



Областное государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«СМОЛЕНСКИЙ СТРОИТЕЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»

Научно-исследовательская работа

**«Оказание помощи людям старшего поколения в освоении
цифрового пространства»**

Авторы:

Шахова Александра Константиновна

Клименкова Вероника Андреевна

Научный руководитель:

Зайцева Екатерина Игоревна

Смоленск, 2020г.



Содержание

| | |
|---|----|
| Введение..... | 3 |
| Глава 1. Особенности социальной адаптации пожилых людей в условиях цифровизации..... | 6 |
| 1.1. Особенности лиц пожилого возраста..... | 6 |
| 1.2. Проблемы адаптации пожилых людей (пенсионеров) к условиям цифровизации | 9 |
| Глава 2 Оказание помощи в адаптации пожилых людей к условиям цифровизации | 13 |
| 2.1. Меры поддержки пожилых людей в адаптации к условиям цифровизации в Смоленске и Смоленской области..... | 13 |
| 2.2. Работа группы по обучению лиц пожилого возраста..... | 25 |
| Заключение | 27 |
| Список использованных источников | 29 |
| Приложение | 31 |

Введение

Наиболее незащищенной по многим вопросам категорией проживающих в нашей стране людей часто являются представители старшего поколения.

С выходом на пенсию меняется не только их социальное положение, связанное в основном с полным или частичным прекращением занятости по месту работы. Качественно меняется образ жизни людей старшего поколения. Изменяются ценности, жизненные приоритеты, круг общения. Часто эти изменения сопровождаются проблемами со здоровьем или трудностями с бытовым обслуживанием. Все это вызывает серьезные психологические затруднения у абсолютного большинства пожилых людей.

В 2020 году пандемия Covid-19 усугубила положение представителей старшего поколения, оказавшихся в самоизоляции.

И без того ограниченный круг общения сузился, а то и вовсе исчез. Привычное общение с родственниками и знакомыми стало возможным только с помощью интернета или телефона. Личные контакты были максимально ограничены. Многие пожилые люди оказались в социальном вакууме.

Большинство бытовых вопросов теперь тоже нужно было решать при помощи интернета. Оплата коммунальных платежей, запись на прием к врачу, заказ лекарств и продуктов питания, даже связь с социальными службами или волонтерами требовала хотя бы минимальных навыков владения компьютером.

Большое количество пенсионеров в силу разных причин не владели компьютерной техникой или вовсе не имели компьютера. В лучшем случае сохранялась возможность общения по телефону. Оплата счетов, налогов, получение писем требовало посещения мест массового скопления людей (Почта России, отделения банка и пр.), что в условиях пандемии было риском для здоровья, а иногда и жизни людей старшего поколения.

Частично проблемы, возникшие в режиме самоизоляции, решали волонтеры, организовав доставку продуктов питания, медикаментов и

прочих необходимых товаров. Но далеко не все пенсионеры были готовы к помощи незнакомых людей.

Цифровизация экономики и социальной сферы подразумевает все большее использование компьютеров, планшетов, смартфонов и цифровых технологий для нужд населения. И до пандемии многие пенсионеры испытывали сложности с использованием компьютера. Однако цифровизация все с большей скоростью проникает в повседневную жизнь, порой вынуждая старшее поколение идти в ногу со временем. Игнорировать компьютерную технику в современном мире невозможно.

Цифровизация рассчитана на молодых, не мыслящих свою жизнь без компьютеров и гаджетов. Но должны ли пожилые люди выпадать из жизни из-за научно-технического прогресса, призванного в первую очередь облегчить им жизнь. Может ли молодое поколение понять их нужды и страхи, а иногда и беспомощность перед стремительно меняющимися условиями жизни. А самое главное: могут ли представители молодого поколения изменить ситуацию к лучшему, ведь успешная социальная адаптация пожилых людей - основное условие поддержания качества их жизни на высоком уровне. К тому же старшее поколение не всегда может обойтись без помощи своих внуков и правнуков в вопросах использования компьютерной техники.

Важным также является вопрос о том, какую именно поддержку может оказать молодое поколение в поддержке и адаптации пенсионеров к современным условиям.

Объектом исследования является процесс адаптации пожилых лиц к условиям цифровизации.

Предмет исследования - деятельность молодых людей (студентов) по адаптации пожилых лиц к условиям цифровизации.

Цель исследования –теоретически обосновать и разработать меры помощи в адаптации лиц пожилого возраста к условиям цифровизации.

Гипотеза исследования. Меры адаптации пожилых лиц к условиям цифровизации должны включать мероприятия со стороны молодого поколения, направленные на своевременное выявление и оказание помощи людям из близкого окружения, организацию обучения пожилых людей и предоставления помощи в случае обращений (запросов)

Задачи исследования:

1. Охарактеризовать пожилых людей в качестве объекта работы.
2. Изучить проблемы социализации пожилых людей и их адаптации к условиям цифровизации.
3. Определить направления работы по изученным проблемам адаптации
4. Изучить существующие меры поддержки, обучения, оказания социальной помощи, существующие для пожилых людей в условиях цифровизации в Смоленске и Смоленской области.
5. Провести пробное обучение лиц пожилого возраста в соответствии с их потребностями и пожеланиями.

Методы исследования:

- теоретические: анализ, синтез, обобщение, сравнение;
- эмпирические: наблюдение, интервью, обработка данных.

Глава 1. Особенности социальной адаптации пожилых людей в условиях цифровизации

Старение – это естественный процесс как для любого человека, так и для всего общества.

