

## A TANULÁS MINT AZ IDŐSKORI AKTIVITÁS FENNTARTÁSÁNAK LEHETŐSÉGE

Pethő László

habilitált főiskolai tanár ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar,  
Neveléstudományi Intézet, Andragógia Tanszék

*Kulcskifejezések: a várható élettartam alakulása, az aktív és a passzív életkor arányának módosulása, az időskori tanulás terepei, a tananyagok lehetőségei, a demencia kezelésének andragógiai megközelítése*

A hatvanas években – amikor ez a téma korántsem szerepelt annyit, mint napjainkban – a szórványosnak minősíthető elemzések és beszámolók szinte korlátlan lehetőségekről számoltak be, illetve ilyesmiket vizionáltak. Példaként említették azt a nyolcvan feletti amerikai, aki tekintélyes kora ellenére megtanult repülőgépet vezetni. Kevésbé csodálták azokat, akik 60 éves koruk létre és ellenére megtanultak egy idegen nyelvet. Hasonló ambíció fűtötte az Egri Pedagógiai Főiskola kezdeményezését, ahol a diplomaszerezés lehetőségét adták meg azoknak, akik korábban nem tanulhattak. A sorolt példák közös sajátossága, hogy egyaránt sikeresnek bizonyultak. De vajon minden időskorú számára egyöntetű és korlátlan az aktivitás fenntartásának lehetősége?

*A várható élettartam vizsgálatából adódó következtetések*

A hazai és a nemzetközi vizsgálatokból kitűnik, hogy a világ fejlettebbnek tartott részein növekszik a várható élettartam, de bizonyos különbségek is fennmaradnak. Ez hozzávetőleg annyit jelent, hogy a legfejletlenebbnek tartott országokban ötven év a felső határ, a legfejlettebbekben pedig nyolcvan fölé emelkedett ez a mutató. Magyarország kétség kívül az utóbbiakhoz áll közelebb, hiszen a ma születendő hölgyek 72-73 évet fognak élni, és a férfiak is megközelítik a hetvenet. A mi mutatóink további sajátossága az adatok folyamatosan növekvő tendenciája, hiszen az említett mutatók – akár egy-másfél évtizeddel ezelőtt is lényegesen alacsonyabbak és egyúttal kedvezőtlenebbek voltak.

A növekvő tendenciát azért is érdemes aláhúzni, mert a nemzetközi trendek is hasonlóak. Ennek illusztrálásaként Németországban például kialakult egy rokonszenvesnek minősíthető gyakorlat, miszerint a köztársasági elnök külön üdvözlő születésnapján minden 100. életévét betöltött polgárt. A német köztársasági elnökök korábban könnyen teljesítették kedves kötelezettségüket, napjainkra viszont egyre nehezebben tudják teljesíteni ezt az egykoron önként vállalt feladatot. Nem holmi restség vagy lustaság játszik közre, hanem az a tény, hogy a magas életkort megélők száma ott milliós nagyságrendűvé vált. Hasonló hazai példákkal is találkozunk. A mi polgármestereink, a kis falutól-, a fővárosi kerületig szintén kiadják, hogy tessék vásárolni egy virágcsokrot Kovács Jánosnének vagy Kovács Jánosnak, 100. születésnapjára. A vezetők személyesen felkeresik az ünnepeltet, kezét ráznak, fényképezkednek vele, a helyi sajtó és televízió bemutatja Kovács Jánosnét vagy Kovács Jánost. Nem nehéz megjósolni, hogy mifelénk is fognak majd az energiák, és nem biztos, hogy minden 100. évet megélt polgárt köszönteni fognak születésnapján.

Visszatérve a szárazabb adatokhoz figyelemre méltó tendenciákkal szembesülhetünk. A Bécsi Egyetem szociológus professzora, Franz Kolland – nemzetközi összehasonlításra épülő vizsgálatokra alapozva – három alapvető tendenciát vázol a várható élettartam alakulására vonatkozóan (Kolland, F. és Ahmadi, P., 2010).



Első következtetésként megállapítja, hogy a várható élettartam 120 vagy akár 130 évre növekedhet!

Következő becslése azt vizionálja, hogy 100 évre nőhet a megélt életkorok időtartama, a harmadik változat szerint pedig nem történik lényeges változás, hanem maradnak a jelenlegi tendenciák. Az utóbbinak alaposan ellentmond az a tény, hogy a várható élettartamok az utóbbi fél évszázadban szinte mindenütt, de Európában és Észak-Amerikában mindenképpen meggyőzően növekednek. Így joggal és megalapozottan feltételezhetjük, hogy reálisan egyre nagyobb és magasabb korösszetételű idősödő populációval kell kalkulálnunk. Végeredményben a 100 éves életkor tömeges megélése az elkövetkezendő évtizedekre vonatkozóan reálisnak tűnik. Az elsőként említett 120 vagy a 130 éves várható élettartam megeléásával pedig már ma is szembesülhetnek köztünk élő utódaink.

