

УДК 304.374

НАТАЛІЯ ЧАГРАК

докторант, кандидат педагогічних наук, доцент  
 Прикарпатський національний університет  
 імені Василя Стефаника  
 вул. Шевченка 57, м. Івано-Франківськ

### ОСВІТА ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ В КОНТЕКСТІ КОНЦЕПЦІЇ УСПІШНОГО СТАРІННЯ

*Відзначено, що у період стрімкого технічного, технологічного та економічного розвитку багатьох країн світу з одночасним процесом демографічного старіння суспільства освіта людей похилого віку (старших дорослих) стала важливим напрямом соціально-економічної політики. Така ситуація призвела до того, що на урядовому рівні було враховано тенденції старіння населення в перспективу індустріальної політики розвинених країн, зокрема США: ціложиттєвий розвиток особистості вважається однією з головних умов економічного зростання в майбутньому. Проаналізовано концепцію успішного старіння, окреслено головні фактори успішного старіння, виявлено позитивний зв'язок між навчальною діяльністю у похилому віці та успішним старінням. На підставі аналізу результатів багаторічних емпіричних досліджень у сфері геронтології встановлено, що розумова активність, зокрема навчання, має суттєвий вплив на якість життя (у біологічному, психологічному і соціальному аспекті) людини у старості. Встановлено, що в умовах демографічного старіння суспільства важливим є переосмислення ролі освіти у формуванні людського капіталу, зокрема щодо професійної підготовки і перепідготовки осіб похилого віку, набуття нових компетенцій і подолання їх соціальної ізоляції, що вигідно і для людини, і для держави.*

**Ключові слова:** адаптація до старості, геронтологія, навчальна діяльність, старші дорослі, якість життя.

НАТАЛІЯ ЧАГРАК

докторант, кандидат педагогических наук, доцент  
 Прикарпатский национальный университет  
 имени Василия Стефаника  
 ул. Шевченко 57, Ивано-Франковск

### ОБРАЗОВАНИЕ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА В КОНТЕКСТЕ КОНЦЕПЦИИ УСПЕШНОГО СТАРЕНИЯ

*Отмечено, что период стремительного технического, технологического и экономического развития многих стран мира с одновременным процессом демографического старения общества образование людей пожилого возраста (старших взрослых) стала важным направлением социально-экономической политики. Такая ситуация привела к тому, что на правительственном уровне было учтено тенденции старения населения в перспективе индустриальной политики развитых стран, включая США: непрерывное развитие личности считается одним из главных условий экономического роста в будущем. Проанализирована концепция успешного старения, определены главные факторы успешного старения, выявлена положительная связь между учебной деятельностью в пожилом возрасте и успешным старением. На основании анализа результатов многолетних эмпирических исследований в области геронтологии установлено, что умственная активность, в частности обучение, имеет существенное влияние на качество жизни (в биологическом, психологическом и социальном аспекте) человека в старости. Установлено, что в условиях демографического старения общества важно переосмыслить роль образования в формировании человеческого капитала, в частности относительно профессиональной подготовки и переподготовки лиц пожилого возраста с целью приобретения новых компетенций и преодоление социальной изоляции, что выгодно и для человека, и для государства.*

**Ключевые слова:** адаптация к старости, геронтология, учебная деятельность, старшие взрослые, качество жизни.

NATALIYA CHAHRAK

Ph.D. in Pedagogical Science, docent  
 Vasyl Stefanyk Precarpathian National University  
 Shevchenko str. 57, Ivano-Frankivsk

### OLDER ADULT EDUCATION IN THE CONTEXT OF THE CONCEPT OF SUCCESSFUL AGEING

*In the period of rapid technical, technological and economic development, with the simultaneous process of demographic ageing of the society in many countries worldwide, older adult education has become an important direction of social and economic policy. This situation has led to the fact that the trends of the population ageing were taken into account when working out the industrial policy of developed countries, including the United States. Its main idea is that lifelong development of the individual is considered one of the main conditions for economic growth in the future. The article analyzes the concept of successful ageing, identifies the main factors of successful ageing, reveals a positive relationship*

*between learning activities in old age and successful ageing. It was found that theories emphasizing the inevitable decline of human capacity was gradually replaced with concepts focusing on positive views of ageing. It was caused mainly by demographic, social and economic factors. Successful ageing puts forward the fundamental view that the potential and the experience of older adults could be better developed and utilized in activities that make economic and cultural contributions to society as well as to individuals. On the basis of the analysis of the results of empirical research in the field of gerontology, it is established that mental activity, in particular learning, has a significant impact on the quality of life (in the biological, psychological and social aspects) of a person while ageing. In the context of the demographic ageing of the society, it is important to rethink the role of education in the formation of human capital, in particular regarding vocational training and retraining of older adults in order to acquire new competencies and overcome social exclusion, which is beneficial both to individual and to the society.*

