

Г.М. Ракишева, Д.В. Лепешев, Д.С. Сабитова
М.Б. Жантемирова, Л.Н. Навий

Кокшетауский университет им. Ш. Уалиханова, Кокшетау, Казахстан
(E-mail: madina-z99@mail.ru)

Результаты исследования по оценке индексов качества жизни студентов серебряного университета

Аннотация. В статье отражены методологические подходы на основе теории социальной геронтологии (Э. Стиллиц), представлены методы и результаты оценки индексов качества жизни студентов серебряного университета. Раскрыты риски в области функционирования процессов жизнедеятельности, влияющие на индексы социально-психологического благополучия и условия сохранения жизненной активности людей серебряного возраста, дана сущностная характеристика психосоциальных факторов, воздействующих на их жизнеспособность. Также определены предпосылки для дальнейшего развития и структурного содержания организации неформального образования пожилых людей, сформулированы выявленные взаимосвязи (положительные/отрицательные) между индексами качества жизни пожилых людей.

Ключевые слова: геронтология, серебряный университет, пожилые люди, индексы качества жизни, неформальное образование, социально-психологическое благополучие, социальная активность.

DOI: <https://doi.org/10.32523/2616-6895-2022-140-3-275-287>

Введение

Анализируя социально-демографическую ситуацию в Республике Казахстан, можно увидеть, что одним из самых представительных ее слоев определяется группа лиц старшего возраста. При этом причинный показатель данного факта для каждой страны индивидуален: низкая рождаемость, высокая продолжительность жизни населения, влияние экономики и т.д. За последние три десятилетия население в возрасте 60-ти лет и старше удвоилось, при этом к 2050 г. его доля вырастет еще в два раза.

На фоне роста пожилого населения в мире актуальным является его социальная активность. Так называемое поколение «серебряного возраста», или поколение 60 + составляет

в мире 13,17% от 7,6 млрд. населения мира. В Казахстане этот показатель составляет 11% от 18,5 млн. человек [1].

Основной мировой тенденцией геронтообразования является создание Университетов третьего возраста. В мире университеты так называемого «третьего возраста» представляют собой международное движение, получившее название), цель которых состоит в том, чтобы обучать и стимулировать людей «в возрасте», в основном пенсионеров для приобретения новых навыков.

В Казахстане в последние годы создаются условия и возможности дополнительного образования для различных социальных групп общества, это появление множества школ, курсов, площадок для ментального, социаль-

ного, духовного и физического развития для таких категорий нашего общества как дети и молодежь [2]. Все эти виды дополнительного образования реализуются на площадке «Серебряных университетов», которые комплексно встроены в концепцию непрерывного образования.

Для сохранения социальной и трудовой активности пожилых людей, их когнитивных способностей, психологического и физического здоровья, а самое важное, на наш взгляд, формирование в обществе позитивного видения модели активного долголетия является предоставление возможности обучения, в том числе и посредством образовательных технологий [3].

Постановка задачи

Для решения данной проблемы, мы рассматриваем перспективы создания и развития «Серебряного университета» в РК. «Серебряный университет» – новый структурный компонент неформального образования, направленный на предоставление общеразвивающих и творческих программ для людей старше 60-ти лет.

Все демографические данные указывают на большой показатель людей пенсионного возраста, но, несмотря на большой потенциал старения, мы, к сожалению, его не используем и не создаем нужные социально-психологические условия. Также большой проблемой в данном вопросе становится то, что в современном мире, в погоне за материальным благополучием, модой, техническим прогрессом и т.п. наша межпоколенческая связь утратила свое первоначальное значение.

Большинство людей «серебряного» возраста, окончив свою профессиональную трудовую деятельность, хотят продолжить вести активную социальную жизнь, расширять свой кругозор, знакомиться с новинками различных сфер культуры, технологий, уделять больше времени своему хобби, повысить свою финансовую, правовую грамотность, научиться новому ремеслу. Такая активная социальная

позиция оказывает огромное влияние на качество жизни личности.

В Кокшетауском университете им. Ш. Уалиханова реализация образовательных программ для пожилых инвалидов в рамках модели «Серебряный университет» реализуется на базе Института непрерывного образования. Для устойчивости проекта «Серебряный университет» было проведено исследование лабораторией «Педагогическая инноватика».

История

В качестве методологической основы были взяты теория витаукта или адаптационно-регуляторная теория старения Флоркиса (1985 г.), от лат. *vita* - жизнь и *aucto* – непрерывно увеличиваю, приумножаю. Ключевая идея - целостные процессы, направленные на стабилизацию жизнеспособности организма. Современные геронтологи считают, что в соответствии с адаптационно-регуляторной теорией в эволюции наряду со старением развивается процесс витаукта. Согласно этой теории, старение – закономерный этап существования живого организма. То есть, неверно искать период, с которого начинается процесс старения – он заложен еще на уровне зародыша. Любая живая система является саморегулирующейся, благодаря чему она способна адаптироваться к изменяющимся условиям. Регулятором адаптации служит процесс витаукта, охарактеризованный автором как антистарение. Витаукт – то, что определяет устойчивость и продолжительность существования живой системы и помогает сохранить адаптивность. С позиций этой теории продолжительность жизни человека нельзя связывать со скоростью и темпом разрушения организма, его старением. Продолжительность жизни человека, по мнению Флоркиса, более правомерно усматривать в механизмах поддержания надёжности организма, в способности к компенсации возникших нарушений [4].

Старение - это, прежде всего, биологический процесс. Но человеческая старость не только биологическое состояние угасающе-

го организма. Человек - единственное из всех живое существо, которое осознает свою смертность, так же как и предшествующую смерти старость. Для исследования старости мало достижений геронтологии: необходимо учитывать и социокультурную составляющую, связанную с восприятием старости в культуре.