К пожилым людям, в соответствии с классификацией Всемирной организации здравоохранения, относят людей, находящихся в возрасте от шестидесяти до семидесяти пяти лет. Этот возраст характеризуется в основном отстранением человека от социума, уменьшением контактов, и снижением уровня коммуникабельности. Зачастую образ жизни этой группы населения связан с тем, как именно они проводят свое свободное время. Особое значение имеют возможности, которые создает государство и

общество, частью которых они являются. Огромная роль в этом вопросе отводится семье и близким людям.

За последние десять лет количество лиц пожилого возраста в России увеличилась на три миллиона человек и на сегодняшний момент составляет около 23% процентов от общего населения Российской Федерации.

Число пожилых людей увеличилось из-за повышения уровня услуг, предоставляемого системой здравоохранения, качественного развития медицины, совершенствования санитарного надзора, улучшения (хоть и небольшого) экономической ситуации.

1.1. Особенности лиц пожилого возраста

В развитии человека выделяют следующие периоды: молодость, зрелость, старость, глубокая старость. Грань между двумя крайними периодами условна, так как старость не обязательно начинается у разных людей в тот момент, когда они достигают определенного возраста. Иногда признаки старости появляются намного раньше, а порой такие проявления незначительны, даже после достижения определенного возрастного рубежа. Поэтому принято разграничивать понятия календарного и биологического возрастов. Чаще всего наступление и признаки старости протекают у каждого человека по-разному, и зависят, прежде всего, от основных качеств личности и условий, в которых проходила его жизнь.

В пожилом возрасте социальное развитие зачастую связано с отдалением от активного участия в жизни общества – с выходом на пенсию. В этот период человек отстраняется от окружающего мира, его общительность снижается. А вот сосредоточенность на собственном внутреннем мире начинает превалировать. Это основные признаки прогрессирующего старения. Однако стоит помнить и о том, что в условиях, приводящих к такому состоянию, человек иногда оказывается искусственно, в силу стечения обстоятельств.

Адаптация к старости может проходить по одному из двух вариантов:

- поддержание и активное развитие социальных связей, постоянное общение;

- обособление, уход в себя с постепенно угасающими психологическими функциями.

Физическое состояние зачастую становится основой для функционирования пожилого человека в социуме и определяет его место в семье. Чаще всего разочаровываются в старости люди, страдающие от физического неблагополучия.

Особую роль играет также интеллектуальная активность, на которую влияют уровень образования человека, его здоровье, наличие работы или интеллектуального хобби, постоянная умственная тренировка. Важным для поддержания умственного здоровья может стать обучение на различных курсах, в том числе на курсах компьютерной грамотности.

Среди людей старшего возраста выделяют различные группы:

- лица с хорошим физическим здоровьем;
- лица с серьезными заболеваниями; проживающие с родственниками;
- одинокие;
- лица, позитивно оценивающие свой уход на пенсию;
- работающие пенсионеры, уставшие от работы;
- домоседы;
- активные (путешествия, посещение общественных мероприятий и пр.)
- разочарованные в жизни, отчаявшиеся.

Для того чтобы проводить качественную работу по адаптации лиц старшего возраста, нужно иметь представление об их социальном положении, изучить как их материальные, так и духовные нужды, особенности психики. Поэтому проще всего проводить адаптацию лиц, которые хорошо известны, например родственников, соседей или близких знакомых.

Следует также учитывать, что тяжелее всего воспринимают выход на пенсию те люди, чей труд высоко ценился в прошлом, а сейчас они остаются

не у дел, чувствуют себя ненужными, выброшенными из жизни. Часто при разрыве с трудовой деятельностью у пожилых лиц появляются хронические заболевания, снижается жизненный тонус, меняется психическое состояние. Таким образом посильный труд оказывается крайне важным, как источник сохранения долголетия и сохранения здоровья.

Людей старшего поколения полезно привлекать к работе различных общественных организаций, к работе с молодежью или маленькими детьми. Крайне важным оказывается общение с внуками и правнуками, возможность быть полезным для жизни подрастающего поколения.

В условиях пандемии многие аспекты общественной жизни становятся недоступны. Особенно остро это ощутили пожилые люди, многие из которых особенно остро восприняли дефицит общения. Те из них, кто уже получил обучение компьютерной грамотности, смогли перенести общение в социальные сети, но таких людей было немного. Основная часть продвинутых пользователей среди пожилых людей приходится на большие города, а жители регионов, и, особенно, небольших населенных пунктов, оказываются вырванными из социальной среды.

Большую роль для хорошего самочувствия престарелых играет атмосфера, сложившаяся в семье - доброжелательная или недоброжелательная, как делятся в семье обязанности между дедушками, бабушками, их детьми и внуками.

Не всегда комфортное положение пожилых людей в семьях зачастую определяется изменениями в мире. В современных условиях большой опыт старшего поколения не имеет прежнего значения. Более образованная молодежь по-другому смотрит на старшее поколение, не проявляя должного уважения. Чуткость, уважение к старшим должны определяться общей культурой членов семьи, той атмосферой, которая складывается в обществе.

Для пожилого человека семья очень важна в связи с необходимостью в общении, бытовой помощи, поддержания и организации качественной жизни. Так как престарелый человек уже не имеет хорошего здоровья,

прежней энергии, часто болеет, не может переносить нагрузки, он нуждается в особом питании, в уходе за собой, помощи в решении бытовых вопросов.

Именно дети, и ,чаще, внуки и правнуки, оказываются теми людьми, которые могут помочь своим бабушкам и дедушкам в социальной адаптации, научить их пользоваться компьютером, зарегистрировать их на портале «госуслуги», объяснить и показать как пользоваться мобильным банком. Именно такое общение поможет представителем разных поколений лучше понять друг друга, пожилым людям почувствовать себя увереннее в условиях цифровизации, а молодому поколению лучше понять проблемы пожилых, научиться уважению, терпению и реализовать свой долг по отношению к старшим членам семьи. Кроме того, люди старшего поколения чаще доверяют в вопросах финансовой грамотности знакомым людям (родственникам или соседям), реже официальным организациям (их сотрудникам), чем незнакомцам, пусть даже с самыми благими намерениями.

