

Снижение межпоколенческих различий в освоении цифровых технологий средствами дистанционного обучения

Белогруд Игорь Николаевич

Д-р филос. наук, проф. каф. психологии и развития человеческого капитала

ORCID: 0000-0002-8707-6336, e-mail: kalista00@mail.ru

Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, Москва, Россия

Аннотация

Проведен анализ роли дистанционного образования в решении проблемы межпоколенческого цифрового разрыва в Российской Федерации. Предмет исследования – организационные модели, методические подходы и психолого-педагогические барьеры дистанционного обучения пожилых граждан. Методология исследования основана на комплексном анализе теоретических источников, практических примеров межпоколенческих программ обучения и текущего состояния цифровой грамотности населения Российской Федерации. Основные результаты исследования выявляют, что гибридный формат обучения (сочетание очных и дистанционных компонентов) показывает наибольшую эффективность для пожилых обучающихся, а межпоколенческое взаимодействие снижает психологические барьеры и способствует социальной интеграции. Дистанционное обучение показало высокую эффективность в расширении доступа к образованию и развитию цифровой грамотности. Разработаны практические модели интеграции дистанционного обучения в систему образования и управленческие рекомендации для федерального, регионального и организационного уровней. Выводы актуальны для решения демографических вызовов Российской Федерации, связанных с старением населения, и могут быть использованы при проектировании государственной политики в сфере образования взрослых и цифровизации общества. Перспективы исследования включают долгосрочный мониторинг эффективности программ и анализ экономических результатов инвестиций в цифровое образование пожилых.

Ключевые слова

Дистанционное обучение, цифровая грамотность, межпоколенческое взаимодействие, пожилые люди, цифровой разрыв, гибридное обучение, образовательные инновации

Для цитирования: Белогруд И.Н. Снижение межпоколенческих различий в освоении цифровых технологий средствами дистанционного обучения // Вестник университета. 2026. № 3. С. 267–278.

Reducing intergenerational differences in digital technologies development through distance learning

Igor N. Belograd

Dr. Sci. (Philos.), Prof. at the Psychology and Human Capital Development Department

ORCID: 0000-0002-8707-6336, e-mail: kalista00@mail.ru

Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russia

Abstract

The role of distance education in solving the issue of the intergenerational digital divide in Russia has been analyzed. The subject of the research is organizational models, methodological approaches, and psychological and pedagogical barriers to distance learning for senior citizens. The research methodology is based on a comprehensive analysis of theoretical sources, practical examples of intergenerational training programs, and the current state of digital literacy in Russia. The main study results have revealed that the hybrid learning format (a combination of real-time and distance learning components) shows the greatest effectiveness for older students, and intergenerational interaction reduces psychological barriers and promotes social integration. Distance learning has shown high efficiency in expanding access to education and developing digital literacy. Practical models for integrating distance learning into the education system and management recommendations for the federal, regional, and organizational levels have been developed. The conclusions are relevant for addressing the demographic challenges in Russia related to the aging of its population and can be used in designing state policy in adult education and society digitalization. The research prospects include long-term monitoring of the effectiveness of programs and analysis of the economic results of investments in digital education for the elderly people.

Keywords

Distance learning, digital literacy, intergenerational interaction, elderly people, digital divide, blended learning, educational innovations

For citation: Belograd I.N. (2026) Reducing intergenerational differences in digital technologies development through distance learning. *Vestnik universiteta*, no. 3, pp. 267–278.



ВВЕДЕНИЕ

Цифровая трансформация современного российского общества происходит с беспрецедентной скоростью. Сеть «Интернет» (далее – Интернет), облачные сервисы, электронные документы и онлайн-услуги прочно вошли в повседневную жизнь миллионов людей. Однако этот стремительный переход к цифровой экономике создает серьезную социальную проблему: значительная часть населения Российской Федерации (далее – РФ, Россия), особенно люди старшего возраста, остается позади, не успевая освоить необходимые технологические компетенции. Таким образом, в условиях активной цифровизации общества возникает новый вид социального неравенства – цифровой разрыв между поколениями.

Масштаб проблемы в России становится все более очевидным. По прогнозам Министерства здравоохранения РФ, к 2030 г. доля россиян старше 60 лет превысит 25,4 % населения, а к 2046 г. составит уже 30,4 %. Демографическое старение в России – это не проблема будущего, а актуальный вызов настоящего времени¹.

Одновременно с демографическим старением происходит стремительная цифровизация общественной жизни. Если еще несколько лет назад Интернет был скорее удобством, то сегодня он стал необходимостью. Электронные услуги (запись к врачу, перевод денег, покупки, получение государственных услуг через портал «Госуслуги») часто предоставляются только в онлайн-формате. Дистанционное обучение, видеоконференции, онлайн-банкинг – все это требует минимальных цифровых компетенций. Однако данные показывают глубокий разрыв в способности разных возрастных групп ориентироваться в цифровом мире².

Исследования Всероссийского центра изучения общественного мнения выявляют значительные различия в уровне цифровых компетенций между молодежью и пожилыми людьми. Среди молодых россиян (до 34 лет) нейросетями пользуются 81 %, а среди россиян старше 35 лет – только 41 %, причем регулярно обращаются к ним лишь 35 % этой группы³.

Эпоха после пандемии COVID-19 резко ускорила необходимость дистанционного обучения и работы. Дистанционное образование из экспериментального формата превратилось в норму. Однако, как показала пандемия, многие люди старшего поколения испытывали существенные трудности при работе с платформами видеоконференций (Zoom, Teams), онлайн-курсами и цифровыми образовательными ресурсами. Это привело к исключению значительной части пожилого населения из образовательного процесса и ограничило их возможности профессиональной переквалификации и пенсионной активности.