**Key words:** *adaptation to ageing, gerontology, learning, older adults, quality of life.*

Упродовж останніх 30 років у геронтологічній науці спостерігаємо суттєві трансформації у підходах до старіння і старості. Значною мірою вони спричинені демографічним та соціально-економічним чинниками: у більшості розвинених країн світу зростає середня тривалість життя, зменшується народжуваність і поліпшується соціальне та фінансове забезпечення осіб похилого віку. Люди живуть довше і мають можливості для змістовного наповнення так званих «додаткових років». Згідно зі статистичними даними ООН, особи віком від 60 років становили 11 % від загальної структури населення світу у 2007 р. і прогнозується, що їх відсоток збільшиться вдвічі (22 %) до 2050 р. [34]. Отже, зберігається чітка тенденція старіння населення, особливо у країнах Європи, США, Австралії, Японії. Цей процес вагомо впливає фактично на усі сфери життя: соціальну, економічну, культурну, політичну. Особливого бюджетного навантаження зазнає сфера соціального захисту та пенсійного забезпечення. Така ситуація спонукає до переосмислення підходів до старості і людей похилого віку (старших дорослих), до розширення форм соціальної та економічної підтримки, а також до залучення потенціалу старших дорослих у створення загального добробуту.

Узагальнення результатів досліджень, які обґрунтовують значення інтеграції фізичної, психологічної і соціальної сфер людського життя для знаходження оптимального рішення проблем, пов'язаних зі старінням та довголіттям, дозволяють сформулювати головну умову благополучного довголіття: якщо людина вибирає розумний, поміркований спосіб життя у похилому віці, то вона має високий шанс максимізувати тривалість життя і мінімізувати залежність від інших.

Дослідження у сфері геронтології довели, що освітні програми для осіб похилого віку – це дієвий і недорогий спосіб залучення старших людей у ті види діяльності, які дають найбільші шанси підвищити їхню незалежність і самопідтримку в період старості. Таким чином, освітня галузь, яка тривалий час фактично була прерогативою молоді, неминуче розширюватиме віковий контингент. В умовах демографічного старіння суспільства важливим є переосмислення ролі освіти у формуванні людського капіталу, зокрема щодо професійної підготовки і перепідготовки старших дорослих (до цієї категорії також включаємо осіб похилого віку), набуття нових компетенцій і подолання їх соціальної ізоляції, що вигідно і для людини, і для держави.

В Україні, яка в Європі лідирує у темпах старіння населення, за останні 25 років чисельність населення знизилася майже на 10 млн осіб як наслідок низького рівня народжуваності, високого рівня смертності, еміграції економічно активних громадян. Прогнозується, що до 2050 р. особи похилого віку (60+) становитимуть третину населення України [24, с. 9]. Відповідно залучення людей похилого віку до освітньої діяльності повинно стати важливим напрямом державної політики задля підтримання суспільної активності цього сегмента громадян та поліпшення якості життя у постпенсійній фазі, яке включає фізичну і розумову активність людини, суспільне включення, можливість подальшого особистісного розвитку і самореалізації, почуття безпеки та зниження залежності від інших.

У цьому контексті важливо вивчити досвід успішних країн, зокрема США, де освіта осіб похилого віку стала невід'ємною складовою благополучного довголіття, а забезпечення умов для освітньої діяльності старших дорослих (людей похилого віку) є одним з важливих напрямів державної політики.

У нашому дослідженні ми спираємося на праці науковців з проблем:

- впливу демографічних і соціально-економічних факторів на старіння суспільства (Б. Вілкокс, Д. Вілкокс, М. Сузукі, Д. Сновдон та ін.);
- формування і розвитку концептуальних засад успішного старіння (Дж. Ров, Р. Кан, Р. Хавігурст, М. Пауела Лоутон, П. Балтес, М. Балтес та ін.);
- освіти людей похилого віку (старших дорослих) (С. Вентура-Меркель, Д. Дучет, Д. Петерсон, С. Денч, Дж. Реган та ін.);
- впливу навчальної діяльності осіб похилого віку на якість їх життя (М. Ардельт, А. Вітнал, М. Даймонд, К. Пеггі, Б. Хайсліп, Т. Шуллер, Дж. Престон, С. Хамонд, А. Брассет-Грунді, Дж. Биннер та ін.).

**Мета статті** – окреслити головні переваги освіти людей похилого віку для процесу «успішного старіння» та простежити розвиток концепції успішного старіння з метою визначення основних ідей та напрямів державної політики для знаходження оптимального рішення проблем, пов'язаних з демографічним старінням суспільства в Україні.

Упродовж останніх десятиліть у США розвинулися різні моделі старіння, стержнем яких є якість життя у похилому віці, зокрема модель успішного старіння (*successful aging*), активного старіння (*active aging*), здорового старіння (*healthy aging*), позитивного старіння (*positive aging*). Вони є результатом досліджень у різних галузях науки, який акцентує на тому, що через активність (фізичну, розумову, соціальну) людина може сповільнити процес старіння, а не зосереджуватися на занепаді, втратах і зниженнях функцій організму, а також на залежності, яка з віком посилюється. Ці моделі старіння, сформовані і прийняті у США в останні десятиліття ХХ ст., продемонстрували потенціал до трансформування західних суспільств від глибоко вкоріненої позиції щодо старіння і старості як періоду деградації і відходу від суспільного життя та залежності від медичного і соціального сервісу до загальноприйнятих підходів до старості як до фази життєвого циклу людини, що може бути активною і змістовною, а люди похилого віку відповідно є рівноправною (у сенсі можливостей і здатностей) віковою групою.

