [262], Л.С. Шиловой (1998) [269] и др.

Социализация и кризис пенсионного возраста исследуются в трудах Л.В. Бороздина (1988) [26], Н.С. Глуханюк (2002, 2003) [49, 50], Т.З. Козловой (2003) [104], Е.А. Ковалевой (2006) [101], А.Г. Лидере (2000) [138], М.Р. Малкиной-Пых (2005) [147], М.Р. Минигалиевой (2000) [160], О.Н. Молчановой (1999) [164], Д.И. Фельдштейна (2007) [253], А.А. Филозоф (2004) [254] и др.

Психологии пенсионного возраста посвящены работы Л.И. Анцыферовой (1996, 2001) [10,11], А.А. Деркач (2006) [67], М.В. Ермолаевой (2002) [75], Е.А. Ковалева (2009) [101], А.Г. Лидерс (1998) [138], Т.Д. Марцинковская (1999) [149], К. Рощак (1990) [216] и др.

Пенсионный возраст всеми исследователями считается проблемным и кризисным, требующим социально-личностного самоопределения человека пенсионного возраста в силу разных причин.

Как считает О.В. Белоконь: «Выход на пенсию является одним из наиболее переломных и кризисных моментов на жизненном пути пожилого человека, влекущим за собой существенные изменения в условиях и образе его жизни, сужение круга общения, минимизацию потребностей. У многих людей пенсионного возраста этот процесс происходит долго и болезненно, сопровождается переживаниями, пассивностью, неумением найти новые занятия и контакты, по-новому взглянуть на себя и окружающий мир. Сложившаяся ситуация требует от человека переосмысления ценностей, изменения отношения к себе и к окружающему миру, поиска новых путей реализации активности» [17, С. 88].

Основной фактор, влияющий на психологическую дестабилизацию и дезадаптацию людей пенсионного возраста, это потеря идентичности, то есть отсутствие цельности образа себя. Но причина этого кроется в важности социальных самоидентификаций. При выходе на пенсию человек лишается возможности участвовать в общественной жизни, утрачивает привычный «заработанный» социальный статус. Разрыв с трудовой сферой деятельности пенсионеров влияет на их жизненный тонус, состояние здоровья и психики, которые испытывают негативное влияние. Все это актуализирует проблему социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

В работах разных исследователей указывается также, что в этот период жизни утрачиваются созданные ранее социальные связи и психологические отношения, что усугубляется ситуацией одиночества, ощущением бесполезности и невостребованности, обузой для своих близких. Вследствие этих явлений изменяются жизненные ориентиры, ценностные смыслы, привычные установки, которые требуют социально-личностного

самоопределения. Люди пенсионного возраста теряют веру в себя, в свои силы и возможности.

Э.Ф. Зеер указывает, что в этот период происходит угасание профессионального развития. Ученый считает: «Все еще высокий профессионализм, несмотря на имеющуюся профессиональную усталость, порождает сомнение в оправданности выхода на пенсию. Наступает тревожное время, в одночасье разрушаются десятилетиями складывавшиеся стереотипы, образ жизни. Профессионально важные качества, профессиональные знания и умения, опыт и мастерство — все становится невостребованным». Пенсионеры тревожатся по поводу невостребованности своего профессионального опыта, ненужности самого себя. В этом возрасте чувство собственного достоинства подвергается главной проверке, поскольку именно в этом возрасте все события пропускаются через свой жизненный опыт, достойно ли прожита жизнь, что «останется после меня» [81, С. 35-44].

Пенсионный возраст, по мнению Э.Ф. Зеера, вновь поднимает перед человеком проблему социально-личностного самоопределения: одни находят себя в общественно значимой или волонтерской деятельности, другие видят смысл жизни в решении семейно-бытовых проблем, третьи продолжают свою трудовую деятельность в своей или другой профессии.

Поэтому смыслом социально-личностного самоопределения в пенсионном возрасте является возможность самоутверждения, демонстрация собственной полезности обществу, социальной группе, семье и т.д. У людей пенсионного возраста часто можно наблюдать внутреннюю потребность в уважении к былым заслугам, подтверждение своей полезности, повышение социальной активности.

Проблема обучения людей пенсионного возраста своими корнями уходит в теорию непрерывного образования. Л. Торнстам и С.А. Лишаев [143], представители теории «геронтологической трансцендентальности», определяют старость как цикл жизни, в котором в полной мере удовлетворяется стремление

человека к высшим смыслам и ценностям, открываются способности к иному восприятию и оценке окружающей действительности.

Б. Нейгартен [172], В.Н. Келасьев [94], И.А. Григорьева [56], сторонники теории «активности», связанной с раскрытием внутренних резервов личности, придерживаются мнения, что люди пенсионного возраста сохраняют свой социальный статус при условии продолжения активной общественной деятельности. В унисон с ней высказывается и теория «субкультуры» А. Роуза, согласно которой устойчивая принадлежность к социальной группе людей старшего поколения помогает людям зрелого возраста сохранить идентичность и чувство психологической стабильности.

Положительная особенность людей пенсионного возраста — наличие у них большого багажа профессиональных знаний и умений, способов решения различных проблемных ситуаций, богатого жизненного опыта. В принципе, это все, что у них осталось после прекращения трудовой деятельности. «От того, будет ли востребован или не востребован этот опыт, сможет ли пожилой человек утвердить себя в качестве полезного члена общества (семьи, конкретной социальной группы), переживаются различные оттенки чувства удовлетворения или неудовлетворения прожитой жизнью, чувства собственного достоинства, детерминирующие варианты личностного самоопределения в старости», считает Н.С. Пряжников [201, С. 448].

В период выхода на пенсию у многих людей происходит переосмысление прожитой жизни, ее полноценности, полезности. Результат этого переосмысления у одних выливается в позитивное чувство «гармоничности жизни», у других — в негативные переживания нереализованности, незавершенности жизненных планов и замыслов. Оценивая полезность и целостность своего жизненного пути, люди пенсионного возраста задумываются о смысле жизни. Дальнейший свой жизненный путь человек пенсионного возраста меряет и определяет прожитой жизнью. Приоритеты, смыслы,

установки изменяются на каждом очередном этапе жизнедеятельности людей пенсионного возраста.

В некоторых работах прямо подчеркивается, что сегодня в России не особо культивируется «эстетика старости», отношение к людям пенсионного возраста, мягко говоря, не совсем доброжелательное. Нет бережного отношения к прошлым заслугам пенсионеров, уважения к их профессиональному и жизненному опыту, к созданным ими продуктам деятельности, в том числе образцам культуры, ценностям, жизненным смыслам, современная молодежь считает их устаревшими, ненужными, отжившими свой век. Часто жизнь старых людей далека от достойного уровня жизни, а порой проходит в откровенной нищете.

В своих работах Е.А. Ковалева [101] изучает психологические трансформации личности людей старшего поколения, которые связаны с вхождением в пенсионный возраст. Автор отмечает: «Это реальный, но чрезвычайно сложный процесс, связанный с проблемами личности и ее субъектности, нравственности, кадровой динамики, профессионализма и преемственности поколений и т.д.» [101, С. 73]. Многими учеными отмечается важность изучения возрастного кризиса людей пенсионного возраста: специфика протекания кризиса, адаптация к новому социальному статусу пенсионера, желание и возможность дальнейшей профессиональной деятельности, включенность неработающих пенсионеров в социально важную деятельность и т.д. Особое значение психологами придается проблеме самоопределения людей пенсионного возраста.

Как считает М.В. Ермолаева [74], смена социального статуса с работающего на пенсионера часто вызывает личностный кризис у человека, и воспринимается как тревожное событие, меняющее всю жизнь. Создается противоречивая ситуация между возможностями (финансовыми, материальными, резервами здоровья) и потребностями (жизненными, самореализации, быть полезным обществу и близким). Содержание этого кризиса видится в изменениях

ценностно-смысловой сферы, внутренней позиции, отношения к миру, самому себе, а также принятия иного социального статуса, нового этапа своей жизни. Способы реагирования на это людей пенсионного возраста разнятся: одни воспринимают это событие как изоляцию от общества, признание ненужности, другие же, наоборот, видят положительные стороны — возможность заняться любимым делом, собственным здоровьем, посвятить себя детям и внукам.

Открытие новых жизненных смыслов, ценностей и установок, связанных с переживанием своего нового статуса, утратой старых и приобретение новых социальных связей, «причастности к жизни», — все это обуславливает процессы социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

Д.И. Фельдштейн в своей статье «Человек в современном мире — тенденции и потенциальные возможности развития» (2008) пишет о самоопределении человека: «По своей сути весь процесс развития взрослого субъекта — это его саморазвитие через осуществление выборов: не только кем быть, каким быть, но и выбора собственного психологического облика, способа и смысла жизни, саморегуляции и самосовершенствования сознания» [253, С.3].

Н.С. Пряжников в своей работе «Личностное самоопределение в преклонном возрасте» (2004) [201] обозначил сложности самоопределения людей пенсионного возраста:

- поиск жизненных смыслов пенсионером в новой жизненной ситуации в связи с изменением социального статуса;
- классификация вариантов жизненных и профессиональных стратегий пенсионера;
- психолого-педагогическое помощь в самоопределении людям пенсионного возраста.

Часто жизнедеятельность людей пенсионного возраста протекает в другом (своем) временном измерении, часто непонятном для окружающих и даже близких людей. Однако, как указывает Н.С. Пряжников, «с одной стороны, старик обращен в свое прошлое, но одновременно думает и о будущем. В этом

смысле старики — это связующие элементы культуры, они как бы пытаются соединить в себе разные эпохи, разные традиции» [201, С. 449].

Виды самоопределения людей пенсионного возраста рассматривали некоторые ученые: М.В. Ермолаева, Е.А Ковалева., Н.С. Пряжников и т.д.

В Таблице 3 мы интегрировали мнения разных авторов на виды самоопределения людей пенсионного возраста.

Таблица 3

Виды самоопределения людей пенсионного возраста

№	Вид самоопределения	Варианты
1.	Личностное самоопределение (по Н.С. Пряжникову) определяется отношением к своему прошлому, настоящему и будущему	Отношение к своему прошлому
		Отношение к своей настоящей жизни
		Отношение к планируемому будущему
		Отношение к памяти о себе после смерти
2.	Социальное самоопределение (по Е.А. Ковалевой.) определяется готовностью или неготовностью принять свой новый статус пенсионера	Принятие нового статуса пенсионера
		Принятие сложившейся ситуации, готовность к новому статусу пенсионера
		Отсутствие готовности к новому статусу пенсионера
		Отторжение нового статуса пенсионера
3.	Жизненное самоопределение (по Н.С. Пряжникову.) определяется адаптационными процессами в жизни пенсионера	Приспособление к возрастным изменениям телесного и психофизиологического характера
		Адекватное отношение к своему возрасту (способность противостоять негативным стереотипам)
		Перераспределение времени для целенаправленного использования следующих лет жизни
		Ролевое переопределение, поиск ролевых позиций соответствующих новым ценностям
		Противостояние эмоциональному истощению вследствие потери близких и отделения детей
		Стремление к эмоциональной сохранности, противостояние закоснелости
		Сохранение душевной гибкости, открытость новым возможностям
		Направленность на внутреннюю целостность и осмысление прожитой и дальнейшей жизни

М.В. Ермолаева в своем труде «Практическая психология старости» (2002) пишет: «Самоопределение — это трудное решение, требующее огромного напряжения воли, всех сущностных сил старого человека. Момент выбора стратегии старения и дальнейший процесс насыщения смыслами избранной социально значимой деятельности предполагают необходимость психологической поддержки, оказываемой старому человеку со стороны общества, поскольку старый человек может потерпеть фиаско в своей новой деятельности, новой социальной жизни» [74, С. 183].

Как отмечает Д.И. Фельдштейн (2008): «Как это ни обидно, приходится признать, что нами до сих пор все еще не исследованы и не исследуются в должной мере характер и направленность изменений, отличающих современных людей — растущих, молодых, зрелых, пожилых, старых». Ученый подчеркивает, в разных возрастных группах человек по-разному воспринимает информацию, на него по-разному воздействует окружающая действительность, он по-разному рефлексирует события, у него претерпевает динамику мотивационно-потребностная сфера и т.д. «Необходимо осмыслить реальную ситуацию функционирования нашего современника — юного и молодого, зрелого и пожилого; понять, какие сдвиги произошли в его сознании, мышлении, какие факторы на него воздействуют. Иначе все попытки прогнозировать развитие общества, тенденции этого развития будут тщетны... Мы имеем в виду не просто возрастные, а поколенческие особенности людей», — пишет Д.И. Фельдштейн [253, С.4].

Исследовав особенности самоопределения людей пенсионного возраста, мы пришли к следующим выводам:

1. Социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста можно изучать по следующим направлениям:

– развитие аксиологической сферы личности (позитивную ценностно-смысловую динамику — общекультурное, нравственное, интеллектуальное

саморазвитие; мотивацию на образовательную деятельность; установку на приобретение новых знаний и освоение современных технологий и т.д.);

- развитие психолого-эмоциональной сферы личности (изменение отношения к современной жизни, к людям, к себе самому; гармоничное существование в социуме; ощущение востребованности обществом; совершенствование коммуникативных способностей и т.д.);

- развитие когнитивной сферы личности (совершенствование актуальных для современной жизни знаний и умений, развитие гибкости и критичности мышления, рефлексивных умений в проблемных жизненных ситуациях и т.д.);

- развитие деятельностной сферы личности (актуализация жизненного опыта, полученных знаний, выбор и участие в жизни общества, самореализация и т.д.).

2. На основании анализа научных источников охарактеризуем социально-психологические качества личности людей пенсионного возраста, проявляемые как при положительных тенденциях развития, так и в моменты проблемных жизненных ситуаций.

Ведущие признаки, отражающие позитивный опыт пенсионера:

- значительный жизненный и профессиональный опыт;
- стремление к демонстрации собственной полезности;
- стремление человека к высшим смыслам и ценностям;
- владение способами решения различных проблемных ситуаций;
- переосмысление прожитой жизни, ее полезности;
- открытие новых жизненных смыслов, ценностей, установок.

Проблемные ситуации, с которыми сталкиваются пенсионеры, характеризуются изменением образа жизни, сужением круга общения, минимизацией потребностей, разрывом со сферой привычной трудовой деятельности. В сложные моменты ощущаются:

- «потеря ценности образа себя»;
- усиление чувства одиночества, ненужности;

- трансформации жизненных смыслов, ценностных ориентиров, привычных установок;
- наличие возрастного кризиса, изменение ценностно-смысловой сферы, внутренней позиции.

3. Рассмотрев понятие социально-личностное самоопределение с позиций разных аспектов, мы предлагаем следующее дополненное определение данного понятия в контексте нашего исследования.

Социально-личностное самоопределение человека пенсионного возраста — это интегративное качество личности, характеризующее его способность к жизненной переориентации, личностной адаптации в новых жизненных условиях, осмысление и выбор механизмов преодоления кризисных тенденций переходного пенсионного возраста, определение дальнейшего пути профессионального развития, саморазвития и самореализации. Мы определяем сущность самоопределения людей пенсионного возраста в поиске смыслов в конкретных видах жизнедеятельности, в выборе определенных стратегий дальнейшей жизни.

Социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста, включает аспекты:

- социальный (принятие нового статуса пенсионера, готовность или неготовность к новому статусу, его отторжение; ролевая переориентация; выбор и участие в социально-значимой деятельности);
- личностный (отношение к своему прошлому, настоящему, планируемому будущему; адаптация к возрастным изменениям, адекватное восприятие старости, сохранение эмоциональной и стремление к душевной гибкости, стремление к внутренней целостности, осмысление прожитой жизни);

Всестороннее исследование процесса вхождения личности в очередной возрастной период жизни — пенсионный возраст позволяет выявить причины кризиса пенсионного возраста, раздвинуть рамки активного трудоспособного периода, определить факторы проектирования

благополучной, социально активной, наполненной смыслами жизнедеятельности пенсионеров. Одним из факторов является дополнительное образование, повышающее жизненный тонус, удовлетворяющее возникающие культурно-образовательные потребности, способствующее решению некоторых проблем людей пенсионного возраста (повышение функциональной и информационной грамотности, правовые и финансовые затруднения, ведение здорового образа жизни и профилактики болезней). Дополнительное образование людей пенсионного возраста является эффективным фактором социализации, социальной адаптации и психолого-педагогической поддержки социально-личностного самоопределения в кризисный период их жизни.

ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

В первой главе «Теоретические основания исследования дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения» мы провели теоретический анализ социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста, изучили социально-демографические аспекты образования людей пенсионного возраста, в результате построены типология и социально-образовательный портрет, рассмотрели педагогические возможности дополнительного образования в социально-личностном самоопределении пенсионеров, на основе анализа практического решения образования людей пенсионного возраста в отечественной и зарубежной образовательной практике выявили социально-педагогические и психолого-возрастные особенности людей пенсионного возраста для их учета в образовательном процессе.

Были изучены нормативно-правовые аспекты организации образования людей пенсионного возраста, а также проанализирован опыт организации образования людей пенсионного возраста в России и за рубежом. Проведенный анализ нормативно-правового и организационного обеспечения дополнительного образования как фактора социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста позволил нам убедиться, что сегодня во всей полноте в России отсутствует соответствующая современным требованиям законодательно-правовая база, обеспечивающая образование людей пенсионного возраста.

Кроме того, нами были подробно изучены социально-демографические аспекты образования людей пенсионного возраста, рассмотрены позиции различных научных школ о периодизации возрастных стадий человека, даны характеристики возрастных этапов людей пенсионного возраста с различных точек зрения: физиологической, медицинской, психолого-педагогической. С педагогических позиций показана роль дополнительного образования людей

пенсионного возраста в их социально-личностном самоопределении и адаптации к жизни в обществе в новом для них этапе жизни.

В главе представлена также типология людей пенсионного возраста, показан социально-образовательный портрет каждого типа на основе социально значимой деятельности (работающие по прежней специальности, работающие не по прежней специальности, занимающиеся волонтерской деятельностью и неработающие пенсионеры), а также рассмотрены социально-педагогические и психолого-возрастные особенности людей пенсионного возраста, которые необходимо учитывать при организации их образовательного процесса. Сделан вывод о необходимости создания модели дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения, которая отвечала бы образовательно-профессиональным потребностям и социальным требованиям людей пенсионного возраста.

ГЛАВА 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЮДЕЙ ПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА И ИХ СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ

В данной главе мы рассмотрим влияние дополнительного образования людей пенсионного возраста на их социально-личностное самоопределение.

Нами представлена разработанная модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения, раскрыты условия ее реализации в практике дополнительного образования на примере Автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых людей «Серебряный возраст» (г. Санкт-Петербург).

Понимая специфику жизни людей пенсионного возраста, необходимо отдавать себе отчет, что существуют особенности организации образовательного процесса для этой категории людей, для них должна быть создана специальная модель их дополнительного образования, имеющая особые цели и задачи, содержание образования, методы и технологии обучения, с целью социально-личностного самоопределения пенсионеров.

В главе анализируются результаты педагогического эксперимента: представлен диагностический инструментарий, итоги констатирующего и формирующего этапов педагогического эксперимента в виде наглядных таблиц и диаграмм.

2.1 Исследование уровня социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста на констатирующем этапе педагогического эксперимента

В параграфе представлены итоги констатирующего этапа педагогического эксперимента. Для этого нами было разработано содержание опросного материала и проведен опрос, в котором были задействованы люди разного возраста, общей численности – 345 человек.

1. Опрос людей пенсионного возраста на Международном форуме «Старшее поколение» в ЛенЭкспо (198 человек).

2. Опрос преподавателей-андрагогов образовательных и социально-общественных организаций (37 человек).

3. Опрос слушателей автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» г. Санкт-Петербург (110 человек).

Приведем результаты опроса.

Опрос № 1 был проведен на Международном форуме «Старшее поколение» в ЛенЭкспо в октябре 2013 года на выставке «Золотая осень: век живи, век учись», в котором приняли участие 198 человек пенсионного возраста (от 55 до 79 лет). Цель данного опроса сводилась к определению возникающих социально-личностных проблем людей пенсионного возраста по предложенной нами типологии, а также результатов разных видов самоопределения опрашиваемых пенсионеров. Опрос проводился по составленной нами специальной анкете, которая приведена в Приложении 1. Прежде всего, мы выяснили результаты социально-личностного самоопределения на основании социально значимой деятельности наших респондентов, оказалось, что из 198 человек:

- работающих по своей специальности 38 чел. (19,2%);
- работающих не по специальности 63 чел. (31,8%);
- занимающихся волонтерской деятельностью 39 чел. (19,7%);
- неработающих пенсионеров 58 чел. (29,3%);

Для наглядности представим эти данные в диаграмме на Рисунке 4.

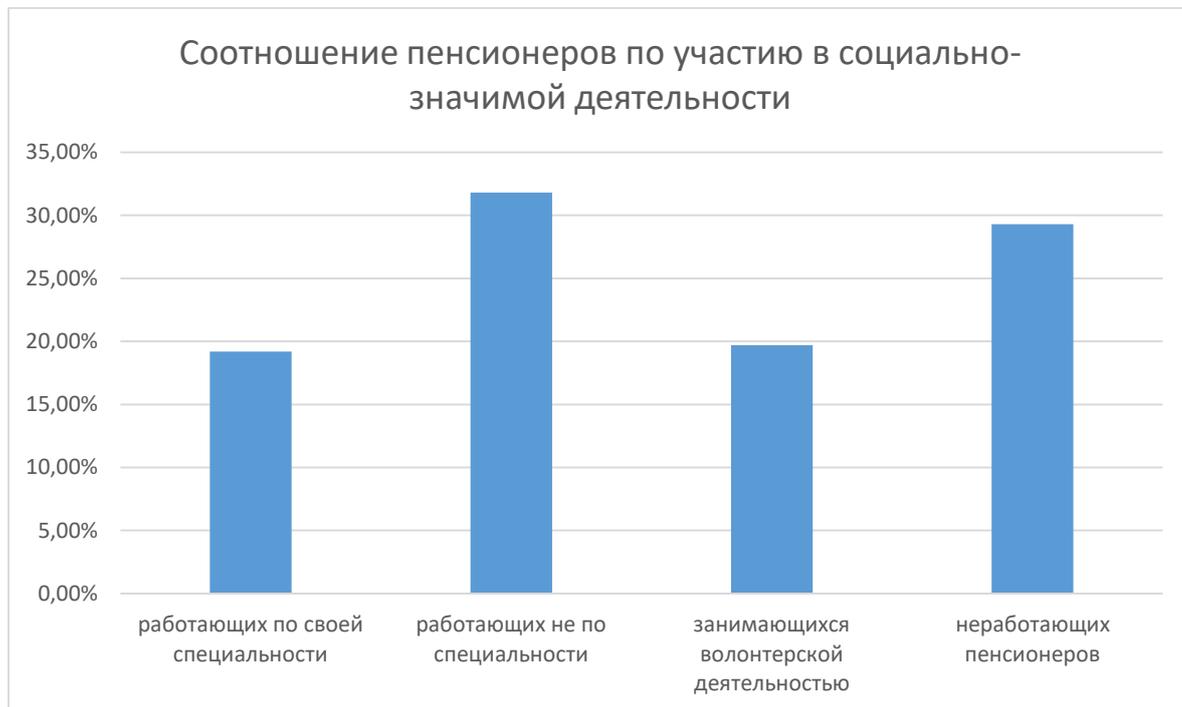


Рисунок 4 – Соотношение пенсионеров по участию в социально-значимой деятельности

Таким образом, примерно половина респондентов представлена работающими пенсионерами, которые определились профессионально, из второй половины 39 человек или 19,7% занимаются волонтерской деятельностью, т.е. нашли применение своим знаниям, умениям и опыту в социально значимой деятельности, у 29,3% респондентов так и не произошло профессионального самоопределения в силу разных причин.

Далее нами выявлялись социально-личностные проблемы людей, которые возникают в их жизни в связи с выходом на пенсию (работающие по прежней специальности, работающие по другой специальности, занимающиеся волонтерской деятельностью и неработающие пенсионеры), результаты в таблице 4.

**Выявленные социально-личностные проблемы людей пенсионного
возраста по типологии на основании социально-значимой деятельности**

№	Тип человека пенсионного возраста	Выявленные социально-личностные проблемы
1	Работающие по прежней профессии	- трудность адаптации к новым условиям жизни __11%__
		- определение дальнейшего пути профессионально-личностного развития __8%__
		- недостаточность новых практических знаний современной жизни __54%__
		- потребность в самореализации __9%__
		- неудовлетворенность своим социальным статусом __16%__
		- налаживание связи с социальным окружением __45%__;
		- ухудшение здоровья и работоспособности __21%__
2	Работающие не по прежней профессии	- трудность адаптации к новым условиям жизни __17%__
		- определение дальнейшего пути профессионально-личностного развития __21%__
		- недостаточность новых практических знаний современной жизни __58%__
		- потребность в самореализации __16%__
		- неудовлетворенность своим социальным статусом __23%__
		- налаживание связи с социальным окружением __48%__;
		- ухудшение здоровья и работоспособности __27%__
3	Занимающиеся волонтерской деятельностью	- трудность адаптации к новым условиям жизни __12%__
		- определение дальнейшего пути профессионально-личностного развития __4%__
		- недостаточность новых практических знаний современной жизни __48%__
		- потребность в самореализации __11%__
		- неудовлетворенность своим социальным статусом __28%__
		- налаживание связи с социальным окружением __15%__;
		- ухудшение здоровья и работоспособности __32%__
- отсутствие смысла жизни __9%__		

4	Не работающие	- трудность адаптации к новым условиям жизни __64%__
		- определение дальнейшего пути профессионально-личностного развития __87%__
		- недостаточность новых практических знаний современной жизни __66%__
		- потребность в самореализации __79%__
		- неудовлетворенность своим социальным статусом __89%__
		- налаживание связи с социальным окружением __33%__;
		- ухудшение здоровья и работоспособности __42%__
		- отсутствие смысла жизни __78%__

Интерпретация результатов по выявлению социально-личностных проблем.

Мы выясняли, какие проблемы характерны для людей пенсионного возраста в соответствии с выделенной нами типологией, результаты помещены в диаграмму на Рисунке 5.

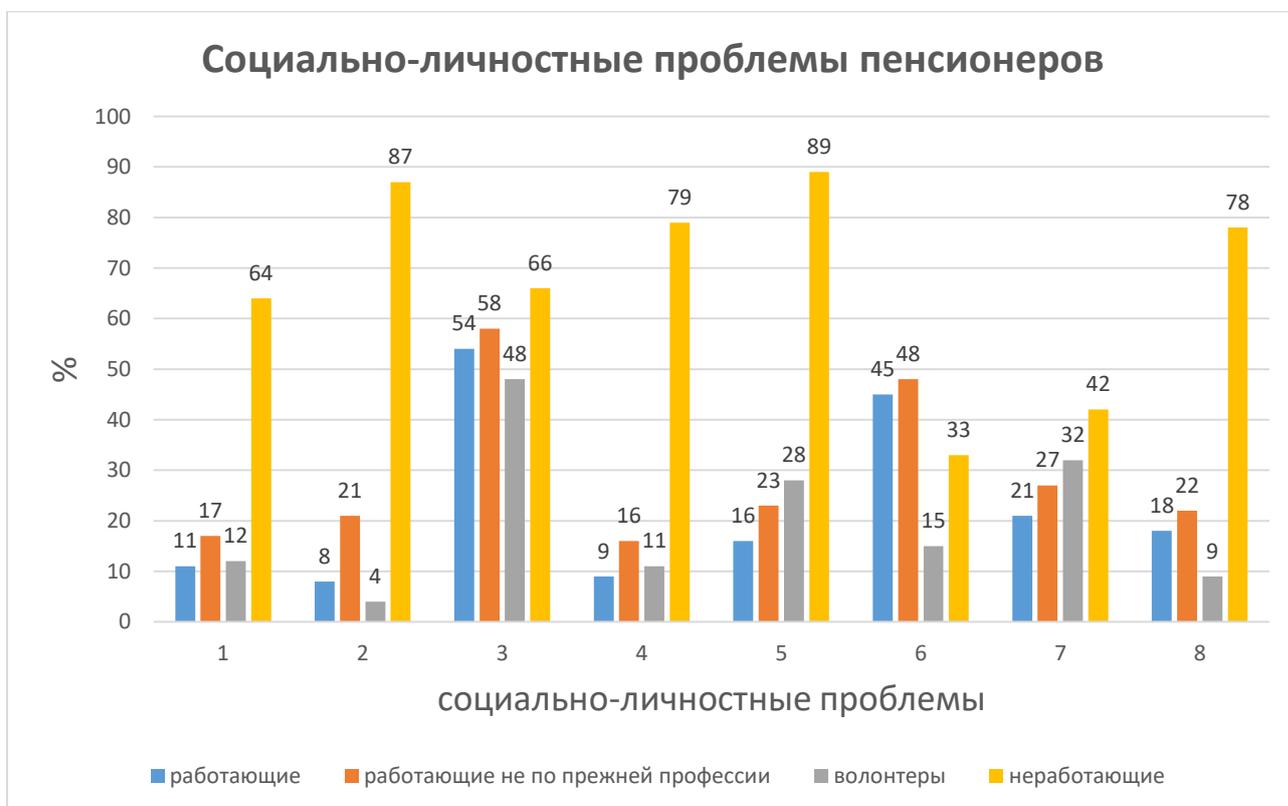


Рисунок 5 – Социально-личностные проблемы людей пенсионного возраста по типологии на основании участия в социально-значимой деятельности

- 1 – трудность адаптации к новым условиям жизни
- 2 – определение дальнейшего пути профессионально-личностного развития
- 3 – недостаточность новых практических знаний современной жизни
- 4 – потребность в самореализации
- 5 – неудовлетворенность своим социальным статусом
- 6 – налаживание связи с социальным окружением
- 7 – ухудшение здоровья и работоспособности
- 8 – отсутствие смысла жизни

Анализ результатов анкетирования показал, что больше всего перечисленные проблемы присущи неработающим пенсионерам; меньше всего – работающим пенсионерам и занимающимся волонтерской деятельностью, которые с разной степенью все-таки реализуют себя в различных видах деятельности (профессиональной или волонтерской). Самый большой процент (всех типов людей пенсионного возраста) выявился у проблемы «недостаточность новых практических знаниях современной жизни».

На следующем этапе анализа нами выявлялись результаты разных видов самоопределения людей пенсионного возраста (работающие по специальности, работающие не по специальности, занимающиеся волонтерской деятельностью и неработающие пенсионеры). При этом мы использовали авторские (Н.С. Пряжников, Е.А. Ковалева, М.В. Ермолаева) варианты самоопределения, приведенные в параграфе 1.1. В Таблице 5 представлены результаты опроса по вариантам самоопределения на констатирующем этапе педагогического эксперимента.

Таблица 5

Аспекты самоопределения по типам людей пенсионного возраста

№	Вид	Аспекты самоопределения		Работающие по своей специальности и (38 чел.)	Работающие не по своей специальности и (63 чел.)	Волонтеры (39 чел.)	Неработающие (58 чел.)	Всего (198 чел.)		
1	ЖИЗНЕННОЕ	Отношение к своему прошлому	+	29 (76,3%)	42 (66,7%)	30 (76,9%)	19 (32,8%)	120 (60,6%)		
			-	9	21	9	39	78 (39,4%)		
		Отношение к своей настоящей жизни	+	34 (89,5%)	32 (50,8%)	36 (92,3%)	6 (10,3%)	108 (54,6%)		
			-	4	31	3	52	90 (45,4%)		
		Отношение к планируемому будущему	+	24 (63,2%)	26 (41,3%)	23 (58,9%)	3 (5,2%)	76 (38,4%)		
			-	14	37	16	55	122 (61,6%)		
		Отношение к памяти о себе после смерти	+	20 (52,6%)	18 (28,6%)	29 (74,4%)	7 (12,1%)	74 (37,4%)		
			-	18	45	10	51	124 (62,6%)		
		2	СОЦИАЛЬНОЕ	Принятие нового статуса пенсионера		3 (7,9%)	9 (14,3%)	30 (76,9%)	39 (67,2%)	81 (40,9%)
				Принятие сложившейся ситуации, готовность к новому статусу пенсионера		17 (44,7%)	23 (36,5%)	8 (20,5%)	12 (20,7%)	40 (20,2%)
Отсутствие готовности к новому статусу пенсионера				8 (21,1%)	39 (61,9%)	1 (2,6%)	4 (6,9%)	52 (26,3%)		
Отторжение нового статуса пенсионера				10 (26,3%)	12 (19,1%)	- (0%)	3 (5,2%)	25 (12,6%)		

№	Вид	Варианты самоопределения	Работающие по своей специальности и (38 чел.)	Работающие не по своей специальности и (63 чел.)	Волонтеры (39 чел.)	Неработающие (58 чел.)	Всего 198 чел.
3	ЛИЧНОСТНОЕ	Приспособление к возрастным изменениям телесного и психофизиологического характера	22 (57,9%)	31 (49,2%)	28 (71,8%)	17 (29,3%)	98 (49,5%)
		Адекватное отношение к своему возрасту, способность противостоять негативным стереотипам	27 (71,1%)	18 (28,6%)	29 (74,4%)	11 (1,9%)	85 (42,9%)
		Перераспределение времени для целенаправленного использования следующих лет жизни	31 (81,6%)	43 (68,3%)	21 (53,8%)	24 (41,4%)	119 (60,1%)
		Рольное переопределение, поиск ролевых позиций, соответствующих новым ценностям	14 (36,8%)	48 (76,2%)	32 (82,1%)	43 (74,1%)	124 (62,6%)
		Противостояние эмоциональному истощению вследствие потери близких и отделением детей	25 (65,8%)	36 (57,1%)	27 (69,2%)	26 (44,8%)	114 (57,6%)
		Стремление к эмоциональной сохранности, противостояние закоснелости	20 (52,6%)	24 (38,1%)	28 (71,8%)	11 (1,9%)	83 (41,9%)
		Сохранение душевной гибкости, открытость новым возможностям	18 (47,4%)	39 (61,9%)	11 (2,8%)	47 (81,0%)	115 (58,1%)
		Направленность на внутреннюю целостность и осмысление прожитой жизни	18 (47,4%)	25 (39,7%)	37 (94,9%)	32 (55,2%)	113 (57,1%)

Интерпретация результатов по личностному самоопределению. Нас интересовало, как меняется положительное отношение к жизни (жизненное самоопределение) у людей пенсионного возраста разных типов по выделенной нами типологии. Данные по типам пенсионеров мы привели в диаграмме на Рисунке 6.