Методы исследования

Исходя из задач исследования были изучены основные положения научной области социальной геронтологии (Э. Стиллиц), согласно которой существует четыре направления:

1. Изучение влияния старости на личность, на изменение ценностей, потребностей человека, его поведения и образа жизни в старости.

2. Исследование положения пожилого человека в группе, взаимодействие в семье, коллективе, с друзьями, а также изучение специфики групп, состоящих из пожилых людей.

3. Изучение пожилых людей в обществе в целом. Пожилые рассматриваются как определённая демографическая общность и она (общность) влияет на социальные процессы и сама находится под влиянием социальных процессов.

4. Изучение влияния различных медицинских препаратов на определённые функции организма в различных возрастных группах, которое позволяет назначать препараты пожилым людям, исходя из ряда важных факторов.

В соответствии с положениями выше указанных теорий были определены индексы качества жизни пожилых людей.

В основу оценки КЖ заложена теория социальной геронтологии Э. Стиллица. На основе структурного анализа были выявлены индексы КЖ пожилых людей:

1 индекс «Ценности» - совокупность значимых для пожилых людей нравственных принципов и моральных норм, влияющих на их поведение и качество жизни.

2 индекс «Социум» - трансформация «Я» пожилого человека во взаимодействии с окру-

жением (семья, друзья, бывшие коллеги и т.д.) и адаптация к новым жизненным условиям.

3 индекс «Самость» - ядро для трансформации мировоззрения личности и развития внутреннего нераскрытого, нереализованного потенциала пожилого человека.

4 индекс «Психосоматика» - соматические нарушения, возникающие вследствие воздействия комплекса психосоциальных факторов при наличии биоконституциональной предрасположенности.

Методом прямой субъективной оценки величины стимулов были определены удельный вес уровней индексов КЖ пожилых людей: 1 – зона повышенного риска, 2 – зона скрытого риска, 3- психологическая норма. Для каждой фокус-группы были разработаны 15 вопросов (3 вопроса по каждому индексу).

Психологическую норму мы рассматриваем с позиций полноценного функционирования всех процессов жизнедеятельности согласно возрастным особенностям пожилых людей, влияющие на индексы их социально-психологического благополучия и качества жизни.

Под зоной скрытого риска мы понимаем такое внутреннее психоэмоциональное состояние пожилого человека, при котором происходит утрата навыков управления своими эмоциями и чувствами в ущерб когнитивным навыкам оценки происходящего. Как следствие человек испытывает чувство неполноценности, ненужности и неопределённости, которые имеют накопительный, отрицательный эффект, снижающий качество жизни пожилого человека.

В зону повышенного риска входят пожилые люди с нарушениями в области функционирования процессов жизнедеятельности, влияющие на индексы социально-психологического благополучия и качества жизни пожилых людей.

Для реализации задач исследования была разработана и апробирована методика оценки индексов качества жизни обучающихся проекта «Серебряный Университет». Получено авторское свидетельство (Авторское свидетельство НЦИТ МЮ РК № 24496 от 24.03.2022 г).

Результаты/обсуждение

Обработка результатов проводилась с помощью программного обеспечения MS Excel, Statistica/R.

В исследовании приняло участие 185 респондентов, в том числе обучающиеся проекта «Серебряного университета» (20% от общей совокупности), пенсионеров Союза ветеранов Акмолинской области (с ранжированием по гендеру, возрасту и образованию) г.Кокшетау.

Эмпирическая часть исследования проводилась в соответствии с поставленными задачами по следующему алгоритму:

- разработана методика оценки индексов качества жизни пожилых лиц;
- проведена процедура информированного согласия;
- полученные эмпирические данные систематизированы для проведения анализа;
- сформирован банк данных результатов с целью исключения выброса репрезентативной выборки с дальнейшим проведением статистической обработки данных;
- проведена статистическая обработка всех данных исследования.

В ходе эмпирического исследования все полученные данные обработаны, ранжированы и систематизированы.

В контрольную группу (КГ) вошли пенсионеры г. Кокшетау, в экспериментальную группу вошли обучающиеся проекта «Серебряный университет» (ЭГ).

Представляем результаты исследования по фокус-группам «Пенсионеры» и обучающиеся проекта «Серебряный университет» по 4 индексам качества жизни:

1. индекс «Ценности»;
2. индекс «Социум»;
3. индекс «Самость»;
4. индекс «Психосоматика».

Рассмотрим общий уровень качества жизни в разрезе результатов исследования по фокус-группам (рисунок 1).

Экспериментальная группа обучающиеся проекта «Серебряный университет» представлена зонами скрытого риска по всем индексам качества жизни и психологической нормой по индексам «Самость» и «Психосоматика» - 75%. Среди обучающихся проекта «Серебряный университет» не выявлена зона повышенного риска.

