

# ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНІ ТА ПРИКЛАДНІ ДОСЛІДЖЕННЯ

УДК :159.9.072

**ГАЛЬЦЕВА Тетяна Олексіївна**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ*

## ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ САМОЕФЕКТИВНОСТІ СЛУХАЧІВ «УНІВЕРСИТЕТУ ТРЕТЬОГО ВІКУ»

*У статті подано результати емпіричного дослідження навчальної самоефективності слухачів «Університету третього віку» (УТВ), що включало анкетування та діагностику за авторською методикою. У процесі дослідження визначено життєві смисли навчання літніх людей, структура самооцінки, вміння орієнтуватися в освітньому просторі, психологічні бар'єри, що заважають ефективному навчанню.*

**Ключові слова:** *навчальна самоефективність, рефлексія, самооцінка, життєві смисли навчання, психологічні бар'єри.*

**Постановка проблеми.** Освіта дорослих (adult education) є складовою неперервної освіти. У багатьох країнах світу досягнення соціально-економічної стабільності та інноваційний розвиток суспільства пов'язують з освітою дорослих, за допомогою якої дорослі люди розвивають свої здібності, удосконалюють професійну кваліфікацію, набувають необхідні компетентності. Результат освіти дорослих – це не тільки отримання професійних або життєво важливих знань та вмінь, а й зміцнення віри у власні навчальні здібності, усвідомлення своєї компетентності, самоповаги, розвиток уміння проектувати власний розвиток, психологічна готовність до самозміни та самовдосконалення через освіту.

Освіта у літньому віці виконує задачу компенсації втрачених когнітивних функцій, сприяє продуктивному старінню, що допомагає затримати інволюційний процес, зберегти набутий інтелектуальний рівень, відчувати себе самодостатньою людиною і не відставати від постійно зростаючого соціального прогресу. С. Г. Вершловський підкреслює, «якщо на етапі активної творчої діяльності навчання виступає переважно як засіб рішення важливих проблем у різних сферах життя (і, насамперед, у виробничій сфері), то у старості воно приваблює своєю самоцінністю, тобто здатністю робити життя більш повноцінним» (Вершловський, 2003, с.15).

В останні роки все більшого значення набуває організована (формальна, неформальна) освіта для людей старшого віку. У різних країнах світу створюються школи, академії та «університети для пенсіонерів», «університети третього віку», «університети третьої генерації», «університети людей похилого віку», завданнями яких є задоволення конкретних освітніх проблем літніх людей, соціальна і психологічна адаптація до суспільного життя, подовження творчої та психологічної активності, розвиток особистості, і головне – покращення якості їхнього життя.

Ефективність навчання літніх людей залежить від віри у себе, впевненості у власних навчальних компетенціях. Навчальна самоефективність дозволяє представникам пізньої дорослості стати суб'єктом власного розвитку, адаптуватися до власних вікових змін, спонукає до активності, стає джерелом подолання психофізичних процесів старіння.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідженню впливу самоефективності на пластичність когнітивних процесів, емоційний стан людей похилого віку присвячені роботи А. Бандури, Бренан Р.Пейн, Д.О. Шапошник-Домінської та інших. Згідно з результатами їх досліджень, сприйняття власної ефективності підвищує успішність виконання літніми людьми завдань, спрямованих на якість запам'ятовування, мислення, увагу, знижує тривожність відносно власних можливостей і здібностей, покращує емоційний стан.

Д. О. Шапошник-Домінська виявила позитивний кореляційний зв'язок між рівнем самоефективності, аналітичним мисленням та ефективністю пізнавальних процесів літніх людей. Досліджуючи взаємозв'язок самоефективності з

ситуативною та особистісною тривожністю, дослідниця дійшла висновку, що у літньому віці зникає зворотний зв'язок між самоефективністю та тривожністю, тривога вже не блокує самоефективність, а низька самоефективність не породжує тривогу (Шапошник-Домінська, 2015).

