

УДК 37.04:053

***ПОМОЩЬ ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ В ОСВОЕНИИ ПРИНЦИПОВ
БЕЗОПАСНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ***

Шабанова П. В.

Бакалавр

Калужский государственного университета имени К. Э. Циолковского

Россия, Калуга

Медведева О. С.

К.э.н., доцент

Калужский государственный университет имени К. Э. Циолковского

Россия, Калуга

Аннотация. Статья посвящена проблеме адаптации пожилых людей к цифровой среде на примере Калужской области. Авторы анализируют разрыв между высоким уровнем технической доступности интернета и цифровой грамотностью граждан старшего поколения. В работе определены ключевые киберугрозы и причины уязвимости пенсионеров, включая когнитивные особенности и психологический страх ошибок. Предложен комплекс из шести адаптированных рекомендаций, включающий бесплатные муниципальные курсы, крупношрифтовые инструкции и студенческое волонтерство для эффективной региональной цифровой инклюзии.

Ключевые слова: цифровая грамотность, пожилые люди, кибербезопасность, обучение, интернет, цифровая безопасность.

***ASSISTANCE TO THE ELDERLY IN MASTERING THE PRINCIPLES
OF SAFE USE OF DIGITAL TECHNOLOGIES***

Shabanova P.V.

undergraduate

Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky

Kaluga, Russia

Medvedeva O.S.

Candidate of Economics, Associate Professor,

Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky

Kaluga, Russia

Abstract. The article is devoted to the problem of adaptation of the elderly to the digital environment on the example of the Kaluga region. The authors analyze the gap between the high level of technical accessibility of the Internet and the digital literacy of senior citizens. The work identifies key cyber threats and causes of vulnerability of pensioners, including cognitive features and psychological fear of mistakes. A set of six adapted recommendations is proposed, including free municipal courses, large-print instructions, and student volunteering for effective regional digital inclusion.

Keywords: digital literacy, elderly people, cybersecurity, education, internet, digital security.

В условиях стремительного развития цифровых технологий уровень цифровой грамотности становится одним из важнейших факторов социальной адаптации населения. Особенно актуальной данная проблема является для граждан старшего возраста, поскольку то, что кажется элементарным молодежи, нередко вызывает серьезные трудности у представителей старшего поколения. В мире, где банковские услуги оказывают онлайн, а билеты на проезд в транспорте загружают в память телефона, неумение пользоваться электронными сервисами фактически приводит к социальной изоляции. Привычная жизнь переходит в онлайн — и люди, не обладающие цифровыми навыками, оказываются на периферии общества, теряют автономность и возможность решать простые повседневные задачи. [1].

По данным Росстата, за 8 лет (к 2025 году) процент активных пользователей интернета в пожилом возрасте (60+) вырос на 13,2% (данные по Калужской обл.) [2].

Таблица 1 – Доля активных пользователей Интернета от 60 лет в Калужской области, (%)

	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
60-69	6,4	7	9,2	8,8	11,7	11,2	13,2	16,1	15,6
70-79	1	1,5	1,5	1,8	2	2,2	2,3	3,6	4,3
80+	0,1	-	-	-	0,2	0,3	0,5	0,5	0,8
60+	7,5	8,5	10,7	10,6	13,9	13,7	16	20,2	20,7

С 2019 по 2025 г. не использовавшие интернет граждане Калужской области в качестве причины отказа указывали «отсутствие навыков» в среднем в 30% случаев, что значительно контрастирует со средним показателем в 21% 2015–2018 гг. «Отсутствие технической возможности подключения» в качестве причины отказа в 2025 году указало в 9,8 раза меньшее количество респондентов, чем при опросе в 2023. По заявлению пресс-службы Губернатора и Правительства Калужской области от 20.01.2025 технической возможностью выхода в интернет обеспечены 98,6% населения области [3]. Росстат сообщает об обеспеченности доступом в интернет 84,3% домашних хозяйств в 2025 году, против 76,5% в 2023 [2].

