

ИНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ РОЗВИТОК У СТАРОСТІ**Коваленко-Кобилянська І.Г. Інтелектуальний розвиток у старості.**

Анотація. *Старіння населення і динаміка економічного розвитку суспільства потребує перманентного навчання людини протягом всього періоду розвитку, включаючи старість. Навчання в даному віковому періоді має ряд особливостей. Від міри адаптації до нових умов залежить стиль старіння і здоров'я (психічне і фізичне) людини.*

Обговорюється проблема збереженості вищих психічних функцій у людей «третього» віку за допомогою використання віртуального навчального середовища. У статті наведено фрагменти дистанційного курсу «Інтелектуальна підтримка 50+». Особливістю дистанційного курсу є спрямованість не на отримання нових знань, а на загальну стимуляцію когнітивної сфери.

Відзначається важливість фіксації старіючою людиною проблеми зниження психічних функцій і наявність мотивації. Акцентується увага на тому, що ставлення до індивідуальної психічної збереженості в старості є показником соціальної зрілості особистості.

Ключові слова: *старіння, інтелект, розвиток, віртуальне середовище навчання, самостійна робота, ефективність навчання.*

Коваленко-Кобылянская И.Г. Интеллектуальное развитие в старости.

Аннотация. *Старение населения и динамика экономического развития общества требует перманентного обучения человека во все периоды его развития, включая старость. Обучение в данном возрастном периоде имеет ряд особенностей. От степени адаптации к новым условиям зависит стиль старения и здоровье (психическое и физическое) человека.*

Обсуждается проблема сохранности высших психических функций у людей «третьего» возраста посредством использования виртуальной обучающей среды. В статье приведены фрагменты дистанционного курса «Интеллектуальная поддержка 50+». В статье указано, что курс содержит шесть модулей, состоящих из

інтерактивних тренажерів, розділених на рівні складності і ролевих упражнень.

Отмечены важность фиксации стареющим человеком проблемы снижения психических функций и наличие мотивации. Акцентируется внимание на том, что отношения к индивидуальной психической сохранности в старости является показателем социальной зрелости личности. Особенностью дистанционного курса является направленность не на получение новых знаний, а на общую стимуляцию когнитивной сферы.

Ключевые слова: старение, интеллект, развитие, виртуальная среда обучения, самостоятельная работа, эффективность обучения.

Kovalenko-Kobylanska I.G. Intellectual development in old age.

Abstract. *Aging of population and dynamics of economic development of society requires permanent education of a person during the all period of development, old age including. Education in this age has some specific features. Style of aging and health of a man (physical and psychological) depends on the degree of adaptation to the modern conditions.*

The course covers the issue of protecting the higher mental functions in people of the "third" age through the use of virtual learning environment. Fragments of the distance course "Intellectual support 50+". The article states the course comprises six modules consisting of the interactive simulators divided into complexity levels and the role exercises.

Special attention is paid to the fact that the attitude to individual mental preservation in one's old age is an indicator of social maturity of the individual. The attention is drawn to the fact that this remote course is distinguished for its purpose of not obtaining the knowledge, but general stimulating of cognitive aspect.

Keywords: *aging, intellect, development, virtual environment of educating, self-guided work, efficiency of teaching.*

Постановка проблеми. Тема розвитку інтелекту в онтогенезі людини, будучи актуальною упродовж тривалого часу, залишається мало вивченою, що зумовлено її складністю. Вивчаючи когнітивний розвиток особистості, дослідники здійснюють порівняльний аналіз чоловічого і жіночого інтелекту, його особливості в різні періоди життя. У науковій психологічній літературі термін «розвиток» стосовно інтелекту має конотацію «адаптивне висхідне». Що, в принципі,

недостатньо повно відображає проблему реальної адаптації людини похилого віку в соціумі. Адаптація особистості до соціальних умов може відбуватися шляхом як спадного, так і висхідного розвитку, тобто має два основних вектори. У період старіння проблема вибору бажаного вектора є вирішальною для повної реалізації особистісного потенціалу людини.

