

“适老化”老年教育模式重构： 基于自适应学习理念的反思与阐释

陈秀锦¹，方中华¹，杨玉花²

(1. 亳州开放大学 招生办公室，安徽 亳州 236800；2. 宿州开放大学 教学处，安徽 宿州 234099)

摘要：中国已进入深度老龄化社会，而目前的老年教育仍是基于年轻社会理念建构和形塑的，作为全社会“适老化”转型的重要组成部分，老年教育“适老化”是老年教育新时代高质量发展进程中面临的重大挑战。从自适应学习理念出发，分析自适应学习与老年教育的适切性，在对当前老年教育模式现实反思基础上，从教育目的、教育对象、课程设置、组织形式、教学效果等方面提出老年教育模式重构思路。

关键词：适老化；老年教育模式；重构；自适应学习理念

中图分类号：G777

文献标识码：A

文章编号：2097-0625(2024)02-0007-06

一、前言

2023 年全民终身学习活动周主题为“让学习成为一种生活方式”，旨在推动建立学习型社会和学习型大国，实现“人人皆学、处处能学、时时可学”的全民终身学习目标。“终身学习”的基本思想是“有目的的学习能够而且应该贯穿人的一生”^[1]。老年阶段作为人的生命周期的重要阶段，离开老年群体的参与，全民终身学习也终将沦为空谈。在未来二三十年渐次步入老龄阶段的新老年学习者，禀赋能力的优化模糊了“老年”的时间边界，为新时代积极应对人口老龄化、以积极老龄化助推中国式现代化提供了机遇^[2]。积极老龄化强调老年群体作为社会资源的积极贡献，倡导社会为老年群体提供适应他们需求的支持和机会，创造一个尊重老年群体需求、激发老年群体潜能的社会环境，这就迫切需要进行全领域、全过程、多维度、深层次、长时期的“适老化”转型。从公共环境适老化到消费适老化、数字适老化，各行各业都在因为老龄化趋势而进行细分融合和深化改造。但是，相比较欧美等较早进入老龄化阶段的发达国家，我国社会

体系建构仍是与年轻社会相匹配的，基于年轻社会理念建构和形塑。长期以来，积极老龄化理念更多地表现为，在当前年轻社会发展的各个领域之外，增加一个服务老年人群的新板块。因此，积极老龄化面临的真正挑战不在于打破技术、环境、设施设备等“硬场域”壁垒，而在于人们的思维方式究竟是从“适老”出发还是仍停留在年轻社会维度？人们是否愿意从思维方式上去形塑新经济社会体系，实现从年轻社会到老龄社会的全方位转型。老年教育“适老化”作为适老化理念践行的“软场域”，如果仍是站位年轻社会去构建老年教育，结果必然是消极的、负面的。因此，思维转型是老年教育新时代高质量发展进程中面临的重大课题。目前，我国老年群体需求由“生存”转向“发展”，老年教育需求是养老需求中的高层次需求^[3]。如何更好地应对挑战，精准化、科学化满足老年学习者全方位、多层次需求，为老年群体提供更加完善的教育支持，更好地体现老年学习过程的人性化、高效化和高品质化，自适应学习理念给出破题思路。

收稿日期：2024-02-22

基金项目：安徽开放大学老年教育研究重点课题“积极老龄化视域下老年教育促进城市老年人社会参与的模式与策略”（项目编号：LNJY2022ZD04）；安徽省高等学校省级质量工程项目“高等学历继续教育改革示范基地建设”（项目编号：2021jxjy020）

作者简介：陈秀锦（1983—），女，安徽淮南人，讲师，硕士。研究方向：老年教育理论与实践。

二、自适应学习与老年教育的适切性分析

(一)理论逻辑:满足个性化需求是自适应学习理念的价值追寻

自适应学习理论是一种基于行为主义心理学和认知心理学的学习理论。自适应学习,从学习者学习需求和个体差异出发,强调为学习者提供相应的学习环境、项目实例或实践场域,为每个学习者量身定制学习内容和学习路径,让学习者在与学习环境互动的过程中解决问题、有所发现和迅速成长,以提高学习效果和学习满意度。步入大数据时代,自适应学习更多地体现为,网络技术将一切教学行为转化为实时数据,通过精准获取学习者兴趣爱好和知识水平,进行“精准画像”“量体裁衣”,确定课件所应呈现的内容及难度,自动生成学习内容、学习路径和测评问题等,推动教学活动不断从“宏观”走向“微观”,满足学习者“适合自己”的个性化需求。