1.2. Проблемы адаптации пожилых людей (пенсионеров) к условиям цифровизации.

К основным проблемам старшего поколения относят:

1 Ограничение жизнедеятельности. Отказ от привычной жизни и необходимость ограничивать себя.

2 Снижение и полное отсутствие активной деятельности, уменьшение круга общения.

3 Разительные перемены в социальном статусе.

4 Неумение использовать свободное время.

В условиях цифровизации к проблемам добавляются также неумение, нежелание или невозможность (в том числе финансовая) пользоваться компьютерами и цифровыми технологиями, а также страх такого использования.

Решение проблем предполагает адаптацию к ним.

Адаптация (от лат. adaptation, adaptare - приспособлять) - это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям.

Трудности процессов адаптации прежде всего представляют как затруднения комплексного исследования индивида и окружающей его действительности.

Социальная адаптация - это процесс приспособления индивида к новым условиям. Это важнейший механизм социализации.

Критериями успешной адаптации старшего поколения являются: новый социальный статус, эмоциональная и психологическая удовлетворенность жизнью.

На адаптацию влияют:

- характеристика района проживания (уровень благоустройства, доступность транспортного сообщения);

- характеристика семейно-бытовой сферы (состав семьи, раздельное или совместное проживание, отношения в семье к пожилым людям, уровень душевного дохода или материальной помощи от членов семьи);

- социально-демографическая характеристика индивида (пол, возраст, наличие супруга (супруги), уровень образования, стаж, размер пенсионных выплат);

- общее состояние физического и психологического здоровья:

- ценностные установки во всех сферах деятельности (труд, досуг, семья, общественная деятельность);

- социальные установки (принятие помощи от детей внуков или социальных работников);

- показатели удовлетворенности уровнем жизни и положением в социуме;

- мнение об организациях, связанных с медицинским и бытовым обслуживанием пожилых людей, их социальным обеспечением,

В условиях цифровизации особенно важными становятся взаимоотношения с членами семьи, возможность приобретения техники,

желание и способности к обучению, доверие к посторонним и близким людям.

Для экономической адаптации старшего поколения, следует организовывать и поощрять посильную трудовую занятость лиц пожилого возраста. Это будет способствовать не только улучшению материальных и бытовых условий, но не позволит полностью оторваться от жизни, сохранит психологическое здоровье и способности к социализации и коммуникации.

Социально-педагогическая адаптация решает вопросы формирования ценностных ориентиров лиц пожилого возраста. Активную помощь могут оказывать системы образования. (школы, колледжи, центры дополнительного образования)

Социально-психологическая адаптация основана на различных способах и методах приспособления психики индивида к стрессу и защиты психики от чрезмерной нагрузки

Значительную роль в этом играют:

- дискуссионная терапия,
- психодрама.
- поведенческая терапия,
- методы невербальной активности (пантомима, музыкотерапия, арттерапия).

Социально-педагогическая адаптация лиц старшего поколения предполагает индивидуальное и массовое обучение на специальных курсах, с помощью специальной литературы. Особая роль в сегодняшнем мире отводится так называемому цифровому обучению посредством сети Интернет.

В социально-педагогической адаптации активно используются вопросы организации курсов по различным направлениям деятельности. Большую популярность приобретают курсы компьютерной грамотности, продвижению сайтов, копирайтинга и других. направлений деятельности, связанным с использованием компьютерной техники.

Значительный интерес представляет перенос всех сфер человеческой жизни в виртуальный цифровой способ реализации. Необходимо объяснять людям пожилого возраста необходимость и пользу от использования возможностей Интернета, порталов, мобильных банков, онлайн магазинов, социальных сетей и мессенджеров.

Люди, которые в силу определенных причин не могут выходить из дома (состояние здоровья, пандемия и пр.) получают возможность оплачивать счета, заказывать доставку продуктов питания и одежды, изучать новые виды деятельности, виртуально путешествовать.

Социальные сети, мессенджеры, программы для видеосвязи (Skype) предоставляют неограниченные возможности для общения с членами семьи, друзьями, сверстниками. Особенно актуальным такое общение становится в случаях, когда родственники или знакомые проживают в другом городе или стране.

Наиболее активные представители старшего поколения смогут использовать возможности сети Интернет для дополнительного заработка.

Кроме того, посредством интернета можно находить новых друзей, узнавать последние новости, смотреть фильмы, читать книги.

Изучив цифровые технологии на самом простом уровне, пожилые люди смогут удовлетворить круг своих потребностей.

Таким образом можно сказать, что правильно организованная социальная среда облегчает установление и поддержание разнообразных коммуникативных контактов, становится одним из основных инструментов связи пожилого человека с окружающим миром, предоставляет возможности дополнительного заработка, становится местом активного отдыха. Следовательно, цифровая среда является фактором, направленным на замедление старения.

Глава 2. Оказание помощи в адаптации пожилых людей к условиям цифровизации

Оказание помощи в адаптации – сложный комплексный процесс, который требует от его участников определенных знаний в нескольких областях: психологии, педагогики, информатики, социологии.

Оказание помощи предполагает комплекс мер, направленных на социальную адаптацию, психологическую поддержку, помощь в обучении (самостоятельном или на курсах компьютерной грамотности).

Для оказания помощи пожилым людям, прежде всего, нужны такт, терпение и уважительное отношение.

Учитывая темпы распространения Covid 19, ужесточение режима повышенной готовности в Смоленском регионе, пожилым людям уже сейчас требуется и техническая, и психологическая помощь, и помощь в обучении.