Мета роботи – акцентувати увагу суспільства на актуальності проблеми позитивного психічного старіння та запропонувати можливі шляхи вирішення цієї проблеми. Для цього створено курс «Інтелектуальна підтримка 50+» який можна запропонувати в якості структурованої основи для оптимізації вищих психічних функцій у період старіння і формування у людини похилого віку мотивації до пролонгованої інтелектуальної діяльності протягом усього періоду життя [2]. Передбачається, що результати діяльності у проекті опосередковано можуть сприяти гармонізації життя старіючої людини завдяки загальній оптимізації її інтелектуальної діяльності.

Методика. Курс умовно розділений на три частини: ознайомча, мотиваційна, корекційна. Основна, корекційна частина проекту представлена шістьма модулями: «Уява», «Увага», «Пам'ять», «Мислення», «Орієнтація», «Життєві ситуації». Поділ когнітивної сфери людини в рамках курсу на окремі психічні процеси має умовний характер. Кожен модуль курсу містить ряд інтерактивних завдань, розділених на рівні складності. Завдання кожного модуля спрямовані на актуалізацію конкретного психічного процесу і містять певну кількість інтерактивних елементів курсу [3].

Враховуючи психологічні особливості людей пізнього віку, ми у вигляді експерименту відмовилися від жорсткого регламентування курсу, надавши потенційним учасникам можливість самостійного безперешкодного пересування в межах модулів і завдань, обираючи рівень складності на свій розсуд.

Учасникам курсу було запропоновано кілька варіантів комунікації:

- спілкування з консультантом у відкритому форматі (на форумі);
- спілкування з консультантом в індивідуальному порядку (за допомогою електронної пошти);
- спілкування учасників між собою на форумі розглядалося як пріоритетне. Такий вид комунікації може бути корисний для всіх актантів проекту, оскільки потенційні запитання всіх учасників можуть

охопити велике коло проблем, вирішення яких може бути значущим для кожного.

Результати роботи. На базі лабораторії нових інформаційних технологій навчання Київського інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України розроблено дистанційний курс «Інтелектуальна підтримка 50+». У проєкті взяло участь 102 особи віком від 53 до 70 років. 30% чоловіків і 70% жінок, 85% – самотні жителі мегаполісу.

На етапі реєстрації учасників проєкту було виявлено наступні проблеми:

1. Сама процедура реєстрації виявилася складною для деяких потенційних учасників похилого віку.

2. Небажання афішувати свою участь у корекційному проєкті. Близько 70% від усієї кількості потенційних учасників проєкту (слухачі університетів третього віку) відмовилися від роботи в проєкті без можливості анонімної участі і погоджувалися брати участь у проєкті лише за умови відсутності реєстрації (навіть під вигаданим ім'ям). Що, безперечно, свідчать також і про недостатній ступінь мотивації цих людей похилого віку до пропонованої діяльності. 15% від загальної кількості тих, хто взяв участь у проєкті, скористалися можливістю зареєструватися під вигаданим ім'ям і продовжили роботу. Пропозицією візуалізувати свою особистість, помістивши фотографію, скористався лише один з актантів. Це один учасник помістив не власну фотографію, а гротескний портрет молодої людини. Решта проігнорували цю пропозицію.

В результаті досить низькою виявилася зацікавленість матеріалами вступної та мотиваційної частинами курсу. Так, наприклад, рубрику «Для кого призначено курс» відвідали лише 50% від загальної кількості зареєстрованих учасників. Несподівано незначними були результати відвідування рубрики «Активні люди похилого віку», в якій представлено цікаві приклади позитивного психічного старіння. Тільки 24% від загальної кількості учасників проявили інтерес до цієї теми, а 76% навіть не відкривали сторінки рубрики.

Під час роботи у проєкті слід зазначити тенденцію більшості актантів – ігнорування тих завдань, які розглядалися ними як складні, й виконання тих, які не вимагають значних зусиль. Недотримання правил курсу і принципу поступального розвитку призводило до значного погіршення результатів, що, як наслідок, сприяло зниженню рівня мотивації для подальшої діяльності у проєкті.