Экономические и социальные последствия цифрового разрыва серьезны. На рынке труда люди старшего возраста (55–64 года) сталкиваются с риском безработицы, так как многие работодатели требуют базовых цифровых компетенций. Для пенсионеров затруднения в использовании цифровых технологий означают сложности с получением государственных услуг, здравоохранением и финансовыми операциями. Социальные последствия еще более серьезны: изоляция от современной жизни, невозможность общаться с внуками через видеозвонки, отчуждение от цифровой культуры – все это приводит к психологическому дистрессу и социальной дезадаптации пожилых людей [1].

Дистанционное обучение являет собой перспективное решение этой проблемы, но только при условии его правильной методической организации. В отличие от традиционного очного обучения дистанционный формат предоставляет следующие преимущества для пожилых учащихся: гибкость темпа обучения (можно пересматривать материал многократно), доступность из дома (нет необходимости преодолевать расстояния), возможность обучаться в комфортной среде, разнообразие форматов подачи информации (видео, текст, интерактивные упражнения). Вместе с тем существующие онлайн-курсы часто не учитывают специфику обучения взрослых людей старшего возраста, их когнитивные особенности и психологические барьеры.

Цель настоящего исследования – определить и обосновать эффективные методические подходы дистанционного обучения для снижения межпоколенческих различий в освоении цифровых технологий в контексте цифровой трансформации российского общества. Эта цель имеет теоретическую значимость (способствует

¹ Мурашко М. Доля россиян старше 60 лет к 2030 году превысит 25 %. Режим доступа: <https://www.rbc.ru/society/26/09/2025/68d6dfdd9a79472452adde84> (дата обращения: 30.01.2026).

² Щербакова, Е. Старшее поколение россиян, 2025 год. Режим доступа: <https://www.demoscope.ru/weekly/2025/01079/barom01.php> (дата обращения: 30.01.2026).

³ ВЦИОМ: 50 % российских интернет-пользователей использовали нейросети в 2025 году. Режим доступа: <https://tass.ru/obschestvo/25336701> (дата обращения: 30.01.2026).

развитию андрагогики в России), практическую ценность (помогает образовательным учреждениям, работодателям и государственным организациям разрабатывать адекватные программы обучения) и социальную важность (способствует социальной интеграции пожилых людей в цифровое общество).

МЕЖПОКОЛЕНЧЕСКИЕ РАЗЛИЧИЯ В ЦИФРОВОЙ ГРАМОТНОСТИ

Понятие цифрового разрыва является центральным для настоящего исследования. В академической литературе оно трактуется как неравномерный и неравный доступ различных субъектов (индивидов или социальных групп) к информационно-коммуникационным технологиям, цифровым устройствам, Интернету, услугам и контенту. Как отмечают исследователи, цифровой разрыв складывается из комплекса причин: технологических (отсутствие инфраструктуры), экономических (дороговизна), социально-политических (неравномерное распределение ресурсов) и индивидуальных (низкие компетенции, мотивация).

В научной литературе выделяются три уровня цифрового неравенства:

- 1) доступ к Интернету и информационно-коммуникационным технологиям (техническая доступность);
- 2) уровень цифровых компетенций пользователей и цифровой грамотности (способность эффективно пользоваться технологиями);
- 3) социальные преимущества, получаемые людьми от грамотного использования цифровых технологий в профессиональной и частной жизни (долгосрочные результаты).

Важно отметить, что современный цифровой разрыв – это не только географический разрыв между развитыми и развивающимися странами, но и более сложное социальное неравенство внутри отдельных регионов и даже внутри одного общества, когда различные социальные группы (по возрасту, полу, образованию, доходу) имеют неравный доступ и компетенции [2].

Концептуальная модель Я. ван Дейка описывает цифровой разрыв как динамический процесс, в котором разрыв между «информационно богатыми» и «информационно бедными» постоянно увеличивается. Исследователь применяет к Интернету «эффект Матфея» (описанный Р. Мертоном), согласно которому Интернет является «увеличительным стеклом», усиливающим существующие социальные неравенства. Следовательно, Интернет не решает проблему неравенства автоматически, а может ее усугублять, если не предпринимаются целенаправленные усилия по инклюзии [3].

Поколение, согласно социологическому определению, – это социальная группа людей, рожденных в одном историческом периоде и разделяющих общие исторические, экономические и социальные события, которые формируют их мировоззрение и поведение. В контексте цифровой грамотности выделяются следующие основные поколения:

- «бэби-бумеры» (1946–1963 гг.) – люди, родившиеся после Второй мировой войны, в период демографического взрыва, выросшие без цифровых технологий и вынужденные адаптироваться к ним во взрослом возрасте;
- поколение X (1964–1980 гг.) – первое поколение, которое начало взаимодействовать с компьютерами в школьном и рабочем возрасте и обладает промежуточными цифровыми компетенциями;
- «миллениалы»/поколение Y (1981–1996 гг.) – первое поколение «цифровых аборигенов», выросшее с персональными компьютерами, Интернетом и мобильными телефонами, для них цифровые технологии естественны и интуитивны;
- поколение Z/«зумеры» (1997–2012 гг.) – полностью цифровое поколение, выросшее со смартфонами, социальными сетями и облачными сервисами и воспринимающее Интернет как воздух, необходимый для жизни.

Межпоколенческие различия в цифровой грамотности обусловлены не только возрастом, но и периодом социализации, историческим контекстом и отношением к технологиям. Люди старшего поколения часто испытывают психологические барьеры («технофобия»), тогда как молодые люди быстро адаптируются к новым технологиям. Однако это не означает, что пожилые люди неспособны к обучению – это просто требует иного методического подхода.

Цифровая грамотность в современном научном дискурсе определяется как совокупность знаний, навыков и компетенций, необходимых для эффективного, безопасного и критического использования цифровых технологий и интернета в различных контекстах (образование, работа, досуг, повседневная жизнь). Это более широкое понятие, чем простое «умение пользоваться компьютером».