Зазначимо, що така позиція підтримувалася і на політичному та урядовому рівнях, оскільки проблема старіння населення вимагала пошуку креативних шляхів зменшення видатків з бюджету на сферу соціальної підтримки людей похилого віку. Тривалі дослідження у сфері геронтології довели, що освітні програми для осіб похилого віку – це дієвий і недорогий спосіб залучення старших людей у ті види діяльності, які дають найбільші шанси максимізувати їхню незалежність і самопідтримку в період старості. Так, «Дослідження успішного старіння фундації Мак-Артура» («McArthur Foundation Study of Successful Aging», 1984) під керівництвом американських учених – фізика Дж. Рова і психолога Р. Кана ілюструє істотні досягнення у зміні підходів до старіння і старості, які з'явилися в результаті ґрунтовних міждисциплінарних досліджень. Ця праця, що поєднує десятки окремих наукових проєктів, які проводилися шістнадцятьма вченими з широкого спектра галузей науки (біології, нейропсихології, епідеміології, соціології, генетики, психології, неврології, фізіології, геріатричної медицини), була найбільш масштабним мільтидисциплінарним дослідженням проблем старіння у США.

Модель успішного старіння, що стала результатом спільних досягнень, поєднує три фундаментальні атрибути людини, процес старіння якої відбувається за найкращим сценарієм:

- низький ризик хвороб і пов'язаної з нею неспроможності (інвалідності);
- висока когнітивна і фізична здатність;
- взаємодія з життям (активний спосіб життя, зокрема участь у суспільному житті)

[28, с. 434].

На перший погляд, «успішне старіння» можна вважати поняттям неконтроверсійним. Однак відносна суперечливість цього концепту постає у його визначенні, причинах і наслідках його виникнення. Оскільки за останні десятиліття спостерігається суттєве зростання кількості людей, які досягають похилого віку, то науковий інтерес у геронтології змістився від питання створення можливостей для збільшення тривалості життя до проблеми наповнення його змістом та впевненістю, що так звані «додаткові роки» можна і варто прожити повноцінно. Сам концепт «успішне старіння» є парадоксальним: він поєднує позитивне поняття «успішне» з терміном

«старіння», яке сприймається радше негативно. Певна річ, таке поєднання зароджує суперечність: яким чином може бути успішним процес, що, зазвичай, означає занепад (зниження) усіх життєвих функцій і здатностей? Відповідь знаходимо власне у визначенні. Успішне старіння поєднує три головні компоненти: довголіття, без чого успішне старіння є неможливим; здоров'я; щастя (задоволення життям).

Зупинімося докладніше на понятті «успішне старіння». Це термін, що широко використовується в геронтології у значенні як процесу, так і результату старіння. За останні 50 років наукових досліджень це поняття зазнало суттєвого розвитку в аспекті визначення, моделей, вимірів та інтерпретацій. У широкому розумінні успішне старіння означає «додати роки до життя і життя до років» – ціль, досягнення якої є бажанням фактично кожної людини.

Одне з перших визначень успішного старіння, яке знаходимо в геронтологічній літературі, представив Р. Хавігурст (1961). Для вченого вивчення успішного старіння було стрижневою темою в геронтології як науковій дисципліні. Він запропонував розвинути теорію успішного старіння, яка б «сформулювала умови індивідуального та суспільного життя, за яких людина отримує максимум задоволення і щастя, а суспільство підтримує відповідний баланс сатисфакції для різних вікових і гендерних груп» [11, с. 8].

Нагадаємо, що на початку 1960-х років існували дві головні опозиційні теорії старіння: теорія активності і теорія роз'єднання, які обґрунтовували різне бачення успішного старіння. Концепт «успішне старіння» використовується у теорії роз'єднання і в теорії активності, однак кожна трактує його по-різному. Так, згідно з теорією роз'єднання, відхід від суспільного життя вважається нормою і характерною ознакою успішного довголіття, тоді як теорія активності розглядає продовження діяльності людини похилого віку як основу успішного довголіття [7; 11].

Американський геронтолог Б. Нейгартен визначає почуття задоволення від життя головним індикатором успішного старіння, акцентуючи увагу на диверсифікації процесу старіння, оскільки він є дуже індивідуальним з огляду на потреби та особливості людини, яка входить у фазу «пізньої дорослості». На думку вченої, головним фактором у прогнозуванні того, чи старіння відбуватиметься успішно, є власне сама людина. Спосіб долання труднощів, здатність до адаптації, життєві очікування – ті складові особистості, які мають вагоме значення у побудові траєкторії старіння людини [18, с. 13].