Кожному учаснику проекту було запропоновано вести індивідуальний віртуальний щоденник, у якому відображені узагальнені результати його діяльності протягом усього періоду активності у проекті. Тільки 27% учасників з числа зареєстрованих скористалися запропонованою опцією.

Найбільш затребуваними завданнями виявилися кілька завдань модуля «Уява» і їх виконували 65% від загальної кількості зареєстрованих у курсі. Завдання цього модуля не обмежені часом виконання і не можуть бути оцінені за якістю їх відтворення, оскільки є проявом творчої діяльності. Оцінювати рівень власних досягнень міг тільки сам учасник проекту, при цьому у нього не було можливості порівняти результати своєї роботи з результатами робіт інших актантів. Результати виконання завдань зберігалися в особистій папці учасника проекту, і тільки він міг спостерігати динаміку вдосконалення вираження своєї уяви. Змагальний момент у проекті був спрямований не на досягнення інших учасників, а на свої минулі і теперішні що давало можливість учаснику спостерігати динаміку розвитку його психічних процесів. У цілому результати завдань можуть розглядатися як високоінформативна самодіагностика психоемоційного стану та визначення кола проблем, актуальних для людини.

У завданні «Асоціація» запропоновано, вибравши колір абстрактної фігури, трансформувати її в конкретний об'єкт відповідно до особливостей своєї уяви і дати отриманому результату назву. В інструкції докладно описано можливі дії, наприклад, трансформація початкової фігури за допомогою різноманітних інструментів для малювання. Однак у результаті більшість учасників, трансформуючи фігуру, практично не скористалися запропонованими інструментами, і тільки 5% від загальної кількості тих, хто виконав завдання, у повному обсязі виконували завдання.

Складними завданнями модуля «Уява» виявилися «Експресія», «Друдли» та «Есе». У завданні «Експресія» було запропоновано асоціювати музичний фрагмент з певним кольором і дати йому назву. З цим завданням справилися лише 32% актантів. Якщо в завданні «Асоціація» потрібно було тільки один раз трансформувати запропоновану фігуру, то завдання модуля «Друдли» передбачало багаторазове (5 разів) видозмінювання запропонованого графічного фрагменту. З різною періодичністю завдання виконували 32% учасників, але тільки 5% користувачів скористалися запропонованими інструментами (фарби, пензлі різної товщини тощо) для зображення

уявного об'єкта. У 17% учасників створення п'яти різних картинок на основі одного друдла виявилось нездоланим завданням, і вони просто п'ятикратно зберігали одне й те саме зображення для того, щоб мати можливість перейти до наступного друдла.

Найскладнішим для учасників із завдань модуля «Уява» виявилось завдання «Есе». Інформативним для розуміння особливостей особистості є також вибір картинки з числа запропонованих у мозаїці, що дає можливість визначити домінуючу проблему.

Наступний модуль «Увага» містить чотири завдання, з яких найбільш затребуваним виявилось завдання «Редактор» (38% учасників), у завданнях «Мистецтвознавець» і «Ефект Струпа» працювали по 13% актантів від загальної кількості учасників. Завдання «Снігопад» зацікавило 22% актантів. Зробивши аналіз роботи учасників проекту, ми можемо стверджувати, що відносна затребуваність цього завдання порівняно з іншими завданнями модуля можна пояснити простотою його виконання, не зважаючи на п'ять рівнів складності.

Завдання модуля «Мислення» викликало найменший інтерес в учасників проекту. Особливу складність представило завдання «Тангоуз», в якому потрібно було скласти об'єкт із запропонованих геометричних фігур. У цьому завданні було передбачено фіксацію часу, що могло стати причиною відмови від його виконання. Можливо тому 75% актантів від кількості тих, хто виконував це завдання, багаторазово розпочавши роботу, не завершували її жодного разу. Імовірно, це могло відбутися через небажання зниження самооцінки.

Складним виявилось завдання «Буріме», в якому учасникам було запропоновано спробувати свої сили в римуванні заданих пар слів. Із завданням ознайомилося тільки 17% учасників.

