

A játék szerepe idős korban

Tartalomjegyzék

1. BEVEZETÉS.....	5
1.1. A témaválasztás jelentősége	5
1.2. A témaválasztás indoklása.....	6
2. ELŐREGEDŐ TÁRSADALOM	8
2.1. Demográfiai változások napjainkban	9
2.2. Az időskor.....	10
2.3. A nyugdíjasok.....	12
2.4. A szabadidő	13
2.5. Az időskori beilleszkedés	13
2.6. Az öregedés folyamata	14
2.7. A demencia	16
3. A SZOCIÁLIS ELLÁTÓRENDSZER ÉS AZ IDŐSEK	17
3.1. A szociális ellátórendszer szerepe az idősellátásban	17
3.2. A szociális gondoskodás.....	18
3.3. A szociális gondoskodás ellátási formái.....	18
3.4. Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetének bemutatása	20
4. JÁTÉKELMÉLETEK	23
4.1. A játék elméleti megközelítései.....	23
4.2. A játék fogalma	27
4.3. A játék jellemzői.....	28
4.4. A játék funkciói és értékei	29
4.5. A játék története.....	30
4.6. A játék és a tanulás kapcsolata	31
5. AKTÍV IDŐSÖDÉS	33
5.1. Az aktív időskor fogalma	33

5.2. Tanulás időskorban.....	36
5.3. Az időskorú tanuló jellemzői.....	37
5.4. A játék szerepe időskorban.....	40
5.5. Jó gyakorlatok.....	41
6. A KUTATÁSI EREDMÉNYEK BEMUTATÁSA	43
6.1. Vizsgálati módszerek.....	43
6.2. Hipotézisek	44
6.3. A kutatás leírása.....	44
6.4. A demenciára vonatkozó mélyinterjúk elemzése	57
6.5. Összegzés.....	59
7. ZÁRÓ GONDOLATOK	60
IRODALOMJEGYZÉK.....	61
MELLÉKLETEK.....	66
1.számú melléklet	66
2. számú melléklet	67
3. számú melléklet	74
4. számú melléklet	75
5. számú melléklet	81
6. számú melléklet	82
7. számú melléklet	85

Ábrajegyzék

1. ábra: A kitöltők nemek szerinti megoszlása.....	45
2. ábra: Iskolai végzettség szerinti megoszlás.....	45
3. ábra: Utolsó betöltött munkakör megoszlása	46
4. ábra: Az otthonban töltött évek száma	46
5. ábra: A csoportfoglalkozások látogatásának gyakorisága.....	47
6. ábra: Ki ajánlotta a csoportfoglalkozást	48
7. ábra: Foglalkozásfajták népszerűségének megoszlása	48
8. ábra: Csoportfoglalkozás látogatásának okai	49
9. ábra: Játékokban való részvétel megoszlása	50
10. ábra: Gyermekkori játékpartnerei.....	52
11. ábra: Unokákkal, gyerekekkel folytatott játéktevékenység gyakorisága	53
12. ábra: A játék kihatása a játékpartnerrel való kapcsolatra	54
13. ábra: Új féle játékok kipróbálásának aránya	55
14. ábra: A jelenlegi játékszokások.....	56
15. ábra: A férőhelyek megoszlása ellátási formánként.....	66
16. ábra: Az interjúban részvevő szakemberek általános adatai	74
17. ábra: Kézműves foglalkozás a Nyugdíjasok Acsádi Otthonában.....	85
18. ábra: Játékfoglalkozás a Nyugdíjasok Acsádi Otthonában	85
19. ábra: A Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetének csapata vetélkedő közben.....	86
20. ábra: Csoportkép a foglalkozások résztvevőiről	86

1. BEVEZETÉS

1.1. A témaválasztás jelentősége

Korunkat az előregedő társadalmak jellemzik, Európában és Magyarországon egyaránt megfigyelhető a társadalom demográfiai átrendeződése. Néhány évtizeddel ezelőtt jellemzően öt-hat generáció váltotta egymást száz év alatt, a következő évszázadban várhatóan csupán négy generáció fogja. A korábbi korokra nem jellemző módon, az emberek többsége ma megéli a 65-75 év feletti kort (Marton, 2008). A modern európai országok lakóinak legalább húsz százaléka 60 év feletti, várható élettartamuk még további 15-25 év. Hazánkban ugyan alacsonyabb ez a szám, de még így is 10-20 év lehet az az idő, amit a hatvan év feletti ember megél, így hosszú évek maradnak a kötelező munka és családfenntartás feladataitól mentesen. Ez az úgynevezett „kései szabadság” időszaka. A felszabadult idő pedig lehetőséget ad az idős embereknek az intellektuális, kulturális igényeik kielégítésére is (Boga, 2011).

A fent említett változások következtében az idősök életmódja is jelentősen átalakul korunkban. Magyarországon egyre kevésbé jellemző a több generációs együttélés, ennek következtében számtalan idős ember él párjával, vagy annak elvesztése után egyedül, magányosan, megszűnni látszik számukra a család nyújtotta biztonság. A fiatalok rohanó életmódjuk következtében nem tudnak kellő figyelmet fordítani idős hozzátartozóik gondozására, ápolására. Az idős emberek számára a szociális intézményekben való elhelyezés nyújthat biztonságot, ezen intézmények pedig sokak számára életük végéig az otthonot jelentik. Így a kései szabadság éveit is ezen intézmények falai között kell eltölteniük.

Az idős kor azonban nemcsak problémát, hanem számos lehetőséget is magában hordoz, amelyből profitálhat mind a társadalom, mind pedig az idős kort megélt egyén. Az időskorban rejlő lehetőségekre hívja fel a figyelmet az Európai Unió is, ezért nyilvánította a 2012-es évet *az aktív idősödés és a nemzedékek közötti szolidaritás európai évének*. A projekt célja felhívni a figyelmet az aktív idősödés nyújtotta lehetőségekre a foglalkoztatás területén, az idősök társadalomban való aktív részvételében és az önálló életvitelben egyaránt. A dokumentum elősegíti, hogy felismerjük: az idős emberek hasznos tagjai a társadalmunknak, akiktől tanulhatunk, és akik tapasztalatokkal szolgálhatnak számunkra, akár önellátóan élnek, akár valamely ellátó intézmény lakói legyenek is (2012 - *Az aktív idősödés és a nemzedékek közötti szolidaritás európai éve*, 2012).

1.2. A témaválasztás indoklása

Szakdolgozatomban az idősök és a játék kapcsolatát kívánom feltárni, vizsgálni. Azért esett a választásom erre a témára, mert a szakmai gyakorlatomat a Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetének tagintézményében a Nyugdíjasok Acsádi Otthonában végeztem. Továbbá pedig abban a szerencsés helyzetben volt részem, hogy nagyszüleim mellett nőhettem fel és mind a mai napig élnek. Az évek előrehaladtával a természetes öregedési folyamatok őket sem kímélték, és egyre speciálisabb szükségleteik alakultak ki.

Lelkesen kezdtem keresni andragógusként, hogyan is tudok a segítségükre lenni mind nagyszüleimnek, gyakorlatom ideje alatt pedig az otthon idős lakóinak. Az Acsádon töltött idő alatt sokrétű tapasztalatra sikerült szert tennem. Itt találkoztam a játék alkalmazásával mint segítő módszerrel, mely az idősök hasznos időeltöltését és szellemi karbantartását célozta meg.

A gyakorlati időm alatt szerzett szakmai tapasztalataim szerint az aktív időtöltés egyik meghatározó módja tehát a játék volt. Mint sokan mások, én is úgy gondoltam, hogy a játék gyermeki foglalatosság. A játék azonban korosztálytól és nemtől független tevékenység. A játék kulturális hatásairól is számos szakirodalmi anyag olvasható, például a Stöckert Károlyné szerkesztésében megjelent *Játékpszichológia* tanulmánykötet, melynek feldolgozása segített elmélyülni a témában.

Gyermekkoromban nagyszüleim sokat játszottak velem. Természetesen akkor még nem voltam tudatában, hogy ez a sajátos elfoglaltság utat nyit, kapcsolatot hoz létre a gyermek és a felnőtt világ között, segíti egymás megértését, közös nyelv létrehozását és a mély kapcsolat kialakulását.

A szociális otthon természetesen speciális közösségi tér, az otthon szolgáltatásait igénybe vevő idősök részben kiszorulnak a családi közegben megélt eseményekből. Azonban észre kell vennünk, hogy számos lehetőséget is rejt magában az otthonban töltött idő. Tapasztalataim szerint az ilyen otthonokban élő idős embereknek számos lehetőségük van arra, hogy változatosan, hasznosan töltsék el mindennapjaikat. Egyik elfoglaltság a játék, a közös foglalkozások, melyek célja az ott élők szellemi és testi karbantartása, ezen kívül pedig a közösség tagjainak összekovácsolása.

Eltérően a felnőttektől, a gyermekek számára számtalan játéklehetőség kínálkozik: drága játszóházakat, foglalkoztató központokat látogathatunk velük, illetve otthoni környezetükben is természetes a játékok jelenléte. Az idősök játékszokásai és annak funkciói egészen mások.

Főleg a családjuk körében élő idős embereknek van lehetőségük az unokáikkal való játékra, mely által közösen élhetik át a játék nyújtotta örömeket, míg az otthonban élők számára a játék nagyobb mértékben szinten tartó, fejlesztő, és közösségformáló ereje miatt fontos.

Azt gondolom, hogy az időotthonokban folytatott játéktevékenység andragógiai vizsgálata új terület.

Célom, hogy dolgozatommal a játék gyakorlatban megvalósuló hasznosságáról adjak képet. Szeretném bemutatni és felhívni a figyelmet az idősek játék-kincsére, illetve arra, hogy a fejlesztő játékok használatával az idősek észrevétlenül tudják saját szellemüket karban tartani és könnyed módon képesek kapcsolatot fenntartani embertársaikkal, továbbá, hogy a játékkincs felhasználható a felnövekvő generációk nevelésében is.

Szakedolgozatomban a következő kérdésekre keresem a választ:

- Mennyire meghatározó a játék az idősek hétköznapijaiban?
- Milyen segítséget nyújt a kortársaikkal és más generációk közötti kapcsolatok kiépítésében?
- Milyen fejlesztő hatásai vannak a játékok alkalmazásának?
- Fejlődik-e az idősek játékkultúrája, nyitottak-e a mai „modern” játéklehetőségekre?
- Milyen fejlesztő hatásai vannak a játékok alkalmazásának?

E kérdések tükrében a hipotéziseim a következők:

1. A fejlesztő játékok késleltetik a demencia előrehaladását.
2. Az idősek nyitottak az új, általuk még nem ismert „modern” játékok kipróbálására.
3. A játék segíti a saját és más generációkkal való kapcsolattartást és együttélést.
4. A lakók szívesen vesznek részt a számukra összeállított játékprogramokon.

A dolgozatomban feltett kérdések megválaszolásához komplex kutatási tevékenységgel, kvalitatív (minőségi mérőeszközök) és kvantitatív (mennyiségi mérőeszközök) módszerek felhasználásával gyűjtöttem információkat. Kutatásom helyszínei a Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete és annak tagintézményei voltak. A dolgozat leíró fejezeteinek elkészítéséhez szakirodalom elemzést végeztem. A szakedolgozat empirikus részének elkészítéséhez a Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete és tagintézményeinek lakói körében kitöltetett strukturált kérdőívek, a játékfoglalkozások megfigyelése, és mélyinterjúk szolgálnak adatokkal. Azért döntöttem a strukturált kérdőív használata mellett,

mert ezzel a módszerrel gyorsan és hatékonyan tudom a szükséges adatokat begyűjteni. Az így megszerzett adatok kibővítésére, alátámasztására a mélyinterjú és a megfigyelés szolgál. A játékfoglalkozásokon való részvétel ideje alatt a megfigyelés módszerét alkalmaztam. A megfigyelés segítségével játék közben tudtam az általam meghatározott szempontok szerint begyűjteni a szükséges információkat. A mélyinterjúk segítségével lehetőségem nyílt az összefüggések feltárására, egyéni tapasztalatok és jó példák megismerésére.

A dolgozat első felében az előregedő társadalom, az időskorral járó általános testi és szellemi változások és a hazai idősellátó intézményrendszer bemutatására kerül sor. A dolgozat második felében az időskorúak tanulására helyezem a hangsúlyt. Ismertetem az időskorúak helyzetét, a tanulásuk sajátosságait, a játék szerepét. Továbbá írok az Acsádi idősök otthonáról, az ott folyó életről, a megvalósuló öregkori aktivitásról. Végezetül ismertetem az empirikus kutatás eredményeit, elemzem a kérdőíveket, az interjúkat és a foglalkozásokon való megfigyelés eredményeit. Majd következtetéseket vonok le belőlük. Kiderül, milyen játékigényeik vannak az otthon lakóinak és milyen eredményeket érhetünk el a játék alkalmazásával. Mennyire segíti a játék a generációk közötti kapcsolatok kialakulását? A fenti kérdésekre fog választ adni a dolgozat.

Dolgozatomban három nagyobb témakört érintek.

- Az időskort és annak sajátosságait.
- A szociális otthont, mint az idősök egy speciális életterét.
- A játékot és annak az időskorban betöltött szerepét.

A felsorolt és a további fejezetekben ismertetett témakörök szolgálnak az empirikus kutatásom elméleti háttéréül.

2. ELÖREGEDŐ TÁRSADALOM

Mint már arra a bevezetőmben is utaltam, társadalmunkat a demográfiai átrendeződés jellemzi. Századunkat „őszülő évszázadnak” is nevezik, melyet a „demográfia parancsuralma” jellemez (Sz. Molnár, 2000). Számtalan cikket és könyvet olvashatunk arról, hogy az öregkor lehet aktív, boldog és az önbeteljesítés szép időszaka. A pesszimistább kutatók azonban erre nem sok esélyt látnak. A borúlátó megközelítések azt állítják, hogy az emberi élettartam növekedése az emberiség egyik legnagyobb problémáját okozó jelenség (Marton, Sz. Molnár, 2008, 2010). Iván László (2004) is erre figyelmeztet, amikor elemzi az öregedő és fogyó népesség, a fogyó családok, növekvő számú válás, a csökkenő gyermeklétszám társadalmi hatásait. Kiemeli az idősök rászorultságának növekedését, a regionális különbségek

fokozódását, az egészség és életminőség vonatkozásában jelentkező esélyszóródást és kockázatfokozódást. Az ismertetett jelenségek a társadalomban frusztrálódást eredményeztek, melynek következményeként megjelent az age-izmus, az öregekkel szembeni előítélet. Tehát a társadalmi struktúra jelentősen átrendeződik, sőt konfliktusokkal terheli a generációk közötti együttélést.

Az időskorú népesség növekedése eddig ismeretlen problémákat jelent a társadalomirányítás számára. A társadalom kénytelen szembenézni az öregedéssel. Korábban az öregség elsősorban a család vagy a vallási felekezet gondja volt. Napjainkra ez megváltozott, az idősek ellátása a szociális ellátórendszer feladata lett (*Buda, 1994*). Korunkban általánossá vált, hogy egyre kevesebb aktív dolgozónak kell eltartania több járulékból élőt és nyugdíjast. Ez okozza a társadalombiztosítás körüli állandó vitákat (*Pethő, 2000*).

2.1. Demográfiai változások napjainkban

A korszerkezetben is jelentős változások tapasztalhatóak. A várható élettartamok világátlagban a következőképpen alakulnak. 1950-ben a várható élettartam 35 év volt, amely 1990-re 55 évre emelkedett. A fenti adatok erős szórást mutatnak annak tekintetében, hogy a világ mely területét vizsgáljuk (*Pethő, 2000*).

Európáról elmondhatjuk, hogy mára új értelmet nyert az öreg kontinens kifejezés. Nem csak a régi világ- új világ értelemben használják, hanem a korösszetétel tekintetében is sokatmondó az öreg kontinens kifejezés. 2007-ben a 25 Európai Unió tagország 18,2 millió lakosa (összlakosság 4%-a) lépte túl a 80. életévét. 2014-re ez az érték 5.2% lesz, tehát 24,1 millióra módosul (*Marton, 2000*).

A hazai népesség idősödésének folyamata hasonlóan alakul az EU tagországokéhoz. Magyarországon is fokozatosan emelkedik az idősek száma, arányuk 15,1%-ról 20,4%-ra változik 2000 és 2020 között (*Sz. Molnár, 2010*).

A bemutatott magas élettartamok hátterében több tényező áll, pl. a fejlett orvostudománynak köszönhetően egyre több betegség leküzdhető, vagy az utóbbi évtizedek egyre többeket érintő életszínvonal emelkedése. Továbbá a háborúk elkerülése is lehetővé tette az eddig ilyen mértékben nem tapasztalt életkor növekedést.

2.2. Az időskor

Az előző fejezet kapcsán felvetődik a kérdés: kiket is nevezünk időseknek? A szakirodalomban számos meghatározás létezik.

A gerontológia tudománya kétféle életkort különböztet meg, mert-e tényezők bármely besorolásról is beszélünk, meghatározóak.

Egyrészt a *kronologikus* életkort, mely a születéstől eltelt évek számával fejezhető ki.

Másrészt a *funkcionális* életkort, melyet a képességek teljesítményszintje határoz meg. Ez utóbbi kortól függetlenül alakul egyénenként (Sz. Molnár, 2009).

Hogy valójában mikor is kezdődik az öregkor arról, — ahogy az a későbbiekben is bizonyítást nyer, — megoszlanak a vélemények. A kutatók egy része a nyugdíjkorhatár elérésével hozza összefüggésbe az öregkor kezdetét. Mivel ez az idő országonként eltérő, ezért nem lehet relevánsnak tekinteni. Az országonkénti eltérés oka lehet, hogy az öregedést nem a betöltött életkor, hanem a szervezet tényleges fizikai állapota határozza meg. A biológiai életkor ugyan összefüggésben áll a kronológia életkorral, de a kapcsolat laza köztük és egyénenként eltérő.

Számos megközelítés létezik világszerte és hazánkban is arra, milyen kronologikus keretek közé lehet foglalni az időskort.

Az Európai Unió tagjaként számunkra is irányadó a WHO (World Health Organization) vagyis az Egészségügyi Világszervezet korcsoportok szerinti besorolása. A WHO korbeosztása alapján:

- középkorúak a 45-59 évesek,
- öregedők a 60-74 év közöttiek,
- öregek a 75-90 évesek,
- és aggastyánok a 90 év felettiek (Farkas, Gyarmati, Molnár, 2009).

Hazai tekintetben Maróti Andor tanulmányában (2005) hívja fel a figyelmünket arra, hogy nyelvi fogalmaink hajlamossá tesznek minket az általánosításra. Ilyen általánosítást használunk az időskorúakkal szemben is, figyelmen kívül hagyva azt a tényt, hogy erősen differenciált szakasza ez az életnek.”*Megkülönböztethetők a még munkaképes korúak 45-50. évüktől a nyugdíjazásig, ezután az életkörülményeiket még aktívan alakítók 70-75 éves korukig, az életüket már inkább passzívan töltő 85-90 éves korukig és a még e fölött is élő aggkorúak*” (Maróti, 2005, 37. o.).

Csoma Gyula (2005) hármass felosztást alkalmaz. A 45-54 éves kor között középkorú felnőttekről beszél, akik gazdasági szempontból adekvátnak mondhatóak. Az 55-64 éves kor közöttiekénél már zajlik az öregedés folyamata, csoportjukban egyaránt találhatók aktív és inaktívok. A 65-74 éves kor közöttieket pedig gazdasági szempontból az inaktívok közé sorolja. Fontosnak tartja azonban, hogy az életkori határokat rugalmasan kell kezelni.

Sz. Molnár Anna zárótanulmányában (2005) a fenti szerzőkhöz hasonlóan már a 45 év felettieket is az idős kategóriába sorolja, hiszen — ahogy az tanulmányából kiderül — munkaerő-piaci szempontból veszélyeztetettek.

Amint az kiderül, a hazai besorolások egymáshoz képest hasonló képet mutatnak. A WHO szerinti besorolás azonban jóval eltér a hazánkban tapasztalttól. A 60-75 év közötti időszakot még csak idősödés korának jelöli. Ugyanakkor hazánkban a munkaerőpiacon sajnos már idősnek tekintik a 45 év felettieket is, míg a nyugdíj szempontjából a 60 év körüliek kerülnek az „idősek” kategóriájába.