老年学习者具有不同的背景、兴趣和学习需求,因此,无论是现实场景的教学互动与即时性调整,还是在线平台的智能算法和数据分析,都要详细和深入解析老年学习者个性化兴趣爱好、学习水平和学习风格等情况,聚焦为老年学习者提供定制化的学习内容和支撑路径,努力实现以“学习者为中心”的价值追求。

(二)实践逻辑:实现高质量发展是自适应学习理念的终极目标

自适应学习强调学习者自我调控能力,学习过程及时准确的反馈,学习资源以及服务的便利性和可及性,学习支持服务者的关注、尊重和理解等方面,以期促进学习过程的高质量发展。

立足老年学习者的年龄特点和学习特点,他们具有丰富的知识经验、情感体验和较强的思维判断能力,需要在学习进度、学习方式、学习目标等方面被赋予更多的选择权和掌控权。中国互联网络信息中心(CNNIC)最新发布的第 53 次《中国互联网络发展状况统计报告》显示,截至 2023 年 12 月,中国 10.92 亿网民中 60 岁及以上网民群体占比为 15.6%,约 1.7 亿人。越来越多的老年学习者希望通过在线平台和移动应用程序等技术手段获取便利可及的学习资源和服务,尤其是新时代低龄老年学习者。除娱乐性外,他们更希望学习过程、学习方式、学习结果具有明确性、价值性和发展性,在新时期实现“塑形铸魂赋

能”,达到高品质学习体验、高水平价值重构、高质量自我实现的学习目标。

三、当前老年教育模式的现实反思

(一)教育目的:理想中的“核心素养”和现实中的“休闲娱乐”

在具体实践中,无论是老年人还是老年教育机构,更多的是将老年教育目的定位为一种打发时间、娱乐身心的消遣方式。有课题组对部分地区老年大学学员问卷调查显示,受访学员希望学习的课程排在前三项的是养生保健(55.3%)、生活休闲(55%)和文化体育(50.1%)^[4]。即使是新建老年教育机构,课程活动规划仍然限于带着老年学习者唱唱、跳跳、画画、写字,在为老年人提供优质的积极老龄化服务方面较为欠缺,在充分发挥新时代老年学习者核心素养培养功能上也较弱。

“核心素养”由经济合作与发展组织(简称 OECD)率先提出,旨在回答“未来社会需要什么样的人”这个问题,即 21 世纪培养的学生应该具备哪些最核心的知识、能力与情感态度,才能成功地融入未来社会,在满足自我实现的同时推动社会发展?老年教育作为让老年人继续学习而进行的教育活动,首先要思考的就是教育目的应该如何去界定。从年轻社会角度看,老年教育目的是“我们要培养什么样的老年学习者”。站在老龄社会角度,老年教育目的则是“老龄社会需要什么样的老年学习者”。积极老龄化要求我们不能再用年轻社会的老思维应对老龄社会的新问题。预计到 2035 年,中国老年人口将占总人口的三成,相比较于退居幕后,中国式现代化建设更需要老年群体的积极推进和深度参与。因此,老年教育面临的挑战是,在具体实践中,是否有勇气在“老有所学”“老有所乐”的教育目的基础上增加“老有所为”的内容,帮助老年人形成自我管理、批判性思维、团队协作、沟通交流和创造力等核心素养,让他们当好老龄社会责任第一人,实现全生命周期的自我价值。

(二)教育对象:理想中的“主体参与”和现实中的“被动抽离”