Оптимальний рівень інтелектуального розвитку передбачає наявність почуття гумору, саме тому у проект було включено завдання «Аттична сіль». Передбачалося, що виконання цього завдання зможе активізувати почуття гумору, що може в результаті сприяти оптимізації міжособистісних відносин. Це завдання виконувало 12% учасників. Трохи більшим інтересом користувалося завдання «Усна лічба» – 17%, в якому учасники обмежили свої спроби не вище другого рівня складності з чотирьох запропонованих.

Модуль «Пам'ять», представлений завданнями «Гастроном», «Знайди пару» та «Обсерваторія», в цілому відвідало 45% від загальної кількості зареєстрованих користувачів, а активно працювали 25% учасників.

Найскладнішими для виконання всіх запропонованих модулів виявилися завдання модуля «Життєві ситуації», в яких учаснику було запропоновано зробити ретроспективний огляд свого життя і проаналізувати деякі проблемні моменти, що впливають на гармонійність міжособистісних відносин, і виконати завдання на децентрацію. Із завданнями цього модуля ознайомилося 64% з числа зареєстрованих учасників. Великий відсоток, порівняно з іншими модулями, свідчить про те що проблема оптимізації міжособистісних стосунків є нагальною. Але, при цьому виконали його лише 3%, та й вони формально підійшли до виконання запропонованих завдань. Неуважне ставлення до інструкції призводило в результаті до зниження ефективності очікуваних результатів. Так, наприклад, у завданні, де потрібно було згадати всіх, хто хоч колись зробив для учасника щось добре, один з учасників Олег С. пригадав тільки один випадок, який сам охарактеризував як незначний. Аналізуючи цю ситуацію, можна припустити кілька причин зниженого рівня активності при виконанні завдань зазначеного модуля. По-перше, це, в принципі, небажання старіючої людини аналізувати свої проблемні ситуації у зв'язку з тим, що існує ймовірність зниження рівня самооцінки у разі їх прояснення. По-друге, це небажання демонструвати свої проблеми в безодні віртуального простору. В будь-якому разі завдання цього модуля є обов'язковими для загальної психологічної оптимізації людини в пізньому віці, проте форма їх проведення у віртуальному просторі потребує вдосконалення, що є предметом подальшої роботи.

Не кожна старіюча людина, відзначаючи у себе згасання психічних функцій (пам'яті, мислення тощо), переймається вирішенням цієї проблеми і робить певні дії щодо її усунення. Літні люди часто приймають факт інтелектуального згасання як неминучий компонент старіння. Цьому сприяє стереотип суспільства, згідно з яким сенільні процеси в старості неминучі і можуть варіювати тільки щодо ступеня деградації інтелектуальних змін особистості і часу її настання. Це чітко виражене в ідеї ейджизму, який соціум іноді приховує під маскою політкоректності. Стереотип сенільної старості, не маючи підтвердження в науковій психологічній літературі, ґрунтується на життєвій психології і на сентенції про фізіологічне згасання всіх органів і систем людини, в тому числі й мозку.

Постає питання, чому природна наявність «когнітивного резерву» або «пластичність мозку» у кожної людини так по-різному позначається на її психічному житті? Ми припускаємо, що вирішальне

значення має патерн когнітивної поведінки старіючої людини. Умовно існує два патерни. У першому випадку літня людина прагне до інтелектуальної стабільності. Оволодівши протягом попередніх періодів життєдіяльності певними навичками і вміннями, уникає ситуацій, пов'язаних з необхідністю освоєння нових видів діяльності, а отже, її мислення значною мірою стереотипізується і потрібно щораз менше інтелектуальних зусиль. Такий патерн когнітивної поведінки можна охарактеризувати як лінійний розвиток, при якому інтелектуальний розвиток тяжіє до деградації.

Інший патерн поведінки можна охарактеризувати як циклічність інтелектуального розвитку. В цьому випадку людина упродовж життя може кардинально змінювати сферу своєї діяльності або привносити у звичний хід життя нові складні компоненти, освоєння яких потребує значних інтелектуальних зусиль, що, у свою чергу, змушує її бути весь час у стані навчання. Інтелектуальні процеси можуть перебувати в стані висхідного розвитку тільки за наявності певних зусиль, і саме ступінь цих зусиль і визначає рівень розвитку інтелекту.