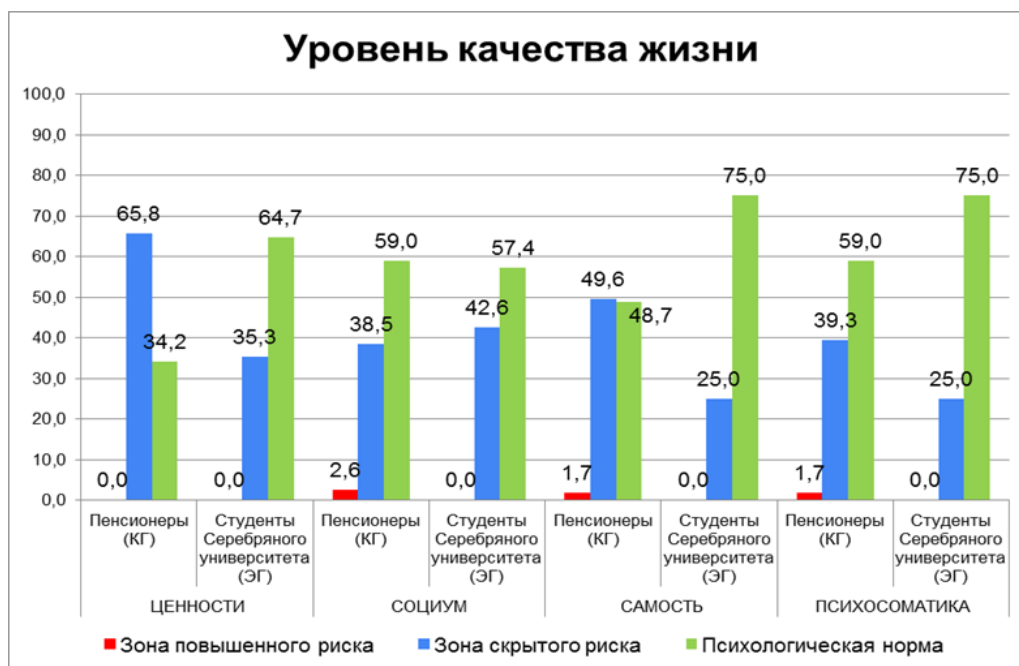


Рисунок 1. Общий свод показателей участников исследования по уровню оценки качества жизни в разрезе фокус-групп

Результаты свидетельствуют, что обучающиеся проекта «Серебряного университета» по отношению к пенсионерам демонстрируют психологическую готовность к принятию себя в новой социальной роли через трансформацию установок, ценностей, стереотипов, предрасположений в области возрастных особенностей, семьи, социума и т.д.

Обучающиеся проекта «Серебряный университет» демонстрируют умение справляться с негативными внутренними состояниями несмотря на влияния внешних средовых факторов, тем самым поддерживая психофизиологическое равновесие.

В свою очередь фокус-группа «Пенсионеры» (КГ), располагаются в зоне повышенного риска, причем в разрезе индексов качества жизни наиболее низкие показатели по индексам «Психосоматика» и «Самость» - 1,7%, «Социум» - 2,6%. По результатам исследования чуть больше половины респондентов контрольной группы имеют показатель психологической нормы – 59%.

Эмпирические данные указывают на функциональные нарушения в области социально-коммуникативной деятельности у пенсионеров, которые могут привести к спаду активности во всех сферах жизни вплоть до полной, утраты интереса к жизни, социальному одиночеству и как следствие к ухудшению общего состояния физического здоровья.

Критические показатели по индексу «Самость» указывают на возможный внутриличностный конфликт по принятию себя нового на пенсии, невидения новых перспектив развития в данном возрасте, нереализованного внутреннего потенциала.

Анализ результатов по индексу «Ценности» по фокус-группе «Пенсионеры» (КГ) демонстрирует зону скрытого риска – 65,8%; по фокус-группе «Серебряный университет» - 35,3%. Скрытые установки в обеих фокус-группах чаще проявляются в острой потребности быть нужным и востребованным в социуме и в ближайшем окружении через нетерпимость, назойливость, излишнюю обидчивость, ненужные советы и т.д.

В свою очередь, по индексу «Ценности» у обучающиеся проекта «Серебряного уни-

верситета» больше половины респондентов демонстрируют психологическую норму, т.е. они более заинтересованы в саморазвитии, испытывают потребность и необходимость в открытии для себя новых перспектив на заслуженном отдыхе; у серебряных студентов наблюдается психологическая готовность меняться и адаптироваться к внешним средовым факторам.

Для нас представляет интерес результаты по индексу «Социум». Индекс «Психологическая норма» имеют схожие показатели по фокус-группе «Пенсионеры» (КГ) – 59% и по фокус-группе «Серебряный университет» - 57,4 %, которые являются недостаточными, т.к. препятствуют полноценному взаимодействию с социумом по причине отсутствия полноценных условий и возможностей со стороны общества для самореализации пожилых людей.

Как следствие увеличиваются скрытые риски, о чем красноречиво показывают результаты исследования: «Пенсионеры» – 38,5% и «Серебряный университет» – 42,6 %, т.е. обе группы испытывают потребность в социально-коммуникативной сфере, однако не могут справиться с чувством растерянности из-за снижения социально-активного ритма жизни, которое влияет на общий уровень их социально-психологического благополучия и качество жизни. Результатом недостатка условий и возможностей для продолжения привычной жизни до выхода на пенсию наблюдается увеличение повышенных рисков в группе «Пенсионеры» - 2,6%. Это свидетельствует о социальном одиночестве, постепенной утрате интереса к жизни, отсутствии новых перспектив, вплоть до утраты навыков саморегуляции в эмоционально-поведенческой сфере. Другими словами, пенсионеры доживают свою жизнь, сосредоточенные на своих немощах и болезнях, увлеченные ими, в скорбном забвении. В этой связи стоит отметить, что «серебряные обучающиеся» не входят в зону повышенного риска, соответственно адекватно принимают себя в новом для них социальном статусе и находят новые смыслы жизни, в том числе через обучение в рамках неформального образования.

Далее представлен сравнительный анализ в разрезе гендера, возраста и уровня образования респондентов по фокус группам «Пенсионеры» и обучающиеся проекта «Серебряный университет» по индексам качества жизни.

Обучающиеся проекта «Серебряный университет» по всем показателям имеет стабильный средний показатель психологической нормы, что свидетельствует о стабильном внутреннем психологическом здоровье обучающихся и их возрастном развитии.

У контрольной фокус-группы «Пенсионеры» показатели динамики находятся в зоне скрытого риска. Поскольку в зону повышенного риска по фокус-группе «Пенсионеры-мужчины» вошли индексы «Социум» - 10,3%, «Психосоматика» - 6,9%, «Самость» - 3,4%, можно заключить, что эта группа с нарушениями функционирования процессов жизнедеятельности, которая приводит к ухудшению качества и продолжительности жизни, т.е. к «доживанию».