Mit is jelent mindez választott témánk szempontjából? – Nem kevesebbet, mint azt, hogy újra kell gondolnunk és definiálnunk az aktív és a passzív életkorral alkotott vélekedésünket és az erre alapozott mindennapi gyakorlatunkat. Egyértelműnek tűnik az, hogy nem csak az tekinthető aktívnek, aki dolgozik. A munkában eltöltött idő ma a huszoneves kor körül kezdődik és tart a hatvanas életkor közepéig, tehát a legtöbb munkavállaló számára 40-45 évnyi időtartamot jelent. Ezt követően azonban újabb egy-két, de a vázolt becslések alapján vélhetően akár három-négy évtizedet élnek, élhetnek meg a munkából már jobbra kiszoruló idősebbek. Az köztudott, hogy a közgazdászok és a nyugellátást szervezők számára nem könnyen megoldható problémát jelent a nyugdíjasok folyamatosan növekvő száma. Bennünket azonban sokkal inkább az foglalkoztat, hogy mit is kezdjünk az ugyancsak növekvő, eddig jobbra passzívnak minősített élettartammal? – Első megközelítésben határozottan állíthatjuk, hogy a hagyományosnak minősülő elfoglaltságokkal: olvasással, kertészkedéssel, utazgatással, keresztretjvényfejtéssel és társaival nem tölthetők ki az akár több évtizedes időtartamok. Mellettük és helyettük új aktivitási és foglalkoztatási formákat, köztük *tanulási lehetőségeket* és programokat kell alkalmazni. Ebben a felnőttképzésnek bizonyos praxisa már van, olyan, amelyet az új feltételekhez kell igazítani és folyamatosan megújítani.

### *A tanulás, mint az aktivitás fenntartásának lehetősége*

Az egyik nagyon kézenfekvő megoldás ebben az esetben is a *prevenció alkalmazása*. Mondhatnánk, az időskori aktivitás fenntartására készülni kell! Az utánunk következő generációk feltételezhetően csak akkor tudják fenntartani a mindehhez nélkülözhetetlennek tűnő nyitottságot, ha valamilyen módon akár 20, 30, 40 éves korukban is gondolnak idősebb napjakra. Franz *Kolland* ez irányú vizsgálatai arról szólnak, hogy aktivitását leginkább az képes fenntartani, aki nyitottságát és befogadóképességét megalapozza és fejleszti (*Kolland*, 2005). Az ide vonatkozó kutatások eredményei azt igazolják, hogy a magasabb iskolázottság hozzájárul az aktivitás fenntartásához. Ezzel szemben az alacsony iskolázottság éppen az ellenkezőjét eredményezi.

A következőkben a hétköznapi gyakorlattal, illetve annak megalapozásával foglalkozom. Kevesen tudják – itthon legalábbis alig vagy elvéve idézik – azt, hogy a témának specializálódó szakfolyóiratai vannak. Az Egyesült Államokban adják ki az *Educational Gerontology* (Philadelphia) című folyóiratot, amely 1976 óta jelenik meg, s mára már a 30. évfolyamánál tart! – A maga nemében egyedülálló abból a szempontból, hogy rendszeresen, minden hónapban kiadásra kerül, és egy-egy szám körülbelül 10-12 cikket tartalmaz.



A folyóirat alapvetően gyakorlatorientált, hiszen a tanulmányok többsége, körülbelül 70%, valamilyen empirikus kutatás eredményéről számol be, de nagyon sok áttekintő jellegű, korábbi munkák összefoglalását elemző írás is megjelenik benne. A periodikum által taglalt fontosabb témák: az öregség orvosbiológiai jelei; időskori memória, a kognitív képességek vizsgálata, a mentálisan retardált idősök képzése; az idősök egészségre nevelése, képzése; felkészülés az időskorra, oktatás a halálról; idősök szociális ellátása; gerontológiai és geriátriai képzések; az idősök oktatásának, képzésének módszerei; idősök olvasási szokásai, kompetenciái; vidéki idősök és alacsony iskolai végzettségű idősök képzése; az idősök és az informatika kapcsolata – módszerek, tapasztalatok, vélemények; az idősök és a művészetek kapcsolata, idősök művészeti képzése; nagyszülők képzése, gyerekek, fiatalok idősökkel kapcsolatos attitűdjei; az időskori önkéntesség problémái. Hasonló módon komplex szemléletű a néhány éve elindult *International Journal of Education and Ageing*. A folyóiratot egy nemzetközi, EU-s szerkesztőség működteti, s szintén nagyon széles problémakört gondoz.