У середині 1980-х років прогрес у розвитку геронтологічної науки почав знижуватися, проблематика досліджень зосереджувалася переважно на пошуку шляхів зменшення негативного впливу хвороб, інвалідності та пов'язаного з віком спаду основних життєвих функцій.

Зазначимо, що у 1980-х роках у психології також набуло розвитку поняття «благополучне життя» («good life»), яке за аргументацією американського психолога і психіатра М. Повела Лоутона відбувається у чотирьох вимірах:

- біхевіоральна компетенція (здоров'я, сприйняття, моторна поведінка і когнітивна здатність);
- психологічне благополуччя (щастя, оптимізм, відповідність бажаних і досягнутих життєвих цілей);
- усвідомлена якість життя (суб'єктивна оцінка таких показників як сімейний добробут, соціальні зв'язки, активність, робота, бюджет та умови проживання);
- об'єктивне середовище (умови проживання, сусідство, фінансове забезпечення, робота та інші види діяльності) [15].

Ці питання дали поштовх для розвитку концепції успішного старіння (Дж. Ров і Р. Кан), яка спирається на три головні чинники: високий рівень фізичної та когнітивної здатності, хороше здоров'я і активна участь в суспільному житті [26; 28]. Крім того, вчені вказують, що успішне старіння «залежне від вибору та поведінки людини і його можна досягти через індивідуальний вибір та зусилля» [27, с. 37]. Згодом вони окреслили відмінність між «звичайним» та «успішним» старінням в межах категорії нормального (непатологічного) старіння. Звичайне старіння – це таке, в якому зовнішні фактори підсилюють внутрішній процес старіння (нормальний процес зниження функцій), натомість успішне старіння – це процес, в якому зовнішні фактори нейтралізують внутрішнє старіння, і таким чином функціональні втрати є незначними [26, с.

143–144]. Дж. Ров і Р. Кан визначають два головні аспекти активної взаємодії з життям: соціальна підтримка і продуктивна діяльність. Соціальна підтримка охоплює надання та отримання позитивної інформації, довіра, догляд, любов, повага, міжособистісні стосунки, взаємні обов'язки. Для успішного старіння важливими є два види підтримки: соціоемоційна (доброта, чуйність, повага, увага) та інструментальна (підтримка і догляд у разі хвороби, допомога з домашньою роботою, транспортування, позики, подарунки). Важливо, якщо така підтримка є взаємною: за можливості, отримана допомога повинна бути збалансована наданням допомоги. Крім того, необхідно наголосити, що соціальна підтримка допомагає подолати стрес та активізує здоровий спосіб життя.

Зазначимо, що ця концепція була сприйнята неоднозначно. Опозиційну точку зору висловив американський лікар-геронтолог Е. Масоро, який розкритикував модель «успішного старіння» насамперед через те, що вона фактично витісняє важливість генетичного фактора і видово детермінованого погіршення усіх функцій організму в похилому віці [16, с. 416]. Р. Кан спростував цю позицію, зазначивши, що основним завданням публікацій з питань успішного старіння є «заохотити людей до активізації поведінки, яка сприяє здоровому способу життя, а також підтримати політику, що створює можливості для цього і винагороджує таку поведінку» [14, с. 61].

Широкого обґрунтування з позиції ціложиттєвого людського розвитку концепція успішного старіння зазнала у 1990-х роках у працях німецьких вчених-психологів П. Балтеса і М. Балтес. Підхід полягав у визнанні втрат у фізичній та психологічній сфері людського функціонування, які відбуваються з віком, та зосередженні на актуалізації тих можливостей і ресурсів людини, що залишилися. Успішний індивідуальний розвиток, включаючи й старіння, – це процес, який охоплює три компоненти: селекцію, оптимізацію і компенсацію. П. Балтеса і М. Балтес фактично пов'язують успішне старіння з адаптивною компетенцією людини. Адаптивна компетенція – це узагальнена здатність людини стійко відповідати викликам, які спричинені віковими змінами (фізіологічними, психологічними та пов'язаними з середовищем, зокрема соціально-економічними). Вчені наголошують, що «успішне старіння як адаптивна компетенція включає розширення резервів розвитку» [3, с. 53–54.]. Зауважмо, що означення успішного старіння фокусується на процесі, переважно на адаптації, а не на явних результатах – критеріях успішності (щастя, здоров'я та ін.). Обґрунтування процесуального критерію спирається на динамічну, трансакційну перспективу старіння і людського розвитку загалом. Разом з тим, успішне старіння – це соціопсихологічний конструкт, який не належить однозначно ні до індивідуального, ні до суспільного. В трансакційному поданні успішне старіння визначається як точка перетину двох сфер: людини, що розвивається, і змінного суспільного контенту.

Іноді успішним старінням називають «живе старіння» або «активне старіння», маючи на увазі тривале здорове життя, сповнене руху (діяльності). За означенням Г. Муді, поняття «успішне старіння» поєднує такі основні компоненти як задоволення життям, довголіття, дієздатність, саморозвиток, активна соціальна взаємодія і незалежність [17, с. 59].

