Аудиофайл: Нагорнова Самара. mp3

Продолжительность записи 53.53

Состав участников:

Респондент.

Интервьюер.

Респондент….с позднего возраста в условиях адаптированных педагогических систем.

**Интервьюер. А если расшифровать немножечко?**

Респондент. А если расшифровать, то смысл в том, что пенсионеры, люди пожилого возраста, это такая обширная и плавающая, в возрастных рамках категория, они все разные очень. У них, у всех, разная степень сохранности: у кого-то сохранен интеллект, у кого-то, сохранность на ручное творчество, кто-то находится в состоянии социальной депривации, практически не способен ни к обучению, ни к какой-то канотипной деятельности, когда что-то создает руками, кружки какие-то творческие. Но, даже с социально-депривированными лицами позднего возраста, тоже можно работать, через эмоционально-образную сферу. У меня подробно это описано в диссертации. Я вам ссылочку отослала.

**Интервьюер. Уже? Не видела.**

Респондент. Я отослала еще днем.

**Интервьюер. В Контакте?**

Респондент. Да, в Контакте.

**Интервьюер. Я посмотрю. Я сегодня целый день с телефоном, поэтому видимо пропустила.**

Респондент. Понятно. Там, на сайте, висит сама диссертация, и там все подробно описано. С одной стороны, конечно, существует университет третьего возраста. Это такая сейчас широкая программа. Существуют социальные центры, но очень большое количество пожилых людей не пойдут ни туда, ни туда.

**Интервьюер. Почему?**

Респондент. Это то, что дало толчок моему исследованию: я, например, смотрела на своих родителей, которым, на тот момент было за 70, сейчас

матери 76, отец в 81 год умер зимой. Смотрела на их знакомых, друзей, приятелей и как раз все широкие государственные программы, которые были для них, они были для них неприемлемы. Они не пошли бы ни в университет третьего возраста, ни в социальные службы, что-то нужно было более уникальное и более адресное.

**Интервьюер. А что предлагали на тот момент университет третьего возраста и государственные программы? О чем вы говорите, когда объясняете?**

Респондент. Университет третьего возраста, это как раз обучение для лиц пожилого возраста. Это институциональная педагогическая система. То есть, при институте, при университете, есть какая-то программа, там специалисты читают лекции. Но очень многие пожилые люди, которые были в моем поле зрения, туда не вписывались, не хотели идти. Для них это было как возврат в детство, какое-то несерьезное времяпрепровождение. Их много и они не пойдут в такую широкую программу. А вот на что-то точечное, адресное, камерное, можно было их сподвигнуть.

Вот именно поэтому я и увлеклась своим исследованием, что очень много в пожилом возрасте одиночек, которые в силу своего характера, в силу сложившихся обстоятельств жизненных, им надо что-то особенное.

**Интервьюер. А что вы выяснили, когда говорите про что-то особенное, камерное, узконаправленное? Если развить эту тему, опираясь на понимание того, что люди пожилого возраста разные.**

Респондент. Например, стихийно возникающие какие-нибудь клубы по интересам. Условно говоря, кружок вязания, кружок пэчворка или валяния, вышивания, где находятся один-два человека, которые увлекаются чем-то одним и есть место, где им можно этим заниматься. У меня был наглядный пример: при общеобразовательной школе был клуб пэчворка, и постепенно, один за другим, они приводили своих знакомых. И уже не просто пэчворк пошел, а кто во что горазд. Там другие условия. Если в университете третьего возраста существует учебная программа и надо регулярно посещать занятия, а людям пожилого возраста здоровье не позволяет. Она может прийти два раза в месяц, потом месяц не прийти. Ей нужны такие занятия, где не надо ничего догонять, где не будут ругать за то, что она пропустила занятия. Она просто пришла и ей просто рады. Немного другой там режим, немного условия более мягкие и более свободные. Но, если организацией это поддерживается, место дается, специалисты обучающие, то они ходят. Мы проводили исследование и сравнивали пожилых лиц, которые нигде не занимаются с теми, которые посещают такие кружки. Мы сравнивали у них эмоциональный фон. Интересное исследование, и оно подробно в диссертации описано. Эмоциональный фон у тех, кто где-то занимается намного лучше, реже присутствует печаль, грусть.