Дослідник Бренан Р.Пейн та його колеги встановили взаємозв'язок між організованим навчанням, самоефективністю і пізнавальною активністю людей похилого віку. Науковець підкреслює, що навчання підвищує самоефективність людей похилого віку, впливає не тільки на початкову пізнавальну активність, а й на довготривале підтримання пізнавального інтересу (Payne, 2011).

Отже, згідно висновків науковців, організоване навчання сприяє підвищенню рівня самоефективності, який впливає на пізнавальну активність та когнітивні процеси людей похилого віку, допомагає запобіганню передчасного старіння.

**Завдання дослідження:** 1) емпірично дослідити уявлення слухачів «Університету третього віку» (УТВ) щодо власної навчальної успішності, життєвих смислів навчання, наявності потреби у навчанні і саморозвитку; 2) вивчити психологічні детермінанти та психолого-педагогічні умови, що впливають на ефективність навчальної діяльності людей старшого віку; 3) з'ясувати психологічні та організаційно-педагогічні бар'єри, що утруднюють функціонування навчальної самоефективності літніх людей.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Емпіричне дослідження проводилося серед слухачів «Університету третього віку» м. Дніпра. Вибірку склали 82 особи у віці від 65 до 78 років. Дослідження включало два етапи: 1) складання анкети та проведення опитування; 2) діагностика рівня навчальної самоефективності літніх людей за авторською методикою.

Відповідно до побудованої структурно-функціональної моделі навчальної самоефективності дорослих, що включала смисловий, оціночний, мотиваційний, цільовий, прогностичний та рефлексивний компоненти ми склали анкету та провели опитування слухачів «Університету третього віку» м. Дніпра.

Опитування слухачів щодо життєвих смислів свого навчання в університеті (смисловий компонент навчальної самоефективності) представлено на рис.1.

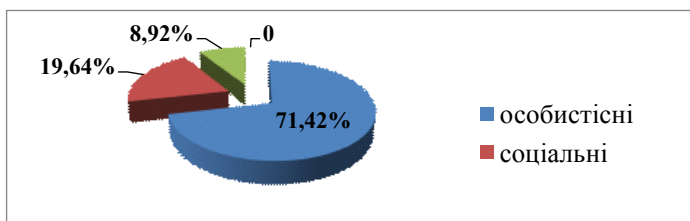


Рис. 1. Життєві смисли навчання людей літнього віку (% від загальної кількості всіх визначених смислів)

Згідно діаграми важливого значення слухачі надають особистісним смислам навчання в «Університеті третього віку» (71,42%), на другому місці знаходяться соціальні смисли (19,64%) і на третьому – інформаційні смисли (8,92%).

Категорії та підкатегорії життєвих смислів освіти слухачів університету представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

**Уявлення слухачів УТВ щодо життєвих смислів власного навчання**

Категорії життєвих смислів освіти	Підкатегорії життєвих смислів освіти	Приклади життєвих смислів освіти	Кількість слухачів у %
<i>особистісні</i>	саморозвитку	не зупиняти свій розумовий розвиток, розширити світогляд, тренувати мозок, потреба вчитися все життя	51,21
	самовдосконалення	підвищити рівень знань, умінь	19,21
	попередження інволюційних процесів	затримати старість, зберегти пам'ять та не перетворитися на «овоч», не відчувати стагнації у розвитку, не втрачати інтелектуальні можливості, інтерес до життя	17,07
	самопізнання	зрозуміти, пізнати себе	4,87
	самореалізації	займати активну життєву позицію	2,43

## Продовження таблиці 1

Категорії життєвих смислів освіти	Підкатегорії життєвих смислів освіти	Приклади життєвих смислів освіти	Кількість слухачів у %
<i>особистісні</i>	емоційні	отримати задоволення від навчання	2,43
<i>соціальні</i>	соціалізації	не відчувати себе у відриві від людей, мати повноцінне життя у соціумі, бути цікавим для себе та оточуючих, корисним для близьких та інших	21,95
	комунікативні	розширити коло спілкування	4,87
<i>інформаційні</i>		пізнати щось нове для себе	12,19

Відповідно до даних таблиці, можна стверджувати, що в основному слухачі УТВ навчаються для особистісного розвитку (51,21 %), соціалізації (21,95 %), самовдосконалення (19,21 %), попередження інволюційних процесів (17,07 %). Це зрозуміло, навчання не є провідною діяльністю дорослих. Однак, завдяки навчанню, люди поважного віку прагнуть зберегти активність, розширити свої потенційні можливості та запобігти передчасному старінню.