Приведённые данные свидетельствуют о несоответствии темпов расширения информационно-технологических возможностей населения – темпам повышения компьютерной грамотности, в условиях роста востребованности навыков работы с интернет-ресурсами. Об этом также сигнализирует увеличение количества интернет-пользователей пожилого возраста в совокупности со статистикой МВД РФ, соответственно которой каждый четвёртый потерпевший от IT-преступлений в 2024 году — пенсионер [4]. В то же время с каждым годом всё большая доля граждан РФ в возрасте от

50 до 72 лет пользуется интернетом для получения государственных и муниципальных услуг, а также для приобретения товаров. Локально в Калужской области тоже возросла востребованность товарно-рыночных отношений с использованием цифровых методов: доля населения, пользующаяся соответствующим функционалом, выросла с 9,6% в 2014 до 54,2% в 2025. Всё это обосновывает актуальность и острую необходимость разработки и развития программ обучения, помощи в освоении современных информационных технологий и методов противодействия мошенническим схемам в сети Интернет для нуждающихся групп населения, в особенности – для пожилых людей, особенно сильно испытывающих недостаток навыков и особую уязвимость, неадаптированность к цифровой среде.

Цифровая адаптация граждан старшего возраста представляет собой сложный социально-психологический процесс, связанный с освоением новых технологий и изменением повседневных практик [5]. Исследователи отмечают, что основными препятствиями цифровой интеграции пожилых людей являются возрастные когнитивные изменения, снижение скорости восприятия информации и психологический страх совершения ошибок [6].

Россия активно переходит в онлайн, но миллионы пожилых граждан не успевают за цифровизацией. Так, 45% чувствуют себя уязвимыми перед интернет-мошенниками, а 77% хотели бы улучшить свои цифровые навыки [14].

Современные исследования подтверждают, что наиболее эффективным способом цифровой адаптации пожилых людей является практико-ориентированное обучение с использованием повторяющихся действий и визуальных инструкций.

За последние годы уровень цифровизации населения, в том числе старшего возраста, в Калужской области существенно возрос. Это видно по приведённым выше метрикам (распространение информационных технологий, укрепление востребованности и доверия к ним, рост количества пожилых пользователей). Этот процесс стимулируется и отражается в работе Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

государственных и муниципальных программ по цифровизации документооборота (в т.ч. обращений от граждан). Так, в рамках годовых отчётов о ходе реализации и оценке эффективности государственной программы Калужской области «Цифровое развитие и повышение качества государственных и муниципальных услуг в Калужской области» рассматривается в том числе динамика работы информационной системы САДКО, обеспечивающей автоматизированный электронный оборот документов. Из данных этих отчётов видно: в 2025 году количество обращений граждан, направленных через Интернет-приёмную официального интернет-портала органов власти Калужской области, составило 14859 обращений, что на 156,68% превышает результат 2024 года (5789 обращений). Авторизировались через ЕСИА – 5414 обратившихся в 2025 году, что на 89,23% больше относительно показателей 2024 года (2861) и почти равно общему количеству интернет-обращений за 2024 год [9]. Таким образом, можно установить, что рост использования цифровых сервисов сопровождается и активно стимулируется внедрением электронных государственных услуг, дистанционного банковского обслуживания и др.

Цифровая трансформация региона достигла значимых результатов в пределах последних лет, и из этого необходимо сделать некоторые структурные выводы в качестве методологических предпосылок для дальнейшей цифровизации Калужской области:

1. Удобство и практическая польза от цифровых инструментов (государственные сайты и приложения, упрощающие формальные бюрократические процессы) значительно стимулируют к интеграции в цифровое пространство пожилого населения. Следовательно, необходимо сделать интернет-среду официальных государственных порталов «дружелюбной» с точки зрения интерфейса зоной обзора: риски и достоинства «всемирной паутины» должны быть поданы по мере работы с государственным сервисом игромеханически, а также с помощью отдельных информационных разделов.

Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

Таким образом, государственный портал станет безопасным «коридором», пропускным шлюзом в цифровую среду.

Следует отметить, что для полноценной интеграции возрастных граждан в активную жизнь (будь она сетевой или реальной) – недостаточно одних игромеханических и нарративно-текстовых инструментов. В связи с этим необходимо:

2. Реализовывать «живое» обучение, призванное просто, наглядно и творчески объяснить закономерности и принципы существования в интернет-пространстве. Нельзя забывать о том, что часто пожилые люди с трудом воспринимают новую информацию такого рода, и потому для освоения цифрового медиа-измерения им необходим живой проводник, а не только цифровой помощник (Алиса или робот Макс на портале Госуслуги).

В этом русле уже делаются некоторые успехи. В федеральном проекте России «Старшее поколение» в качестве приоритетного направления названа именно цифровая грамотность: в докладе за 2023 год сообщается о формировании адресной «системы образования» Союза пенсионеров, которая характеризуется обучением в небольших офлайн-группах [11, с. 22]. Также частично реализуется принцип соревновательности: с 2011 года проводится Всероссийский чемпионат по компьютерному многоборью среди пенсионеров [12]. Декларируется противодействие цифровому бессилию и изоляции. Также в 2019 году отделение российского общества «Знание» и учреждённое годом ранее министерство цифрового развития Калужской области начали на бесплатной основе обучать профессии «цифровой куратор» всех желающих [13, 14]. Главным достоинством этого свежего проекта являлась открытость: кураторством могли заниматься граждане с 15 лет, обучение было бесплатным на базе библиотек. Главным недостатком – полное исчезновение словосочетания «цифровой куратор» из инфополя после нескольких упоминаний в 2018-2019 гг. Разработка на базе концепции цифрового кураторства и агитационно-образовательной деятельности СПР полноценного институализированного Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

волонтерского движения – задача для отдельного рассмотрения в обособленной статье.

По результатам совместного исследования компании «Киберпротект» и деловой социальной сети TenChat (2025 год), среди главных угроз для пожилых людей в интернете были названы:

- Попытка взлома аккаунта (аккаунта в мессенджере, социальной сети или интернет-сервисе). Эта угроза затронула почти треть респондентов и их близких — 28%.
- Фейковые сообщения о победе в лотерее или конкурсе — 21%.
- Предложения о нелегальном заработке в интернете — 17%.

Также важной проблемой является потеря и компрометация данных. В большинстве случаев (58%) речь идёт об утрате паролей от аккаунтов и учётных записей. Более серьёзные инциденты включают передачу злоумышленникам данных платёжных карт (7%) или кражу средств с банковских счетов (16%) [16].

По мнению экспертов, на уязвимость пожилых людей влияют несколько факторов:

- Низкий уровень цифровой грамотности. Трудно отличить подлинную информацию от фейковой и избежать уловок мошенников.
- Доверчивость. Многие верят на слово тем, кто представляется сотрудником государственных организаций (полиции, соцзащиты, поликлиники).
- Запугивание. Мошенники часто давят на срочность и безотлагательность действий, чтобы не дать жертве проконсультироваться с родными.
- Наличие накоплений и недвижимости, на которые могут нацелиться злоумышленники [13].

Для снижения рисков рекомендуется повышать цифровую грамотность пожилых людей, использовать надёжные пароли, двухфакторную аутентификацию, особенно на портале «Госуслуг» и в банковских приложениях, Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

и регулярно обновлять антивирусное ПО. Также важно информировать о различных видах мошенничества и напоминать о правилах кибергигиены [16]. Параллельно нужно вести активную информационную работу: разъяснять пожилым людям конкретные виды и схемы мошенничества (телефонного, интернет- и с использованием поддельных сайтов), а также постоянно напоминать о базовых правилах кибергигиены — от проверки адресов сайтов до запрета на передачу кодов из СМС. Только выполнение всех этих условий позволит защитить старшее поколение от финансовых потерь и стресса.