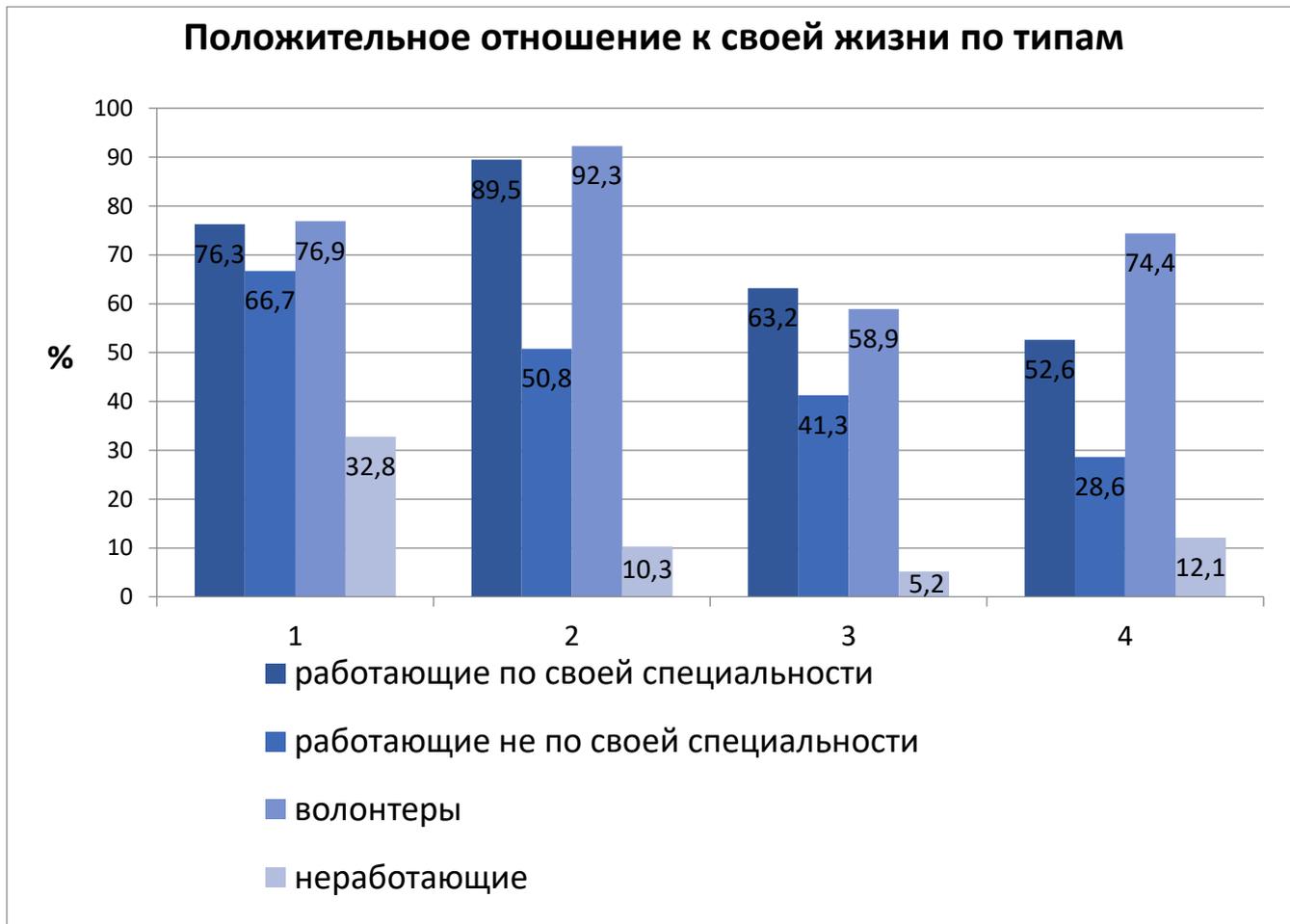


Рисунок 6 – Положительное отношение к своей жизни опрошенных респондентов по типам людей пенсионного возраста

- 1 – отношение к своему прошлому
- 2 – отношение к своей настоящей жизни
- 3 – отношение к планируемому будущему
- 4 – отношение к памяти о себе после смерти

Анализ экспериментальных данных показал, что самый низкий процент положительного отношения к своей жизни (а особенно к планируемому будущему) показали неработающие пенсионеры. Самый высокий процент

положительного отношения к своей жизни (а особенно к настоящей) показали люди пенсионного возраста, занимающиеся волонтерской деятельностью. Работающие не по своей специальности пенсионеры демонстрируют снижение положительного отношения к своей жизни от прошлого к будущему, а работающие по своей специальности пенсионеры самый высокий процент положительного отношения показали к настоящей жизни.

Интерпретация результатов по социальному самоопределению. Результатом социального самоопределения (по Е.А. Ковалевой) является отношение к социальному статусу пенсионера. Результаты анализа показали, что чуть меньше половины (40,9%) всех опрошенных людей пенсионного возраста принимают свой новый статус. Около трети (26,3%) респондентов не готовы принять новый социальный статус. Кроме того, 12,6% опрошенных людей пенсионного возраста отторгают свой новый статус пенсионера. Однако нам было интересно узнать эти результаты для различных типов пенсионеров по нашей типологии, результаты показаны на Рисунке 7.



Рисунок 7 – Отношение людей пенсионного возраста к своему социальному статусу пенсионера по типам

1 – принятие нового статуса пенсионеров

2 – принятие сложившейся ситуации, готовность к новому статусу пенсионеров

3 – отсутствие готовности к новому статусу пенсионера

4 – отторжение нового статуса пенсионера

Интерпретация результатов по жизненному самоопределению.

Варианты жизненного самоопределения людей пенсионного возраста по мнению Н.С. Пряжникова, определяются адаптационными процессами в их жизни. Общие результаты по жизненному самоопределению по предложенным Н.С. Пряжниковым вариантам у пенсионеров всех типов оказались равными, усредненными (от 62 до 42%). Нас интересовали результаты жизненного самоопределения по типам людей пенсионного возраста, предложенной типологии, они показаны на Рисунке 8.

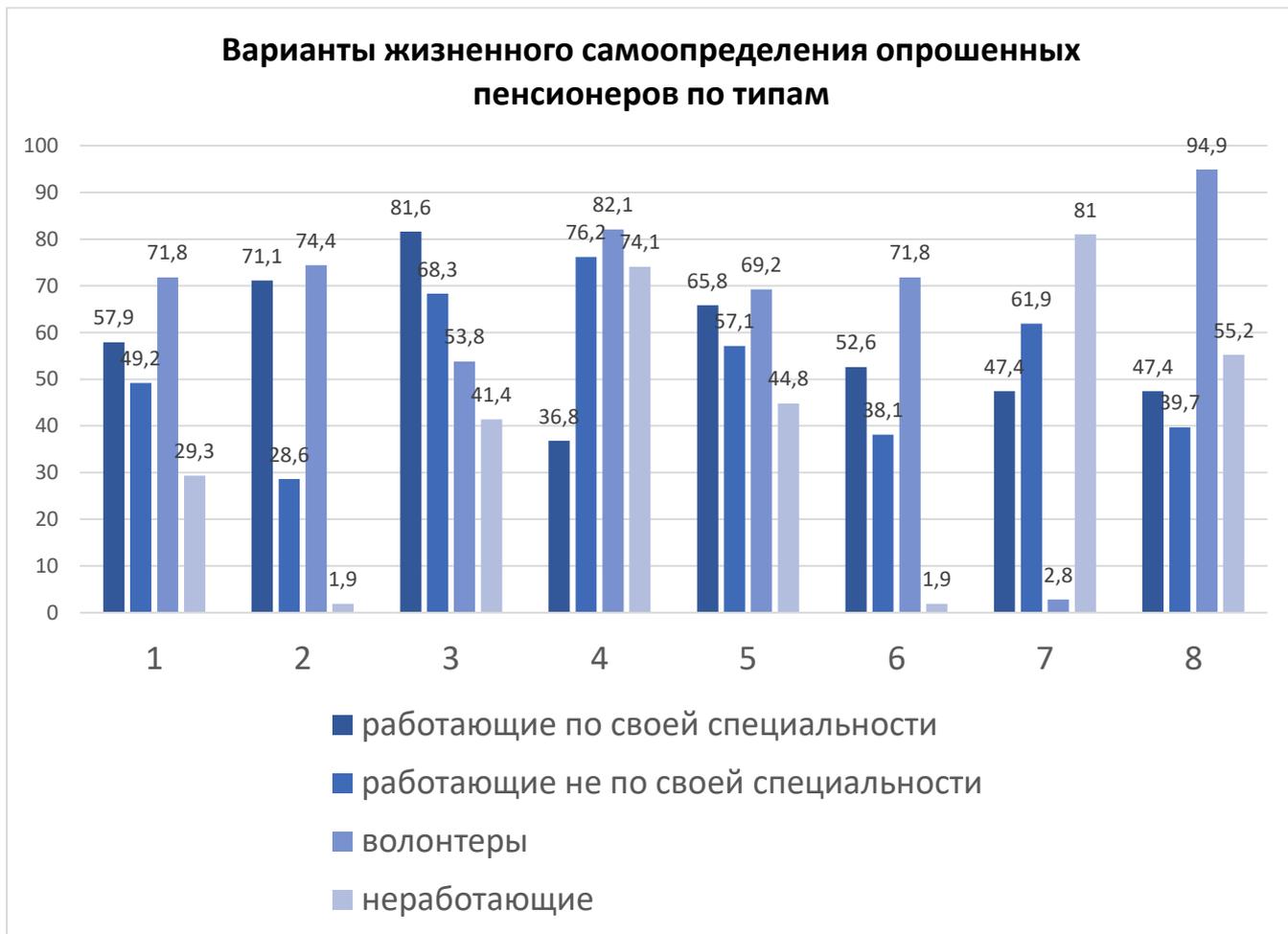


Рисунок 8 – Результаты опроса разных типов людей пенсионного возраста по вариантам жизненного самоопределения (по Н.С. Пряжникову)

- 1 – приспособление к возрастным изменениям телесного, психофизиологического характера и др.
- 2 – адекватное отношение к своему возрасту, способность противостоять негативным стереотипам
- 3 – перераспределение времени для целенаправленного использования следующих лет жизни
- 4 – ролевое переопределение, поиск ролевых позиций, соответствующих новым ценностям
- 5 – противостояние эмоциональному истощению вследствие потери близких и отделения детей
- 6 – стремление к эмоциональной сохранности, противостояние закоснелости
- 7 – сохранение душевной гибкости, открытость новым возможностям
- 8 – направленность на внутреннюю целостность и осмысление прожитой и дальнейшей жизни.

Проанализируем полученные результаты:

- по приспособлению к возрастным изменениям телесного, психофизиологического характера больше всего самоопределились волонтеры (71,8%) и работающие по своей специальности пенсионеры (57,9%), меньше всего – неработающие пенсионеры (29,3%), чувство востребованности и полезности обществу компенсирует возрастные изменения, на которые не обращается внимание;

- по адекватному отношению к своему возрасту, способности противостоять негативным стереотипам больше всего самоопределились все те же волонтеры (74,4%) и работающие по своей специальности пенсионеры (71,1%), меньше всего – неработающие пенсионеры (1,9%), которые чувствительны к негативным стереотипам старости;

- по перераспределению времени для целенаправленного использования следующих лет жизни самоопределились пенсионеры в следующем порядке - работающие по своей специальности (81,6%) и не по своей специальности (68,3%), волонтеры показали третий результат (53,8%), неработающие

пенсионеры на четвертом месте (41,4%), что ожидаемо, т.к. ничем не занятые пенсионеры не могут целесообразно распределить свое время, т.к. для них целесообразность ассоциируется с полезностью;

- по поиску ролевых позиций, соответствующих новым ценностям работающие пенсионеры по своей специальности показали самый маленький результат (36,8%), что вероятно объясняется тем, что этот тип пенсионером живут привычным образом жизни, их ролевая позиция – работающий глава семьи, главный добытчик, остальные типы людей пенсионного возраста ищут новые социальные роли;

- по противостоянию эмоциональному истощению вследствие потери близких и отделения детей результат примерно близок, здесь лидируют волонтеры (69,2%) и работающие по своей специальности (65,8%) – они оказались более всего самоопределившимися, видимо на их жизни сказывается удовлетворенность тем, что они приносят пользу, их опыт востребован в обществе;

- по стремлению к эмоциональной сохранности, противостоянию закиселости лидируют снова волонтеры (71,8%), на втором и третьем месте работающие пенсионеры: по специальности (52,6%), не по специальности (38,1%); неработающие пенсионеры показали самый низкий результат по этому варианту самоопределения (1,9%), такой низкий результат неработающих пенсионеров объясняется состоянием неудовлетворенности качеством жизни;

- по сохранению душевной гибкости, открытости новым возможностям как показателю самоопределения значительно лидируют неработающие пенсионеры (81%), что связано с выработкой новой стратегии жизни, новых форм поведения этого типа пенсионеров из-за высвободившегося времени, стремлении общения с себе подобными;

- по направленности на внутреннюю целостность и осмысление прожитой и дальнейшей жизни лидируют волонтеры (94,9%), что объясняется чувством востребованности, необходимости обществу, приносимой обществу пользы.

Таким образом, благодаря проведенному нами опросу № 1 на Международном форуме «Старшее поколение», в котором приняли участие 198 человек можно сделать следующие выводы относительно основной категории людей пенсионного возраста, опрошенных в ходе констатирующего эксперимента. Показателей самоопределения очень много, диагностики ориентированы в основном на детский и юношеский возраст, когда происходит становление личности человека. Для людей пенсионного возраста этот диагностический инструментарий не годится. Работ, предлагающих критерии и показатели самоопределения людей пенсионного возраста, очень мало, кроме того, существует несколько типов данной категории пенсионеров, мы рассматривали результаты социально-личностного самоопределения по предложенной нами типологии людей пенсионного возраста. Результаты самоопределения разных типов людей пенсионного возраста очень разнятся из-за наличия многих факторов (наличие работы, средства к существованию, уровень здоровья и т.д.), влияющих на качество жизни пенсионеров каждого типа. Именно поэтому мы рассматривали распределенные результаты социально-личностного самоопределения пенсионеров разных типов.

Опрос № 2. Для выявления содержания условий организации дополнительного образования людей пенсионного возраста были проведены опросы со специалистами следующих учреждений России:

- ФГБОУ ДПО «Институт непрерывного образования взрослых»;
- Автономная некоммерческая организация социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст».

Организация процесса дополнительного образования людей пенсионного возраста в любых формах – формальной, неформальной или информальной – предполагает учет типов пенсионеров и психолого-возрастных и социально-педагогических особенностей слушателей. Психологи выделяют общее типические и индивидуально-личностные свойства, отличающие людей в возрасте друг от друга, несмотря на то, что они имеют один и то же возраст.

Для выявления особенностей организации образовательного процесса людей пенсионного возраста при проектировании учебного процесса в рамках дополнительного образования нами на этапе констатирующего эксперимента была проведена диагностика.

Приведем некоторые вопросы, на которые предлагалось ответить андрагогам:

1. Необходимо ли дополнительное образование взрослым в возрасте: а) от 23 до 40 лет (ряд 1); б) от 41 до 55 лет (ряд 2); в) старше 55 лет (ряд 3)?

2. Как Вы оцениваете работу социального института образования взрослых в России: а) неудовлетворительно (ряд 1); б) удовлетворительно (ряд 2); в) хорошо (ряд 3)?

3. Достаточно ли прилагается усилий для организации образования людей пенсионного возраста: а) ничего не делается (ряд 1); б) недостаточно (ряд 2); в) достаточно (ряд 3)?

Результаты опроса андрагогов приведены на Рисунке 9.

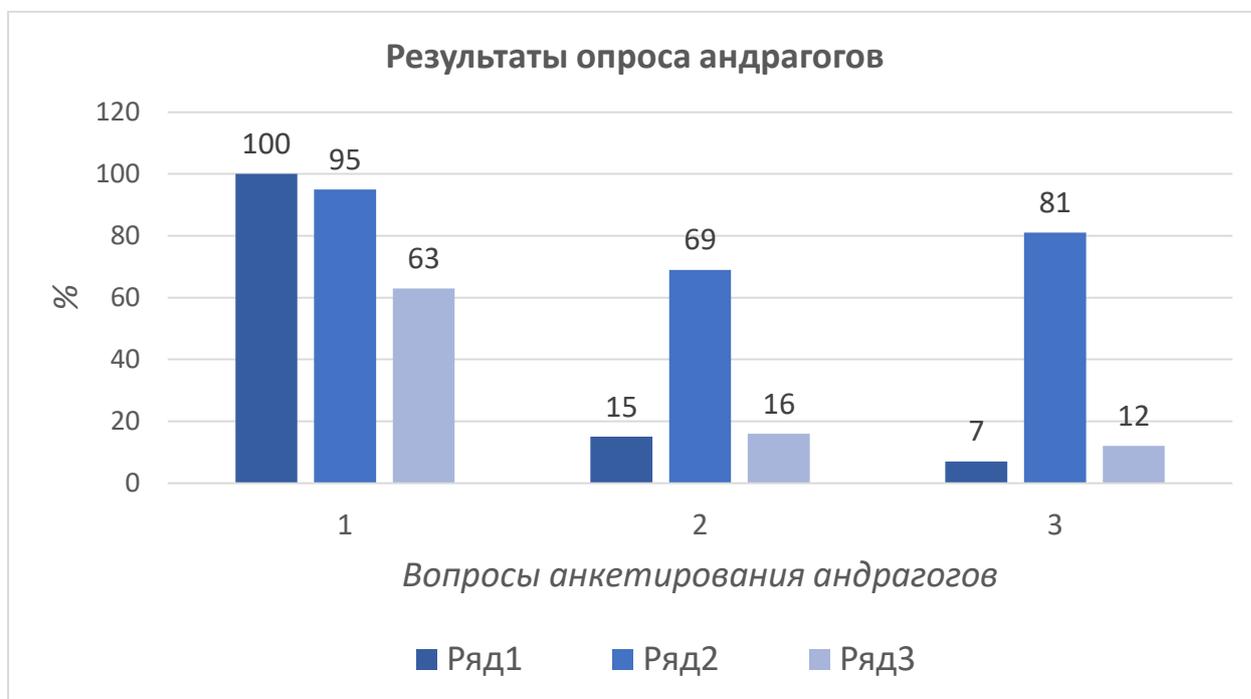


Рисунок 9 – Результаты опроса андрагогов по оценке дополнительного образования людей пенсионного возраста

Анализ анкетных данных позволил сделать вывод о том, что дополнительное образование необходимо для всех категорий взрослых; система организации образования как социальный институт работает удовлетворительно, но для категории людей пенсионного возраста усилий прикладывается недостаточно.

Кроме этого, нами был предложен опросник, позволяющий выяснить цели дополнительного образования пенсионеров какими их видят андрагоги, работающие с людьми пенсионного возраста. Были предложены несколько вариантов ответов. Дополнительное образование людей пенсионного возраста должно выступать в качестве:

- удовлетворения культурно-образовательных потребностей;
- развития функциональной и информационной грамотности;
- развития необходимых профессиональных компетенций;
- социально-личностного самоопределения в жизни;
- самоактуализации и самореализации в обществе;
- приложения своих знаний и жизненного опыта;
- свой вариант.

Результаты опроса приведены в диаграмме на Рисунке 10.



Рисунок 10 – Результаты опроса андрагогов по целям дополнительного образования людей пенсионного возраста

Главной целью дополнительного образования людей пенсионного возраста выступают:

- 1) удовлетворение культурно-образовательных потребностей;
- 2) развитие функциональной и информационной грамотности;
- 3) развитие необходимых профессиональных компетенций;
- 4) социально-личностное самоопределение в жизни;
- 5) самоактуализация и самореализация в обществе;
- 6) приложение своих знаний и жизненного опыта;
- 7) свой вариант.

Респонденты могли указывать несколько вариантов ответа. Анализ результатов данного опроса показал, что главной целью дополнительного образования людей пенсионного возраста социально-личностное самоопределение андрагоги считают меньше всего. Больше всего андрагоги видят дополнительное образование пенсионеров в качестве удовлетворения культурно-образовательных потребностей, развития функциональной и информационной грамотности и самореализацию и самоактуализацию. Социально-личностное самоопределение главной целью дополнительного образования назвали только 12% опрошенных, что еще более усиливает актуальность исследования.

Опрос № 3. Для того чтобы рассмотреть образовательные предпочтения людей пенсионного возраста, был проведён опрос в автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» г. Санкт-Петербурга, было опрошено 110 человек пенсионного возраста, возраст которых от 58 до 82 лет, из которых 94 женщины и 16 мужчин. Во время проведения опроса, нами отмечено, что мужчины с меньшим интересом идут на контакт, отвечают сухо на вопросы анкеты, женщины же более открыты и охотно отвечают на поставленные вопросы. Подавляющее число респондентов хотели бы реализовать свое хобби и учиться новым знаниям.

По результатам анкетирования по выявлению образовательных интересов были получены приведенные результаты:

- иностранный язык – 54 человека (49 %);
- владение персональным компьютером – 82 человека (74%);
- здоровый образ жизни – 79 человек (72 %);
- основы психологии человека – 44 человека (40 %);
- медитация и йога – 39 человек (35%);
- прикладное искусство (из списка) – 30 человек (27%);
- финансы, хозяйство и т.д. 13 человек (12%)

Полученные данные проведенного опроса говорят о том, что обучающиеся имеют разносторонние интересы и активную потребность в образовательных услугах разного содержания.

Что касается целей образования, респондентами были обозначены следующие потребности:

- обновление, углубление собственных знаний;
- повседневное общение с другими людьми пенсионного возраста, чтобы чувствовать «пульс» жизни.

Учитывая результаты всех трех опросов, мы пришли к выводу о необходимости образования людей пенсионного возраста, в том числе с целью их социально-личностного самоопределения. На сегодня существуют определенные учреждения, которые занимаются проблемами образования людей пенсионного возраста, но их недостаточно, формы и содержание, предлагаемых услуг необходимо расширять и корректировать в соответствии в психолого-возрастными и социально-педагогическими особенностями обучающихся, а также с учетом разных типов людей пенсионного возраста.

2.2 Моделирование дополнительного образования людей пенсионного возраста с учетом их социально-образовательных потребностей

Сущность социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста заключается в поиске смыслов в конкретных видах жизнедеятельности, в выборе определенных стратегий дальнейшей жизни. Открытие новых жизненных смыслов, ценностей и установок, связанных с переживанием своего нового статуса, утратой старых и приобретение новых социальных связей, «причастности к жизни», - на это должен быть направлен образовательный процесс с целью социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста. С этой целью была разработана модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения.

Модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения рассматривается нами как:

- открытая (для всех), социальная (взаимодействует с социумом), динамическая (изменяется в соответствии с потребностями субъектов), объединяет различных людей пенсионного возраста, работающих, неработающих и занятых волонтерской деятельностью и т.д.;

- адаптационная (предназначена для выполнения адаптационных функций) – способствует социально-личностному самоопределению, адаптации к современной жизни, актуализации жизненного опыта, самореализация, удовлетворению потребности в общении людей пенсионного возраста;

- процессуальная, состоит из различных взаимосвязанных структурно-функциональных подсистем, функционирующих в социально-культурной и образовательной сферах;

- самоуправляющаяся – модель управляется изнутри и изменяется в соответствии с потребностями и запросами обучающихся пенсионеров.

Основной целью реализации модели дополнительного образования людей пенсионного возраста является очередной этап их социализации, характеризующийся самореализацией человека, переживающего кризис пересамеоопределения, окончания привычной профессиональной деятельности, выхода на пенсию. Появляется потребность в новой интеграции в общество.

В соответствии с типами людей пенсионного возраста, описанными нами в параграфе 1.2, строятся индивидуальные или групповые образовательные маршруты, реализующие конкретные культурно-образовательные и личностные (например, в социально-личностном самоопределении) потребности обучающихся. Разработанная нами модель направлена на социально-личностное самоопределение людей пенсионного возраста и требует индивидуального подхода к каждому. В этот период жизни человек сталкивается с определенными трудностями, связанными с дезадаптацией: например, потерей работы, сменой социального окружения, снижением физиологических возможностей организма (слуха, зрения, прежней физической формы), ухудшением состояния здоровья, появляющимся чувством ненужности и обузы для родных и близких и т.д. Выход из сложившейся ситуации ищут в самоопределении людей пенсионного возраста: общении с другими людьми со схожими проблемами и интересами, совместными делами, именно это лучше всего реализовать в специально организованном процессе дополнительного образования для людей пенсионного возраста.

Поскольку дополнительное образование людей пенсионного возраста предполагает актуализацию жизненного опыта пенсионеров, их социально-личностное самоопределение и саморазвитие, то модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения должна быть очень гибкой и подвижной, где субъекты образования – обучающиеся и андрагоги могут меняться своими ролями, применять различные технологии и формы организации образования, реализовать индивидуальные образовательные маршруты, способствующие

процессу социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

Образовательное пространство не должно замыкаться в том учреждении, где функционирует модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения. В образовательный процесс включается социокультурная среда района, региона, страны, всего мира (посредством Интернет-пространству), должно использоваться сетевое взаимодействие различных ведомств, организаций и учреждений, привлекаться социальные партнеры для социально-личностного самоопределения в жизни и достижения очередного этапа социализации людей пенсионного возраста.

Разработанная модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения является гибкой, вариативной и многофункциональной. Модель состоит из пяти взаимосвязанных и взаимозависимых компонентов, которые представлены на Рисунке 11.

Системообразующим фактором построения модели дополнительного образования людей пенсионного возраста является *андрагогическое взаимодействие* субъектов образовательного процесса, которое подразумевает стимулирование образовательной потребности людей пенсионного возраста, актуализируя его жизненный опыт и социально-практические интересы при поддержке всех видов мотивации, с целью позитивного социально-личностного самоопределения. Процесс образования строится на основе индивидуальных образовательных маршрутов обучающихся (для каждого отдельно или мини группы), целями которых являются социально-личностное самоопределение, удовлетворение культурно-образовательных потребностей или решение социально-личностных проблем. Андрагогическое взаимодействие субъектов дополнительного образования проявляется в помощи, поддержке пенсионера в его жизни, наполнении ее удовлетворением от сделанного сегодня, имеющим перспективу на будущее.

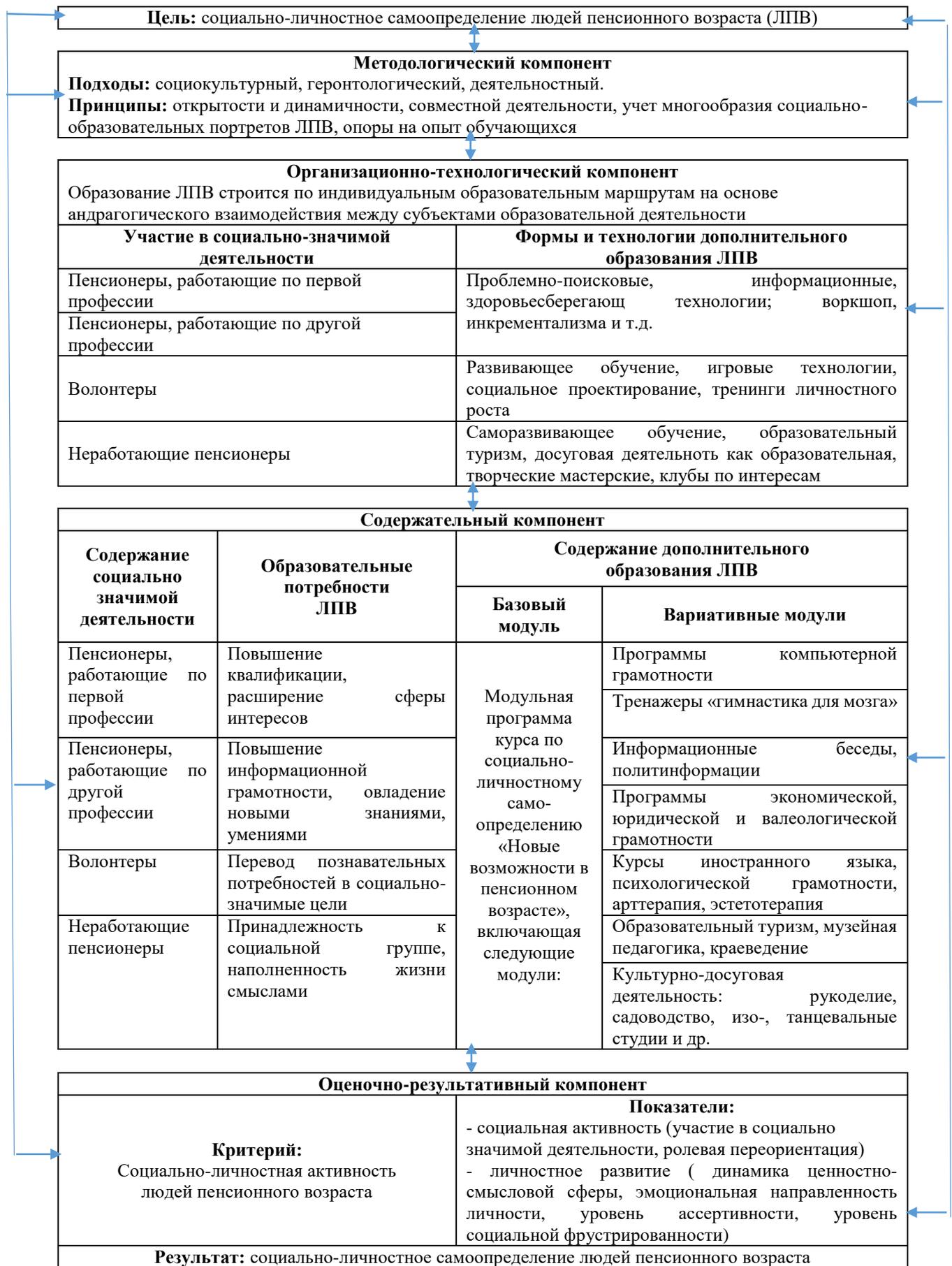


Рисунок 11 – Модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения

Модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения состоит из пяти взаимосвязанных и взаимозависимых компонентов. Остановимся на каждом компоненте модели.

1. Целевой компонент модели.

Образование людей пенсионного возраста:

- способствует успешному социально-личностному самоопределению людей пенсионного возраста и адаптации к стремительно меняющимся условиям жизни;
- учит каждого человека ликвидировать пробелы в знаниях и умениях, которые оказывают влияние на улучшение качества его жизни;
- помогает людям пенсионного возраста успешно справиться с любыми трудностями.

Задачи, поставленные перед андрагогами, реализующими разработанную модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения, заключаются в:

- актуализации их внутренних личностных механизмов, путем запуска механизмов социально-личностного самоопределения, самореализации и взаимопомощи среди пенсионеров;
- формировании и реализации образовательных потребностей людей пенсионного возраста;
- повышении функциональной грамотности людей пенсионного возраста для улучшения качества жизни;
- инициации творческого начала и реализации себя через творчество.

Укрепление социальных связей между людьми пенсионного возраста выступает средством формирования социальной сплоченности.

2. Методологический компонент модели представлен подходами к дополнительному образованию и принципами организации образовательного процесса с учетом разных типов людей пенсионного возраста.

Дополнительное образование рассматривается в модели с позиций следующих научных подходов:

– *социокультурный подход*, позволивший рассмотреть проблемы социально-личностного самоопределения в дополнительном образовании людей пенсионного возраста с учетом социальных и культурных изменений в современном мире;

– *геронтологический подход*, отражающий психолого-возрастные и социально-педагогические особенности каждого типа людей пенсионного возраста, которые необходимо учитывать в их образовательном процессе, и позволяющий выявить причинно-следственные связи между ценностно-смысловой и потребностно-мотивационной сферой личности пенсионера в процессе их социально-личностного самоопределения;

– *деятельностный подход*, основанный на идее активного, самореализующегося, саморазвивающегося субъекта деятельности и определяющий пути этого развития через поиск новых способов деятельности и освоение новых требований к ней.

В качестве регулятивных норм взаимодействия между слушателями и андрагогами в модели выступают следующие *принципы*:

– открытость и динамичность, обеспечивающие взаимодействие с социокультурной средой и свободу деятельности с целью их социально-личностного самоопределения, формирования и развития образовательных потребностей;

– совместная деятельность обучающихся с андрагогами в образовательном процессе;

– опора на опыт обучающихся (профессиональный, социокультурный, жизненный) как один из источников обучения;

– индивидуализация образовательного процесса, основанная на реализации индивидуального маршрута обучения, ориентированного на

образовательные потребности слушателей и цели обучения, с учетом жизненного и профессионального опыта, уровня подготовки обучающихся;

- системность, которая предусматривает соответствие цели, содержания, форм и методов обучения, а также оценивание его результатов;

- контекстность обучения с целью решения актуальных для обучающихся жизненно-важных задач (социальных, функциональных, бытовых и пр.);

- актуализация результатов образования, что предполагает сиюминутное применение на практике приобретенных в процессе обучения знаний и умений;

- элективность (диверсификация), т.е. предоставление слушателям свободу выбора содержания обучения, места обучения, форм, технологий, методов и оценивания результатов обучения;

- осознанность образования, предусматривающая осмысление обучающимися всех параметров образовательного процесса.

3. Содержательный компонент модели ориентирован, прежде всего, на социально-личностное самоопределение обучающихся, кроме того, на удовлетворение социально-образовательных потребностей, развитие личных качеств, которые необходимы для жизни в современном обществе, как и в других сферах социальной практики.

Дополнительное образование людей пенсионного возраста не ориентировано на приобретение новых профессиональных компетенций или получение новой профессии с целью лучшего трудоустройства. Часто цель образования пенсионеры видят в социально-личностном самоопределении, личностном развитии, социальной адаптации и общении, сохранении своей активной жизненной позиции.

Базовую часть содержательного компонента модели составляет разработанная модульная программа ориентационного курса по социально-личностному самоопределению людей пенсионного возраста «Новые возможности в пенсионном возрасте», направленная на актуализацию процесса социально-личностного самоопределения, помощь в социальной и

профессиональной адаптации в новый период жизни, повышение уровня социальной и психологической грамотности, формирование адекватной самооценки, пробуждение потребности в самосовершенствовании.

Вариативную часть составляют модульные образовательные программы различных направлений:

- учебно-познавательное;
- социально-адаптационное;
- информационно-технологическое;
- художественно-творческое;
- рекреационное и др.