A korai nyugdíjazás és „korai öregedés”oka egyrészt a nyugati országokból adaptált minta. A nyugati világ számos országában a hetvenes évektől vált általánossá és intézményesült, hogy a munkaerő-piaci kilépés végleges és normális időszakának az 50-55 éves kort tartották. Hazánkban, a szocializmus időszakában a nyugdíjkorhatár férfiak esetében 60, míg a nők esetében 55 év volt.

Másrészt Magyarországnak a rendszerváltást követően számos gazdasági problémával kellett megküzdenie. Így a sokakat érintő munkanélküliség megjelenésével, melynek egyik kezelési módja az úgynevezett előnyugdíj bevezetése lett. Ezáltal kerültek nyugdíjba azok, akiknek munkahelye megszűnt, de a nyugdíjkorhatárt még nem érték el (Széman, 2008).

Ezzel szemben a nyugat-európai országokban, napjainkban már körülbelül a 65-67 éves kortól számít valaki idősnek, amint arra Farkas, Gyarmati, Molnár, tanulmányukban (2009) felhívják a figyelmet. Ennek oka a korábban ismertetett trend megfordulása, mind nemzetközi, mind hazai szinten. Ma már az a cél, hogy az időskorú lakosságot minél tovább tartsuk a munkaerő piacon.

A fentiek tükrében megállapítható tehát, hogy egységes, általánosan elfogadott álláspont nincsen annak tekintetében, hogy ki is az idős.

2.3. A nyugdíjasok

„Az emberi élet egyik fontos mérföldköve a nyugdíjra jogosító életkor betöltése. A nyugdíjba vonulás a kiegyensúlyozott, kemény jellemű, akaraterős embernek az életében sem múlik el észrevétlenül, azt kísérő lelki folyamatok nélkül” (Szabó, 1996).

Mit is jelent azonban a nyugdíjas kifejezés? Ahogy arra *Pethő László* tanulmányában (2000) felhívja a figyelmet, fogalmi tisztázásra van szükség.

Hazánkban az időskorúak és a nyugdíjasok fogalma közel sem egybevágó. Az életkori eloszlás tekintetében nagyon heterogén a hazai nyugdíjas populáció. Ennek egyik oka a nagyszámú munkahelycsökkenés következtében történő kordedvezményes nyugdíjban való részesülés. Tehát nem csak 60 év felettiek, de 40-es 50-es éveikben járók is a nyugdíjasok táborába kerültek.

A nyugdíjas kifejezés eredeti jelentése: *„a nyugdíjas rendszeres anyagi forráshoz jutó, pihenő, kereső tevékenységet nem végző idős embert jelent.”*(*Pethő*, 2000. 73.o.)

Az Európai Unió országainak többségében ez így is van. 65 év felett írott és íratlan törvények szellemében az emberek nem végeznek kereső tevékenységet.

Hazánkban ez teljesen másképpen alakul. Az idősek jelentős hányada nyugdíjas éveit alatt is dolgozik. A kései korban történő munkavállalásnak több oka van. Egyrészt a hazai nyugdíj nem elég a megfelelő életszínvonal fenntartására. Másrészt pedig szociális vonatkozása van, a dolgozó idősek így fenn tudják tartani társas kapcsolataikat.

Az időskorúak egységes tömbjén belül is tehát különbséget kell tenni dolgozó és nem dolgozó nyugdíjas között. A munkában álló idősek általában 70-es éveikig képesek dolgozni. 70 év felett kezdenek megszorodni az egészségügyi problémák, ami a munka feladására kényszeríti őket (*Pethő*, 2000).

Az utóbbi években, az Európai Unióban és hazánkban is egyre nagyobb problémát okoz a nyugdíjasok, járulékosok nagy létszáma, a társadalmak előregedése és az ebből adódó társadalmi feszültség. E problémák orvoslására hívja fel a figyelmet több EU-s dokumentum és program is. Köztük az Európai Bizottság közleménye: *Zöld könyv: „A demográfiai változások kihívása, a nemzedékek közötti szolidaritás új formái”*. A fentiek miatt nyilvánította az EU a 2012-es évet *az aktív idősödés és a nemzedékek közötti szolidaritás európai évének*.

Hazánkban is számtalan, kutatásról és projektről tudunk, melyek az idősek munkába való visszacsábítását, az aktív idősor megvalósulását célozza meg. Erről számol be: *A tevékeny idősor és a nemzedékek közötti szolidaritás európai évének Magyarországi*

Programja. (A tevékeny idős kor és a nemzedékek közötti szolidaritás európai évének Magyarországi programja, 2012).

2.4. A szabadidő

A nyugdíjba vonulás következményeként meg kell említeni a vele szorosan összefüggő tény: a szabadidő megnövekedését, hiszen a szabadidő a nyugdíj kiegészítő témája. A nyugalomba vonulás következtében lép előtérbe a felszabadult idő, mely rengeteg új dologra ad lehetőséget.

Boga Bálint (2011) szerint, ez az időszak számtalan lehetőséget rejt magában.

- Lehetőséget ad az idősnek intellektuális, kulturális igényeik kielégítésére.
- Idő kínálkozik a családjukkal, unokáikkal foglalkozni.
- Az eddig elhanyagolt hobbiakra több időt szánni.
- Tanulni vagy aktívabb közösségi életet élni.

A számos lehetőség ellenére azonban nem mindenki tud a hirtelen jött szabadidővel bánni. Erre figyelmeztet *Herbert Grau*. Véleménye szerint jelentős különbség tapasztalható azok között, akik tudatosan készülnek a nyugdíjba vonulásra és azok között, akiket mindez hirtelen és felkészületlenül ér. Különbség tapasztalható továbbá a férfiak és a nők nyugdíjhoz való hozzáállásában.

Összefoglalva, a nyugdíj kínálta szabadidő felhasználása, és lelki feldolgozása, egyénenként változó, és számos tényező határozza meg. Így az egyén személyisége; a társadalomban, szűkebben a lakóhelyén, munkahelyén betöltött szerepe, státusza; a korábbi életvitele, munkája; lakóhelyének sajátosságai; továbbá szellemi és egészségi állapota.

2.5. Az időskori beilleszkedés

Az ember nyugdíjba vonulásával egy időben megváltozik a társadalmi szerepvállalása, státusza. Hasonló változások tapasztalhatóak akkor, amikor egy idős ember idősök otthonába, vagy szociális otthonba kerül. Mindkét szituáció sajátossága, hogy új helyzethez kell tudni alkalmazkodni. Minden idős ember másképpen viszonyul ezekhez a helyzetekhez. Éppen ebből adódóan az alkalmazkodási, beilleszkedési stratégia is minden embernél egyéni.

Bromley öt féle beilleszkedési stratégiát különböztet meg (1972).

Konstruktív: aki így viselkedik, az építő jellegű magatartást tanúsít. Az ilyen idős ember nem szorong, nem fél. Távolsági célokat tűz ki. Az agresszió távol áll tőle. Nem rendelkezik előítéletekkel. Közösségben jól érzi magát és aktív.

Függő típus: tele van szorongással, félelemmel. Nincsenek távolabbi tervei. A dolgok megoldását mástól várja. Dolgozni, tevékenykedni nem akar, fáradékony és örül minden pihenéssel töltött percnél. Az ünnepek, nagyobb események képesek ebből kizökkenteni és örömmel eltölteni.

Védelembe vonuló: hihetetlenül aktív és tevékeny. Rossz tulajdonsága azonban, hogy nem viseli el a kritikát, görcsösen ragaszkodik bevett szokásaihoz. Magával elfogadó, míg másokkal szemben nagyon kritikus. Főleg a fiatalabb korosztállyal. Nagyon előítéletes, ennek hátterében gyakorta az irigység húzódik meg.

Rosszindulatú: indulatosan viselkedik, saját kudarcaiért másokat tesz felelőssé. Általában alacsonyabb életszínvonalon él. Tele van előítéletekkel, gyanakvó. Állandó szorongásban él és legjobban a haláltól fél.

Magával rosszindulatú: lenézi és megveti önmagát. Nincsenek vágyai és tervei. Nem rendelkezik gyakorlati érzékkel. Előítéletei nincsenek, őt nem érdeklik az emberek. Általában lehangolt, testi-lelki bajainak légkörében él.

A beilleszkedési stratégiákat azért is tartottam fontosnak ismertetni, mert a kutatásom során készített interjúkban e típusok és személyiségjegyeik is fellelhetők. Az itt ismertetett szakirodalmi eredmények megkönnyítették az időséssel történő kommunikációt és az információk értelmezését.

2.6. Az öregedés folyamata

Az öregedés természetes élettani jelenség, az emberi élet utolsó, egyben legnehezebb szakasza. Az öregedési folyamat már a magzati korban elkezdődik és a halállal ér véget (Marton, 2008). Az öregedés gyakran félelmet kelt az emberekben a rengeteg változás miatt, ami a kor előrehaladtával bekövetkezik.

Az öregedés nem más, mint időben elkerülhetetlenül és törvényszerűen kiszélesedő, jóval az öregkor előtt fellépő, soklépcsős biológiai folyamat. Elkerülhetetlenül a szervezet alkalmazkodóképességének csökkenéséhez, a halál valószínűségének növekedéséhez vezet (Buda, 2003).

Az öregedés folyamatával párhuzamosan bekövetkező fiziológiai (élettani) változások minden ember esetében eltérő időben és mértékben jelentkeznek. Az egyik ember gyorsabban öregszik, mint a másik. Az öregedéssel párosuló változásokat több tényező is befolyásolja. A genetikailag kódolt tulajdonságainkra épülnek rá korábbi életünk során testünket és lelkünket ért behatások. Ezek együtt minden embernek egyénien alakítják öregedését.

Általánosan megállapítható, hogy az öregedés mindenkire érvényes következményekkel jár: fokozatosan romlik a szervezet alkalmazkodóképessége, gyakoribbá válnak a betegségek, nagyobb hangsúlyt kapnak az anyagi és szociális problémák, valamint a társadalmi szerep betöltése akadályozottá válik.

Szomatikus változások

Az öregedés folyamata — mint arra a fentiekben utaltam, — több változással is jár. A bekövetkező változásokat két nagyobb csoportba szokás sorolni, a szomatikus, tehát a testet érintő, illetve a pszichés, tehát a lelki folyamatokban bekövetkező változásokra. Elsőként a testet érintő változásokat mutatom be.

„A normál idősödés jellegzetességei a testi működések vonatkozásában 30-90 éves kor között a következők: az izmok tömege és ereje 30 százalékkal csökken, az idegrostok ingerületvezetése 15-25 százalékkal lassul, az agy tömege mintegy 300 grammal kevesebb, a nyelven az ízlelőbimbók száma a fiatalkori 240-250 egységről 40-50 egységre csökken, a testen átáramló vér mennyisége felére apad, 75 éves korra a tüdő vitálkapacitása felére csökken, a vese kiválasztó működése több mint felével csökken, a látás és a hallás romlása 70-80 százalékban érintett” (Iván, 2004, 416.).

Tapasztalható még a haj, szőrzet megöszülése, ritkulása. Csökken a rágóképesség, a fogazat meglazul, kihullik. A nyáleválasztás, az emésztőnedvek termelődése csökken, ami emésztőrendszeri problémákhoz vezethet, étvágytalanságot okozhat. Az Iván László által összefoglalt változások következtében az erek megnyúlnak, meszesednek, csökken a rugalmasságuk. A tüdő kapacitása szintén csökken. A mozgás lelassul, nehézkesebbé válik. Az arc mimikája pedig szegényesebb lesz.

Pszichés változások

Az öregedés nemcsak érzékszervi és mozgásszervi változásokat von maga után, hanem jelentős pszichés változásokat is. E változások hatására csökken a teljesítmény és az alkalmazkodó képesség. Az egyén egész személyisége egyfajta átalakuláson megy keresztül.

A változások nagy csomópontjai a társadalomban betöltött szerep; — a magukkal szembeni elvárások átalakulása;— magatartásmód, a viselkedés, az értékrend változásai köré szerveződnek.

Az idős emberek érzelmi élete nyugodtabb. Kevesebb dolognak képesek örülni, szeretetük gyakran családjukra korlátozódik. Hangulatuk is nyugodtabbá válik, de előfordul hangulati labilitás is.

Gyakran tapasztalható változás a meglévő tulajdonságaik, személyiségjegyeik kiéleződése — ezért válik például a takarékos ember kapzsivá, a félénk hipochonderré. Komoly problémát jelent számukra a veszteségek feldolgozása, az annak következtében kialakuló bizonytalanságérzet. Az öregség idején a fent leírt jelenségek kóros irányba tolódhatnak el, ezért egocentrizmus, beszűkülés, személyiségváltozás, érzelmi elsivárosodás, szellemi hanyatlás, demencia alakulhat ki (*Harádi, 1980*).

Természetesen az időskor is lehet zavartalan abban az esetben, ha az idős ember számot tud vetni életével, ha meg tudja őrizni családi és baráti kapcsolatait, kommunikációs képességét. Lelki egészségének megőrzését elősegíti, ha szabadidejét hasznosan tölti el, ezzel szellemi aktivitását fenntartja, emberi kapcsolatait ápolja.

2.7. A demencia

A demencia napjainkra népegészségügyi problémává vált. Magyarországon megbecsülhetően a 60 éves és idősebb népesség 10-15%-nál fordul elő a demencia valamely formája, ami 190-250 ezer embert érinthet (*Iván, 1997*). A betegség kialakulásának esélye a korral nő, 65 évesen minden 10., míg 90 évesen minden 3. embert érint (*Mit jelent a demencia?, 2012*).

A demenciai elbutulást, visszafordíthatatlan szellemi hanyatlást jelent. Latin eredetű, szó szerinti jelentése: ész, értelem nélküli állapot. A szellemi hanyatlás gyűjtőfogalom, sokféle panaszt, tünetet foglal magában (*Iván, 1997*).

A demencia folyamatában elsőként a rövidtávú, majd a hosszú távú emlékezet romlik. A gondolkodás lassul, a részletek összerakásának, szintetizálásának képessége csökken. Az idős embernek nem jutnak eszébe a szavak. Romlik a tájékozódási képesség. A demenciában szenvedő betegekre általánosan jellemző, hogy agresszívebbek, ingerültebbek. Ennek oka a betegség következtében bekövetkező agyi károsodás (*Mit jelent a demencia?, 2012*). Mint az a következőkben bemutatásra kerül, a demencia osztályozható, azonban mint az öregedés, úgy ez is személyre szabott és egyedi (*Iván, 1997*). Felismerését nehezíti, hogy tünetei eleinte gyengék és diffúzak, sok esetben már csak kései stádiumban kerül diagnosztizálásra a betegség (*Cars és Zander, 2009*).

A demencia fajtái: *Alzheimer-kór, vaszkuláris demencia, lewy-testes demencia, fronto-temporális demencia, pseudo-(azaz ál) demencia* (Mit jelent a demencia?, 2012).

A demenciában szenvedő betegek egészen más ellátást igényelnek, mint más időszerű társaik. Számukra meghatározó, hogy állandó nyugalom vegye őket körül. Biztosítani kell számukra az állandó környezetet, mivel érzékenyen reagálnak a változásra. Olyan jól képzett ápoló és gondozó személyzetet igényelnek, akik barátságosak jelenlétükkel és hozzáállásukkal csillapítóan hatnak a zavart állapotú emberekre (Csoó, 2002).

A demencia következtében több probléma is felléphet, melyre oda kell figyelni akár hétköznapi ápolásukat végzik, akár speciális foglalkozásokat tartanak számunkra.

A fellépő problémák a következők:

- *Túlreagálás, az események katasztrofális megélése*
- *A sérült kommunikáció következményei, gyakran teljes beszédképtelenség*
- *Koordinációs problémák*
- *Az időérzés elvesztése*
- *A bolyongás*
- *Alvászavarok*
- *Begyűjtési kényszeresség, meglopási téveszmék* (Csoó, 2002,139.o.)

A demencia tehát gyógyíthatatlan és speciális ellátást igénylő betegség. Sajátosságait figyelembe véve hazánkban is a szociális-, idősotthonokban demens részlegeket alakítottak ki. Speciális ápolási szükségleteik miatt külön ellátotti csoportként kezelik őket.

3. A SZOCIÁLIS ELLÁTÓRENDSZER ÉS AZ IDŐSEK

3.1. A szociális ellátórendszer szerepe az idősellátásban

Napjainkban divatos kifejezésnek számít a minőségi-aktív idősor, azonban ennek megvalósulását több tényező együttesen befolyásolja.

A boldog minőségi öregkor megvalósulásához az idős embernek elsődlegesen egzisztenciális biztonságra van szüksége. Korunkra jellemző, hogy egyre több lesz az egyszemélyes háztartás (Farkas, Gyarmati, Molnár, 2009). A jelenlegi életfeltételeknek köszönhetően a nukleáris, kétgenerációs családmódel vált uralkodóvá, amely, ha együtt is él az idős emberrel, ezt gyakran kényszernek érzi (Buda, 1994). A nukleáris családmódel és a gyorsuló nemzedékváltások következtében (fiatalok és idősök között húzódó társadalmi távolság, mely korábban egy generáció alatt nem jöhetett létre) fokozódik a generációk közötti eltávolodás (Buda, 1994).

Az egzisztenciális biztonság másik összetevője az állandó megélhetést biztosító jövedelem. Ebben van nagy szerepe a nyugdíjrendszernek, melynek korszerűsítése jelentősége miatt állandó feladat a politika számára. Az Európai Unió gyakorlatot követve hazánkban is egyre nagyobb szerepet kap az idősök munkaerőpiacon való tartása. Felismerték az idősökben rejlő gazdasági erőt (Buda, 1994).

Az időskor minőségének fontos összetevője az egészségi állapot. Itt kell megemlítenünk, hogy hazánkban az időskorú népesség kétharmada krónikus beteg (Lévai, 1999). Az Európai Unió tagállamok közül Magyarországon és Észtországban számíthatnak legkevésbé arra az emberek, hogy ötven éves koruk után még hosszú ideig élnek egészségesen (Farkas, Gyarmati, Molnár, 2009).

A harmadik minőségi öregkort befolyásoló tényező a társadalmi támasz. Korábban az idősokről való gondoskodás családi és közösségi feladat volt. E szerepet egyre inkább a kiépült szociális hálózat vette át. Kialakult a nyugdíjrendszer és a biztosító intézetek rendszere (Buda, 1994). 1945-ben kormányrendeletben mondták ki, hogy a szociális gondoskodás állami feladat. A következő években kialakult az egymásra épülő ellátórendszer, mely az idős korosztály segítségét szolgálja. A magyar időspopuláció jelentős része kényszerül egészségi állapota és szociális helyzete következtében szociális, idősotthonokba. Így a fenti szempontok pozitív érvényesülésben is jelentős szerepet kap a szociális ellátórendszer.

3.2. A szociális gondoskodás

A szociális gondozás átfogó tevékenység. Célcsoportja szerint általában egy-egy korcsoport (gyerekek, időskorúak) vagy népréteg (munkanélküliek, hátrányos helyzetűek), vagy hasonló problémával küzdő csoportok (fogyatékosok, szenvedélybetegek) életminőségének javítását célozza meg (Gondozási ismeretek, 2009).

3.3. A szociális gondoskodás ellátási formái

Hazánkban a szociális ellátási formákat a 1993. évi III. törvény rögzíti. E törvény célja, hogy a szociális biztonság megteremtése és megőrzése érdekében meghatározza az állam által biztosított egyes szociális ellátások formáit, szervezetét, a szociális ellátásokra való jogosultság feltételeit, valamint érvényesítésének garanciáit.