高质量高水平的老年教育,需要充分调动教育对象的主动性和积极性,这是因为老年学习者在教育过程中不仅是接受者,更是参与者和推动者。作为成熟个体,他们是出于自我意愿选择学习,较强的主动性和积极性对于教育效果的实现起着至关重要的作用。

总的来说,理想中的老年学习者在老年教育中的主体性体现在自主选择、参与决策、自我发展、表达交流以及获得尊重等方面。

在现有老年教育机构中,诸如“学什么?”“怎么学?”“和谁一起学?”“学到什么程度?”“怎么表现学习成果?”“谁来评价?”等方面,从教学目标、课程设置、活动开展到平台建设,目前仍是基于年轻社会作出的教育安排。对老年学习者而言,老年教育存在教学目标没有立足“银龄力量”、课程设置缺乏意见征求和需求调研、活动安排忽视主体设计、教学过程的教师独白和互动缺席、学习平台不友好等问题。导致老年学习者在教学过程中很少提出问题、发表观点或参与讨论,更难以利用自身专业、知识、资源等优势在学习过程中发挥“银龄作用”,学习过程是被动的,活动中是抽离的。

(三)课程设置:理想中的“需求导向”和现实中的“价值偏见”

老年大学的设立源于为丰富老干部退休生活而开设的娱乐活动,因此在课程设置上以书法、舞蹈、器乐、健身气功为主,在很大程度上满足了当时离退休老干部的生活和心理需求。随着时代的发展,老年学习者的心理特点和精神需求发生了较大的变化,老年学习者不仅有照顾家庭、休闲娱乐的需要,更有情绪调适、价值创造、生命理解、老有所为的精神追求。全社会需要为这些老年人继续从事社会生产、参与社会活动、开展社会交往提供充分条件。

立足年轻社会构建的老年教育课程,导致老年学习者真正的需求和兴趣可能被忽视。具体教育实践中,包括开放大学在内的老年教育机构,开设的课程主要集中在书法、钢琴、舞蹈、绘画、棋类、太极、歌曲、中医养生等^[5],甚至棋牌室也位列其中,仍然偏重休闲娱乐和养生类内容,活动少而单调,课程趋同且重复。所以,老年学习者真正的学习需求是什么?现代化、适老化、数字化的老年教育绝不再是简单层面的满足休闲娱乐的养老式教育,而是一种遵循教育规律、彰显积极老龄观、健康老龄化理念的教育活动^[6]。这需要在实际教育行动中抛却年轻社会思维方式,深刻反思,建立符合时代发展的老年教育课程体系。

(四)组织形式:理想中的“数字学习”和现实中的“数字鸿沟”

目前比较常见的老年教育模式主要有学校式、社

区式、开放式、自助式等。在这众多教育模式中,在老年教育资源供给不足的情况下,开放教育优势凸显。2023年3月,国家老年大学正式挂牌成立。截至2023年年底,全国老年教育公共服务平台围绕“德学康乐为”五个类别上线课程43.6万门,总时长408.9万分钟,海量的数字学习资源已初步搭建完成,老年开放学习已然拉开帷幕。这意味着步入数智时代,在线学习平台、海量的学习内容、自由的学习时间、对学习者学习行为精准画像和实时反馈,将更有利于学习目标的达成。

在具体操作过程中,人们发现,数字适老化面临的最大困局就是这些资源“谁来用”和“怎么用”的问题。“谁来用”涉及老年学习者以及老年教育工作者的数字技术使用意愿和水平。大部分老年学习者沉浸于短视频平台,却对智慧城市技术不熟悉或者缺乏兴趣,不愿意或者无法有效使用数字资源;同时,部分老年开放教育工作者对国家老年大学平台的了解和掌握程度不高,导致资源重复建设、空置和浪费。“怎么用”问题涉及数字资源的使用方式。数字资源时常沦为纯粹的展示课或者线下课程替代品,沦为老年学习者单纯的知识获取渠道,无关交流、合作、创新、社会参与等内容与追求,完全背离了数字资源建设的初衷与终极目标,更大程度上造成了老年学习者的主体缺席,让“数字”仅成为“数字”,进而呈现出本末倒置的情况。