Большой интерес у людей пенсионного возраста поколения вызывает тематика проблем долголетия, экологии и качества жизни, социально-психологической помощи инвалидам, больным, одиноким; изучение истории страны и родного края. Люди пенсионного возраста хотят устранить пробелы в своем образовании, приобщиться к различным видам искусства, выучить иностранные языки, овладеть компьютерной грамотностью и т.д.

Вся жизнь, вся трудовая деятельность были отданы обществу и семье, но личностно-значимые ценности и смыслы не получили реализацию, своего применения. Часто можно услышать: «Вот пойду на пенсию и займусь любимым делом...», или «Это дело подождет до пенсии, сейчас некогда...», или «Пока занимаюсь этим по выходным, а вот, когда уйду на пенсию, то...». В таких высказываниях звучат нереализованные в жизни ценностно-смысловые ориентиры, которые, в свою очередь, так же, как и повседневные мотивы, ценности и стили поведения, наполняют личность социальными приоритетами, формируют ее направленность и «личностный смысл» (по А. Н. Леонтьеву [136], что, по сути, и является самоопределением личности).

Ведущей деятельностью людей пенсионного возраста становится поиск «самого себя в новом качестве», проба сил в новых видах деятельности (в домашнем хозяйстве, воспитании внуков, общественной деятельности, творчестве), ввиду большого количества свободного времени появляются

новые хобби и увлечения. Появляется потребность в пересамеоопределении (по В.М. Колпакову и Г.А. Дмитренко (2005) [108], т.е. осмыслить свою прежнюю жизнь, переориентировать свою деятельность на передачу своего опыта подрастающему поколению, многие люди пенсионного возраста начинают писать мемуары, воспоминания. Они часто стремятся подтвердить чувство собственной полезности обществу: «Я достоин уважения, пока приношу пользу окружающим».

При определении содержания образования людей пенсионного возраста необходимо опираться на их основные социально-психологические ресурсы:

- богатый жизненный опыт;
- способность и желание к самосовершенствованию;
- необходимость в социальных контактах;
- нереализованные потребности духовно-познавательного и творческого характера.

Все это следует учитывать при определении содержания образования людей пенсионного возраста с целью их социально-личностного самоопределения. В содержание образования кроме знаний, умений и навыков входит и сам процесс их приобретения, поиск и открытия, в ходе самообразования и практического применения этих знаний.

4. Организационно-технологический компонент, включающий методы обучения, формы и технологии взаимодействия:

– индивидуальные формы: эссе, беседы, интервью, консультирование, социально-педагогическое сопровождение в процессе адаптации к современным условиям жизни, а также новой социальной роли пенсионера;

– групповые формы: обучающие (курсы, групповые занятия, например, иностранный язык, компьютерная грамотность, экономические, правовые знания и др.); свободное общение (круглые столы, дискуссии, клубы по интересам, выездные посиделки, тренинги и др.); художественное и

декоративно-прикладное творчество (фестивали, выездные концерты, мастер-классы, выставки, студии, кружки, издание печатной продукции и др.).

– коллективные: обучение, просвещение (лекции, семинары, конференции и др.), литературные гостиные, творческие встречи, социальные акции и т.д.

Методы обучения – продуктивные, поисковые, исследовательские, активно-творческие, предлагающие самостоятельную и творческую деятельность проблемно-практического характера (таблица 6).

Таблица 6

Методы обучения людей пенсионного возраста

№	Особенность	Реализация в практике обучения	Методы обучения
1	Обучающемуся-пенсионеру принадлежит ведущая роль в процессе обучения	Каким образом можно предоставить обучающимся роль ведущего?	Обсуждение в малых группах. Выявление запроса (анкетирование, устный опрос)
2	Обучение более эффективно, когда пенсионеры имеют возможность контролировать учебный процесс, следить за его ходом	Какие способы контроля обучающихся можно использовать в групповой работе?	Четкая структура занятия. Составление (совместное) правил группы. Рефлексия участников. Визуальное подтверждение каждого этапа работы группы
3	Участие в оценке эффективности обучения повышает значимость каждого участника	Каким образом можно обеспечить возможность оценивать эффективность процесса обучения каждому участнику?	Обобщающие упражнения в подгруппах. Анкетирование.
4	Использование в процессе обучения уже имеющихся знаний, опыта человека пенсионного возраста	Как можно использовать уже имеющийся опыт в качестве источника знаний?	Выяснение имеющихся знаний и опыта участников в начале обучения. Перевод негативного опыта в позитивный. Ролевая игра Обсуждение в малых группах
5	Возможность немедленного применения полученных в ходе обучения знаний и навыков	Каким образом можно содействовать пониманию, что новые знания и навыки необходимы в реальной жизни?	Рефлексия в конце дня. Вопросы к обучающимся. Деловая игра
6	Самостоятельное приобретение знаний	Каким образом можно поощрять самостоятельность обучающихся, чтобы они и	Делегирование роли обучающего на разных этапах обучения.

		далее самостоятельно приобретали знания в дальнейшей деятельности?	Рефлексия
7	Партнерские отношения «обучающий-обучаемый»	В чем состоят партнерские отношения «обучающий-обучаемый»?	Диалоговое общение. Отказ от монологичной и авторитарной формы подачи учебного материала. Обмен опытом участников
8	Учет возрастных особенностей обучающихся	Что необходимо знать о возрастных особенностях участников?	Информация о возрастных особенностях участников группы: внимания, памяти, восприятия, мышления
9	Учет индивидуальных особенностей обучающихся	Какие есть пути индивидуализации учебных программ с учетом особенностей восприятия материала?	Диагностика преподавателем особенностей восприятия обучающихся. Обучение участников экспресс-диагностике собственных особенностей восприятия материала
10	Атмосфера взаимоуважения в группе	Как можно способствовать установлению доверительной и уважительной атмосферы для работы в группе?	Организация пространства. Доброжелательность преподавателя. Упражнения на знакомство участников группы. Совместное установление и соблюдение правил группы.

Андрагог должен выполнять функции организатора образовательного процесса, он призван на практике обеспечивать возможность индивидуального подхода в обучении. В образовательном процессе должно быть больше продуктивных, активно-творческих методов обучения, предлагающих самостоятельную, исследовательскую и творческую деятельность проблемно-практического характера. Обучение должно строиться по индивидуальному маршруту, когда каждый слушатель получает возможность двигаться в образовательном процессе своим темпом, соответственно своим способностям и состоянию, учитывая типологию людей пенсионного возраста.

Приведем примеры некоторых образовательных технологий для людей пенсионного возраста в рамках дополнительного образования.

1. *Досуговая деятельность в качестве образовательной.* Досуговую деятельность как педагогическую технологию рассматривали Г.А. Аванесова

[3], О.Д. Дашковская [60], А.Д. Жарков [75], В.В. Попов [192], Н.Н. Ярошенко [279] и др.

Люди пенсионного возраста используют досуговую деятельность в качестве:

- отдыха для восстановления жизненных сил, улучшения здоровья и психологического самочувствия;
- для интеллектуального развития, просвещения, расширения кругозора, повысить уровень функциональной грамотности, в качестве источника новых необходимых знаний;
- с целью включения в творческую деятельность, отвечающую потребностям и интересам человека, как способ самореализации и самовыражения;
- с целью созерцания, рефлексии, самоанализа, которые позволяют оказаться в мире чувств и переживаний, способствуют переосмыслению имеющегося жизненного опыта, возвышению над обыденной реальностью не в одиночестве, а вместе с единомышленниками.

2. *Образовательный туризм* – это туристические путешествия, представляющие собой поездки в места временного пребывания для получения новых впечатлений и знаний, соотнесения себя с другими членами общества, также является фактором, способствующим социально-личностному самоопределению пенсионеров [157, С. 2].

Образовательный туризм рассматривается различными авторами по-разному: В.Г. Гуляев [59], И.В. Зорин [84] рассматривают его как «вид деятельности», Т.М. Ковалева [103] – как «модель сетевого обучения», Т.В. Пономарева [194] – как «инновационный метод образовательного процесса». Большинство авторов – Е.В. Корнейчик [114], Ю.И. Сергеева [224], В.П. Соломин и В.Л. Погодина [234], Т.Н. Третьякова [244] рассматривают образовательный туризм как педагогическую (образовательную) технологию. Например, В.П. Соломиным и В.Л. Погодиной образовательный туризм

рассматривается в качестве высокоэффективной технология обучения и формы организации учебного процесса одновременно.

3. *Музейное образование.* Музейная педагогика сегодня является междисциплинарной областью научного знания, посвященной исследованию различных образовательных аспектов (цели, задачи, принципы, содержание, методы, формы реализации), ориентированных на передачу культурно-исторического опыта.

4. *Интернет-технологии* являются весьма востребованными в современной жизни, это актуально и для людей пенсионного возраста. Они позволяют слушателям почувствовать себя полноценным членом современного информационного общества.

Интернет-технологии могут быть включены в другие технологии (как например, музейное образование, образовательный туризм), с целью сделать последние доступнее для пенсионера, в случае если человек не может отправиться в путешествие или пойти на экскурсию в музей из-за состояния своего здоровья, материальных или каких-либо иных трудностей.

5. *Социально-педагогическое проектирование* многими авторами (В.И. Курбатов, О.В. Курбатова [127], В.А. Луков [144], В.М. Сафронова [222] и др.) определяется как образовательная технология, другими авторами (Л.В. Ишкова [91], В.Г. Плышевский [191] и др.) рассматривается в качестве формы социально-педагогической деятельности, способствующей реализации в действительности прогнозов, моделей, сценариев, планов или прообразов.

Технологии социального проектирования эффективны для людей пенсионного возраста, занимающихся волонтерской деятельностью.

6. *Воркшоп* как интенсивная учебная технология, с помощью которой слушатели добывают знания благодаря активной деятельности.

7. *Технология инкрементализма* исходит из того, «что процесс принятия решения является бесконечно малым приращением, а выбор основывается на последовательных, но ограниченных сравнениях нескольких альтернатив» Автором данной технологии является Алистер Кокберн (Alistair Cockburn)

[293, С. 46]. В данной технологии акцент делался на количественные факторы, тогда как качественные, организационные и другие остаются вне поля зрения.

Последние две технологии эффективны для работающих пенсионеров, которым необходимо получать профессиональные компетенции для продолжения трудовой деятельности.

5. Оценочно-результативный компонент модели.

Мы выделили интегративный критерий социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста – социально-личностную активность. Под социально-личностной активностью нами подразумевается проявление социальной активности и личностное развитие пенсионеров.

Показателями социальной активности людей пенсионного возраста являются участие в социально-значимой деятельности (работа по прежней профессии, работа не по прежней профессии, участие в волонтерской деятельности, отсутствие работы и общественной деятельности) и ролевая переориентация пенсионеров (принятие нового статуса и выбор видов жизнедеятельности).

К показателям личностного развития людей пенсионного возраста относятся:

1) *ценностная сфера и психическая активность* людей пенсионного возраста (измерители: достижения, социальная власть, поддержка традиций, социальность, безопасность, зрелость, социальная культура, духовность и др.), которые определялись с использованием методики «Ценностный опросник» С. Шварца [156];

2) *эмоциональная направленность* (измерители: альтруистический, коммуникативный, практический, романтический, гностический, эстетический и др.), при ее оценке использовалась методика «Определение эмоциональной направленности» Б.И. Додонова [68];

3) *психические состояния* (измерители: психическая активация, интерес, эмоциональный тонус, напряженность, комфорт и др.), которые определялись методикой Н.А. Курганского и Т.А. Немчина [128];

4) *уровень асертивности* (измерители: независимость, автономность, уверенность, решительность, степень опоры на свои силы и др.) был использован опросник «Уровень асертивности» В. Каппони и Т. Новак [92];

5) *уровень социальной фрустрированности* (измерители: удовлетворенность взаимоотношений с родными и близкими, ближайшим социальным окружением; своим социальным статусом; своим социально-экономическим положением; своим здоровьем и работоспособностью) по методике «Диагностика уровня социальной фрустрированности» (Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев, М.А. Березин) [35].

Приведенные критерий и показатели позволили отследить результативность позитивного социально-личностного самоопределения в процессе дополнительного образования людей пенсионного возраста. По этим показателям проводился педагогический эксперимент, на котором мы остановимся в следующих параграфах.

Разработанная модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения была реализована в автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» г. Санкт-Петербург.

Автономная некоммерческая организация социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» как негосударственный ресурсный центр объединяет некоммерческие организации и государственные учреждения, направленные на развитие социальной активности и социальную адаптацию людей пенсионного возраста. Уставные цели организации определяются развитием адаптационных технологий для людей пенсионного возраста и содействием профессиональному росту специалистов, работающих с ними.

Деятельность организации способствует формированию культуры образования и активности людей пенсионного возраста, а также самоопределению (принятию себя) в новый период жизни, с одной стороны, а также на формирование позитивного отношения в социуме к людям пенсионного возраста, принятие их в качестве полноценных участников жизни

общества, субъектов, которые могут быть полезны обществу благодаря своим знаниям, жизненному опыту, что является условием долголетия и повышения качества жизни людей пенсионного возраста в нашей стране.

Многие психологи утверждают, что одним из важных факторов, удлиняющих продолжительность жизни человека, является чувство полезности и труд во благо, а также позитивная установка на будущее, жизнь, наполненная социально значимыми делами. При этом не надо мириться со старостью, с возрастными изменениями, надо компенсировать их за счет познавательной, досуговой, творческой, преобразующей деятельности, за счет расширения социальной сети, круга интересов и т.д. Оставаться нужными и полезными ближайшему окружению, не только в качестве носителя традиций, знаний, жизненного опыта, но и как социально активный член общества. Все это возможно при позитивном социально-личностном самоопределении, которое достигается в процессе дополнительного образования людей пенсионного возраста.

Дополнительное образование людей пенсионного возраста должно способствовать их социально-личностному самоопределению в период кризисного момента ухода на пенсию, что подразумевает определение новых жизненных смыслов, ценностей и установок; социальной адаптации на очередном этапе социализации, реализовать их потребность в общении, помочь найти новые пути реализации социальной активности. Пенсионеры как субъекты жизнедеятельности, успешно прошедшие очередной этап социализации, и как субъекты неформального образования вливаются в социум активными распространителями своего жизненного опыта. Основные социально-педагогические эффекты образовательной деятельности в рамках разработанной модели видятся в преодолении трудностей социально-личностного самоопределения, развитии активности личности и повышении качества жизни.

2.3 Содержание и технологии дополнительного образования людей пенсионного возраста

В данном параграфе мы рассмотрим содержательно-технологический инструментарий дополнительного образования людей пенсионного возраста по реализации функции социально-личностного самоопределения.

Разработанная модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения была внедрена в автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» Санкт-Петербурга. Образовательный процесс людей пенсионного возраста ориентирован на их социально-личностное самоопределение различными средствами: индивидуальное и групповое консультирование, тренинги самоопределения, социальное проектирование, вариативные программы, индивидуальные образовательные маршруты в условиях андрагогического взаимодействия.

Была разработана модульная Программа ориентационного курса по социально-личностному самоопределению людей пенсионного возраста «Новые возможности в пенсионном возрасте», направленная на актуализацию процесса социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста посредством получения знаний о себе, современном мире и обществе; социальную и профессиональную адаптацию в новый период жизни; способности к формированию адекватной самооценки; стимулирование потребности в самосовершенствовании. Программа состоит из 5 модулей и рассчитана на 72 часа:

1) установочный модуль включает знакомство, выработку правил групповой работы, определение целей и задач совместной деятельности, рассмотрение понятия «социально-личностное самоопределение», его видов и особенностей самоопределения людей пенсионного возраста.

2) диагностический модуль направлен на выявление собственных познавательных интересов, иерархии ценностей, склонностей, способностей,

определение путей и способов развития своих познавательных и личностных возможностей;

3) обучающий модуль, затрагивающий такие темы как алгоритм принятия решений, свобода и ответственность, готовность к встрече с препятствиями, расплаты и достижения и другие, ориентирован на предоставление людям пенсионного возраста определённых средств, помогающих самостоятельному и осмысленному решению проблем, связанных с социально-личностным самоопределением; формирование навыков самооценки для осознания собственной позиции в решаемых проблемах и способность к совершению самостоятельного осознанного выбора;

4) практический модуль направлен на составление индивидуального образовательного маршрута, помогает соотносить свои склонности и способности с образовательными потребностями, требованиями современной жизни и возможной деятельностью; формированию представлений о личном пути достижения целей, созданию предпосылок для формирования новой позитивной ценностно-смысловой основы саморазвития человека, повысить способность пенсионеров к целеполаганию в новой жизненной ситуации.

Для людей пенсионного возраста, продолжающих работать по своей профессии (группа А) индивидуальный образовательный маршрут будет направлен на повышение квалификации, развитие их профессиональных компетенций. Для пенсионеров группы Б, работающих по другой профессии ориентация индивидуального образовательного маршрута будет связана с освоением новых знаний, получением новых умений, которые помогут пенсионеру освоиться в новой профессии, дадут возможность дальнейшего развития в ней либо позволят получить более квалифицированную работу. Для пенсионеров, относящихся к группе В, занимающихся волонтерской деятельностью, общественно-полезная деятельность выступает фактором, способствующим формированию социальной сплоченности. Это важно в первую очередь для самого субъекта, способного перевести свои познавательные потребности в социально-значимые цели и действия. Знания,

умения и навыки, полученные в процессе освоения индивидуального образовательного маршрута этой группой важны, прежде всего, для их дальнейшей добровольческой социально значимой деятельности. Особенности индивидуального образовательного маршрута для неработающих пенсионеров (группы Д) выражаются в направленности на конкретные увлечения, например, рукоделие, посещение музеев, проведение познавательных бесед. Наиболее важным для данной группы является общение, устойчивая принадлежность к группе людей пенсионного возраста.

5) заключительный модуль, в задачи которого входит формирование положительного отношения к самому себе, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в новой жизненной ситуации, включает защиту разработанного индивидуального образовательного маршрута.

Предлагаемый курс по социально-личностному самоопределению представляет собой сочетание занятий, организованных в виде бесед, тренингов, мини-лекций, психотехнических упражнений, информационных бесед и занятий практического знакомства с вариативным содержанием образовательной деятельности по разным направлениям, информационной поддержки выбора стратегии дальнейшей жизни, и наиболее адаптированных к данной ситуации активизирующих методов помощи в жизненном и дальнейшем профессиональном выборе в процессе андрагогического взаимодействия участников образовательного процесса. Нами разработана и реализована такая программа, приведенная в Приложении 2.

Вариативную часть составляют модульные образовательные программы и проекты различных направлений (учебно-познавательное, социально-адаптационное, информационно-технологическое, художественно-творческое, рекреационное и другие), позволяющие обучающимся осуществлять выбор того или иного вариативного модуля в соответствии со своими потребностями, особенностями и интересами, что способствует их социально-личностному самоопределению. Одна из программ – «Немецкий язык» – была разработана и проводится соискателем, программа приводится в

Приложении 3.

Индивидуальное и групповое консультирование людей пенсионного возраста способствует их социально-личностному самоопределению. В кризисный возрастной период, связанный с уходом на пенсию и первые годы жизни на пенсии, если человек потерял работу, привычное окружение, изменилось отношение к нему и т.д., – все это дезадаптирует его, приводит в состояние неопределенности. Возникает много непонятных ситуаций, бытовых и социальных вопросов. Консультирование пенсионеров способно многие социальные затруднения и бытовые вопросы снять. При реализации нашей модели мы практиковали консультации юристов, врачей, работников банка и службы социальной защиты населения, которые отвечали на возникающие вопросы, грамотно разрешают проблемные социальные и жизненные ситуации. Кроме тематических консультаций использовались индивидуальные консультации для лиц, имеющих какие-либо индивидуальные проблемы, затрудняющие их социально-личностное самоопределение.

Тренинги социально-личностного самоопределения, использованные в дополнительном образовании людей пенсионного возраста в процессе реализации модели, понимаются нами в качестве совокупности активных методов практической психологии, которые используются для работы с пенсионерами, имеющими психологические проблемы, в целях оказания им помощи в социально-личностном самоопределении. Такие тренинги помогают решить межличностные проблемы, пенсионер избегает непродуктивного замыкания в самом себе со своими трудностями, обнаруживает, что его проблемы не уникальны, что и другие переживают сходные чувства, – для многих людей пенсионного возраста подобное открытие само по себе оказывается мощным психотерапевтическим фактором.

Используя пособие Н.Л. Кучинской «Тренинг «Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение» [130], мы адаптировали некоторые предложенные автором упражнения для реализации программы

ориентационного курса по социально-личностному самоопределению для людей пенсионного возраста.

В процессе экспериментальной работы был проведен Тренинг «Путь к себе или кто я такой?», в котором используются следующие упражнения: «Имя и эпитет» с целью знакомства участников группы, снятия психологического напряжения; «Взаимные презентации» с целью осознания участниками собственной идентичности; «Кто Я, какой Я?» с целью осознания себя, определения зоны ближайшего личностного развития; «Без маски» с целью снятия эмоциональной и поведенческой закрепощенности, формируются навыки искренних высказываний для анализа сущности «Я»; «Достижение цели» с целью выработки умения грамотно формулировать свои цели; «Снятие внутренних ограничений» с целью осознания своих внутренних ограничителей и овладения инструментом пошагового снятия внутренних ограничений; «Жизненные цели» с целью выработки жизненных целей; «События моей жизни» с целью формирования структурного видения своей жизни через значимые события, помощи в осознании связей (отношений) событий с окружающими людьми и определения характера этих связей; «Будущее» с целью осознания жизненных перспектив и возможностей влияния личностных особенностей на свой жизненный путь; «Жизненные перспективы» с целью отработки умений ставить цели и планировать их достижение, развития способности принимать решения и т.д.

Триада «хочу-могу-надо» больше характерна для профессионального самоопределения подростков, однако, адаптированную ее можно также использовать для проведения тренинга для людей пенсионного возраста в ситуации социально-личностного самоопределения. В процессе исследования нами был разработан и проведен тренинг «Ценностно-смысловое самоопределение пенсионеров». Целью данного тренинга является психолого-педагогическая поддержка личностного саморазвития людей пенсионного возраста. Были поставлены и решались задачи по 1) развитию позитивной «Я-концепции» – представлений о себе, о своих ценностях, возможностях,

интересах и потребностях; 2) развитию саморегуляции в эмоционально-волевой, поведенческой и когнитивной сферах; 3) соотнесению компонентов триады «хочу-могу-надо» у людей пенсионного возраста; 4) обучению рефлексивным умениям, приемам анализа жизненных ситуаций и собственных эмоций и чувств; 5) развитию социально значимых мотивов выбора своего дальнейшего жизненного пути; 6) осознанию пенсионера себя как субъекта собственной жизни и т.д.

Индивидуальные образовательные маршруты в условиях андрагогического взаимодействия в образовательном процессе людей пенсионного возраста – еще одно результативный фактор социально-личностного самоопределения пенсионеров. Свой индивидуальный образовательный маршрут пенсионер сам формирует при непосредственном взаимодействии с андрагогом с учетом своих потребностей, интересов и возможностей. При этом могут использоваться различные образовательные технологии: досуговая образовательная деятельность, образовательный туризм (в том числе виртуальный), музейная педагогика и т.д. Формы и методы образовательного процесса определяются самим субъектом в зависимости от имеющихся проблем и затруднений, состояния здоровья, эмоционально-психологического состояния и т.д.

Изучение содержательных компонентов индивидуального образовательного маршрута людей пенсионного возраста, показывает, что во всех этапах маршрута (от формулирования целей до подведения итогов и рефлексии) можно выделить аспекты общие, которые характерны для любого индивидуально-образовательного маршрута, и частные, которые присущи только одному или нескольким образовательным маршрутам.

В своем учебном пособии «Психология личности» (2007) П.Н. Ермаков и В.А. Лабунская [148] выделяют три основных этапа индивидуального образовательного маршрута:

- 1) осознание и принятие себя в новой образовательной среде;
- 2) интеграция в образовательную среду;

3) освоение возможностей образовательной среды.

Принятие и осознание людей пенсионного возраста себя в новой для них среде связано познанием себя, социально-личностным самоопределением, стремлением к самореализации, с осознанием своих культурно-образовательных потребностей. При интеграции в образовательную среду пенсионер хорошо осознает ценности образования, его цели и задачи, в процессе образования он стремится к личностному совершенствованию, получению и систематизации знаний. В качестве продолжения и развития выступает этап освоения уже знакомой пенсионерам образовательной среды, он характеризуется стремлением к личностному совершенствованию, накоплению знаний и размышлению о собственной жизнедеятельности и роли полученных знаний в ней.

Таким образом, функция социально-личностного самоопределения прослеживается на всех этапах образовательного маршрута. Ей соответствуют периоды, связанные с самоопределением (1 этап), самореализацией (2 этап), стремлением понять свои возможности и потребности (3 этап). Индивидуально-ориентированный образовательный процесс ставит людей пенсионного возраста в такие условия, в которых у них возникает потребность в социально-личностном самоопределении, происходит развитие культурно-образовательных потребностей, что способствует возникновению активности и инициативы, стремлению овладеть определенными знаниями, умениями, а в идеале – и устремление к самореализации и самоактуализации в жизнедеятельности.

При реализации образовательного процесса нашей модели дополнительного образования людей пенсионного возраста использовались различные формы и технологии:

– *учебные занятия* в виде популярных *лекций* по мировой художественной культуре, страноведению, экономическим и политическим проблемам, *практических занятий* иностранными языками, различными видами творчества и т.д.

– *тренинги* по психологии и конфликтологии, на которых разбирались различные психологические проблемы возраста, ситуации взаимоотношений в семье, конфликты между родителями и детьми и т.д.;

– *валеологический блок* занятий с медицинскими работниками, геронтологами и психологами, на которых речь велась о сохранении и преумножении здоровья людей пенсионного возраста.

Приведем примеры некоторых образовательных технологий для людей пенсионного возраста:

1. Досуговая деятельность в качестве образовательной.

Люди пенсионного возраста используют досуговую деятельность в качестве:

– отдыха для восстановления жизненных сил, улучшения здоровья и психологического самочувствия;

– для интеллектуального развития, просвещения расширения кругозора, повысить уровень функциональной грамотности, в качестве источника новых необходимых знаний;

– с целью включения в творческую деятельность, отвечающую потребностям и интересам человека, как способ самореализации и самовыражения;

– с целью созерцания, рефлексии, самоанализа, которые позволяют оказаться в мире чувств и переживаний, способствуют переосмыслению имеющегося жизненного опыта, возвышению над обыденной реальностью не в одиночестве, а вместе с единомышленниками.

Реализация перечисленных возможностей направлена не только на приобретение новых знаний, умений, навыков деятельности и отношений, а соответственно, обладает образовательным потенциалом, наиболее целесообразным в системе дополнительного образования, ориентированной на людей пенсионного возраста, но также и на социально-личностное

самоопределение субъектов дополнительного образования, каждый реализует себя в той деятельности, в которой нуждается «здесь и сейчас».

Взаимосвязь и взаимозависимость досуговой и самообразовательной видов деятельности, в процессе которых проявляются организационно-педагогические особенности образования людей пенсионного возраста, могут быть различными, рассмотрим Таблицу 7.

Таблица 7

Взаимосвязь и взаимозависимость досуговой и самообразовательной видов деятельности людей пенсионного возраста

№	Досуговая деятельность	Образовательная деятельность
1	Различные варианты применения форм и технологий при организации досуговой деятельности пенсионеров	образование в качестве одной из форм досуга
2		образование и досуг в качестве самостоятельных, независимых друг от друга видов деятельности
3		образование и досуг как взаимно дополняющих друг друга процесса (образовательный процесс, содержащий элементы досуга, имеющий рекреационное значение; досуговая деятельность параллельно сопровождается получением просветительской информации)

2. *Образовательный туризм* – туристические путешествия, представляющие собой поездки в места временного пребывания для получения новых впечатлений и знаний, соотнесения себя с другими членами общества, также является фактором, способствующим социально-личностному самоопределению пенсионеров [157, С. 2].

Образовательный туризм рассматривается различными авторами по-разному: В.Г. Гуляев [59], И.В. Зорин [84] рассматривают его как «вид деятельности», Т.М. Ковалева [103] – как «модель сетевого обучения», Т.В. Пономарева [194] – как «инновационный метод образовательного

процесса». Большинство авторов – Е.В. Корнейчук [114], Ю.И. Сергеева [223], В.П. Соломин. и В.Л. Погодина [234], Т.Н. Третьякова [244] рассматривают образовательный туризм как педагогическую (образовательную) технологию. Например, В.П. Соломиным и В.Л. Погодиной. «образовательный туризм рассматривается как высокоэффективная технология обучения и одновременно форма организации учебного процесса» [234, С. 96-112].

Под технологией организации образовательного туризма для людей пенсионного возраста понимается совокупность методических и организационных действий андрагога, занимающегося реализацией научно обоснованного педагогического проекта. Эта технология имеет следующие этапы:

– Подготовительный этап заключается в сборе информации о странах или регионах, спортивной подготовке, освоении прикладных навыков работы с аппаратурой (фотоаппарат, видеокамера, гаджет и др.) Андрагогическая функция руководителя состоит в сплочении группы, формирующейся для поездки или пешеходного маршрута.

– Экскурсионный этап – в этот период андрагогические аспекты образовательного туризма реализуются в экскурсионной деятельности гида-андрагога, сюда входит организация межличностного общения в группе, организация досуга и активного отдыха.

– Самообразовательная деятельность, включающая в себя ведение журнала путешествия, с составлением фотоотчетов, подготовкой слайдов, презентаций и видеофильмов, их обсуждение и демонстрация.

– Рефлексивный этап – каждое событие во время поездки должно сопровождаться рефлексией, интерпретацией полученных впечатлений, эмоциональной ретроспективы, туристического опыта, это также способствует стимулированию личностного развития.

Образовательный туризм подходит не ко всем типам людей пенсионного возраста, им могут заниматься неработающие пенсионеры, которые в отличие

от других типов больше всего нуждаются в социально-личностном самоопределении.

3. *Музейное образование.* Музейная педагогика сегодня является междисциплинарной областью научного знания, посвященной исследованию различных образовательных аспектов (цели, задачи, принципы, содержание, методы, формы реализации), ориентированных на передачу культурно-исторического опыта. Многие ученые считают музеи учреждениями, обладающими высоким нравственно-воспитательным потенциалом, который необходимо включать в образовательный процесс (Т.Е. Скобликова [228], Б.А. Столяров [235], С.Л. Троянская [247] и др.).

Музей как образовательное пространство для людей пенсионного возраста обладает разнообразными формами деятельности: тематические лекции и экскурсии, творческие выставки, кружки и клубы. Среди форм образовательного процесса учеными выявлены три основные формы в музее: занятия, организованные в залах музейной экспозиции, классно-аудиторные занятия и практические.

В музейных занятиях, ориентированных на аудиторию пенсионного возраста, учитываются три развивающих аспекта учебного материала, выраженных в когнитивно-интеллектуальном развитии (познавательный интерес, интеллект), чувственно-эмоциональном развитии (эмоциональной отзывчивости и восприятию выразительных средств музейного экспоната), аффективном развитии (сопереживании, чувственном восприятии).

Музейное образование подходит для всех типов пенсионеров. Эта технология является эффективным фактором социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

4. *Информационные технологии* являются весьма востребованными в современной жизни (М.Н. Машкин [153], О.Н. Шилова [270] и др.), это актуально и для людей пенсионного возраста. С их помощью люди пенсионного возраста получают возможность общения с родными и друзьями,

которые живут в других городах, а также расширения круга общения, возникновения новых знакомых; причастности к событиям, происходящим в современном мире, в России, в своем городе; иметь доступ к электронным библиотекам и т.д. В связи с этим, среди людей пенсионного возраста очень популярны занятия по освоению компьютерных технологий, обучение которым не ограничивается освоением азов работы на компьютере, а распространяется на мультимедийные технологии и т.д., что помогает им самоопределиться в современной жизни, почувствовать себя полноценным членом современного информационного общества.

5. *Социально-педагогическое проектирование* многими авторами (В.И. Курбатов, О.В. Курбатова [127], В.М. Сафронова [222], В.А. Луков [144] и др.) определяется как образовательная технология, другими авторами (В.Г. Плышевский [191], Л.В. Ишкова [91] и др.) рассматривается в качестве формы социально-педагогической деятельности, способствующей реализации в действительности прогнозов, моделей, сценариев, планов или прообразов. Социально-педагогическое проектирование является этапом целенаправленной деятельности, в которой могут разрабатываться варианты решений актуальных социальных проблем, что также является мощным фактором социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста. Социально-педагогический проект является системой взаимозависимых компонентов, характеристик, которые дают конкретное знание о проектируемом состоянии социального явления или процесса. Втягиваясь в процесс социального проектирования человек чувствует себя сопричастным в решении социально значимых проблем, видит свою пользу, приложение своих знаний и опыта, что является фактором его социально-личностного самоопределения.

Социальное проектирование как преобразующий (в том числе себя) вид проектной деятельности выражается в формировании особой системы знаний у субъекта проектирования, которые актуализируют собственную роль в жизни общества, страны. В данном случае, проектная ситуация, как и

собственная жизнь пенсионера, характеризуется некоторой неудовлетворенностью окружающей реальности и потребностью к преобразованию этой реальности в соответствии с некоторым идеалом, который возможно сформировать в образовательной деятельности. Социальное проектирование характеризуется непрерывным взаимодействием субъекта (пенсионера в нашем случае) и объекта (собственной будущей жизни) проектирования, порождается возникающей ситуацией «социального разрыва», детерминировано условиями существования самого субъекта. Все это обеспечивает самоопределение и социально-культурную интегрированность в общество.

Кроме этого, социальное проектирование способствует развитию:

- проектного воображения и мышления, выражающихся в способности отбирать, связывать, обобщать и оценивать различные социальные факторы;
- владению социальным ролевым поведением, которое позволяет эффективно проигрывать различные социальные роли;
- развитию коммуникативных умений, обеспечивающих успешность проектной деятельности;
- навыков работы в команде, принятия решения;
- рефлексивного отношения собственного «Я» и своего ролевого поведения, умение подчинять личные интересы коллективным;
- устойчивости в социальной ориентации и установке, которые проявляются в установлении социокультурной позиции.

Социально-педагогические проекты (или программы) различной направленности реализуются в виде групповой деятельности людей, связанных одной целью, которые успешно решают социальные и социально-культурные проблемы или определенные педагогические задачи, например, решение социально-экологических проблем, описание культурно-исторических традиций, собирание этнического фольклора, воспитание подрастающего поколения на патриотических традициях и т.д.