**Интервьюер. Мы сегодня днем встречались с герантологом, он советник при ООН. На протяжении двух часов обсуждали эту тему, и я сейчас пытаюсь какие-то мысли из той беседы перенести в нашу и развить их. Старшее поколение. Мы выяснили, что в университет третьего возраста приходят в основном женщины, мужчин там практически нет.**

Респондент. Мужчин в пожилом возрасте меньше, чем женщин, это статистика такая. Они больше подвержены депрессивному состоянию. Когда я проводила свое исследование, то проводила опросы на улицах, на остановках, в сквере, на лавочках. И те единицы пожилых мужчин, к которым я пыталась обратиться, что-то выяснить, были очень закрыты, недоступны. Мужчины в пожилом возрасте находятся в более сложном эмоциональном состоянии. Это факт. Их просто меньше. По данным последней переписи населения, женщин в России больше, чем мужчин на 10 миллионов. И чем больше возраст, тем больше этот разрыв.

**Интервьюер. А с чем связана такая высокая депрессивность среди мужчин, и такая низкая социальная активность. В ДК, нам говорили, мужчин тоже нет. На компьютерные курсы они приходят, начинают учиться, но потом подходят к преподавателю и говорят, что мы не хотим здесь заниматься, можно индивидуально заниматься.**

Респондент. Помимо того, что их просто меньше, может быть довлеет какой-то мужской стереотип, что это не мужское дело, не мужское занятие. У мужчин наблюдается такой стереотип, что ты всю жизнь делаешь какое-то дело, потом уходишь на пенсию и остаешься не у дел. У женщины, помимо того, что была работа, остаются еще домашние дела: как варила она всю жизнь суп, так она и продолжает его варить и это её держит на плаву, это какая-то регулярность. То есть, женщина находится в более сохранном эмоциональном состоянии потому, что у неё есть регулярные заботы о ком-то, и это своеобразный эмоциональный фундамент для поддержания себя в рабочем состоянии.

**Интервьюер. Как вам кажется, извне мы можем повлиять на мужчин, для привлечения к какой-то активности? Кажется, что все это очень сложно.**

Респондент. Сложно. Я сейчас вспомнила один эпизод, я его описала в своей статье “Волшебство портрета: заметки рисующего психолога”. У меня был цикл портретов на людей пожилого возраста. И был описан диалог, когда на речном вокзале, в сквере, на лавочке, сидит пожилой мужчина, и я к нему пристаю. Сначала все было воспринято в штыки, сначала ни в какую, потом немного пошла нейтральная беседа и уже потом, он позволил себя нарисовать и ему все понравилось. Возможно оттого, что мужчин мало, срабатывает такой фактор, как избалованность вниманием. Мол, вы мне сначала объясните, покажите, что я ни чем не рискую, что это не возложит на меня никаких дополнительных обязанностей, что от меня не будут чего-то ждать. Скажем, такая детская позиция.

**Интервьюер. Почему, разве это не связано с безопасностью? Сейчас мошенников много.**

Респондент. Я думаю, нет. Я своему отцу твердила, твердила, а он все - равно как открывал дверь, так и открывал. Если взять двух пожилых людей одного возраста: мужчину и женщину, и у них одинаковая информация о мошенниках и безопасности, то с мужчиной все – равно сложно будет найти быстрый контакт, хотя условия по информации одинаковые. Я думаю, что это все – таки стереотип мужской жизни, что дела должны быть большие и важные, а рисование, обучение, компьютер кажутся им детскими шалостями.

Это стереотип.

**Интервьюер. И с детскими шалостями они в итоге совсем ничего не делают?**

Респондент. Да. Большинство совсем ничего не делает. Есть, конечно, кто отвлекается, находит себе занятие. В разных регионах разные занятия. В Москве, например, одно, а в Самаре - другое.

**Интервьюер. А чем у вас занимается старшее поколение?**

Респондент. У нас, в Самаре, есть университет старшего возраста, ходят туда люди, хотя не очень многочисленно сейчас. Есть кружки, дом Ветеранов, но там уже сложившаяся группа, кто уже туда дорогу знает, знает, что там бывает интересно и весело. А в основном дачи, что-то выращивают, рыбалка.

