

УДК 37.061

DOI: 10.34670/AR.2023.81.76.007

## Педагогическое сопровождение саморазвития людей старшего поколения

**Лебедева Наталья Васильевна**

Доктор педагогических наук,  
профессор кафедры политического анализа  
и социально-психологических процессов,  
Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова,  
117997, Российская Федерация, Москва, Стремянный пер., 36;  
e-mail: Lebedeva1512@yandex.ru

**Гордин Александр Владимирович**

Соискатель,  
Московский государственный лингвистический университет,  
119034, Российская Федерация, Москва, ул. Остоженка, 38, стр.1;  
e-mail: GordinAV@social.mos.ru

### Аннотация

Статья посвящена вопросам организации педагогического сопровождения саморазвития людей старшего поколения. Рассматриваются особенности личности пожилого человека, обосновывается необходимость создания условий, способствующих активному образу жизни людей «серебряного» возраста. Представлен опыт проекта «Московское долголетие» как фактора, способствующий процессу саморазвития граждан старшего поколения. Организация процесса педагогического сопровождения саморазвития людей старшего поколения создает предпосылки для их самореализации. Этот процесс вносит существенный вклад в решение проблемы создания эффективной системы социально-психолого-педагогической помощи, направленной на включение человека «серебряного» возраста в микро- и макросоциальные связи на поздних этапах онтогенеза, на изменение отношения к старшему поколению со стороны его социального окружения, на утверждение его статуса как активной личности, имеющей достаточную свободу в творческой маршрутизации собственного жизненного пути. Необходимо отметить, что педагогическое сопровождение играет большую роль в процессе саморазвития людей старшего поколения, тем самым способствуя продолжению активного образа жизни пожилых людей, сохранению и укреплению их физического и ментального здоровья, а также развитию процессов самопознания, самоорганизации и самореализации.

### Для цитирования в научных исследованиях

Лебедева Н.В., Гордин А.В. Педагогическое сопровождение саморазвития людей старшего поколения // Педагогический журнал. 2023. Т. 13. № 4А. С. 55-61. DOI: 10.34670/AR.2023.81.76.007

**Ключевые слова**

Старшее поколение, саморазвитие, педагогическое сопровождение, проект «Московское долголетие», педагогика.

**Введение**

За последние 30 лет произошли существенные изменения в возрастной структуре населения России. «Межпоколенческий» баланс сместился в сторону людей старшего поколения. В настоящее время в нашей стране примерно каждый четвертый гражданин является пенсионером. Данные Росстата свидетельствуют о том, что доля людей, получающих пенсию по старости, составляет приблизительно 25,5% от всего населения страны. Стоит учитывать, что число лиц старшего возраста в России продолжает увеличиваться не один десяток лет и, более того, сохранит такую тенденцию в будущем. Ожидается, что доля пенсионеров по возрасту в 2026 году будет составлять 28,3% в расчете от общей численности населения, или 40 миллионов человек, в то время как в 1980 году такая категория людей составляла 19% от общей численности населения, или 27,4 миллионов. Это говорит о том, что в России каждые 10 лет количество пенсионеров увеличивается на 3,2 миллиона.

**Старшее поколение: социально-психолого-педагогические проблемы**

Проблемам людей старшего поколения в современных научных исследованиях уделяется пристальное внимание. Изучаются как психологические особенности людей этого возраста, так и социально-экономическая составляющая их жизнедеятельности. Существенное влияние на активное долголетие оказывают социальные факторы. В этой связи проблемы социального обслуживания, социальной активности, в т.ч. культурно-досуговой деятельности, лиц старших возрастных групп представляют особую актуальность.

С переходом в новую категорию у людей старшего поколения наблюдается существенное изменение взаимоотношений с обществом. Также претерпевают изменения и некоторые философские и ценностно-нормативные понятия, например, понятия счастья, смысла жизни, доброты. Помимо этого, заметно изменяется сам образ жизни таких людей. С наступлением посттрудового периода пожилые люди утрачивают свои социальные роли, а ведь раньше они были связаны с обществом и производством, осуществляли общественную деятельность. Прекращение трудовой деятельности и изменение прежнего ритма жизни может как оказать негативное влияние на здоровье и жизненный тонус людей старшего возраста, так и отрицательно сказаться на их психике. Однако это является естественным явлением. Секрет хорошего состояния здоровья и долголетия во многом кроется в активной жизненной позиции.