Именно оказание помощи родным и близким людям в сложных условиях становится важнейшим испытанием для представителей всех поколений.

Но прежде, чем приниматься за разработку мер поддержки, стоит выяснить, насколько в ней нуждаются в действительности, какие меры уже принимаются на территории региона и оценить собственные силы и возможности для предоставления помощи родным и близким.

2.1. Меры поддержки пожилых людей в адаптации к условиям цифровизации в Смоленске и Смоленской области

В условиях пандемии губернатором Смоленской области А.В. Островским был объявлен режим повышенной готовности (Указ Губернатора Смоленской области от 18.03.2020 № 24 "О введении режима повышенной готовности")

На протяжении всего режима повышенной готовности, который сохраняется на территории региона по сей день, активно действовало волонтерское движение.

В первую очередь волонтеры Смоленщины оказывали помощь лицам из групп риска, в частности пожилым людям, инвалидам и лицам, находящимся на самоизоляции из-за пандемии Covid 19.

Примером может стать «Смоленский волонтерский центр по оказанию помощи гражданам в связи с пандемией коронавируса»

Мобильные бригады, входящие в его состав включают в себя не только «Волонтеров Победы», «Волонтерскую роту Боевого Братства», но также множество активных жителей региона. В случаях необходимости волонтеры организуют доставку лекарственных препаратов и продовольствия в кратчайшие сроки.

Однако волонтерское движение никогда не ставило перед собой задачи оказания помощи при работе с компьютером, оплате счетов и коммунальных платежей, заказе продуктов и медикаментов в онлайн магазинах.

В регионе работают курсы обучения компьютерной грамотности. Сроки обучения и стоимость их слегка варьируется в зависимости от города проживания и направления подготовки.

Так, в Смоленской области в последние несколько лет реализуются национальные проекты, в том числе по переобучению пенсионеров и предпенсионеров. Обучение проходит на базе СОГАУ ДПО «Учебный центр» по направлениям от центров занятости региона и является абсолютно бесплатным для слушателей. Среди более чем 25 курсов, по которым ведется подготовка, два курса направлены на обучение компьютерной грамотности: «Оператор ЭВ и ВМ» и «Информационные технологии». Однако ни один из них не предполагает обучение работе с мобильным банком, порталом госуслуг, порядком заказа товаров в интернет-магазинах.

Участники исследования обзвонили еще ряд организаций города Смоленска и Смоленской области, оказывающих услуги по обучению пенсионеров и выяснили, чему именно учат на курсах компьютерной грамотности, уточнили стоимость и сроки обучения.

Результаты опроса представлены в таблице.

Обучение на курсах компьютерной грамотности в г. Смоленске и Смоленской области

| Название организации | Адрес и телефон организации | Название курса обучения | Что входит в курс | Стоимость курса (за 1 занятие), руб. | Срок обучения |
|--|--|--|---|---|---|
| Компьютерный центр «ИКС-учебный класс» | г. Смоленск, ул. Памфилова, д 5. Тел 8(4812)62-50-36- | Курсы компьютерной грамотности Продвижение сайтов | Основы работы с компьютером, работа с пакетом программ Microsoft office, работа в интернете, социальных сетях Продвижение сайтов | 500 | В зависимости от количества выбранных занятий |
| Учебный центр «Verno» | г. Смоленск, ул. Попова, д. 112а Тел. 8-950-705-07-16 | ПК для начинающих Компьютерная графика | Основы работы с компьютером, работа с пакетом программ Microsoft office, работа в интернете, | 400 | Минимум 1 занятие. Учеба проводится 3 раза в неделю (понедельник, |

| | | | | | |
|---------------------------------|--|--------------------------------------|---|-----|---|
| | | | социальных сетях | | среда, пятница) Курс рассчитан на месяц |
| Компьютерный клуб М2 | ул.25 сентября, д.20 8 (4812) 63-63-97 | Оператор ЭВ и ВМ | Начальные сведения об устройстве и работе компьютера, файловая структура, набор текста , Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point | 300 | Зависит от посещения |
| Компьютерный центр «Этерком» | г. Смоленск, ул. Пригородная, д.4 8 (4812)46-04-63 | Курсы компьютерной грамотности | Начальные сведения об устройстве и работе компьютера, файловая структура, набор текста , Microsoft Word, Microsoft Power Point, работа в интернете | 500 | Зависит от посещения |

| | | | | | |
|--|---|--------------------------------------|--|-----|-------------------------|
| Компьютерный клуб «CyberArena» | г. Смоленск, ул. Петра Алексеева, д. 16 | Обучение работе с компьютером | Основы работы с текстовым редактором, работа в интернете, социальных сетях | 400 | 1 месяц |
| Вяземская детская школа искусств им. А.С. Даргомыжского, | г. Вязьма ул. Бауманская, д. 7 Тел. 8(4813)15-09- 19 | Курсы компьютерной грамотности | Работа с офисными программами, основы работы в интернете, в социальных сетях, работа с графикой | 300 | Зависит от посещения |
| Учебный центр «Абакус» | г. Вязьма Ул. Маяковского д. 9 8-800-555-34-65 | Оператор ЭВ и ВМ | Основы работы в интернете, работа с офисными приложениями. | 300 | месяц |
| Вяземский политехнический техникум | г. Вязьма, ул. Заводская, д. 38 Тел. 8 (4813)16-31- 41 | Оператор ЭВ и ВМ | Начальные сведения об устройстве компьютера, Блокнот, текстовые редакторы, электронные таблицы, основы работы в | 250 | |