Компоненты цифровой грамотности включают:

- техническую грамотность – знание и умение работать с устройствами (компьютер, смартфон, планшет), операционными системами, офисными приложениями, программами;

- информационную грамотность – способность искать, критически оценивать и эффективно использовать информацию в цифровой среде, проверять источники, различать надежную и ненадежную информацию;
- коммуникативную грамотность – умение эффективно взаимодействовать в онлайн-среде (электронная почта, видеоконференции, социальные сети, форумы), понимать нормы и правила онлайн-общения;
- критическую грамотность – способность критически оценивать надежность и объективность источников, распознавать фейки, манипуляции, пропаганду в Интернете;
- этическую грамотность – знание принципов безопасности в Интернете, защиты личных данных, приватности, ответственное поведение в цифровой среде, осознание этических норм.

Дистанционное обучение определяется как образовательный процесс, при котором взаимодействие между преподавателем и обучающимися происходит на расстоянии с использованием цифровых технологий, без физического присутствия в одном месте. Выделяются следующие форматы дистанционного обучения:

- синхронное обучение (англ. real-time, synchronous) – вебинары, видеоконференции, онлайн-лекции в прямом эфире, где участники присутствуют одновременно;
- асинхронное обучение (англ. self-paced, asynchronous) – предварительно записанные видеоуроки, текстовые материалы, интерактивные упражнения, которые можно изучать в удобное время;
- гибридное обучение (англ. blended learning) – комбинация синхронных и асинхронных элементов, часто с включением очных встреч.

Ключевое преимущество дистанционного обучения для людей старшего возраста – возможность учиться в собственном темпе, из комфортной домашней среды, с повторением материала столько раз, сколько необходимо.

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИИ ВОЗРАСТНОГО РАЗВИТИЯ НА ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ

Современные нейробиологические исследования показывают, что мозг сохраняет нейропластичность (способность переформировываться, создавать новые нейронные связи) на протяжении всей жизни, включая пожилой возраст. Когнитивные изменения с возрастом представляются следующими:

- скорость обработки информации замедляется (требуется больше времени на освоение новых материалов);
- кратковременная память может ослабевать (требуется частые повторения);
- внимание может снижаться под воздействием отвлекающих факторов;
- логическое мышление и способность к решению проблем часто остаются стабильными или даже улучшаются;
- накопленные знания и мудрость растут, что облегчает интеграцию новой информации.

Психологические факторы, которые могут затруднять обучение пожилых, представлены ниже:

- низкая самооэффективность – убеждение «Я не способен(а) это освоить» блокирует попытки обучения;
- технофобия – страх перед технологиями, опасение «сломать что-нибудь»;
- предыдущий опыт неудач – если пожилой человек раньше пытался учиться и столкнулся с трудностями, он может избегать новых попыток.

Однако при правильной поддержке, позитивном отношении и адекватной методике пожилые люди демонстрируют высокую способность к обучению [4].

В зарубежной литературе проблема цифрового разрыва интенсивно изучается с начала 2000-х гг. Классические работы анализировали разрыв между информационно богатыми и бедными странами. Позднее внимание сместилось на внутренние социальные неравенства в отдельных странах и регионах. Исследования показывают, что в развитых странах с высоким уровнем интернет-проникновения основной проблемой становится не доступ к технологиям, а уровень цифровых компетенций и использование Интернета для получения социальных преимуществ. В странах Европы и Соединенных Штатах Америки значительное внимание уделяется разработке программ цифровой грамотности для старшего поколения.

В России цифровой разрыв между поколениями изучается в работах ученых, анализирующих трехуровневую модель цифрового неравенства (доступ → компетенции → результаты). Отечественные исследователи указывают, что цифровое неравенство имеет не только возрастной, но и выраженный региональный характер: жители больших городов имеют лучший доступ и компетенции, чем жители сельских районов.

Россия переживает период интенсивного демографического старения, который имеет стратегическое значение для развития всех секторов экономики и социальной сферы. Это делает проблему старения

населения не теоретической абстракцией, а практическим вызовом, требующим немедленных управленческих и образовательных решений.

Причины демографического старения России связаны с двумя ключевыми факторами. Во-первых, происходит устойчивый рост средней продолжительности жизни благодаря улучшению качества жизни и системы здравоохранения. Во-вторых, Россия переживает период низкой рождаемости: уровень рождаемости упал ниже границы простого воспроизводства – менее двух детей на одного человека. Эта низкая рождаемость, которая установилась в 1990-х гг. и не восстановилась, означает, что в стране стареют не только «сверху» (люди живут дольше), но и «снизу» (рождается меньше детей). Кроме того, постепенное повышение пенсионного возраста еще больше изменяет структуру возрастного состава населения.

Демографический кризис, как отмечают эксперты, создает новые вызовы для экономики и социальной сферы. Неготовые к такому изменению пенсионная система и сфера здравоохранения могут затормозить рост валового внутреннего продукта на 1–1,5 % из-за возросших расходов на содержание растущего пожилого населения. Таким образом, демографическое старение – это не только демографический феномен, но и экономический вызов, требующий перестройки социальной политики, включая образование для взрослых [5].

Неравномерное распределение цифровых компетенций по возрастным группам – одна из наиболее ярких характеристик цифрового разрыва в современной России. Исследование центра НАФИ выявило конкретные пробелы в цифровых компетенциях пожилых людей по отдельным компонентам цифровой грамотности. Коммуникативная грамотность (умение взаимодействовать в онлайн-среде) у людей старше 55 лет ниже на пять пунктов (68,2 против 73,2 в молодых группах). Навыки решения проблем в цифровой среде отстают на 3,8 пункта (69,1 против 72,9). Эти различия могут быть объяснены тем, что пожилые люди позже начали взаимодействовать с цифровыми технологиями и имели меньше практики в их повседневном использовании⁴.