Очевидно, что образ жизни людей пенсионного возраста взаимосвязан не только с их досугом, но и с теми возможностями, которые общество предоставит им для активного и полезного времяпрепровождения. Стоит признать, что увлечение любимым делом и организация досуга помогают сделать процесс адаптации пенсионеров к условиям современной жизни наиболее безболезненным.

С учетом вышесказанного, считаем, что система социально-психологической адаптации пожилых людей должна включать следующие виды работы: информационная (направлена на

информирование социальных работников о профилактике одиночества у пожилых людей); превентивная (направлена на формирование уверенности в собственной социальной пригодности и восстановление поведенческой активности пожилых людей); диагностическая (направлена на изучение индивидуальных особенностей личности пожилых людей и их отношения с близкими родственниками (детьми, внуками); консультативная (направлена на повышение психологической культуры пожилых людей, их родственников); коррекционная (направлена на преодоление возникновения одиночества и устранение отклонений в функционировании эмоциональной сферы). Важно объяснить родственникам пожилых людей, что социальная поддержка позволяет людям старшего поколения чувствовать себя лучше.

Таким образом, существует необходимость в формировании нового, позитивного имиджа старшего поколения в обществе.

А.В. Северин считает, что «эффективными способами поддержки пожилых людей является:

– стимулирование активной жизненной позиции;

– обучение навыкам общения с окружающими (людьми разных возрастов и сверстниками) и поддержания позитивного мышления; – реализация стремлений человека, удовлетворение его потребности быть самостоятельным;

– организация групп самопомощи и социального волонтерства;

– развитие общественной и творческой активности личности;

– проведение мероприятий по сохранению здоровья и пропаганде здорового образа жизни (с учетом возможностей организма пожилых);

– вооружение приемами активного досуга (занятия спортом, огородничество, танцы, рисование, пение и др.)» [Северин, 2020, 37].

Последовательное решение социально-психологических проблем людей старшего поколения возможно при координации усилий государственных и негосударственных организаций, благотворительных фондов, волонтеров.

Для достижения цели успешного старения, как указывают Е.А. Черенева, Л.М. Сафонова и др. становится очевидным, что «разработка психолого-педагогических технологий для людей пожилого возраста должна базироваться на следующих положениях:

1. Психолого-педагогическое сопровождение пожилых людей, нацеленное на создание условий для их успешного личностного самоопределения, может учитывать двуплановость последнего, включающего как процессы развития, так и процессы самореализации.

2. Тип старения обуславливает особенности организации психолого-педагогического сопровождения пожилого человека в ходе его личностного самоопределения.

3. Психолого-педагогическое сопровождение пожилых людей, характеризующихся нормальным типом старения, предполагает организацию условий для их личностного самоопределения, выступающего как оценка своих глубинных возможностей и саморазвитие личности. Эффективность их психолого-педагогического сопровождения определяется развитием позитивной идентичности, изменением самоотношения, формированием целостной картины жизненного пути, продвинутой ориентацией в собственном потенциале.

4. Психолого-педагогическое сопровождение пожилых людей, характеризующихся оптимальным типом старения, предполагает организацию условий для успешного личностного самоопределения, выступающего в единстве двух процессов: саморазвития в ходе обучения и самореализации в социально ориентированной деятельности. Построение модели такого процесса определяется следующими психологическими основаниями: активизацией процессов рефлексии и переоценки ценностей, трансляцией жизненного опыта, динамикой

самоотношения и отношения к ним окружающих и формированием новых смысложизненных ориентаций» [Черенева и др., 2021, 58].

В научных трудах Е.И. Холостовой, вопросам социальной работы со старшим поколением уделяется большое внимание. И прежде всего исследователь подчеркивала, что «организация профессионального социально-психолого-педагогического сопровождения пожилых людей является ключевой задачей специалистов социальных учреждений» [Холостова, 2021, 12].

### **Саморазвитие людей старшего поколения**

В рамках данной статьи нас интересуют вопросы, связанные с проблемой педагогического сопровождения саморазвития людей старшего поколения. Что мы подразумеваем под понятием саморазвитие данной возрастной когорты?