| | | | | | |
|----------------------------|---|---|---|-----|------------------------------|
| | | | интернете | | |
| Игровой клуб «G-point» | г. Ярцево, Ленинградский просп., д. 93А | Курсы компьютерной грамотности | Начальные сведения об устройстве компьютера, текстовые редакторы, работа с презентациями, работа в интернете и социальных сетях, основы работы с фотографией и графикой | 400 | месяц |
| Детская школа искусств № 1 | г. Сафоново, ул. Строителей, д. 3 Тел. 8 (4814) 24-22-44 | Курсы компьютерной грамотности и графического дизайна | Основы работы с текстовым редактором, основы работы в электронных таблицах, основы создания презентаций, работа в сети Интернет | 200 | Зависит от посещения занятий |

| | | | | | |
|--------------------------------------|--|--|---|-----|-------|
| Школа дизайна и компьютерной графики | г. Демидов Ул. Ленина д. 12 Тел 8-920-335-32-18 | Основы компьютерной грамотности и графического дизайна | Основы устройства компьютера, основы компьютерной графики, работа в сети интернет | 500 | месяц |
| Курсы «ИнПро» | г.Рославль, адрес не указан, возможна только онлайн-запись Тел. 8 913-277-89-82 | Курсы обучения работе на компьютере | Основы работы с компьютером, текстовые редакторы, электронные таблицы, сайты, чаты, социальные сети | 410 | месяц |

Таким образом, в г. Смоленске и Смоленском регионе довольно широко проводится обучение на курсах компьютерной грамотности для населения. Практически ни одни из этих курсов не позиционируются как курс для людей пожилого возраста, однако на них могут обучаться люди пожилого возраста. Ограничений по возрасту нет.

Стоимость обучения по региону варьируется в пределах 200-500 рублей за 1 занятие. Сравнительный анализ стоимости обучения представлен на диаграмме

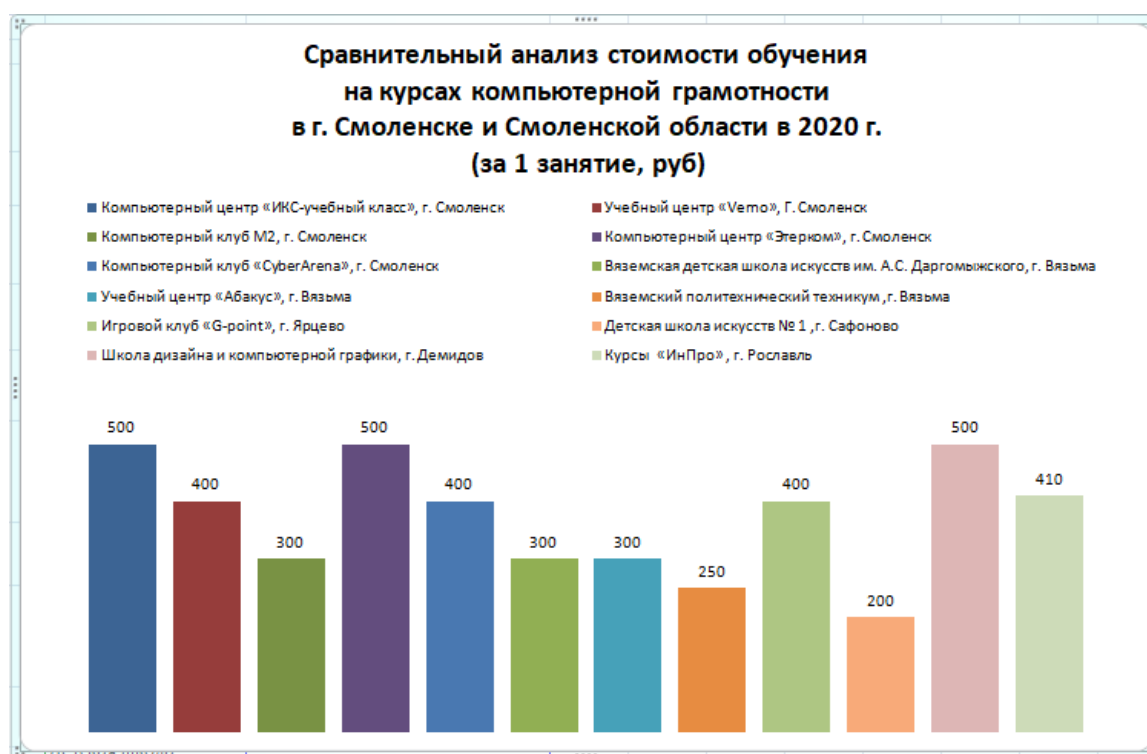


Рис. 1

Продолжительность обучения составляет один месяц, однако может варьироваться в зависимости от посещения занятий обучающимся (слушателем). Основное количество курсов предоставляет возможность выбора отдельных занятий в зависимости от необходимой тематики.

Основными компьютерными программами, работе с которыми обучают на вышеуказанных курсах, являются:

- стандартные программы Windows (например, Блокнот, Paint)
- текстовые редакторы (Microsoft Word)
- электронные таблицы (Microsoft Excel)

- программы для создания презентаций (Microsoft Power Point)
- браузеры (работа с сайтами, социальными сетями, чатами)
- фоторедакторы и графические редакторы (Paint, Adobe Photoshop)

Следовательно, ни одни из курсов не предполагает обучение работе с порталом госуслуг, мобильным банком.

Только в трех организациях (Вяземский политехнический техникум, Учебный центр «Абакус», Компьютерный центр «ИКС-учебный класс») при обучении работе в сети интернет затрагивают вопросы заказа товаров через интернет.