Социально-педагогические проекты способствуют нравственному совершенствованию личности людей пенсионного возраста, стремятся к позитивным социальным отношениям, распространяющие и утверждающие ненасильственное и бесконфликтное решение социальных и личностных проблем людей пенсионного возраста.

Оздоровительные социальные проекты осуществляются на базе спортивных учреждений, заключающиеся в предоставлении людям пенсионного возраста условия для сохранения здоровья и психологического благополучия, в формировании навыков самостоятельного обеспечения нового качества жизни.

Технологии социального проектирования эффективны для пенсионеров, занимающихся волонтерской деятельностью.

6. *Воркшоп* как интенсивная учебная технология (Н.А. Грицишина [57], К.Ф. Фопель [258], О.Б. Чикуров [264]) с помощью которой люди пенсионного возраста добывают знания благодаря активной деятельности. В данной технологии центр внимания базируется на самостоятельном обучении обучающихся и интенсивное взаимодействие в группе. Внимание при этом акцентируется на получение динамического знания. Обучающиеся сами определяют цели и задачи обучения, темп, формы и методы, а самое главное разделяют с андрагогом-ведущим ответственность за результат образовательного процесса [257].

7. *Технология инкрементализма* исходит из того, «что процесс принятия решения является бесконечно малым приращением, а выбор основывается на последовательных, но ограниченных сравнениях нескольких альтернатив» Автором данной технологии является Алистер Кокберн (Alistair Cockburn) [289]. В данной технологии акцент делался на количественные факторы, тогда как качественные, организационные и другие остаются вне поля зрения.

Специфика технологии инкрементализма в том, что проект и реализация как бы разделяются на части (increment), каждая из которых разрабатывается по очереди одна за другой, и слушатели получают больше времени

обдумывать свои предложения. Если один компонент разработки готов, он апробируется на практических занятиях (подвергнуться критике), это позволяет разработчикам увидеть ошибки, уточнить детали. В этот же период можно уточнять и дополнять следующие компоненты разработки, отложенные в данный момент. После этого разрабатываются следующие части проекта, разработанные компоненты состыковываются с уже готовыми и т.д.

Последние две технологии эффективны для работающих пенсионеров, которым необходимо получать профессиональные компетенции для продолжения трудовой деятельности.

2.4 Результативность социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста в процессе дополнительного образования

В данном параграфе нами представлены результаты формирующего этапа педагогического эксперимента по определению результативности социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста в процессе дополнительного образования, произведена интерпретация результатов эксперимента и сделаны выводы.

На основе проведенного теоретического анализа и констатирующего этапа эксперимента нами была разработана модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения, которая была внедрена в автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» г. Санкт-Петербурга.

Анализ теоретических исследований и данных констатирующего этапа педагогического эксперимента показал, что люди пенсионного возраста больше ждут от дополнительного образования «социальных эффектов»: собственной идентификации, удовлетворение индивидуальных потребностей

в ценностно-смысловой, духовно-нравственной, интеллектуальной или эстетической сферах, поиск новых путей реализации социальной активности, подтверждение чувства собственной полезности обществу, реализация потребности в общении, стремление преодолеть барьеры одиночества, дефицита душевного тепла и общения и т.д. Именно поэтому были выбраны субъектно-социальные критерии результативности социально-личностного самоопределения в процессе дополнительного образования людей пенсионного возраста.

В процессе реализации модели дополнительного образования людей пенсионного возраста мы отметили изменения по степени участия обучающихся в социально значимой деятельности. Эти данные нами приведены в Таблице 8.

Таблица 8

Динамика изменений степени участия пенсионеров в социально-значимой деятельности

Участие в социально-значимой деятельности	В начале эксперимента (кол-во участников)	В конце эксперимента (кол-во участников)
Пенсионеры, работающие по первой профессии	10	7
Пенсионеры, работающие по другой профессии	8	15
Волонтеры	22	60
Неработающие пенсионеры	70	28
Всего	110	110

Анализ результатов показал, что в процессе дополнительного образования 10 человек смогли повысить свою квалификацию и продолжают работу по первой профессии; 7 человек смогли найти работу по другой профессии и 4 человека поменяли ее на более квалифицированную, таким образом 15 человек работают по другой профессии; 60 человек решили

принять участие в волонтерских проектах, что почти в 3 раза превышает количество волонтеров в начале эксперимента; 28 человек не работают.

За время реализации нашей модели дополнительного образования количество пенсионеров, принимающих участие в социально-значимой деятельности увеличилось на 38%, жизненную переориентацию смогли осуществить 42% пенсионеров. Для наглядности результаты приведены в диаграмме на Рисунке 12.



Рисунок 12 – Динамика изменения участия пенсионеров в социально-значимой деятельности

Формирующий этап эксперимента педагогического исследования ставил целью выявление ценностно-смысловых ориентаций и личностных особенностей людей пенсионного возраста как субъектов обучения для достижения лучших результатов социально-личностного самоопределения с целью преодоления жизненных проблем.

Для этого в начале педагогического эксперимента и после года реализации нашей модели проводилась социологический опрос слушателей автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст», в которой принимали участие 110 человек, возраст

которых от 58 до 82 лет, из которых 94 женщины и 16 мужчин, объединенные в экспериментальную группу. В экспериментальной группе мы провели анкетирование (анкета в Приложении 1) по определению их социально-личностным проблем в начале и в конце эксперимента с целью изучения динамики изменения этих проблем у испытуемых. Результаты опросов сведены в Таблицу 9.

Таблица 9

**Динамика изменения социально-личностных проблем респондентов
в начале и конце эксперимента**

№	Выявленные социально-личностные проблемы	В начале эксперимента (в %)	В конце эксперимента (в %)
1	- трудность адаптации к новым условиям жизни	89	46
2	- определение дальнейшего пути профессионально-личностного развития	78	38
3	- недостаточность новых практических знаний современной жизни	94	76
4	- потребность в самореализации	69	45
5	- неудовлетворенность своим социальным статусом	82	43
6	- налаживание связи с социальным окружением	76	33
7	- ухудшение здоровья и работоспособности	87	72
8	- отсутствие смысла жизни	67	37

Для большей наглядности результаты опроса представлены на диаграмме (Рисунок 13).



Рисунок 13 – Динамика изменения социально-личностных проблем респондентов в начале и конце эксперимента

- 1 – трудность адаптации к новым условиям жизни
- 2 – определение дальнейшего пути профессионально-личностного развития
- 3 – недостаточность новых практических знаний современной жизни
- 4 – потребность в самореализации
- 5 – неудовлетворенность своим социальным статусом
- 6 – налаживание связи с социальным окружением
- 7 – ухудшение здоровья и работоспособности
- 8 – отсутствие смысла жизни

Анализ результатов показал, что в ходе занятий слушатели смогли решить некоторые свои социально-личностные проблемы, мешавшие их самоопределению в жизни. Все выявленные социально-личностные проблемы

к концу эксперимента оказались менее значимыми в жизни участников эксперимента, по мнению участников эксперимента, решающую роль в этом сыграло дополнительное образование, которое было организовано в экспериментальной группе автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» г. Санкт-Петербурга. Особую роль респонденты отвели проведенному курсу по социально-личностному самоопределению «Новые возможности в пенсионном возрасте», кроме того, по мнению самих слушателей жизненно важным оказался курс «Пользователь компьютера», а также курсы валеологической направленности, финансово-экономической направленности, социально-правовой грамотность и т.д.

Для качественного определения результата социально-личностного самоопределения респондентов экспериментальной группы использовались также следующие психолого-педагогические методики:

- 1) «Ценностный опросник» (автор Ш. Шварц);
- 2) «Определение эмоциональной направленности» (автор Б.И. Додонов);
- 3) «Определения психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряженности и комфортности» (авторы Н.А. Курганский и Т.А. Немчин);
- 4) «Исследование уровня ассертивности» (авторы В. Каппони и Т. Новак).
- 5) «Диагностика уровня социальной фрустрированности» (авторы Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев, М.А. Березин).

Диагностика ценностных ориентаций людей пенсионного возраста, участвующих в эксперименте, проводилась с использованием методики «Ценностный опросник» С. Шварца и представлена в несколько этапов через выявление характеристик ценностной сферы и психической активности.

Рассмотрим показатели методики Ш. Шварца с точки зрения социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста вместо со списком входящих в них ценностей.

ПОКАЗАТЕЛЬ НАСЛАЖДЕНИЯ:

- 4) удовольствие (степень удовлетворения своих желаний).
- 50) наслаждение жизнью (качеством жизни, досуг, удовольствия и т.д.).

ПОКАЗАТЕЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ:

- 23) социальное признание (одобрение, уважение других людей).
- 12) достаток (деньги, материальные блага).
- 55) успешный (достигающий целей).
- 34) целеустремленный (трудолюбивый, честолюбивый).
- 43) способный (эффективный, компетентный, квалифицированный).

ПОКАЗАТЕЛЬ ЛИДЕРСТВА:

- 27) авторитет в группе (распоряжается и руководит).
- 3) социальная власть (управляет другими, влияет на окружающих).
- 39) влиятельный (может влиять на людей и события).
- 46) заботится о своей репутации (защищает свое «лицо»).

ПОКАЗАТЕЛЬ РЕШИТЕЛЬНОСТИ:

- 5) свобода (свобода действий и мысли).
- 16) творчество (воображение, уникальность).
- 41) выбор собственных целей (ставит себе самостоятельно задачи).
- 31) независимость (самостоятельность, уверенность в себе).
- 48) ум (логичный, думающий).
- 53) любознательность (всем интересуется, исследует).

ПОКАЗАТЕЛЬ СТИМУЛЯЦИИ:

- 25) разнообразная жизнь (наполненная вызовами, новизной и изменениями).
- 9) интересная жизнь (переживания, острые ощущения).
- 37) смелый (необходимы приключения и риск).

ПОКАЗАТЕЛЬ - ОГРАНИЧИТЕЛЬНЫЙ КОНФОРМИЗМ:

- 1) вежливость (хорошие манеры, деликатность).
- 20) самодисциплина (сопротивление соблазнам, самоограничение).
- 56) чистота (опрятность, аккуратность).

47) ПОКАЗАТЕЛЬ ПРИВЕРЖЕННОСТИ ТРАДИЦИЯМ, ИХ ПОДДЕРЖКИ:

- 18) уважение традиций (поддержание обычаев, почитаемых в прошлом).
- 8) общественный порядок (стабильность общества).
- 40) почитание родителей и старших (оказывающий уважение).
- 51) верующий (придерживается религиозных верований и убеждений).

ПОКАЗАТЕЛЬ СОЦИАЛЬНОСТИ:

- 1) равенство (всем равные возможности).
- 30) социальная справедливость (забота о слабых, отстаивание справедливости,).

17) мир во всем мире (мир без войн и конфликтов).

56) духовная жизнь (живет более духовными, чем материальными интересами).

45) честность (подлинный, искренний).

49) полезность (работает на благо других).

54) незлопамятность (легко прощает других).

33) преданный (верный друзьям, группе, идеям).

ПОКАЗАТЕЛЬ БЕЗОПАСНОСТИ:

13) национальная безопасность (защита нации от врагов).

22) безопасность семьи и близких людей (защищенность семьи).

7) чувство защищенности и принадлежности (ощущение, что другие заботятся обо мне).

28) настоящая дружба (близкие, друзья, оказывающие поддержку).

52) ответственность (заслуживает доверия, надежный).

42) здоровье (физически и психически).

ПОКАЗАТЕЛЬ ЗРЕЛОСТИ:

- 26) мудрость (зрелое понимание жизни).
- 19) зрелая любовь (глубокая эмоциональная и духовная связь).
- 14) самоуважение (чувство собственного достоинства).
- 10) смысл жизни (понимание своего предназначения в жизни).
- 29) мир красоты (красота природы и искусства).
- 2) внутренняя гармония (мир с самим собой).
- 35) широта мыслей (терпимый к различным идеям и убеждениям).

ПОКАЗАТЕЛЬ СОЦИАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ:

- 15) взаимность в отношениях (избегание задолженностей).
- 24) единение с природой (сживание с природой).
- 21) равнодушие к мирским заботам.
- 44) принимающий свою участь в жизни.
- 32) умеренность (избегание крайних чувств и поступков).
- 36) кроткость (скромность, непритязательность).
- 38) защитник природы (сохранение окружающей среды).

ПОКАЗАТЕЛЬ ДУХОВНОСТИ:

- 2) внутренняя гармония (мир с самим собой).
- 5) духовная жизнь (превышение духовных интересов, над материальными).
- 10) смысл жизни (понимание своего предназначения в жизни).
- 21) равнодушие к мирским заботам.
- 24) единение с природой (сживание с природой)

В Таблице 10 продемонстрирована динамика ценностно-смысловой сферы слушателей экспериментальной группы за время реализации модели дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения.

Динамика показателей ценностно-смысловой сферы слушателей по показателям методики Ш. Шварца

№	Наименование измерителей	Динамика эксперимента		
		в начале	в середине	в конце
1.	измеритель наслаждения	3	4	6
2.	измеритель достижения	2	3	5
3.	измеритель лидерства	1	3	4
4.	измеритель решительности	2	4	6
5.	измеритель стимуляции	2	3	5
6.	измеритель ограничительный конформизм	4	5	6
7.	измеритель поддержки традиций	5	5	6
8.	измеритель социальности	3	4	7
9.	измеритель безопасности	6	6	7
10.	измеритель зрелости	4	5	6
11.	измеритель социальной культуры	3	4	5
12.	<i>измеритель духовности</i>	2	4	7

Результаты представлены на Рисунке 14.

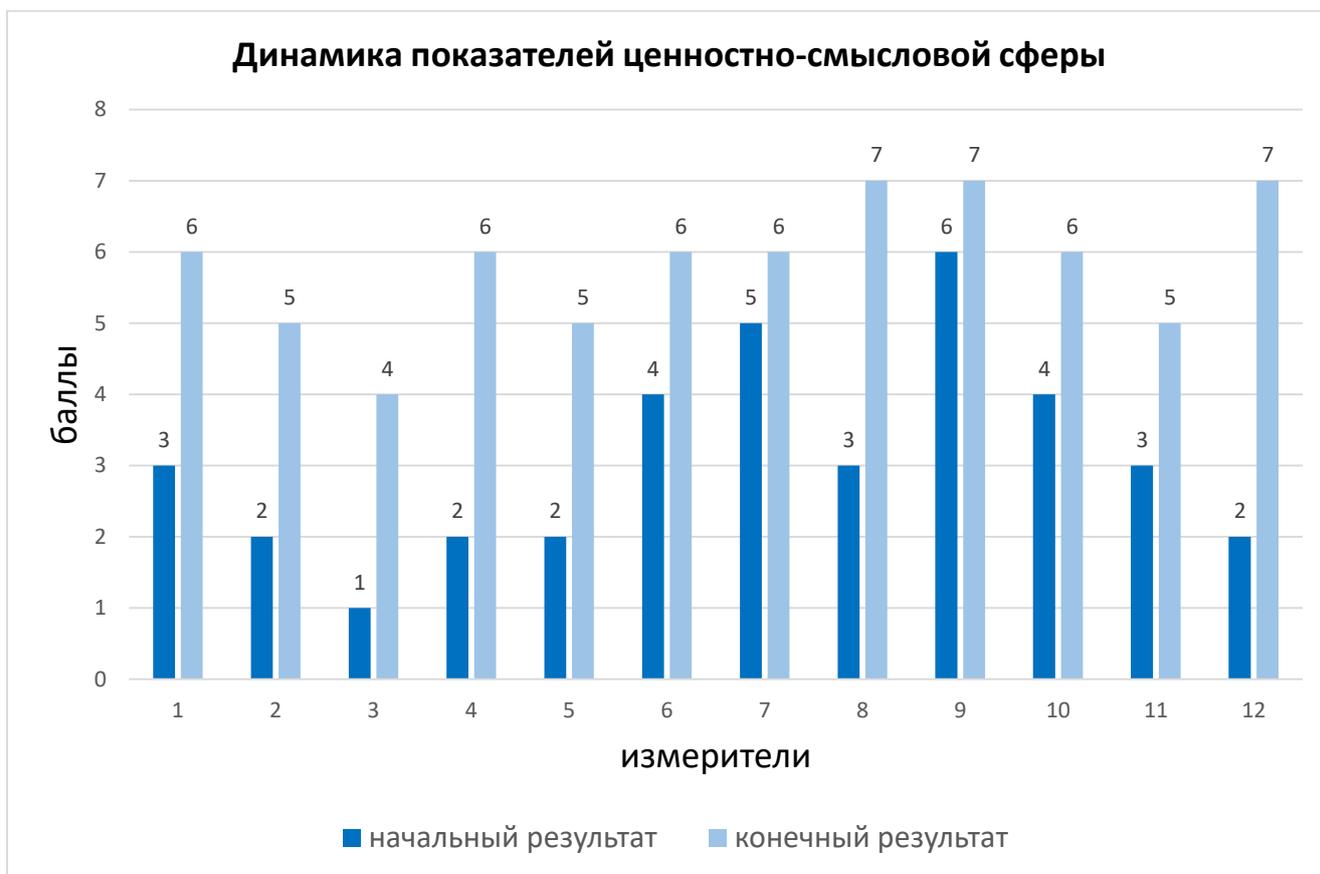


Рисунок 14 – Динамика показателей ценностно-смысловой сферы слушателей экспериментальной группы

Можно отметить, что по всем измерителям методики С. Шварца выявлена положительная динамика. Нами выяснено, что для людей пенсионного возраста особенно важны «социальность», «безопасность» (не только собственная, но и родственников и близких людей) и «духовность». Таким образом, люди пенсионного возраста актуализируют свою социальную активность, проявляющуюся в развитии духовных традиций. Для них также является важным передать национальные и семейные традиции, для того, чтобы их развивали и поддерживали как члены семьи, так и ближайшее окружение. Одной из познавательных и актуальных для исследования характеристик, является «духовность», которая показала убедительную динамику.

Следующим этапом исследования было *выявление эмоциональной направленности обучающихся*, при этом использовалась методика «Определение эмоциональной направленности» Б.И. Додонова. Данная методика позволяет измерить общую эмоциональную направленность личности: какие установки и в какой сфере деятельности человек получает положительные эмоции. Положительные эмоции возникают у человека при удовлетворении определенных потребностей, и в случае, если какая-то из потребностей не может быть удовлетворена, очень часто человек переживает отрицательные эмоции. Большинство любят положительные эмоции, соответственно стремятся удовлетворить возникающие потребности.

Дополнением представлений о эмоциональной направленности респондентов служит анализ описательных характеристик, которые представлены в Таблице 11 и на Рисунке 15.

**Динамика эмоциональной направленности слушателей по
показателям методики Б.И. Додонова**

№	Наименование эмоции	Показатели эксперимента		
		в начале	в середине	в конце
1	Альтруистические (потребность отдавать, делиться, содействовать, помогать)	7	9	11
2	Коммуникативные (потребности в общении)	6	8	12
3	Глорические (потребность в славе, успехе, известности)	3	4	6
4	Прагматические (потребность активно действовать, достигать поставленной цели)	7	9	10
5	Пугнические (потребность рисковать, преодолевать опасности)	4	4	5
6	Романтические (стремление к необычному, таинственному)	5	6	8
7	Гностические (потребность в получении знаний о новом, неизвестном)	7	9	10
8	Эстетические (потребность в восприятии прекрасного)	4	6	7
9	Гедонистические (потребность в удовлетворении потребности в телесном и душевном комфорте)	2	3	5
10	Акquisитивные (потребность в накоплении вещей)	3	3	3

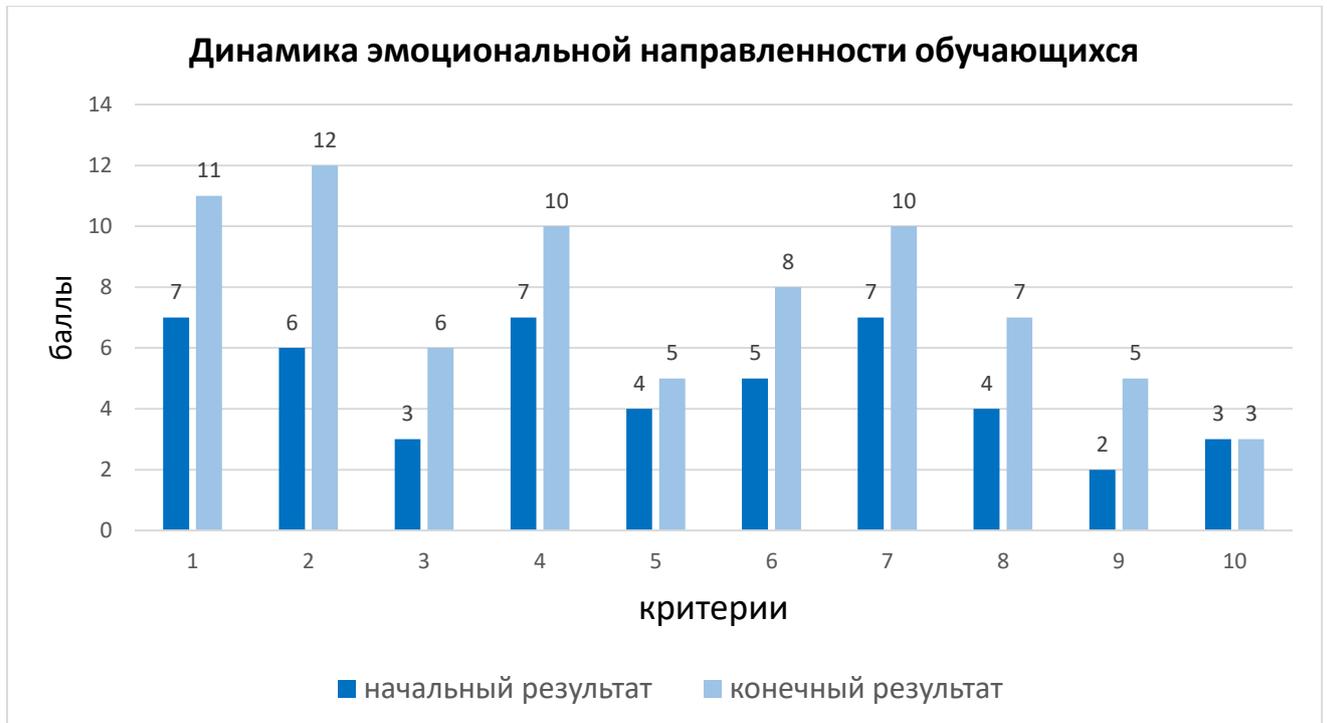


Рисунок 15 – Динамика эмоциональной направленности обучающихся
пенсионного возраста экспериментальной группы

Заметно преобладают четыре вида эмоциональной направленности обучающихся пенсионного возраста экспериментальной группы – это «коммуникативная», «альтруистическая», «праксическая» и «гностическая». *Коммуникативные эмоции могут* появиться как следствие потребности в общении в среде себе подобных. Возникновение *альтруистических эмоций* происходит на основе потребностей в содействии, помощи другим, люди пенсионного возраста испытывают потребность поделиться своими знаниями, жизненным опытом. *Праксические эмоции* возникают в результате потребности действовать, достигать поставленной цели и обусловлены успешностью или неуспешностью практической деятельности. *Гностические эмоции* свидетельствуют о потребности в новых знаниях, необходимых в современной жизни.

Следует отметить непосредственную связь данной стороны анализа с указанным анализом описательных статистик – общая характеристика группы по ценностной сфере и психической активности. В данном случае наблюдается явное желание людей пенсионного возраста развивать коммуникативные навыки, при этом уважая интересы и пожелания собеседника.

Для *определения психических состояний* (напряженности и комфортности, интереса, психической активации, эмоционального тонуса,) мы использовали методику Н.А. Курганского и Т.А. Немчина. По данному критерию произошли некоторые изменения у наших респондентов за период обучения по реализуемой модели дополнительного образования как фактора социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста. В данной методике оцениваются такие психические состояния, как:

- «психическая активация» (одна из характеристик человеческой психики, от которой зависит продуктивность психической деятельности);
- «интерес» (форма проявления познавательной потребности, удовлетворение которой обеспечивает направленность на осознание целей деятельности);

- «эмоциональный тонус» (особенность личности, зависящая от типа высшей нервной деятельности человека);

- «напряжение» (состояние психики человека, ведущее к стрессу);

- «комфортность», (сфера в пределах, которой человек чувствует себя безопасно и спокойно), при этом использовался факторный анализ динамики оценивания респондентами собственного состояния. При этом чем психическое состояние респондента хуже, тем больше баллов он набирает по каждой из предложенных характеристик.

Данные диагностики представлены на Рисунке 16.

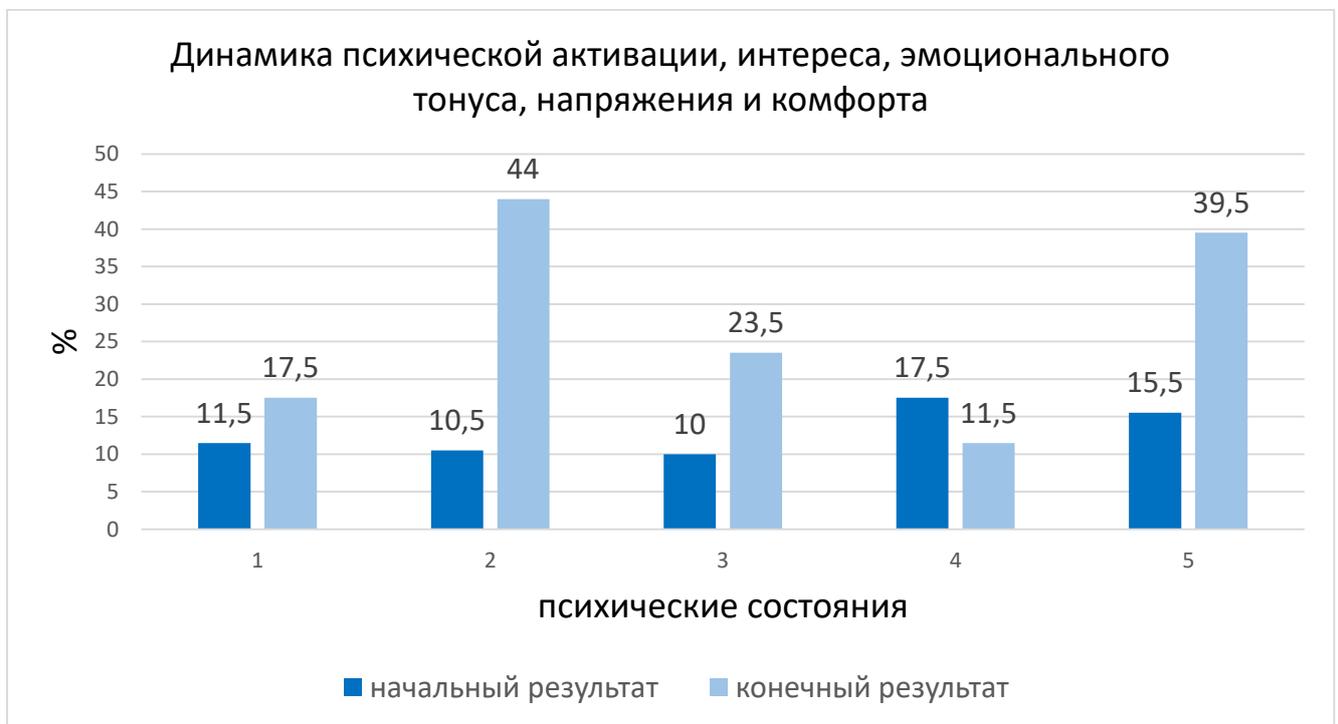


Рисунок 16 – Динамика психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфорта людей пенсионного возраста

1 – психическая активация

2 – интерес

3 – эмоциональный тонус

4 – напряжение

5 – комфорт

На основе анализа данных изменений психических состояний были сделаны выводы о том, что за период обучения в рамках модели дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения слушатели повысили психическую активность на 6%, эмоциональный тонус на 13,5%, комфортность на занятиях – 24%, интерес 33,5%. Напряжение на занятиях у слушателей понизилось на 6%. Эти данные говорят о том, что людям стало интереснее и комфортнее, повысился их эмоциональный статус и активность. Вместе с тем, они стали испытывать меньшее напряжение. Все это свидетельствует об эффективности реализуемой нами модели дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения.

Исследование уровня асертивности. По мнению В. Каппони и Т. Новак [91], конструктивность в межличностном общении коррелирует с личностным качеством, называемым асертивностью. В асертивном поведении отвергаются все виды манипуляций собеседников в общении, что может позволить личности без агрессии и манипуляций удовлетворить свои коммуникативные потребности и отказаться от неприемлемых притязаний, не ущемлять права собеседников. Асертивность общения тесно связана со способностью просить об одолжении и не испытывать чувство неловкости, умением прислушаться к критике, прямо объявить свои желания и требования.

В процессе исследования был использован опросник «Уровень асертивности» В. Каппони и Т. Новак, который помог зафиксировать уровень асертивности наших слушателей.

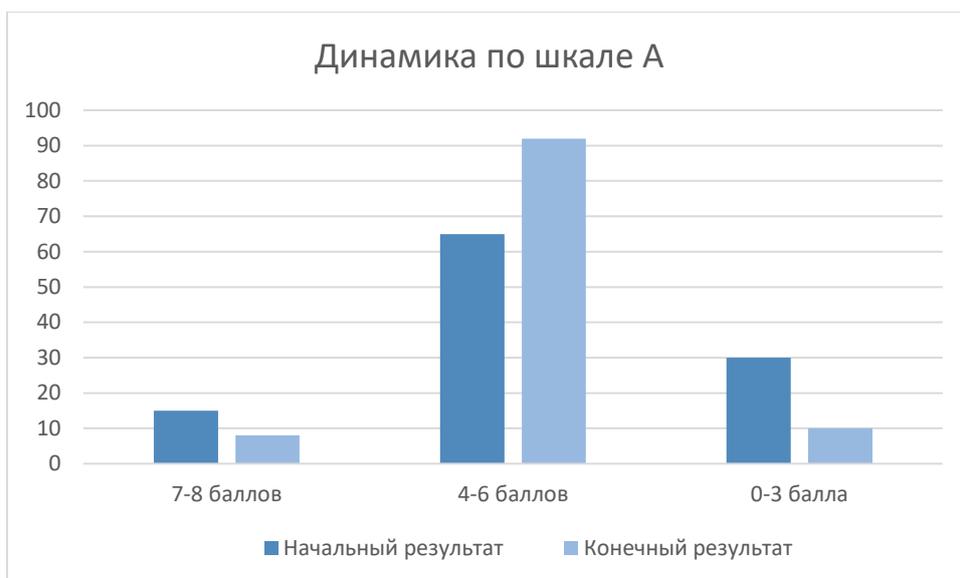
Опросник состоит из двух шкал: шкала А характеризует независимость, автономность человека, чем выше баллов набирает респондент, тем менее асертивно он себя ведет и чаще бывает агрессивным.

Кол-во баллов	Характеристика
7 - 8 баллов	Человек чрезмерно независим, не желает прислушиваться к словам других. Он очень эгоистичен, часто переоценивает себя. При этом попытки вести себя асертивно, чаще всего приводят к агрессии.
4 - 6 баллов	Человек вполне самостоятелен, но при своей независимости он относится к мнениям других людей с вниманием и уважением. Он достаточно самостоятелен и желаемой цели достигает без причинения вреда другим людям. Реалистичен в самооценке, что положительно влияет на взаимодействие с окружающими.
0 - 3 балла	Выраженная зависимость от окружающих людей, несамостоятельность и неуверенность в себе. Не способен самостоятельно решать свои проблемы, и нести ответственность за свои поступки.

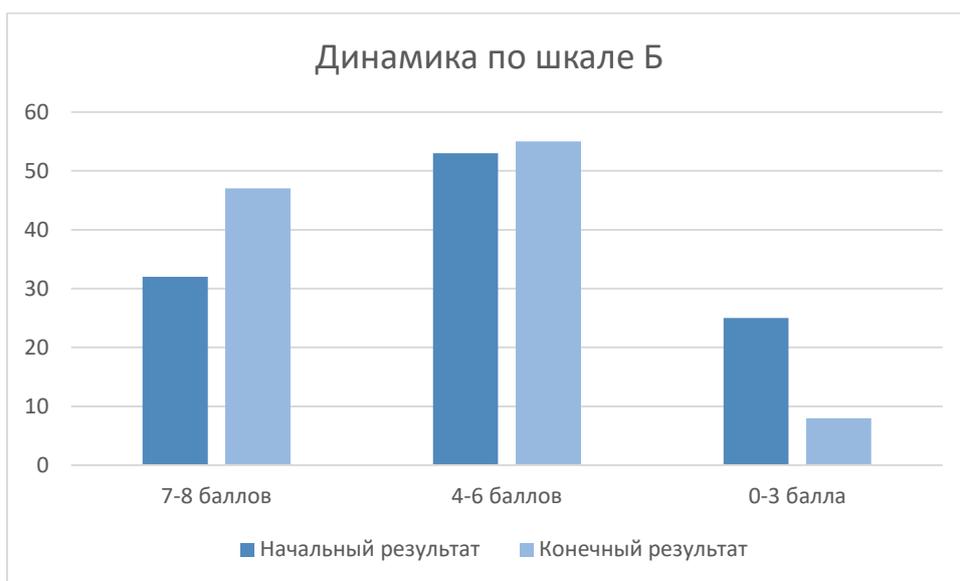
Шкала Б показывает уровень уверенности, решительности, степень опоры на свои силы, чем меньше баллов показывает опрос, тем человек более неприспособлен к непредвиденным ситуациям, испытывает сомнения и даже страх.

Кол-во баллов	Характеристика
7 - 8 баллов	Человек определил свои цели и задачи и двигается к ним рассчитывая на собственные силы. В случае столкновения интересов может договориться и предложить компромиссное решение, которое удовлетворит обе стороны. Своих целей добивается без манипуляций с использованием чувства вины или других способов эмоционального шантажа. Он вполне уверен в себе и всегда решителен в действиях.
4 - 6 баллов	Ассертивность проявляется во время типичных ситуаций, но любое изменение обычных обстоятельств сводит на нет чувство человека уверенности в себе.
0 - 3 балла	Человек постоянно испытывает сомнения и опасения, поскольку очень велик страх перед непредсказуемыми ситуациями.