因此,“数字鸿沟”不仅仅指向老年学习者,也指向大部分老年教育工作者。一方面在理想状态上认可数字技术的超越性,一方面却在老年教育实践中游离于数字技术的边缘,对开放教育适老化工作造成许多现实困境。

(五)教学效果:理想中的“价值彰显”和现实中的“消磨时间”

《国家银龄教师行动计划》提出以创新的智慧发挥老年人才力量,助力建设教育强国。在积极老龄观视角下,立足老龄社会重新看待老年人及老年阶段的价值,充分发挥退休教师、科技工作者等丰富的专业知识、实践经验和资源潜能,既能促进老年人的人际交往和社会融入、提升老年人的生命质量和自我价值感,又能传承文化和经验、服务教育事业乃至全社会发展,最大限度地彰显老年价值。因此,老年教育作为终身教育体系的重要一环,亟须为老年人提供充分

的教育机会和优质的教育服务,从“老有所学”到“老有所为”,这是新时代老年教育的意义所在。

而现实情况是,基于对老年价值的偏见,世界上很多地方出现了“老龄社会焦虑症”。这种焦虑症表现为对老龄社会到来的担忧和恐惧,其根源可能来自对老年人的刻板印象、低估老年人的价值、忽视老年人的需求和权益等。普遍的观点是老龄社会对社会经济发展产生负面影响,如社会保障压力加大、劳动力不足等问题。这是因为人们内心认为老年人是弱者、无法适应社会变化、需要依赖他人的群体。这种印象可能导致对老年人的能力和价值的低估,对老年人的需求和权益的忽视,又进一步加剧“老龄社会焦虑症”的情况,导致老年教育沦为老年群体消磨闲时光的手段。

四、老年教育模式重构:走向自适应学习的适老化

重构不是摒弃或者推翻已有模式,而是从新理念角度对现有老年教育模式和现状进行重新建构。自适应学习理念下“适老化”老年教育,需要我们立足老龄社会,从综合性、个性化、创新性、系统性等思维角度重构老年教育目的、教育对象、课程设置、组织形式和价值定位等方面内容。

(一)广角引领:从综合性思维角度重构老年教育目的

老年是人的生命的重要阶段,是仍然可以有作为、有进步、有快乐的重要人生阶段^[7]。站在终身学习和全生命周期的角度来看,全社会整体对人口老龄化的认知仍停留在比较粗浅的阶段,积极“适老化”工作仍处于理念探索、政策引导和实践尝试阶段,老年教育亦是如此。相比于侧重个体层面休闲娱乐的老龄化教育,“适老化”老年教育更需要站在广角视野从个人、社会、文化、健康、技术多个层面综合性考虑。

从老年教育学理论来看,老年教育目的包括内外两个方面,应兼顾个体本位论和社会本位论两种教育的价值取向^[8]。作为一种培养人的学习方式,自适应学习实质同样强调个人发展与社会发展的协调统一。要将老年学习者放在教育的中心位置,以更适合老年学习者年龄特点、身心发展特点的方式,促进老年学习者自主学习能力和解决问题的能力的发展,增强学习动力,保持良好的身心状态,更好地发挥自身优势,

帮助老年人在学习型社会和学习型大国建设中实现自我价值和社会价值。

(二)灵活赋能:从实践性思维角度重构老年教育对象

老年学习,既不是为了应试,也不是为了某个功利性目的。拥有丰富知识经验和人生阅历的老年学习者,更适宜在实践活动中激发潜能,自我成熟和完善,彰显生命价值。实践性思维是指将思维与实际行动相结合,通过实践来获得更深刻认识 and 理解的思维方式。在实践活动中,最大限度地发挥教育对象的主体性和自主性。现阶段的老年教育要想在思想、健康、社会参与、知识技术、创新创业等方面为老年人高质量赋能,更要重视实践操作和参与体验,鼓励老年学习者在实践中参与、体验、操作、学习、总结和反思,不断提升自己的认知水平和解决问题的能力,更好地应对各种困难和挑战。