Такие нарушения характеризуются спадом активности во всех сферах жизни вплоть до полной утраты интереса к жизни, отсутствием новых перспектив, ригидностью мышления и действий, неприятием нового социального статуса, состоянием фрустрированности вплоть до депрессивных состояний и других возрастных органических расстройств [6].

В Зону повышенного риска по фокус – группе «Пенсионеры - женщины» вошел индекс «Самость» (1,1%), что свидетельствует о наличии нереализованного внутреннего потенциала, который влияет на низкую самооценку, горечь от потерянных возможностей, которые влекут за собой сложности в саморегуляции эмоционально-поведенческой сферы. В свою очередь это может отразиться на общем физическом здоровье и качестве жизни пожилой женщины. Высокий показатель «Психологическая норма» по индексу «Психосоматика» имеет фокус – группа «Студенты Серебряный университет»- мужчины (77,8%). Включенность мужчин в процесс обучения и самообучения в рамках Серебряного университета влияет на уровень психоэмоционального самочувствия, которое проявляется в ак-

тивной поведенческой позиции. Показатель этого же индекса в фокус-группе «Пенсионеры-мужчины» составляет 55,2%, что является доказательством преимущества неформального обучения серебряных студентов по отношению к пенсионерам. Высокий показатель фокус – группы «Студенты Серебряный университет»- женщины имеет индекс «Самость» (79,7%). Это объясняется тем, что женщины Серебряного университета испытывают потребность в самовыражении и самоактуализации, которые были упущены в более молодой период в силу ее большой загруженности в роли «Матери» и «Работника».

В целом, проведенный анализ дает основание заключить, что студенты Серебряного университета имеют достаточные показатели психологической нормы, в то время как пенсионеры располагаются в зонах повышенного и скрытого риска.

Показатель уровня качества жизни в возрасте от 60 до 65 лет по фокус-группе «Пенсионеры» в зону повышенного риска имеет индекс «Социум» - 2,2%.

Высокий показатель психологической нормы по индексу «Психосоматика» по фокус – группе «Студенты Серебряного университета» составляет 82,1%. Участники возрастной группы от 66 до 70 лет по индикаторам «Социум» - 3%, «Самость» - 3%, «Психосоматика» - 3%, участники возрастной группы от 71 до 75 лет по индикатору «Психосоматика» - 4,5%, участники возрастной группы от 76 до 80 лет по индикатору «Психосоматика» - 4,4%, старше 80 лет имеют средний уровень зоны риска.

При этом отмечаем, что экспериментальная фокус – группа обучающихся «Серебряного университета» показывает стабильный средний уровень психологической нормы.

В зону повышенного риска вошла фокус-группа «Пенсионеры» в возрасте 66-70 лет по индексам «Социум», «Самость», «Психосоматика». Исследование показало, что в данный возрастной период пожилой человек менее склонен к апатии и депрессии, так как уже прошла стадия адаптации к особенностям жизни на пенсии. Однако, пенсионеры испытывают нехватку в разнообразии и мно-

гоаспектности социально-коммуникативных контактов, что сказывается на спаде в активности, постепенной утрате интереса к происходящим событиям вне его личных границ.

По фокус-группе «Пенсионеры» в возрасте от 80 лет и старше в зоне скрытого риска высокий уровень показали индексы «Самость» (85,7%), «Ценности» (71,4%), средний уровень по индексам «Психосоматика» (57,1%) и «Социум» (42,9%) (рисунок 14).

По фокус-группе «Студенты Серебряного университета» данной возрастной категории не имеется.

Согласно исследованию, в возрастной период от 80 лет и выше пожилой человек постепенно теряет свой прежний круг общения, становясь более обособленным, меняется значение отношений с окружающими людьми [7,8].

Осознание приближающего завершения жизненного пути не позволяет большинству пожилых людей строить далеко идущие планы. Однако при этом большинство из них глубокого интереса к теме собственной смерти не испытывают, хотя и не избегают разговоров об этом.

Сравнительный анализ среднего показателя по фокус-группам «Пенсионеры» и «Студенты Серебряного университета» в разрезе возрастов респондентов представлен в таблице 1.

Средний показатель «Зона скрытого риска» фокус-группами «Пенсионеры» (54%) на 14,4% выше, чем средний показатель фокус –

группы «Студенты Серебряного университета» (39,6%).

По среднему показателю «Психологическая норма» между фокус-группами «Пенсионеры» (43,95%) разницу составило 22,8% в пользу фокус-группы «Студенты Серебряного университета» (66,75%).

Преимущество фокус – группы «Студенты Серебряного университета» выражено в том, что неформальное обучение дает возможность для саморазвития личностных качеств с позиций серебряного возраста, создаются условия для выстраивания и поддержания новых взаимоотношений с окружающими, повышению уровня способности адаптации к новым жизненным условиям при адекватной саморегуляции эмоционально-поведенческой сферы.

В процессе вовлечения в образовательную среду у серебряных студентов возникает нравственная ревизия, под которой подразумевается пересмотр взглядов с целью внесения коренных изменений, нахождение новых смыслов жизни для освоения новых навыков и умений в реализации своих возможностей. Немаловажным фактором у студентов Серебряного университета является создание благоприятных условий для продления жизненной активности посредством самовыражения и самореализации, которая служит духовному омоложению и обновлению организма пожилых людей.