На Рисунках 17 и 18 изображена динамика уровня асертивности слушателей по шкалам А и Б.



**Рисунок 17 – Динамика изменения слушателей по шкале А
(независимость, автономность человека)**



**Рисунок 18 – Динамика изменения слушателей по шкале Б (уверенность,
решительность, степень опоры на свои силы)**

Результаты опроса показывают улучшение ассертивности слушателей нашей группы. Данные нашего исследования демонстрируют, что чем старше человек, тем уровень ассертивности выше. С другой стороны, чем выше ассертивность, тем меньше человеку хочется подчиняться правилам – это

особенность важна при построении дополнительного образования людей пенсионного возраста.

Исследование уровня социальной фрустрированности. Многие ученые социальную фрустрированность рассматривают как причину невозможности человеком реализовать свои актуальные социальные потребности.

Как указывается В.В. Бойко [24, С. 249]: «Социальная фрустрированность - вид психического напряжения, обусловленного неудовлетворенностью достижениями и положением личности в социально заданных иерархиях. Оценивая свои достижения в разных социально заданных иерархиях, человек испытывает ту или иную степень удовлетворенности, либо неудовлетворенности».

Для определения уровня социальной фрустрированности слушателей в процессе эксперимента использовалась методика «Диагностика уровня социальной фрустрированности» [35], в анкете респондентом условно оценивается степень выраженности удовлетворенности или неудовлетворенности в пяти блоках:

- удовлетворенности взаимоотношений с родными и близкими;
- удовлетворенности ближайшим социальным окружением;
- удовлетворенности своим социальным статусом;
- удовлетворенности своим социально-экономическим положением;
- удовлетворенности своим здоровьем и работоспособностью.

При этом уровень удовлетворенности фиксируется по 5-балльной системе:

- 1 – полная удовлетворенность,
- 2 – частичная удовлетворенность,
- 3 – затрудняюсь ответить,
- 4 – частичная неудовлетворенность,
- 5 – полная неудовлетворенность.

Результаты опроса приведены в Таблице 12.

**Результаты опроса исследования уровня социальной
фрустрированности слушателей экспериментальной группы**

удовлетворенность своим здоровьем и работоспособностью	5	10	8
	4	75	60
	3	13	5
	2	10	30
	1	2	7
удовлетворенность своим социально-экономическим положением	5	20	12
	4	49	38
	3	2	7
	2	34	36
	1	5	17
удовлетворенность своим социальным статусом	5	22	5
	4	47	28
	3	29	8
	2	9	55
	1	3	14
удовлетворенность ближайшим социальным окружением	5	7	2
	4	18	22
	3	23	4
	2	44	54
	1	18	28
удовлетворенность взаимоотношений с родными и близкими	5	7	3
	4	23	12
	3	5	2
	2	65	73
	1	10	20
эксперимент		начало	конец

Для большей наглядность результаты нашего опроса изображены в виде диаграммы, Рисунок 19.



Рисунок 19 – Динамика уровней социальной фрустрированности слушателей экспериментальной группы

Анализ результатов опроса уровней социальной фрустрированности пенсионеров экспериментальной группы показал интересные результаты. За период реализации разработанной модели дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения в работе автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст» у слушателей экспериментальной группы произошли положительные изменения социальной фрустрированности:

- они стали более удовлетворены отношениями с родными и близкими, на что, по-нашему мнению, повлияли занятия по психологии и конфликтологии, на которых разбирались различные ситуации взаимоотношений в семье, конфликты между родителями и детьми и т.д.;

- на повышение степени удовлетворенности своим ближайшим социальным окружением также повлияли тренинги занятия по психологии и

конфликтологии, а кроме того сплочение обучающихся в процессе совместных занятий, различных мероприятий досуга, экскурсий и поездок;

- значимо (на 49%) выросла удовлетворенность своим социальным статусом, пенсионеры почувствовали свою значимость как членов учебного сообщества, поскольку на занятиях был востребован их витагенный опыт, раскрывался их интеллектуально-практический потенциал;

- понизилась неудовлетворенность людей пенсионного возраста своим социально-экономическим положением, причиной этого мы считаем занятия по экономическому блоку – полученная информация о социальных гарантиях и льготах для пенсионеров, экономия семейного бюджета и т.д., кроме того, многие слушатели приобрели интересные хобби и увлечения, что отвлекает от возникающих проблем;

- выросла удовлетворенность своим здоровьем и работоспособностью, причиной чему явился валеологический блок наших занятий с медицинскими работниками, геронтологами и психологами, на которых речь велась о сохранении и преумножении здоровья человека.

На Рисунке 20 из многочисленных измерителей всех показателей выбраны те, которые в большей степени характеризуют личностное самоопределение людей пенсионного возраста: 1) измеритель «духовность» в ценностно-смысловой сфере; 2) гностический измеритель (потребность в получении знаний о новом, неизвестном); 3) измеритель «интерес» (форма проявления познавательной потребности, удовлетворение которой обеспечивает направленность на осознание целей деятельности); 4) измеритель «высокий уровень ассертивности» (человек самостоятельно определил свои цели и двигается к ним, рассчитывая на собственные силы); 5) измеритель «уровень фрустрированности» (удовлетворенность своим социальным статусом).

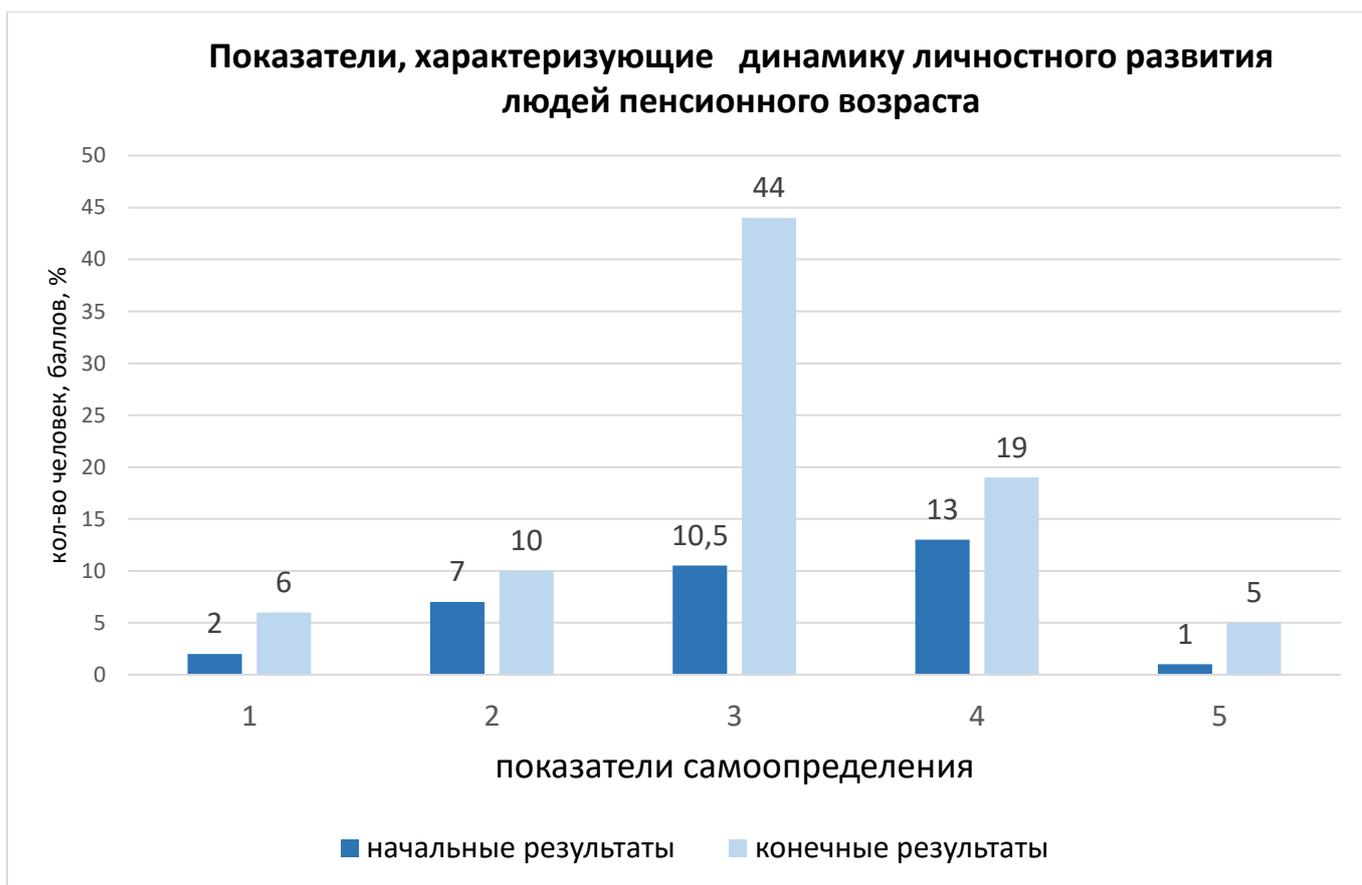


Рисунок 20 – Динамика показателей, характеризующих личностное развитие респондентов

Показатели личностного развития пенсионеров в процессе дополнительного образования:

- 1 – динамика ценностно-смысловой сферы
- 2 – эмоциональная направленность личности
- 3 – динамика психической активации
- 4 – изменение уровня асертивности
- 5 – изменение уровня социальной фрустрированности

Положительная динамика свидетельствует о результативности социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста в процессе дополнительного образования при реализации предложенной модели.

В заключение данного опроса отметим свои наблюдения: чем выше степень социальной безопасности, социальной культуры и духовности людей пенсионного возраста, тем более яркую, насыщенную и интересную жизнь они проживают, тем ниже напряженное отношение к обществу, к своим близким и коллегам, тем легче они входят в образовательный процесс с целью удовлетворения своих новых образовательных потребностей, что является результатом позитивного социально-личностного самоопределения.

Многие слушатели в конце экспериментального периода отмечали, что нужно относиться к пенсионному возрасту как к счастливому возрастному периоду, который имеет свои преимущества. Секрет успеха счастливого человека зиждется на 4 «китах»: это – здоровье, труд, семья и любовь к жизни.

Выявление принципов, свойств и функций дополнительного образования как фактора социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста позволило определить его как полифункциональный социальный институт, способствующий и осуществляющий андрагогическое воздействие на личность с целью ее социально-личностного самоопределения на очередном этапе социализации.

Полученные результаты исследования значимы для дальнейших исследований особенностей организации андрагогического взаимодействия в образовательном процессе, для адекватного выбора содержания образования, методов работы и образовательных технологий для социально-личностного самоопределения в процессе дополнительного образования людей пенсионного возраста. Приведенные в параграфе методики могут быть использованы в диагностике социально-личностного самоопределения, самопознания и самопонимания обучающихся пенсионного возраста, они могут быть органично включены в образовательный процесс людей пенсионного возраста и актуализировать гуманитарный потенциал учебного процесса.

ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

Во второй главе представлена модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения, с учетом социально-возрастных и психолого-педагогических особенностей людей пенсионного возраста.

Между субъектами дополнительного образования людей пенсионного возраста «обучаемым» и «обучающим» (андрагогом) необходимо установить диалог двух партнеров, имеющих разный витагенный опыт, и как следствие отличные стили мышления, деятельности и общения. Андрагогу, который работает с людьми пенсионного возраста, необходимо обладание искусством диалога, что проявляется в толковании человеческой стратегии жизнедеятельности, связанной с поиском общих интересов, ценностей, потребностей и результатов деятельности. Диалоговая методология обучения людей пенсионного возраста опирается на разные способности субъектов и возможности партнёров взаимодействия гибко реагировать на суждения оппонента, что способствует достижению взаимопонимания на основании принципа многокультурного плюрализма.

Реализация индивидуальных образовательных маршрутов является основой образовательного процесса людей пенсионного возраста с целью их позитивного социально-личностного самоопределения. Андрагогам необходимо стать для пенсионеров носителями и популяризаторами позитивных социальных перемен; стать тем фактором, который запускает социально-личностное самоопределение, самореализацию и взаимопомощь среди людей пенсионного возраста; способствовать преобразованиям пенсионеров и поддерживать их в этом процессе.

В соответствии своим целям, задачам, технологиям и формам организации образование людей пенсионного возраста имеет в основном неформальный характер. Важным для людей пенсионного возраста является обеспечение общения в кругу их сверстников, развитие существующих и

формирование новых социальных связей, повышение функциональной и информационной грамотности, расширение их личного и социокультурного кругозора, именно поэтому особый акцент делается на социально-личностное самоопределение в открытом образовательном пространстве, связь с окружающей социокультурной средой.

Для содержание дополнительного образования людей пенсионного возраста необходимо:

- наличие эффективной программы активизации людей пенсионного возраста, содействующую их участию в жизни общества и социальному сплочению;
- демонстрация необходимости обновления устаревающих знаний, способствующего успешной адаптации людей пенсионного возраста к стремительно меняющимся условиям жизнедеятельности;
- развитие потребности пенсионеров в активном личном участии в командных проектах и личную ответственность за принятие решений;
- способствовать социально-личностному самоопределению в течение всей жизни человека, ведущей к его личностному росту.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе диссертационного исследования дано теоретическое обоснование явлению социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста, социально-образовательных проблем людей пенсионного возраста: построена типология и представлен социальный портрет каждого типа людей пенсионного возраста, теоретически обоснованы социально-педагогические и психолого-возрастные особенности людей пенсионного возраста, которые необходимо учитывать при организации их образовательного процесса:

- разнообразие категорий обучающихся людей пенсионного возраста – по образованию, участию в социально-значимой деятельности, жизненному опыту, личностному потенциалу, возрасту, психическому и соматическому состоянию здоровья, что является основой их саморазвития, раскрытия своего ресурса и достигается организацией диалога в обучении;

- потребность в общении в кругу единомышленников одного возраста, развитие существующих и формирование новых социальных связей, повышение функциональной и информационной грамотности, расширение личного и социокультурного кругозора;

- необходимость в андрагогическом взаимодействии в образовательном процессе, под которым понимается стимулирование социально-личностного самоопределения и образовательных потребностей пенсионеров посредством актуализации их жизненного опыта, социальных и практических интересов, поддерживая все виды мотивации людей пенсионного возраста для их эффективной социализации;

- особый подход к содержанию образования для людей пенсионного возраста: наличие эффективной программы активизации социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста, содействующей социальному сплочению и их участию в жизни общества; демонстрация устаревания знаний и необходимости их обновления для успешной социальной адаптации человека к стремительно меняющимся условиям

жизни; развитие потребности в участии в командных проектах и ответственности за принятые решения независимо от возраста и социального статуса; развитие самоактуализации человека в течение всей жизни, ведущей к его личностному росту.

Выделены тенденции развития современного облика пенсионеров: возросший уровень образованности; лучшее состояние физического здоровья по сравнению с предшествующими поколениями; значительный разрыв в экономической состоятельности; увеличение количества свободного времени за счет демографических изменений и технологических факторов; переосмысление людьми пенсионного возраста значимости свободного времени; дополнительное образование является одним из способов проведения свободного времени.

На этом основании разработана, построена и реализована в практике модель дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения, состоящая из пяти взаимосвязанных компонентов (целевого, методологического, содержательного, организационно-технологического, оценочно-результативного) с целью социальной адаптации пенсионеров в новых жизненных условиях.

Дополнительное образование людей пенсионного возраста рассматривается с позиций социокультурного, геронтологического и деятельностного подходов, позволяющих интегрировать в их образовательном процессе социокультурную реальность, соматико-возрастные особенности и культурно-образовательные потребности;

В образовательном процессе учтены типология по участию в социально значимой деятельности людей пенсионного возраста и социально-образовательный портрет каждого типа на основе интеграционного согласования ценностно-смысловой, потребностно-мотивационной сферы личности;

Выявлены варианты самоопределения, актуализированы и учтены в

образовательном процессе социально-педагогические и психолого-возрастные особенности людей пенсионного возраста с учетом принадлежности к определенному типу по социально значимой деятельности.

Реализация индивидуальных образовательных маршрутов и андрагогическое взаимодействия субъектов образования являются основой построения образовательного процесса людей пенсионного возраста. Андрагогическое взаимодействие подразумевает стимулирование образовательной потребности пенсионеров посредством актуализации их витагенного опыта, социальных и практических интересов, при поддержке все виды мотивации, с целью их позитивного социально-личностного самоопределения; при этом к образовательному процессу привлекаются специально подготовленные специалисты-андрагоги, которые должны иметь не только специальные знания, но и быть психологически и морально готовы к данной деятельности.

Выделен адекватный диагностический инструментарий для проверки результативности социально-личностного самоопределения в процессе дополнительного образования, выраженных в результатах очередного этапа социализации людей пенсионного возраста.

Определены интегративный критерий социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста – социально-личностная активность. Под социально-личностной активностью нами подразумевается проявление социальной активности и личностное развитие пенсионеров. Показателями социальной активности людей пенсионного возраста являются участие в социально-значимой деятельности (работа по прежней профессии, работа не по прежней профессии, участие в волонтерской деятельности, отсутствие работы и общественной деятельности) и ролевая переориентация пенсионеров (принятие нового статуса и выбор видов жизнедеятельности). К показателям личностного развития людей пенсионного возраста относятся: ценностная сфера и психическая активность (измерители: достижения, лидерство, решительность, поддержка традиций, социальность, безопасность,

зрелость, социальная культура, духовность и др.), эмоциональная направленность (измерители: альтруистический, коммуникативный, практический, романтический, гностический, эстетический и др.), психические состояния (измерители: психическая активация, интерес, эмоциональный тонус, напряженность, комфорт и др.), уровень асертивности (измерители: независимость, автономность, уверенность, решительность, степень опоры на свои силы и др.), уровень социальной фрустрированности (измерители: удовлетворенность взаимоотношений с родными и близкими, ближайшим социальным окружением; своим социальным статусом, социально-экономическим положением, здоровьем и работоспособностью), подобран диагностический инструментарий для отслеживания процесса самоопределения людей пенсионного возраста на очередном этапе социализации.

Полученные результаты проведенного исследования могут быть использованы в процессе дополнительного образования людей пенсионного возраста с целью их социально-личностного самоопределения различными учреждениями и организациями, занимающимися образованием людей пенсионного возраста.

Выдвинутая гипотеза подтверждена диссертационным исследованием и проведенным педагогическим экспериментом, результативность социально-личностного самоопределения в процессе дополнительного образования при реализации разработанной модели дополнительного образования людей пенсионного возраста как фактора их социально-личностного самоопределения доказана.

Наработанные в ходе исследования материалы: типология людей пенсионного возраста с социально-образовательной позиции, социальный портрет каждого типа людей пенсионного возраста, социально-возрастные особенности людей пенсионного возраста, принципы, направления деятельности, образовательные технологии и методы социально-личностного

самоопределения в процессе дополнительного образования могут послужить основой для разработки теории образования людей пенсионного возраста.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова - Славская, К. А. Жизненные перспективы личности // Психология личности и образ жизни. – М.: Наука, 1988. – С. 137-145.
2. Абульханова - Славская, К. А. Стратегия жизни. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
3. Аванесова, Г. А. Культурно-досуговая деятельность: теория и практика организации. – М., 2006. – 236 с.
4. Алексеева, Ф. И. Психологические факторы сохранения адаптивности к профессии у лиц пенсионного возраста: Автореф. дисс...канд. психол. наук: (19.00.03) / Алексеева Феврония Ивановна. – СПб. – 2002. – 25 с.
5. Алтынцева, Е. Н. Условия жизненного самоопределения воспитанников интернатных учреждений // Социальная работа: теория, подготовка кадров, практика: материалы Междунар. науч.-практ. конф. – Минск, 2007. – С. 207-208.
6. Ананьев, Б. Г. Психологическая структура личности и ее становление в процессе индивидуального развития человека // Психология личности в трудах отечественных психологов. – СПб.: Питер, 1980. – С. 48-54.
7. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания. – СПб.: Изд-во Питер, 2002. – 288 с.
8. Андропова, И. Социальное партнерство в культурно досуговой деятельности для пожилых людей // Социальная работа. – 2004. – № 1. – С. 29-30.
9. Антонова, Н. В. Самоопределение как механизм развития идентичности. / Н. В. Антонова, В. В. Белоусова. – Режим доступа: <http://psibook.com/articles/samooopredelenie-kak-mehanizm-razvitiyaidentichnosti.html> (дата обращения: 12.08.2016).
10. Анцыферова, Л. И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. – М.: Изд-во Института психологии РАН, 2006. – 740 с.

11. Анцыферова, Л. И. Психология старости; особенности развития личности в период поздней взрослости // Психологический журнал. – 2001. – № 3. – С. 32-42.
12. Альперович, В. Проблемы старения: Демография, психология, социология. – М.: АСТ, 2004. – 352 с.
13. Архипова, О. В. Обучение как условие успешной адаптации пожилых людей в стационарных условиях: автореф. ... дис. канд. психол. наук: (19.00.07) / Архипова Оксана Васильевна. - М., 2011. – 24 с.
14. Батракова, И. С. Анализ хода и результатов исследования научно-методического обеспечения многоуровневого педагогического образования // Подготовка специалиста в области образования: Научно-исследовательская деятельность в совершенствовании профессиональной подготовки: Коллективная монография. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 1999. – Вып. VII. – С. 100-112.
15. Бахлов, И. В. Социальная защита пожилых граждан в современной России: стратегия реформирования / И.В. Бахлов, Т.В. Еферина, Г.Я. Юдаков. – Саранск: Тип. «Крас. окт.», 2001. – 192 с.
16. Беловол, Е. В. Чему обучать лиц «третьего возраста» или специфика образовательной активности как условие когнитивной сохранности пожилых // Материалы Международной научно-практической конференции «Непрерывное образование и психическое здоровье: возможности для молодых и пожилых» (24-25 апреля 2015 г). – СПб., 2015. – С. 14-17.
17. Белоконь, О. В. Современные проблемы качества жизни пожилых в России (результаты проведенных опросов) // Успехи геронтологии. – СПб.: Эскулап, 2008. – Вып. 17. – С. 87-101.
18. Березняк, О. Л. Адаптационные ресурсы пожилого населения современного российского общества: региональный аспект: автореф. дис. ... канд. социол. наук: 22.00.03. – Саратов, 2010. – 25 с.

19. Бим – Бад, Б. М. Геронтогика. – Режим доступа: www/bim-bad.ru/biblioteka/article_full.php?aid=47&bin_rubrik_pl_articles=75 (дата обращения: 19.03.2016).
20. Бовуар де С. Старость / Психология старости / Д.Я. Райгородский. – Самара: Издат. дом БАХРАХ-М, 2004. – С. 34 - 57.
21. Бодалев, А. А. Вершина в развитии личности взрослого человека. – М., 1998. – С. 17.
22. Божко, Н. М. Вызовы третьего возраста и задачи образовательных практик в контексте биографической ситуации / Н. М. Божко, Е. А. Здравомыслова // Материалы Международной научно-практической конференции «Непрерывное образование и психическое здоровье: возможности для молодых и пожилых» (24-25 апреля 2015 г). – СПб., 2015. – С. 18-21.
23. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности. – М.: 1997. – С.94-98.
24. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. – М: Информационно-издательский дом "Филинь", 1996. – 472 с.
25. Бондаренко, И. Н. Социальная политика и программы в интересах пожилых людей: новый этап // Работник социальной службы. – 2001. – № 4. – С. 7 - 39.
26. Бороздина, Л. В. Особенности самооценки в позднем возрасте / Л. В. Бороздина, О. П. Молчанова // Вестник Московского университета. Сер. 14. – Психология. – 1988. – №1. – С. 23-41.
27. Бочаров, В. В. Антропология возраста. – СПб.: Изд-во СПб гос. ун-та, 2000. – 192 с.
28. Булыко, А. Н. Большой словарь иноязычных слов. – М.: Мартин, 2004. – 570 с.
29. Бурцева, И. В. Актуализация человеческого потенциала лиц пожилого возраста как результат самообразовательной деятельности //

Проблемы и перспективы развития образования: материалы междунар. науч. конф. (г. Пермь, апрель 2011 г.). Т. II. – Пермь: Меркурий, 2011. – С. 164-166.

30. Бутуева, З. А. Роль ценностных ориентаций в социализации пожилых и старых людей: автореф. дис. ... канд. философ. наук: (09.00.11)/ Бутуева Зинаида Арсеньевна. - Моск. гос. соц. ун-т. – М., 1999. – 24 с.

31. Буюкас, Т. М. Проблема и психотехника самоопределения личности // Вопросы психологии. – 2002. – № 2. – С. 28-40.

32. Василенко Н. Ю. Социальная геронтология. Учеб. Пособие. – Владивосток: ТИДОТ ДВГУ, 2003. – 140 с.

33. Васильчиков, В. М. Образование лиц третьего возраста: терминология, правовые основы, проблемы и подходы к их решению // Социальная политика и социология. – 2005. – № 2. – С. 55-63.

34. Васина, Г. Госкомстат России. Прогноз численности населения Российской Федерации до 2015 года / Г. Васина, А. Горкина, С. Никитина // Вопросы статистики. 1998. – № 8. – С. 78-87.

35. Вассерман, Л. И. Методика для психологической диагностики уровня социальной фрустрированности и её практическое применение: Методические рекомендации. / Л. И. Вассерман, Б. В. Иовлев, М. А. Беребин. – СПб.: НИПНИ им. Бехтерева, 2004. – 28 с.

36. Вербицкий, А. А. Личностный и компетентностный подходы в образовании: проблемы интеграции. – М.: Изд-во Логос, 2009. – 336 с.

37. Вершловский, С. Г. Взрослость как категория андрагогики // Вопросы образования. – 2013. – № 2. – С. 285 - 297.

38. Вершловский, С. Г. Непрерывное образование: Историко-теоретический анализ феномена: монография. – СПб.: СПбАППО, 2008. – 155 с.

39. Владимиров, Д. Г. Старшее поколение как фактор экономического развития // Социологические исследования. – 2004. – № 4. – С. 57 - 60.

40. Воробьева, А. Е. Нравственное самоопределение разных социально-демографических групп молодежи / А. Е. Воробьева, А. Б. Купрейченко // Психологический журнал. – 2011. – Т. 32. – № 1. – С. 22-33.

41. Ворошилова, А. О. Значимость школ «третьего возраста» для пожилых людей // Материалы Международной научно-практической конференции «Непрерывное образование и психическое здоровье: возможности для молодых и пожилых» (24-25 апреля 2015 г). – СПб., 2015. – С. 30 - 33.

42. Выготский, Л. С. Проблема возраста // Выготский Л. С. Собрание сочинений в 6 т. – М., 1984. – Т. 4. – С. 244 - 268

43. Высоцкая, И. В. Дополнительное образование взрослых за рубежом: университет третьего возраста // Известия Волгоградского гос. Техн. Ун-та. – 2008. – Т. 7. - № 5. – С. 71 - 74.

44. Высоцкая, И. В. Становление и развитие университетов третьего возраста в Германии: дисс... канд. пед. наук: 13.00.01 / Высоцкая Инна Владимировна. – Волгоградский гос. Тех. Ун-т. – Волгоград, 2015. – 238 с.

45. Гегель, Г. В. Феноменология духа. – М.: Наука, 2000. – 495 с.

46. Гергокова, Ж. Х. Образование лиц «третьего возраста» // Педагогика. – 2008. – № 4. – 336 с.

47. Гизе, Ф. Психоанализ и психотехника. – Л.: Кооперативн. изд-во «Современник», 1926. – 56 с.

48. Гинзбург, М. Р. Психологическое содержание личностного самоопределения // Вопросы психологии. – 1994. – № 3. – С. 43 - 52.

49. Глуханюк, Н. С. Поздний возраст и стратегии его освоения. Издание 2-е, дополненное. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2003. – 112 с.

50. Глуханюк, Н. С. Механизмы формирования толерантности к старению в условиях современной России Текст. / Н. С. Глуханюк, Т. Б. Гершкович. Екатеринбург: УрГУ, 2002. – С. 18 - 26.

51. Гнанте, Т. Н. Университет третьего возраста в зарубежной системе дополнительного образования взрослых // Известия Волгоградского ГТУ, 2004. – № 8. – С. 9 - 11.
52. Гордина, О. В. Концептуальная модель современной высшей народной школы для людей третьего возраста / О.В. Гордина, А.И. Гордин // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4. – С. 408 – 412.
53. Горшкова, В. В. Взаимодействие формального, неформального и информального образования как современное направление развития человека // Научно-методический эл.журнал «Концепт». – 2014. – Т. 26. – с 176-180. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2014/64336.htm>. (дата обращения: 21.02.2016).
54. Горшкова, В. В. Образование взрослых в контексте становления глобальной культуры // Человек и образование. – 2010. – №3 (24) – С. 9 - 12.
55. Григорьева, И. А. Социальная политика и пожилое население в современной России: вызовы и возможности // Мир России, 2006. – № 1. – С. 29 - 49.
56. Григорьева, И. А., Чернышёва, С.П. Новые подходы в социальной работе к социальному сплочению и обществу для людей всех возрастов: Учебное пособие / И. А. Григорьева, С. П. Чернышёва. – СПб.: Издательство «Открытые двери», 2008. – 126 с.
57. Грицишина, Н. А. Технология «воркшоп» (workshop) как одна из новых форм и методов обучения студентов иностранному языку // Альманах современной науки и образования. – 2012. – № 3 (58). – С. 49-51.
58. Гудков, Н. В. Социализация пожилых людей в условиях перехода к рыночным отношениям: (На примере Ивановской обл.): автореф. дис. ... канд. социол. наук: 22.00.04. – Иваново, 1999. – 28 с.
59. Гуляев, В. Г. Организация туристской деятельности. – М.: Нолидж, 2006. – 143 с.

60. Давыдовский И. В. Что значит стареть? Старость и эволюция организмов / Психология старости / Д.Я. Райгородский. – Самара: Изда. дом БАХРАХ-М, 2004. – С 179-200.
61. Дашковская, О. Д. Организация досуговой деятельности: текст лекций / О.Д. Дашковская. – Ярослав.гос.ун-т. – Ярославль: ЯрГУ, 2009.
62. Дегтярева, А. Е. Профилактика социального исключения пожилых людей в современном российском обществе: дис. ... канд. социол. наук : (22.00.04) / Дегтярева Александра Евгеньевна. – СПб., 2013. – 233 с.
63. Декларация «Призыв к действиям в сфере грамотности и образования взрослых для всех» // Новые знания. – 2000. – № 1. С. 19 - 20.
64. Демидов, В. П. Старость как социально философский феномен: автореф. ... дис. канд. филос. наук: (09.00.11) / Демидов Владимир Павлович. – Н. Новгород, 2005. – 24 с.
65. Демографический ежегодник России. – Режим доступа: http://www/gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat/rosstatsite/main/publishing/catalog/statistic_Collections/doc_1137674209312 (дата обращения: 17.06.2016).
66. Денисенко, М. Б. Уровень благосостояния людей старших возрастов в городах Центральной России // Человеческий капитал в России в 1990-х годах. – М., 2000. – С. 53 - 69.
67. Деркач, А. А. Акмеологические стратегии развития: монография. – М.: РАГС, 2006. – 184 с.
68. Додонов, Б. И. Тест-анкета «Эмоциональная направленность» / Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. И.Б. Дерманова. – СПб., 2002. – С. 132 - 134.
69. Додонов, Б. И. Эмоция как ценность. – М., 1998. – 272 с.
70. Дьячкина, С. П. Золотая осень третьего возраста // Образование и общество. – 2002. – № 4. – С. 68 - 73.
71. Елютина, М. Э. Мир старости как форма социокультурного текста: автореф. дис. ... д-ра. социол. наук: (22.00.06.) / Елютина Мария Эдуардовна. – Саратов, 1999. – 42 с.

72. Елютина, М. Э. Пожилой человек в образовательном пространстве современного общества / М.Э. Елютина, Э.Е. Чеканова // СоцИс, 2003. – № 7. – С. 43 - 49.

73. Ермак, Н. А. Педагогическая поддержка качества жизни людей пожилого возраста средствами художественного творчества: автореф. дис. ... д-ра. пед. наук: (13.00.01) / Ермак Наталья Александровна. – Ростов-на-Дону, 2009. – 48 с.

74. Ермолаева, М. В. Практическая психология старости. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 320 с.

75. Ермолаева М. В. Психолого-педагогическое сопровождение пожилого человека: субъектный подход. диссертация ... д-ра психол. наук. (19.00.07) / Ермолаева Марина Валерьевна; – Москва, 2010. – 507 с.

76. Жарков, А. Д. Технология культурно-досуговой деятельности: учебно-методическое пособие. – М., 2002 – С. 29 - 31.

77. Жизненное самоопределение: ступени роста : сб. науч. ст. / под общ. ред. проф. И. В. Плаксиной. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2014. – 240 с.

78. Заев, С. В. Взаимосвязь супружеских сценариев и гендерных характеристик личности в процессе семейного самоопределения молодежи: дис.... канд. психол. наук: (19.00.01) / Заев Сергей валерьевич. – Краснодар, 2006. – 185 с.

79. Запольских, Г. А. Непрерывное образование пожилых как средство формирования их социальной компетентности // Четвертые Ковалевские чтения / Материалы научно- практической конференции – СПб., 2009. – 899 с.

80. Зеер, Э. Ф. Психология профессий. Глава 4. Профессиональное самоопределение личности. - М.: Академический проект, 2008. – 23 с.

81. Зеер, Э .Ф., Сыманюк, Э.Э. Кризисы профессионального становления личности / Э. Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк// Психол. журнал. – 1997. – Т. 18. – № 6. – С. 35 - 44.