Szociális rászorultságtól függő pénzügyi ellátások

- Időskorúak járadéka
- Aktív korúak ellátása

- Lakásfenntartási támogatás
- Ápolási díj
- Átmeneti segély
- Temetési segély

Természetben nyújtott szociális ellátások

- Köztemetés
- Közgyógyellátás
- Adósságkezelési szolgáltatás
- Energiafelhasználási támogatás

Szociális szolgáltatások, személyes gondoskodást nyújtó ellátások

Alapszolgáltatások

- Nappali ellátás
- Utcai szociális munka
- Támogató szolgáltatás
- Közösségi ellátás
- Jelzőrendszer és házi segítségnyújtás
- Családsegítés
- Házi segítségnyújtás
- Étkeztetés
- Falugondnoki, tanyagondnoki szolgáltatás

Szakosított ellátási formák

- Ápolást-gondozást nyújtó intézmények
- Rehabilitációs intézmények
- Átmeneti elhelyezés
- Lakóotthonok¹

¹ 1993.évi III. törvény a szociális igazgatásról és a szociális ellátásokról

3.4. Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetének bemutatása

Az intézmény azért kerül bemutatásra, mert — mint arra már utaltam — itt végeztem a kutatásomat.

Az intézmény neve: Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete (a megyei közgyűlés 10/2008. (II.15.) számú határozata alapján). Székhelye Acsádon a Semmelweis tér 1. szám alatt található. A Nyugdíjasok Acsádi Otthona 1968 óta működik, vegyes profillal. Működéséért a Megyei Intézményfenntartó Központ (MIK) felel (2013 januárjában változni fog).

Alaptevékenységei szerint, ápolást és gondozást nyújtó intézmény. Típusát tekintve pedig idősök otthona, ezenkívül rendelkezik szenvedélybetegeket és pszichiátriai betegeket ellátó részleggel. Az öt telephelyén 407 férőhelyet képes biztosítani. A központi gazdasági, igazgatási feladatokat az acsádi intézmény végzi, mint központi telephely.

Az intézmény telephelyei:

- Nyugdíjasok Acsádi Otthona
- Kőszegpatyi Mentálhigiénés Otthon (1980-óta telephely)
- Nyugdíjasok Kőszegi Otthona (Munkácsy Mihály utca 15.) (1993-óta telephely)
- Nyugdíjasok Kőszegi Otthona (Kálvária utca 14.) (1994-óta telephely)
- Nyugdíjasok Peresznyei Otthona (1983-óta telephely)

A férőhelyek megoszlása ellátotti csoportonként a (2. számú mellékletben) látható.

A Nyugdíjasok Acsádi Otthona feladatkörei:

Az intézmény célja, hogy a beköltöző személyek testi és lelki egészségét megőrizze, amihez elengedhetetlen, hogy színvonalas szolgáltatásban részesüljenek mind az egészségügyi, mind mentálhigiénés területen, társas kapcsolataikat ápolják, szabadidejüket hasznosan, tevékenyen töltsék, környezetük otthonos legyen.

Az intézmény feladata az alábbi személyek teljes körű ellátása, melyet a Szakmai és Működési Szabályzat rögzít.

Azon 18. életévet betöltött személy, aki

- a napi 4 órát meghaladó gondozási szükséglettel rendelkezik, de rendszeres fekvőbeteg-gyógyintézeti kezelést nem igényel,
- a kérelmező személlyel az ellátás igénylésekor legalább egy éve együtt élő házastársa, élettársa, testvére és fogyatékos közeli hozzátartozó gondozási szükséglet hiányában is felvehető,

- a demencia kórkép legalább középsúlyos fokozatát megállapító szakvéleménnyel rendelkező demens beteg,
- krónikus pszichiátriai beteg, aki az ellátás igénybevételének időpontjában nem veszélyeztető állapotú, akut gyógyintézeti kezelést nem igényel, és az egészségi állapota, valamint szociális helyzete miatt önmaga ellátására segítséggel sem képes,
- mozgásfogyatékkal élő, akinek mozgáskorlátozottságát az öregségi nyugdíjkorhatár előtt állapították meg, állapota gyógyintézeti kezelést nem igényel, valamint rehabilitációs intézményi ellátásban nem részesíthető,
- szenvedélybeteg és szomatikus és mentális állapotát stabilizáló, illetve javító kezelést igényel, önálló életvitelre időlegesen nem képes, de kötelező intézeti gyógykezelésre nem szorul.

Feladata még az intézményi jogviszonyban álló személyek teljes körű ellátásának biztosítása, meglévő képességeinek szinten tartása, fejlesztése.

Az intézményi jogviszonyban álló személyek intézményen belüli foglalkoztatása az intézmény szakmai programja alapján, az egyéni gondozási, fejlesztési, illetve rehabilitációs tervben foglaltaknak megfelelően az ellátott képességeire építve, korának fizikai és mentális állapotának figyelembe vételével munka-rehabilitáció vagy fejlesztő, felkészítő foglalkozás keretében².

Az intézmény által nyújtott szolgáltatások

Az intézmény által nyújtott szolgáltatásokat 4 nagyobb csoportra sorolhatjuk. A részletes leírást az Intézmény Szakmai Programja rögzíti.

1.Fizikai ellátás

Ruházat. Annak a lakónak, aki nem rendelkezik a kellő mennyiségű ruházattal, biztosítják az évszaknak megfelelő alsó- és felsőruházatot, intézeti textíliát (ágyneműt), valamint ezek folyamatos tisztántartását, javítását. A lakók saját ruházatukat és személyes tárgyaikat használhatják, ennek tisztántartása és megkülönböztető jellel való ellátása intézeti feladat. A szobákon kívül minden lakónak rendelkezésére állnak tisztálkodó helyiségek, társalgó, étkező, teakonyha, könyvtár, imaszoba.

Étkeztetés: A lakók háromszori étkezésben részesülnek. Az étlapot élelmezésügyi vezető készíti el egy hétre előre. Az étlapok elkészítésekor szem előtt kell tartani az eltérő

² Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete, Szervezeti és Működési Szabályzat 2012

betegségekkel küzdő emberek igényeit, így több változat készül: normál, diabéteszes, pépes, könnyű vegyes stb.

2.Egészségügyi ellátás

Az intézetben rendszeres orvosi felügyelet biztosított. Az orvos az intézményben vállalkozási szerződés alapján dolgozik. Gyógyító, megelőző, és higiénias tevékenységet folytat. Preventív jellegű gondozásról és időszakos orvosi ellátásról gondoskodnak. Rendszeres alkohológiai, elmeszakorvosi, reumatológiai, rehabilitációs szakorvosi ellátást nyújtanak. A gyógyszer és a szükséges gyógyászati segédeszköz minden lakó számára biztosítva van.

3.Pszichés és mentális gondozás

Ennek keretében az intézmény biztosítja: a személyre szabott bánásmódot, a konfliktushelyzetek kialakulásának megelőzése érdekében az egyéni, csoportos megbeszélést, a szabadidő kulturált eltöltésének feltételeit, a szükség szerinti pszichoterápiás foglalkozást, az ellátottak családi és társadalmi kapcsolatai fenntartásának feltételeit, a gondozási tervek megvalósítását, a hitélet gyakorlásának feltételeit, és segítik, támogatják az intézményen belüli kis közösségek, társas kapcsolatok kialakulását és működését.

Szocioterápiás foglalkozás: Az ellátottak meglévő képességeinek szinten tartása és fejlesztése érdekében szocioterápiás foglalkozásokon vehetnek részt. Ennek célja a szabadidő hasznos eltöltése a társas kapcsolatok ápolása. A lakók számára biztosított lehetőségek: Tv-nézés, rádió hallgatás, könyvkölcsönzés az intézmény állományából, napilap olvasás, továbbá csoportfoglalkozásokon való részvétel melyek tematikája az évszakokat, a közelgő jeles eseményeket követi. Ünnepek, rendezvények kapcsán a kultúrcsoport színvonalas műsorral készül, illetve gyakran vendéglőadók is fellépnek. Lehetőség van ismeretterjesztő kirándulásokon, előadásokon való részvételre is.

Hitélet gyakorlása: A lakók számára heti rendszerességgel lehetőséget biztosítanak hitük gyakorlására. Evangélikus istentiszteleten és katolikus misén vehetnek részt.

4.Egyéb szolgáltatások

Az egyéb szolgáltatások közé a következő szolgáltatások sorolhatóak: érték és vagyonmegőrzés, fodrász, borbély, pedikűrös, büfé.³

³ Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete, Szakmai Program 2012

4. JÁTÉKELMÉLETEK

A játék jelentőségére már bevezetőmben is utaltam. A következő fejezetben áttekintést kívánok adni a játék tudományos megközelítéseiről, múltjáról és jelenéről, gyakorlati felhasználásának lehetőségeiről.

4.1. A játék elméleti megközelítései

Felmerül bennünk a kérdés: miért játszunk? Az első játékelméletek azonban, melyek válaszokkal szolgálnak a tizenkilencedik század végére, közepére tehetőek (Millar, 1997). Az elméletekben a játékkal foglalkozó tudományterületek sokszínűsége is megmutatkozik. Az elméletek együttes jellemzői, hogy átfedhetik egymást, ezért a besorolás nem egyértelmű.

A játékelméleteket öt nagyobb csoportba sorolom.

1. Biológiai magyarázat (klasszikus játékelméletek)
2. Esztétikai magyarázat
3. Filozófiai magyarázat
4. Antropológiai magyarázat
5. Pszichológiai magyarázat

Biológiai magyarázatok

A klasszikus játékelméletek hangsúlyozzák, hogy a játék nem felesleges időtöltés, funkciókkal, célokkal rendelkezik. Főként a játék fiziológiai szerepét kutatták. Az irányzat főbb képviselői: Karl Gross, Herbert Spencer, Grastyán Endre. A biológiai magyarázatok több elméletet is egyesítenek magukban. Így H. Spencer energiafölösleg-elméletét, Moritz Lazarus üdülési elméletét, Karl Gross begyakorlás elméletét. Ezen elméleteket nem kívánom dolgozatomban részletesen bemutatni, mivel a kutatásom szempontjából nem lényegesek.

Az irányzat képviselői abból a feltevésből indultak ki, hogy az állatvilágban is megfigyelhető folyamatról van szó, tehát a játéknak is funkciója kell, hogy legyen. Szembeállítják egymással a munkát és a játékot, a játéktevékenységet a szabadidőhöz kapcsolják. A játékról azt tartják, hogy felkészíti az egyedet az életre, tapasztalatot szerezhet, melyet későbbi élete során hasznosíthat. Úgy gondolták, az ember-gyermek káros, veszélyes ösztönökkel jelenik meg a világban, ezektől megtisztul a játék folyamatában (B. Lakatos, 2005).

A biológiai magyarázatok képviselője Grastyán Endre neves magyar játékkutató. Úgy gondolja, hogy a játék, mint szabályzó, kapcsolatban áll az önkontroll funkciókkal. A játékot olyan funkcióként definiálta, amelyben az organizmus (élőlény) egy kívánt természetes vagy

kreált cél elérése elé saját maga állít akadályokat, és ezzel az intenzív örömrzés indukciójának tetszés szerint reprodukálható feltételeit teremti meg. Tehát a játék, mint univerzális szervező erő fogható fel. Bizonyította azt is, hogy a játék által megélt örömrzet háttérében a gátlásaink alóli felszabadulás áll. (Páli, 1995)

Esztétikai magyarázat

Az esztétikai játékmagyarázatok szerint a játék és a művészet kritériumai azonosak és mindkettő cél nélküli, önmagáért való tevékenység. Az elmélet kiemelkedő képviselői: C. Götze, K. Lange, Rudolf Steiner. Götze véleménye szerint a játék — hasonlóan a művészi tevékenységekhez — lehetőséget ad a gyermekek számára az önkifejezésre. Lange a játék társadalmi szerepét emeli ki. A játék és a művészetek kapcsolatban vannak egymással, közös tulajdonságuk a célnélküliség. Steiner a *Waldorf pedagógia* megalapozója. Vallotta, hogy a gyermekek számára ingergazdag környezetet kell biztosítani, amelyben a játéknak és a művészeti tevékenységeknek egyaránt helyet kell biztosítani. (Szász és Péter, 2008)

Filozófiai magyarázat

A filozófiai játékmegközelítések két kiemelkedő alakja Gadamer és Huizinga. Gadamer a játékot természetes folyamatnak írja le, amely a természet mozgásformája. A játékban önmagunkat is bemutatjuk. Az ember célja a játékkal a feloldódás.

Huizinga *Homo Ludens* című művében összegezte játékkal kapcsolatos gondolatait. A következő idézet hitelesen kifejezi és összefoglalja a játékról alkotott képét „*A játék szabad cselekvés vagy foglalkozás, amely bizonyos önkéntesen előre meghatározott időben és térben, szabadon választott, de föltétlen kötelezően választott szabályok szerint folyik le; célja önmagában van, bizonyos feszültség és öröm érzése, továbbá a közönséges élettől való különbözőség tudata kíséri*” (Huizinga, 1990 37.o.).

Antropológiai magyarázat

Az irányzat neves képviselője Margaret Mead, aki a játék értelmezésének kiindulási pontjaként az egyént határozta meg. Az egyén öntudatát fejlődési termékként fogalmazta meg, melyre hatnak a társakkal folytatott interakciók. Az ember a nyelven és a játékon keresztül interakció során tanulja meg szociális lényként kezelni magát. A játékot tulajdonképpen szociális tanulásnak nevezi. A gyermek játéktevékenysége során hasonmásokat, mítoszokat

teremt, mint egykor a primitív népek. Játék közben átveszi a körülötte élők szerepeit, ezáltal sajátítja el a szerepekhez kapcsolódó viselkedési normákat (B. Lakatos, 2005).

Pszichológiai magyarázat

A pszichológiai elméletképzésnek mintegy 70-80 éve kitüntetett problémája a játék és annak magyarázata (Mérei, 1990). A pszichológiai irányzat képviselői a játékot a gyermekek szemszögéből közelítették meg. A játék különböző aspektusait emelték ki.

Freud kísérletezésének köszönhetjük, hogy a játék, mint módszer helyet kapott az orvostudományban. A Freud által kifejlesztett pszichoanalízis módszerében a beteg felnőtteket szabad asszociáció módszerével gyógyították, míg a beteg gyerekeket a szabad játék módszerével. A lényege abban állt, hogy hagyták a gyereket szabadon játszani és viselkedését megfigyelték. Freud e módszerrel sikeresen kezelt ideges gyerekeket. A sikeresség hátterében véleménye szerint az állt, hogy az ember törekszik a fájdalom elkerülésére, és a minél több öröm megélésére. A játék közben nem teljesülnek a rideg szabályok és kötelezettségek, így szabadon megélhető az öröm. A játék lehetővé teszi, hogy a zavaró események fölé kerekedjen a gyermek. Freud tehát a játék számára egy új, eddig nem ismert felhasználási területet nyitott meg (Millar, 1995, 1997).

Winnicott szintén a pszichoanalízis egyik képviselője. A csecsemőkori fejlődés sikertelenségéhez kapcsolódó mentális megbetegedésekkel foglalkozott elsősorban.

Az ő játékértelmezésében az anya-gyermek kapcsolat áll a középpontban. Bevezeti az „elég jó anyaság” fogalmát, amely alatt azt érti, hogy mindig érzékeli a csecsemő igényeit, tudja, mikor mi a tennivaló vele. Az elég jó anya érzelmileg elkötelezett. Kezdetben teljesen alkalmazkodó, kielégíti gyermeke minden szükségletét. Később az anya megkezdte gyermeke fokozatos leválasztását. Ez a folyamat a gyermek számára frusztrációval jár. A csecsemőben támadt hiányt egy átmeneti tárggyal (pelenka, plüssállat) igyekszik pótolni, ami helyettesíti például az anya mellét, amelyhez a gyermek ragaszkodik. A csecsemő a tárgyat felruhazza annak tulajdonságaival, kivetíti érzelmeit a tárgyra. Így a korábbi illúzió is működtethető. A csecsemő úgy érzi, a tárgy hozzá tartozik, ő alkotta, ő a birtokosa és az elég jó anya ezt sohasem kérdőjelezi meg. A játék az, ami elősegíti, hogy a feszültség oldásaként megszülessen a köztes élménytér. Az anya, miközben gyermeke elkülönül tőle, végtelen játékteret hagy hátra kettejük kapcsolatának emlékéül.

Winnicott továbbá azt is megállapította, hogy az analitikus irodalomban a játék általánosan a személyiség megismerésének eszköze. Szerinte azonban a játék jelentősége

sokkal univerzálisabb. *”A játék univerzális része az egésznek: a játék segíti a növekedést, így az egészséget, a játék csoportkapcsolatokhoz vezet el, a pszichoterápiában a kommunikáció egy módja, és végül a pszichoanalízis is a játéknak egy igen magas formája, melyben önmagunkkal és másokkal kommunikálunk.”*(Benedek 1995. 76.o.). Sőt: magát a pszichoterápiát is játéknak tartja, melyben egyik játékszerep a páciensé, a másik a terapeutáé (Benedek, 1995).

Piaget, a neves fejlődéslélektannal foglalkozó gyermekpszichológus szintén a játék gyermeki éveink alatt betöltött fontos szerepére hívta fel a figyelmet. A játék tudományos vizsgálatában a különböző játéktevékenységeket az életkornak megfelelően csoportosította. Piaget nevéhez fűződik a „két világ elmélete”. Lényege abban áll, hogy a gyermeknek van egy külső (racionalitás, rideg és korlátozó, ellentmondásos, realitáselv vezérli) és egy belső (vágy, álom, fantázia világa, minden lehetséges, nincsenek ellentmondások, öröme) világa, amely csak a játék során ötvöződik. E két világot a gyermek képes megkülönböztetni. Ennek megfelelően fogalmazza meg Piaget az alkalmazkodás kétféle formáját, az akkomodációt és az asszimilációt. Az asszimiláció lényege, hogy az új tartalmat úgy értem meg, hogy bevonom egy másik, már kialakult cselekvési sémába, hasonlítom az ismerethez. Az akkomodáció esetében a meglévő cselekvési sémát hozzáillesztem, hozzá idomítom az új benyomáshoz. Az asszimilációval a világot alakítom magamhoz, az akkomodációval magamat alakítom a világhoz. A két funkció az egyes életszakaszokban más és más egyensúlyi rendszert alkot.

Piaget úgy gondolja, a gyermek a játék során újrakódolja tapasztalatait, a saját maga mentális struktúráját vetíti a valóságra. A gyermek a játék során gyakorol cselekvéseket, viselkedésformákat, melyek a későbbi élete során is előkerülnek. A kutató szerint a játék legegyszerűbb formája az érzékszervi-mozgásos értelem szintjének megfelelő gyakorló játék. Megismétlése a gesztusoknak, érzéseknek, mozgásoknak. Nincs benne sajátos játéktechnika. A játék fontos hatása, hogy a funkcióörömet, és az én csinálom örömét váltja ki. Értelmezésében a játék tehát a gyermek alkalmazkodási formája, a reális világgal való kapcsolata, illetve az értelmi fejlődésének megnyilvánulása (Mérei, 1995).

Összegzésként elmondhatjuk, hogy szinte minden játékelmélet egyetért abban, hogy valójában még a legöncélúbbnak, legcéltalanabbnak tartott gyermekjátéknak is van haszna és célja, de legalábbis felhasználható a gyermeki fejlődésben, nevelésben. Célja az exploráció, a kísérletezés és a felfedezés, és ez által ismeretek és képességek megszerzése. Ennek bizonyítéka, hogy az emberiség számos nagy felfedezését a játéknak köszönheti.

4.2. A játék fogalma

„Az emberi lét egyik legbonyolultabb kultúrtörténeti csemegéje a játék” (Páli, 1995.19. o.). A játék az őskor óta része az ember hétköznapijainak, mégis tudományos kutatásának kezdetei a huszadik századra tehetőek. Számos tudós, kutató kívánta meghatározni a játék fogalmát, kiváltó okait és célját. Köztük olyan kimagaslók is, mint Jean Piaget, Sigmund Freud, Donald Winnicott, Grastyán Endre. A huszadik század folyamán számos játékelmélet és definíció született.

Ahhoz, hogy a játékot értelmezni tudjuk, el kell helyoznünk az emberi tevékenységek sorában. Az ember által végzett tevékenységeket két nagy csoportba szokás sorolni. Egyrészt a létfenntartást szolgáló tevékenységek körébe, melyek célja az alapszükségletek kielégítése: evés, ivás, alvás, alkalmazkodás a környezethez. Másrészt a nem létfenntartást szolgáló tevékenységek körébe. Ide tartozik a vallás, a tudomány, a művészet és a játék is (B. Lakatos, 2005).