Для выяснения направлений помощи в адаптации лиц пожилого возраста к условиям цифровизации социальной сферы и экономики была разработана анкета (Приложение 1)

В анкетировании лиц пожилого возраста принимали участие студенты первого курса ОГБПОУ «Смоленский строительный колледж» (группы А-1-20, ЗОУ-1-20, МГ-1-20, СД-1-20, СУ-1-20, СУ-2-20, Э-1-20). Было опрошено 120 лиц пожилого возраста (от 60 до 75 лет).

Обработка и анализ полученных данных позволили сделать следующие выводы:

- Пользуются компьютером 22 человека (18,3%)
- Пользуются смартфоном – 70 человек (58,4%)
- Пользуются планшетом – 3 человека (2,5%)
- Пользуются и компьютером и смартфоном – 11 человек (9,2%)
- Не пользуются ничем из перечисленного – 14 человек (11,6 %)

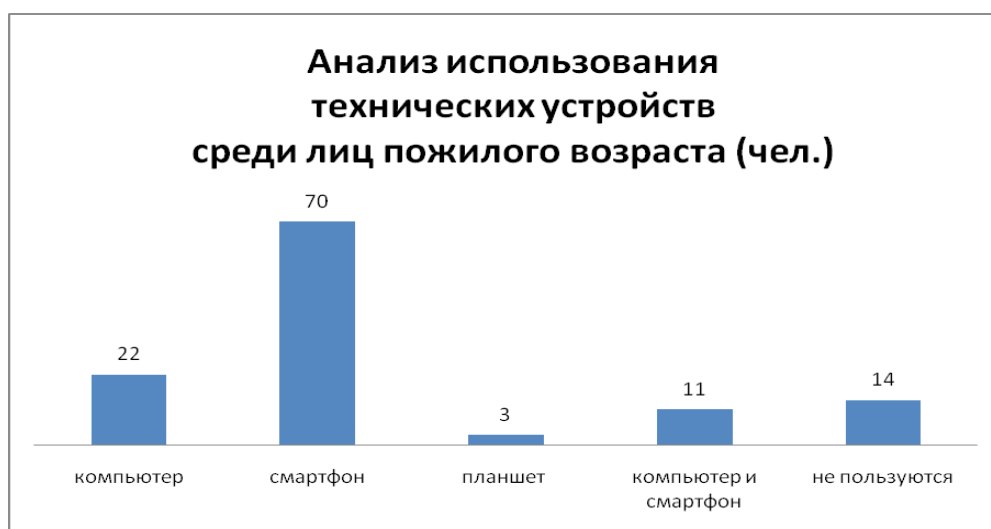


Рис. 2

Из 120 респондентов:

- Обучались работе на компьютере - 39 человек (32,5%).
- Хотят обучаться – 53 человека (44,2%)
- Не обучались и не хотят обучаться – 28 человек (23,3%)



Рис. 3

Стоит отметить, что основное количество респондентов, прошедших обучение или умеющих работать на компьютере, находятся в возрасте 60-62 лет. Респонденты более старшего возраста реже хотят иметь дело с компьютерной техникой и готовы обучаться скорее по необходимости.

Из числа пожилых людей, прошедших обучение на курсах или самостоятельно показатели распределились следующим образом (с учетом того, что один человек может владеть несколькими умениями):

- Умеют пользоваться социальными сетями – 18 человек
- Умеют пользоваться порталом «госуслуги» – 7 человек
- Умеют пользоваться мобильным банком – 9 человек
- Умеют заказывать через интернет продукты питания/медикаменты – 6 человек
- Умеют пользоваться средствами видеосвязи (Skype, WhatsApp, Viber) – 12 человек
- Работают в сети Интернет – 6 человек

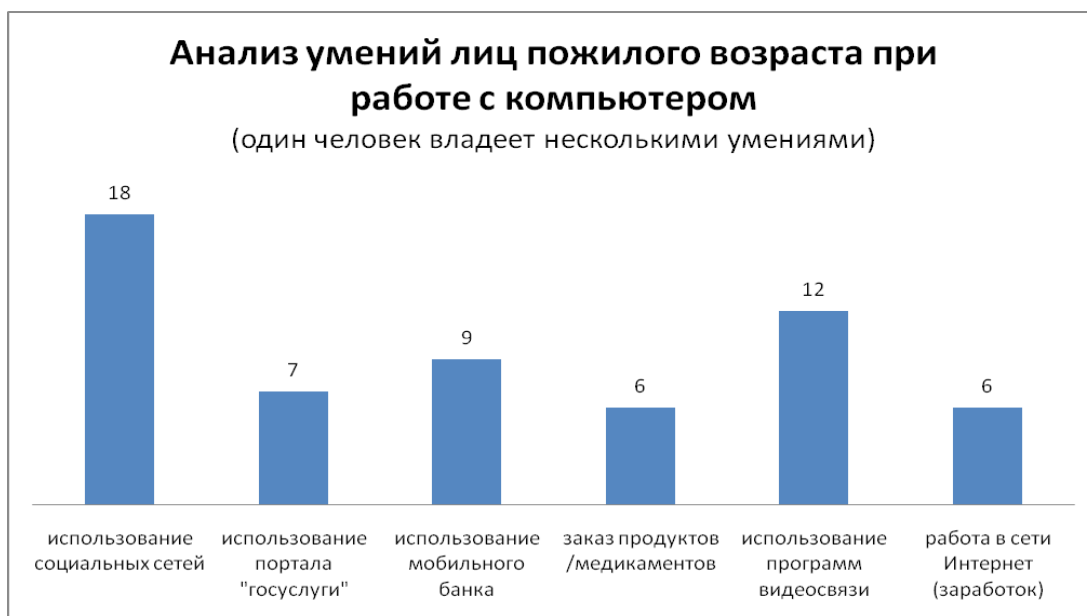


Рис. 4

Из ответов желающих пройти обучение выбор направлений распределился следующим образом (с учетом того, что один человек изъявил желание обучаться нескольким направлениям работы):

- социальные сети – 23 человек
- заказ продуктов и медикаментов – 33 человек
- мобильный банк – 20 человек
- портал госуслуги – 12 человек
- программы для видеосвязи - 5 человек



Рис. 5

Только один респондент выразил желание о дополнительном обучении ведению собственного youtube-канала по кулинарии.