Можно выделить несколько наиболее простых практических рекомендаций по структуре общественной деятельности, направленной на интеграцию пенсионеров в цифровой мир:

1. Создание бесплатных муниципальных курсов цифровой грамотности.
2. Разработка иллюстрированных инструкций крупным шрифтом.
3. Вовлечение студентов-волонтеров в систему наставничества.
4. Проведение регулярных повторных занятий.
5. Организация центров цифровой поддержки пожилых граждан.
6. Разработка региональных программ профилактики кибермошенничества.

Комплексный подход (государственная поддержка + семейное наставничество) повышает эффективность в 2,3 раза [10]. В странах ЕС программы цифровой инклюзии для пожилых снизили долю жертв кибермошенничества на 18% за два года [5]. В России необходимо тиражировать подобный опыт. В регионе спрос на курсы цифровой грамотности для пожилых людей, как и в целом по стране, значительно превышает предложение. В базах обучающих программ критически не хватает курсов по кибербезопасности, из которых более половины должны быть посвящены защите от фишинга и телефонного шантажа. Обучение старшего поколения правилам безопасности в сети является важным компонентом социальной политики России, внося Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

значительный вклад в защиту сбережений граждан и увеличение общественного благосостояния.

Защита старшего поколения от киберугроз требует активных и скоординированных действий со стороны профильных общественных организаций и социальных институтов. Организация постоянно действующих волонтерских и экспертных объединений позволяет осуществлять непрерывный мониторинг цифровых угроз и контролировать реализацию целевых программ по повышению медиаграмотности пенсионеров. Проблема высокой уязвимости пожилых граждан перед лицами, использующими методы социальной инженерии, часто недооценивается обществом. Причина этого кроется в выраженном дефиците системного информирования. Исследователи подчеркивают, что в России критически мало внимания уделяется специализированным просветительским кампаниям в сфере кибербезопасности, а текущие меры по информированию этой возрастной группы пока демонстрируют низкую эффективность.

Например, в регионе, как и в целом по стране, спрос на кадры превышает предложение. Сегодня местная база вакансий насчитывает 21 тысячу рабочих мест, где более половины запросов приходится на сферу строительства и промышленности [8]. Важную роль в решении проблемы занятости играет сектор малого бизнеса — он вносит значительный вклад в создание новых рабочих мест и укрепление общественного благосостояния [7].

Очевидно, что цифровизация пожилого населения Калужской области сопровождается как расширением возможностей социальной интеграции, так и ростом киберугроз. За период 2019–2025 гг. существенно увеличилась доля граждан старшего возраста, использующих интернет и цифровые государственные сервисы. Но повышение цифровой грамотности способствует снижению виктимности пожилых людей и улучшению качества их жизни, и потому необходимо продолжать методологические и диджитальные разработки, Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

чтобы доверие и интерес к цифровой среде продолжали рост, а адаптация к ней уязвимых групп населения превратилась в полноценный системный институт, была бы облегчена и насыщена.

Анализ и план реформирования существующих мер по интеграции пожилого населения в интернет-сеть, концептуализация и разработка полноценных систем такого взаимодействия – дело необходимое, которому в дальнейшем надлежит посвятить самостоятельные статьи. Реализация комплексных региональных программ цифровой адаптации позволит повысить уровень безопасности пожилых граждан и сократить число случаев цифрового мошенничества.