**Интервьюер. А кто приходит в ваш университет третьего возраста?**

Респондент. Это активные люди. Те, кто на протяжении всей жизни был более активный, у кого есть понимание, что “ мое состояние зависит от меня”. Я сама с ними разговаривала. У них интересы другие и жизнь, бывает, меняется. Одна женщина замуж вышла. Руководитель нашего Самарского университета третьего возраста рассказывала, что они бросают рыбалки, ради занятий. А у меня был другой пример, когда одна моя знакомая пенсионерка-дачница, познакомилась с пожилым мужчиной, который увлекался рыбалкой. И она ради того, чтобы проводить с ним время, бросила свою дачу.

**Интервьюер. А в плане образования. Для чего они вообще идут учиться? Это же занимает какое-то время?**

Респондент. Два года происходит учеба. В конце первого курса они пишут курсовую работу, как проект. Они должны были описать, как они будут дальше жить. Эти проекты я читала и они действительно интересные. Человек работает над своим будущим, у него не все закончилось, у него жизнь продолжается.

**Интервьюер. А вы можете привести примеры, какие это проекты, о чем они?**

Респондент. В университете есть направления различные: компьютерная грамотность, иностранный язык, супер – бабушка, туризм ( экскурсовод).

Супер – бабушка, это семейная психология, детская психология, как общаться с детьми. Самое популярное направление было компьютерная грамотность, и очень многие приобретали профессию местного экскурсовода по туризму. Я общалась с одой пенсионеркой, которая училась в этом университете и она рассказывала, что ей всегда нравилось путешествовать, общаться с людьми и вот, на старости лет, представилась такая возможность, заняться тем, что было когда-то детской игрой. Она разрабатывала какой-то маршрут по Самаре. Человек строил планы. Это продлевает жизнь. Это здорово, от слова здраво. Никто не знает, сколько на роду написано.

Руководитель нашего университета третьего возраста проводила опросы на тему: “Что дал вам университет?” Это все описано в моей диссертации.

**Интервьюер. Человек выходит на пенсию, уезжает на дачу и замыкается сам в себе. Но было бы здорово, если бы этот ресурс ( старшее поколение), могли себя реализовать для себя и для общества, так называемы “ пожилые волонтеры”. Кстати, очень интересно, что в Москве нет Университета третьего возраста или он только стал развиваться?**

Респондент. Нет, он давно есть, у меня в диссертации об этом написано, когда он был, где возник. По России он есть в нескольких городах. В Питере, по-моему, есть.

**Интервьюер. Но почему-то в регионах это раньше началось и масштабы немного другие. Пожилые волонтеры, насколько это перспективно, готовы ли пенсионеры заниматься этим?**

Респондент. Готовы. Известны факты, когда очень многие пенсионеры участвовали в Олимпийских играх в Сочи. Из Самары очень многие участвовали. Видела местные телерепортажи, когда они радостные, довольные и счастливые рассказывали, как им было интересно. То есть, их сначала чему-то обучили, им оплатили дорогу, они были полезны, видели, что они делают какое-то дело и приехали довольные. У нас, в Самаре, будет чемпионат мира по футболу в 2018 году, мы все готовимся, и пенсионеров-волонтеров готовят.

Есть такое исследование, по-моему, Пряхина. Там объединили по каким-то мероприятиям людей из дома престарелых и детского дома. То есть, одним хочется отдавать знания, а другим они требуются. И были хорошие показатели. Но это исследование разовое.

**Интервьюер. Если говорить о формате и содержании образовательных программ, вы уже объясняли, что не так в Университете третьего возраста…**

Респондент. Не то, что не так. Это не всем подходит. Одой категории это подходит, другой категории нужна другая педагогическая система. Любое образование представлено в педагогической системе. Это должен быть учебный процесс, должны быть преподаватели, должна быть цель, содержание, сам ученик, т.е. пять составляющих. Эти составляющие в каждой педагогической системе разные.

Респондент. Авы сейчас готовите какое-то сообщение?

**Интервьюер. Нет, сообщение не готовим. Мы вышли в поле, хотим пообщаться со старшим поколением, с пенсионерами, с экспертами – теоретиками, практиками, а потом, на основе полученных данных, как результат, будет первый наш продукт методичка или брошюра о том, как создать хорошую образовательную программу для старшего поколения.**

Респондент. А у меня есть методичка “Успешные практики по работе с пожилыми людьми”. И здесь есть мой проект, он называется “Изостудия 60+, для самых взрослых.” В нем даются конкретные предложения по работе с пожилыми людьми. Портретная терапия для людей пожилого возраста очень полезна. Если кто-то не умеет рисовать, он может успешно позировать, это тоже благоприятно сказывается на их состоянии.