A külföldi példák sorolása után a hazai gyakorlat figyelmet érdemlő eredményeivel is érdemes foglalkozni. Rossz szokásunk szerint néha lebecsüljük őket, pedig ezek fontos és jóra való kezdeményezések. Az időskorúakkal való foglalkozás hovatovább „magyar” hagyományát jelentik az időskorúak és a nyugdíjasok klubjai. Létrehozásukban úttörő szerepe volt a művelődési házaknak, s többségüket ma is ezek az intézmények fogadják be és működtetik. További erényük, hogy meglehetősen sok embert megmozgatnak, a legkülönfélébb okok és indítékok mentén szerveződnek. Akadnak olyanok, amelyek létét egy fontos szakma utóélete és az iránta megnyilvánuló érdeklődés megtartása motiválja. A Szenior Energetikusok Klubja az Elektrotechnikai Múzeumban havi rendszerességgel tartja összejöveteleit. Ha rossz az idő, akkor „csak” félszázan jönnek össze, ha jobb, akkor 150-en. Foglalkozásaikra egyetemi oktatókat, gazdaságpolitikusokat, gyakorlati szakembereket hívnak meg. Máskor felkerekednek, s ellátogatnak a négyes metró építkezéséhez vagy más komolyabb beruházásokhoz. Őket tehát leginkább szakmai érdeklődésük tartja össze, hiszen nemcsak a fővárosból, hanem az ország legkülönfélébb részeiből verbuválódnak tagjaik. Velük rokon kezdeményezés az egykori munkahelyek utóéletét képező klub vagy kör, amely tagsága az egykoron együtt dolgozók köréből kerül ki. Az effajta körök egyik különös sajátossága, hogy olyan, konfliktusokkal terhelt bázisról indulnak, mint az egykori munkahely. Működésük tapasztalatai mégis arra utalnak, hogy a korábbi együvé tartozás érzése felülkerekedik és feloldódik az adott közösségben. Érdemes megjegyezni, hogy az egykori szakszervezeti művelődési házak felszámolásának következményeként, nem mindig találnak maguknak helyet az egykori munkatársakból szerveződő klubok. A XI. kerület egyik gyárának nyugdíjasai a kerületi önkormányzattól kapott helységben tartják összejöveteleiket.

A nyugdíjasok klubjai bizonyos regionális különbségeket mutatnak. A nagy és kisebb városokban szerveződők emancipáltabbak, mígnem a kisebb településeken működők kevésbé azok. Szakfelügyelőként szerzett tapasztalataim során találkoztam azzal, amikor egy faluban – a rivalizálás gyanúját is elkerülve – egymástól elkülönülve működtek a nők és a férfiak klubjai. Tevékenységükre az esemény-centrikusság jellemző. Gyakorta mennek kirándulni, megünneplik egymás névnapjait, esetenként bálakat és más szórakoztató jellegű összejöveteleket szerveznek. Ritkábban előadásokat hallgatnak, orvosokat, esetenként pedig közéleti személyiségeket hívnak meg klubjaikba.

## *A halál tanulásáról és a demencia kezelésének andragógiai vonatkozásairól*

Az idős korúak számára hovatovább mindennapi problémává válik a halállal való foglalkozás. Közvetlen környezetükben lényegesen gyakrabban találkoznak ezzel az eseménnyel, mint más generációk tagjai. Sőt nemcsak a legidősebbek, hanem az egész magyar populáció számára „fajsúlyosabb esemény” a halál, mint a születés, hiszen az évente előforduló 120 000 elhalálozás lényegesen meghaladja a 90 000 körül alakuló születésszámot. Ha mindehhez társítjuk a kiszakadás élményével találkozó, azt közvetlenül megérintők számát, akkor már közel félmillió nagyságrendről beszélhetünk.

A probléma kezelése ma koránt sincs arányban az ismertetett mennyiségi mutatókkal. Ugyanakkor megállapítható, hogy a halállal való foglalkozást főleg egészségügyi és szociális intézményekre hárítjuk. Manapság elvétve fordul elő, hogy valaki otthonában és közvetlen hozzátartozói körében fejezi be életét. A problémával való foglalkozásnak ma egyre gazdagodó andragógiai, pszichológiai és egyéb szakirodalma van. Magam részéről, most néhány andragógiai vonatkozást emelek ki.

Az andragógián belül specializálódásra törekszik a tanatológia vagy más elnevezések szerint tanatológia. A szakterület érdeklődése elsősorban a halállal mintegy hivatásszerűen és mindennap találkozó felkészítésére és ismereteik fejlesztésére irányul. A tűzoltók, a rendőrök, a mentősök és más hasonló foglalkozásokat űzők számára valóban szükséges a tragikus eseményre való felkészítés, hiszen nekik is fel kell dolgozniuk azt, hogy akár kezeikben hal meg egy ember. Az így megcélzott populáció nagyságrendje azonban lényegesen elmarad attól, amellyel – ahogy erre a citált adatokkal utaltam – a társadalom sokkal szélesebb körei találkoznak.