Необхідність інтелектуальної підтримки для людей постпенсійного віку не є темою дискусій, однак її види можуть бути різними, що неоднозначно розуміється різними дослідниками і по-різному втілюється соціальними службами, які покликані суспільством вирішувати зазначене завдання. Інтелектуальна підтримка людей похилого віку може бути представлена двома видами. У першому випадку інтелектуальна активність спрямована на максимальну психічну збереженість старіючої людини. Для досягнення бажаного результату достатньою умовою є відвідування літньою людиною клубів за інтересами, подорожей з однолітками тощо. В результаті такої інтелектуальної активності психічне згасання відбувається плавно, і на тлі інших представників геронтогенезу старіюча людина може відчувати себе психологічно комфортно. В останні десятиліття в містах почали з'являтися центри для дозвілля літніх людей, де вони обмінюються враженнями, обговорюють політичну ситуацію в світі, фільми, книги... Основною метою таких заходів є проведення дозвілля літньої людини. Таким чином, людина на схилі життя може відчувати свою причетність до соціуму в середовищі однолітків, до яких, як і до себе самої, може ставитися поблажливо: «ми старики». Заняття цього виду, безперечно, необхідні для підтримання позитивного психоемоційного стану старої людини, але недостатні для вдосконалення інтелектуальної активності. У цьому випадку поділ

суспільства на віковій когорти особливо очевидний і сприймається як «ми-вони».

Другий вид інтелектуальної підтримки – освоєння літньою людиною принципово нового знання, такого, з яким вона не стикалася в більш ранні періоди свого життя. Важливо зазначити, що інтелектуальний висхідний розвиток в будь-якому віці не може розглядатися як самоціль (абстрактний «розвиток для розвитку»). Для отримання бажаного результату його метаю має бути спрямована на вирішення нових завдань, що актуально для бажаної адаптації до конкретної ситуації (освоєння нової мови для спілкування в новому середовищі, користування сучасними технічними новинками тощо). Одна з основних проблем пізнього віку є, на наш погляд, складність цілепокладання (ця проблема не є темою статті та, зважаючи на особливу складність, потребує окремого розгляду). При вдалому вирішенні цієї проблеми (виявлення важливої мети) психічна активність літньої людини стає адекватною психічній активності молодшої людини, яка оволодіває професією, коли вся її енергія спрямована на досягнення бажаної мети. За умови збільшення частки людей постпенсійного віку такого патерну поведінки, соціум можна розглядати не як конгломерат різновікових когорт, де кожна когорта певною мірою відособлена, а як монолітну систему, спрямовану на вирішення загальних соціальних проблем людства. Цей патерн поведінки людини в період геронтогенезу поступово ставатиме більш затребуваним, чому сприяє сучасна соціально-економічна ситуація у світі, де частка людей постпенсійного віку, неухильно збільшуючись, досягне до середини XXI століття, за твердженням фахівців, 1/3 від загальної кількості всієї популяції людей на Землі.

Висновки

1. Учасники проекту обмежувалися виконанням найлегших і звичних для себе завдань. В результаті проекту нам не вдалося достатньою мірою мотивувати актантів до нового для них виду діяльності, що могло б сприяти активізації когнітивної діяльності.

2. Відсутність безпосереднього контакту актантів між собою і консультантом є суперечливою перевагою віртуального простору в разі роботи з представниками пізнього віку.

3. В нашому суспільстві не чітко сформований запит на активну інтелектуальну діяльність у період геронтогенезу. Існує певна суперечність між декларованою необхідністю пролонгування психічно активного життя та усвідомленням цієї проблеми звичайним

громадянином. У цілому можна відзначити недостатній рівень мотивації учасників проекту до усвідомленої пролонгованої систематичної діяльності, спрямованої на активізацію своїх психічних процесів.