Выделяя понятие «саморазвитие» из контекста более общей категории «развитие» исследователи указывают на такие отличительные характеристики этого понятия как акцентирование внутренней детерминации, осознанность, спонтанность. Российский психолог Д.А. Леонтьев понимает «саморазвитие как деятельность, которая имеет направление на самого себя. В результате нее человек обогащает свои сущностные силы» [Леонтьев, www]. Для людей старшего поколения саморазвитие имеет большое значение, так как позволяет осуществлять поиск и нахождение того вида деятельности, который соответствует интересам, потребностям, приносит радость и удовольствие от реализации. А для пожилого человека важно быть включенным в тот или иной вид деятельности, осознавать траекторию собственного развития, делать конкретные шаги по достижению результатов. И пусть это будут результаты с внешней точки зрения не столь существенными, но для конкретного человека его личные достижения играют большую позитивную роль, особенно, если этому человеку за 65+.

Для того чтобы процесс саморазвития людей старшего поколения был эффективным, необходимо создавать условия, способствующие запуску той самой внутренней активности, которая нужна для саморазвития. И здесь, с нашей точки зрения, педагогическое сопровождение выступает ключевым фактором успешности. Что сегодня осуществляется в этом направлении в организациях социальной защиты населения, так как именно специалисты данных центров активно работают со старшим поколением?

В настоящее время учреждения социальной защиты населения реализует деятельность по вовлечению и включению граждан «серебряного» возраста в проекты, способствующие саморазвитию данной возрастной когорты. Поиск новых, востребованных современностью направлений по изучению финансовой грамотности, информационных технологий, активностей, связанных с сохранением и укреплением физического и ментального здоровья, вызывают со стороны старшего поколения всегда повышенный интерес.

Важным является создание пространства, где предоставляются возможности выбора секций и мероприятий с учетом запросов, интересов, способностей граждан старшего поколения. В качестве примера, стоит привести опыт г. Москвы, где с 2018 года на постоянной основе реализуется масштабный оздоровительный, образовательный, досуговый проект «Московское долголетие». Основная цель проекта – помочь москвичам, достигшим пенсионного возраста продолжать активный образ жизни.

За годы работы занятия проекта посетили около 450 тысяч пенсионеров из Москвы. Сейчас в «Московском долголетии» участвуют 205 тысяч граждан старшего возраста. Для них действует свыше 12 тысяч групп по более чем 30 направлениям активностей (наиболее

востребованными являются занятия по компьютерной грамотности, иностранные языки, прикладное творчество, спортивные мероприятия и др.).

Данный проект является средством и фактором, способствующим запуску процессов саморазвития граждан старшего поколения. Возникает потребность в организации профессионального сопровождения участников проекта.

Важен с нашей точки зрения тот факт, что организация педагогического сопровождения саморазвития людей старшего поколения должна основываться на андрагогическом подходе (андрагогика – научная область обучения взрослых). Понимание личностных особенностей пожилых людей, «наличие у них жизненного и профессионального опыта, особенности мотивационной сферы, ценностные ориентации, интересы, потребности способствуют эффективности процесса саморазвития людей «серебряного» возраста» [Лебедева, 2017, 37]. Поэтому знания андрагогики важны для специалистов социальных центров при реализации проекта «Московское долголетие».

### Заключение

Организация процесса педагогического сопровождения саморазвития людей старшего поколения создает предпосылки для их самореализации. Также способствует устранению существующих противоречий между специфической многогранностью и сложностью процесса самоопределения личности в позднем возрасте и недостаточной разработанностью сложившихся форм и методов фасилитации личностной адаптированности людей старшего поколения; между накопленным жизненным опытом, жизненной компетентностью и закономерным снижением энергетического потенциала, сопряженного с процессами биологического старения. Этот процесс вносит существенный вклад в решение проблемы создания эффективной системы социально-психолого-педагогической помощи, направленной на включение человека «серебряного» возраста в микро- и макросоциальные связи на поздних этапах онтогенеза, на изменение отношения к старшему поколению со стороны его социального окружения, на утверждение его статуса как активной личности, имеющей достаточную свободу в творческой маршрутизации собственного жизненного пути.

Обобщая вышесказанное, необходимо отметить, что педагогическое сопровождение играет большую роль в процессе саморазвития людей старшего поколения, тем самым способствуя продолжению активного образа жизни пожилых людей, сохранению и укреплению их физического и ментального здоровья, а также развитию процессов самопознания, самоорганизации и самореализации.