Психологический аспект цифрового разрыва часто недооценивается, однако он играет критическую роль в предотвращении развития цифровых компетенций у пожилых людей. По данным НАФИ, каждый третий россиянин старше 55 лет боится остаться позади в развитии технологий. 45 % пожилых граждан чувствуют себя уязвимыми перед интернет-мошенниками, что создает дополнительный психологический барьер к активному использованию Интернета. Вместе с тем, существует и высокий спрос на обучение: 77 % людей старше 55 лет хотели бы улучшить свои цифровые навыки. Это свидетельствует о том, что пожилые люди не отрицают необходимость цифровой грамотности, но нуждаются в адекватной поддержке и соответствующих образовательных программах для ее развития⁵.

Интересное различие в установках обнаружено при анализе ответов на вопрос о том, кто должен развивать цифровую грамотность населения. Представители старшего поколения чаще убеждены, что это должно быть прерогативой государства: 36 % пожилых людей считают, что государство должно обучать цифровой грамотности, в то время как среди россиян младше 54 лет эту точку зрения разделяют только 29 %. Такая патерналистская установка отражает социальное ожидание, что государство должно принять на себя ответственность за образование пожилых граждан. С другой стороны, она создает дополнительные сложности в цифровом просвещении, так как указывает на недостаточное развитие внутренней мотивации к самостоятельному обучению. Однако эти ожидания одновременно формируют понятные каналы для обучения – например, посредством консультаций в многофункциональных центрах (МФЦ, распространения брошюр в центрах социального обслуживания и программ в библиотеках) [6].

Дистанционное образование обсуждалось в России в течение последних 20 лет, но именно пандемия COVID-19 трансформировала его из гипотетической возможности в суровую реальность. В апреле 2020 г. практически все высшие учебные заведения, школы и корпоративные программы обучения в течение нескольких дней были переведены на дистанционный формат. Этот экстренный переход выявил как возможности, так и серьезные проблемы в отечественной образовательной системе.

Первые месяцы пандемии были критическими. По оценке Министерства науки и высшего образования РФ, 60 % вузов смогли быстро перейти на дистанционное обучение благодаря имеющейся готовой цифровой инфраструктуре. Однако оставшиеся 40 % столкнулись с серьезными трудностями: 10 % вузов

⁴ НАФИ. Цифровой разрыв: каждый третий россиянин старше 55 лет боится остаться за бортом технологий. НАФИ. Режим доступа: <https://nafif.ru/analytics/tsifrovoy-razryv-kazhdy-tretiy-rossiyanin-starshe-55-let-boitsya-ostatsya-za-bortom-tekhnologiy> (дата обращения: 30.01.2026).

⁵ Там же.

находились на грани срыва учебного процесса из-за отсутствия техники, а 30 % были вынуждены в авральном режиме доделывать системы и приспосабливаться к новым условиям⁶.

После пандемии дистанционное образование не исчезло, а закрепилось в системе российского образования. Особенно активно развивалось дополнительное профессиональное образование (ДПО) в онлайн-формате. Переход дополнительного образования в онлайн-режим способствовал значительному повышению спроса на программы повышения квалификации и профессиональной переподготовки, так как люди получили возможность учиться из любой точки страны и даже мира без отрыва от работы. По оценкам «РБК Образование», выручка российского рынка высшего онлайн-образования в 2024 г. составила 4,5 млрд руб., что на 36 % выше, чем в 2023 г. С 2021 г. рынок вырос почти в 6,5 раза – с 717 млн руб. до современного уровня⁷. Вместе с тем пандемия выявила места, которые остаются нерешенными: остаются проблемы с техническими средствами у части студентов и учащихся (не все имеют личные ноутбуки и компьютеры), слабой связью в ряде территорий РФ, неравномерным качеством онлайн-курсов, а также институциональными барьерами в виде недостатка инвестиций и систематичности решений.

Одной из наиболее значимых государственных инициатив, ориентированных на развитие цифровой грамотности пожилых людей, является программа «Азбука интернета» – совместный проект Социального фонда России и компании «Ростелеком»⁸. Программа была разработана специально для того, чтобы облегчить доступ пенсионеров к государственным услугам в электронном виде и повысить качество их жизни через обучение компьютерной грамотности и работе в Интернете. По данным 2024–2025 гг., эффективность программы оказалась выше ожиданий. Более 38 тыс. пенсионеров из 71 региона РФ прошли обучение по программе «Азбука интернета» в 2024 г. Большинство занятий было организовано на площадках отделений Социального фонда России, и все чаще для этого используются специализированные Центры общения для людей старшего поколения, которые открыты по всей стране, включая отдаленные районы. Эти центры позволяют старшему поколению с интересом и пользой проводить время, учиться новому и поддерживать социальную активность⁹.

Распределение обучающихся по организациям показывает разнообразие форм организации обучения. Курсы в центрах и на площадках Социального фонда России посетили 18,5 тыс. чел., около 2,7 тыс. учащихся получали цифровые навыки в филиалах «Ростелекома». Обучение также вели отделения Союза пенсионеров и социальной защиты населения, службы занятости, некоммерческие организации и библиотеки, охватив более 17 тыс. чел.¹⁰.

Методологические преимущества программы заключаются в том, что материалы «Азбуки интернета» размещены в открытом доступе на портале проекта и могут быть использованы организациями и частными лицами, занимающимися обучением пенсионеров работе на компьютере. Свободный доступ к материалам делает получение знаний максимально доступным, а учебное пособие может служить самоучителем. Материалы программы «продуманы и адаптированы для людей старшего возраста», что подтверждается высокой эффективностью программы.