Из 120 человек 100% респондентов готовы доверить свое обучение и помощь в использовании Интернет-ресурсов исключительно родственникам (детям, внукам). При этом помощь пожилые люди готовы принимать только на период обучения.

Кандидатуры работников банков, социальных работников, соседей и знакомых не получили ни одного положительного отзыва.

По результатам анкетирования были определены направления подготовки, по которым должна проводиться работа по адаптации лиц пожилого возраста к условиям цифровизации:

- поиск лиц пожилого возраста, желающих получить помощь
- подготовка студентов к обучению родственников пожилого возраста
- проведение обучения
- опрос лиц, прошедших обучению на предмет выявления достоинств и недостатков работы
- коррекция подготовки студентов на основе полученных данных (при необходимости)

1.4. Работа группы по обучению лиц пожилого возраста.

После анализа данных анкетирования среди студентов первого курса было объявлено о поиске добровольцев, желающих обучать своих близких и родных работе с компьютерной техникой. Приоритет отдавался студентам и их родственникам, принявшим участие в анкетировании.

Большинство пожилых родственников, выразивших желание поучаствовать в исследовании, оказалось у студентов группы Э-1-20. Таким образом, была сформирована группа «учителей», состоящая из 10 студенток этой группы.

Были определены (на основании пожеланий обучающихся лиц пожилого возраста) два направления подготовки:

- заказ продуктов / медикаментов через интернет,
- использование программ для видеосвязи (Skype, WhatsApp, Viber).

Девушки прошли предварительные консультации с разработчиком проекта (в присутствии преподавателя). Целью данных консультаций была проверка умений студенток в части использования программ видеосвязи и заказа товаров в интернет-магазинах. Также «учителя» получили консультацию по поводу психологических особенностей обучения людей пожилого возраста, в частности были подготовлены к тому, что их бабушки и дедушки могут медленно запоминать материал и с трудом воспринимать новые для них термины. Особое внимание в процессе консультаций было уделено тому, что пожилые люди очень бережно относятся к компьютерной технике и часто боятся испортить дорогостоящую вещь неправильным использованием. К тому же не все представители старшего поколения могут быть морально готовы к обучению у собственных внуков.

Девушки в период с 09.10. 2020 по 23.10 2020 проводили обучение своих родственников пожилого возраста работе с компьютерами и смартфонами. Занятия проводились ими ежедневно. Продолжительность каждого занятия не оговаривалась заранее. Однако стоит отметить, что по результатам проведенной работы время ежедневного занятия варьировалось у каждого «учителя» в

промежутке от 40 до 60 минут. Выбор времени начала занятия в каждой семье также выбирался самостоятельно.

По результатам обучения студентками Шаховой Александрой и Клименковой Вероникой (группа Э-1-20) посредством видеосвязи был проведен устный опрос пожилых людей, прошедших обучение. При опросе присутствовал преподаватель.

На основании опроса были выявлены следующие достоинства и недостатки прошедшего обучения, названные пожилыми людьми. Стоит отметить, что некоторые достоинства и недостатки не всегда касались непосредственно обучения, но могут считаться важными с точки зрения социализации лиц пожилого возраста.

Таблица 2

Достоинства и недостатки опроса обучаемых

| Достоинства | Недостатки |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - возможность обучаться дома - возможность обучаться в удобное время - обучение проводит родственник, к которому испытываешь доверие - увеличивается время общения бабушек (дедушек) и внуков - стали лучше понимать друг друга представители разных поколений | <ul style="list-style-type: none"> - трудности в запоминании материала с первого раза. - у представителей молодого поколения не всегда хватает терпения для многократного объяснения темы - необходимость изучения новых терминов - страх перед оплатой товаров, при заказе через интернет - необходимость установки дополнительных программ на компьютер / смартфон, с чем не сразу удалось справиться |

Также был проведен устный опрос среди студентов группы Э-1-20 об их опыте работы по обучению. На основании этого опроса тоже были выявлены достоинства и недостатки.

Таблица 3

Достоинства и недостатки обучающихся.

| Достоинства | Недостатки |
|---|---|
| <p>-лучше понимаешь, что и как нужно делать после того, как приходится объяснять материал кому-то</p> <p>- бабушка становится «продвинутой», радуется как ребенок, когда все получается (увлечение процессом)</p> <p>-проще научить бабушку пользоваться программой, чем постоянно делать что-то за нее</p> | <p>- обучать кого-то тяжело</p> <p>- приходилось объяснять одно и то же несколько раз</p> <p>-бабушка (дедушка) забирала компьютер для дополнительных занятий</p> |

Студентки группы Э-1-20 в целом положительно оценили свой педагогический опыт. 8 из 10 студенток выказали желание и в дальнейшем самостоятельно помогать своим родственникам пожилого возраста в освоении компьютерных программ. Никто из студенток не произнес этого вслух, но было видно, что они гордятся успехами своих пожилых родственников (и своими собственными). А это свидетельствует о том, что они стали друг другу немного ближе. Возник еще один хрупкий мостик взаимопонимания между поколениями, появилась общность интересов.

Учитывая пожелания и отзывы студенток группы «учителей» и пожилых лиц, прошедших обучение, были приняты решения:

1. Признать работу по обучению лиц пожилого возраста удовлетворительной
2. Продолжить работу по выявлению желающих и обучению компьютерной грамотности родственников пожилого возраста (в соответствии с их потребностями)

Заключение.