### Библиография

1. Алексейчева Е.Ю. Новые тренды в управлении образовательными системами. Цифровая гуманитаристика: человек в «прозрачном» обществе: Коллективная монография. М.: Книгодел, 2021. С. 68-97.
2. Алексейчева Е.Ю. Гуманизация образования как способ создания гуманного будущего // Методология научных исследований. материалы научного семинара. / Сер. «Библиотека Мастерской оргдеятельностных технологий МГПУ». Ярославль, 2021. С. 131-135.
3. Алексейчева Е.Ю. Многомерное образование: выбор или предопределенность // Методология научных исследований. материалы научного семинара. / Сер. «Библиотека Мастерской оргдеятельностных технологий МГПУ». Ярославль, 2021. С. 201-204.
4. Алексейчева Е.Ю. Непрерывное образование в контексте глобальных трендов развития экономики впечатлений // Новое в науке и образовании. Сборник трудов международной ежегодной научно-практической конференции. Ответственный редактор Ю.Н. Кондракова. 2019. М.: ООО "Макс Пресс". 2019. С. 5–15.

5. Алексейчева Е.Ю. Современные подходы к организации креативного образования // Методология научных исследований. материалы научного семинара. / Сер. "Серия «Библиотека Мастерской оргдеятельностных технологий МГПУ». Вып. 2" Московский городской педагогический университет (МГПУ). Ярославль, 2021 С. 215-219
6. Лебедева Н.В. Андрагогическая компетентность преподавателя дополнительного профессионального образования специалистов социальной сферы // Педагогический журнал. 2017. Т. 7. № 1А. С. 36-45.
7. Леонтьев Д.А. Истоги теорий самоактуализации. URL: [www.psychology-online.net/articles/doc-964.html](http://www.psychology-online.net/articles/doc-964.html)
8. Северин А.В. Социально-психологическая адаптация пожилых людей к изменяющемуся миру: психологические проблемы пожилых и способы их решения. Брест: Альтернатива, 2020. 84 с.
9. Холостова Е.И. Социальная работа. М.: Дашков и К, 2021. 612 с.
10. Черенева Е.А. и др. Психолого-педагогическое сопровождение людей пожилого возраста как фактор успешного старения // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. 2021. № 4. С. 54-62.

## **Pedagogical support of self-development of older people**

**Natal'ya V. Lebedeva**

Doctor of Pedagogy,  
Professor of the Department of Psychology and Pedagogical Anthropology,  
Plekhanov Russian University of Economics,  
117997, 36, Stremyanni lane, Moscow, Russian Federation;  
e-mail: Lebedeva1512@yandex.ru

**Aleksandr V. Gordin**

Applicant,  
Moscow State Linguistic University,  
119034, 1, 38, Ostozhenka str., Moscow, Russian Federation;  
e-mail: GordinAV@social.mos.ru

### **Abstract**

The article is devoted to the organization of pedagogical support for the self-development of older people. The features of the personality of an elderly person are considered, the need to create conditions conducive to an active lifestyle of people of the "silver" age is substantiated. The experience of the project "Moscow longevity" as a factor contributing to the process of self-development of older citizens is presented. The organization of the process of pedagogical support for the self-development of older people creates the prerequisites for their self-realization. This process makes a significant contribution to solving the problem of creating an effective system of socio-psychological and pedagogical assistance aimed at including a person of "silver" age in micro- and macro-social ties at the later stages of ontogenesis, at changing the attitude towards the older generation from his social environment, at affirmation of his status as an active personality, having sufficient freedom in the creative routing of his own life path. It should be noted that pedagogical support plays an important role in the process of self-development of the older generation, thereby contributing to the continuation of an active lifestyle of older people, the preservation and strengthening of their physical and mental health, as well as the development of processes of self-knowledge, self-organization and self-realization.

**For citation**

Lebedeva N.V., Gordin A.V. (2023) Pedagogicheskoe soprovozhdenie samorazvitiya lyudei starshego pokoleniya [Pedagogical support of self-development of older people]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 13 (4A), pp. 55-61. DOI: 10.34670/AR.2023.81.76.007

**Keywords**

The older generation, self-development, pedagogical support, the project “Moscow longevity”, pedagogy.