Акцентуючи увагу на тенденції до збільшення тривалості життя, Всесвітня організація охорони здоров'я розглядає патерн позитивного старіння не тільки в збереженні оптимальної фізичної активності, але і у повноправної участі старіючих громадян у соціальному, економічному, духовному житті суспільства. Покоління сучасних людей старшого віку є потужним потенційним ресурсом людства, враховуючи той факт, що його чисельність, наближаючись до 1/3 від загального числа населення розвинених країн, продовжує неухильно збільшуватися. Це процес відкриття нових можливостей як для старіючої людини, так і суспільства в цілому. Для цього, спочатку, необхідно чітко усвідомлення літньою людиною своїх проблем пов'язаних з когнітивними віковими особливостями і намагання мінімізувати небажані процеси, в тому числі, і за допомогою віртуального навчання. Одним з прикладів надання допомоги для позитивної активізації інтелектуальних процесів є наш віртуальний курс з інтелектуальної підтримки літніх людей.

Інтелектуальна підтримка представників похилого віку є складовою не тільки патерну позитивного старіння для представників геронтогенезу, а й частиною формування адекватного ставлення представників інших періодів онтогенезу до свого майбутнього старіння та сприяння солідарності між поколіннями.

Література

1. Ключарев Г.А. Образование пожилых как философская проблема / Г.А.Ключарев, Т.М. Кононыгина // *Философия и будущее цивилизации: тезисы докладов и выступлений IV Российского философского конгресса (Москва, 24–25 мая 2005 г.): в 5 т. – Т.4. – М. : Современные тетради, 2005. – С. 487.*

2. Коваленко-Кобилянська І.Г. «Індивідуалізована дистанційна освіта як засіб запобігання інволютивних процесів інтелектуального розвитку у старості» [Електронний ресурс] / І.Г. Коваленко-Кобилянська // *Технологии развития интеллекта. – 2013. –Том 1.– № 4.– Режим доступу:*

http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/67

3. Коваленко-Кобилянська І.Г. Дистанційний курс «Інтелектуальна підтримка 50+» [Електронний ресурс] / І.Г.Коваленко-Кобилянська. – Режим доступу: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/140

4. Смутьсон М.Л. Психологія розвитку інтелекту: монографія / Смутьсон М.Л. – К.: Нора-Друк, 2003. – 298 с.

5. Холодная М. А. Психология понятийного мышления: от концептуальных структур к понятийным способностям. – М.: Институт психологии РАН, 2012. – 288 с.

6. Холодная М.А. Структурно-интегративная методология в исследовании интеллекта. [Электронный ресурс] / М. А. Холодная. – Режим доступа: www.ipras.ru/engine/documents/document3354.pdf.

References transliterated

1. Kljucharev G.A. Obrazovanie pozhilyh kak filosofskaja problema / G.A.Kljucharev, T.M. Kononygina // Filosofija i budushhee civilizacii: tezisy dokladov i vystuplenij IV Rossijskogo filosofskogo kongressa (Moskva, 24–25 maja 2005 g.): v 5 t. – Т.4. – М. : Sovremennye tetradi, 2005. – S. 487.

2. Kovalenko-Kobiljans'ka I.G. «Individualizovana distancijna osvita jak zasib zapobigannja involjutivnih procesiv intelektual'nogo rozvitku u starosti» Tehnologii razvitija intelekta [Elektronnij resurs] / I.G. Kovalenko-Kobiljans'ka.– 2013. – Том 1.– № 4.– Rezhim dostupu : http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/67

3. Kovalenko-Kobiljans'ka I.G. Distancijnij kurs «Intelektual'na pidtrimka 50+» [Elektronnij resurs] / I.G.Kovalenko-Kobiljans'ka. – Rezhim dostupu: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/140

4. Smul'son M.L. Psihologija rozvitku intelekta: monografija / Smul'son M.L. – К.: Nora-Druk, 2003. – 298 s.

5. Holodnaja M. A. Psihologija ponjatijnogo myshlenija: ot konceptual'nyh struktur k ponjatijnym sposobnostjam. – М.: Institut psihologii RAN, 2012. – 288 s.

6. Holodnaja M.A. Strukturno-integrativnaja metodologija v issledovanii intelekta [Elektronnij resurs] / M. A. Holodnaja. – Rezhim dostupa: www.ipras.ru/engine/documents/document3354.pdf.