Несмотря на успехи в развитии дистанционного образования, остаются значительные проблемы с технической инфраструктурой, особенно в регионах. Во многих малонаселенных и сельских районах России скорость интернета остается недостаточной для комфортного участия в онлайн-обучении, особенно если оно предполагает использование видеоконференций и просмотр видео-лекций высокого качества. Кроме того, пожилые люди часто используют устаревшее оборудование, что затрудняет их участие в онлайн-образовании.

Большинство существующих онлайн-курсов разработаны без учета специфики обучения пожилых людей. Курсы часто предполагают среднюю скорость изучения материала, используют непонятный для пожилых людей сленг и аббревиатуры, не предусматривают частых повторений и пошагового объяснения

⁶ Нейзлер А. Пять необратимых изменений в вузах: ковид ушел – дистант остался. Режим доступа: <https://www.rambler.ru/pro/obraz/55375553-ruat-neobratimyh-izmeneniy-v-vuzah-kovid-ushel-distant-ostalsya/> (дата обращения: 30.01.2026).

⁷ Рынок высшего онлайн-образования в 2024 году вырос на 36 %. Режим доступа: trends.rbc.ru/trends/education/676437649a79478a21d74da1 (дата обращения: 30.01.2026).

⁸ Обучение по «Азбуке интернета» прошли более 38 тысяч пенсионеров. Режим доступа: <https://www.1tv.ru/publikacii/obzor-smi/obuchenie-po-azbuke-interneta-proshli-bolee-38-tysyach-pensionerov> (дата обращения: 30.01.2026).

⁹ Там же.

¹⁰ Там же.

базовых операций. Адаптация существующих курсов под потребности пожилых еще не стала стандартной практикой в российском дистанционном образовании [7].

Хотя программа «Азбука интернета» – хороший пример, она охватывает лишь небольшую часть потребностей пожилого населения и сосредоточена на базовых навыках. Отсутствуют систематические, финансируемые государством программы развития не только базовой цифровой грамотности, но и более высокого уровня компетенций (работа с облачными сервисами, защита от киберугроз, использование специализированного программного обеспечения и др.). Это означает, что пожилые люди, желающие развивать свои цифровые навыки дальше, остаются без соответствующей поддержки.

БАРЬЕРЫ И СЛОЖНОСТИ МЕЖПОКОЛЕНЧЕСКОГО ОБУЧЕНИЯ

Успешная разработка и внедрение дистанционных программ обучения для снижения межпоколенческих различий в цифровой грамотности невозможна без глубокого анализа и понимания тех конкретных барьеров и препятствий, которые испытывают представители разных возрастных групп при попытке освоить цифровые технологии. Барьеры к обучению имеют комплексный характер и могут быть классифицированы по типам: технические, когнитивные и психологические, методические, социальные и организационные.

Первая группа барьеров – технические, связанные с доступностью оборудования и цифровой инфраструктуры. Множество пожилых людей в России либо не обладают собственным компьютером или ноутбуком, либо пользуются устаревшей техникой, которая не соответствует требованиям современного программного обеспечения. Особенно остро эта проблема проявляется в сельских и удаленных регионах, где скорость интернета часто недостаточна для комфортного просмотра видеоуроков высокого качества или участия в видеоконференциях.

Вторая техническая проблема – отсутствие мобильной цифровой инфраструктуры. Пожилые люди часто не имеют доступа к мобильному интернету на смартфонах (либо не знают, как им пользоваться), что ограничивает их способность учиться с мобильных устройств, которые становятся все более важным инструментом доступа к интернету.

Третий аспект – неумение устранять технические неполадки. Когда у пожилого человека возникает техническая проблема (выключился компьютер, потерялось соединение с Интернетом, необходимо обновить приложение), он часто остается беспомощным и не знает, как ее решить. Отсутствие доступной технической поддержки в таких ситуациях может привести к полному отказу от попытки обучения [8].

Когнитивные изменения с возрастом – объективный факт, которым необходимо управлять при организации обучения для пожилых людей. По данным психологических исследований, с возрастом происходят следующие изменения в когнитивной сфере:

- замедление скорости обработки информации – пожилые люди требуют больше времени для понимания нового материала (если молодой человек может быстро усвоить инструкцию за две минуты, пожилому может потребоваться 15–20 минут для полного понимания того же материала);
- снижение эффективности кратковременной памяти – способность удерживать в памяти несколько фактов одновременно становится менее эффективной, что означает, что если преподаватель объясняет сразу пять шагов выполнения задания, то пожилой человек может запомнить только первые два и ему нужны частые повторения;
- снижение устойчивости произвольного внимания – пожилые люди более чувствительны к отвлекающим факторам: посторонние шумы, уведомления в Интернете, открытые вкладки браузера могут значительно снизить их способность сосредоточиться на обучении;
- логическое мышление и способность к решению проблем часто остаются стабильными.

Важно отметить, что, хотя когнитивные функции снижаются, пожилые люди часто имеют более высокий уровень практической мудрости и жизненного опыта, что облегчает им интеграцию новой информации с существующим знанием.

Когнитивный резерв, способность сохранять когнитивные функции, зависит от ряда психосоциальных факторов: уровня образования (чем выше образование, тем лучше сохраняются способности), предшествующей умственной активности, поддержки семьи и социальной активности. Это означает, что не все пожилые люди испытывают одинаковое снижение когнитивных функций – люди с высшим образованием и активной умственной жизнью часто сохраняют лучшие способности к обучению [9].