Анализируя полученные результаты по уровню образования респондентов фокус

Таблица 1

Средний показатель по фокус-группам «Пенсионеры» и «Студенты Серебряного университета»

| Индекс | Пенсионеры | СУ | Пенсионеры | СУ |
|---------------|---------------------|-------|-----------------------|--------|
| | Зона скрытого риска | | Психологическая норма | |
| Ценности | 71,4% | 4,7% | 28,6% | 59,4% |
| Социум | 39,52% | 42,6% | 57,2% | 57,5% |
| Самость | 59,9% | 28,9% | 37,3% | 7,2% |
| Психосоматика | 45,8% | 46,2% | 52,7% | 79,9% |
| Итого | 54% | 39,6% | 43,95% | 66,75% |

групп «Пенсионеры» и обучающиеся проекта «Серебряный университет» особую тревогу вызывают показатели у респондентов со средним образованием, так как индекс «Социум» у фокус-группы «Пенсионеры» составляет – 50,5%, «Самость» - 50%, «Психосоматика» - 25%, также высокие показатели по зоне скрытого риска по индикаторам «Ценности» - 75%, «Социум» - 50%, «Психосоматика» - 50%. При этом обучающиеся проекта «Серебряный университет», также находятся в зоне скрытого риска по следующим индикаторам: «Социум» - 57,1%, «Самость» - 42,9%, «Ценности» и «Психосоматика» - 28,6%.

Люди, не получившие образования, как правило, относятся к уязвимым слоям населения, испытывают экономически и финансовые затруднения задолго до выхода на пенсию. Среди них в большей степени наблюдается предрасположенность к вредным привычкам, что отражается на их здоровье.

Согласно многим исследованиям, условия жизни в низших слоях общества со временем начинает пагубно влиять на человека, усугубляет его проблемы со здоровьем и убыстряет процесс старения организма на клеточном уровне. В Зону повышенного риска входят пожилые люди с нарушениями в области функционирования процессов жизнедеятельности, влияющие на индексы социально-психологического благополучия и качества жизни пожилых людей [9].

Обладатели средне-профессионального образования в фокус группах «Пенсионеры» и обучающиеся проекта «Серебряный университет» (рисунок 16), показывают сложную динамику оценки по индикаторам, так например, в фокус – группе «Пенсионеры» - в зоне повышенного риска находится «Психосоматика» - 3,7%, при этом остальные показатели попали в зону скрытого риска: «Социум» - 76,9%, «Ценность» - 74,1%, «Самость» - 66,7%, «Психосоматика» - 49,4%, «Социум» - 25,9%. При этом обучающиеся проекта «Серебряный университет», так же демонстрируют стабильный средний уровень психологической нормы.

Результаты оценки индексов качества жизни среди респондентов с высшим обра-

зованием в фокус группах «Пенсионеры» и обучающихся проекта «Серебряный университет», показывают устойчивую динамику средних показателей психологической нормы у слушателей «Серебряного университета» и стабильный средний показатель по зоне психологической нормы, что сложно сказать по результатам обработки данных фокус группы «Пенсионеры», где имеется в зоне повышенного риска «Социум» 1,2%, в зоне скрытого риска отразились следующие результаты «Ценности» - 62,8%, «Самость» - 45,3%, «Социум» 41,9%, «Психосоматика» - 36,0%.

Слушатели «Серебряного университета», обладая высшим образованием, имеют социальный опыт саморазвития и концентрации внимания на суть процесса и явлений. Готовы идти на риски для получения признания себя в любом возрасте. Это те «студенты» - активисты, сформированные в период Советского Союза, которые обладают навыком отстаивания интересов, анализа и прогноза ситуации и своего места в ней, т.е. своего успеха. Участвуя в лекциях и практических занятиях, слушатели продолжают социальное соревнование за лидерские позиции, стремятся быть первыми в группе сверстников, проявляют эрудицию и личный социальный опыт и т.д.

В зону скрытого риска вошла фокус – группа «Пенсионеры» (1,2%). Это можно объяснить частичной или полной неудовлетворенностью, нереализованностью в профессиональном или личностном развитии. Как следствие человек испытывает чувство неполноценности, ненужности и неопределенности, которые имеют накопительный, отрицательный эффект, снижающий качество жизни пожилого человека.

Заключение

Результаты исследования позволяет сделать следующие выводы:

1) образовательный процесс значительно преобразует личность человека, его восприятие окружающего мира; получившие высшее образование люди в большей степени склонны к логическому мышлению, анализу и обдумыванию различных ситуаций, что приводит

Таблица 2

Ранговая корреляция Спирмена по контрольной группе

| Перем. | Ранговые корреляции Спирмена (загрузка_система в Серебряный_университе ГД попарно удалены Отмеченные корреляции значимы на уровне $p < .05000$ | | | | |
|--|--|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------------|--|
| | Ценности (Пенсионеры - КГ) | Социум (Пенсионеры - КГ) | Самость (Пенсионеры - КГ) | Психосоматик (Пенсионеры - КГ) | Уровень качества жизни (Пенсионеры - КГ) |
| Ценности (Пенсионеры - КГ) | 1,00000 | -0,30278 | 0,15260 | 0,10641 | 0,27770 |
| Социум (Пенсионеры - КГ) | -0,30278 | 1,00000 | 0,09765 | 0,17798 | 0,51804 |
| Самость (Пенсионеры - КГ) | 0,15260 | 0,09765 | 1,00000 | 0,16048 | 0,63440 |
| Психосоматика (Пенсионеры - КГ) | 0,10641 | 0,17798 | 0,16048 | 1,00000 | 0,62313 |
| Уровень качества жизни (Пенсионеры - КГ) | 0,27770 | 0,51804 | 0,63440 | 0,62313 | 1,00000 |

к более взвешенной нравственной ревизии, на что указывают высокие показатели по индексу «Ценности» у серебряных студентов.

2) наличие высшего образования в большинстве случаев предполагает более высокий социальный статус человека, уровень жизни и положение в обществе. Образованные люди склонны принимать более взвешенные и рациональные решения и умеют более эффективно справляться с такими распространенными сегодня проблемами, как стрессы и депрессии. Несомненно, все это укрепляет психологическое здоровье человека, а значит, влияет и на его физическое состояние. Одновременно с этим, люди, не получившие образования и живущие менее обеспеченно, в большей степени предрасположены к вредным привычкам, меньше занимаются спортом и хуже заботятся о своем здоровье.