**References**

1. Alekseicheva E.Yu. (2021) Novye trendy v upravlenii obrazovatel'nymi sistemami [New trends in the management of educational systems] *Cifrovaya gumanitaristika: chelovek v «prozrachnom» obshchestve: Kollektivnaya monografiya*. M.: Knigodel [Digital humanities: a person in a "transparent" society: Collective monograph. M.: Knigodel], pp. 68-97.
2. Alekseicheva E.Yu. (2021) Gumanizatsiya obrazovaniya kak sposob sozdaniya gumannogo budushchego [Humanization of education as a way to create a humane future] *Metodologiya nauchnykh issledovaniy. materialy nauchnogo seminar. / Ser. «Biblioteka Masterskoj orgdeyatel'nostnykh tekhnologij MGPU»*. [Methodology of scientific research. materials of the scientific seminar. / Ser. "Library of the Workshop of organizational activity technologies of MSPU". Yaroslavl], pp. 131-135.
3. Alekseicheva E.Yu. (2021) Mnogomernoe obrazovanie: vybor ili predopredelennost' [Multidimensional education: choice or predestination] *Metodologiya nauchnykh issledovaniy. materialy nauchnogo seminar. / Ser. «Biblioteka Masterskoj orgdeyatel'nostnykh tekhnologij MGPU»*. Yaroslavl' [Methodology of scientific research. materials of the scientific seminar. / Ser. "Library of the Workshop of organizational activity technologies of MSPU"]. Yaroslavl. pp. 201-204.
4. Alekseicheva E.Yu. (2019) Nepreryvnoe obrazovanie v kontekste global'nykh trendov razvitiya ekonomiki vpechatlenii [Life-long learning in the context of global trends of the development of the experience economy] *Novoe v nauke i obrazovanii. Sbornik trudov mezhdunarodnoi ezhegodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii. Otvetstvennyi redaktor Yu.N. Kondrakova*. M.: OOO "Maks Press". [The International Annual Scientific and Practical Conference “New in Science and Education”, organized by Jewish University. Ed. by Kondrakova Yu. N. Moscow: MAKS Press] pp. 5-15
5. Alekseicheva E.Yu. (2021) Sovremennye podhody k organizatsii kreativnogo obrazovaniya [Modern approaches to the organization of creative education] *Metodologiya nauchnykh issledovaniy. materialy nauchnogo seminar. / Ser. "Seriya «Biblioteka Masterskoj orgdeyatel'nostnykh tekhnologij MGPU»*. Vyp. 2" Moskovskij gorodskoj pedagogicheskij universitet (MGPU). Yaroslavl' [Methodology of scientific research. materials of the scientific seminar. / Ser. "Series "Library of the Workshop of organizational and activity technologies of MSPU". Issue 2" Moscow City Pedagogical University (MSPU). Yaroslavl] p. 215-219
6. Chereueva E.A. et al. (2021) Psikhologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie lyudei pozhilogo vozrasta kak faktor uspeshnogo stareniya [Psychological and pedagogical support of elderly people as a factor in successful aging]. *Vestnik Krasnoyarskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. V.P. Astaf'eva* [Bulletin of the Krasnoyarsk State Pedagogical University], 4, pp. 54-62.
7. Kholostova E.I. (2021) *Sotsil'naya rabota* [Social work]. Moscow: Dashkov i K Publ.
8. Lebedeva N.V. (2017) Andragogicheskaya kompetentnost' prepodavatela dopolnitel'nogo professional'nogo obrazovaniya spetsialistov sotsial'noi sfery [Andragogic competence of the teacher of additional professional education in social sphere]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 7 (1A), pp. 36-45.
9. Leont'ev D.A. *Istori teorii samoaktualizatsii* [History of theories of self-actualization]. Available at: [www.psychology-online.net/articles/doc-964.html](http://www.psychology-online.net/articles/doc-964.html) [Accessed 12/12/2022]
10. Severin A.V. (2020) *Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya pozhilykh lyudei k izmenyayushchemusya miru: psikhologicheskie problemy pozhilykh i sposoby ikh resheniya* [Socio-psychological adaptation of older people to a changing world: psychological problems of the elderly and ways to solve them]. Brest: Al'ternativa Publ.