Учитывая вызовы сегодняшнего дня, одним из важных и актуальных вопросов остается адаптация лиц старшего поколения к условиям цифровизации всех сфер жизни.

В результате проделанной работы по разработке и теоретическому обоснованию мер помощи в адаптации пожилых лиц к условиям цифровизации была не только достигнута цель исследования, но и подтверждена гипотеза. Молодое поколение может и должно участвовать в мероприятиях по своевременному выявлению и оказанию помощи близким людям, в обучении их компьютерной грамотности.

Такое обучение предполагает не только непосредственно передачу знаний от одного поколения другому, но и способствует возникновению взаимопонимания, увеличивает частоту и продолжительность общения бабушек и внуков. Оно оказывается менее стрессовым для лиц пожилого возраста, которые чаще всего доверяют в важных (особенно финансовых) вопросах только членам своей семьи, да и то на период обучения.

Общение в процессе обучения пожилых членов семьи помогает студентам осознать важность и ценность помощи близким людям, а представителям старшего поколения - адаптироваться к современным цифровым условиям жизни.

Важным результатом можно считать и то, что несмотря на трудности, возникавшие в процессе обучения, студенты и их пожилые родственники выказали готовность к продолжению такого внутрисемейного обучения и взаимопомощи.

Студенты, принимавшие участие в исследовании также согласны на продолжение исследовательской работы в этом направлении. Работа группы по обучению – это лишь первые хрупкие (хотя и обнадеживающие) результаты. В целом же исследование требует более длительной работы с большим количеством участников процесса.

Участники исследования отмечают, что в будущем, накопив опыт, станет возможным создание интернет-портала или youtube-канала с роликами для

дальнейшего обучения пожилых людей, которыми сможет пользоваться большое количество людей.

Список использованных источников

1. Авдеюк, О. А. Освоение новых информационных технологий как способ адаптации людей пенсионного возраста в информационном обществе / О. А. Авдеюк, Т. С. Хворост, Д. Н. Авдеюк. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2017. — № 8 (67). — С. 760-763.
2. Александрова М.Д. Отечественные исследования социальных аспектов старения // Психология старости и старения: Хрестоматия / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. - М.: Академия, 2018 - С.55-56.
3. Альперович В.Д. Социальная геронтология. - Ростов н/Д.: Феникс, 2017, с. 185-188
4. Анурин В. Некоторые проблемы социологии старости // Психология старости и старения: Хрестоматия / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. - М.: Академия, 2019 - С.88-90.
5. Бацман Р. Духовные проблемы пожилых людей // Проблемы старости: духовные, медицинские и социальные аспекты: Сб. трудов / Под ред. А.В. Флинта. - М.: Свято-Дмитриевское училище сестер милосердия, 2018. - С.53-92.
6. Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Особенности самооценки в позднем возрасте // Психология старости и старения: Хрестоматия / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. - М.: Академия, 2020. - С.135-148.
7. Максимова С.Г. Социально-психологическая адаптация: особенности формирования и развития у лиц пожилого и старческого возраста. - Барнаул: Изд-во Алт. ун-та, 2019. - 145 с
8. Пухальская Б.М. Психологические особенности пожилых и старых людей // Старость. Популярный справочник. Пер. с польского. - М.: Научн. изд-во "Большая Российская Энциклопедия", 2016, с. 257-258
9. Ташева А.И. Концепция организации психологической помощи одиноким людям пожилого возраста // Психология старости и старения: Хрестоматия / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. - М.: Академия, 2018. - С.349-353.

Анкета

(анкетирование проводится анонимно, с целью выяснения необходимости оказания помощи пожилым людям)

1. Укажите, пожалуйста, Ваш возраст _____
2. Пользуетесь ли вы компьютером____, планшетом____, смартфоном____ (отметьте нужное)
3. Обучались ли вы когда-либо на курсах компьютерной грамотности
да____ нет____ хочу обучаться_____
4. Пользуетесь ли вы порталом госуслуги (запись на прием к врачу, оплата налогов, штрафов, получение выписок из Пенсионного фонда, справок)
да____ нет____ хочу научиться_____
5. Пользуетесь ли вы социальными сетями (Одноклассники, Вконтакте, Facebook, Инстаграм)
да____ нет____ хочу научиться_____
6. Пользуетесь ли вы мобильным банком (оплата коммунальных платежей, перевод денег родным и близким, открытие/закрытие вкладов, оформление/оплата кредитов)
да____ нет____ хочу научиться_____
7. Заказываете ли вы что-либо через интернет-магазин (продукты питания, медикаменты, бытовые товары, одежду и пр.)
да____ нет____ хочу научиться_____
8. Связываетесь ли вы с родственниками и друзьями с помощью программ для видеосвязи (Skype, WhatsApp, Viber)_____
да____ нет____ хочу научиться_____
9. Работаете ли вы при помощи компьютера и Интернета_____
да____ нет____ хочу научиться_____
10. Чему вы хотели бы научиться в сети Интернет _____
11. Кому вы доверили бы обучение вышеперечисленным услугам
- родным (детям, внукам и пр.)_____
-знакомым (соседям, детям знакомых)_____
- профессиональным преподавателям (на курсах повышения квалификации/переподготовки и пр.) _____
-специалистам социальной службы _____
-кому-то еще _____ если да, то кому_____
12. Если вы не хотите обучаться и самостоятельно пользоваться компьютером и Интернетом, то кому вы смогли бы довериться для оказания вам помощи при необходимости (например, в условиях пандемии)
- родным (детям, внукам и пр.)_____
-знакомым (соседям, детям знакомых)_____
-специалистам социальной службы _____
-банковским служащим _____
-кому-то еще _____ если да, то кому_____