Психологические барьеры часто более значимы для успеха или неудачи обучения, чем когнитивные ограничения. Основные психологические препятствия включают:

- технофобию и цифровую тревожность – страх перед технологиями, убеждение «Я все сломаю, если нажму не на ту кнопку» (по данным исследований, 45 % пожилых граждан РФ чувствуют себя уязвимыми перед интернет-мошенниками, что создает дополнительный страх использовать Интернет; каждый третий россиянин старше 55 лет боится остаться позади в развитии технологий, что отражает не столько реальные когнитивные ограничения, сколько психологическую уязвимость);
- низкую самооценку – убеждения в собственной неспособности («Я не смогу это освоить», «Я слишком стар для этого»), которые блокируют попытки обучения еще до их начала (самоэффективность тесно связана с мотивацией и настойчивостью в лице трудностей: люди с высокой самооценкой рассматривают сложности как вызовы, а не угрозы);
- стыд и опасение показаться неумелым – пожилые люди часто не хотят обучаться в группе с другими из опасения, что их ошибки будут замечены сверстниками (исследования показывают, что индивидуальное обучение оказывается намного более эффективным, чем групповое, именно потому, что человек не боится показаться неумелым перед сверстниками);
- опыт предыдущих неудач – если пожилой человек ранее пытался обучаться и столкнулся с трудностями, неадекватной поддержкой или критикой, он может избегать новых попыток и быть резистентным к учению;
- недостаток внутренней мотивации – мотивация пожилых людей к обучению часто внешняя (требование детей, необходимость по государственным услугам) или объясняется страхом (боязнь отстать), а не внутренним интересом, при этом исследования показывают, что главными драйверами мотивации пожилых является желание чувствовать себя увереннее и независимее, справляться с бытовыми задачами самостоятельно и избегать социальной изоляции [10].

Большинство существующих онлайн-курсов разработаны без учета специфики обучения пожилых людей, что является одним из главных барьеров к их успешному обучению. Типичные методические проблемы включают:

- неадекватный темп обучения – курсы часто предполагают среднюю скорость изучения материала, которая слишком быстра для пожилых людей: видеоуроки, рассчитанные на молодую аудиторию, часто говорят слишком быстро, используют непонятные сокращения и не предусматривают возможность замедления;
- использование непонятного языка и терминологии – большинство технических слов заимствованы из английского языка и остаются непонятными для пожилых людей, которые не изучали английский в школе или забыли его: даже если термины переведены на русский язык, они остаются абстрактными и непонятными без пояснений и примеров из повседневной жизни;
- отсутствие пошагового объяснения базовых операций – курсы часто предполагают, что обучающиеся уже знают, как включить компьютер, пользоваться мышью, найти кнопку на экране, но для начинающих пожилых пользователей такие базовые операции требуют детального объяснения и демонстрации;
- недостаток визуальной и мультимедийной поддержки – текстовые инструкции без скриншотов часто неэффективны для пожилых людей, поэтому требуются подробные скриншоты каждого шага, предпочтительно с выделением кнопок, которые нужно нажать;
- отсутствие интерактивного взаимодействия – чисто асинхронные курсы (видеоуроки без преподавателя) часто неэффективны для пожилых, так как у них нет возможности задать вопрос, если что-то непонятно.

Социальный контекст играет важную роль в мотивации и успехе пожилых людей в обучении. Рассмотрим барьеры в данной сфере:

- отсутствие социальной поддержки – если семья пожилого человека не поддерживает его попытки обучаться, если дети заняты и не помогают разобраться в технологиях, это значительно затрудняет обучение;
- стигма и стереотипы – общественные убеждения «Старики неспособны учиться новому» или «Это уже не для людей моего возраста» могут подавлять желание и попытки обучения;
- отсутствие мотивирующей цели – если пожилой человек не видит практической ценности обучения (например, «Я не буду искать работу, зачем мне учиться?»), мотивация остается низкой;
- одиночество и изоляция при работе онлайн – обучение в одиночестве дома может быть психологически затруднительным для пожилых людей, которые привыкли к живому общению [11].

Организационные барьеры связаны с практической организацией процесса обучения:

- дороговизна качественных курсов – эффективные курсы, разработанные специально для пожилых, часто требуют оплаты, что делает их недоступными для части населения с низким доходом;

- отсутствие гибкого расписания – многие курсы предполагают обучение в фиксированное время, что может быть затруднительно для пожилых людей с проблемами здоровья или нарушениями сна;
- невозможность получить персональную помощь – большинство онлайн-курсов не предусматривают индивидуальной консультации с преподавателем, что особенно важно для пожилых людей, которые нуждаются в более внимательном сопровождении;
- недостаток квалифицированных тьюторов – тьюторы, обучающие пожилых людей, должны иметь специальную подготовку в областях геронтопедагогики, терпения и эмпатии, но такие специалисты встречаются редко;
- отсутствие сертификации – многие пожилые люди теряют мотивацию обучаться, если результаты их обучения не признаются официально (нет сертификата, не засчитывается в учебное заведение или у работодателя).

Важно отметить, что молодые люди испытывают иные, противоположные барьеры при дистанционном обучении:

- для молодых – недостаток мотивации (отсутствие практической ценности), отсутствие социального взаимодействия (молодежь предпочитает живое общение), низкая способность к самоорганизации (требуется больше структуры и руководства);
- для пожилых – когнитивные и психологические барьеры, технические проблемы, недостаток интеграции в цифровую культуру.

Центральными вопросами при разработке дистанционных программ обучения для снижения межпоколенческих различий в цифровой грамотности являются выбор и обоснование методических подходов, которые позволят организовать обучение таким образом, чтобы оно было доступно и эффективно для разных возрастных групп [12]. Для обоснования целесообразности дистанционного обучения как инструмента снижения межпоколенческого цифрового разрыва необходимо проанализировать эмпирические результаты его внедрения, оценить эффективность различных программ и выявить ключевые индикаторы успеха.

Одно из комплексных исследований удовлетворенности дистанционным обучением было проведено Санкт-Петербургским государственным университетом под руководством Т.А. Сидорчук в 2021 г. на базе Института третьего возраста. В исследовании участвовало 40 пожилых студентов женского пола в возрасте от 60 до 75 лет (средний возраст – 65 лет), уже прошедших базовое обучение основам компьютерной грамотности. Методология включала анкетирование участников и сравнительный анализ их удовлетворенности очным и онлайн-обучением.