У процесі опитування вивчалася самооцінка навчальної успішності слухачів УТВ (самооцінковий компонент навчальної самоефективності). Згідно результатів опитування 60,97 % респондентів вважають себе успішними у навчанні, 39,02 % не змогли відповісти на запитання, що вказує на їх невпевненість у власних навчальних здібностях. Вважаємо, літні люди можуть втрачати впевненість у власних навчальних здібностях унаслідок переживань, пов'язаних з віковими змінами, які відбуваються у фізичній та інтелектуальній сферах, а також через значну перерву у навчальній діяльності (особливо після виходу на пенсію).

Для вивчення критеріїв самооцінки навчальної успішності (ефективності), ми запропонували слухачам «Університету

третього віку» надати відповіді, щодо їх розуміння поняття «власна навчальна успішність (ефективність)». 31,95 % опитаних поняття «власна навчальна успішність» трактують як постійне прагнення до знань та саморозвитку (прагнення вчитися все життя, прагнення до постійного самовдосконалення); 29,11 % респондентів визначили її як інтелектуальні здібності (вміння сприймати навчальну інформацію, високий пізнавальний потенціал, пізнавальні здібності); 19,51 % – вміння застосовувати отримані знання на практиці, у взаємодії з оточуючими, навчаючи інших; 19,02 % опитаних не відповіли на запитання, що, на наш погляд, вказує на їх небажання відповідати або інволюційні процеси, що заважають здійснювати аналіз власної навчальної успішності.

Таким чином, відповіді слухачів УТВ засвідчують, що для них характерні внутрішні критерії самооцінки навчальної успішності, такі як наявність пізнавальних мотивів, мотивів саморозвитку, високий рівень розвитку інтелектуальних здібностей, вміння застосовувати отримані знання у повсякденному житті.

Більш детальний аналіз відповідей опитаних щодо особистісних якостей, які забезпечують навчальну ефективність дав можливість виділити 4 групи якостей, які визначають респонденти: поведінкові – 58,52 % мотиваційно-цільові – 36,58 %, інтелектуальні – 24,39 %, комунікативні – 4,87 % (табл. 2).

Таблиця 2

**Уявлення слухачів УТВ щодо особистісних якостей, які забезпечують навчальну успішність (ефективність)**

Назви груп якостей	Якості	Кількість літніх людей у %
<i>поведінкові</i>	відповідальність за власний розвиток	36,58
	впевненість у собі	19,51
	наполегливість	2,43
<i>мотиваційно-цільові</i>	цілеспрямованість	12,19
	інтерес до нового, прагнення до знань	24,39

## Продовження таблиці 2

Назви груп якостей	Якості	Кількість літніх людей у %
<i>інтелектуальні</i>	високий рівень інтелекту, логіка, гарна пам'ять, широта кругозору	24,39
<i>комунікативні</i>	вміння спілкуватися	4,87

Отже, забезпечують навчальну успішність слухачів УТВ, в основному, поведінкові, мотиваційні та інтелектуальні якості, комунікативним якостям респонденти надають значно менше уваги. Серед поведінкових якостей слухачі університету особливу увагу надають відповідальності за власний розвиток, що характерно майже для всіх категорій дорослих.

Самооцінка навчальних компетентностей за п'ятибальною шкалою представлена у таблиці 3.