Согласно результатам эмпирического исследования, условия жизни в социально уяз-

вимых слоях общества со временем начинает пагубно влиять на человека, усугубляет его проблемы со здоровьем и убыстряет процесс старения организма на клеточном уровне.

Таким образом, оказывается, что наличие или отсутствие высшего образования в значительной степени влияет на различные сферы жизни человека, в том числе – на его здоровье.

Подтверждением выше сказанному являются эмпирические данные, проверенные с помощью ранговой корреляции Спирмена по экспериментальной и контрольной групп (Таблица 2).

В ходе ранговой корреляции Спирмена по индексам «Социум» и «Ценности» наблюдается обратная взаимосвязь, при $r = (-0,3)$, т.е. уровень индекса «Ценности» влияет на индекс «Социум» и наоборот. Нравственная ревизия жизненных принципов и норм, не только влияет на характер взаимодействия с окружением (семья, друзья, бывшие коллеги и т.д.), но и

Таблица 3

Ранговая корреляция Спирмена по экспериментальной группе

| Перем. | Ранговые корреляции Спирмена (загрузка_система в Серебряный_университе ГД попарно удалены Отмеченные корреляции значимы на уровне $p < .05000$ | | | | |
|--|--|---|--|---|--|
| | Ценности (Студенты Серебряного университета ЭГ) | Социум (Студенты Серебряного университета ЭГ) | Самость (Студенты Серебряного университета ЭГ) | Психосоматик (Студенты Серебряного университета ЭГ) | Уровень качества жизни (Студенты Серебряного университета ЭГ) |
| Ценности (Студенты Серебряного университета - ЭГ) | 1,00000 | -0,11210 | -0,13762 | 0,08076 | 0,28463 |
| Социум (Студенты Серебряного университета - ЭГ) | -0,11210 | 1,00000 | 0,21515 | -0,07369 | 0,60310 |
| Самость (Студенты Серебряного университета - ЭГ) | -0,13762 | 0,21515 | 1,00000 | 0,04916 | 0,59575 |
| Психосоматика (Студенты Серебряного университета - ЭГ) | 0,08076 | -0,07369 | 0,04916 | 1,00000 | 0,43871 |
| Уровень качества жизни (Студенты Сер.унив. - ЭГ) | 0,28463 | 0,60310 | 0,59575 | 0,43871 | 1,00000 |

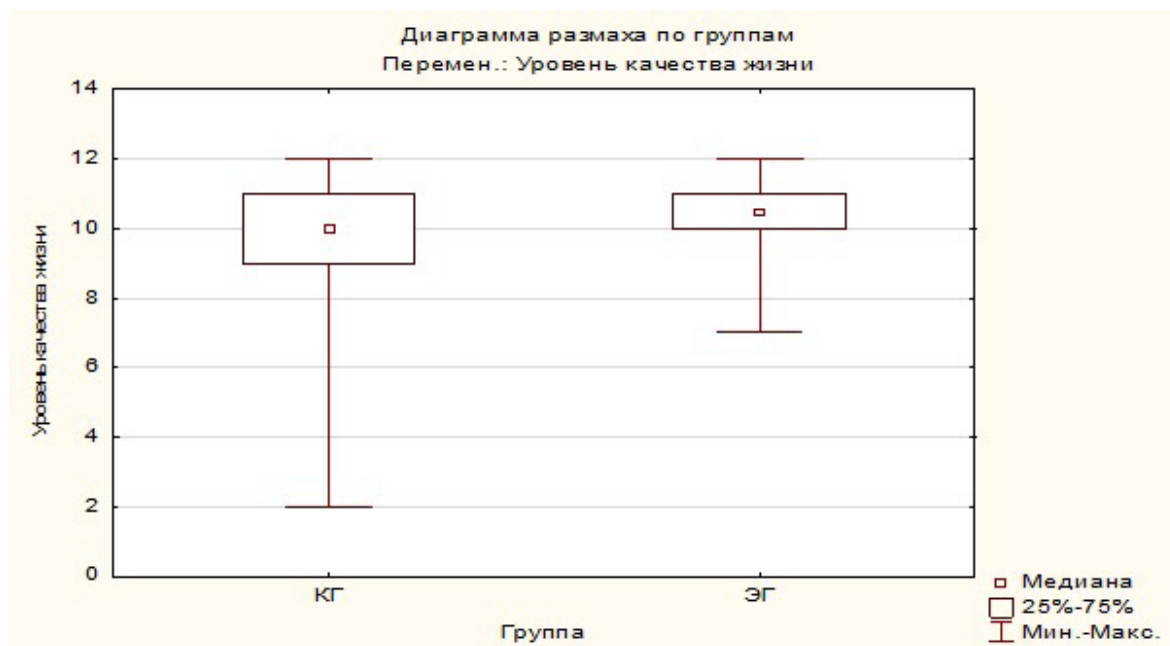


Рисунок 2. Диаграмма размаха по группам

определяет паттерны поведения, что оказывает влияние на уровень качества жизни.

Результаты корреляционного анализа индексов качества жизни по экспериментальной группе «Студенты Серебряного университета» указывают на наличие только положительных взаимосвязей между всеми индексами, т.е. развитие хотя бы одного из индексов запускает положительные изменения во всех других, что существенно повышает уровень качества жизни серебряных студентов и снижает риски эмоциональных и психосоматических проявлений (таблица 3).

Далее представим результаты уровня качества по принципу размаха, отображенные на рисунке 2.