Деякі вчені, обґрунтовуючи головні фактори успішного старіння, акцентують на довготривалому підтриманні позитивного функціонування людини (Е. Фелан, Е. Ларсон) [21], інші вважають, що успішне старіння більшою мірою пов'язане зі станом здоров'я (Л. Пун, С. Гулднер, Б. Спауз) [22; 23].

В науковому дискурсі спостерігаємо також критичний погляд на концепт «успішний» стосовно старіння. Суперечливість терміна «успішне старіння» загалом полягає на допуску поділу літніх людей на «переможців» і «невдах». Згідно з дослідженням канадських учених (2002), трохи більше половини осіб похилого віку, які взяли участь в опитуванні, назвали себе такими, що підпадають у категорію успішного старіння. Однак, тільки 18,8 % можна класифікувати до цієї групи відповідно до критеріїв, вироблених Д. Ровом і Р. Каном [32].

Продовжуючи тему суб'єктивності дефініції «успішне старіння» (з точки зору осіб похилого віку), наведемо дані дослідження Р. Тате, Л. Лідіна, і Е. Кадді. Серед двадцяти запропонованих критеріїв успішного старіння 20 % респондентів назвали головними: хороше

здоров'я, задоволення життям (щастя), підтримання активного способу життя. 83 % відсотки опитаних заявили, що вони належать до тих, у кого старіння відбувається «успішно» [33, с. 740].

Хоча здоров'я домінує серед складових успішного старіння, існує також думка-застереження не вважати наявність хвороб чи інвалідності фактором «неуспішності» старіння. Зокрема, Т. Глас наголошує, що необхідно брати до уваги й індивідуальне самосприйняття, без чого концептуалізація успішного старіння буде неповною [10, с. 382].

Деякі науковці акцентують на довголітті як невід'ємній складовій успішного старіння. В літературі з'являються терміни «здорове довголіття», «виняткове довголіття» [6; 36; 39].

У дослідженнях, пов'язаних з проблемами довголіття, визначення успішного старіння концентрується, зазвичай, на фізичному, когнітивному або функціональному стані, хоча робиться наголос не стільки на стані здоров'я, як на незалежності (можливості самому себе доглянути). Це цілком логічно, оскільки можна говорити хіба-що про відносно здоров'я людей довгожителів, натомість вирішальне значення у благополучному довголітті має автономність людини. К. Андерсен-Ранберг, М. Скролл, Б. Джун, наприклад, зазначали, що здорових довгожителів фактично не існує, але є незалежні. Згідно з висновком дослідження, яке вони провели на початку ХХІ ст., «за довголіття іноді доводиться платити високою ціною» [1, с. 902]. П. Балтес і Д. Сміт підкреслили, що досягнення ліміту людського життя може бути фактором ризику для збереження людської гідності [4, с. 132].

Таким чином, визначення успішного старіння розгорталося впродовж останніх 50 років: від ранніх теорій активності і роз'єднання до теоретичних підходів, які зосереджувалися конкретно на успішному старінні. Основні визначення наведено у таблиці 1. Деякі підходи акцентують більше на фізичному компоненті успішного старіння, інші – на психологічному. Останніми роками визначення успішного старіння поєднують обидві складові у біопсихосоціальний підхід.

Рік	Автор	Головні критерії «успішного старіння»
1961	Р. Хавігурст	Умови індивідуального та суспільного життя, за яких людина отримує максимум задоволення і щастя, а суспільство підтримує відповідний баланс сатисфакції для різних вікових груп.
1983	М. Поуел Лоутон	Чотири виміри успішного старіння: біхевіоральна компетенція, психологічне благополуччя, усвідомлена якість життя, об'єктивне середовище.
1990	П. Балтес, М. Балтес	Селективна оптимізація і компенсація.
1996	Е. Каган, Б. Каган	Соціальний і психологічний ресурс; превентивна і корективна адаптація; психологічне, екзистенціальне і соціальне благополуччя.
1997	Дж. Ров, Р. Кан	Низький ризик хвороб та пов'язаної з ними недієздатності, висока когнітивна і фізична здатність, активне залучення в суспільне життя.
2002	Е. Фелан, Е. Ларсон	Дієздатність, незалежне функціонування, задоволення життям, активний спосіб життя, довголіття, особистісний розвиток.
2006	С. Депп, Д. Жест	Фізична здатність, когнітивна здатність, задоволення життям (добробут), соціальна взаємодія, відсутність хвороб, довголіття, фінансове забезпечення, особистісний розвиток.

Таблиця 1. Визначення «успішного старіння».

Таким чином, визначальною ознакою успішного старіння можна вважати задоволення людини життям, на що мають вирішальний вплив біологічні, фізичні, когнітивні, психологічні та

соціальні чинники, а саме: здоров'я, достатній (як для похилого віку) рівень фізичної та когнітивної здатності і суспільна інтеграція осіб похилого віку.