A játék — mint már korábban is említettem — kortól és nemtől független cselekvés. Mégis szükséges, hogy különbségeket fogalmazzunk meg a felnőttek és a gyermekek játékaival kapcsolatban, hiszen dolgozatomban a felnőttek, azon belül is az időskorúak játékszokásaira helyezem a hangsúlyt. A gyerekek mindenekelőtt azért játszanak, mert jó és önmagában is kellemes érzés számukra. A gyermek játékának alapvető célja és funkciója a tapasztalatszerzés. Az egyes viselkedéstípusok kipróbálása közben a gyermek egyfajta szabadságot és feljebbvalóságot él át. A felnőttek játékának célja általában a rekreáció, a kikapcsolódás, kilépés a mindennapok szabta korlátok közül (B. Lakatos, 2005).

A játék definíciójának meghatározása nem könnyű feladat sokszínűsége és az élet különböző területein való felbukkanása miatt. Számos tudományterület (filozófia, pedagógia, pszichológia) más-más oldalról közelíti meg. Különböző jellemzőit kiemelve alkotja meg definícióját.

A játék általános definíciója: *„a játék olyan viselkedés, amelynek nincs közvetlen adaptív (alkalmazható) haszna, amely magáért a cselekvésért folyik”* (B. Lakatos, 2005. 3. o.). Ennél jóval árnyaltabb képet ad számunkra Huizinga homo ludens gondolatköre, mely szerint a *„...játék első pillantásra úgy fest, mint valami intermezzója a mindennapi életnek, szabadidő-tevékenység, üdülés. De mivel szabályosan visszatérő változatosság kísérője, része lesz az életnek. Díszíti azt, kiegészíti; nélkülözhetetlen az egyén számára, mint biológiai funkció. Nélkülözhetetlen a közösség számára belső tartalma, értelme, jelentősége és kifejező értéke, továbbá azok miatt a szellemi és társadalmi kapcsolatok miatt, amelyeket létrehoz. A*

kifejezés és együttélés eszményeit valósítja meg. Rendet teremt, sőt maga a rend. A tökéletlen világba és zavaros életbe időleges és elhatárolt tökéletességet visz be.” (Páli, 1995. 12. o.).

Úgy gondolom, a fent idézett meghatározás tükrözi leginkább a játék sokszínűségét: a játék életünkben, hétköznapijainkban betöltött szerepét, azokat a hatásait, melyeket gyakran tudatosan nem is érzékelünk.

4.3. A játék jellemzői

Az itt felsorolt jellemzők általánosságban a játékra vonatkoznak, így az idők játékát is keretbe foglalják. A játék jellemzőit négy szempontból csoportosítom.

A játék szabadsága:

- A játék szabadon választott tevékenység. A játékba való belépés önkéntes, kényszer nélküli.
- A játék illúzió, a „mindent lehet” világa. Kipróbálhatunk olyan tevékenységeket, melyeket máskülönben a reális világ keretein belül nem. Kilépünk korlátainkból, nem számít, kik, mik és hol vagyunk valójában. Minden újramezhető a játékban.
- Saját magunkkal lépünk teremtő kapcsolatba - újraalkotjuk magunkat. Játék közben azzá válunk, akik lenni akarunk. *„Az ember csak akkor tökéletes, ha játszik” (Schiller)*
- A játék folyamán kettős tudat valósul meg. A valós és a képzelt világ között átjárhatóság jön létre. A megkettőzöttség állapota kreatív folyamat.

A játék rendje:

- A játék alapeleme a szabály, amely meghatározza a játék menetét.
- A játék mindig helyhez és időhöz kötött, azonban a gyermekek játékában ez elmosódottabban jelentkezik.
- A szabályokat maguk a játékban résztvevők alkotják. A szabályok megtartása maga a játék lényege.
- A játék világát körülhatároljuk fizikai és képzeletbeli határokkal egyaránt.
- A játéktér: a valós világtól elkülönülő, potenciális tér, Winnicott szerint az emberi kultúra terepe.
- A játék rendje sokféle lehet. Ilyen például a ritmus az énekes játékokban, azonos színek a kockán.
- Rendteremtő játékok menete: rendezettség-rend felbontása újabb rendezettség

- Rítusok- szertartás-szerű mozdulatok, a játészó önmaga találja ki a feladatokat, maga hajtja végre, meggyőződése, hogy a szabályok megtartása mágikus eredménnyel jár. Vagyis a játészó uralja a helyzetet. Ilyen játék lehet például a lépkedés a járda szélén.

Különbségek a játék és a mindennapi cselekvések között:

- A játék során cselekvéseink eltérnek a megszokottól: túlzások, sorrendiségi hiba, abszurdítások valósulnak meg.
- A cselekvéseinkhez többször nem megszokott funkció társul.
- Gyakori a nagyfokú variabilitás és ismétlődés.
- Gyakori a szerepcsere.
- A játék során fellépő motiváció független a játészó személy külső szükségleteitől.
- A tevékenység nem az, aminek látszik, csupán annak a mintájára épül fel, átkódolás megy végbe (B. Lakatos, 2005).

4.4. A játék funkciói és értékei

Mint már arra korábban utaltam, a gyermek azért játszik, mert kellemes számára. Az öröm, amelyet saját jó működése okoz, a legtisztább, legfontosabb örömök közül való. Tulajdonképpen örülünk a testünk jó működésének. Pavlov, a híres behaviorista kutató ezzel kapcsolatban az izmok boldogságáról beszélt. A működésben rejlő örömet (Funktionslust) a játék alapozza meg. Ha egyedül játszunk, megéljük, hogy a testünk, agyunk jól működik. Ha társakkal játszunk együtt, akkor érezhetjük az élet másik legfontosabb örömét: az elégedettséget, hogy másokkal együtt is jól működünk (Bettelheim, 1995).

A fent ismertetett örömerzét nem múlik az évek során, csupán a gyermekek másképpen, szabadabban élik meg az örömeiket. A játék csak látszólag fogy ki a felnövekvő gyerekekből. Szerencsére sok felnőtt van, aki a klasszikus játékformákat, vagy a később tanultakat egész életében műveli. Sokan látszólag csupa felnőtt dolgot tesznek, mégis a felszín alatt — pszichológiai értelemben véve — mégis játszanak. Elég a szerepekre és a játszókra gondolni (Páli, 1995).

A játék számos alapvetően fontos funkciót tölt be. Először is az egyén a játéktevékenység következtében olyan tevékenységeket, viselkedéseket próbálhat ki, melyeket egy kockázatokkal terhelt valós szituációban nem tehetne meg. Ez különösen igaz a szociális játéokra, ahol az egyén játékos arckifejezést (play face) vagy tréfás peckes testtartást is felvehet, és kipróbálhatja viszonylag büntetlenül, milyen ingereket is vált ki ez a viselkedés

játszótársaiból. Másodsorban a játék arra kitűnő lehetőség, hogy olyan viselkedéskombinációkat próbáljunk ki, amelyet valós cél elérésének nyomása alatt sosem próbálnánk ki. (Bruner, 1995). Tehát a játék egyik legfőbb funkciója a tapasztalatszerzés, az ember felkészítése az életre.

Benedek tanulmányában (1995) bemutatja, hogy Winnicott szerint a játéknak milyen további funkciói vannak. Így a kreativitást, amely a játék folyamán fejlődik, akár gyermekről, akár felnőttől legyen is szó. A kreatív állapot az, amely önmagunk megismeréséhez vezet. Sőt, a játék elősegíti a bizalom épülését a játszótársak között, valamint a test használatának megismerését is.

Einstein említi meg írásaiban a játék azon funkcióját, hogy a kombinációs játékok (lego, kirakó) használata közben megmutatkoznak a gyermek alkotó gondolkodásának leglényegesebb vonásai még mielőtt azokat szavakkal kifejezni vagy mélyebb elméleti síkon értelmezni tudná. Az alkotó gondolkodás fejlesztésével lesz képes a gyermek később logikai összefüggéseket megalkotni, megszerezni a logikus szerkezetek kialakításának képességét. Sőt, azt is megemlíti, hogy a játéknak fontos szerepe van saját világképünk kialakításában. Einstein nem feledkezett meg arról sem, hogy mire van szükségünk ahhoz, hogy ez csakugyan végbemehessen. A németek ezt Spielraumnak (játéktérnek) nevezik. Nem egyszerűen egy szobát jelent, ahol játszunk, hanem arra utal, hogy tudjunk szabadon mozogni mind fizikális, mind pedig szellemi értelemben. Mozgásunkat, gondolkodásunkat nem korlátozza semmi. Tág térre van szükségünk ahhoz, hogy szabadon kísérletezzünk mozgásunkkal és gondolatainkkal. A kreatív felnőttnek szüksége van arra, hogy eljuttassék gondolataival és rengeteg nyugalomra, szabadságra, hogy kedve szerint használja őket. (Bettelheim, 1995)

4.5. A játék története

A játék egyidős az ember megjelenésével és kezdetektől fogva fontos szerepet játszott az emberiség történetében. A játék megítélése eltérő volt a különböző korokban és társadalmakban: függött a gyermekek fejlődéséről kialakított képtől, a kor világnézeti szemléletétől. Napjainkban a játék már, mint elfogadott tanulási-tanítási módszer létezik. A középkorban azonban — amikor a gyermeket tökéletlen felnőttnek tekintették — sürgették a felnőtté válást azzal, hogy felnőttes magatartást vártak el. A játékot lényegtelen, funkcióval nem rendelkező tevékenységnek tekintették.

Amikor a játék eredetét, nevelési funkcióját vizsgáljuk, nem hagyhatjuk figyelmen kívül azt a tényt, hogy a munka szükséglete korábban jelent meg, mint a játék. Az emberi

játék a legősibb időkben az állati játékkal mutatott hasonlóságot. Az embergyermek az anyát utánozta, ez spontán módon készítette fel őt a faji szokások, viselkedésmódok elsajátítására. A kisgyermekek korán bekapcsolódtak a munkába. A gyermekként is könnyen elvégezhető feladatokat látták el: terméseket gyűjtögettek és kisebb állatokat ejtettek el. A társadalmi rétegződés az ősközösségi társadalmak megjelenésével indult el. Az emberi szükségletek többféle munkafolyamattal elégítődtek ki. Megjelentek a munkaeszközök kicsinyített másai, melyekkel ugyan dolgozni is lehetett, azonban mint játékszer is funkcionáltak. A játék az önállóságra nevelés eszközévé vált. Lassan felismerték a játékban rejlő nevelési lehetőségeket, mivel a termelés, a társadalmi fejlődés is bonyolultabbá vált, ezzel együtt az életre való felkészülés is. A játék nevelési funkciója kiszélesedett, hiszen a felnőtt szerepvállalásra több lépcsőn keresztül készülhetnek a gyerekek (*Péter és Szász, 2008*).

4.6. A játék és a tanulás kapcsolata

A játék és a tanulás két egymással szorosan összefüggő folyamat. Nem szabad a tanulást pusztán tudatosság szintjén tárgyalni. Létezik nem tudatos tanulás is. Az ember éber állapotban mindig tanul és gyakran anélkül, hogy ezt tudatosan tenné. A tanulás nem látható módon (látenszen) megy végbe és a felszínen, mint játék jelenik meg (*Stöckert, 1995*).

A játék a nevelésben és a tanulási folyamatban betöltött szerepét már az ókor óta ismerték és megírták.

Platón az *Állam* című művében a játékot az állampolgárrá nevelés szemszögéből írja le. Fontosnak tartja a jól megválasztott játékot, mivel a játékban mutatkozik meg az ember hajlama. A játékot az életre való felkészítés fontos eszközének tartja.

Arisztotelész *Politika* című művében Platónhoz hasonlóan méltatja a játék szerepét. Hangsúlyozza, hogy megelőzhető vele a lustaság, tunyaság kialakulása, és hogy a kisgyermeknek nem adható más elfoglaltság, mint a játék. Felhívja a figyelmet a mesék, elbeszélések erkölcsi nevelésben betöltött szerepére.

Quintilianus felismerte a gyermeki kor fontosságát és úgy gondolta nem szabad kiaknázatlanul hagyni. A játékot a tanulás fontos eszközének tartotta. Felismerte a játék-tanulás kapcsolatát: játék közben sokat tanul a gyermek, mert a játék maga a tanulás.

A középkorban változott a gyermeki játékhoz való hozzáállás. A kor meghatározó tudósai — köztük Szent Ágoston — a játékot céltalan, haszontalan időtöltésnek tekintette.

J. A. Comenius pedagógia munkásságának köszönhetően a játék komoly helyet kapott a gyermekek nevelésében. Megírja az első kisdiedneveléssel kapcsolatos könyvet, az

Anyaiskolát. Művében arra biztatja a szülőket, hogy gyermekeiket engedjék játszani, ezáltal vágyaikat kielégíteni. Megalkotja a játékok első osztályozását is. Továbbá megfogalmazza a játékoság elvét, melyben hangsúlyozza, hogy a játék nem csak a gyermek-, de az ifjúkorban is fontos, mert „...a játék éppúgy használ a test egészségének, mint a lélek gyarapodásának,...úgy kell játszani, hogy játékaink a komoly tevékenységnek előjátékai legyenek.” (Szász és Péter, 2008. 4.o.)

F. Fröbel XIX. századi pedagógus részletesen foglalkozik a játék nevelő hatásával. „Minden jónak forrása a játék. Az a gyermek, aki szívvel, lélekkel, magatevékenyen, csöndesen, kitartóan, a test elfáradásig kitartóan játszik, egészen biztosan szívvel-lélekkel, csöndesen, kitartóan dolgozó és a mások s a maga javát önfeláldozóan művelő emberré fog válni.” (Szász és Péter, 2008. 5. o.)

Kiemeli a munkaszeretetre nevelést, melyet a vallásos neveléssel kapcsol össze. Fröbel felismeri a közös játékban rejlő lehetőségeket. Sürgeti a játszóterek létrehozását. Játéktevékenységek egész sorát írja le, különböző játékokhoz eszközöket biztosít, melyeket adományoknak nevez (labda, kocka, golyó) (Szász és Péter, 2008).

A XX. századra teret hódítanak a gyermeklélektani kutatások. A hangsúly a gyermek személyiségére és játéktevékenységére, azaz a játékra terelődik.

A fent ismertetett tanulás és a játék kapcsolatát bemutató vélemények közös pontja, hogy a játékot a gyermekek és azok nevelésének tükrében tárgyalják. Napjainkban a tanulás, nevelés értelmezése átalakul, szerepe felértékelődik. A játék, ahogy a tanulás sem csupán gyermeki elfoglaltság. Napjainkban kezdenek teret hódítani az időseknek szóló játéklehetőségek. Elég csupán *A játék lendületbe hoz* című időseknek készült játékgyűjteményre gondolnunk.

Korunk jellemzője továbbá, hogy tudásalapú társadalmakról beszélünk, melyek alapját a megszerzett információ, a tudás adja. Meghatározó szerepet tölt be életünkben a Life Long Learning stratégia is, amely arra hívja fel a figyelmet, hogy egész életen át tanulnunk kell. Napjaink tanulás-tanítási fogalomköréhez szorosan hozzátartozik a kompetencia fogalma is. A kompetencia valamire való képesség, a hatni tudás, a hatékonyság érzése. White szerint az ember tanulását kompetenciákra való törekvése biztosítja, amely önálló motivációként értelmezhető.

A kompetencia szempontjából optimális helyzetek jellemzői a következők: többé-kevésbé bizonytalan szituációk, kevés korlátozottság, nagyfokú szabadság, közepesen erős motiváció. Az itt felsorolt kritériumok azonban szinte kizárólag a játékban valósulnak meg.

(Stöcker, 1995). Tehát megállapíthatjuk, hogy valóban beszélhetünk a játék közben megvalósuló tanulásról.

A játékban való tanulás nem egyszerűen tárgyak, dolgok feltérképezése. A játék nem csupán egyfajta ismeretterjesztés. Közvetítő szerepet tölt be, amely kapcsán az egyén személyes belső világa és a normákkal, szabályokkal teli külső világ találkozik egymással anélkül, hogy konfliktus alakulna ki. Eközben pedig megvalósul a tanulás (Stöckert, 1995).

5. AKTÍV IDŐSÖDÉS

5.1. Az aktív idősor fogalma

Az aktív idősödés egy, elsősorban az EU által támogatott szakpolitika, bár más nemzetközi szervezetek is – mint pl. az Egészségügyi Világszervezet (WHO), Nemzetközi Munkaügyi Szervezet (ILO), Gazdasági Együttműködési és Fejlesztési Szervezet (OECD) – meglehetősen intenzíven foglalkoznak a témával.

A harmadik kor koncepcióját Peter Laslett dolgozta ki a nyolcvanas évek végén. A fogalom alatt az önállóság és az elesettség közti nyugdíjazással kezdődő életciklust jelölte meg (Széman, 2008). A „harmadik kor” koncepciójából kialakuló aktív idősödés definícióját az OECD 1998-ban vezette be. *„Az idős emberek képessé tétele arra, hogy minél tovább aktívak maradjanak a társadalomban és a gazdaságban. Ez azt jelenti, hogy meg kell kapniuk a lehetőséget arra, hogy szabadon döntsenek arról, hogy mivel töltik a szabadidejüket: tanulással, munkával, pihenéssel vagy ápolás és gondozás igénybevételével.”* (A tevékeny idősor és a nemzedékek közötti szolidaritás európai évének Magyarországi Programja, 2011).

A fogalom megalkotását tettek is követték, melynek főbb mérföldkövei a következők voltak:

Az ENSZ közgyűlése 1991-ben nyilvánította október 1-jét az *Idősek Világnapjává*.

1999. év az *Idősek Nemzetközi Éve*, melynek üzenete a minden korosztály számára kedvező társadalom kialakítása volt.

2002-ben került sor a Madridi Idősügyi Nemzetközi Cselekvési Terv megfogalmazására

2011. szeptember 14-én megszületett az Európai Parlament és a Tanács közös határozata (940/2011/EU), mely a 2012-es évet az aktív idősödés és a nemzedékek közötti szolidaritás európai évének nyilvánította.

A kezdeményezés célja, hogy rámutasson, milyen értékes hozzájárulást nyújtanak az idősebbek a társadalomhoz. Arra sarkallja a döntéshozókat és a különböző szinteken fellépő érintetteket, hogy teremtsenek jobb lehetőségeket a tevékeny időskor számára, és erősítsék meg a nemzedékek közötti szolidaritást. A projekt 3 nagyobb területre koncentrál.

1: Foglalkoztatásra, mert nemzetközi trendekből az látszik, hogy egy idős ember egyre nehezebben tudja megtartani munkahelyét, vagy annak elvesztése után új helyen elhelyezkedni, amire *Széman Zsuzsa* is emlékeztet tanulmányában (2008). Emiatt fontos, hogy jobb lehetőségeket biztosítsunk az idősebb munkavállalók számára

2: Társadalmi szerepvállalásra, hiszen a nyugdíjba vonulás nem jelenti azt, hogy az illető passzívvá válik. *„Az idősebbek támaszként szolgálhatnak a társadalomban más személyek számára, általában saját szüleik, házastársuk vagy unokáik ellátásában segítenek, és ezt hajlamosak vagyunk elfelejteni. Az önkéntesként való szereplésükről is gyakran megfeledkezünk. Az európai év célja, hogy nagyobb elismertséget szerezzen az idősebbek társadalomban betöltött szerepének, és kedvezőbb feltételeket teremtsen a számukra.”*(Ismertető, 2012 – *A tevékeny időskor és a nemzedékek közötti szolidaritás európai éve* - 2012)

3: Önálló életvitel: *„Az időskorral együtt jár az egészségi állapot romlása, a leépülés ellen azonban sok minden tehető. A környezetünkön tett apró változtatások jelentős különbséget jelenthetnek a különböző egészségkárosodással és fogyatékkal küszködők számára. A tevékeny időskor azt is jelenti, hogy az idősödő személyek lehetőséget kapnak arra, hogy továbbra is – és amilyen sokáig csak lehet – kezükben tartsák saját életüket.”*(Ismertető, 2012 – *A tevékeny időskor és a nemzedékek közötti szolidaritás európai éve*- 2012)

Az Európai Unió által meghirdetett programokhoz hazánk is csatlakozott. Magyarország felismerte, hogy a demográfia átrendeződés okozta problémákat kezelni kell. Így megalkotta az *Időügyi Nemzeti Stratégiát* és *A tevékeny időskor és a nemzedékek közötti szolidaritás európai évének Magyarországi Programját*.