**Интервьюер. Вы давали советы или как-то реализовали этот проект?**

Респондент. Нет, его не взяли, он не реализован. Я предлагала, чтобы выделили помещение в городе для реализации этого проекта, в каком-нибудь историческом здании известном, небольшое, чтобы был психолог, приходящие художники.

**Интервьюер. А какой-то проект выбрали?**

Респондент. Я уже не помню, какой проект выбрали. Я просто прочитаю вам названия методических пособий. “ Использование цвета в практике здорового образа жизни в пожилом возрасте”, “ Бумагопластика, на занятиях по трудотерапии в социальном реабилитационном отделении”, т.е такая кружковая деятельность. Я предлагала выделить отдельно стоящее здание, чтобы туда ходили те, кто одиноки. Есть у некоторых предубеждение, что все это богадельни, собесы, убого и не интересно, а я человек творческий, мне это не подойдет, а вот изостудия, подойдет. Мне хотелось именно одиночек привести, кому будет не зазорно. У меня в окружении много именно таких людей. Они талантливы, изысканные, очень грамотные, и они ни за что не пойдут в богадельню, как они говорят.

**Интервьюер. А что это значит – “одиночки”?**

Респондент. Например, подруга моей мамы. Всю жизнь работала на высокопоставленной должности, преподавала в институте, очень образованная, и ей стыдно туда пойти. В изостудию она бы пошла, а пойти в собес, она не пойдет. Даже если в собесе все прекрасно, стереотип её не пускает. А ей хотелось позаниматься искусством, в каком-то смысле, что-то посочинять, пописать.

**Интервьюер. Насколько старшее поколение открыто для психологов? Нет у них никаких барьеров в этом плане?**

Респондент. Как практикующий психолог, я могу сказать, что они, в основном, приходят по проблемам своей семьи. Свои личные проблемы они отрицают. Приходят по проблемам, например, муж от рук отбился, у дочери проблемы.

**Интервьюер. А от вас они что хотят, совета?**

Респондент. Нет, не совета. Вразумить. У них есть доверие к психологу: ” Я его прочитала, и он правильно рассуждает. Дочь меня не слушает, а его послушает”. Они приходят, в основном, не по своим проблемам.

**Интервьюер. То есть, сначала приходит бабушка, а потом приводит внучку?**

Респондент. Нет, она сразу пытается кого-то привести. Есть, конечно, которые ходят, но их мало. Приходят, не знают как себя вести, что-то мне грустно. Есть одна клиентка, она все еще мечтает выйти замуж.

**Интервьюер. Если обобщить, с какими еще проблемами сталкивается старшее поколение? Психологические, социальные, что их тревожит?**

Респондент. Это большая тема. Семейные проблемы они связывают с детьми, внуками. С одной стороны, это плохо, т.к. саморазвития нет, все только на развитии детей, а с другой стороны, это хорошо, т.к. они отождествляют свои успехи с успехами детей. И за счет этого у них повышается своя собственная самооценка.

Одинокие, конечно, боятся немощности, неопределенности. Им не нравится, что очень стремительно меняется жизнь, что хочешь или не хочешь, но должен иметь доступ к компьютеру. Даже подавать раз в месяц сведения за электроэнергию, надо через интернет. Очень не многие переходят на платежные карты, доступ для них к госуслугам тоже проблема, хотя сейчас есть обучающие программы по доступу к социальным услугам. В пенсионном фонде есть обучающая программа для пенсионеров, чтобы они могли пользоваться своим онлайн кабинетом. Это многих тяготит потому, что раньше не было стереотипа, что учиться придется всю жизнь. Они выучились, детей выучили и все. А жизнь меняется, все вокруг меняется, и они вынуждены учиться. И получается, что учение, это единственный способ от старости, образуются новые нейронные связи, и только это может поддерживать мозг в рабочем состоянии, но основному большинству в тягость что-то учить новое, новый телефон, допустим.