A tanatológia egyik lehetséges területévé válhat a demenciával való foglalkozás. A magasabb életkort megélni sokak számára öröm, de egyúttal az is tény, hogy a súlyos emlékezetvesztés betegségével sújtottak aránya az életkor előrehaladásával párhuzamosan hatványozottan növekszik. A 60 évesek körében mindössze 1 %-ban, míg a 80 évesek körében már 20 %-ban fordul elő ez a betegség. Magyarországon ma 250-300 000-re becsülik a demenciában szenvedők számát. Ha ezt összevetjük a szociális otthonok 40 000-es befogadóképességével, akkor egyértelmű, hogy a betegség intézményes gondozását és kezelését ebben a formában csak szerény mértékben tudjuk megoldani. A betegek túlnyomó többségével való törődést családban vagy egyéb szűkebb, nem intézményes körben kell megoldani. A nemrégiben lefolytatott hazai és nemzetközi kutatások feltárták, hogy az erre szakosodott intézményeknek a probléma kezelésére vonatkozó felkészültsége kezdetleges és hiányos. Ráadásul még inkább vonatkozik mindez a nem hivatásos körként említett családokra és más formációkra, ahol gyakorta a legszükségesebb ismeretek sincsenek jelen. A témával foglalkozó kézikönyvekből kiviláglik, hogy a demencia – mivel különböző stádiumai vannak – differenciált megközelítést és gondozást igényel (Szabó Lajos, 2011). Kezdeti és középsúlyos fázisa általában nem igényel intézményes kezelést. Az utóbbiak, viszonylag egyszerűen elsajátítható tréningek és rokon módszerek – ez különösen vonatkozik a kezdeti stádiumokra – birtokában eredményes megközelítéseket eredményezhetnek és eredményeznek.

A demenciával való foglalkozás ma (világ – és Európa – szerte) központi kérdése az időskorúak ügyével való foglalkozásnak. Ha alaposabban megnézzük az Idősek Európai Évének programját és célkitűzéseit, akkor látható, hogy mennyi erőt igyekeznek koncentrálni erre a területre. Úgy látom, a hazai gyakorlat sokkal inkább néhány tetszetős politikai szlogen előtérbe helyezését tartotta fontosnak, mintsem a témával való szembenézését és az energiák mozgósítását a felmerülő problémakötegek megoldására.

### *Egy tudásbázist létrehozó kezdeményezésről*

Befejezésül egy „házon belüli” kezdeményezésről szeretnék szólni. Mesterszakos hallgatóimmal együtt 4-5 éve folyamatosan dolgozunk egy tudásbázis létrehozásán. Előbb egy egyszerű, a legfontosabb nemzetközi- és hazai szakirodalmakat feldolgozó honlappal kezdtük, majd évről-évre gyarapodott a hallgatók által készített szakmai beszámolókkal, külföldi példák lefordításával és az ország legkülönbébb részein időskorúakkal készült interjúkkal gazdagodó [www.idostanulas.eoldal.hu](http://www.idostanulas.eoldal.hu) honlapunk. Idővel új leágazásként a honlapról közvetlenül elérhető Facebook aloldalt nyitottunk. A kezdetekben inkább a „magunk szórakoztatására” hagyatkoztunk, mára azonban – különösen vonatkozik ez a Facebook oldalunkra – folyamatos információcsere tanúi lehetünk. Igazán azonban akkor leszünk elégedettebbek, ha egyre több idős látogatónk és olvasónk is aktív szereplőként gyarapítja majd a folyamatosan gyülemelő tudásanyagot. Olvasóimat is biztatom, nézzenek szét nálunk, s osszák meg információikat velünk!

## **Irodalom**

- Kolland, F. (2005): *Bildungschancen für ältere Menschen*. Ansprüche an ein gelungenes Leben, Münster/Wien.
- Kolland, F. & Ahmadi, P. (2010): *Bildung und aktives Altern*. Bewegung im Ruhestand, Bielefeld Bertelsmann.
- Szabó, Lajos (2011): *Időskori demenciák családi, társadalmi és pszichológiai vonatkozásai*. Akadémiai Kiadó, Budapest.

A large, stylized letter 'M' in a dark blue color, positioned on the left side of the page. The 'M' is composed of thick, solid blue strokes. A thin, light blue line extends from the top right corner of the 'M' towards the top right of the page, ending in a small circle with a dark center.

# MŰHELY WORKSHOP