Таблиця 3

**Самооцінка слухачів університету впевненості у власних навчальних компетентностях**

№ з/п	Зміст навчальних компетентностей	Середній бал
1.	вміння знаходити, переробляти, здійснювати критичний аналіз навчальної інформації	4,07
2.	вміння застосовувати навчальний та життєвий досвід для рішення учбових задач	4,07
3.	здатність до ефективного самокерування навчальним процесом	4,04
4.	вміння працювати з цифровими носіями, комп'ютерна грамотність	2,68

За результатами опитування можна стверджувати, що слухачі університету третього віку вважають себе компетентними в умінні знаходити, переробляти, здійснювати критичний аналіз навчальної інформації, в умінні застосовувати навчальний та життєвий досвід для рішення учбових задач, ефективно управляти власним навчальним процесом, проте, не відчувають себе компетентними у роботі з цифровими носіями та комп'ютером. Слухачі прагнуть освоїти комп'ютерну грамотність, щоб не відчувати себе ізольованими від

суспільства, не відставити в інформованості й власному розвитку від соціального оточення, дітей та онуків.

Самооцінка слухачами університету уміння орієнтуватися в освітньому просторі за п'ятибальною шкалою представлена у таблиці 4.

*Таблиця 4*

**Самооцінка слухачів університету третього віку уміння орієнтуватися в освітньому просторі**

№ з/п	Показники освітнього простору	Середня оцінка
1.	володіє Інтернет-простором для задоволення власних освітніх потреб	2,02
2.	володіє інформацією, щодо задоволення власних освітніх потреб в - місті, - інших містах України, - в країнах ЄС (світу)	3,17 0,80 0,31
3.	вміє знаходити консультантів, експертів для рішення задач власного розвитку (освіти)	2,90

Дані таблиці свідчать, що слухачі УТВ мають труднощі щодо орієнтації у сучасному освітньому просторі. Вони не володіють інформацією щодо задоволення навчальних потреб в Інтернет-просторі, інших містах країни, країн ЄС. Для них проблемою є знаходження консультантів, експертів для рішення задач власного розвитку. Це зрозуміло, на сьогодні в Україні не створена мережа консультативних або розвивальних центрів для людей поважного віку. Незначна кількість навчальних центрів (переважно приватних) найчастіше дає рекламу через Інтернет, яким, у більшості своїй, люди старшого віку не володіють.

Успішний навчальний досвід є важливим показником, що забезпечує навчальну успішність людини. За результатами опитування 34,14 % слухачів УТВ мали успішний навчальний досвід у різних навчальних закладах (школі, ВНЗ, інших навчальних закладах), 39,02 % опитаних відмічають успіх у двох навчальних закладах і 26,84 % – лише в одному навчальному закладі (рис. 2).

Усі опитані вказують на наявність успішного навчального досвіду, що, на наш погляд, є однією з причин вибору людьми поважного віку навчання в «Університеті третього віку».



До внутрішніх психологічних бар'єрів, що впливають на навчальну успішність опитані віднесли: лінощі (21,95 %), низьку самооцінку (14,63 %), проблеми зі здоров'ям (14,63 %), страхи (не зрозуміти матеріал, страх швидкого темпу викладання), соціальні стереотипи (7,31 %), низьку навчальну мотивацію (7,31 %), вікові зміни – зниження зору, слуху (4,87 %), неорганізованість (2,43 %), недостатність зусиль (2,43 %).

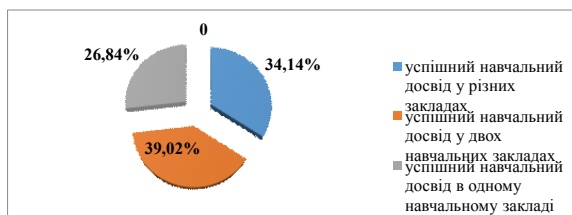


Рис. 2. Навчальний досвід слухачів «Університету третього віку»

Серед зовнішніх бар'єрів, що перешкоджають навчальній успішності (ефективності) опитані визначили: особистісні та професійні якості викладача (відсутність доброзичливості, не цікавий виклад навчального матеріалу, швидкий темп мови, неготовність широко відповідати на запитання, низький рівень володіння методикою викладання, недостатній професіоналізм тощо) – 21,95 %, проблеми з організацією навчального процесу (заорганізованість, підвищений контроль, неможливість внести зміни у зміст або організацію навчання) – 17,07 %, економічну кризу в суспільстві та відсутність миру в країні (7,31 %), нестача часу (7,31 %), непередбачені обставини (2,43%). 46,34 % респондентів психологічні бар'єри не виділяють. Отже, майже половина опитаних вважає, що «ніщо не може перешкоджати у прагненні до знань».