82. Змеев, С. И. Андрагогика: основы теории, истории и технологии обучения взрослых. – М.: ПЕР СЭ, 2007. – 272 с.
83. Змеев, С. И. /Концепция развития образования взрослых в России / С.И. Змеев, В. В. Власов, Н. П. Литвинова, В. П. Рыбалко– М., 2001. – 32 с.
84. Зорин, И. В. Туризм как вид деятельности / И.В.Зорин, Т.П.Каверина. – М.: Финансы и статистика, 2005. – 288 с.
85. Зотов, Н. Д. Нравственное самоопределение личности. – М.: Знание, 1983. – 64 с.
86. Зыбина, Л. Н. Профессиональное самоопределение личности как проявление субъектности // Актуальные проблемы психологии личности: сб. ст. по матер. V междунар. науч.-практ. конф. № 5. – Новосибирск: СибАК, 2011. – С. 20 - 23.
87. Иванова, В. С. Феномен жизненного самоопределения: содержание и компоненты // Известия Томского политехнического университета. 2011. Т. 318. № 6. – С. 92 - 97.
88. Игнатова, Н. Ю. Онтология взрослости: опыт философской реконструкции: автореф. дис. ... канд. философ, наук: (09.00.13) / Игнатова Нина юрьевна – Екатеринбург, 1999. – 26 с.
89. Ильина, Д. А. Формирование коммуникативно-адаптивной компетенции людей пожилого возраста в процессе обучения иностранному языку: диссертация ... кандидата педагогических наук: (13.00.01) / Ильина Дарья Алексеевна – Калининград, 2015. – 184 с.
90. Использование жизненного опыта пожилых людей для активизации их социально-политической деятельности в демократических процессах России. Материалы регионального семинара 17-20 октября 2001, г. Ярославль / Под ред. О.В. Агаповой. – Ярославль, 2002. – 72 с.
91. Ишкова, Л. В. Прогнозирование, проектирование и моделирование в социальной работе: материалы к изучению дисциплины. – Новокузнецк: Изд.центр СибГИУ, 2015. – 37 с.

92. Каппони, В. Методика «Исследование уровня Ассертивности» / В. Каппони, Т. Новак // Режим доступа: <https://sites.google.com/site/test300m/asr>. (дата обращения: 24.05.2016).

93. Каппони, В. Как делать все по-своему. / В. Каппони, Т. Новак. - СПб., 1995. -186 с.

94. Келасьев, В. Н. Организация жизни в пожилом возрасте: активная старость // Актуальн. проблемы социальной работы: сб. статей и практич. рекомендации / Под ред. И.А. Григорьевой, О.И. Бородкиной. – СПб, 2007. – 219 с.

95. Кеслер, Е. В. Пожилые люди тоже имеют право на образование. – Режим доступа: http://www.nstu.ni/inform/27.1_1.2002/study.html. (дата обращения: 04.04.2016)

96. Клергк, Ю. Образование пожилых в Голландии // Новые знания. – 1999. – №3. – С. 44 - 48.

97. Климов, В. В. Ценностное самоопределение личности: трудности и противоречия // ВЕСТНИК ОГУ. – 2007. – №7. – С. 111 - 116.

98. Климов, Е. А. - профессионального самоопределения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 304 с.

99. Ключарев, Г. А. Образование в третьем возрасте как ресурс развития общества // Новые знания. – 1998. – № 4. – С. 17 - 18.

100. Ковалев, С. В. Психология современной семьи. – Режим доступа: <http://www.eltucia.ru/kovalev-s-v-Psichologija-sovremennoi-semii.html>. (дата обращения: 31.05.2016).

101. Ковалева, Е. А. Вхождение в статус пенсионера как фактор динамики развития личности / Развитие личности как стратегия гуманизации образования: Материалы V межрегиональной научно-практической конференции / Под ред. Е. Н. Шиянова, Н. Г. Сикорской. – Ставрополь: СКСИ, 2006. – С. 71 - 74.

102. Ковалева, Е. А. Психологические трансформации личности в пенсионном возрасте: автореф. дисс... канд. психол. наук: (19.00.01) / Ковалева Елена Александровна. – Сочи, 2009. – 23 с.

103. Ковалева, Т. М. Образовательное путешествие как модель сетевого обучения, как проект и как фон для рождения проектов / Т. М. Ковалева, Н. В. Рыбалкина — Электрон. текст. дан. — Режим доступа <http://setilab.ru/modules/conference/view.article.php/65>. (дата обращения: 14.06.2016).

104. Козлова, Т. З. Самооценка пенсионеров // Социологические исследования. 2003. – №4(228). – С.58 - 63.

105. Козлова, Т. З. Социальное время пенсионеров как этапы самореализации личности: автореф. ... дис. д-ра социол. наук: (22.00.04)/ Козлова Татьяна Захаровна – М., 2009. – 52 с.

106. Козырьков, В. П. Пожилой человек как социокультурный тип // Психология старости и старения: хрестоматия / сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – Москва: изд-во Академия, 2003. – С. 91-100.

107. Колесов, Б. Г. Личностное самоопределение при выходе на пенсию // Режим доступа: <http://ypensioner.ru/lichnostnoe-samoopredelenie-v-preklonnom-vovraste-all> (дата обращения: 22.09.2016).

108. Колик, Г. Реализация развивающего потенциала досуга людей пожилого возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук: (13.00.05) / Колик Галия. – Санкт-Петербург, 2007. – 22 с.

109. Колпаков, В. М., Дмитренко, Г.А. Стратегический кадровый менеджмент: Учеб. пособие. – 2-е изд., перераб. и доп. – К.: МАУП, 2005. – 752 с.

110. Кон, И.С. Социальная психология. – Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 1999 – 560 с.

111. Кононыгина Т.М. Герагогика /Пособие для тех, кто занимается образованием пожилых людей. – Орел, 2006. – 148с.

112. Конопленко, Е. Проблемы образования «третьего возраста» // Новые знания. – 2004. – № 1. – С. 25 - 26.

113. Концепция долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 года. Утверждена распоряжением правительства РФ от 17.11.2008 № 1662-р. – Режим доступа // www.government.ru/docs/16479 (дата обращения: 02.06.2016).

114. Корнейчик, Е. В. Технология образовательного туризма / Е. В. Корнейчик // Педагогическое мастерство и педагогические технологии : материалы III Междунар. науч.–практ. конференции. (Чебоксары, 22 янв. 2015 г.) / ред.: О. Н. Широков . – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. – С. 136 - 140.

115. Корсгард, О. Борьба за просвещение. Образование взрослых в Дании: Опыт пяти столетий / Пер. Е. Огарева, Г. Ключарева. – М.: Фантера, 2000. – 12 с.

116. Кошарная, Г. Б., Щанина, Е.В. Особенности обучения пожилых людей // *Integration of education*. – 2013. – № 4. – С. 57 - 61.

117. Краснова, О. В. Адаптация пожилых людей к современной социальной ситуации: автореф. дисс. канд. психол. наук: (19.00.05) / Краснова Ольга Викторовна. – М., 1996. – 23 с.

118. Краснова, О.В. Социальная психология старения: Учеб. пособие для студентов высш. учебн. заведений / О.В. Краснова, А.Г. Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 288 с.

119. Криволапова, Н. М. Коммуникативная компетентность личности // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014. – Т. 30. – С. 36–40. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2014/55327.htm> (дата обращения: 02.06.2016).

120. Кривых, С. В., Макареня, А.А. Антропоэкологический подход в образовании. Монография. – СПб.: Экспресс, 2007. – 184 с.

121. Кузьмичева, Л. Н. Культурная специфика, социальная адаптация и реабилитация пожилых людей в России: автореф. дис. ... канд. социол. наук: (19.00.05) / Кузьмичева Людмила Николаевна. – Ростов н/Дону, 2003. – 18 с.

122. Кукуев, А. И. Андрагогический подход в педагогике. – Ростов-на-Дону: ИПО ПИ ЮФУ, 2009. – 328 с.

123. Кулюткин, Ю. Н. Диалог в образовании взрослых // Новые знания. – 1999. – № 4. – С. 28 - 30.

124. Кулюткин, Ю. Н. Проблема обучаемости взрослых // Новые знания. – 1998. – № 4. – С. 5- 7.

125. Купрейченко, А. Б. Концептуальные основы изучения нравственного самоопределения личности // Профессиональное и личностное самоопределение в период социально-экономической стабилизации России: Материалы второй Всерос. науч.-практ. конф. / Отв. ред. А.В. Капцов. Самара: Самарская гуманитар. акад. – 2008. – С. 10- 15.

126. Куприянова, Т. А. Технологии повышения компетентности пожилых людей // Четвертые Ковалевские чтения / Материалы научно-практической конференции / Отв. редактор: Ю. В. Асочаков. – СПб., 2009. – 899 с.

127. Курбатов, В. И., Курбатова, О.В. Социальное проектирование: учебн.пособие. – Ростов н/Д.: Феникс, 2001. – 416 с.

128. Курганский, Н.А., Немчин, Т.А. Оценка психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности. – Режим доступа:<http://profilib.com/chtenie/154199/marina-kovalchuk-profilaktika-parkomanii-u-podrostkov-25.php>. (дата обращения: 17.06.2016).

129. Курдюмов, А. В. Перспективы сотрудничества классических университетов и «Университетов третьего возраста» // Совет ректоров. – 2010. – № 11. – С. 72 - 78.

130. Кучинская, Н. Л. Тренинг «Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение» (Информационный материал для педагогов). – Минск : БГУИР, 2014 – 31 с.

131. Ларионова, Т.П. Университет третьего возраста: опыт создания и перспективы развития: методические рекомендации по социальной геронтологии. – Казань, 2004. – 66 с.

132. Лебедева, С.С. Развитие социальных функций образования взрослых // Человек и образование. – 2010. – №1. – С. 51-55.

133. Лебедева, С.С. Социальная работа с лицами пожилого возраста и инвалидами : учебник для студентов средн.проф. образования // Нестерова, Г.Ф., Лебедева, С.С., Васильев, С.В. – М.: Изд.центр «Академия», 2009. – 288 с.

134. Левина, О. В. Одиночество в социально-генерационной структуре современного российского общества: геронтологический аспект: автореф. дис. ... канд. социол. наук: (22.00.04) / Левина Ольга Валерьевна. – Ростов-на-Дону, 2001. – 26 с.

135. Левичева, В. Ф. Социальное самоопределение молодежи // Знание. Понимание. Умение. – 2012 – № 2. – С. 135 -139.

136. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1977. – 303 с.

137. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики. – М., 1981. – 584 с.

138. Лидерс А. Г. Кризис пожилого возраста: гипотеза о его психологическом содержании // Психология зрелости и старения. – 2000. – № 2. – С. 6 - 11.

139. Лидерс, А. Г. Возрастно-психологические особенности консультирования пожилых людей // Психология зрелости и старения. – 1998. – № 4. – С. 13.

140. Липовая, Л. П. Социально-историческая определенность старости: автореф. дис. ... канд. философ. наук : (09.00.01) / Липовая Людмила Петровна – Ростов-на-Дону, 1989. – 25 с.

141. Литвинова, Н. П. Неформальное образование взрослых в реализации концепции образования на протяжении жизни // Научное и практическое обеспечение национальной инициативы «Наша новая школа» в педагогическом

образовании. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. /Н.П. Литвинова, Т.В. Мухляева – СПб., 2011. – С. 143 - 150.

142. Литвинова, Н. П., Соколовская, Е.А., Мухляева, Т.В. Высшая народная школа для пожилых людей в Санкт-Петербурге: опыт, проблемы, перспективы. – Режим доступа: <http://vnsh.festu.ru/publish/litvinova.dos>. (дата обращения: 12.01.2016).

143. Лишаев, С.А. Старое и ветхое: опыт философского истолкования. – СПб.: Алетейя, 2010. – 208 с.

144. Луков, В.А. Социальное проектирование: Учебн.пособие. – 4-е изд. – М.: Изд-во МГСА: Флинта, 2003 – 240 с.

145. Макареня, А.А., Суртаева, Н.Н. Интеграционные процессы в образовании взрослых как фактор развития интеллектуального потенциала региона. – СПб.: ИОВ РАО, 2002. – 222 с.

146. Макареня, А.А., Суртаева, Н.Н., Кривых, С.В. Системная организация структуры управления образованием взрослых в регионах России: Учебно-методическое пособие для руководителей системы образования взрослых и повышения квалификации. – СПб.: ИОВ РАО, 2006. – 115 с.

147. Малкина-Пых, И. Г. Кризисы пожилого возраста. Справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. – М: Изд-во Эксмо, 2005. – 368 с.

148. Мамыкина, Г.М. Особенности социальной адаптации старшего поколения в современном российском обществе: автореф. дис. ... канд. социол. наук: (22.00.04) / Мамыкина Гульфия Махмутовна. – Екатеринбург, 2010. – 24 с.

149. Маркова, А.К. Психология профессионализма. – М.: Издательство Международной гуманитарный фонд "Знание", 1996. – 312 с.

150. Марцинковская, Т.Д. Особенности психического развития в позднем возрасте // Психология старости / Д.Я. Райгородский. – Самара, 2004. – С. 334-339

151. Маслоу, А. Г. Мотивация и личность. Перевод с англ. А.М. Татлыбаевой. - СПб.: Евразия, 2001. – 478 с.
152. Маслоу А. Психология бытия. – М., 1996. – 420 с.
153. Машкин, М. Н. Информационные технологии: Учебное пособие. – М.: ВГНА, 2008. – 200 с.
154. Менке, Б. Методика работы с пожилыми // Новые знания. – 1998. – № 4. – С. 24 - 26.
155. Мерзлякова, С. В. Родительская семья как ориентирующий образ семейного самоопределения молодежи // Теория и практика общественного развития. – 2014. - № 2. – С. 111 - 114.
156. Методика: Ценностный опросник (ЦО) С.Шварца // Режим доступа: <https://sites.google.com/site/test300m/tzsc>. (дата обращения: 12.01.2016).
157. Методические рекомендации по организации образовательного туризма в субъектах Российской Федерации / Министерство культуры Российской Федерации. – М., 2014. – 16 с.
158. Методические рекомендации по стимулированию и поддержке непрерывного образования в субъектах РФ (письмо от 26 декабря 2013 г. № АК-3076/06, письмо от 23 января 2014 № ДЛ-28/06). – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_168562/ (дата обращения: 07.04.2016).
159. Силина, Н. И. Пенсионеры как социально-демографическая группа российского общества и их электоральное поведение: автореф. дис. ... канд. социол. наук: (22.00.03) / Силина Наталья Ильинична. – М., 2003. – 28 с.
160. Минигалиева, М. Р. Личностные типы и социальные контакты людей позднего возраста // Психология зрелости и старения. – 2000. – №2 (10). – С. 75 - 88.
161. Миннигалева, Г. А. Социально-педагогическая работа с пожилыми людьми: дис. ... канд. пед. наук : (13.00.01) / Миннигалева Гульнара Афрузовна : Москва, 2004. – 24 с.

162. Митина А. М. Дополнительное образование взрослых за рубежом: Концептуальное становление и развитие / А.М. Митина. – М.: Наука, 2004. – 304 с.

163. Михалева, А. В. Особенности социальной компетентности в пожилом возрасте // Четвертые Ковалевские чтения / Материалы научно-практической конференции / Отв. редактор: Ю. В. Асочаков. – СПб., 2009. – 899 с.

164. Молчанова, О. Н. Специфика Я-концепции в позднем возрасте и проблема психологического витоукта // Мир психологии, 1999. – №2. – С. 133-141.

165. Монахова, Л. Ю. Основы проектирования технологий обучения взрослых /Л. Ю. Монахова, А.Е. Марон/ Андрагог в открытом обществе. – СПб.: ИОВ РАО, 2000. – С. 48 - 52.

166. Морова, Н. С. Изучение смысложизненных ориентаций представителей старшего поколения (на примере работы университета третьего возраста Института педагогики и психологии МарГУ) / Р.Н. Мухаметханова, Н.С. Морова // Инновационные форматы образования как ресурс развития региона: материалы I Межрегиональной очно-заочной научно-практической конференции / Отв. ред. : А.В. Моров. – Ижевск, 2013. – С. 199 - 205.

167. Морова, Н. С. Ретроспективный анализ и региональная практика дополнительного образования людей «третьего возраста» // Социально-педагогическое сопровождение личности в социуме: история, теория, практика: материалы межрегиональной научно-практической / Йошкар-Ола, 28 февраля 2013 г.) / Под ред. Н.С. Моровой, Н.Н. Чалдышкиной. – Йошкар-Ола, МарГУ, 2013. – С. 7-12.

168. Морозов, А. В. Деловая психология. Курс лекций; Учебник для высших и средних специальных учебных заведений. – СПб.: Издательство Союз, 2000. – 576 с.

169. Мухлаева, Т. В. Международный опыт неформального образования взрослых // Человек и образование. – 2010. – №4. – С. 158 - 162.
170. Население России в 2017 году: доходы, расходы и социальное самочувствие. Мониторинг НИУ ВШЭ. Июль 2107 / Под ред. Л.Н. Овчаровой. – М.: НИУ ВШЭ, 2017. – 39 с.
171. Население третьего возраста. – М.: «Мысль», 1986. – 270 с.
172. Нейгартен Б. Личность и старение / Перевод с англ. яз. – Нью-Йорк, 1977. – 216 с.
173. Николаева, О. В. Пенсионеры современной России: региональные модели стиля жизни: автореф. дис. ... канд. социол. наук: (22.00.03) / Николаева Ольга Владимировна. – Саратов, 2011. – 22 с.
174. Об утверждении Программы мероприятий по повышению качества жизни пожилых людей в Мурманской области на 2014-2018 годы - Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/465601099> (Дата обращения 01.04.2014).
175. Образование взрослых в современном мире. Информационно-справочное издание / Под ред. Н.П. Литвиновой, К.С. Мусина, З.Н. Сафиной. – СПб., 2003. – 70 с.
176. Обучение взрослых: учиться никогда не поздно. Коммюнике Комиссии Европейских Обществ. – Брюссель, 2006. – 269 с.
177. Овчинников, Г. А. Образование и просвещение пожилых людей в системе непрерывного образования «обучение в течение всей жизни». Режим доступа: znanie.org/Projects/Age3/Krasnoyarsk/Ovchinnikov1.doc. (дата обращения: 14.06.2015).
178. Огороднова, О. В. Ценностный ресурс инновационной образовательной среды «Университета третьего возраста» // Вестник Самарской гуманитарной академии. – 2010. – № 1. – С. 9 - 20.
179. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка / Под ред. И. Л. Скворцова. – М.: Мир и образование, 2014. – 1376 с. – С. 693.
180. Онлайн-университет третьего возраста // Режим доступа: u3a.niuitmo.ru. (дата обращения: 12.12.2015).

181. Онушкин, В. Г., Огарев, Е.И. Образование взрослых: междисциплинарный словарь терминологии. – СПб. - Воронеж, 1995. – 232 с.
182. Основы андрагогики: учеб. пособие / И.А. Колесникова, А.Е. Марон, Е.П. Тонконогая и др.; под ред. И.А. Колесниковой. – М.: Академия, 2003. – 240 с.
183. Отчет Пенсионного Фонда России (ПФР) за 2011 год [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.rosbalt.ru/main/2012/05/14/980679.html> (Дата обращения 25.03.2014).
184. Панина, Н. В. Проблемы социальной адаптации пожилых людей к статусу пенсионера: автореф. дисс. канд. филос. наук. / Н.В. Панина. М., 1980.
185. Панина, С.В. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : учебное пособие / С. В. Панина, Т. А. Макаренко. – М.: Юрайт, 2016. – 312 с.
186. Пашкевич, В. В. Нравственное самоопределение личности: психолого-педагогический аспект проблемы и сущность процесса // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2010, Т. 16. – С.29 - 32.
187. Петрова Ж. В. Гендерные особенности пролонгирования профессионально-трудовой деятельности пенсионеров по возрасту: автореф. дис. ... канд. социол. наук: (22.00.04) / Петрова Жанна Викторовна. – Саратов, 2011. – 20 с.
188. Петровский, А. В. К проблеме самоопределения личности в группе. / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский // Психология – М., 2009. – 512 с.
189. Писарев, А. В. Демографическое старение в России: жизнедеятельность пожилого населения. М.: ЦСП, 2005. – 256 с.
190. Платонов, К. К. Структура и развитие личности. – М.: Наука, 1986. – 256 с.
191. Плышевский, В. Г. Прогнозирование, проектирование и моделирование в социальной работе. – М.: Соц-технолог.ин-т МГУС, 2001. – 95с.

192. Подобед, В. И., Марон, А.Е. Развитие андрагогики как области профессионально-педагогического знания и социальной практики // Человек и образование. – 2009. – № 2. – С. 4 - 8.

193. Пожилые люди - взгляд в XXI век / Под ред. З.М. Саралиевой. - Н. Новгород: Аккорд, 2008. – 267 с.

194. Пономарева, Т.В. Образовательный туризм как инновационный метод образовательного процесса // Молодой ученый. – 2015. – №12. – С. 792-95.

195. Попов, В.В. Теория социально-культурной деятельности. Режим доступа: www.tsiac.ru/cdo/index.php?id=14&emc_id=19. (дата обращения: 19.05.2016).

196. Постановление Правительства РФ № 295 от 15 апреля 2014 принята государственная программа Российской Федерации "Развитие образования" на 2013 - 2020 годы. Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_162182/ (дата обращения: 19.07.2015).

197. Посысоев, Н.Н. Основы психологии семьи и семейного консультирования. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. – 328 с.

198. Предположительная численность населения Российской Федерации до 2025 года. Статистический бюллетень. – М.: Госкомстат России, 2005. – 245 с.

199. Приходько, Е. В. Процесс обучения как фактор личностного самоопределения пожилых людей: автореф. ... дис. канд. психол. наук, 19.00.07 / Приходько Екатерина Владимировна. – М., 2010. – 20 с.

200. Прохорова, Л. В. Самореализация пожилых людей как способ преодоления социальной эксклюзии: автореф. ... дис. канд. философ. наук, (09.00.11) / Прохорова Лариса Владиславовна. – Новосибирск, 2010.- 27 с.

201. Пряжников, Н. С. Личностное самоопределение в преклонном возрасте // Психология старости / Д.Я. Райгородский. – Самара: Издат дом БАХРАХ-М, 2004. – С. 445 - 464.

202. Пряжников, Н. С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения: Учебно-методическое пособие. - 2-е изд., стер. - М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003. – 400 с.

203. Пряжников, Н. С. Психология труда: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. С. Пряжников, Е. Ю. Пряжникова. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 480 с.

204. Психология личности. Учеб.пособие / под ред. П.Н.Ермакова, В.А.Лабунской. – М.: Изд-во «Эксмо», 2007 – 653 с.

205. Психология старости: Хрестоматия. / Ред.-сост. Райгородский Д.Я. – Самара, 2004. – 736 с.

206. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие / Сост. О.В. Краснова и А. Г. Лидерс. – М., 2003.

207. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2014 года № 487-р «Об утверждении комплексного плана мероприятий по разработке профессиональных стандартов. Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_161326/ (дата обращения: 17.12.2016).

208. Региональная программа повышения качества жизни граждан пожилого возраста на территории Красноярского края на 2017-2020 годы: Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/465805430>. (дата обращения: 04.07.2016).

209. Резинкина, Л. В. Самообразование как ведущий фактор поддержки непрерывного образования взрослых / Человек и образование. – 2016. – №3 (48). – С. 171 -176.

210. Резинкина, Л.В. Сопровождение непрерывного образования взрослых в муниципальной территории: Дис. ... док. пед. наук: (13.00.01) / Резинкина Лилия Владимировна: В.Новгород, 2017. – 410 с.

211. Роботова А.С. Люди третьего возраста как субъекты непрерывного образования: методология и основные направления изучения // Непрерывное образование XXI век. – 2014. – № 4(8). – С. 37 -54.
212. Роджерс К. К науке о личности / В кн. История зарубежной психологии. Тексты. – М. 1986. – 254 с.
213. Роджерс, К. Психология супружеских отношений. Возможные альтернативы. М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. – 288с.
214. Рожков М. И., Байбородова Л.В. Организация воспитательного процесса : Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. Заведений. – М.: Туманит, изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 256 с.
215. Ройтблат О. В. Неформальное образование педагогических работников: вчера, сегодня, завтра / О.В. Ройтблат // Вестник ТОГИРРО. – №2 (29), 2014. – Тюмень: ТОГИРРО, 2014. – 236 с.
216. Рощак, К. Психологические особенности личности в пожилом возрасте // Психология старости / Д.Я. Райгородский. – Самара: Издат. дом БАХРАХ-М, 2004. – С. 512 - 525.
217. Рубинштейн, С. Л. Человек и мир. – М., 2003. – 423 с.
218. Рыбакова, Н. А. Феномен старости: Монография / Научн. ред. А.А. Колчин. – М.: Псков, 2000. – 160 с.
219. Сапожникова, Т. Н. Формирование готовности к жизненному самоопределению как целевая функция социального воспитания старшеклассников // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2010. – Т.16. – С. 32-36.
220. Саралиева З. М. Пожилой человек в Центральной России // Психология старости и старения: хрестоматия / сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – Москва: изд-во Академия, 2003. – С. 91-100.
221. Сафин, В. Ф. Самоопределение личности. Теоретические и эмпирические аспекты исследования. – Уфа, 2004. – 258 с.

222. Сафронова, В. М. Прогнозирование, проектирование и моделирование в социальной работе: учебное пособие для вузов. – 4-е изд. – М.: Академия, 2011. – 235с.

223. Секарева, Н. Б. Социально-педагогическая реабилитация пожилых людей в учреждениях социальной защиты : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. – Москва, 2002. – 174 с.

224. Сергеева, Ю. И. Международный образовательный туризм как инновационная технология дополнительного образования взрослых // Режим доступа: <http://elib.bspu.by/bitstream/doc/2904/1/Курск%2027-28.03.2014.pdf>. (дата обращения 04.07.2016).

225. «Серебряный возраст», автономная некоммерческая организация социальной адаптации пожилых г. Санкт-Петербург сайт: <http://silveryears.ru/>.

226. Сериков, В.В. Образование и личность. Теория и практика проектирования образовательных систем. – М.: Логос, 1999. – 272 с.

227. Системное управление образованием взрослых в условиях модернизации. Монография в 2-х томах / Науч. ред. А. И. Жилина. – СПб.: ГНУ ИОВ РАО, 2006. – 176 с.

228. Скобликова, Т. Е. Музейные технологии приобщения к национальной культуре / Т. Скобликова // Искусство в школе. – 2007. – № 2. – С. 30 - 31.

229. Словарь практического психолога / Сост. С.Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1998. – С. 317.

230. Словарь-справочник по педагогике / В.А. Мижериков; под ред. П.И. Пидкасистого. – М.: ТЦ Сфера. 2004. – С. 273.

231. Смирнова, Т. В. Концептуальные основания реализации социально-трудового потенциала пенсионеров по возрасту: автореф. ... дис. канд. социол. наук: (22.00.04) / Смирнова Татьяна Вячеславовна – М., 2009. – 36 с.

232. Смушков, В. Народные университеты: (Обзор уставов и принципы организации) // Внешкольное образование. – 1919. - № 2. – С. 3.

233. Соколова, В. Ф. Теория и практика реабилитации граждан пожилого возраста: учебное пособие / В. Ф. Соколова, Е. А. Берцкая, – М.: МПСИ, Флинта, 2012. – 195 с.

234. Соломин, В.П., Погодина В.Л. Современное состояние и перспективы развития образовательного туризма в России // Известия российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2007. – Том 8. – № 30. – С. 96-112.

235. Столяров, Б. А. Музейная педагогика: история, теория, практика [Текст] / Б. А. Столяров. – М.: Высшая школа, 2004. – 216с.

236. Стратегия действий в интересах граждан старшего поколения до 2025 года. Распоряжение Правительства РФ от 05.02.2016 года // Режим доступа Pensionreform.ru>files/107379/стратегия. (дата обращения: 13.09.2016).

237. Сухобская, Г. С Включение в просветительскую деятельность пожилых людей (психолого-андрагогические проблемы) // Андрагог в открытом обществе (Материалы российско-польского семинара) – СПб. – Иркутск – Plock, 2000. – С. 85 - 88.

238. Стюарт-Гамильтон, Я. Психология старения. – М.: Питер, 2002. – 320 с.

239. Тарханова, И.Ю. Социализация взрослых средствами дополнительного профессионального образования: дис. ... д-ра. пед. наук: (13.00.01)/ Тарханова Ирина Юрьевна; – Кострома, 2015. – 40 с.

240. Тихаева, В. В. Провайдеры дополнительного образования взрослых в Германии // Известия Волгоградского гос. Техн. Ун-та. – 2011. – Т. 60. – № 6. – С. 130 - 134.

241. Тихаева, В. В. Становление и развитие системы дополнительного образования взрослых в Германии: Автореф. ... дис. канд. пед. наук: (13.00.01) / Тихаева Виктория Викторовна. – Волгоград, 2016 – 27 с.

242. Толстых, А. В. На старости лет // Психология старости / Д.Я. Райгородский. – Самара: Издат дом БАХРАХ-М, 2004. – С. 4 - 34.

243. Третьякова, Н. Библиотечные «университеты» // Новая библиотека. – 2009. – № 8. – С. 34 - 36.

244. Третьякова, Т.Н., Сыромятникова Ю.А. Образовательный туризм как педагогическая технология // Наука ЮУрГУ: материалы 67-й научной конференции. – Челябинск: ЮУр ГУ, 2011. – С. 1596 - 1602.

245. Трифонов, Е.С. Развитие социально-культурной активности пожилых людей в процессе туристической деятельности: Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05. – Тамбов, 2012.

246. Трофимова, Е.А. Образование взрослых как феномен культуры, социальный институт и образовательная метасистема: коллективная монография. – СПб: ИОВ РАО, 2008. – С. 130 - 140.

247. Троянская, С.Л. Музейная педагогика и ее образовательные возможности в развитии общекультурной компетентности: Учебное пособие. - Ижевск: Ассоциация «Научная книга», 2007. – 139 с.

248. Университет третьего возраста . Режим доступа: [premiagi.ru>initiative/985](http://premiagi.ru/initiative/985). (дата обращения: 06.08.2016).

249. Федеральный закон № 273 от 21.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации». Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 18.08.2016).

250. Фельдштейн, Д.И. Психология взросления. – М.: МПСИ, «Флинта», 1999. – 670 с.

251. Фельдштейн, Д.И. Психология развития человека как личности в 2-х тт. – М., 2005. – 455 с.

252. Фельдштейн, Д.И. Человек в современном мире – тенденции и потенциальные возможности развития // Образование и наука. – 2008. – №3(51). – С. 3-11.

253. Фельдштейн, Д.И. Человек как созидатель и носитель социального. – М., 2007. – С. 12.

254. Филозоп, А. А. Некоторые особенности процесса социализации пожилого человека // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 2004. – 2. – С. 41 - 47.

255. Финдайзен Д. Образование пожилых в Словении: проблемы и перспективы. – Братислава, 2002. – 68 с.

256. Фирсова, Н. Г. Обучение пожилых людей: психологические аспекты его организации / Н.Г. Фирсова - режим доступа: <http://mosi.ru/ru/conf/articles/obuchenie-pozhilyh-lyudey-psihologicheskie-aspekty-ego-organizacii> (Дата обращения 30.03.2014).

257. Фопель, К. Психологические принципы обучения взрослых. – М.: Генезис, 2010. – 360 с.

258. Фопель, К. Эффективный воркшоп. Динамическое обучение. – М.: Генезис, 2003 – 368 с.

259. Халицкий, Е. Обучающая геронтология. Философия обучения пожилых людей // Новые знания. – 2000. – № 3. – С. 46 - 48.

260. Хрисанфова, Е.Н. Основы геронтологии. - М.: Владос, 1999. – 160 с.

261. Чавычалова, В.В. Индивидуально-психологические особенности адаптации человека к старости: автореф. ... дис. канд. психол. наук: (19.00.01) / Чавычалова Валентина Витальевна– М., 2009. – 29 с.

262. Чернякова, С.С. Адаптационные возможности лиц старшей возрастной группы. автореф. дисс. канд. психол. наук: (19.00.13) / Чернякова Светлана Сергеевна. – СПб, 2003. – 19 с.

263. Чеснокова, Е.Н. Структура и функции развивающего диалога в образовании // Известия Российского государственного педагогического университета имени А.И. Герцена, 2005. – № 5 – С.71 - 83.

264. Чикуров, О.Б. Что такое workshop? Пособие для организаторов практических семинаров. – Псков: Изд-во: Псковская Региональная Ассоциация Образования Взрослых, 2001. – 60 с.

265. Чистякова, С.Н. Профессиональное самоопределение личности: механизмы и образовательные ресурсы // Человек и образование. – 2014. – № 3 (40). – С. 45-49.
266. Шаповаленко, И.В. Психология развития и возрастная психология. – М.: Гардарики, 2005. – 349 с.
267. Шахматов, Н.Ф. Старение – время личного познания вечных вопросов и истинных ценностей // Психология старости и старения: хрестоматия / сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. – Москва: изд-во Академия, 2003. – С. 67-72.
268. Шахматов, Н.Ф. Старение. Норма и патология // Психология старости / Д.Я. Райгородский. – Самара, 2004. – С. 228-325.
269. Шилова, Л.С. Факторы социальной адаптации пожилых в условиях реформ Текст. / Л. С. Шилова // Психология зрелости и старения. – 1998. – №3. – С.60-74.
270. Шилова О.Н. Развитие инновационного образования на основе использования новых возможностей сети Интернет // Эл.научно-образовательный журнал ВГПУ «Грани познания». – 2008. – №1. Режим доступа: grani.vspu.ru. (дата обращения: 19.03.2015).
271. Школа Третьего Возраста. Режим доступа: seniorschool.ru (дата обращения: 17.03.2015).
272. Шмелева, Н.Б. «Третий возраст» и его проблемы. Технологические аспекты социальной работы с пожилыми людьми // Социальная работа. – 1995. – № 2. – С. 64 - 66.
273. Шнейдер, Л.Б. Основы семейной психологии М.: МПСИ, 2003. – 928 с.
274. Штомпка П. Социология социальных изменений / пер. с англ. / под ред. В.А. Ядова. – 1996. – С. 27.
275. Щанина Е.В. Интеграция пожилых людей в современный социум // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Общественные науки. – 2015. – №1 (33). – С. 150 - 162.