Az Időügyi Nemzeti Stratégia megalkotását kormányokon átívelő, több éve tartó kutatások, elemzések, műhelymunkák előzték meg. Emellett irányadóak voltak a korábbi témára vonatkozó Európai Uniós dokumentumok. Így a Lisszaboni Stratégia, a Berlini Nyilatkozat, az AGE vezérelve, az Európai Szociális Charta.

Vezérfonalául az *Időügyi Charta* szolgál, továbbá a *Kormányzati Időügyi Nemzeti Cselekvési Terv, Nyugdíjasok Országos Képvisellete 4 éves Érdekvédelmi Stratégiája, Javaslat Nemzeti Időügyi Stratégia megalkotására*.

A közös munka 2008-ban kezdődött 14 tematikus munkacsoport felállításával, melyet az Időügyi tanács által delegált tagok és felkért szakértők alkottak. A 14 munkacsoport egy-egy szakterülethez kapcsolódott. A szakterületi munkacsoportok tevékenysége felölelte a jogbiztonság, kommunikáció, nyilvánosság, képzés, élethosszig tartó tanulás, egészségügy, rehabilitáció, mentális egészség, szociális ellátások, nyugdíjügy, foglalkoztatás, kultúra-közművelődés, sport-rekreáció, strukturált szabadidő-eltöltés, esélyegyenlőség, társadalmi kirekesztődés megelőzése, életútmodell, önkéntesség, generációk közötti együttműködés területeit és kapcsolódási pontjait. Az egyes kutatások és szakmacsoportok eredményeiből került megalkotásra a Stratégia.

A Stratégia a jelenre és a jövőre is fókuszál, mint jövőtervezési technika, tervezési spirált fogalmaz meg. A célkitűzéseknek 2034-ig irányadóak.

A Stratégia legfőbb céljainak meghatározásaiból néhány:

- az egészségben eltöltött évek számának növelése,
- az aktív élet fenntartásának növelése,
- az időskori jövedelembiztonság megteremtése,
- a társadalmi integráció erősítése,
- az idősek élethosszig tartó tanulásának támogatása, a digitális tananyagok hozzáférhetőségének biztosításával,
- az „aktív idősödés” feltételeinek erősítése, mely nem csupán a fizikai aktivitást, a munkaerőpiacon maradást jelenti, hanem a társadalmi, kulturális, civil életben való aktív részvételt is,
- a társadalmi szemléletváltás mind a gazdasági, mind az idősödés társadalmi megítélését és megélését illetően.

Az Időügyi Nemzeti Stratégiában megfogalmazott célok, a megjelölt fejlesztendő területek alapján, 3 éves időszakokra bontott cselekvési tervek kidolgozásával valósíthatók meg. A célkitűzések megvalósítását 2 ütemtervben irányozza elő a stratégia. Az I. ütemterv 2010–2022-ig, a II. ütemterv pedig 2023–2034-ig tervezhető úgy, hogy több, párhuzamosan folyó cselekvési tervvel valósuljon meg a szükséges fejlesztés. Így biztosítható, hogy a Stratégia megvalósításának ütemezése követni tudja az ország gazdasági fejlődését, alkalmazkodjon a társadalom- és gazdaságpolitikához, lehetőséget biztosítva a mindenkori

kormánynak arra, hogy az aktuális gazdasági társadalmi környezethez viszonyulva ütemezze a fejlesztéshez szükséges beavatkozási feladatokat, cselekvési terveket (*Nemzeti Időügyi Stratégia*, 2009).

Véleményem szerint a Nemzeti Időügyi Stratégia megalkotása elköteleződést jelent a minőségi-aktív öregekor megvalósulásának támogatása mellett. Felhívja a figyelmet az időügy fontosságára, mely felett nem szabad elsiklanunk. A kitűzött célokból jól látszik, hogy a politikusok, szakemberek felismerték a demográfiai átrendeződés okozta társadalmi, gazdasági problémák jelentőségét. Az előregedési folyamat ugyan nem kerülhető el, de bizakodhatunk, hogy a stratégia megvalósulásával országunk képes hatékonyan reagálni a bekövetkező változásokra.

5.2. Tanulás időskorban

Az időskori tanulás témakörének rövid bemutatása két aspektusból is fontos. Ahogy arra már a korábbi fejezetben utaltam (*A játék és tanulás kapcsolata*), a játék és a tanulás szorosan egymással összefüggő folyamat. A játéktevékenység során informális tanulás megy végbe, gyakran észrevétlen módon. A folyamat a felszínen játék, látenszen pedig tanulás (*Stöckert*, 1995).

Emellett a tanulás szorosan kapcsolódik az aktív időskor koncepciójához is. Bizonyítéka, hogy az aktív időskor definíciójában is szerepel a tanulás, mint a szabad és aktív időeltöltés egy formája.

Geroeducáció

Az emberi élet elválaszthatatlan része a tanulás. Születéstől a halálig tart, a tapasztalt jelenségeket többé-kevésbé tartósan rögzítjük a tudatunkban. Adott helyzetekben ezt fel tudjuk idézni, be tudjuk építeni cselekvéseinkbe. Következtetéseket vonhatunk le belőle és átadhatjuk másoknak is. Más néven ez az informális tanulás, mely a formális és non formális tanulással ellentétben egész életünkben jelentős szerepet játszik. Az ismeretszerzés és gyarapítás nem köthető korhoz, nem állítható fel korhatár a tanulás lehetőségeinek biztosításánál, életünk végéig adottnak kell lennie. Ezt fejezi ki „az élethosszig tartó tanulás” fogalma (life-long education/learning, 1960. UNESCO) (*Boga*, 2011).

A felnőttoktatás története a francia forradalomig nyúlik vissza, azonban az idősök oktatásával csak a 20. század második felében kezdtek el foglalkozni (*Boga*, 2011). A téma legkiemelkedőbb megállapításai, iránymutatásai a II. világháborút követő felnőttképzési konferenciákról származnak. Meghatározó mérföldkövet jelentett a geroeducáció számára az

1997-es Hamburgi konferencia, mely deklarálta, hogy az idősek a felnőttoktatás speciális célcsoportját képezik. Kimondta azt is, hogy szabadidejük legértelmesebb kitöltése az ismeretgyarapítás, ami mentális egészségük megőrzésének egyik alapvető tényezője (Boga, 2000).

Elmondhatjuk tehát, a geroeducációnak napjainkban fokozott jelentősége van világ és Európa szerte éppúgy, mint hazánkban.

A geroeducáció kettős arculattal rendelkezik.

Egyrészt a kifejezetten a munkaerőpiaci részvételt erősítő képzések, céljuk a megfelelő munka megtalálása vagy a korábbi munkahely megerősítése.

Másrészt a hallgatóság műveltségét, tájékozottságát erősítő képzések, melyeknek közvetlen munkaerőpiaci hasznuk kevés van. Utóbbi képzéseket *művelődésieknek*, előbbi képzéseket *piacorientáltaknak* nevezhetjük (Jászberényi, 2010).

Kutatásom szempontjából a geroeducáció műveltséget és tájékozottságot erősítő aspektusa fontos, mivel a játékos-fejlesztőfoglalkozások ebbe a kategóriába illenek bele.

5.3. Az időskorú tanuló jellemzői

„*A tanulásnak minden életkorban feltétele a megfelelő testi és szellemi egészség*” (Sz. Molnár, 2010). Az idősek azonban egészen más tanulási, kognitív képességekkel rendelkeznek, mint a fiatalok, vagy éppen a felnőttek. A tanulási képességek korral történő változásait elsőként Thorndike kutatta az 1920-as években. Megállapította, hogy a tanulás optimuma 25. életév körüli időszakra esik. Tanulási képességeink pedig 40-50 éves korig optimálisak maradnak. Ettől kezdve folyamatos hanyatlás figyelhető meg, fokozatosan romlik a tanulási képesség. E feltevések számos kutatás alapját képezték a későbbiekben (Bajusz, 2008). Napjainkra már elfogadott tény, hogy igen is lehetséges időskorban tanulni. Ennek oka, hogy a hanyatlás szakaszai a korábbi életszakaszok tanulási szintjével megegyeznek (Csoma, 2005).

Az idősek tanulásakor figyelembe kell venni a megváltozott kognitív képességeket, melyről Czigler (2000) tanulmányában részletesen ír. Természetesen a változásokat nem lehet általánosítani, hiszen egyénenként eltérőek. Az idős tanulóknak elsősorban az észleléssel, figyelemmel, probléma felismeréssel adódnak gondjaik. A logikus gondolkodás és az új következtetések levonása nehezebben megy számukra (Bajusz, 2008).

Általánosan elmondható, hogy lassabban oldanak meg feladatokat, nehezebben sajátítanak el új ismereteket. Tanulásukat azonban könnyítheti az általuk már korábban

felhalmozott ismeretanyag, amelyre lehet építeni. „Az idők tanulási képességeit erősítik, az életük során megszerzett széleskörű tapasztalatok. Ennek következtében a jelent képesek a múltbéli események következményeként értelmezni, a jelen beágyazódik a múltba még a fiatalok a jelent gyakran önmagában, előzmények nélkül értelmezik” (Maróti, 2005). Ide kapcsolódik az emlékezetben végbemenő változások sora. E folyamatok következtében torzul az emlékezet, és makacsabban ragaszkodhatnak korábbi tanulási emlékeikhez. Ebből kifolyólag fennáll a veszélye annak, hogy tudásuk nem mindig helytálló. Itt kell megemlítenünk azonban, hogy számos vizsgálat, állatkísérlet igazolja, hogy felnőttkorban, sőt öregkorban is lehetséges a morfológiai és funkcionális átstrukturálódás (Sz. Molnár, 2010).

Az idős tanulónak képesnek kell lennie a korábbi tudásait újraértelmezni, nyitottnak lenni a változásokra. Gabriele Forchheimer tanulmányában (2000) a nyitottság fontosságára emlékeztet. Kulcsfontosságú kvalifikációkat, képességeket határoz meg, melyek elősegítik a változásra való nyitottságot és az aktuális tudás kritikus módon való kezelését.

- az új információk, tapasztalatok, fejlődési irányok, helyzetek, kihívások konstruktív feldolgozásához,
- a világszerte elérhető tudásanyag tudatos, kreatív feltárásához és alkalmazásához, a régi szokásoknak és a biztonság rugalmas feladásához,
- nagyobb fokú nyitottsághoz,
- önálló, saját magunk által irányított gondolkodás, cselekvés felelősségvállaláshoz,
- globális társadalomban elkerülhetetlen, határokat átszelő kommunikációhoz.

A nyitottság mellett fontos szerepet játszik a korábbi fejezetben tárgyalt Bromley féle beilleszkedési stratégia is. A stratégiák rávilágítanak az egyes negatív tulajdonságokra, melyekkel az idők rendelkezhetnek. Azonban azokra az attitűdökre, tulajdonságokra, képességekre is, melyek mind befolyásolják a játék, illetve tanulás folyamatát. A stratégiák ismeretének tükrében elmondható, hogy minden stratégiai csoport tagja tanítható. Természetesen a legkönnyebb módon a konstruktív csoportba tartozót lehet tanítani. A többi típus némileg keményebb oktatói munkát igényel és feltételez. El kell ismerni azt a tényt is, ha valaki teljesen érdektelen a tanulással szemben, azzal az esetek többségében nem lehet mit tenni, de akiben egy kis érdeklődés is mutatkozik, meg kell próbálni bevonni a tanulásba.

Az időskori tanulás eredményessége a kiinduló állapot szintjétől is függ. Befolyásolják a korábbi tanulási tapasztalatok, a biztos alapkészségek megléte, a kidolgozott tanulási

technikák. E tényezők megléte és a magasabb iskolai végzettség színte biztosan nagyobb esélyt jelent a sikeres időskori tanulásra (Sz. Molnár, 2010).

Az életkor előrehaladtával csökken a tanulási aktivitás, egyre nagyobb jelentőségre tesznek szert a részvételt akadályozó tényezők (Sz. Molnár, 2010):

- megmaradt gazdasági aktivitás, keresőtevékenység,
- anyagi nehézségek,
- szigorú felvételi követelményeket érvényesítenek egyes államokban (a jelentkezési tesztek eredményéből és a megkövetelt legmagasabb iskolai végzettségből számított tanulmányi átlag a bejutás alapja),
- információhiány (a programokat kínáló intézményekben elmarad a megfelelő marketingtevékenység),
- egészségügyi problémák,
- lelki tényezők azoknál, akik az elmúlt időszak eseményeivel nem tudnak kielégítően, illetve sikeresen megbirkózni (gyász, depresszió),
- passzív vagy negatív időződési attitűd (az aktivitás hiánya, védelembe vonulás, mások vagy önmaga ellen fordulás),
- családi feladatok (nagy szülői teendők),
- befelé forduló életvitel (baráti kör, magányos hobbi),
- az érdeklődés hiánya, „eleget tanultam már életemben” és „öreg vagyok már a tanúláshoz” attitűd,
- a hozzáférés fizikai nehézségei, a tanulás helyszíne az idősek számára nehezen (hosszabb utazással, sok gyaloglással) érhető el,
- akadálymentesített tanulási környezet hiánya,
- oktatásszervezési problémák (rugalmatlan keretek, nem kínálnak választási lehetőséget a képzések időpontjának, időtartamának, módszereinek tekintetében),
- speciálisan időseknek szervezett tanulási segítség, tanácsadás hiánya.

Az időskori tanulást nehezíthetik egyéb sajátosságok is, például az érdeklődés csökkenése, a változásoktól való erősödő félelem vagy az alkalmazkodóképesség hiánya, a rövid távú memória, illetve a testi adottságok romlása (érzékszervek, mozgásszervek) (Bajusz, 2008).

Ahogy az a fentiekből kiderül, számos tényező befolyásolja az időskorban történő tanulást. Megállapíthatjuk azonban, hogy nem lehetetlen, ezen felül pedig pozitív hatásai vannak. Erre utal Dr. Boga Bálint is, „*A „sikeres öregedés” egyik alapfeltétele az ismeretek további bővítése. Az aktív szellemi élet gátolja, késlelteti a mentális elöregedést, sőt a testi involúciót is előnyösen befolyásolja.*” (Boga, 2000, 55.o.)

5.4. A játék szerepe időskorban

Miért a játék? Miért kellene játszani az időseknek, hiszen nem gyerekek már? Teszi fel a kérdést Török Emőke (2006). Bennem is hasonló kérdések kavargtak. A már korábban említett szakmai gyakorlat és a szakirodalmak azonban rávilágítottak arra, az idősek vonatkozásában is van létjogosultsága a játéknak.

Manapság a játék szóról szinte mindenki a gyermekekre asszociál vagy a komoly sporttevékenységekre gondol, de semmiképpen sem az öregek játékára. A játékot felnőttkorban méltatlannak tartjuk. Pedig játszani mindenkinek kellene, ha bonyolultabb magyarázattal nem is szolgálunk, már csak azért is, mert egyszerűen jó. Régebbi korokban a játék jóval központibb szerepet töltött be az emberek életében. Nem voltak jelen napjaink multimédiás szórakoztató eszközei (televízió, számítógép). Így a szabadidőt a családok közös játékkal töltötték el.

A nyitókérdésekre két válasz is adható. Először is mindenkinek kellene játszani, mert olyan közösségi élményt nyújt, amelyet semmilyen más tevékenység nem vált ki. A másik jóval „idősspecifikusabb” válasz az, hogy az időseknek aktivitásra van szükségük. Manapság már köztudott tény, hogy szellemünk és testünk karbantartásához aktív tevékenységre van szükség. Időskorban ez az életminőség megőrzésének egyik alapfeltétele. Az is ismeretes, hogy az időseket számos változás éri. A változások tetten érhetőek a szellemi, testi hanyatlásban, kapcsolataik átalakulásában. Az időskorúakra jellemző, hogy kapcsolataik az évek során beszűkülnek, érdeklődésük a világ felé egyre csökken. A közösségi játékok mindkét folyamatot képesek megállítani. A közös játék egy út, mely segíti őket a mindennapok egyhangúságából kihozni. Új élményeket és impulzusokat ad. Az így megélt közös kreativitás egyszerre élénkíti a gondolkodást, gazdagítja, stimulálja az érzelmeket. Tapasztalati és fejlődési lehetőséget kínál. Rendkívül fontos a játék stresszoldó, depressziócsökkentő hatása, aminek oka egyrészt a biztonságos, oldott közegben való játék okozta boldogság és öröme, másrészt pedig a játék során felszínre kerülő tapasztalatok, képességek. Az önmagukban megtapasztalt kreativitás javítja az önértékelésüket, ami növeli

magabiztosságukat és derűsebbé, kiegyensúlyozottabbá válnak. Akár még egészségmegőrző hatása is lehet.

Természetesen el kell fogadnunk, hogy az idősök esetében a nyereségek és a veszteségek közötti egyensúly kevésbé válik pozitívvá, akár negatív is lehet. A jól szervezett játékkal viszont rávilágíthatunk a még bennük rejlő képességekre, sőt azokra is, melyek kis odafigyeléssel fejleszthetőek. Ezáltal csökken a negatív hiányérzetük, hiszen azok a képességek kerülnek előtérbe, melyekkel rendelkeznek. Játék közben lehetőségük van kilépni a mindennapi gondokból, elfeledhetik a betegségeiket és a korlátaikat. Lehetőség van arra is, hogy gondjaikat a játékban résztvevők közösen feldolgozzák és segítsenek egymásnak megoldást keresni (Somorjai és Török, 2006).

A játék számos pozitív hatást fejthet ki azokra, akik élnek a játék adta lehetőségekkel. Fontos lenne felhívni az emberek figyelmét arra, hogy minél többen felismerjék és hasznosítsák azt. A játék egyszerű és hatásos módja, hogy észrevétlenül örömet csempésszünk mindennapjainkba, ápoljuk, fejlesszük társas kapcsolatinkat, kiaknázzuk a bennünk rejlő lehetőségeket.

5.5. Jó gyakorlatok

A Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetében nagy hangsúlyt fektetnek a lakók mentális gondozása mellett, aktivitásuk megőrzésére is.

A foglalkoztatásért elsősorban a telephelyek mentálhigiénés szakemberei felelnek. Céljuk, hogy minél több lakót vonjanak be a foglalkozásokba. Törekсенek arra, hogy széles programkínálatot nyújthassanak, így mindenki megtalálhassa a számára legmegfelelőbb elfoglaltságot.

A megvalósuló szocioterápiás foglalkozások csoportosítása:

1. Terápiás-és képességfejlesztő foglalkozások

- **Rekreációs programok:** (kirándulás, színház-múzeumlátogatás, ünnepségek, kézműves foglalkozások, játékok)
- **Rendezvények szervezése:** (társintézményekkel való közös programok)
- **Egészséges életmód fenntartása:** (prevenciós előadások, séta, torna, mandalázás, zenehallgatás)

2. Munkaterápia

Terápiás-és képességfejlesztő foglalkozások

E foglalkozásoknak nevelő és személyiségfejlesztő hatása van, még idős korban is. Elősegítik a testi-lelki aktivitás megőrzését, így gátolva az idősekre jellemző beszűkülést és haszontalanság érzést. A programok alkalmával biztosítani kell az önkéntesség elvét, a foglalkozások folyamatosságát, ugyanakkor változatosságát is. A feladatok összeállításánál hangsúlyt fektetnek az idős ember speciális igényeire, testi- lelki állapotának megfelelő elfoglaltságokat kínálnak számukra. Fontosnak tartják elismerni az idős ember tevékenységét, eredményeit.

A legnagyobb érdeklődés a szabadidős foglalkozások iránt van, a részvételi arány ezeken a programokon a legmagasabb. Az intézmény Szakmai Programja szerinti besorolás alapján, ezek a szellemi és szórakoztató tevékenységek. Így a zenehallgatás, felolvasás, kártya-és társasjátékok, vetélkedők. A lakóknak szinte naponta lehetőségük van ilyen foglalkozásokon részt venni.