Вивчалися також психологічні інструменти самомотивації та емоційної саморегуляції, які застосовують слухачі «Університету третього віку» для подолання психологічних бар'єрів та розвитку стресостійкості (табл. 5).

Таблиця 5

**Психологічні інструменти самомотивації, самопідтримки слухачів  
«Університету третього віку»**

№ з/п	Психологічні інструменти самопідтримки, самомотивації	Кількість літніх людей у %
1.	самопереконавання, самопідбадьорення	85,36
2	візуалізації (уявляю як «Я переборюю власні страхи», «Досягаю своєї мети»)	18,53
3	заняття творчістю	18,53
4.	приклади з соціального оточення	17,07
5.	спілкування з онуками, друзями, минулими колегами природою, тваринами	15,65
6.	інше	2,11

Більшість слухачів «Університету третього віку» (85,36 %) у ситуації невпевненості використовують прийоми самопереконавання, самопідбадьорення, проте, менше орієнтуються на візуалізацію, творчість, приклади соціального оточення, спілкування з природою, тваринами, онуками, друзями, минулими колегами тощо. Серед інших прийомів самомотивації та самопідтримки були названі читання афоризмів, анекдотів, звернення до бога (молитва).

Дослідження цільової спрямованості (цільовий компонент навчальної самоефективності) у навчанні слухачів УТВ показало, що 83,65 % опитаних визначають конкретні цілі власного розвитку, самовдосконалення (вивчити англійську, українську мови, оволодіти комп'ютерною грамотністю, навчитися профілактичним діям щодо запобігання захворюванням) та сімейні (стати хорошим «психологом» для близьких, вміти надавати першу допомогу при хворобі онукам тощо). 16,34 % слухачів університету не визначили цілі навчання, що може бути пов'язано з не готовністю до самоаналізу. Вважаємо, що неготовність до самоаналізу та відсутність диференціації цілей навчання і саморозвитку, на наш погляд, знижує рівень власної навчальної ефективності особистості.

Серед соціально-психологічних чинників та умов, що детермінують власну навчальну ефективність, слухачі «Університету третього віку» виділяють: 1) особистісні та професійні якості викладача – 34,14%, 2) організацію

навчального процесу (комфортні умови, актуальність навчальних тем та програми, вчасна інформованість) – 26,82 %, 3) створення атмосфери психологічної захищеності слухачів – 9,75 %, 4) економічну та політичну стабільність в країні – 4,87 %.

Здатність до навчальної рефлексії (рефлексивний компонент навчальної самоефективності) вивчалася за допомогою контент-аналізу. Респондентам було запропоновано написання есе «Які особистісні зміни відбулися у процесі навчання в «Університеті третього віку». У таблиці 6 подано результати контент-аналізу есе слухачів університету.

Таблиця 6

**Результати контент-аналізу есе слухачів  
«Університету третього віку»**

№ з/п	Категорії контент-аналізу	Підкатегорії контент-аналізу	Одиниці аналізу та частота згадувань у %
1	зміни в знаннях та навчальних компетентностях	знання	підвищення рівня знань з психології, права, медичної допомоги, з іноземних мов тощо (58,53 %)
		навчальні компетентності	вміння працювати з комп'ютером (19,51 %), вміння доглядати рослини (12,19 %), вміння робити дихальну гімнастику (12,19 %), вміння в'язати та робити вишивку (4,87 %)
2	зміни в особистісних характеристиках	емоційний стан	покращення емоційного стану (26,82 %)
		саморозвиток	інтелектуальний розвиток (17,07 %), розширення світогляду (12,19 %), розвиток творчих здібностей (12,19 %)
		самооцінка	підвищення впевненості у собі (17,07 %)
		самовдосконалення	самовдосконалення (9,75 %)
		поведінка	підвищення рівня активності (7,32 %),самоорганізації (4,87 %)