具体来说,可以与养老机构、文旅产业、博物馆、艺术馆、体育馆等合作,推出“康养游学”相结合的多元化的老年教育产品^[9]。例如,将老年学习融入旅游活动中,让学习过程和旅游过程同时发生。在活动中,老年学习者应该成为“游学”活动的主体和参与者,而不是被安排者或接受者。鼓励老年学习者积极参与“游学”活动设计、过程管理和评价反馈,让他们在“游学”活动中发挥自主选择权、参与决策权、表达交流权和自我管理权。也就是说,要尊重和鼓励支持老年学习者从自己的兴趣、需求和目标出发,充分发挥他们对“游学”内容和方式的发言权和决定权,让他们讨论“游学”组织方式、注意事项等并提出改进建议,自主制定活动计划,在实施过程中全程参与,并展现互助自助行为,最后对活动效果进行全面总结和评价。

通过问题、任务、项目等活动形式,老年学习者在实践过程中同时承担学习者、设计者、组织者、管理者、决策者、志愿者等多重身份,实现了老年学习者成长与实践活动推进深刻交融。

(三)动态支持:以个性化思维重构课程设置

无论是老年大学、开放大学还是社区学校,无论是线上还是线下学习,课程设置不是一刀切,而是要凸显老年学习者的群体差异化、年龄差异化和个体差异化。

一是老年人的体质、收入、知识经验、生活阅历等方面与年轻人存在差异。老年学习者更倾向于互动

式、体验式的课程,包括讲座、小组讨论、实地考察、亲身体验等,让他们在活动中感受到学习的乐趣和价值。此外,针对老年学习者可能存在的视力、听力等方面的障碍,课程形式也应该充分考虑,提供适当的辅助设备和服务支持。

二是不同年龄段的老年学习者在学习方式上各有偏好。55~65岁人群偏向于运用感觉能力,采取“做中学”的学习方式,66~74岁人群则比较偏重利用感觉与视觉能力,在学习中开阔思维和想象力,而75岁以上人群更倾向于利用视觉,通过内省思考的方式学习^[10]。由于不同年龄阶段老年学习者学习方式偏好不同,他们对课程内容的需求也不同。因此,老年课程的内容设计应该多元化,涵盖多个领域和主题,以满足不同年龄段老年人的需求。例如,针对身体健康的老年人可以开设健身、旅游等课程,针对有心理需求的老年人可以开设心理健康、情感关怀等课程。

三是由于老年学习者个体差异较大,他们的学习需求和学习风格也不尽相同。因此,应该为每个老年人制定个性化的教学计划,提供有针对性的教学服务。对于有特殊需求的老年人,可以提供一对一辅导或小组辅导等形式的教学服务。

至于线上学习,如老年远程教育平台的课程设置是否符合老年学习者的学习习惯?课程内容是否满足了老年学习者的学习需求?这就要从动态支持角度不断调整课程安排。动态调整是指在老年教育过程中,可以通过问卷调查、访谈、观察等方式及时收集老年人的反馈,了解他们对课程的满意度、学习效果和反馈,根据老年人的需求和反馈,及时调整课程内容、难度与进程,增加老年人感兴趣的话题和实际操作,剔除不实用或过时的内容,以保持课程的针对性和有效性。

(四)组合跨越:以创新性思维角度重构组织形式
自适应学习理念在现代数智社会得到了更好的

实现。老年数字化学习公共服务平台的构建,彰显了“互联网+老年教育”的强大功能。优质学习资源向城乡基层在线供给初具规模,老年教育APP和微信学习端亦能部分发挥“时时”“处处”移动学习功能,基本可以满足老年人多样化、个性化学习需求。线下则需要依托数字技术和专业素养过硬的各级管理员、指导教师和工作人员,根据老年人生活学习特点,充分整合线上线下优质学习资源,如线上课程和线下讲座、小组讨论、实践操作、项目活动等,遵循特色性和实用性原则,对学习平台、课程资源、教学模式不断地进行创新性适老化改造,以提高学习效果满足不同老年人的学习需求。