A szellemi, kulturális és szórakoztató foglalkozások célja az idősek szellemi állapotának szinten tartása, felfrissítése. Továbbá a külvilággal való kapcsolattartás, melynek megvalósulását az intézmény gazdag kapcsolatrendszere biztosítja. Számos civilszervezet, énekkar, színtársulat, előadóművész, iskolás-óvodás csoport mutat be műsort az intézmény falai között.

A szabadidős foglalkoztatás lehetőségei kimeríthetetlenek, így számos megvalósuló foglalkoztatási lehetőség és program nem került bemutatásra.

Munkaterápia

A szocioterápiás foglalkozások keretében valósul meg az úgynevezett munkaterápia, melynek 72 résztvevője van a Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetének 5 telephelyén. A munkaterápiában való részvétel önkéntes jelentkezésen alapul.

A munkaterápiában résztvevők a következő munkaterületek közül választhatnak: mosodai kisegítés, konyhai kisegítés, tálalás, szalvétahajtogatás, takarítás, udvar-parkgondozás, portaszolgálat, lábtörlőkészítés, palackzsugorítás. Mint az a felsorolásból kitűnik, többféle lehetőséget biztosítanak az intézmények. A felkínált munkák mindegyikéről elmondható, hogy a maga nemében elengedhetetlen és az otthonok zavartalan működését szolgálják.

A telephelyeken működő munkaterápiának több pozitív hatása is van.

A program lehetőséget biztosít a munkavégzésre még képes lakóknak a jövedelem kiegészítésre. A résztvevők az elvégzett munka alapján havi teljesítménybérezésben

részesülnek, ennek költségét az intézmény állja. A maximum megszerezhető összeg pedig ötezer forint, mellyel később az egyén maga rendelkezik.

A pénzkereseti lehetőségen túl a résztvevő hasznosnak érzi magát és motiváltnak, ez a lelki szempont talán felülírja az előbbit is, hiszen időskorúaknál gyakorta jelentkező probléma a haszontalanság érzése.

Az együttműködés mind az intézmény, mind pedig a lakó számára előnyös: a résztvevő kereset kiegészítéshez jut, az otthon pedig munkaerőhöz.⁴

Az intézmény mentálhigiénés szakemberei magukénak érzik az aktív időskor alapelveit, ezért tartják elengedhetetlennek a munkaterápia rendszerének működtetését.

Vallják, hogy a lakókat motiválni kell egy olyan életstílus kialakítására, mely elősegíti a tevékeny öregedést, mely hosszútávon hozzájárul életminőségük megőrzéséhez.

6. A KUTATÁSI EREDMÉNYEK BEMUTATÁSA

6.1. Vizsgálati módszerek

Amint már arra bevezetőmben utaltam, vizsgálati eredményeimet alkotó információkat komplex kutatási tevékenységgel gyűjtöttem, melynek elméleti és gyakorlati háttéréül *Falus Iván* (2004) és *Earl Babbie* (2001) művei szolgálnak. A kutatás lefolytatására 2012 őszén került sor.

A korábbi fejezetekben a szakirodalmi elemzés eredményei olvashatóak, melyek a dolgozat leíró részét alkotják.

Az empirikus kutatás egyik módszerül strukturált kérdőívet választottam. Az így megszerzett adatok számszerűsíthetőekké és mérhetőekké váltak. A kérdőív nyitott és zárt kérdéseket egyaránt tartalmazott. Ennek oka, hogy egyes kérdésekre olyan összetett és szubjektív válaszok adhatóak, hogy azt nem lehetett volna zárt kérdések formájában feltenni, mert az információ tartalom jelentősen sérült volna. A kérdőív 23 kérdést tartalmazott.

A kérdőíveket a Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetének 4 telephelyén, (Nyugdíjasok Acsádi Otthona, Nyugdíjasok Kőszegi Otthona, (Munkácsy Mihály utca), Nyugdíjasok Kőszegi Otthona (Kálvária utca), Nyugdíjasok Peresznyei Otthona) vettem fel 50 fővel. A megkérdezettek jelentős részének (életkori sajátosságaikból adódóan) problémái vannak az írással, így magam töltöttem ki a kérdőíveket válaszaik alapján.

⁴ Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete, Szakmai Program 2012.

A Kőszegpatyi Mentálhigiénés Otthon azért nem szerepel kutatási helyszínként, mivel kizárólag szenvedélybetegek ellátotti csoportjára szakosodott. Így a kutatás szempontjából nem megfelelő.

A kutatás másik módszerül a mélyinterjút használtam. Mélyinterjú kutatásomban összesen 9 fő vett részt. Az otthonokban dolgozó 6 mentálhigiénés szakember és 3 a Nyugdíjasok Acsádi Otthonában élő idős ember. A mélyinterjú módszerével gyűjtött információk elmélyítik és pontosítják a kérdőív által gyűjtött információkat (2. és 4. számú melléklet).

A szakmai gyakorlatom és a kutatás lefolytatása alatt lehetőségem nyílt több csoportos játékfoglalkozáson is jelen lenni, részt venni. A játékfoglalkozásokon való részvétel ideje alatt a megfigyelés módszerét alkalmaztam. A megfigyelés segítségével játék közben tudtam az általam meghatározott szempontok szerint begyűjteni a szükséges információkat. A megfigyelés módszere szintén a kérdőívek által gyűjtött információk kiegészítését szolgálta.

6.2. Hipotézisek

A kutatásom célja, hogy az alábbi kérdéseket és hipotéziseket megválaszoljam.

- Mennyire meghatározó a játék az idősök hétköznapijaiban?
- Milyen segítséget nyújt a kortársaikkal és más generációk közötti kapcsolatok kiépítésében?
- Milyen fejlesztő hatásai vannak a játékok alkalmazásának?
- Fejlődik-e az idősök játékkultúrája, nyitottak-e a mai „modern” játéklehetőségekre?
- Milyen fejlesztő hatásai vannak a játékok alkalmazásának?

E kérdések tükrében a hipotéziseim a következők:

1. A fejlesztő játékok késleltetik a demencia előrehaladását.
2. Az idősök nyitottak az új, általuk még nem ismert „modern” játékok kipróbálására.
3. A játék segíti a saját és más generációkkal való kapcsolattartást és együttélést.
4. A lakók szívesen vesznek részt a számukra összeállított játékprogramokon.

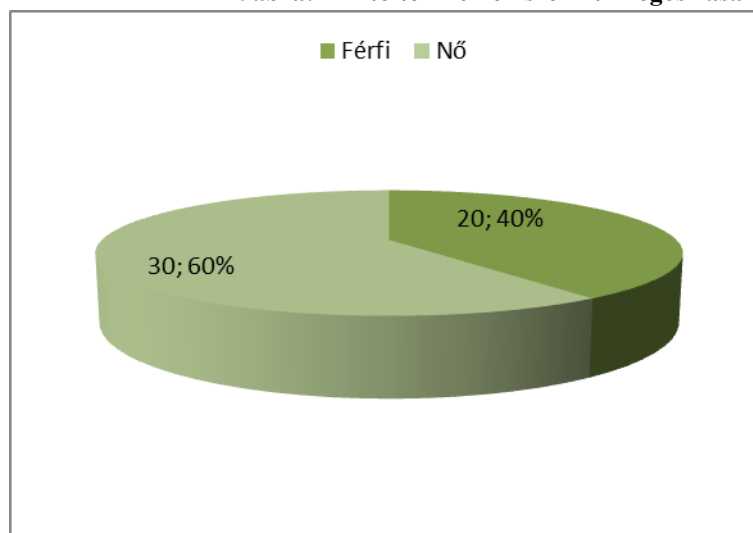
6.3. A kutatás leírása

A mintából származó adatok bemutatják a Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetében élő idős lakók játékszokásait, csoportfoglalkozások látogatási arányait. A kép a

teljes intézményi átlagnál pozitívabb képet mutat mivel a kitöltők között kizárólag olyan idősök szerepelnek, akik részt vesznek a foglalkozásokon. E feltételre azért volt szükség, mert a játékok többsége a csoportfoglalkozások és játékfoglalkozások keretei között valósulnak meg. A kérdőíves eredményeket elemzés közben kiegészíttem az interjúkból és megfigyelésekből származó információkkal.

Demográfiai adatokra vonatkozó kérdések

1. ábra: A kitöltők nemek szerinti megoszlása

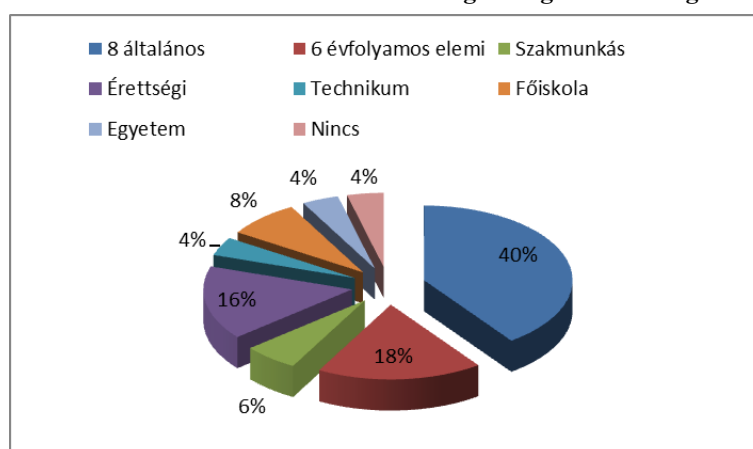


Forrás: Saját szerkesztés

A kérdőív első felében a demográfiai adatok felvételére került sor. Amint az a diagramból is kitűnik, a kérdőívet 50 fő töltötte ki összesen. Az adatszolgáltatók többsége nő (30 fő), tapasztalatom alapján szívesebben válaszoltak a kérdésekre, mint férfi társaik (20 fő).

A kérdőív 2. kérdése a válaszadók korára irányult. A kitöltők átlagéletkora 67,8 év. A legfiatalabb kitöltő 42 éves, míg a legidősebb 95 éves volt.

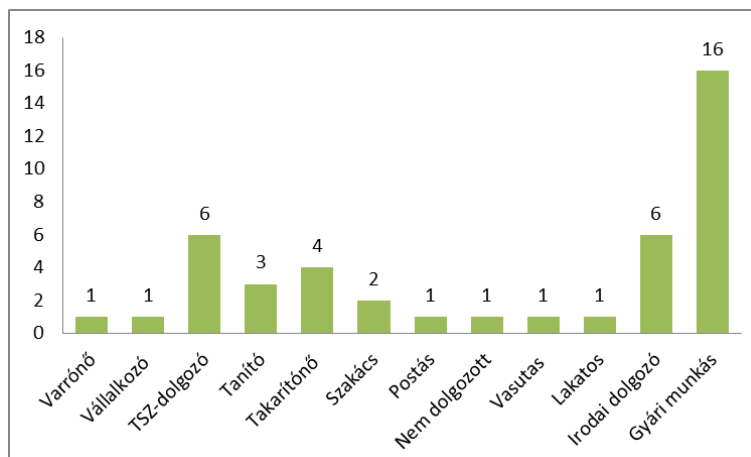
2. ábra: Iskolai végzettség szerinti megoszlás



Forrás: saját szerkesztés

A 3. kérdés a válaszadók iskolázottsági szintjét mérte fel. A Mint az ábráról jól látszik a kitöltők többsége 8 általánost (40%) és 6 évfolyamos elemi végzett (18%). Ezt követi az érettségi (16%), azonban elmondható, hogy minél magasabb iskolai fokozat, annál kevesebb ember rendelkezik vele. Jól látszik, hogy a legmagasabb szint az egyetemi végzettség, csupán 4%-al (2 fő) szerepel.

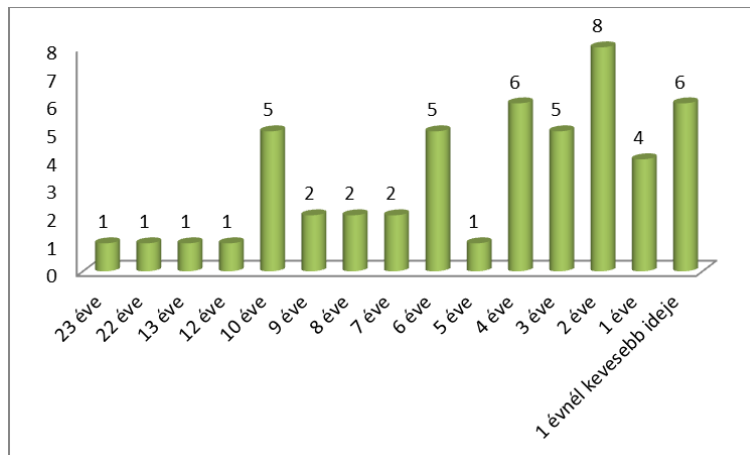
3. ábra: Utolsó betöltött munkakör megoszlása



Forrás: Saját szerkesztés

Itt említeném meg a legutoljára betöltött állásokat, mely a kérdőív 4. kérdése volt. Amint a diagram mutatja, többségében az otthonokban élők gyári munkások, TSZ- dolgozók voltak. Szellemi munkát mindössze 6 fő végzett.

4. ábra: Az otthonban töltött évek száma



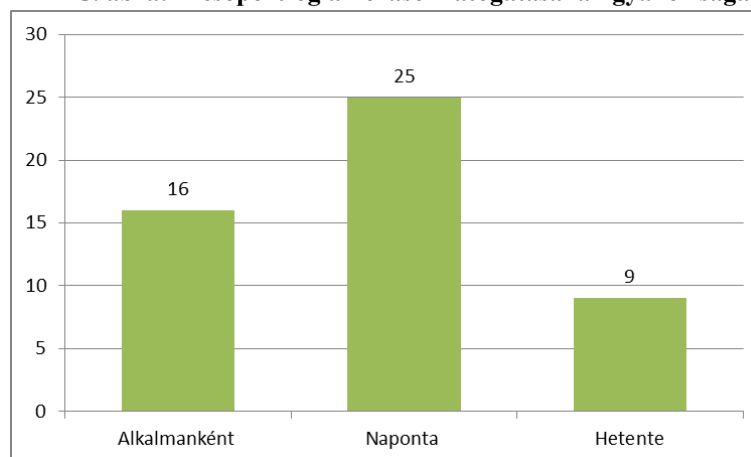
Forrás: Saját szerkesztés

A demográfiai adatokat felmérő kérdések közül az utolsóban (5. kérdés) arra voltam kíváncsi, hogy a kitöltő hány éve az otthon lakója. Amint az ábrából is látszik, a válaszadók többsége egy évnél kevesebb ideje költözött be és a 4 évnél nem régebben lakik itt. Magas bentlakási kort csak egy-egy kitöltő mutat. Az otthonban töltött évek száma átlagosan 5,29 év.

Elmondható, hogy a kitöltők között mind a két nem képviselteti magát, nem jelentős eltérésben. A kormegoszlás tekintetében széles skálán helyezkednek el a válaszadók, ez azért jó mert az idős réteg sem heterogén, így a kutatásban résztvevők is több korcsoportot fognak át. Kiderült, hogy a válaszadók többségének alacsony az iskolázottsági szintje, ennek alakulását azonban jelentősen befolyásolják a 20. század első felében élő iskolarendszer, és a kor történelmi sajátosságai. E két tényre többen is hivatkoztak a válaszaik közben.

A csoportfoglalkozásokra vonatkozó kérdések

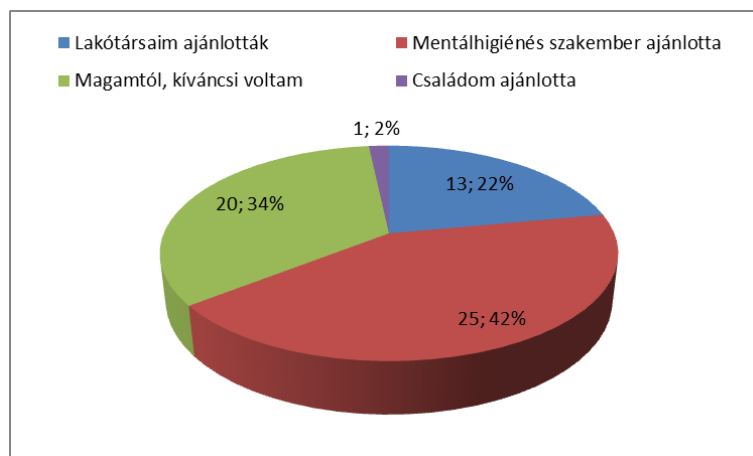
5. ábra: A csoportfoglalkozások látogatásának gyakorisága



Forrás: Saját szerkesztés

A megkérdezett lakók mindegyike jár csoportfoglalkozásra, mint arra már korábban utaltam. Az 6-. kérdésre adott válaszok szerint a fele napi rendszerességgel látogatja azokat. A mentálhigiénés szakemberekkel készített interjúkból kiderült, a lakók többsége szívesen vesz részt a foglalkozásokon. Azt is hozzátették, hogy esetenként nem tudják megvalósítani a napi foglalkozást, mert a létszámuk nem elegendő arra, hogy minden feladatot egymaguk elvégezzenek. Főként a Peresznyén és Kőszegen található otthonok esetében igaz ez, ahol egy-egy mentálhigiénés szakember dolgozik csupán.

6. ábra: Ki ajánlotta a csoportfoglalkozást

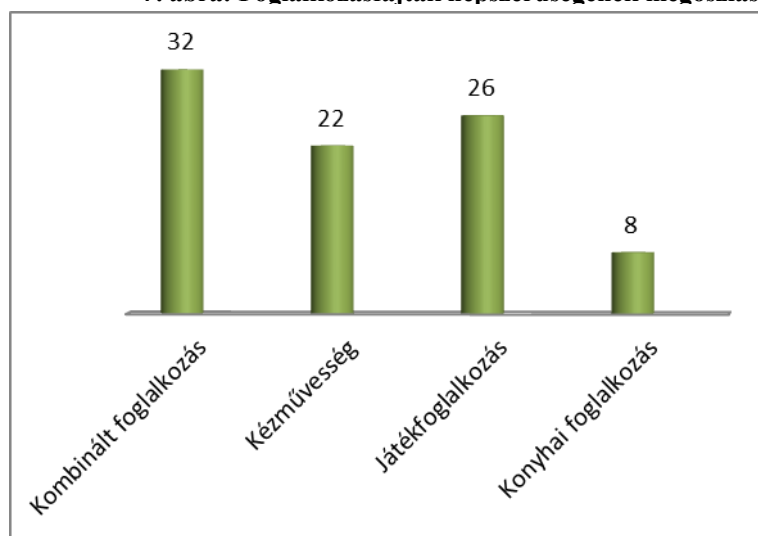


Forrás: Saját szerkesztés

A 7. és az ezt követő kérdések esetében (egészen a 10-ig) a válaszadók több lehetőséget is jelölhettek.

A mentálhigiénés szakemberek jelentősége a legnagyobb. Az a tény, hogy a lakók 34% -a magától látogatott el a foglalkozásokra, nagyon pozitív, ami azt sugallja, hogy a lakó még belsőleg motivált. Ezzel szemben feltűnő, hogy a családnak, hozzátartozónak egy esetet leszámítva nincs szerepe hozzátartozójuk szabadidő eltöltésének alakításában.

7. ábra: Foglalkozásfajták népszerűségének megoszlása

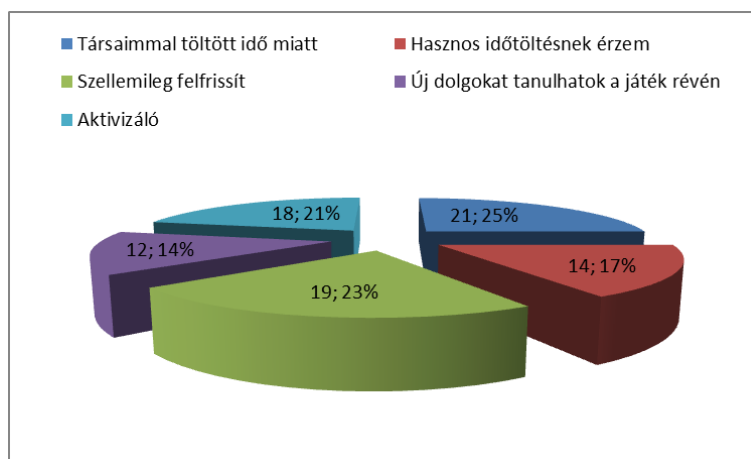


Forrás: Saját szerkesztés

A 8. kérdés arra kereste a válasz, mely foglalkozásokat kedvelik a lakók leginkább. A fent megjelölt foglalkozásformák azok, amelyek mind a 4 intézményben megvalósulnak. A kombinált csoportfoglalkozás (meseolvasás, szójátékok, beszélgetés,) örvend a legnagyobb népszerűségnek.