Основной и наиболее значительный результат исследования свидетельствует о том, что 80 % пожилых обучающихся отдадут предпочтение очной традиционной форме обучения по сравнению с онлайн-обучением. Важно уточнить, что онлайн-обучение рассматривается пожилыми людьми не как полная замена, а исключительно как дополнение к очному обучению. Большинство участников исследования выразили готовность учиться дистанционно только в исключительных чрезвычайных ситуациях, например, при необходимости самоизоляции или в период пандемии [13].

Преимущества дистанционного обучения, по мнению пожилых людей, представляются следующими:

- возможность обучаться в удобное время – пожилые люди с проблемами здоровья или нарушениями сна ценят возможность участвовать в обучении, когда они чувствуют себя лучше всего;
- повышение учебной мотивации – у пожилых людей, владеющих базовыми цифровыми навыками, дистанционное обучение способствует повышению интереса к обучению и готовности участвовать в образовательных программах;
- развитие познавательной активности – онлайн-обучение стимулирует мышление и способствует расширению кругозора, особенно при изучении новых тем, недоступных в очном формате;
- профилактика одиночества – в исключительных ситуациях (пандемия, самоизоляция) дистанционное обучение предотвращает социальную изоляцию и обеспечивает чувство сопричастности к сообществу;
- стимуляция самостоятельности и самодисциплины – работа с онлайн-курсами требует от пожилого человека самоорганизации, что способствует развитию этих качеств.

Межпоколенческое обучение – это взаимный процесс, при котором разные поколения обучаются друг у друга, тем самым способствуя социальной сплоченности и взаимопониманию. В контексте проблемы цифрового разрыва межпоколенческие программы предоставляют молодым волонтерам (студентам и старшеклассникам) возможность помогать пожилым людям в освоении цифровых технологий, одновременно получая от них мудрость и жизненный опыт.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Межпоколенческий цифровой разрыв в России представляет собой многогранную проблему, лежащую на пересечении демографических, экономических, социальных и технологических вызовов, которые требуют комплексного и стратегического подхода к ее решению через систему дистанционного образования. Цифровой разрыв между поколениями – это не просто технологическая проблема, а глубокая форма социального неравенства, которая влияет на жизненные шансы индивидов, их доступ к услугам, возможности трудоустройства и социальной интеграции. Пожилые люди, не владеющие цифровыми навыками, сталкиваются с препятствиями в доступе к государственным услугам (регистрация через портал «Госуслуги», получение медицинских консультаций онлайн), что ограничивает их самостоятельность и способность справляться с повседневными задачами.

Дистанционное обучение показало высокую эффективность в расширении доступа к образованию и в развитии цифровой грамотности, особенно после пандемии COVID-19, когда 64 % взрослого населения России получили опыт онлайн-обучения. Оптимальным решением является гибридный подход, сочетающий очные и дистанционные компоненты, а также включающий межпоколенческое взаимодействие и социальную поддержку¹¹.

Межпоколенческое обучение, при котором молодежь помогает пожилым в освоении технологий, оказалось одним из наиболее эффективных и социально полезных подходов. Такие программы не только решают практическую проблему цифрового разрыва, но и способствуют социальной сплоченности, развитию эмпатии у молодежи и профилактике социальной изоляции пожилых.

Старение населения уже замедляет экономический рост России из-за возросших расходов на социальные услуги и снижения трудовых ресурсов. Цифровой разрыв усугубляет эту проблему, так как ограничивает возможности пожилых людей остаться экономически активными и независимыми. Инвестиции в цифровое образование пожилых могут смягчить негативные экономические последствия, позволяя этой группе оставаться более производительной и самостоятельной.

Цифровой разрыв создает условия для социального раскола и неравного доступа к ресурсам и правам. Решение этой проблемы через доступное и качественное образование соответствует принципам социальной справедливости и инклюзивности, которые являются основополагающими для устойчивого развития общества.

Дистанционное образование представляет собой стратегический инструмент для снижения межпоколенческого цифрового разрыва в России, однако его потенциал может быть полностью реализован только при условии комплексного подхода, включающего адаптацию методик, развитие межпоколенческого взаимодействия, государственную поддержку и создание инклюзивной образовательной среды.

Проблема цифрового разрыва тесно связана с глобальными вызовами старения населения, экономическими рисками и социальными преобразованиями, которые переживает Россия. Решение этой проблемы через развитие доступного и качественного дистанционного образования для пожилых людей является инвестицией не только в благополучие этой группы населения, но и в социальную стабильность и экономическую устойчивость общества в целом.

Список литературы

1. Зубова, О. Г. Цифровизация и качество жизни пожилых людей в современном российском обществе / О. Г. Зубова // Социология. – 2022. – № 5. – С. 55–64. – EDN KTUCBN.
2. Груздева, М. А. Возрастной фактор цифрового разрыва: грани неравенства / М. А. Груздева // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. – 2022. – Т. 15, № 4. – С. 228–241. – DOI 10.15838/esc.2022.4.82.14. – EDN HOCDFR.
3. van Dijk, J. A. G. M. The evolution of the digital divide – The digital divide turns to inequality of skills and usage / J. A. G. M. van Dijk // Digital society: From divided knowledge to knowledge democracy. – New York: Peter Lang, 2012. – Pp. 57–78. – DOI 10.3233/978-1-61499-057-4-57.
4. Татаринев, К. А. Непрерывное обучение в период поздней взрослой жизни / К. А. Татаринев, Е. Г. Орлова // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2021. – Т. 10, № 3(36). – С. 204–207. – DOI 10.26140/anip-2021-1003-0051. – EDN UJISME.