## Продовження таблиці 6

№ з/п	Категорії контент-аналізу	Підкатегорії контент-аналізу	Одиниці аналізу та частота згадувань у %
3	зміни, пов'язані з соціалізацією	взаємодія з іншими учасниками навчального процесу	розширення кола спілкування (29,26 %), більше друзів (4,87 %), став більш цікавою людиною інших (2,43 %)
		соціальна захищеність	відчуття соціальної захищеності (4,87 %)

Слухачі УТВ відзначають зміни у знаннях (58,53 %), навчальних компетентностях (48,76 %), в емоційному стані (26,82 %), у взаємодії з оточуючими (29,26 %), інтелектуальному розвитку (17,07 %), підвищенні впевненості у собі (17,07 %) та ін. Аналіз есе показав, що слухачі «Університету третього віку», в основному, схильні виділяти по 6-8 змін (найчастіше пов'язаних зі знаннями та вміннями), що вказують на середній рівень розвитку рефлексивних вмінь.

Другий етап емпіричного дослідження проводився за авторською методикою «Дослідження навчальної самоефективності дорослих». Аналіз показників навчальної самоефективності за рівнями подано у таблиці 7.

Таблиця 7

## Дослідження навчальної самоефективності слухачів УТВ (у %)

Шкали навчальної самоефективності та рівні	Слухачі УТВ	
загальна навчальна самоефективність	високий	27,50
	середній	67,5
	низький	2,50
ціннісно-сміслові ставлення до навчання	високий	34,72
	середній	65,18
	низький	-
впевненість у власній навчальній здатності	високий	22,5
	середній	75,0
	низький	2,50

*Продовження таблиці 7*

Шкали навчальної самоефективності та рівні	Слухачі УТВ	
мотиваційно-цільова спрямованість у навчанні	високий	2,50
	середній	45,0
	низький	52,50
прогностично -рефлексивна здатність до навчання	високий	2,5
	середній	67,5
	низький	30,0
відповідальність за навчання та розвиток	високий	45,0
	середній	47,50
	низький	7,50

Згідно результатів таблиці можемо констатувати, що слухачі УТВ мають середньо-високий загальний рівень навчальної самоефективності. Наявність респондентів з високим рівнем ціннісно-сміслового відношення до навчання (34,72%) та респондентів з низьким рівнем мотиваційно-цільової спрямованості у навчанні (52,50%) вказує на внутрішнє протиріччя. Слухачі усвідомлюють цінність знань і необхідність навчальної діяльності, проте, цілеспрямованість їх у навчанні невисока і залежить від організації навчального процесу, стану здоров'я та інших факторів. Присутність слухачів УТВ з низьким рівнем прогностично-рефлексивної здатності до навчання вказує на необхідність проведення розвивальних заходів.

**Висновки з дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.** Отже, для слухачів «Університету третього віку» провідними є особистісні смисли навчання, серед яких переважають смисли саморозвитку, самовдосконалення, соціалізації, попередження інволюційних процесів. Це період життя людини, коли професійна діяльність втрачає актуальність, літня людина навчається за власним бажанням, вільно обирає предмети, що її цікавлять та прагне власного розвитку. Структура самооцінки навчальної успішності слухачів «Університету третього віку» складатиметься тільки з внутрішніх критеріїв. Люди поважного віку мають труднощі щодо орієнтації у просторі вітчизняної формальної і неформальної освіти, більшість не вміє працювати з комп'ю-