**Интервьюер. Допустим, создаем мы какую-то образовательную программу для пенсионеров. Какие задачи мы должны ставить перед собой? Если говорить про ту часть пенсионеров, которая не очень активна, их же тоже надо включать в программу. Есть же целая категория пенсионеров, которые работали и вдруг – пенсия. Они находятся в растерянности: и работы нет уже, не понятно, что дальше делать, никуда не зовут. И не знают куда идти.**

Респондент. Для этого нужна информация по телевидению. Но для этого важно, чтобы эти люди понимали, а зачем это им надо? Должна быть мотивация. Если её нет, то вряд ли они заставят себя куда-то идти, тратить свое время.

**Интервьюер. А какая мотивация может быть у старшего поколения пойти учиться?**

Респондент. Они должны понять, что со своими детьми должны разговаривать на одном языке, а для этого должны знать современные новинки, быть в курсе последних достижений. Это тяжело. Больше встречается пожилых людей, которые закрыты. Я все уже выучил, все изучил, мне хватит, буду пользоваться тем, что умею делать. Переубедить, что все-таки придется учить и изучать что-то новое, очень тяжело, все через силу.

**Интервьюер. А хотят ли они и могут ли делиться тем, что они знают?**

Респондент. Делятся, в основном, они охотно. Очень часто встречается то, что они недовольны тем, что к ним не прислушиваются. Они поучают своих детей как им жить, а дети воспринимают это все, как назойливые разговоры. От этого и неудовлетворенность, что к ним не прислушиваются.

**Интервьюер. И что с эти делать?**

Респондент. Хорошо, если кто-то дойдет до университета третьего возраста. В любой групповой деятельности определенная динамика, они смотрят на других, сравнивают себя с ними. Есть ещё обученные специалисты, которые дают определенную информацию, полезную, современную и актуальную. Это оживляет их жизнь, они понимают, что в жизни все меняется, и нет предела для совершенства. Понимают, что если хочешь жить с интересом, то надо что-то новое изучать.

**Интервьюер. В самом начале нашей беседы вы рассказывали о своих родителях. А почему ваша мама не пойдет в университет третьего возраста?**

Респондент. Моя мама достаточно активный человек. В основном идут те, кто последние годы не посвящал себя семье. Один в городе, либо дети уехали за границу. А кто при внуках и знает, что может принести конкретную пользу своей семье, он выбирает в пользу семьи.

**Интервьюер. Вам известны еще какие-то российские или зарубежные проекты, которые тоже занимаются со старшим поколением и весьма успешно?**

Респондент. Всероссийское общество “Старость в радость”, например. Я с ними сотрудничала, ходила в дома престарелых, занималась портретной терапией с пожилыми людьми. Но, там не обучение. Они, в основном, занимаются эмоциональным состоянием и развлечениями. Придумывают какие-то концерты, чтобы какую-то теплоту принести. Но, это не обучение.

А вас интересуют обучающие программы?

**Интервьюер. В принципе и то, и другое. Но фокус больше на образовательные программы.**

Респондент. Про образовательные программы все очень подробно описано в диссертации.

**Интервьюер. А ваша диссертация полностью в открытом доступе?**

Респондент. Да. Они сейчас все в открытом доступе есть. Посмотрите.

**Интервьюер. Сейчас проверим. Все открылось.**

Респондент. Вот параграф 3. Адаптивные педагогические системы как педагогические системы особого типа. То есть, адаптивные системы. Любая педагогическая система, обучающая. В пожилом возрасте мы предлагаем адаптивную педагогическую систему, которая отличается от обычной тем, что, например, в обычную систему приходит ученик, и он там адаптируется под школу, под институт. А в адаптивной педагогической системе сама, система адаптируется под пожилого человека.

**Интервьюер. Такой индивидуальный подход?**

Респондент. Да, индивидуальный подход, с учетом особенностей человека, с учетом того, какая у него сохранность. Есть в диссертации даже модель адаптивной педагогической системы. Диссертация сама по себе небольшая. На странице 87 есть эта модель. Здесь содержание занятий, формы, средства. Все уже изучено.

**Интервьюер. Хорошо. Я изучу. Спасибо большое, остановимся на этом. А когда мы изучим, то зададим вам вопросы. И если появятся первые результаты, то обратимся к вам с просьбой прокомментировать то, что у нас получилось. Спасибо вам, огромное, что свой вечер посвятили нам.**

Респондент. Пожалуйста, до свидания.