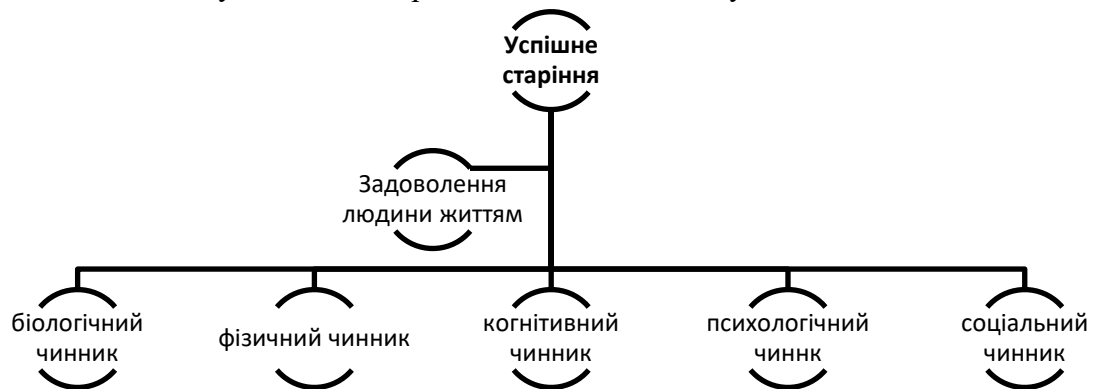


Схема 1. Основні чинники успішного старіння.

Розглянувши концепцію успішного старіння та проаналізувавши головні чинники успішного старіння, перейдімо до визначення ролі освіти у цьому процесі.

Результати тривалих емпіричних досліджень показують, що вищий рівень освіти людей похилого віку позитивно пов'язаний з більш успішним старінням [13]. К. Росс і К. Ву [25] довели, що більш освічені люди мають вищу соціальну підтримку і дотримуються здорової поведінки (займаються фізичними вправами, байдужі до алкоголю і куріння). Освіта в похилому віці – це спосіб здобуття нових знань і компетенцій, спосіб реалізації інтересів та розширення соціальних зв'язків. У якій би формі вона не відбувалася, освіта «надає можливості для кращого розуміння всієї багатогранності і складності життя і, відповідно, можливість підготуватися до цієї складності» [20, с. 2.]; «освіта у похилому віці – «дорожня карта» адаптації людини та її суспільної активності» [35, с. 162]. Очевидно, що освітня діяльність осіб похилого віку – один з головних чинників їх адаптації до швидкозмінних умов суспільного життя. Оскільки адаптація є основною навичкою виживання, то зрозуміло, що освіта в похилому віці стає невід'ємною складовою успішного довголіття. Однак, необхідно зауважити, що навчальна діяльність суттєво залежить від когнітивної здатності людини. Поширене у геронтології в 1980-х роках уявлення про неминуче зниження когнітивних функцій людини похилого віку було спростоване результатами наукових досліджень, які доводили, що люди можуть підтримувати когнітивну здатність і в старості [5; 12; 29].

Разом з тим, результати досліджень у сфері геронтології доводять пряму залежність рівня когнітивної здатності людей похилого віку від систематичного розумового навантаження (вправляння) так само, як і фізичне функціонування підтримується регулярною фізичною активністю [9, с. 31–33; 31]. Оскільки навчальна діяльність є одним з найбільш ефективних способів підтримання рівня когнітивної здатності людини [19], то залучення осіб похилого віку в освітній процес переосмислюється, і можливості навчання у похилому віці стають реальністю і навіть необхідністю.

Переваги і вигоди освіти для людей похилого віку стають дедалі очевиднішими на фоні демографічного старіння населення. Вони добре документовані в науковій літературі (J. Rowe, R. Kahn 1999; M. Ardelet 2000; F. Glendenning 2001; P. Jarvis 2001; G. Boulton-Lewis, L. Buys, R. Lovie-Kitchin, G. Nayak 2006; A. Withnall 2006). Зокрема, в одній з праць Т. Шуллера та ін. (2004) окреслено структуру «широких переваг навчання», в якій дванадцять можливих переваг класифікуються у три форми капіталу: людський капітал (навчання для професійної підготовки чи перепідготовки); соціальний капітал (навчання для налагодження стосунків та соціальних взаємозв'язків); капітал особистості (навчання для особистісного розвитку, інтересів та інших життєвих прагнень) [30, с. 82]. Причому, в цій структурі здоров'я розглядається і як можливий наслідок навчальної діяльності, і як інструментальний фактор, який важливий для отримання інших переваг навчання у пізньому віці.