Согласно диаграммы размаха в контрольной группе размах ответов в диапазоне от 9 до 11, в то время как в экспериментальной групп от 10 до 11, что свидетельствует о тесной положительной взаимосвязи между индексами качества жизни серебряных студентов и о преобладании в данной группе психологической нормы, которая характеризуется принятием нового социального статуса; адаптацией к новым жизненным условиям при адекватной саморегуляции эмоциональ-

но-поведенческой сферы; способностью выстраивать и поддерживать новые взаимоотношения с окружающими; потребностью в саморазвитии личностных качеств с позиций серебряного возраста; умеренной степенью влияния внешних средовых факторов на самочувствие пожилых людей и умение справляться с негативными внутренними состояниями для поддержания психофизиологического равновесия [10]. В свою очередь контрольная группа «Пенсионеры» находится в зонах скрытого и повышенного риска, при котором наблюдается неустойчивое внутреннее психоэмоциональное состояние пожилого человека, происходит утрата навыков управления своими эмоциями и чувствами в ущерб когнитивным навыкам оценки происходящего. Как следствие пенсионер испытывает чувство неполноценности, ненужности и неопределенности, которые имеют накопительный, отрицательный эффект, снижающий качество жизни пожилого человека.

Проведённое исследование позволяет сделать следующие выводы:

Экспериментальным путем выявлена положительная взаимосвязь между индексами качества жизни серебряных студентов и пре-

обладании у них психологической нормы, которая характеризуется принятием нового социального статуса; адаптацией к новым жизненным условиям при адекватной саморегуляции эмоционально-поведенческой сферы; способностью выстраивать и поддерживать новые взаимоотношения с окружающими;

потребностью в саморазвитии личностных качеств с позиций серебряного возраста; умеренной степени влияния внешних средовых факторов на самочувствие пожилых людей и умение справляться с негативными внутренними состояниями для поддержания психологического равновесия.

Список литературы

1. Ракишева Г.М., Ваткина А. К вопросу о развитии «Серебряного университета» в Республике Казахстан // Вестник Кокшетауского университета Педагогические науки. – 2021. – № 2.
2. Стареющая планета. [Электронный ресурс] – URL: <https://www.rbc.ru/economics/12/03/2021/604b5a739a794725ea0cf25d>.
3. Серебряный университет-Дорога к долголетию. [Электронный ресурс] – URL: <https://www.mgpru.ru/serebryanyj-universitet-doroga-k-dolgoletiyu/>.
4. Психическое развитие в пожилом и старческом возрасте. [Электронный ресурс] – URL: <https://bspu.by/blog/churilo/article/lection/lekcija-psihicheskoe-razvitiya-v-pozhilom-i-starcheskom-voznage>.
5. Малыхин Ф.Т. Качество жизни, обусловленное состоянием здоровья лиц пожилого и старческого возраста. Качественная Клиническая Практика. – 2011. – № 1. – Р. 11-18.
6. Валиева А.Б., Токатлыгиль Ю.С. Особенности переживания старости мужчинами и женщинами пожилого возраста. Вестник Курганского государственного университета Психологические науки. – 2018.
7. Snell-Rood C., Jaramillo E.T., Hamilton A.B., Raskin S.E., Nicosia F.M., Willging C. Advancing health equity through a theoretically critical implementation science // *Transl Behav Med.* – 2021.
8. Bar-Tur L. Fostering Well-Being in the Elderly: Translating Theories on Positive Aging to Practical Approaches // *Front Med (Lausanne).* – 2021. – Vol. 8. – P. 517226.
9. Chan J.S., Wibral M., Stawowsky C., Brandl M., Helbling S., Naumer M.J., Kaiser J., Wollstadt P. Predictive Coding Over the Lifespan: Increased Reliance on Perceptual Priors in Older Adults-A Magnetoencephalography and Dynamic Causal Modeling Study // *Front Aging Neurosci.* – 2021. – Vol. 13. – P. 631599.
10. Роботова А.С. Люди третьего возраста как субъекты непрерывного образования: методология и основные направления изучения // *Непрерывное образование: XXI век.* – 2014. – № 4(8). – С. 37-54.

Г.М. Ракишева, Д.В. Лепешев, Д.С. Сабитова, М.Б. Жантемирова, Л.Н. Навий

Ш. Уәлиханов атындағы Кокшетау университеті, Көкшетау, Қазақстан

Күміс университет студенттерінің өмір сүру сапасының индексін бағалау бойынша зерттеу нәтижелері

Аңдатпа. Мақалада Э. Стиллицтің әлеуметтік геронтология теориясына негізделген әдістемелік тәсілдер көрсетілген, Күміс университеті студенттерінің өмір сапасының индекстерін бағалау әдістері мен нәтижелері берілген. Әлеуметтік-психологиялық әл-ауқат көрсеткіштеріне әсер ететін өмірлік процестердің жұмыс істеуі саласындағы тәуекелдер және күміс жастағы адамдардың өмірлік белсенділігін сақтау жағдайлары анықталды. Сонымен қатар, олардың өміршеңдігіне әсер ететін психоәлеуметтік факторлардың маңызды сипаттамасы берілген. Сондай-ақ егде жастағы адамдарға бейресми білім беруді ұйымдастырудың одан әрі дамуы мен құрылымдық мазмұнының алғышарттары айқындалып, егде жастағы адамдардың өмір сапасының индекстері арасындағы анықталған (оң/теріс) байланыстар тұжырымдалған.

Түйін сөздер: геронтология, күміс университеті, қарт адамдар, өмір сапасының индекстері, бейресми білім, әлеуметтік-психологиялық салауаттылық, әлеуметтік белсенділік.