在这个过程中,线下教育与线上教育相辅相成、相互依托。平台是支撑,主要体现在学习资源整合、学习成果融通共享、学习心得交流讨论、网上学习效果实时反馈等功能。老年教育归根结底是人的教育,在漫长的老龄期,线下实体教育如社区学校、老年大学、开放大学、普通高校、职业院校、社会组织、养老机构、自助团队等仍是老年教育承担主体。只有线上线下深度融合,方能跨越老年教育目前面临的数字鸿沟、观念鸿沟和体制鸿沟,而这需要构建一支由老年教育管理专家、优质师资、工作人员和志愿者等组成的老年教育队伍来实现。

(五)高质量提效:以系统性思维重构价值定位

对于从出生到老年全生命周期来说,并非只有进入老年才需要思考老龄化问题,随着人口长寿化趋势,积极老龄化中蕴含着整个生命周期都要对漫长的老年期做好准备的理念,全社会要构建匹配老龄社会要求的新空间体系,而不是另辟一个空间作为“老龄专属”。老年教育工作者,要思考的不仅仅是老龄社会需要什么样的老年教育,更要把个体放进为老年期准备的筹谋阶段,从长远、全局、动态的视角,展望深度老龄化视野下理想老龄社会的建设蓝图。

参考文献:

- [1] 吴晓义. 终身学习视野下学校教育与社会培训的沟通及衔接[J]. 北京大学教育评论, 2007(3): 32-41.
- [2] 杨菊华. 以积极老龄化助力中国式现代化的几个关键问题[J]. 河北学刊, 2023, 43(6): 155-167.
- [3] 刘述. 开放大学助力老年教育供给侧改革: 现实审视与实践进阶[J]. 成人教育, 2023, 43(12): 32-38.
- [4] 河南社区教育网. 老年大学学员调查报告(上篇)[EB/OL]. (2021-09-07) [2024-02-18]. <http://www.sqjy.ha.cn/>

practical/689. html.

- [5] 叶忠海. 中国当代老年教育发展研究[M]. 上海:华东师范大学出版社,2019:75.
- [6] 吴结. 老年教育在党的教育方针中的对标使命及落实路径[J]. 广州城市职业学院学报,2023,17(3):16-22.
- [7] 习近平在中共中央政治局第三十二次集体学习时强调 党委领导政府主导社会参与全民行动 推动老龄事业全面协调可持续发展[N]. 人民日报,2016-05-29(1).
- [8] 孙立新,叶长胜,姚艳蓉. 老年教育学[M]. 杭州:浙江大学出版社,2022:33.
- [9] 张飞. 社会支持理论视角下老年教育资源供给体系构建的进路[J]. 安徽开放大学学报,2023(2):29-34.
- [10] 许竞,李雅慧. 我国中高龄人群学习需求及偏好调查研究:基于部分省市抽样数据[J]. 开放教育研究,2017,23(1):110-120.

Reconstruction of Elderly Education Model for Aging Society:

Reflection and Interpretation Based on the Concept of Adaptive Learning

CHEN Xiujin¹, FANG Zhonghua¹, YANG Yuhua²

(1. Admissions Office, Bozhou Open University, Bozhou Anhui 236800, China;

2. Teaching Department, Suzhou Open University, Suzhou Anhui 234099, China)

Abstract: China has entered a deeply aging society, but the current elderly education is still constructed and shaped based on the concept of a young society. As an essential part of the overall “aging-friendly” transformation of society, the “aging-friendly” transformation of elderly education is a significant challenge facing the high-quality development of elderly education in the new era. Starting from the concept of adaptive learning, the paper analyzes the relevance of adaptive learning to elderly education. Based on a realistic reflection on the current elderly education model, it proposes ideas for reconstructing the elderly education model in terms of educational objectives, educational targets, curriculum design, organizational form, and teaching effects.

Keywords: aging-friendly; elderly education model; reconstruction; adaptive learning concept

[责任编辑 张飞]