Tapasztalataim alapján is ezt nagyon kedvelik a lakók, mert többféle programelemet egyesít. Másodikként szerepel a játékfoglalkozás. Olyannyira kedvelt, hogy külön tematikus játékfoglalkozásokká nőtte ki magát. A Nyugdíjasok Acsádi Otthonában például szerdán kizárólag csak játékokkal foglalkoznak. A Nyugdíjasok Peresznyei Otthonában pedig igény van arra, hogy havonta szervezzenek játékos vetélkedőket.

8. ábra: Csoportfoglalkozás látogatásának okai

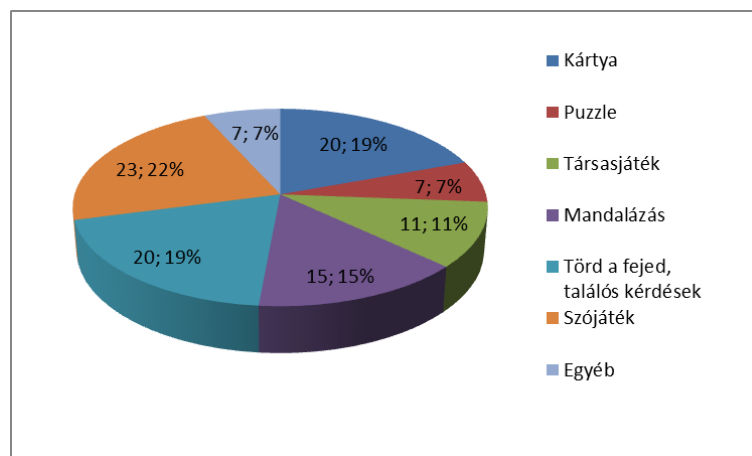


Forrás: Saját szerkesztés

A 9. kérdéssel azt kívántam felmérni, miért is járnak az idősek ezekre a foglalkozásokra. A legfontosabb, amiért tudatosan ellátogatnak oda, az a társakkal töltött idő. Azt gondolhatnánk, ez nem fontos szempont, hiszen egy helyen élnek. A mentálhigiénés szakemberek, ennek jelentőségét azzal magyarázzák, hogy minőségi szintre emeli a társas kapcsolatokat. Illetve a lakók körében készített mélyinterjúk is rávilágított arra, hogy az együttélés ellenére nem keresik egymás társaságát a lakók a foglalkozásokon kívül, 2-3 fős egymástól elkülönülő baráti körök a jellemzőek.

Légyeges még szellemük karbantartása, illetve az, hogy aktivizálva érzik tőle magukat. Ez utóbbi két szempont is nagyon meghatározó, hiszen tudjuk, hogy a szellemi teljesítőképesség az idővel romlik, így annak karbantartása elengedhetetlen.

9. ábra: Játékokban való részvétel megoszlása



Forrás: Saját szerkesztés

A 10. ábra és kérdés bemutatja, hogy az egyes otthonokban kínált játéklehetőségek közül melyeket kedvelik leginkább. A legtöbb válaszadó megjelölte a kártyát, mint kedvelt játékot. A mélyinterjúk is alátámasztották, hogy ennek egyik oka a kártyajátékok kultúrtörténeti hagyományai. Fontos tisztázni, hogy kártya alatt itt a magyar kártyával játszott játékokra kell gondolni („snapszer, disznózás, pirosozás”).

A szójátékok és találós kérdések magas számaránya sem véletlen, hiszen a kombinált foglalkozások állandó elemei. A megfigyelési tapasztalataim alapján is elmondhatom, hogy szeretik és kedvelik. Az előbbi kérdés válaszaiba visszautalva, az idősek maguk is tisztában vannak a szellemi karbantartás fontosságával.

Az egyéb kategóriát választók a sakk- és malomjátékot említették, melyet foglalkozáson kívül is szívesen játszanak, valamint vetélkedőket, sorversenyeket is. A lakók és a mentálhigiénés szakemberek szerint, erre csak ritkán van lehetőség. Ennek oka az, hogy nagy létszámú segítőkcsapatot és gondos előkészületet igényel. Sok esetben nincs meg hozzá személyi feltétel. Az igény kielégítésére a peresznyei otthon mentálhigiénése mini-vetélkedőket szokott tartani. Egy-egy hírességről, vagy eseményről olvas fel cikkeket, majd a lakók 2-3 fős csoportokat alkotva tesztet töltenek ki a felolvasott témával kapcsolatban.

A csoportfoglalkozásokra vonatkozó válaszok tükrében megállapítható, hogy a kitöltők jelentős hányada rendszeresen eljár a foglalkozásokra. Ebben a mentálhigiénés szakemberek személyes jelenlétének és munkájának jelentős szerepe van. A játékfoglalkozások megfigyeléséből származó tapasztalataim alapján elmondhatom, hogy a kártya és a szójátékok, fejtörők a legkedveltebbek. Illetve, hogy igény mutatkozik arra, hogy speciálisabb fogyatékkal élők számára is több játéklehetőség legyen. Ennek természetesen

komoly személyi és tárgyi feltételei vannak, melyet az intézmény jelen helyzetében nem tud biztosítani.

Gyerekkori játékszokásokra vonatkozó kérdések

A kérdőív 11. kérdése arra keresi a választ, hogy az idősök milyen játékokkal játszottak gyermekkorukban. E kérdés célja, hogy feltárja az idősök játékkincsét. A kérdőívben ez nyitott kérdésként szerepel. Itt merül fel a játékok csoportosításának problémaköre, hiszen számos kategorizálás létezik. A játékszerek tudományos igényű vizsgálata azonban napjainkban még kevésbé ismert (*Takács, 2001*).

A válaszok elemzéséhez az MTA Zenetudományi Intézetének Archívumában lévő mintegy tizenötezer játékleírás alapján összeállított játéktipológiát használom (*Lázár, 1990*), (5. számú mellékletben) látható. Azért mert a válaszadók által megjelölt játékok — az előzetes kutatás alapján — jelentős része a népi játékok kategóriájába sorolhatóak be.

A megnevezett gyerekkori játékok közül a leggyakoribb a futball volt, melyet 20 fő említett, köztük nők is.

A futballt a különböző labdajátékok követték. 15 fő válaszolta, hogy mindennapi játéka volt a labdázás. A labdajátékok az eszközös ügyességi játékok csoportjába sorolhatóak be. Részletesen került elő a *falhozverő*, *cicázás*, illetve a labda körbe egymásnak dobálása mondókázás kíséretében. A futball és a labdajátékok esetében is említésre került, hogy rongyból készült labdával játszottak. Ez főleg a 20. század első felében született korosztályra jellemző.

Itt említeném meg az ugráló kötelezést és ugróiskolát, mint mai napig közkedvelt játékokat. Szintén az eszközös ügyességi játékok körébe tartozik.

Az harmadik legtöbbet emlegetett játék a kártya volt. A kártyajátékokat az előbbiekkal szemben gyakran játszották szüleikkel. E játéknak, — mint az a korábbi kérdésből kiderül — az otthonban töltött hétköznapiak során is jelentős szerepe van.

A női válaszadók körében a legtöbbet emlegetett játék a babázás volt. Beszámoltak arról is, hogy gyakran szülei vagy maguk készítettek babákat növényi és állati alapanyagokból (gyapjú, posztó, csuhé). Egy babát akkoriban ugyanis csak a tehetősebbek

engedhettek meg maguknak. A babázás az egyik leggazdagabb játékcsoport. A tárgykészítő játékok közé tartozik.

Jelentős számban került említésre a fogócska és a bújócska és annak változatai. A játékirodalom is számtalan változatát ismeri, külön játékcsoportként is foglalkozik velük.

Többen említették az én generációm számára szinte teljesen ismeretlen *bilicke* nevű játékot. Csoportosan játszották fadarabok segítségével. Részletes leírás található: (http://gyula.czegledy.hu/cgi-bin/czc/index.cgi?mod=3&id=14&rovat_id=1). Hasonlóképpen napjainkra már kevésbé ismert játék a golyózás és karikázás, melyet egy-egy fő említett.

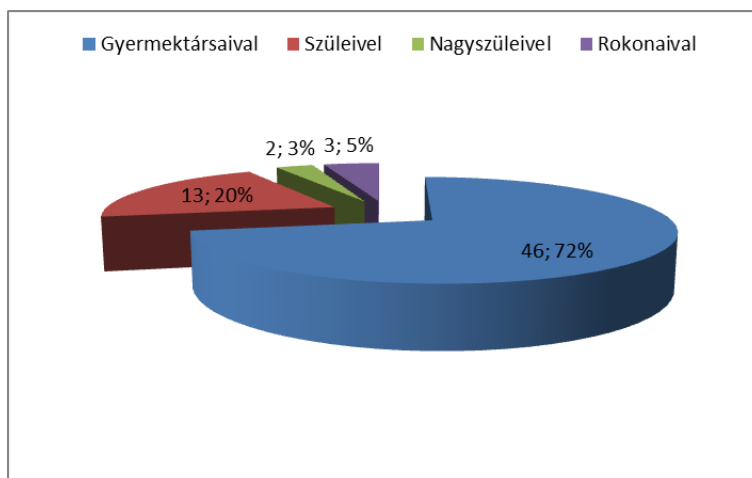
Külön csoportot alkotnak a szerepjátékok. Természetesen ennek szintén különböző változatáról számoltak be, hiszen e játékfajtának csak saját képzeletünk szab határt. A leggyakrabban említettek az indiánok, tanító- tanítvány, anya- apa, katona szerepek voltak.

A válaszadók fiatalabbjai körében — értem alattuk az 50-es 60-as években születetteket — jelentős szerepet töltöttek be a sportjátékok: a ping-pong, a tollaslabda, korcsolyázás, szánkózás.

Itt kell megemlíteni, hogy főleg a 20. század elején születettek körében a munka és a játék szorosan összefonódott. Gyakran zajlott a játék és munka egyazon időben. Egy lakó ezt úgy fogalmazta meg: „*Nekünk minden játék volt! Mi mindennel játszottunk*”.

A dolgozat keretei ugyan nem adnak lehetőséget a játékok részletes tárgyalására, azonban azt a fenti rövid bemutatás is érzékelteti, hogy gazdag játékinccsel rendelkeznek az idősök.

10. ábra: Gyermekkori játékpartnerei



Forrás: Saját szerkesztés

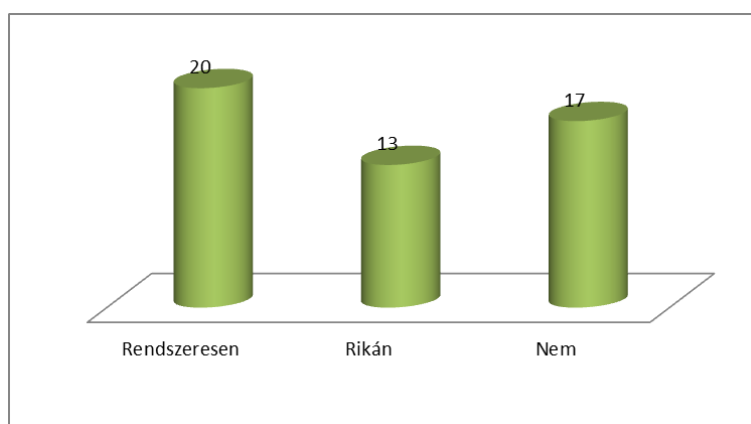
Az ábrán jól látszik, hogy a válaszadók jelentős hányada gyermektársaival játszott, ezt követte a szülőkkel való közös játék. Meglepő módon a nagyszülők és a rokonok szerepe elenyészőnek mutatkozik.

Nyugdíjas évek játéktevékenysége

A következő kérdések az otthonon kívül töltött nyugdíjas évek játéktevékenységeit hivatott felmérni.

Első erre vonatkozó kérdésemben (13.) arra voltam kíváncsi, hogy játszottak-e unokáikkal, illetve más gyerekekkel ezekben az években.

11. ábra: Unokákkal, gyerekekkel folytatott játéktevékenység



Forrás: Saját szerkesztés

A diagramok alapján elmondható, hogy a válaszadók többsége nyugdíjasként is folytatott játéktevékenységet. Az idősök többsége az unokákkal való játékot emelte ki, 10 fő említette, hogy szomszéd, ismerősök gyermekeivel szokott játszani, ha alkalma adódott rá. A nemet válaszolók többsége arra hivatkozott, hogy nincs unokája, és magányosan élt.

Arról, hogy hogyan érezték magukat az unokákkal, más gyerekekkel való játékidő alatt, csak pozitív válaszok érkeztek (14. kérdés). Ez is bizonyítja a játék pozitív hatásait mind a kommunikáció terén, mind pedig a generációk közötti távolság áthidalhatóságának tekintetében.

Idézetek a válaszok közül: „Mindig szerettem velem lenni, és ez jól esett”; „Szívesen voltam velük. Sokat tanítottam hangszeren játszani.”; „Szép volt, jó volt, felemelő volt.”; „Életem egyik legszebb időszaka volt.”; „Szerettem az unokákkal töltött játékidőt.”

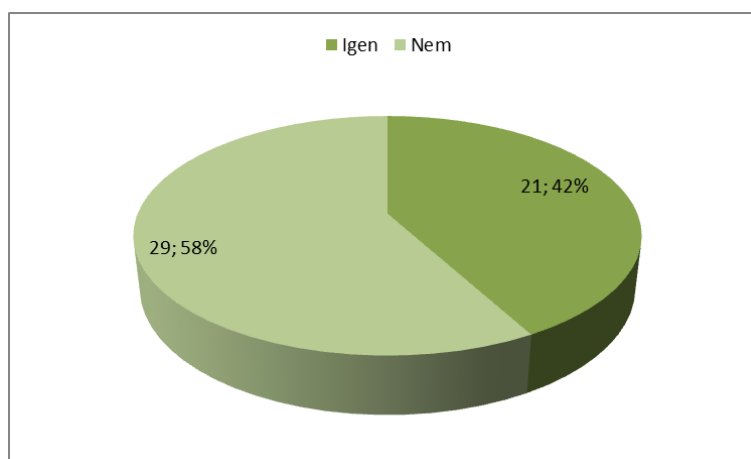
A 15. kérdés arra irányul, hogy feltárja tanultak-e valamit az idősek a gyerekektől a közös játékidő alatt. Csak 33 fő mondta, hogy rendszeresen vagy ritkán játszott unokáival, más gyermekekkel.

A válaszadók közül mindössze 10-en mondták azt, hogy igen. Arra a kérdésre, hogy mit tanultak, átlagosan a következő válaszok érkeztek: „Új társasjátékok”; *Mobiltelefon használatát*”; „Általánosságban a mai világ dolgait, mi buta világban nőttünk föl.”; „Számítógép használatát mutogatta.”

A játéktevékenység a válaszadók többségének esetében a nyugdíjas évek alatt is meghatározó. Jelentős, hogy a közös játékidőt csupa pozitív élményként írják le.

Társas kapcsolatok alakulását felmérő kérdések

12. ábra: A játék kihatása a játékpártnerrel való kapcsolatra



Forrás: Saját szerkesztés

A 16. kérdés válaszaiból készült diagram azt mutatja, hogy a válaszadók többsége szerint a közös játék nem hatott ki a játékpártnerével való későbbi kapcsolatára. Megállapítható azonban, hogy az igennel válaszolók a kapcsolat baráтивá válásáról és éveken át való tartósságáról számoltak be.

Idézetek a válaszok közül: „Igen, mert ez által lettünk barátok. Tanultunk egymástól.”; „Pozitívabbá vált, a korábbi haveri kapcsolatból barátság lett.”; „Iskolatársakkal barátok lettünk, mely kapcsolat a házasságig fennállt. A közös élmények meghatározóak.”;

A 17. kérdés célja az volt, hogy feltárja, mi lehet az oka a kapcsolat átalakulásának.

Idézetek a válaszok közül: „A játék közelebb hozott minket egymáshoz, egyforma világszemlélet alakult ki.”; „Összehozott minket a közös játékidő.”; „Közös élmény.”; „Ha

két ember együtt van akkor nevet.”; „Mindkét fél jól érzi magát.”; „ A közös időeltöltés összehozott minket.”

Elmondható tehát, hogy a válaszadók a kapcsolat pozitív alakulását a közös időtöltésben, a játék kapcsolatépítő hatásában látják.

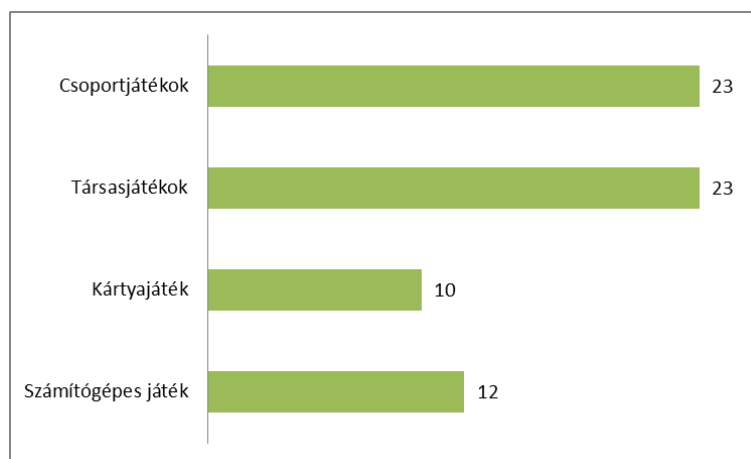
Játékok iránti nyitottságot felmérő kérdések

A 18-as, 19-es kérdéssel arra kerestem a választ, hogy a lakók igényelnék-e a több játéklehetőséget, és ha igen mennyivel többet, vagy ha nem, annak mi az oka.

24 fő szeretne több játéklehetőséget, kérdésemmel ellentétben nem órát határoznának meg. Arra lenne igényük, hogy többet foglalkozzanak velük. Szabadabb lehetőségeik lennének. Az igennel válaszolók közül, többen felhívták a figyelmet arra, hogy fogyatékkal élnek, melyet többnyire betegségek útján szereztek. Szeretnék, ha olyan fejlesztőjátékok és játékfoglalkozások lennének, melyek képessé tenné őket a játékokba való bekapcsolódásra. Nem éreznék magukat kirekesztve.

Nemmel válaszolt a kérdésre 26 fő. Válaszukat azzal indokolták, hogy elégedettek. Arra hivatkoztak, hogy számukra elegendő az a játékfoglalkozás, melyet biztosítanak.

13. ábra: Új féle játékok kipróbálásának aránya



Forrás: Saját szerkesztés

A válaszadók közül 8-an az elégedettségre hivatkozva nem próbálnának ki új játékokat.

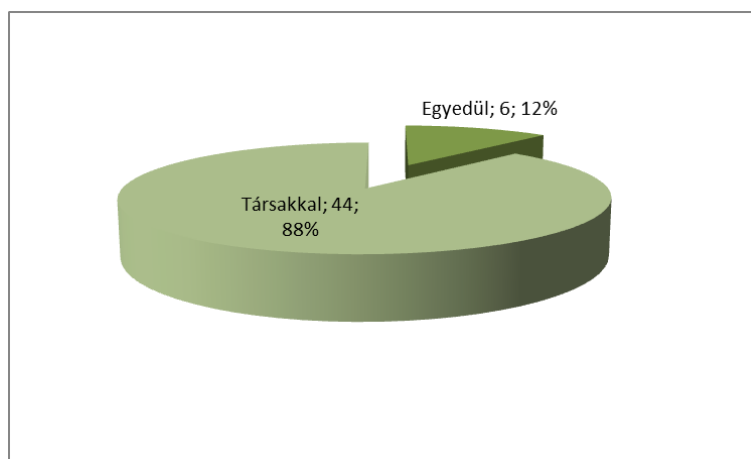
Az igennel válaszolók elsődlegesen társas- és csoportjátékokat próbálnának ki. Ez is bizonyítja, hogy az otthonban élők igénylik azokat a játékokat, amelyeket társaikkal együtt

játszhatnak. A nyitottság egyik jele, hogy szívesen megismerkednének a számítógéppel, mint egy klasszikusan modernnek nevezhető játéklehetőséggel.