276. Щанина, Е.В. Социальная активность пожилых людей в современном российском обществе : региональный аспект : дис. ... канд. соц. наук: (22.00.04) / Щанина Екатерина Владимировна. – Пенза, 2006. – 160 с.
277. Щедровицкий, П. Пространство свободы // Народное образование. – 1997. – № 1. – С. 46-51.
278. Школа Третьего возраста // Режим доступа URL seniorschool.ru.
279. Щукина, Н.П. Институт взаимопомощи в социальной поддержке пожилых людей: автореф. дис. ... д-ра. социол. наук: (22.00.04) / Щукина Нина Петровна. – Саратов, 2004. – 43 с.
280. Эриксон Э. Психологический кризис пожилого человека Психология старости / Д.Я. Райгородский. – Самара: Издат дом БАХРАХ-М, 2004. – С. 325 - 328.
281. Юден, Т. Образование взрослых в Великобритании // Новые знания. – 1998. – № 3. С. 44 - 45.
282. Юнг К.Г. Стадии жизни. Психология зрелости. – Самара, 2003. – С. 3 - 4.
283. Юшкова, К.В. Нравственное самоопределение будущего бакалавра: основные характеристики // Дискуссия. – 2015. – № 7 (59).
284. Ярошенко, Н.Н. Социально-культурная деятельность: парадигмы, методология, теория. – М.МГУКИ, 2000. – 360с.
285. Яцемирская, Р.С. Социальная геронтология / Р.С. Яцемирская, И.Г. Беленькая. – М.: Владос, 1999. – 275 с.
286. <http://m.pravda.ru/society/family/medicine/17-09-2012/1128231-life-0/>.
287. <http://www.ageing-forum.org/ru/novaya-sistema-podderzhki-lyudej-starshego-pokoleniya-postепенно-priobretaet-zakonodatelnyj-fundament/>.
288. Arnold, R., Burke, B., James, C., Martin, D. & Thomas, B. (1991) Educating for a change. Ontario: Between the Lines and Doris Marshall Institute for Education and Action. Read // Режим доступа: <http://journals.heacademy.ac.uk/doi/full/10.11120/elss.2013.00013> (дата обращения 23.07.2012.)

289. Arnold, R., Weber, H. Weiterbildung und Organisation. Zwischen Organisationslernen und lernenden Organisationen. – Berlin, 2005. – P.16-39.
290. Becker, S., Rudolph, W. „Selbstorganisation“ in der Seniorenbildung. Fragen und Thesen // Soziale Arbeit. – 1995. – 44 – P. 117-122.
291. Bromley D. Human Aging. An Introduction to Gerontology. – Harmonwordth: Penquin. – 1988. – P. 56-78.
292. Brookfield, S. Developing Critical Thinkers: Challenging Adults to Experience, 1995. – 273 p.
293. Cockburn, Alistair. Writing effective use cases. – Boston etc., Cop. – 2001. – P. 98-116.
294. Freire, P. Education for critical consciousness. – London, 2005. – 146 p.
295. Jarvis, P. Sociological perspectives on lifelong education and lifelong learning. – Athens, Georgia, 1986. – 218 p.
296. Jarvis, P. Learning in later life. An Introduction to Educators and Careers. – London, 2001. – 162 p.
297. Knowles, M. S. The making of an adult educator: An autobiographical journey. San Francisco: Jossey-Bass. – 1989 – 326 p.
298. Knowles, M.S., Holton III, E.E., Swanson, R.A. The Adult Learner: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development. – 6th edition. – London, New York, etc.: ELSEVIER Butterworth Heinemann, 2005. – 378 p.
299. Lindeman, E., Edward, C. Andragogik: The Method of Teaching Adults. Workers' Education. – 1926.
300. Lindeman, E.C. The Meaning of Adult Education. – New York: New Republik, INC, 1989. – 143 p.
301. Malwitz-Schütte M. Selbstgesteuerte Lernprozesse älterer Erwachsener. – <http://www.die-bonn.de/publikationen/online-texte/index.asp>
302. Rosenblatt, B., Bilger, F. Weiterbildungsbeteiligung in Deutschland. Sozialforschung. – München, 2008. – 94 p.

303. Schilder, K. Adult educators: their profession and professionalisation. Council of Europe, Strasbourg, 1992. – 7 p.

304. Sommer, C., Kühnemund, H., Kohli, M. Zwischen Selbstorganisation und Seniorenakademie. Die Vielfalt der Altersbildung in Deutschland. – Berlin, Weißensee Verlag, 2004. – 200 p.

305. Stadelhofer, C. Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche Weiterbildung der Universität Ulm Deutschlands. Das Internet als Chance für die Weiterbildung von Senior(innen) in einem vereinten Europa // European Conference – Learning in later life (November 2005). – P. 49-53.

306. Swanson, R. A., Arnold, D. E. “The Purpose of Human Resource Development Is to Improve Organizational Performance.” Debating the Future of Educating Adults in the Workplace. R. W. Rowden (ed.). – San Francisco: Jossey-Bass, 1996. – PP. 13–19.

307. Woodhall, M. Economics of Education / International Encyclopedia of Education, v.3, 1985. – P. 36-48.

ПРИЛОЖЕНИЯ

АНКЕТА для людей пенсионного возраста

Просим Вас ответить на несколько вопросов.

1. Каково Ваше участие в социально значимой деятельности (поставьте напротив нужной строки знак +):

- работаете по своей прежней специальности
- работаете по другой специальности
- занимаетесь волонтерской деятельностью
- не работаете

2. С какими социально-личностными проблемами Вы сталкиваетесь в своей жизни (выберите из списка и поставьте напротив нужных строк знак V)?

- трудность адаптации к новым условиям жизни _____
- определение дальнейшего пути профессионально-личностного развития _____
- недостаточность новых практических знаний современной жизни _____

- потребность в самореализации _____
- неудовлетворенность своим социальным статусом _____
- налаживание связи с социальным окружением _____
- ухудшение здоровья и работоспособности _____
- отсутствие смысла жизни _____

3. Ваше отношение (положительное + или отрицательное -)

- к своему прошлому _____
- к своей настоящей жизни _____
- к планируемому будущему _____
- к памяти о себе после смерти _____

4. Как Вы относитесь к своему новому статусу пенсионера (поставьте напротив нужной строки знак V):

- принимаю свой новый статус пенсионера _____
- принимаю сложившуюся ситуацию, готов к новому статусу пенсионера _____
- отсутствует готовность к новому статусу пенсионера _____
- отторгаю новый статус пенсионера _____

5. Готовы ли Вы (ответ дайте словом «да» или «нет»):

- к возрастным изменениям телесного и психофизиологического характера _____

- восприятию своего возраста (противостояние негативным стереотипам)

- разумному распределению времени и целенаправленному использованию оставшихся лет жизни _____

- ролевой переориентации, поиску ролей позиций, соответствующих новым ценностям _____

- противостояние эмоциональному истощению вследствие потери близких и отделения детей _____

- сохранению эмоциональной гибкости, стремлению к аффективному обогащению в других формах _____

- стремлению к душевной гибкости (преодолению психической ригидности), поиску новых форм поведения _____

- стремлению к внутренней целостности и осмыслению прожитой жизни

ПРОГРАММА
ориентационного курса по социально-личностному самоопределению
людей пенсионного возраста
«Новые возможности в пенсионном возрасте»

Пояснительная записка

Пенсионный возраст поднимает перед человеком проблему социально-личностного самоопределения: одни находят себя в общественно значимой или волонтерской деятельности, другие видят смысл жизни в решении семейно-бытовых проблем, третьи продолжают свою трудовую деятельность в своей или другой профессии. Пенсионеры тревожатся по поводу невостребованности своего профессионального опыта, ненужности самого себя. В этом возрасте чувство собственного достоинства подвергается главной проверке, поскольку именно в этом возрасте все события пропускаются через свой жизненный опыт, достойно ли прожита жизнь, что «осталось после меня».

Поэтому смыслом социально-личностного самоопределения в пенсионном возрасте является возможность самоутверждения, демонстрация собственной полезности обществу, социальной группе, семье и т.д. У людей пенсионного возраста часто можно наблюдать внутреннюю потребность в уважении к былым заслугам, подтверждение своей полезности, повышение социальной активности.

Основным фактором, психологической дестабилизации и дезадаптации людей пенсионного возраста, является потеря идентичности, иначе говоря потеря цельности образа себя. Но причиной этого процесса является важность социальной идентификации. При выходе на пенсию, человек теряет возможность былого участия в общественной жизни, утрачивает привычный «заработанный» социальный статус. В связи с разрывом с трудовой сферой деятельности людей пенсионного возраста жизненный тонус пенсионеров понижается, негативное влияние испытывают состояние здоровья и психика человека. Все это актуализирует проблему социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

Как указывают разные ученые, этот период жизни характеризуется разрывом привычных социальных и психологических связей и отношений, что дополнительно усиливается из-за ситуации одиночества, чувства бесполезности и ненужности, ощущения себя обузой для своих близких. Все

эти явления приводят к изменениям ценностных ориентиров, жизненных смыслов, привычных установок, которые требуют социально-личностного самоопределения. Люди пенсионного возраста теряют веру в себя, в свои силы и возможности.

В этот период у людей пенсионного возраста происходит переосмысление прожитой жизни, ее полноценности, полезности. Результат этого переосмысления у одних выливается в позитивное чувство «гармоничности жизни», у других – в негативные переживания нереализованности, незавершенности жизненных планов и замыслов. Оценивая полезность и целостность своего жизненного пути, люди пенсионного возраста задумывается о смысле жизни, дальнейшую свой жизненный путь человек меряет и определяет прожитой жизнью. Приоритеты, смыслы, установки изменяются на каждом очередном этапе жизнедеятельности людей пенсионного возраста.

Перемены, происходящие в жизни пенсионеров, ведут к изменению не только финансово-экономического положения, но и духовного климата, системы межличностных отношений, социальных связей. В обществе появляются новые люди, у которых иные представления о добре и зле, новые категории нравственного и безнравственного, допустимого и запрещенного. Система жизненных смыслов людей пенсионного возраста, их ценностей часто не совпадает с выработанной ранее.

Начальный этап работы с новыми ценностями и смыслами в жизни пенсионера осуществляется при помощи методики «Как поживаешь», чтобы в шуточной форме «изучить» различные жизненные ценности (в обыденном понимании) и сделать предположения, как различные стереотипы людей влияют на оценку этих ценностей, одобряя либо осуждая их.

Цели курса:

1. Актуализация процесса социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста, вследствие получения знаний о себе самом и о мире; оказание помощи в социальной адаптации при вхождении в новый период жизни.

2. Повышение уровня социализации и психологической осознанности пенсионеров; формирование адекватной самооценки; пробуждение потребности в самосовершенствовании.

Задачи курса:

- повышение уровня социализации и психологической осознанности пенсионеров благодаря обеспечению их соответствующими необходимыми знаниями, изменения границ самовосприятия, инициации потребности в самосовершенствовании в целях актуализации социально-личностного самоопределения;
- формирование положительного отношения к самому себе, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в новой жизненной ситуации;
- исследование собственных познавательных интересов, склонностей, способностей, определение путей и способов развития своих познавательных и личностных возможностей;
- обеспечение определёнными средствами самостоятельного осознанного решения проблем, связанных с социально-личностным самоопределением;
- формирование навыков использования различных методов для самооценки собственной позиции и участия в исследуемых проблемах и осуществления самостоятельного выбора;
- обеспечение возможности соотносить свои склонности и способности с образовательными потребностями, требованиями современной жизни и дальнейшей деятельности;
- формирование представлений о собственном пути достижения целей, создание предпосылок для формирования новой ценностно-смысловой основы развития личности, повышение способности пенсионеров к целеполаганию в новой жизненной ситуации.

Предлагаемый курс по социально-личностному самоопределению представляет собой подбор и сочетание занятий, организованных в виде бесед, тренингов, мини-лекций, психотехнических упражнений, информационных бесед и занятий практического знакомства с вариативным содержанием образовательной деятельности по разным направлениям, информационной поддержки выбора стратегии дальнейшей жизни, и наиболее адаптированных к данной ситуации активизирующих методов помощи в жизненном и дальнейшем профессиональном выборе в процессе андрагогического взаимодействия участников образовательного процесса.

В ходе занятия людям пенсионного возраста предлагается некий продукт, представленный носителями какой-либо субкультуры либо того или иного специального знания (газетная или журнальная статья, научная, научно-популярная, учебная или художественная книга, журнал, веб-сайт, видеоролик, проспект выставки). Слушателю предложено:

- проанализировать предложенный андрагогом материал, дать собственное видение идеи, отраженной в материале;
- дать характеристику информации, представленной в материале, рассказать о ее назначении и адресной направленности;
- за определенное время сформулировать собственное мнение и вопросы, адресованные представителю субкультуры или носителю специального знания;
- выявить личностную заинтересованность и личностный смысл в предложенном материале;
- оценить свой уровень мотивации к данной работе;
- определить способность к выстраиванию эффективного общения и взаимодействия с сокурсниками по данному материалу и готовность к самостоятельному выражению личной позиции по предложенному материалу, а так же уровня компетентности.

Данная работа реализуется с помощью эвристически организованной (при помощи "проективных педагогических методик") самоактуализацией жизненных проблем и образовательных потребностей; осознания собственных притязаний; технологии анализа и озвучивания факторов, которые влияют на производимый выбор.

С помощью активизирующих методик целесообразно соотнести свои потенциальные желания и возможности и спроектировать ситуацию этого сопоставления на задачу выбора дальнейшей жизненной стратегии, а также создать "андрагогически-провоцирующую" задачу столкновения факторов выбора посредством заполнения таблицы - матрицы. Выполнение работы с «матрицами» альтернативных вариантов выбора, позволяет формулировать, классифицировать и демонстративно «количественно» соотнести аргументы «за и против» производимого выбора (например, темы, интересующие слушателя, осведомленность, кругозор; мнения родственников и знакомых; личные достижения; советы сокурсников; перспективность или престижность варианта выбора, изменения материального положения или состояния здоровья и др.). Ориентационный курс по социально-личностному самоопределению завершается индивидуальными консультациями, на которых происходит рефлексивное осмысление проведенной работы и выбор дальнейших стратегий жизнедеятельности.

Программа состоит из 5 модулей.

1) установочный модуль включает знакомство, выработку правил групповой работы, определение целей и задач совместной деятельности, рассмотрение понятия «самоопределение», его видов и особенностей социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

2) диагностический модуль направлен на выявление собственных познавательных интересов, иерархии ценностей, склонностей, способностей, определение путей и способов развития своих познавательных и личностных возможностей;

3) обучающий модуль, затрагивающий такие темы как алгоритм принятия решений, свобода и ответственность, готовность к встрече с препятствиями, расплаты и достижения и другие, ориентирован на предоставление пенсионерам определённых средств, помогающих самостоятельным и осмысленным действиям при решении проблем, связанных с социально-личностным самоопределением; формирование навыков самооценки для осознания собственной позиции в решаемых проблемах и способность к совершению самостоятельного осознанного выбора;

4) практический модуль направлен на составление индивидуального образовательного маршрута, помогает соотносить свои склонности и способности с образовательными потребностями, требованиями современной жизни и возможной деятельностью; формированию представлений о личном пути достижения целей, созданию предпосылок для формирования новой позитивной ценностно-смысловой основы саморазвития человека, повысить способность пенсионеров к целеполаганию в новой жизненной ситуации.

Для пенсионеров, продолжающих работать по своей профессии (группа А) индивидуальный образовательный маршрут будет направлен на повышение квалификации, развитие компетенций. Для пенсионеров группы Б, работающих по другой профессии ориентация индивидуального образовательного маршрута будет связана с освоением новых знаний, получением новых компетенций, которые помогут пенсионеру освоиться в новой профессии, дадут возможность дальнейшего развития в ней либо позволят получить более квалифицированную работу. Для пенсионеров, относящихся к группе В, занимающихся волонтерской деятельностью, общественно-полезная деятельность выступает средством, с помощью которого формируется социальная сплоченность. Это важно в первую очередь для самого субъекта, способного перевести свои познавательные потребности в социально-значимые цели и действия. Знания, умения и навыки, полученные в процессе освоения индивидуального образовательного маршрута этой группой важны, прежде всего, для их дальнейшей добровольческой социально значимой деятельности. Особенности индивидуального образовательного маршрута для неработающих пенсионеров (группы Г) выражаются в направленности на конкретные увлечения, например, рукоделие, посещение музеев, проведение познавательных бесед. Наиболее важным для данной

группы является общение, устойчивая принадлежность к группе старшего поколения.

5) заключительный модуль, в задачи которого входит формирование положительного отношения к самому себе, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в новой жизненной ситуации, включает защиту разработанного индивидуального образовательного маршрута.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Установочный модуль.

1.1. Первичное знакомство. Правила работы в группе.

Знакомимся с участниками. Определяем свои ожидания. Обсуждаем комфортные формы и методы работы. Специфика и формы групповой работы. Обсуждаем правила взаимодействия и принимаем или уточняем их. Обсуждаем цели и задачи курса.

1.2. Понятие «самоопределение» и его значение в жизни каждого из нас.

Понятие о самоопределении. Сущность самоопределения. Психологические основы самоопределения. Виды самоопределения.

Самопознание: процессуальная и результативная сторона. Кто я? Какой я? Зачем я живу? Чем и почему я отличаюсь от окружающих меня людей? В чём я похож на окружающих меня людей? Мои интеллектуальные, психосоматические, психофизиологические и социальные возможности.

Самооценка и самоопределение. Самосознание и самоопределение. Особенности социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

2. Диагностический модуль. Кто я? Каков я? Чего хочу?

2.1. Понятие и содержание «Я-концепции» человека.

Субъект общества и его социальное окружение. Внешнее окружение и мой внутренний мир как духовность. Богатство внутреннего мира. Человек без внутреннего мира. Законы становления духовного мира. Как проявляется внутренний мир человека. Отличие человека пенсионного возраста от других категорий окружающих людей. Практикум «Составляем свой автопортрет», «Исследуем свой образ «Я».

«Я-концепция» в научных трудах. «Я-реальное», «Я-желаемое», «Я-идеальное», «Я фантастическое» и другие «Я». Влияние «Я - концепции» на самооценку личности. Практикум по диагностике, с использованием

методики Спилбергера Ч.Д., Ханина Ю.Л. "Шкала самооценки". Понятие референтных групп. Социально-личностное самоопределение как задача пенсионного возраста. Практикум «Исследование самоотношения, самопринятия, самоутверждения». Практикум: проведение теста М. Куна, Т. Макпартленда на самоотношение. Практикум «Рисунок имени», «Самореклама в жизни человека»

2.2. Интересы в жизни человека

Интересы и склонности в жизни человека. Индивидуальные и коллективные интересы. Формирование и развитие интересов субъекта. Практикум по методике Холланда. Обсуждаем результаты самообследования. Практикум по выполнению упражнений «Что нас в группе объединяет и разъединяет», «Угадайте, что мне нравится». Практикум по рисуночной методике "В мире моих интересов".

2.3. Смыслы и ценности в жизни человека

Смыслы в моей жизни, ценности в моей жизни и их динамика на протяжении жизни. Плюрализм ценностей. Понятие «ценностные ориентации» и их роль в направленности личности человека. Понятие «Мировоззрение», связь мировоззрения и смыслов жизни. Особенности смысла деятельности людей пенсионного возраста. От вопроса смысла труда к проблеме жизненных смыслов. Понятие «Ценности», «Ценностные ориентации», «Ценностные отношения». Успех в жизни и в профессии успех в зависимости от ценностных ориентаций человека. Религиозный ценности и ценности атеиста. Различия в ценностях полов. Ценностные ориентации людей пенсионного возраста. Социокультурная среда, ее роль в формировании ценностной сферы человека. Влияние социокультурного кризиса на ценностные ориентации человека. Факторы социализации, их влияние на ценностные ориентации. Взаимосвязь ценностей и смыслов. Практикум по методике М. Рокича «Ценностные ориентации».

2.4. Цели и мотивы в жизни человека

Понятия «потребности», «мотивы», их взаимосвязь. Виды мотивов. Пирамида потребностей А.Маслоу. Возрастные изменения в потребностной сфере человека. Цель в качестве осознанного мотива. Социальная установка, социальная норма и их влияние на целеполагание. Целеполагание и целенаправленность в деятельности человека. Мотивы и потребности в качестве условия активности личности. Практикум по методике Кейрси «По оценке уровня мотивации».

2.5. Цели далекие и близкие в жизни человека

Понятие стратегии и временной перспективы в жизни субъекта социальной жизни.

Практикум «Проведение психологического тренинга с применением модифицированных техник Фопеля К. «Мой путь к цели», «Превращение проблем в цели», «Иллюстрирование цели», «Карта моего будущего», «Смысл моей жизни».

2.6. Мои желания и ожидания от жизни (ценностная иерархия)

Практикум с применением психологического тренинга с использованием модифицированных техник Фопеля К. «Что бы я хотел изменить», «Мой ожидания», «Возможности волшебной лавки», «Богачи и бедняки».

Практикум с использованием притчи «Руанский собор».

2.7. Понятие рефлексии, рефлексия в жизни человека.

Что отличает человека от животных. Роль самоотражения, самонаблюдения, самоосмысления, самоанализа в жизни человека. Рефлексия в качестве обращения назад, взгляд на свою деятельность, взгляд со стороны на себя самого. Рефлексия в качестве способности построения своего поведения при учете своих возможностей и особенностей. Практикум «Упражнение на использование обратной связи».

3. Модуль обучающий. Правила ответственного выбора?

3.1. Достижения и расплата за них.

Неотвратимость потерь и неудач жизненного пути. Формирование готовности к потерям и неудачам. Смысл жертвенности в жизни человека. Практикум с использованием схемы анализа ситуации (Н.С. Пряжников). Практикум «Выполнение упражнений по практическому совершению выбора с использованием активных методов профориентации (Н.С. Пряжников и М.Р. Битянова).

3.2. Практика принятия решений

Составляющие выбора человека. «За» и «против» - оценка ситуации. Множественность вариантов выбора. Факторы, влияющие на выбор. Что значит фактор выбора? Рациональное и интуитивное в выборе. Матрица выбора в жизненной ситуации. Практикум «Определение факторов, влияющих на выбор». Практикум «Анализ влияющих на мой выбор факторов».

3.3. Отношение свободы и ответственности

Философия, психология и педагогика об ответственности. Истинность и ложность взросления. Субъект выбора. Жертва обстоятельств. Локус контроля, его разновидности. Что означает: я свободен? Бегство от людей и бегство от свободы (Фромму Э.). Практикум по работе с понятиями «ответственность» и «свобода».

3.4. Встреча с препятствиями

Уверенность и неуверенность в поведении. Стрессы в моей жизни. Совладание со стрессом. Практикум с использованием тренинга уверенности в своих силах (Техника «Капитан корабля», техника «Развесели окружающих», техника «Выдели пять своих достоинств», техника «Ответь на упрёки»).

4. Практический модуль. Отработка практических навыков выбора (на примере разработки индивидуального образовательного маршрута)

Понятие индивидуального образовательного маршрута. Составление индивидуального учебного плана.

5. Заключительный модуль.

Модификация игры Пряжникова Н.С. «Защита индивидуального образовательного маршрута».

Подведение итогов.

Коллективное обсуждение ситуации выбора учебных курсов и траектории образовательного маршрута.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Антонова, Н.В., Белоусова, В.В. Самоопределение как механизм развития идентичности // <http://psibook.com/articles/samooopredelenie-kak-mehanizm-razvitiya-identichnosti.html>
2. Анцыферова, Л. И. Психология старости; особенности развития личности в период поздней взрослости Текст. / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. 2001. -№ 3. - С. 32-42.
3. Бороздина, Л. В. Особенности самооценки в позднем возрасте Текст. / Л. В. Бороздина, О. П. Молчанова // Вестник Московского университета. Сер. 14. -Психология. - 1988. -№1. - С.23-41.
4. Буйкас, Т.М. Проблема и психотехника самоопределения личности //Вопросы психологии. 2002. № 2. С. 28–40.

5. Валеев, Д.Ж. Моральное самоопределение личности как показатель эффективности нравственного воспитания / Д.Ж. Валеев // Проблемы коммунистического воспитания студентов. – Уфа, 1982. – С. 129–133.
6. Гинзбург, М.Р. Психологическое содержание личностного самоопределения // Вопросы психологии. 1994. № 3. С. 43–52.
7. Глуханюк, Н.С., Гершкович, Т.Б. Поздний возраст и стратегии его освоения. Издание 2-е, дополненное. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2003. - 112 с.
8. Жизненное самоопределение: ступени роста : сб. науч. ст. / под общ. ред. проф. И. В. Плаксиной. – Владимир : Изд-во ВлГУ, 2014. – 240 с.
9. Зотов, Н.Д. Нравственное самоопределение личности. - М.: Знание, 1983.
10. Зыбина, Л.Н. Профессиональное самоопределение личности как проявление субъектности // Актуальные проблемы психологии личности: сб. ст. по матер. V междунар. науч.-практ. конф. № 5. – Новосибирск: СибАК, 2011.
11. Иванова, В.С. Феномен жизненного самоопределения: содержание и компоненты // Известия Томского политехнического университета. 2011. Т. 318. № 6. – С. 92-97.
12. Климов, В.В. Ценностное самоопределение личности: трудности и противоречия // ВЕСТНИК ОГУ. – 2007. - №7/ИЮЛЬ. – С. 111-116
13. Ковалева, Е.А. Вхождение в статус пенсионера как фактор динамики развития личности / Развитие личности как стратегия гуманизации образования: Материалы V межрегиональной научно-практической конференции / Под ред. Е. Н. Шиянова, Н. Г. Сикорской. – Ставрополь: СКСИ, 2006. – С. 71 – 74.
14. Ковалева, Е.А. Личностное самоопределение в пенсионном возрасте / Актуальные вопросы социальной теории и практики: Сборник научных статей / Ред. Колл.: Е. Н. Шиянов (отв. ред.), Н. Г. Сикорская. – Вып. IV. – Ставрополь: СКСИ, 2005. – С. 56 – 57.
15. Ковалева, Е.А. Особенности адаптации к пенсионному периоду жизни / Проблемы социального развития России: Ежегодный сборник научных работ аспирантов и студентов. Выпуск 4. – Ставрополь: СКСИ, 2005. – С. 132 – 133. – 0,1 п. л.
16. Козлова, Т.З. Самооценка пенсионеров Текст. / Т. З. Козлова // Социологические исследования. 2003. -№4(228). - С.58-63.
17. Колесов, Б.Г. Личностное самоопределение при выходе на пенсию // Режим доступа: <http://ypensioner.ru/lichnostnoe-samoopredelenie-v-preklonnom-vozraste-all>

18. Левичева, В.Ф. Социальное самоопределение молодежи // Знание. Понимание. Умение. - 2012 - №2
19. Лидерс А.Г. Кризис пожилого возраста: гипотеза о его психологическом содержании // Психология зрелости и старения. - 2000. - № 2. - С. 6–11.
20. Марцинковская, Т.Д. Особенности психического развития в позднем возрасте Текст. / Т. Д. Марцинковская // Психология зрелости и старения. 1999. - № 3 (7,8)-С. 13-17.
21. Маслоу, А.Г. Мотивация и личность. Перевод с англ. А.М. Татлыбаевой. - СПб.: Евразия, 2001. - 478 с.
22. Молчанова, О. Н. Специфика Я-концепции в позднем возрасте и проблема психологического витоукта Текст. / О. Н. Молчанова // Мир психологии, 1999. - №2,- С. 133-141.
23. Морова, Н.С. Изучение смысложизненных ориентаций представителей старшего поколения (на примере работы университета третьего возраста Института педагогики и психологии МарГУ) / Р.Н. Мухаметханова, Н.С. Морова // Инновационные форматы образования как ресурс развития региона: материалы I Межрегиональной очно-заочной научно-практической конференции / Отв. ред. : А.В. Моров. - Ижевск, 2013. – С. 199-205.
24. Панина, С.В. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : учебник и практикум для академического бакалавриата / С. В. Панина, Т. А. Макаренко. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2016. - 312 с.
25. Пашкевич, В.В. Нравственное самоопределение личности: психолого-педагогический аспект проблемы и сущность процесса // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. - 2010, Том 16. – С.29-32.
26. Петровский, А.В. К проблеме самоопределения личности в группе. - М., 1972. - 149 с.
27. Приходько, Е.В. Процесс обучения как фактор личностного самоопределения пожилых людей: Автореф. ... дис. канд. психол. наук, 19.00.07. - М., 2010.
28. Прохорова, Л.В. Самореализация пожилых людей как способ преодоления социальной эксклюзии: Автореф. ... дис. канд. философ. наук, 09.00.11. - Новосибирск., 2010.
29. Пряжников, Н.С. Личностное самоопределение в преклонном возрасте // Мир психологии. - 1999. - № 2. - С. 111-123.
30. Пряжников, Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения: Учебно-методическое пособие. - 2-е изд., стер.

- М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003. - 400 с.

31. Рыбакова, Н.А. Феномен старости: Монография / Научн. ред. А.А. Колчин. - М.: Псков, 2000. - 160 с.

32. Сапожникова, Т.Н. Формирование готовности к жизненному самоопределению как целевая функция социального воспитания старшекласников // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. - 2010, Том 16. – С. 32-36

33. Сафин, В. Ф. Самоопределение личности. Теоретические и эмпирические аспекты исследования. – Уфа, 2004.

34. Стюарт-Гамильтон, Я. Психология старения. - М.: Питер, 2002.

35. Фельдштейн, Д.И. Психология взросления. - М.: МПСИ, «Флинта», 1999.

36. Фельдштейн, Д.И. Психология развития человека как личности в 2-х тт. - М., 2005.

37. *Фельдштейн, Д.И.* Человек в современном мире – тенденции и потенциальные возможности развития // Образование и наука. – 2008. - №3(51). – С. 3-11.

38. *Фельдштейн, Д.И.* Человек как создатель и носитель социального. - М., 2007.

39. Филозоф, А. А. Некоторые особенности процесса социализации пожилого человека Текст. / А. А. Филозоф // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2004. - 2. - С.41-47.

40. Чистякова, С.Н. Профессиональное самоопределение личности: механизмы и образовательные ресурсы // Человек и образование. – 2014. - № 3 (40). – С. 45-49

41. Шаповаленко, И.В. Психология развития и возрастная психология. - М.: Гардарики, 2005. - 349 с.

42. Шилова, Л.С. Факторы социальной адаптации пожилых в условиях реформ Текст. / Л. С. Шилова // Психология зрелости и старения. — 1998. — №3.-С.60-74.

43. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон /под ред. А. В. Толстых. - М.,1996. - 236 с.

**Программа учебного курса «Немецкий язык. Начальный курс»
для людей пенсионного возраста, обучающихся
в автономной некоммерческой организации социальной адаптации
пожилых «Серебряный возраст».**

Пояснительная записка

Курс предназначен для взрослых обучающихся, уже изучавших немецкий язык в школе и/или институте, но не имевших долгое время языковой практики, или начинающих изучение немецкого языка с нулевого уровня.

Изучение данного курса актуально в связи с большим интересом населения нашей страны к немецкоязычным странам, развитием международных связей, наличием большого количества личных и родственных контактов между населением Германии и России. Количество людей пенсионного возраста с активной жизненной позицией, заинтересованных в повышении качественного уровня их жизни, значительно выросло за последние десятилетия. Люди пенсионного возраста не довольствуются ролью пенсионера, а активно участвуют в волонтерском движении, во многих социальных проектах, развиваемых в нашей стране в последние годы. Полученные знания иностранного языка обучающиеся могут применить во время заграничных туристических и частных поездок, во время своей волонтерской деятельности, принимая активное участие в подготовке и проведении международных мероприятий; в своих семьях, помогая в овладении немецким языком своим детям и внукам.

Данный курс будет полезен для саморазвития людей пенсионного возраста, поскольку изучение иностранного языка расширяет кругозор, укрепляет память, внимание, концентрацию, улучшает когнитивные функции, стимулирует активизацию мозговой деятельности, таким образом, влияя на общее состояние организма. Занятия в группах способствуют большей социализации личности, улучшают настроение, влияя на жизненный тонус человека.

Программа была разработана по результатам анкетирования учащихся автономной некоммерческой организации социальной адаптации пожилых «Серебряный возраст», в котором 97% участников главной целью обучения на данных курсах назвали «умение разговаривать по-немецки».

Главной целью данного курса является формирование и развитие иноязычной коммуникативной компетенции в совокупности всех ее составляющих:

Речевая компетенция – развитие у обучающихся коммуникативных умений в основных видах речевой деятельности (говорении, чтении, письме и аудировании);

Языковая компетенция – овладение языковыми средствами (лексическими, грамматическими, фонетическими) в соответствии с ситуациями общения согласно тематическому плану курса; освоение знаний о распространенных языковых явлениях изучаемого языка.

Компенсаторная компетенция – развитие умений выходить из положения в процессе межкультурных коммуникаций в условиях дефицита языковых средств.

Учебно-познавательная компетенция – дальнейшее развитие общеучебных умений, ознакомление с различными способами и приемами самостоятельного изучения иностранного языка, в том числе и с использованием доступных новейших информационных технологий.

Социокультурная компетенция – приобщение к культуре и традициям стран изучаемого языка в соответствии с темами и ситуациями общения, изучаемыми на данном курсе.

Программа курса рассчитана на 2 года обучения (102 часа в год, 3 часа в неделю).

Учебно-методический комплекс состоит из: учебника „Themen aktuell 1“, рабочей тетради, книг для учителя, аудиокассет/аудиодиска.

Формы проведения занятий: фронтальная, индивидуальная, парная, групповая, ролевые игры.

Для обучающихся пенсионного возраста особенно важна комфортная психологическая обстановка на занятиях. Игровые ситуации и задания создают атмосферу радости и «нереальности происходящего», что помогает преодолеть стеснительность и чувство неуверенности, дарит свободу выражения мыслей на иностранном языке, что, в свою очередь, положительно влияет на результат обучения. Юмор, многократное повторение материала в ходе игры позволяют незаметно и легко его усваивать. Это вызывает чувство удовлетворения и стимулирует дальнейшее активное участие в обучении.

Структура и содержание курса

Содержание курса представлено в двух уровнях (предметно-тематическое содержание речи и умения в основных видах речевой деятельности).

Предметно-тематическое содержание представлено в виде учебно-тематического плана. Все занятия иностранным языком носят комбинированный характер, когда на одном занятии у обучающихся идет развитие всех видов речевой деятельности, в связи с этим тип занятий не указывается.

Учебно-тематический план

№	Тема	Лексика / ситуация общения
1	Первая встреча	Приветствие Прощание

		Умение представиться и представить третье лицо
2	Формальности	Заполнение анкет и формуляров Умение назвать и понять названные: адрес, номер телефона, дату и место рождения, семейное положение, возраст, профессию. Умение кратко рассказать о семье
3	Что это? Мир вокруг	Называть и описывать предметы Называть/рассказывать о потребностях Осведомляться о наличии, цене товаров в магазине Понимать сказанное Уметь назвать цвета Беседа о погоде
4	Приятного аппетита!	Выбор меню Заказ и оплата в кафе/ресторане Беседа о кулинарных предпочтениях Рассказ о ежедневном рационе Покупка продуктов в магазине
5	Увлечения и возможности	Обсуждать увлечения и способы времяпрепровождения Договариваться о встрече Называть и понимать дату и время Уметь заполнить календарь событий Написать записку Понять и рассказать о часах работы (времени начала и конца мероприятий) Осуждать возможности, умения и обязанности Называть виды спорта Написать открытку
6	Я дома	Рассказать о доме, квартире, комнате Назвать местоположение Описать обстановку Назвать достоинства и недостатки
7	Будни	Описать распорядок дня Рассказать, что происходит, что случилось Обратиться с просьбой Договориться о встрече Выполнить или отклонить просьбу

8	Как пройти ...? и Где находится ...?	Спросить, как добраться Описать дорогу Сориентироваться в учреждениях (в каком случае куда обращаться) Кратко рассказать о достопримечательностях Беседа о путешествии
9	Здравствуйтесь, доктор!	Рассказать, что случилось Называть части тела и внутренние органы Уметь назвать/описать жалобы на здоровье Договориться о приеме врача Понять предписания доктора Уметь прочитать/понять инструкцию медицинского препарата Дать и передать совет/ рекомендации

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению:

Реализация учебного курса требует наличия кабинета. Оборудование кабинета: столы и стулья для преподавателя и студентов, классная доска, учебно-методические материалы.