Зазначена структура збігається зі схожими результатами інших досліджень щодо позитивного взаємозв'язку між здоров'ям та навчанням у похилому віці (С. Ross, J. Mirowsky 1999; С. Hammond 2002, 2004; М. Narushima 2008). По суті навчання у похилому віці може допомогти людині досягти соціально-економічних, психологічних та соціально-політичних вигод, які є важливими для більш здорового життя. Так, С. Денч і Дж. Реган [8] виявили, що старші дорослі, які залучені в навчальну діяльність, мають позитивний досвід принаймні в одній з цих сфер: задоволення життям, підвищення впевненості, краща самооцінка і самосприйняття, здатність справлятися з труднощами. М. Ардельт [2] також наголошує на потребі навчання і безперервної освіти людей похилого віку в суспільстві, яке характеризується швидким технологічним розвитком. Завдяки продовженню навчання особи похилого віку не відставатимуть від сучасних технологій і підтримуватимуть якість життя через посилення самозабезпечення, самодостатності і стратегії подолання викликів, пов'язаних зі здоров'ям та соціальною взаємодією. Крім того, вони зазнають менших психічних розладів в результаті активної розумової діяльності. А. Вітнал [37] також зазначив, що в останніх дослідженнях з нейрології розумова діяльність у похилому віці може підвищити інтелектуальну здатність, підтримувати розумове функціонування і сповільнити зниження пам'яті. На підставі тривалих емпіричних досліджень А. Вулф [38] наголошує, що люди похилого віку, які стимулюють розумову діяльність, зокрема через навчання, зазнають значно меншого зниження пам'яті і продовжують інтелектуальний розвиток навіть у такому пізньому віці.

Отже, переваги освіти для людей похилого віку є очевидними. Навчальна діяльність – це насамперед спосіб затримати спад розумової функції, пам'яті та психічних розладів і, відповідно, можливість суттєво поліпшити якість життя у пізньому віці. Оскільки якість життя є невід'ємним компонентом успішного старіння, то можна вважати, що освіта у похилому віці – необхідна умова успішного старіння.

Вагомим здобутком розвинених суспільств стала ідея ціложиттєвого розвитку особистості і, відповідно, формування концепції успішного старіння, складовою якої є навчальна діяльність. Здійснений аналіз дає змогу дійти висновку, що навчальна діяльність осіб похилого віку – важлива умова успішного старіння, оскільки сприяє підтриманню їх когнітивної здатності та розумової активності, підвищенню адаптивної функції та соціальної взаємодії. Потреба в освіті осіб похилого віку впливає з необхідності адаптації до швидкоплинних умов життя, які охоплюють зміни в економічній, соціальній та культурній сферах суспільного розвитку.

Успішне старіння безумовно пов'язане з якістю життя людини у похилому віці що є одним з головних чинників поступу суспільства. Освіта у похилому віці обґрунтована результатами досліджень у сфері геронтології, які доводять позитивний вплив інтелектуального, емоційного і духовного розвитку на якість життя людини і на розширення її здатності бути корисною для суспільства.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Andersen-Ranberg K. Healthy centenarians do not exist, but autonomous do: A population-based study of morbidity among Danish centenarians. – [Health] / Andersen-Ranberg K., Schroll M., Jeune B. // *Journal of American Geriatrics Society*. – 2001. – No. 49. – P. 900–908.
2. Ardelt M. Intellectual versus wisdom-related knowledge: The case for a different kind of learning in the later years of life / Ardelt M. // *Educational Gerontology*. – 2000. – No. 26. – P. 771–789.
3. Baltes P. B. Successful aging: perspectives from the behavioral sciences / Baltes P. B., Baltes M. M. (Eds.) – Cambridge: Cambridge University Press, 1993. – 400 p.
4. Baltes P. B. New frontiers in the future of aging: From successful aging of the young old to the dilemmas of the fourth age / Baltes P. B., Smith J. // *Gerontology*. – 2003N. – No. 49 (2). – P. 123–135.