G.M. Rakisheva, D.V. Lepeshev, D.S. Sabitova, M.B. Zhantemirova, L.N. Naviy
Sh. Ualikhanov Kokshetau University, Kokshetau, Kazakhstan

The results of the study on the assessment of the quality of life indices of students of the silver university

Abstract. The article reflects methodological approaches based on the theory of social gerontology (E. Stieglitz). It presents the methods and results of assessing Silver University students' life quality indices. The risks in the functioning of life processes that affect the index of socio-psychological well-being and the conditions for maintaining the vital activity of people of silver age are revealed, and the essential characteristic of psychosocial factors affecting their viability is given. Also, the prerequisites for the further development and structural content of the organization of non-formal education for the elderly are determined, and the identified relationships (positive/negative) between the indices of the quality of life of the elderly are formulated.

Keywords: gerontology, silver university, older adults, life quality indices, non-formal education, socio-psychological well-being, social activity.

References

1. Rakisheva G.M., Vatkina A. K voprosu o razvitiі «Serebryanogo universiteta» v Respublike Kazahstan. Vestnik Kokshetauskogo universiteta Pedagogicheskie nauki [On the issue of the development of the «Silver University» in the Republic of Kazakhstan. Bulletin of Kokshetau University Pedagogical Sciences], 2 (2021). [in Russian]
2. Stareyushchaya planeta [An aging planet]. Available at: <https://www.rbc.ru/economics/12/03/2021/604b5a739a794725ea0cf25d>. [in Russian]
3. Serebryanyj universitet-Doroga k dolgoletiyu [Silver University - Road to Longevity]. Available at: <https://www.mgpu.ru/serebryanyj-universitet-doroga-k-dolgoletiyu/>. [in Russian]
4. Psihicheskoe razvitie v pozhilom i starcheskom vozraste [Mental development in the elderly and senile age]. Available at: <https://bspu.by/blog/churilo/article/lection/lekciya-psihicheskoe-razvitiya-v-pozhilom-i-starcheskom-vozraste>. [in Russian]
5. Malyhin F.T. Kachestvo zhizni, obuslovlennoe sostoyaniem zdorov'ya lic pozhilogo i starcheskogo vozrasta. Kachestvennaya Klinicheskaya Praktika [Quality of life determined by the state of health of the elderly and senile. Quality Clinical Practice], 1, 11-18 (2011). [in Russian]
6. Valieva A.B., Tokatlygil' YU.S. Osobennosti perezhivaniya starosti muzhchinami i zhenshchinami pozhilogo vozrasta. Vestnik Kurganskogo gosudarstvennogo universiteta Psihologicheskie nauki [Features of the experience of old age in men and women of advanced age. Bulletin of Kurgan State University Psychological sciences], 2018. [in Russian]
7. Snell-Rood C., Jaramillo E.T., Hamilton A.B., Raskin S.E., Nicosia F.M., Willging C. Advancing health equity through a theoretically critical implementation science, *Transl Behav Med.*, 2021.
8. Bar-Tur L. Fostering Well-Being in the Elderly: Translating Theories on Positive Aging to Practical Approaches, *Front Med (Lausanne)*, 8, 517226 (2021).
9. Chan J.S., Wibrall M., Stawowsky C., Brandl M., Helbling S., Naumer M.J., Kaiser J., Wollstadt P. Predictive Coding Over the Lifespan: Increased Reliance on Perceptual Priors in Older Adults-A Magnetoencephalography and Dynamic Causal Modeling Study, *Front Aging Neurosci.*, 13, 631599 (2021).
10. Robotova A.S. Lyudi tret'ego vozrasta kak sub»ekty nepreryvnogo obrazovaniya: metodologiya i osnovnye napravleniya izucheniya, Nepreryvnoe obrazovanie: XXI vek [People of the third age as subjects of continuous education: methodology and main directions of study. Continuous education: XXI century], 4(8), 37-54 (2014). [in Russian].

Сведения об авторах:

Ракишева Г.М. – доктор PhD, ассоциированный профессор кафедры «Педагогика и психологии» НАО Кокшетауского университета им. Ш. Уалиханова, ул. Абая, 76, Кокшетау, Казахстан.

Лепешев Д.В. – кандидат педагогических наук кафедры «Педагогика и психологии» НАО Кокшетауского университета им. Ш. Уалиханова, ул. Абая, 76, Кокшетау, Казахстан.

Сабитова Д.С. – доктор PhD, ассоциированный профессор кафедры «Педагогика и психологии» НАО Кокшетауского университета им. Ш. Уалиханова, ул. Абая, 76, Кокшетау, Казахстан.

Жантемирова М.Б. – автор для корреспонденции, магистр педагогики и психологии кафедры «Педагогика и психологии» НАО Кокшетауского университета им. Ш. Уалиханова, ул. Абая, 76, Кокшетау, Казахстан.

Навий Л.Н. – к.п.н., профессор кафедры «Педагогика и психологии» НАО Кокшетауского университета им. Ш. Уалиханова, ул. Абая, 76, Кокшетау, Казахстан.

Rakisheva G.M. – Doctor PhD, Associate Professor of the Department of «Pedagogy and Psychology» of the ELN Kokshetau University. Sh. Ualikhanov, st. Abay, 76, Kokshetau, Kazakhstan.

Lepeshev D.V. – Candidate of Pedagogical Sciences of the Department of «Pedagogy and Psychology» ELN Kokshetau University. Sh. Ualikhanov, st. Abay, 76, Kokshetau, Kazakhstan.

Sabitova D.S. – Doctor PhD, Associate Professor of the Department of «Pedagogy and Psychology» of the ELN Kokshetau University. Sh. Ualikhanov, st. Abay, 76, Kokshetau, Kazakhstan.

Zhantemirova M.B. – Corresponding author, Master of Pedagogy and Psychology of the Department of «Pedagogy and Psychology» of the ELN Kokshetau University. Sh. Ualikhanov, st. Abay, 76, Kokshetau, Kazakhstan.

Naviy L.N. – Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Department of Pedagogy and Psychology of the ELN Kokshetau University, st. Abay, 76, Kokshetau, Kazakhstan.