¹¹ Онлайн-образование вошло в привычку: 64 % россиян уже имеют опыт обучения. Режим доступа: https://www.cnews.ru/news/line/2025-11-21_onlajn-obrazovanie_voshlo (дата обращения: 30.01.2026).

5. Ван, Ю. Анализ тенденций и текущего состояния старения населения России / Ю. Ван // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – 2025. – № 1. – С. 17–20. – DOI 10.24412/2220-2404-2025-1-6. – EDN RKFLWM.
6. Вартанова, Е. А. Цифровое неравенство, цифровой капитал, цифровая включенность: динамика теоретических подходов и политических решений / Е. А. Вартанова, А. А. Гладкова // Вестник Московского университета. Серия 10: Журналистика. – 2021. – № 1. – С. 3–29. – DOI 10.30547/vestnik.journ.1.2021.329. – EDN LEKEML.
7. Татаринов, К. А. Образование пожилых людей как способ защиты от социальной маргинализации / К. А. Татаринов, А. Ф. Зверев // Балтийский гуманитарный журнал. – 2020. – Т. 9, № 3(32). – С. 81–84. – DOI 10.26140/bgз3-2020-0903-0018. – EDN UAZQXX.
8. Смогоржевский, Д. А. Основные проблемы дистанционного обучения / Д. А. Смогоржевский // StudNet. – 2020. – № 12. – С. 347–357.
9. Карпова, О. Б. Анализ изменений демографической нагрузки в контексте здорового старения населения страны / О. Б. Карпова, А. А. Загоруйченко // Менеджер здравоохранения. – 2024. – № 10. – С. 34–41. – DOI 10.21045/1811-0185-2024-10-34-41. – EDN AMFJDD.
10. Knowles, M. *The Adult Learner: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development* / M. Knowles, E. F. Holton, R. A. Swanson. 6th edition. – Amsterdam: Elsevier, 2005. – 378 p.
11. Матвиенко, С. В. Психологические сложности, возникающие в процессе дистанционного обучения, и способы их преодоления / С. В. Матвиенко, Е. В. Васильева, Н. Ю. Полякова, В. В. Евдокименко // Образование и право. – 2021. – № 1. – С. 195–199. – DOI 10.24411/2076-1503-2021-10131. – EDN VALPNN.
12. Кот, Е. М. Дистанционное обучение. Удовлетворенность обучающихся / Е. М. Кот, С. В. Петрякова, И. Ф. Пильникова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – № 6-4(108). – С. 103–105. – DOI 10.23670/IRJ.2021.108.6.117. – EDN DEIGID.
13. Сидорчук, Т. А. Оценка удовлетворенности дистанционным обучением пожилых слушателей Института третьего возраста в период пандемии / Т. А. Сидорчук // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. – 2021. – № 4. – С. 586–592. – DOI 10.33910/herzenpsyconf-2021-4-74. – EDN YDAJH.

References

1. Zubova, O. G. (2022). Digitalization and quality of life of older people in contemporary Russian society. *Sociology*, 5, 55–64. (In Russian).
2. Gruzdeva, M. A. (2022). The age factor of the digital divide: facets of inequality. *Economic and Social Changes: Facts, Trends, Forecast*, 4, 228–240. (In Russian). <https://doi.org/10.15838/esc.2022.4.82.14>
3. van Dijk, J. A. G. M. (2012). The evolution of the digital divide – The digital divide turns to inequality of skills and usage. In: *Digital Society: From Divided Knowledge to Knowledge Democracy*. New York: Peter Lang. <https://doi.org/10.3233/978-1-61499-057-4-57>
4. Tatarinov, K. A., Orlova, E. G. (2021). Lifelong learning in later adulthood. *Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology*, 3(36), 204–207. (In Russian). <https://doi.org/10.26140/anip-2021-1003-0051>
5. Wan, Y. (2025). Analysis of trends and the current state of population ageing in Russia. *Humanities, Social-Economic and Social Sciences*, 1, 17–20. (In Russian).
6. Vartanova, E. L., Gladkova, A. A. (2021). Digital inequality, digital capital, digital inclusion: dynamics of theoretical approaches and policy decisions. *Moscow University Bulletin. Series 10: Journalism*, 1, 3–28. (In Russian).
7. Tatarinov, K. A., Zverev, A. F. (2020). Education of older people as a way to protect against social marginalization. *Baltic Humanitarian Journal*, 3(32), 81–84. (In Russian). <https://doi.org/10.26140/bgз3-2020-0903-0018>
8. Smogorzhevsky, D. A. (2020). Key problems of distance learning. *StudNet*, 12, 347–357. (In Russian).
9. Karpova, O. B., Zagoruychenko, A. A. (2024). Analysis of changes in the demographic burden in the context of healthy ageing of the country's population. *Health Care Manager*, 10, 34–41. (In Russian).
10. Knowles, M., Holton, E. F., Swanson, R. A. (2005). *The Adult Learner: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development*. 6th ed. Amsterdam: Elsevier.
11. Matvienko, S. V., Vasilieva, E. V., Polyakova, N. Yu., & Evdokimenko, V. V. (2021). Psychological difficulties arising in the process of distance learning and ways to overcome them. *Education and Law*, 1, 195–199. (In Russian). <https://doi.org/10.24411/2076-1503-2021-10131>
12. Kot, E. M., Petryakova, S. V., & Pilnikova, I. F. (2021). Distance learning: learner satisfaction. *International Research Journal*, 6-4(108), 103–105. (In Russian). <https://doi.org/10.23670/IRJ.2021.108.6.117>
13. Sidorchuk, T. A. (2021). Assessing the satisfaction with distance learning of older students of the Third Age Institute during the pandemic. *Herzen State Pedagogical University of Russia. Herzen Readings: Psychological Research in Education*, 4, 586–592. (In Russian). <https://doi.org/10.33910/herzenpsyconf-2021-4-74>