тером, знаходити консультантів, для рішення задач власного розвитку. Найбільш поширеними психологічними бар'єрами, що заважають здійснювати освітню діяльність є лінощі, низька самооцінка, проблеми зі здоров'ям, страхи, негативні соціальні стереотипи, вікові проблеми (зір, слух тощо); серед організаційно-педагогічні бар'єрів – низький рівень професіоналізму викладача, проблеми з організацією навчального процесу. Навчальні цілі більшості слухачів УТВ стосуються розвитку конкретних життєво важливих компетентностей: вивчити англійську, оволодіти комп'ютерною грамотністю, навчитися профілактичним діям щодо запобігання захворюванням тощо. Властивістю навчальної рефлексії опитаних є готовність детально аналізувати зміни у знаннях, вміннях, значно менше відмічають зміни, що пов'язані з особистісними характеристиками. Особливістю загальної навчальної самоефективності слухачів УТВ є середньо-високий рівень ціннісно-смыслового відношення до навчання та середньо-низький рівень мотиваційно-цільової спрямованості у навчанні та прогностично-рефлексивної здатності до навчання.

*Перспективу подальших досліджень* ми бачимо у розробці психологічної моделі розвитку навчальної самоефективності слухачів «Університету третього віку».

#### ***Список використаних джерел***

- Вершловский С. Г. Взрослый как субъект образования / С. Г. Вершловский // Педагогика. – 2003, №8. – С. 15-21
- Шапошник-Домінська Д. О. Психологічні особливості розвитку самоефективності особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01/ Д. О. Шапошник-Домінська. – Київ, 2015. – 202 с.
- Payne B. R. In the zone: Flow state and cognition in older adults / J. J. Jackson, S. R. Noh, E. A. L. Stine-Morrow. – Psychology and Aging, 26, 2011. – P.738-743.

#### ***References***

- Vershlovskij, S. G. (2003). Vzroslyj kak subjekt obrazovanija [Adult as a subject of education]. Pedagogika [Pedagogy], 8, 15-21 [in Russian].
- Shaposhnyk-Domins`ka, D. O. (2015). Psychologichni osoblyvosti rozvytku samefektyvnosti osobystosti [Psychological features of self-efficacy development] (kand. psychol. nauk. diss.). Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Kyiv. [in Ukrainian].

Payne, B. R. (2011). In the zone: Flow state and cognition in older adults / J.J. Jackson, S. R. Noh, E. A. L. Stine-Morrow. – Psychology and Aging, 26, 738-743.

**T. Galtseva**

**EMPIRICAL STUDY OF THE TRAINING SELF-EFFICACY OF THE  
“UNIVERSITY OF THE THIRD AGE”**

*In the article an analysis of modern researches on the influence of education on the activity of elderly people is carried out. The role of education in the active coping with stress related to aging and social adaptation of elderly people is shown. The role of "Universities of the Third Age" in improving the quality of life of the elderly is noted. The results of the empirical research on the educational self-efficacy of the students of the "Third Age University" (UTV) were presented, which included questioning and diagnostics according to the author's technique. In the process of questioning, the vital senses of elderly people were identified, among which the leading ones are personal. The structure of self-estimation of educational success, which includes internal criteria, such as the availability of cognitive motives, motives of self-development, high level of development of intellectual abilities, ability to apply the obtained knowledge in everyday life, is determined. It was revealed that there is a disability of elderly people to navigate the educational space due to lack of computer skills.*

*There were identified psychological barriers that interfere with effective training including laziness, low self-esteem, health problems, fears, negative social stereotypes, age problems (sight, hearing, etc.) and organizational and pedagogical barriers – low level of professionalism of the teacher, problems with the organization of the educational process. A feature of educational reflection is shown: readiness to analyze in detail changes in knowledge, skills and lack of readiness to observe changes related to personal characteristics. The psychological features of the educational self-efficacy of the elderly were determined. The prospect of further research, the author sees in the development of a psychological model of development of educational self-efficacy of the elderly.*

**Keywords:** *educational self-efficacy, reflection, self-esteem, motives, vital senses of learning.*

Надійшла до редакції 29.05.2018 р.