Технические средства обучения: магнитофон для аудиокассет/аудиодисков.

Список литературы:

1. Казакова, Г.А. Быстрый старт: учебник немецкого языка для начинающих/ Г.А. Казакова, З.Б. Агеева. – М.: Астрель: АСТ, 2011 – 318, [2].: ил.
2. Нарустранг Е.В. Практическая грамматика немецкого языка: Учебное пособие. – СПб.: Издательство «Союз», 2002. – 368 с. – (Изучаем иностранные языки).
3. Нарустранг Е.В. Übungen zur deutschen Grammatik = Упражнения по грамматике немецкого языка: учебное пособие. – СПб.: Антология, 2012. – 272 с.
4. Ярушкина Т.С. Разговорный немецкий в диалогах. – СПб.: КАРО, 2014. – 128 с.
5. Monja Knirsch. Hören & Sprechen (A1). Hueber Verlag, 2014.
6. Lilli Marlen Brill, Marion Techmer. Großes Übungsbuch Deutsch. Wortschatz. Hueber Verlag, 2013.
7. Themen aktuell 1. Kursbuch. – Ismaning, Deutschland: Hueber Verlag, 2011.
8. Themen aktuell 1. Arbeitsbuch. – Ismaning, Deutschland: Hueber Verlag, 2011.

Разработка занятия «Мой день»

Изучение иностранного языка, учебный курс которого позволяет охватить вниманием все сферы жизнедеятельности человека, может являться прекрасным средством положительного социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста в сложной жизненной ситуации. Общение на занятиях помогает участникам адаптироваться в новой социальной группе пенсионеров, принять новый статус и заново оценить свои жизненные перспективы. Кроме того, изучение иностранных языков помогает в решении проблемы интеллектуальной сохранности людей пенсионного возраста. В процессе обучения пенсионеры удовлетворяют свои потребности в общении, чувстве сопричастности социальной группе и делу, организации своего времени, делятся с одноклассниками своим жизненным опытом, имеют возможность разобраться в сложных жизненных ситуациях. На занятиях обучающиеся заводят новые знакомства, делятся с окружающими своими эмоциями, положительным и отрицательным опытом, рассказывают о своих потребностях и возможностях, актуализируют свой жизненный опыт.

Одним из примеров может послужить занятие по теме «Мой день/Распорядок дня».

Во время выполнения заданий участники группы рассматривают всевозможные варианты организации времени и различные виды деятельности, анализируют использование и востребованность имеющихся возможностей в своей жизни. Участие в ролевых играх позволяет поставить себя на место персонажей из разных возрастных и социальных категорий, «примерить на себя» обстоятельства жизни другого человека и через эту призму оценить свои жизненные возможности. В процессе обучения и общения участники получают информацию о возможностях участия в новых для себя мероприятиях: образовательных, культурных, оздоровительных, досуговых, волонтерских проектах и многих других. Во время выполнения заданий участники затрагивают интересующие именно их темы и вопросы. При этом чужое мнение часто позволяет взглянуть на ситуацию со стороны, открыть для себя новые пути решения насущных задач, увидеть новые варианты развития событий, новые возможности в саморазвитии, новые виды занятости/занятий, на которые, вероятно, обратили внимание лишь вследствие чужого положительного опыта.

На занятиях люди пенсионного возраста находят для себя новые возможности применения своих знаний, умений, сил и времени. При этом также очень важна возможность почувствовать себя услышанным, полезным, востребованным, значимым в социуме. Как следствие происходит развитие аксиологической сферы обучающихся, возникновение потребностей в

приобретении новых знаний и освоении новых технологий. С приобретением новых знаний и умений улучшается отношение со стороны близких, повышается самооценка, изменяется отношение к собственной жизни и окружающей действительности в позитивную сторону.

Тема: Mein Tagesablauf. Мой день.

Речевая разминка. Приветствие. Обсуждение погоды.

Речевая разминка помогает преподавателю не только приветствовать группу, также создать в группе необходимый положительный настрой для занятия.

Guten Tag!	Добрый день!
Wie geht es Ihnen?	Как Ваши дела?
Sind alle da?	Все здесь?
Wer fehlt noch?	Кого еще нет?
Was für ein Tag ist heute?	Какой сегодня день?
Welcher Wochentag ist heute?	Какой сегодня день недели?
Der wievielte ist heute?	Какое сегодня число?
Wie ist das Wetter heute?	Какая сегодня погода?
Ist es heute sonnig?	Сегодня солнечно?
Regnet es heute?	Идет дождь?
Mögen Sie dieses Wetter?	Нравится Вам такая погода?
Erzählen Sie bitte ausführlich.	Расскажите, пожалуйста, подробно.

Тема занятия. Unser Tag. Наш день.

Heute besprechen wir den Tagesablauf. Planen Sie gewöhnlich Ihren Tag? Haben Sie auch einen Wochenplan? Wie verbringen Sie gewöhnlich Ihren Tag?	Сегодня мы обсудим распорядок дня. Вы обычно планируете свой день? И есть ли у Вас планы на неделю? Как Вы проводите свой обычный день?
---	--

Задание 1. Was machen Sie gern? Чем Вы любите заниматься?

Работа в парах. Расскажите, что из перечисленного Вы делаете с удовольствием, что не очень любите, а чего не делаете никогда. Поясните, почему?

Beschäftigungen занятия	gern охотно	nicht so gern не очень охотно	nie никогда	
Sport treiben				заниматься спортом
lesen				читать

einkaufen				делать покупки
ins Kino gehen				ходить в кино
aufräumen				делать уборку
Musik hören				слушать музыку
zu Besuch gehen				ходить в гости
im Internet surfen				«сидеть» в интернете
spazieren gehen				гулять
Fremdsprachen lernen				изучать иностр. языки
Ausstellung besuchen				посещать выставки
im Garten arbeiten				работать в саду
mit Kindern spielen				играть с детьми
reisen				путешествовать
dichten				писать стихи
anderen helfen				помогать другим
Freunde treffen				встречаться с друзьями
Handarbeiten machen				заниматься рукоделием

После работы в парах вся группа обсуждает те виды занятий, которые приносят самим обучающимся пользу и доставляют радость.

Wie spät ist es? Который час?

Преподаватель объясняет, как правильно указать время по-немецки.

Задание 2. в учебнике Themen aktuell 1. Стр.50 Freizeit und Arbeit. Работа и отдых.

Фронтальная работа в группе. Все по очереди проговаривают, как проводят свои дни представленные персонажи.

Примеры:

<p>Monika Hilger ist Krankenschwester. Sie arbeitet im Krankenhaus. Um 6 Uhr steht Monika auf. Um 8 Uhr macht sie Betten. Um halb 10 misst Monika Fiber. Um 11 Uhr bringt sie den Patienten Essen. Um 1 Uhr macht Ilona Pause. Um 3 Uhr macht sie einen Verband. Um halb 7 sieht Monika fern. Um 10 Uhr geht sie ins Bett.</p>	<p>Моника Хильгер медсестра. Она работает в больнице. В 6 часов Моника встает В 8 часов она заправляет постели. В 9.30 Моника измеряет температуру. В 11 часов она привозит пациентам еду. В час у Моника перерыв. В 3 часа она делает перевязку. В 6.30 Моника смотрит телевизор. В 10 часов она ложится спать.</p>
---	---

Ilona Zöllner hat einen Urlaub. Sie macht eine Schiffsfahrt. Um 6 Uhr schläft Ilona. Um 9 Uhr steht sie auf. Um halb 10 Frühstückt Ilona.	У Илоны Цёлнер отпуск. Она отправилась в круиз. В 6 часов Илона спит. В 9 часов она встает. В половине десятого Илона завтракает.
Um 12 Uhr kauft sie ein. Um 1 Uhr isst Ilona zu Mittag. Um 3 Uhr nimmt sie ein Sonnenbad.	В 12 часов она делает покупки. В 1 час Илона обедает. В 3 часа она принимает солнечные ванны.
Um halb 8 zieht Ilona ein Kleid an.	В половине восьмого Илона надевает платье.
Um 22 Uhr tanzt sie.	В 10 часов она танцует.

Задание 3. Noch ein Tag. Еще один день.

Работа в парах. Каждой паре выдается карточка с расписанием дня какого-то человека. Необходимо проговорить, как проходит его день, и выразить свое отношение к такому расписанию. Что понравилось? Что не понравилось? Что хотели бы посоветовать изменить? Почему или для чего?

Примеры карточек.

Rudolf Steiner, 31 Jahre	Рудольф Штайнер, 31 год
Dienstag, der 20. März	Вторник, 20-е марта
6.00 aufstehen	6.00 подъем
6.30 Kaffee	6.30 кофе
8.00 Büro	8.00 офис
12.30 Mittagessen mit dem Kunden	12.30 обед с клиентом
15.00 Termine in der Stadt	15.00 деловые встречи в городе
19.00 Restaurant mit Geschäftspartnern	19.00 ужин с партнерами в ресторане
21.00 Schwimmen	21.00 плавание
23.30 Briefe schreiben	23.30 написать письма
24.00 ins Bett	24.00 в постель

Clara Schulz, 48 Jahre	Клара Шульц, 48 лет
Samstag, der 15. Oktober	Суббота, 15-ое октября
12.00 aufstehen	12.00 подъем
13.00 Frühstück	13.00 завтрак
14.30 einkaufen	14.30. покупки
16.30 Mittagessen kochen	16.30. приготовить обед
18.00 Mittagessen	18.00 обед

Serien und Krimis fernsehen 23.00 Abendbrot 01.00 ins Bett	сериалы и детективы по телевизору 23.00 ужин 24.00 спать
--	--

После обсуждения в парах расскажите об этом всей группе.

Задание 4. Empfehlen Sie! Посоветуйте!

Парам выдаются карточки-визитки с указанием имени, пола, возраста, семейного положения, профессии персонажа, его увлечения и места жительства. Обучающимся нужно составить еженедельник для персонажа с расписанием его рабочего и свободного времени.

Варианты карточек-визиток:

Inge Neumann, 23 Jahre, Medizinstudentin, wohnt in Hamburg, ledig, mag Schwimmen	Инга Нойман, 23 года, студентка медицинского ВУЗа, живет в Гамбурге, не замужем, любит плавание
Rodion Melnikov, 42 Jahre, Manager an der Möbelfabrik, wohnt in Borovitschi, verheiratet, hat einen Sohn, Hobby - Fischfang	Родион Мельников, 42 года, менеджер на мебельной фабрике, живет в Боровичах, женат, имеет сына, увлекается рыбалкой
Klaus Fischer, 67 Jahre, Rentner, wohnt in Zirndorf bei Nürnberg verheiratet, hat 3 Kinder und 5 Enkelkinder mag Reisen	Клаус Фишер, 67 лет, Пенсионер, живет в Цирндорфе под Нюрнбергом, женат, 3 детей, 5 внуков, любит путешествовать

В конце пара представляет свой вариант всей группе, поясняя, почему расписание составлено именно так. Что может сделать еженедельник их персонажа наиболее интересным и полезным.

Задание 5. Mein Tag. Мой день.

Beschreiben Sie Ihren Tag! Erzählen Sie darüber der Gruppe! Womit sind Sie gewöhnlich beschäftigt? Hängt das von der Jahreszeit? Und von dem Wetter? Von der Gesundheit? Was ist in Ihrem Tagesablauf wichtig?	Опишите Ваш день! Расскажите об этом группе! Чем Вы обычно занимаетесь? Зависит ли это от времени года? А от погоды? От самочувствия? Что в Вашем дне важно? Что полезно для здоровья?
--	---

Was ist gesund? Was ist obligatorisch? Was macht Spaß? Was ist nützlich? Was bringt Ihnen Freude? Was hilft Ihnen im Leben?	Что обязательно? Что доставляет удовольствие? Что полезно? Что приносит радость? Что помогает в жизни?
--	--

Итоги занятия.

Подводим итоги занятия. Вспоминаем, какую тему мы сегодня обсуждали, какую лексику мы сегодня использовали. Что хотели бы еще обсудить? Что было важным и полезным?

Обучающиеся рассказывают, что нового они узнали, что повторили, что хотели бы еще повторить, узнать; что нужно проработать самостоятельно.

Обсуждаем, что было понятно/не очень понятно; что было легко/ трудно; что понравилось /не понравилось; что запомнилось больше всего.

Домашнее задание. Die Hausaufgabe.

Schreiben Sie einen Traumwochenplan! Was haben Sie besonders gern? Wo möchten Sie diese Traumwoche verbringen? Kann auch Nützliches Freude bringen? Was möchten Sie in Ihrem Leben ändern? Was können Sie heute ändern?	Напишите план мечты на неделю! Что Вам особенно нравится? Где бы Вы хотели провести эту неделю мечты? Может ли полезное также доставлять радость? Что бы Вы хотели изменить в своей жизни? Что Вы можете изменить сегодня?
--	---

На каждое задание в парах обучающиеся меняют собеседников, чтобы у каждого была возможность поговорить с большим количеством участников, услышать максимальное количество мнений, получить наибольшее количество впечатлений.

В ходе занятия преподаватель делает акцент на положительных моментах. В конце каждого задания мы обсуждаем, какие возможности полезного и интересного времяпрепровождения есть в данной ситуации, для данного персонажа. Какие занятия и полезные привычки могут улучшить жизнь, помочь решить какие-то проблемы. Обращаем внимание на то, что из обсуждаемого можно привнести в свою жизнь, как можно сделать ее ярче и интереснее.

Ценностный опросник Шаломы ШВАРЦА

Опросник Шварца состоит из двух частей и предназначен для выявления тех идеалов, ценностей и убеждений, которые оказывают наибольшее влияние на личностное развитие. личностное самоопределение.

Ценностный список представлен в двух частях – это существительные и прилагательные, всего 57 ценностей. Обучающемуся в процессе тестирования нужно оценить каждую из предложенных ценностей по шкале оценки от 7 до - 1 баллов.

Инструкция: Испытуемый должен спросить себя какие из ценностей наиболее или наименьшим образом важны для него.

Шкала для оценки:

7 – исключительно важная в качестве руководящего принципа Вашей жизни ценность (обычно таких ценностей бывает одна-две);

6 – очень важная;

5 – достаточно важная;

4 – важная;

3 – не очень важная;

2 – мало важная;

1 – не важная;

0 – совершенно безразличная;

1 – это противоположно принципам, которым Вы следуете.

Список ценностей:

1. РАВЕНСТВО (равные возможности для всех)

2. ВНУТРЕННЯЯ ГАРМОНИЯ (быть в мире с самим собой)

3. ЛИДЕРСТВО (контроль над другими, доминантность)

4. УДОВОЛЬСТВИЕ (удовлетворение желаний)

5. СВОБОДА (свобода мыслей и действий)
6. ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ (акцент на духовных, а не материальных вопросах)
7. ЧУВСТВО ПРИНАДЛЕЖНОСТИ (ощущение, что другие заботятся обо мне)
8. СОЦИАЛЬНЫЙ ПОРЯДОК (стабильность общества)
9. ЖИЗНЬ, ПОЛНАЯ ВПЕЧАТЛЕНИЙ (стремление к новизне)
10. СМЫСЛ ЖИЗНИ (цели в жизни)
11. ВЕЖЛИВОСТЬ (предупредительность, хорошие манеры)
12. БОГАТСТВО (материальная собственность, деньги)
13. НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ (защищенность своей нации от врагов)
14. САМОУВАЖЕНИЕ (вера в собственную ценность)
15. УВАЖЕНИЕ МНЕНИЯ ДРУГИХ (учет интересов других людей, избегание конфронтации)
16. КРЕАТИВНОСТЬ (уникальность, богатое воображение)
17. МИР ВО ВСЕМ МИРЕ (свобода от войны и конфликтов)
18. УВАЖЕНИЕ ТРАДИЦИЙ (сохранение признанных традиций, обычаев)
19. ЗРЕЛАЯ ЛЮБОВЬ (глубокая эмоциональная и духовная близость)
20. САМОДИСЦИПЛИНА (самоограничение, устойчивость к соблазнам)
21. ПРАВО НА УЕДИНЕНИЕ (право на личное пространство)
22. БЕЗОПАСНОСТЬ СЕМЬИ (безопасность для близких)
23. СОЦИАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ (одобрение, уважение других)
24. ЕДИНСТВО С ПРИРОДОЙ (слияние с природой)
25. ИЗМЕНЧИВАЯ ЖИЗНЬ (жизнь, наполненная проблемами, новизной и изменениями)
26. МУДРОСТЬ (зрелое понимание мира)
- 27.
28. ИСТИННАЯ ДРУЖБА (близкие друзья)

29. МИР КРАСОТЫ (красота природы и искусства)

30. СОЦИАЛЬНАЯ СПРАВЕДЛИВОСТЬ (исправление несправедливости, забота о слабых)

Далее испытуемому необходимо оценить, насколько для него важны приведенные ниже способы поведения в качестве руководящих принципов.

Ценности измеряются от 7 баллов (наиболее важны) до -1 (отрицание такого способа поведения).

Список ценностей:

31. САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ (надеющийся на себя, самодостаточный)

32. СДЕРЖАННЫЙ (избегающий крайностей в чувствах и действиях)

33. ВЕРНЫЙ (преданный друзьям, группе)

34. ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННЫЙ (трудолюбивый, вдохновенный)

35. ОТКРЫТЫЙ К ЧУЖИМ МНЕНИЯМ (терпимый к различным идеям и верованиям)

36. СКРОМНЫЙ (простой, не стремящийся привлечь к себе внимание)

37. СМЕЛЬИЙ (ищущий приключений, риск)

38. ЗАЩИЩАЮЩИЙ ОКРУЖАЮЩУЮ СРЕДУ (сохраняющий природу)

39. ВЛИЯТЕЛЬНЫЙ (имеющий влияние на людей и события)

40. УВАЖАЮЩИЙ РОДИТЕЛЕЙ И СТАРШИХ (проявляющий уважение)

41. ВЫБИРАЮЩИЙ СОБСТВЕННЫЕ ЦЕЛИ (отбирающий собственные намерения)

42. ЗДОРОВЫЙ (не больной физически или душевно)

43. СПОСОБНЫЙ (компетентный, способный эффективно действовать)

44. ПРИНИМАЮЩИЙ ЖИЗНЬ (подчиняющийся жизненным обстоятельствам)

45. ЧЕСТНЫЙ (откровенный, искренний)

46. СОХРАНЯЮЩИЙ СВОЙ ИМИДЖ (защита собственного «лица»)

47. ПОСЛУШНЫЙ (исполнительный, подчиняющийся правилам)

48. УМНЫЙ (логичный, мыслящий)
49. ПОЛЕЗНЫЙ (работающий на благо других)
50. НАСЛАЖДАЮЩИЙСЯ ЖИЗНЬЮ (наслаждение едой, близостью, развлечениями и др.)
51. БЛАГОЧЕСТИВЫЙ (придерживающийся религиозной веры и убеждений)
52. ОТВЕТСТВЕННЫЙ (надежный, заслуживающий доверия)
53. ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫЙ (интересующийся всем, пытливый)
54. СКЛОННЫЙ ПРОЩАТЬ (стремящийся прощать другого)
55. УСПЕШНЫЙ (достигающий цели)
56. ЧИСТОПЛОТНЫЙ (опрятный, аккуратный)
57. ПОТВОРСТВУЮЩИЙ СВОИМ ЖЕЛАНИЯМ (занимающийся тем, что доставляет удовольствие)

Методика «Определение общей эмоциональной направленности личности» (составитель Б.И. Додонов)

Целью данной методики является измерение общей эмоциональной направленности личности, получение информации о том, какая из сфер деятельности является наиболее привлекательной для человека.

Эмоции человека напрямую зависят от его потребностей, их удовлетворение влияет на положительный позитивный эмоциональный фон личности. Что помогает человеку справляться с задачами в его жизни. Выявление эмоциональной направленности личности помогает андрагогу корректировать взаимодействие с обучающимися с целью социально-личностного самоопределения людей пенсионного возраста.

Инструкция:

Обучающемуся необходимо ответить на 50 предложенных суждений в соответствии со следующей оценочной шкалой:

- «Безусловно, да» - А;
- «Пожалуй, да» — В;
- «Пожалуй, нет» — С;
- «Безусловно, нет» — D.

Суждения, предлагаемые на рассмотрение:

1. Я часто беспокоюсь о близких, друзьях.
2. Испытываю потребность делиться с другими людьми своими мыслями и переживаниями.
3. Мне очень приятно, когда на меня обращают внимание.
4. Для меня всегда важно добиться успеха в работе.
5. Я люблю острые ощущения.
6. Я охотно побывал бы в каком-нибудь новом, неизведанном месте.
7. Испытываю большую радость, самостоятельно решив трудную проблему.
8. Люблю возвышенное чувство, возникающее при восприятии стихов, музыки и т.д.
9. Предпочитаю простые радости (вкусно поесть, сладко поспать).
10. Люблю заниматься коллекционированием.
11. Хочу приносить людям радость и счастье.
12. Для меня важно одобрение окружающих.
13. Приятно испытывать чувство превосходства над противником.
14. Я увлекаюсь любой работой, которую выполняю.
15. Охотно иду на риск.

16. Иногда мне кажется, что должно произойти что-то необыкновенное.
17. Люблю разбираться в причинах явлений, событий.
18. Я могу прийти в восторг от красоты природы.
19. Люблю состояние покоя и свободы от обязанностей.
20. Радуюсь, когда пополняю свою коллекцию.
21. Я всегда жалею неудачников.
22. Я не смог бы (не смогла бы) обойтись без друзей.
23. Я пойду на многое, чтобы завоевать почет и уважение окружающих.
24. Приятно чувствовать, что день прошел не даром.
25. Я человек решительный.
26. Люблю все таинственное и необычное.
27. Стремлюсь приводить свои знания в систему.
28. Произведение искусства может тронуть меня до слез.
29. Люблю приятное, бездумное времяпровождение, например, вечеринки.
30. Люблю делать покупки.
31. Радуюсь, когда кто-нибудь добивается успеха.
32. Среди моих родственников, знакомых, есть люди, которых я обожаю.
33. Я самолюбив(а).
34. Я чувствую радостное возбуждение, душевный подъем, когда работа идет хорошо.
35. Я люблю преодолевать опасности.
36. Иногда меня тянет странствовать.
37. Я люблю читать о научных открытиях, поисках и находках.
38. Я испытываю наслаждение, слушая любимую музыку.
39. Я склонен (склонна) к лени.
40. Люблю рассматривать свои коллекции.
41. Я стараюсь помогать людям.
42. Я чувствую большую благодарность к людям, которые делают мне добро.
43. Мне всегда хочется взять реванш при неудаче.
44. Мое настроение поднимается от сознания того, что работа выполнена добросовестно.
45. Азарт, спортивная злость, обычно улучшает результаты моей деятельности.
46. Я люблю помечтать.
47. Самое приятное для меня переживание — радость открытия истины, чувство близости решения.
48. Я часто переживаю чувство возвышенности и отрешенности при соприкосновении с прекрасным.
49. Мне бы хотелось жить беззаботно и безмятежно.
50. Я неохотно расстаюсь со своими вещами.

Обработка данных:

Необходимо подсчитать общую сумму баллов по каждой из 10 строчек, учитывая, что А= 2, В= 1, С= (-1), D= (-2) баллам.

Возможное максимальное значение по шкалам + 10 баллов, минимальное -10 баллов.

-10 _____ 0 _____ +10

№	Направленность	№ ответов	Сумма баллов
1	Альтруистическая	1, 11, 21, 31, 41	
2	Коммуникативная	2, 12, 22, 32, 42	
3	Глорическая	3, 13, 23, 33, 43	
4	Праксическая	4, 14, 24, 34, 44	
5	Пугническая	5, 15, 26, 35, 45	
6	Романтическая	6, 16, 26, 36, 46	
7	Гностическая	7, 17, 27, 37, 47	
8	Эстетическая	8, 18, 28, 38, 48	
9	Гедонистическая	9, 19, 29, 39, 49	
10	Акизитивная	10, 20, 30, 40, 50	

Интерпретация полученных результатов:

Получив сумму баллов в каждой строке и оценив результаты, можно определить эмоции, преобладающие у данного обучающегося.

Оценка психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности

Целью использования данной методики является оценка психических состояний человека «психической активации», «интереса», «эмоционального тонуса», «напряжения» и «комфортности».

Тест-анкета состоит из 20 пар определений, противоположных по смыслу, которые характеризуют показатели психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности.

Обучающийся в процессе испытания определяет степень выраженности отдельных признаков своего состояния по 7-балльной шкале. Данная методика рассчитана на многократное обследование обучающихся. В процессе эксперимента испытуемые были диагностированы трижды.

Испытуемый должен оценить свое состояние в данный конкретный момент, обведя на бланке в кружок цифру от 0 до 3, отвечающую его состоянию по указанным признакам.

Степени проявления каждого из психических состояний обозначаются как «высокая», «средняя» и «низкая». Обучающиеся могут получить результаты от 3 до 21 балла по каждой шкале.

Бланк опросника самооценки состояний психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности

Самочувствие хорошее	3	2	1	0	1	2	3	Самочувствие плохое
Активный	3	2	1	0	1	2	3	Пассивный
Рассеянный	3	2	1	0	1	2	3	Внимательный
Радостный	3	2	1	0	1	2	3	Грустный
Усталый	3	2	1	0	1	2	3	Отдохнувший
Беззаботный	3	2	1	0	1	2	3	Озабоченный
Медлительный	3	2	1	0	1	2	3	Быстрый
Сосредоточенный	3	2	1	0	1	2	3	Отвлекающийся

Плохое настроение	3	2	1	0	1	2	3	Хорошее настроение
Бодрый	3	2	1	0	1	2	3	Вялый
Спокойный	3	2	1	0	1	2	3	Раздраженный
Желание отдохнуть	3	2	1	0	1	2	3	Желание работать
Полный сил	3	2	1	0	1	2	3	Обессиленный
Соображать трудно	3	2	1	0	1	2	3	Соображать легко
Безучастный	3	2	1	0	1	2	3	Увлеченный
Напряженный	3	2	1	0	1	2	3	Расслабленный
Выносливый	3	2	1	0	1	2	3	Утомляемый
Равнодушный	3	2	1	0	1	2	3	Взволнованный
Возбужденный	3	2	1	0	1	2	3	Сонливый
Довольный	3	2	1	0	1	2	3	Недовольный

Обработка результатов исследования производится посредством использования шаблонов-ключей для оценки тестируемых психических состояний.

Степени выраженности каждого из психических состояний могут обозначаться как «высокая», «средняя» и «низкая». Обучающиеся могут набрать от 3 до 21 балла по каждой шкале. При этом высокой степени психической активации, интереса, эмоционального тонуса, комфортности соответствует интервал от 3 до 8 баллов, средней степени – интервал от 9 до 15 баллов и низкой степени – интервал от 16 до 21 балла. Степень проявления напряжения, наоборот, является высокой в случае если набрано от 16 до 21 балла, средней степени соответствуют 9-15 баллов и низкой степени – 3-8 баллах.

Оценка состояний психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности

Психическое состояние	Оценка,	Степень
	баллы	выраженности
Психическая активация		
Интерес		
Эмоциональный тонус		
Напряжение		
Комфортность		

**Исследование уровня асертивности
(Авторская методика В. Каппони, Т. Новак).**

Ассертивность – это способность человека быть ответственным и самостоятельным в своих суждениях и действиях, отсутствие зависимости от чужих оценок.

Признаки асертивного поведения:

Принятие осознанно ответственности за свои действия.

Самоуважение и проявление уважения к окружающим.

Открытое плодотворное общение.

Уверенность в своих силах и оптимистичный настрой.

Умение чутко слушать, быть внимательным к собеседнику.

Взаимопонимание и взаимодействие, готовность идти навстречу оппоненту.

Негативные убеждения, мешающие развитию асертивных жизненных установок.

№	Ассертивное убеждение	пассивное предубеждение
	Я имею право оценивать собственное поведение, мысли и эмоции и отвечать за их последствия	Я не должен бесцеремонно и независимо от других оценивать себя и свое поведение. В действительности оценивать и обсуждать мою личность во всех случаях должен не я, а кто-то более умудренный и авторитетный
	Я имею право не извиняться и не объяснять свое поведение	Я отвечаю за свое поведение перед другими людьми, желательно, чтобы я отчитывался перед ними и объяснял все,

		что я делаю, извинялся перед ними за свои поступки
	Я имею право самостоятельно обдумать, отвечаю ли я вообще или до какой степени за решение проблем других людей	У меня больше обязательств по отношению к некоторым учреждениям и людям, чем к себе. Желательно пожертвовать моим собственным достоинством и приспособиться
	Я имею право изменить свое мнение	В случае, если я уже высказал какую-то точку зрения, не надо ее никогда менять. Я бы должен был извиниться или признать, что ошибался. Это бы означало, что я не компетентен и не способен решать
	Я имею право ошибаться и отвечать за свои ошибки	Мне не положено ошибаться, а если я сделаю какую-то ошибку, я должен чувствовать себя виноватым. Желательно, чтобы меня и мои решения контролировали
	Я имею право сказать: "я не знаю".	Желательно, чтобы я смог ответить на любой вопрос
	Я имею право быть независимым от доброжелательности остальных и от их хорошего отношения ко мне	Желательно, чтобы люди ко мне хорошо относились, чтобы меня любили, я в них нуждаюсь
	Я имею право принимать нелогичные решения	Желательно, чтобы я соблюдал логику, разум, рациональность и обоснованность всего, что я совершаю. Разумно лишь то, что логично

Я имею право сказать: "я тебя не понимаю"	Я должен быть внимателен и чувствителен по отношению к потребностям окружающих, я должен "читать их мысли". В случае, если я это делать не буду, я безжалостный невежда и никто меня не будет любить
Я имею право сказать: "меня это не интересует".	Я должен стараться внимательно и эмоционально относиться ко всему, что случается в мире. Наверное, мне это не удастся, но я должен стараться этого достичь изо всех сил. В противном случае, я черствый, безразличный

Исследование уровня асертивности.

Опросник состоит из двух шкал: шкала А характеризует независимость, автономность человека, чем выше баллов набирает респондент, тем менее асертивно он себя ведет и чаще бывает агрессивным.

Кол-во баллов	Характеристика
7 - 8 баллов	Человек чрезмерно независим, не желает прислушиваться к словам других. Он очень эгоистичен, часто переоценивает себя. При этом попытки вести себя асертивно, чаще всего приводят к агрессии.
4 - 6 баллов	Человек вполне самодостаточен, но при своей независимости он относится к мнениям других людей с вниманием и уважением. Он достаточно самостоятелен и желаемой цели достигает без причинения вреда другим людям.

	Реалистичен в самооценке, что положительно влияет на взаимодействие с окружающими.
0 - 3 балла	Выраженная зависимость от окружающих людей, несамостоятельность и неуверенность в себе. Не способен самостоятельно решать свои проблемы, и нести ответственность за свои поступки.

Шкала Б показывает уровень уверенности, решительности, степень опоры на свои силы, чем меньше баллов показывает опрос, тем человек более неприспособлен к непредвиденным ситуациям, испытывает сомнения и даже страх.

Кол-во баллов	Характеристика
7 - 8 баллов	Человек определил свои цели и задачи и двигается к ним рассчитывая на собственные силы. В случае столкновения интересов может договориться и предложить компромиссное решение, которое удовлетворит обе стороны. Своих целей добивается без манипуляций с использованием чувства вины или других способов эмоционального шантажа. Он вполне уверен в себе и всегда решителен в действиях.
4 - 6 баллов	Ассертивность проявляется во время типичных ситуаций, но любое изменение обычных обстоятельств сводит на нет чувство человека уверенности в себе.
0 - 3 балла	Человек постоянно испытывает сомнения и опасения, поскольку очень велик страх перед непредсказуемыми ситуациями.

Адаптированная методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана

Социальная фрустрированность – является видом психического напряжения, которое обусловлено неудовлетворенностью человеком своими достижениями и социальным положением, она отражает эмоциональное отношение личности к своим настоящим социальным позициям.

Обучающемуся необходимо прочитать вопрос и отметить наиболее подходящий вариант ответа:

- 0 - полностью удовлетворен;
- 1 - скорее удовлетворен;
- 2 - затрудняюсь ответить;
- 3 - скорее не удовлетворен;
- 4 - полностью не удовлетворен.

Удовлетворены ли вы:	1	2	3	4
своим образованием				
взаимоотношениями с коллегами по работе				
взаимоотношениями с администрацией на работе				
взаимоотношениями с субъектами своей профессиональной деятельности (пациенты, учащиеся, клиенты)				
содержанием своей работы в целом				
условиями профессиональной деятельности				
своим положением в обществе				
материальным положением				
жилищно-бытовыми условиями				
отношениями с супругом (ой)				
отношениями с ребенком (детьми)				
отношениями с родственниками				
обстановкой в обществе (государстве)				
отношениями с друзьями, ближайшими знакомыми				

сферой услуг и бытового обслуживания				
сферой медицинского обслуживания				
проведением досуга				
возможностью проводить отпуск				
возможность выбора места работы, деятельности				
своим образом жизни в целом				

Интерпретация результатов.

Выводы о степени социальной фрустрированности производятся по каждому пункту отдельно на основании величины выставленного балла.

3,5-4 балла: очень высокий уровень фрустрированности;

3,0-3,4: повышенный уровень фрустрированности;

2,5-2,9: умеренный уровень фрустрированности;

2,0-2,4; неопределенный уровень фрустрированности;

1,5-1,9: пониженный уровень фрустрированности;

0,5-1,4: очень низкий уровень;

0-0,5: отсутствие (почти отсутствие) фрустрированности.