Библиографический список

1. ВЦИОМ. Цифровая грамотность пожилых: тенденции 2023: аналитический обзор. – Москва: ВЦИОМ, 2023. – 45 с.
2. Обследование ИКТ // Федеральная служба государственной статистики (Росстат): сайт. — URL: https://rosstat.gov.ru/free_doc/new_site/business/it/ikt24/index.html (дата обращения: 01.06.2026).
3. Свыше 98% жителей области имеют техническую возможность доступа в интернет // Портал органов власти Калужской области: сайт. — URL: <https://digital.admoblkaluga.ru/news/item-24331/> (дата обращения: 01.06.2026).
4. Четверть потерпевших от IT-преступлений являются пенсионерами, сообщило МВД // РИА новости: сайт. – URL: <https://ria.ru/20250523/moshenniki-2018693284.html> (дата обращения: 30.05.2026)
5. Корнилова М. В. Пожилые люди в современном мире: новые вызовы и возможности адаптации // Актуальные проблемы социальной геронтологии. – Москва: ФНИСЦ РАН, 2022. – С. 88–94.

6. Костюрина Н. Ю., Завалишин А. Ю. Два клика и «четвёртый возраст»: путь старика в интернете // Мониторинг общественного мнения. – 2021. – № 3. – С. 112–128.
7. Кисиогло, Т. В. Роль малого бизнеса в рыночной экономике / Т. В. Кисиогло, О. С. Медведева // Экономика и бизнес: теория и практика. – 2023. – № 5-2(99). – С. 17-21.
8. Субботина, Т. Н. Актуальные проблемы рынка труда Калужской области / Т. Н. Субботина // Научные труды Калужского государственного университета имени К.Э. Циолковского, Калуга, 17 февраля – 02 2015 года / Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского. – Калуга: Издательство Калужского государственного университета имени К.Э. Циолковского, 2015. – С. 189-192.
9. Годовой отчет о ходе реализации и оценке эффективности государственной программы Калужской области «Цифровое развитие и повышение качества государственных и муниципальных услуг в Калужской области» в 2025 году // Портал органов власти Калужской области: сайт. — URL: <https://digital.admoblkaluga.ru/upload/oiv/min-digital/gosprogramma/2025/otchet2025.pdf> (дата обращения: 01.06.2026).
10. Лапина А. С., Верник И. С. Преодоление цифрового разрыва в межпоколенческих отношениях // Образование и наука. – 2023. – Т. 25. – № 2. – С. 67–85.
11. Старшее поколение – ресурс будущего. Комплексный подход к активному долголетию. Экспертный доклад // Национальные проекты России: демография. – Москва: высшая школа экономики, 2023. – 35 с.
12. В Вологде прошел Всероссийский чемпионат по компьютерному многоборью среди пенсионеров, приуроченный ко Дню рождения пожилого человека. // Союз пенсионеров России: сайт. — URL: <https://spr35.ru/?p=21> (дата обращения: 01.06.2026).

13. Калужских пенсионеров обучат цифровой грамотности // rg.ru: сайт. – URL: <https://rg.ru/2019/04/03/reg-cfo/kaluzhskih-pensionerov-obuchat-cifrovoj-gramotnosti.html> (дата обращения: 30.05.2026).
14. Старшеклассники и студенты смогут стать цифровыми кураторами // rg.ru: сайт. – URL: <https://rg.ru/2018/11/28/starsheklassniki-i-studenty-smogut-stat-cifrovymi-kuratorami.html> (дата обращения: 30.05.2026)
15. Оценка гражданами эффектов и рисков их цифрового взаимодействия с государством: динамика 2022-2025 гг. // Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: сайт. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-grazhdanami-effektov-i-riskov-ih-tsifrovogo-vzaimodeystviya-s-gosudarstvom-dinamika-2022-2025-gg/viewer> (дата обращения: 30.05.2026)
16. Что угрожает российским пенсионерам в интернете: ответ экспертов // hi-tech.mail.ru: сайт. – URL: <https://hi-tech.mail.ru/news/121260-cto-ugrozhaet-rossijskim-pensioneram-v-internete-otvet-ekspertov/> (дата обращения: 30.05.2026)