5. Baltes P. B. Cognitive training research on fluid intelligence in old age: what can older adults achieve by themselves? / Baltes P. B., Sowarka P., Kliegl R. // *Psychology and Aging*. – 1989. – No. 4. – P. 217–222.
6. Christensen K. P. Exceptional longevity does not result in excessive levels of disability / Christensen K. P., McGue M., Petersen I., Jeune B., Vaupel J. W. // *Proceeding of the National Academy of Sciences of the United States of America*. – 2008.
7. Cumming E. Growing old: The process of disengagement / Cumming E., Henry W. E. – New York: Basic Books, 1961.
8. Dench S. Learning in later life: Motivation and impact / Dench S., Regan J. – Nottingham: DfEE, 2000.
9. Diamond M. C. An optimistic view of the aging brain / Diamond M. C. // *Gerontologist*. – 1993. – No. 17 (1). – P. 31–33.
10. Glass T. A. Assessing the success of successful aging / Glass T. A. // *Annals of Internal Medicine*. – 2003. – No. 139 (5). – P. 382–383.
11. Havighurst R. J. Successful aging / Havighurst R. J. // *The Gerontologist*. – 1961. – No. 1. – P. 8–13.
12. Hayslip B. Long-term efficacy of fluid ability interventions with older adults / Hayslip B., Maloy R., Kohl R. // *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*. – 1995. – No. 50B. – P. 141–149.
13. House J. S. The social satisfaction of ageing and health / House J. S., Lepkowski J. M., Kinney A. M., Mero R. P., Kessler R. C., Herzog R. // *Journal of Health and Social Behavior*. – 1994. – NO. 35. – P. 213–234.
14. Kahn R. L. Successful aging: Intended and unintended consequences of a concept / L. W. Poon, S. H. Gueldner, B. M. Spouse (Eds.). *Successful aging and adaptation with chronic disease*. – New York: Springer, 2003. – P. 55–69.
15. Lowton M. P. Environmental and Other Determinants of Well-Being in Older People / Lowton M. Powell // *Gerontologist*. – 1983. – No. 23. – P. 349–357.
16. Masoro E. J. “Successful aging”: useful or misleading concept? / Masoro E. J. // *The Gerontologist*. – 2001. – No. 41. – P. 415–418.
17. Moody H. R. From successful aging to conscious aging / M. Wykle, P. Whitehouse, D. Morris (Eds.) *Successful aging through the lifespan: Intergenerational issues in health*. – New York: Springer, 2005. – P. 55–68.
18. Neugarten B. L. Personality and the aging process / Neugarten B. L. // *The Gerontologist*. – 1972. – No. 12. – P. 9–15.
19. Paggi K. Mental aerobics: exercises for the mind in later life / Paggi K., Hayslip B. // *Educational Gerontology*. – 1999. – No. 25. – P. 2–21.
20. Peterson D. A. A history of education for older adults / Lamdsen D. B. (Ed.) *The older adult as learner: aspects of educational gerontology*. – Washington, D.C.: Hemisphere Publishing, 1985. – P. 1–23.
21. Phelan E. A. “Successful aging” – Where next? / Phelan E. A., Larson E. B. // *Journal of the American Geriatric Society*. – 2002. – No. 50 (7). – P. 1306–1308.
22. Poon L. W. The Georgia Centenarian Study / Poon L. W., Clayton G. M., Martin P., Johnson M. A., Courtney B. C., Sweaney A. L., et al. // *International Journal of Aging and Human Development*. – 1992. – No. 34. – P. 1–17.
23. Poon L. W. *Successful aging and adaptation with chronic disease in older adulthood* / Poon L. W., Gueldner S. H., Spouse B. – New York: Springer, 2003.
24. *Population Ageing in Ukraine: Some Demographic, Socioeconomic, and Medicare Issues. Situational analysis* / Blyumina A. (Ed.). – Kyiv, 2005. – 60 p.
25. Ross C. E. The links between education and health / Ross C. E., Wu C. // *American Sociological Review*. – 1995. – No. 60. – P. 719–745.
26. Rowe J. W. Human aging: Usual and successful / Rowe J. W., Kahn R. I. // *Science*. – 1987. – No. 237. – P. 143–149.

27. Rowe J. W. *Successful Aging* / Rowe J. W., Kahn R. I. – New York: Pantheon Books, 1998.
28. Rowe J. W. *Successful aging* / Rowe J. W., Kahn R. I. // *The Gerontologist*. – 1997. – No. 37 (4). – P. 433–440.
29. Schaie R. W. Can decline on adult intellectual functioning be reversed? / Schaie R. W., Willis S. L. // *Developmental Psychology*. – 1986. – No. 23. – P. 223–232.
30. Schuller T. *The benefits of learning: The impact of education on health, family life, and social capital* / Schuller T., Preston J., Hammond C., Brasset-Grundy A., Bynner J. – London – New York: Routledge Falmer, 2004.
31. Snowdon D. *Aging with grace: what the nun study teaches us about leading longer, healthier, and more meaningful lives* / Snowdon D. – New York: Bantam Books, 2001.
32. Strowbridge W. J. *Successful aging and well-being: Self-rated compared with Rowe and Kahn* / Strowbridge W. J., Wallhagen M. I., Cohen R. D. // *Gerontologist*. – 2002. – No. 42 (6). – P. 727–733.
33. Tate R. *Definition of successful aging by elderly Canadian males: The Manitoba follow-up study* / Tate R., Leedine L., Cuddy E. // *The Gerontologist*. – 2003. – No. 43 (5). – P. 735–744.
34. United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division. *World population aging 2007*. – New York: United Nations, 2007.
35. Ventura-Merkel C. *Community colleges in an aging societies* / Ventura-Merkel C., Doucette D. // *Educational Gerontology*. – 1993. – No. 19. – P. 161–171.
36. Willcox B.J. *Exceptional human longevity* / Karasek M. (Ed.). *Aging and age-related diseases: the basics* / Willcox B.J., Willcox D. C., Suzuki M. – Hauppauge, NY: Nova Science Publishers, 2006N. – P. 459–509.
37. Withnall A. *Exploring influences on later life learning* / Withnall A. // *International Journal of Lifelong Education*. – 2006. – No. 25 (1). – P. 29–49.
38. Wolf A. *Older adulthood* / Jarvis P. (Eds.). *The Routledge international handbook of lifelong learning*. – Oxon/New York: Routledge, 2009. – P. 56–64.
39. Yi Z. *Healthy longevity in China* / Yi Z., Postan D. L., Vlosky D. A., Gu. D. – Berlin: Springer, 2009.