Megfigyeléseim során kiderült számomra, hogy az idősök a számukra új tevékenységek, játékok kipróbálására motiválhatóak, ebben azonban meghatározó szerepe van a mentálhigiénés szakembernek, és a hozzájuk közel álló lakótársaknak. Fontosa bizalom és a támogató légkör számukra. Összefoglalva tehát meghatározó, hogy ki ajánlja kipróbálásra az új játékot, vagy tevékenységet.

Jelenlegi játékszokásokat elemző kérdések

14. ábra: A jelenlegi játékszokások



Forrás: Saját szerkesztés

A 21. kérdés szintén az emberi kapcsolatokra helyezi a hangsúlyt. Arra kerestem a választ, hogyan szeretnek játszani az idősök. A kitöltők közül 44-en társaikkal szeretnek együtt játszani, míg 6 fő választotta az egyedül lehetőségét.

A válaszok indoklására a következő nyitott kérdés (22.) adott lehetőséget.

Idézetek a „társakkal” lehetőséget választók indoklásaiból: *„Játék közben jobban megértjük egymást. Játék közben beszélgetni is tudunk.”; „Nem szeretem a magányt.”; Nem jön olyan közel hozzám az otthoni létem.”; „Egyedül nem lehet játszani.”; „Kikapcsolódunk, tanulunk egymástól, a csibésztséget át kell adni egymásnak.”; „Mert repül az idő közösségben. Nem olyan unalmas akkor a nap.”; „Az ellenfelektől mindig tanulunk valamit.”; Jókat mulatunk és szórakoztatjuk egymást.”; „Fontos a közösen töltött idő. Javítja az együttélést, feszültséget old.”*

A válaszokból három állandóan visszatérő ok rajzolódik ki: a magány elkerülése, a kikapcsolódás és az örömszerzés. E tényezők fontosságát a szakirodalmak is alátámasztják.

Idézetek az „egyedül” lehetőséget választók indoklásaiból: „*Igazából is-is, van amit egyedül jó, van amit közösen. Játékspecifikus.*”; „*Közben tudok gondolkodni.*”; „*Nem mindenkivel szeretek azért.*”

A kérdőív utolsó nyitott kérdése (23.) arra kereste a választ, hogy mit éreznek az idősek játék közben.

Idézetek a válaszok közül: „*Kikapcsolódom, nem gondolkodom azon, hogy itt kell lennem.*”; „*Örömet akarok szerezni a társaimnak. Vidám vagyok.*”; „*Változó, de végül is jobb a közérzetem, szeretek nyerni.*”; „*Örömet okoz, megnyugtat, kapcsol. Kreativitást.*”; „*Leköt, nem unatkozom. Örülök, ha együtt lehetünk.*”; „*Más a közérzetem jobban érzem magam.*”; „*Öröm, boldogság, hasznosság, önfeledtség.*”;

Az idézetek jól érzékeltetik, hogy mekkora szerepe van a játéknak az öröm és boldogságérzet kialakításában. Több válaszadó is utalt rá, hogy a játék közben jobbá válik a közérzete.

Egy másik hasonlóan fontos következménye a játéknak, hogy segít felszabadulni, hátrahagyni az élet gondjait. Ez azért is fontos az otthon lakói számára, mert többségük krónikus betegségekkel küzd, mely gyakran erős fájdalommal jár. Illetve át kellett élniük az otthonuktól való elszakadást, mely az esetek többségében lelki megpróbáltatást jelent számukra.

A fent említett negatív hatások pozitívabb megélésében is segít tehát a játék. Javítja közérzetüket, kreatívabbá és aktívabbá teszi őket, ami segít, hogy derűsebbek, magabiztosabbak legyenek.

6.4. A demenciára vonatkozó mélyinterjúk elemzése

A demenciával kapcsolatos hipotézis megválaszolásához a mentálhigiénés szakemberek körében készített mélyinterjúk szolgálnak információval. Az interjú során minden esetben ugyanazok a kérdések szolgáltak alapként. Az interjúk teljes tartalma a (2. sz. mellékletben) olvashatóak. Illetve az interjú alanyokról szóló általános adatokat összefoglaló táblázat a (3. számú mellékletben) olvasható.

A hipotézis szempontjából fontos kérdés volt, hogy a játék milyen szerepet is tölt be egy-egy demens betegek részére összeállított foglalkozásban. Minden válaszadó nagy jelentőséget tulajdonított a játéknak. Ahogy a Peresznyén és Kőszegi Munkácsy u. dolgozó mentálhigiénés szakemberek fogalmaztak: „*A foglalkozások menetében a játék abszolút*

főszerepet kap. A játékon keresztül történik meg a kapcsolatteremtés”. „A foglalkozások menetében a játék középpontban van”.

Arról, hogy a lakók hogyan is fogadják a játékokat, megoszlanak a vélemények. Megállapítható azonban, hogy a játékhoz való viszonyulásukat meghatározza a leépülési folyamat előrehaladásának mértéke. Akik jobb szellemi állapotban vannak, élvezik a játékot és szívesen játszanak, míg a rosszabb állapotban lévők már nehezen értik meg akár a legegyszerűbb utasítást is. Így nehezen reagálnak a játékra is.

A szakembereket megkérdeztem arról is, milyen játékokat játszanak a foglalkozások alkalmával. A játékok széles skálájáról számoltak be. A leggyakoribbak: puzzle, kockajáték, illetve azok a játékok, melyekben az alakzatokat helyükre kell illeszteni, vagy szín szerint csoportosítani. Fontos szempontnak tartják a játékok változatosságát, és készségfejlesztő hatását. Az is kiderült, hogy sajnos nem áll rendelkezésre akkora anyagi forrás, melyre szükség lenne új fejlesztő játékok beszerzéséhez. Így a játékok egy részét maguk készítik el. A játékok kitalálásához és megalkotásához a korábbi munkáikból és tanulmányaikból származó tapasztalataikat használják fel. A többség gyógypedagógiai vagy egészségügyi végzettséggel rendelkezik. A kreativitás tehát meghatározó szerepű ebben a munkakörben.

A csoportos vagy egyéni foglalkozások gyakorisága szintén változó. Az acsádi intézet dolgozói főleg egyéni demens foglalkozásokat tartanak, míg a telephelyeken gyakoribb a csoportos foglalkozás. Ennek oka, hogy a telephelyeken a mentálhigiénés feladatkört csupán egy-egy fő végzi intézményenként, illetve — ahogy a fenti táblázat is mutatja — jóval több lakó mentális egészségéért felelnek. A telephelyek mindegyikén beszámoltak a túlterheltségről a szerteágazó feladatokról, melyek következtében a lakókkal való foglalkozástól kell elvonniuk az időt. A Kőszegi Munkácsy úti otthonban például a mentálhigiénés és a főnővéri feladatkört is egy személy végzi.

Az interjúk végén nyíltan rákérdeztem, késlelteti-e a demencia előrehaladását a foglalkozáson való részvétel? A válaszok szinte egyhangúan mutatják, hogy az otthonokba bekerülő demens betegek többségénél már nem fejlesztésről, csupán szinten tartásról beszélhetünk. Az aktivitásuk megőrzése, a velük való rendszeres foglalkozás azonban meghatározó és nem elhanyagolható szerepű. A peresznyei otthon mentálhigiénését idézve: „Azonban a túlterheltség ellenére is elmondhatom, hogy már egy kis beszélgetés, odafigyelés is sokat jelent. Véleményem szerint mindenképpen hasznos a kognitív képességeket célzó feladatok végzése.”

6.5. Összegzés

A kutatási eredmények ismertetésének zárásaként bemutatom a következtetéseimet a hipotézisek tükrében.

A fejlesztő játékok késleltetik a demencia előrehaladását.

Az előző fejezetből levont következtetések alapján elmondható, hogy a fejlesztő játékoknak, magának a játéktevékenységnek nagy szerepe van a demencia kezelésében. Nem állíthatjuk azonban, hogy minden esetben késleltetik a demencia előrehaladását. A hatás specifikus, nagyban függ az egyén egészségügyi állapotától, demencia szintjétől, a foglalkozások rendszerességétől.

Az idősök nyitottak az új általuk még nem ismert modern játékok kipróbálására.

A kérdőív tapasztalataira hivatkozva állíthatom, hogy az idősök nyitottak az új játékokra. Ezt az is bizonyítja, hogy 50 kitöltőből mindössze 8 fő nem ismerne meg új játékfajtákat. A motiváló személy szerepe azonban jelentős a megismerési folyamatban.

A játék segíti a saját és más generációkkal való kapcsolattartást és együttélést.

A hipotézisben állítottak maradéktalanul teljesültek. Az interjúk és a kérdőív alátámasztják, hogy a játék elengedhetetlen a más generációk tagjaival való kapcsolatépítésben és kapcsolattartásban akár a gyermekkorban, akár időskorban.

Jelentős a játék szerepe az otthonok falai közt zajló életben. A játék támogatja egymás megismerésének, elfogadásának folyamatát. A közös játékidő lehetőséget biztosít a problémák megoldására, kikapcsolódásra, a vidámság és öröm megélésére.

A lakók szívesen vesznek részt a számukra összeállított játékprogramokon.

Szintén egyértelműen kijelenthető, hogy az idősök szívesen vesznek részt a számukra összeállított játékprogramokon, igénylik azokat. Sőt, többen említették, hogy szeretnék, ha a fogyatékkal élő társaik is aktívabban tudnának részt venni ezeken a foglalkozásokon.

7. ZÁRÓ GONDOLATOK

Dolgozatomban átfogó képet kívántam adni arról, hogy a játék milyen szerepet tölt be az idősök életében, valamint arról, hogy egy szociális otthon hétköznapijaiban hogyan alakul az idősök és a játék viszonya.

A téma eddigi kiaknázatlansága és a kutatásom meggyőzőtt arról, hogy a játékkal foglalkozni kell. Céлом, hogy felhívjam a figyelmet a játékban rejlő lehetőségekre. Mindazt a felhalmozott tapasztalatot, tudást, melyet a játék más területen való alkalmazása (pedagógia, pszichológia, néprajz) létrehozott, fel kell használnunk az idősökkel való gondoskodás területén is. Építenünk kell a korábbi eredményekre, hogy ez által hozzájáruljunk az idősök minőségi, aktív öregedéséhez, időtöltéséhez, akár a szociális otthon falai között is.

A játék köztudottan pozitív irányba befolyásolja a lelki folyamatokat, így a test állapotára is kihat. Fokozza a kreativitást, a sikerélmény következtében az örömet, boldogságérzetet. Kapcsolatokat alakít ki és mélyít el, így kompenzálva az időskorra jellemző bezűkülést. A játék felsorolt jótékony hatásait kutatási eredményei is igazolják. A társadalom pedig elfelejti kiaknázni a játék nyújtotta lehetőségeket.

Noha léteznek intézményi szintű kezdeményezések, átfogó, idősöknek szóló játék programokról nem beszélhetünk. A játék idősök körében történő célszerű és tudatos alkalmazásának nincs széleskörű gyakorlata. Az általam vizsgált otthon szép példája a játékokban rejlő lehetőségek kiaknázásának. Kutatásom során hihetetlen nyitottsággal és érdeklődéssel fogadtak mind az idősök, mind pedig az otthonok dolgozói. Számos tennivaló van még, hogy az idősök játéka megfelelő ismertségnek és elismertségnek örvendjen. A kutatásomban részt vevő otthonok jó úton haladnak, azonban törekvéseiket jelentős gazdasági problémák hátráltatják.

Az időskori játék meg és elismertetése egy előttünk álló feladat. Ahhoz, hogy e cél megvalósuljon, további kutatásokra, hatástanulmányokra és az eredmények megismertetésére van szükség a jövőben. Ebben nekünk, andragógusoknak is jelentős szerepünk és felelősségünk van.

IRODALOMJEGYZÉK

1. 1993. évi III. törvény a szociális igazgatásról és a szociális ellátásokról
http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=99300003.TV (2012. december. 6)
2. 2012 - Az aktív idősödés és a nemzedékek közötti szolidaritás európai éve (2012)
http://www.euvonal.hu/index.php?op=kozossegi_politikak&id=42 (2012. november 21.)
3. A tevékeny idős kor és a nemzedékek közötti szolidaritás európai évének Magyarországi programja: (2012)
http://www.google.hu/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCMQFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.kormany.hu%2Fdownload%2F%2F38%2F80000%2FTev%25C3%25A9keny%2520id%25C5%2591skor_elfogadott%2520munkaprogram.docx&ei=Z_esUOG3FsXLtAbG3ID4Aw&usg=AFQjCNFZ4VoePESouEUuweVG5PMF2o8fXg (2012. december 30.)
4. B. Lakatos Margit (2005): *Játékszichológia és játéypedagógia. Előadások vázlata.*
<http://www.google.hu/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CBwQFjAA&url=http%3A%2F%2Fusers.atw.hu%2Favkfovo%2Fjatekelmelet%2Fjatek2005eloadasvazlat.doc&ei=e3N-UJivH8WztAbQ4YD4CA&usg=AFQjCNFvS-z3-LPF2RtonBmFcStftIKBNg>
(2012. október 08.)
5. Bajusz Klára (2005): Az Időskori tanulás. *Új Pedagógiai Szemle.* **58/3.** sz. 69-73.
6. Benedek László (1995): A játék és pszichoterápia. In: Stöckert Károlyné (szerk.): *Játékszichológia.* Eötvös József Kiadó, Budapest. 75-80.
7. Bettelheim, B (1995): Az elég jó szülő. In: Stöckert Károlyné (szerk.): *Játékszichológia.* Eötvös József Kiadó, Budapest. 24-31.
8. Boga Bálint (2000): Időskorúak felnőttoktatása a közművelődésben, a művelődési otthonokban. In: Horváthné B. Mária, Pordány Sarolta (szerk.): *Tanulás, művelődés, szabadidő időskorban.* IIZ/DVVBupapesti Projektiroda, Budapest.
9. Boga Bálint (2011): Tanulás időskorban, gerontológia (rövid áttekintés a tanulás céljainak kiemelésével). *Gerontoeducáció,* **4.1.** sz. 41-45.
10. Bruner, J. S. (1995): Az „éretlenség” természete és kihasználása. In: Stöckert Károlyné (szerk.): *Játékszichológia.* Eötvös József Kiadó, Budapest. 205-215.
11. **Brüsszel, 16.3.2005. COM (2005) 94 végleges. A BIZOTTSÁG KÖZLEMÉNYE. Zöld könyv: „A demográfiai változások kihívása, a nemzedékek közötti szolidaritás új formái”.** Az Európai Közösségek Bizottsága, Brüsszel.

http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/site/hu/com/2005/com2005_0094hu01.pdf

(2012.november 21.)

12. Buda Béla (1994): Öregség és társadalom. In: Buda Béla (szerk.): *Mentálhigiéné-tanulmánygyűjtemény*. Animula Kiadó, Budapest. 237-247

13. Buda Béla (2003): *A lélek egészsége*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.

14. Cars J., Zander B. (2009): Szellemileg leépült idősök gondozása. Tegyük könnyebbé az együttélést! Animus kiadó, Budapest.

15. Czigler István (2000). Megismerési folyamatok változása felnőttkorban. In: Czigler I. (szerk.): *Túl a fiatalságon. Pszichológiai Tanulmányok XVIII.* Akadémiai Kiadó, Budapest, 11-130.

16. Czegléd Gyula (2003): A játék öröme

http://gyula.czegledy.hu/cgi-bin/czc/index.cgi?mod=3&id=14&rovat_id=1

<http://mek.niif.hu/02100/02152/html/06/103.htm> (2012. december 30.)

17. Csoma Gyula (2005): Az alkalmazható andragógiai ismeretek a KSH adatai tükrében. In: Sz. Molnár Anna (szerk.): *Az idős felnőtt rétegek (45 év felettiek) felnőttképzési igényei és képzési lehetőségei*. Nemzeti Felnőttképzési Intézet, Budapest. 59-69.

18. Csoó Lászlóné (2002): Alzheimer-kórban szenvedők gondozási módszerei. In: Kovács Ibolya (szerk.): *Új terápiás programok*. Periféria Füzetek, IX. évfolyam 2-3. szám. 135-149.

19. D. B. Bromley (1972): *Az emberi öregedés pszichológiája*. Gondolat Kiadó, Budapest.

20. Dr. Jászberényi József Phd. (2010): A geronto-andragógiai képzés fontossága és lehetséges irányai hazánkban.

http://www.google.hu/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=0CDMQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.magyarfogyaszto.hu%2Ffile%2F50plusz2010_prez%2Fjaszberenyi_jozsef.ppt&ei=sg6yUNutOMvNsgaRvoGADA&usg=AFQjCNFxmZNxOSwsor-Y1-R3WH2DI5hwHA (2012. november 25.)

21. Earl Babbie (2001): *A társadalomtudományi kutatás gyakorlata*. Balassa Kiadó, Budapest.

22. Egészségtükör (2012): Mit jelent a demencia?

http://www.egeszsegtukor.hu/ferfitukor/mit_jelent_a_demencia.html (2012. december 11.)

23. Falus Iván, Tóthné Környei Márta, Bábosik István, Szabolcs Éva, Nádas Mária, Réthy Endréné, Csapó Benő, Nahalka István (2004, szerk.): *Bevezetés a pedagógiai kutatás módszereibe*. Műszaki Kiadó, Budapest.

24. Farkas Gabriella, Gyarmati Andrea, Molnár Szilárd (2009): Az idősödő társadalom gazdasági és társadalmi kihívásai Magyarországon. In: Molnár Szilárd-Rab Árpád (szerk.): Információs társadalom, Idősödő társadalom, **IX.** 4.sz.
http://epa.oszk.hu/01900/01963/00031/pdf/infotars_2009_09_04_007-031.pdf
(2012. november 25.)
25. Forchheimer, Gabriele (2000): Az idősök képzése a társadalom szerkezetváltása korában. In: Horváthné B. Mária, Pordány Sarolta (szerk.): Tanulás, művelődés, szabadidő időskorban. IIZ/DVVBupapesti Projektiroda, Budapest. 16-27.
26. H/10500. számú országgyűlési határozati javaslat az Idősügyi Nemzeti Stratégiáról (2009): Idősügyi Nemzeti Stratégia. Budapest.
<http://www.parlament.hu/irom38/10500/10500.pdf> (2012.november.25)
27. Huizinga J. (1990): Homo Ludens. Kísérlet a kultúra-játékelemeinek a meghatározására. Universum Kiadó, Szeged.
28. Harádi István (1980): Pszichológia a betegágyánál. Medicina Kiadó, Budapest.
29. Ismertető, 2012 – A tevékeny időskor és a nemzedékek közötti szolidaritás európai éve
<http://europa.eu/ey2012/ey2012main.jsp?catId=971&langId=hu> (2012. november 21.)
30. Iván László (2004): Az öregedés élettani és társadalmi jelenségei – Az öregedés aktuális kérdései, *Magyar Tudomány*, **4.** sz. 412.
31. Iván László (1997): *Ne féljünk az öregedéstől*. SubRosa, Budapest.
32. Lázár Katalin (1990): Játéktípusok a játék rendje. In: Dömötör Tekla, Hoppál Mihály, Niedermüller Péter, Tátrai Zsuzsanna (szerk.) *Magyar Néprajz nyolc kötetben*. Budapest. 544-577.
33. Maróti Andor (2005): Elméleti alapok az idős emberek tanulásáról és tanításáról. In: Sz. Molnár Anna (szerk.): *Az idős felnőtt rétegek (45 év feletti) felnőttképzési igényei és képzési lehetőségei*. Nemzeti Felnőttképzési Intézet, Budapest. 37-59.
34. Marton István (2008): *Kontroll. Egészség és aktivitás a csúcson túl is*. HVG Kiadó Zrt., Budapest.
35. Mérei Ferenc (1990): A játék értelme és öröme. In: Kósa Éva és Ritoókné Ádám Magda (szerk.): Fejlődéslélektan szöveggyűjtemény, pedagógia és tanár szakos hallgatók részére. Tankönyvkiadó, Budapest. 361-379.
36. Millar, S (1995): A játék pszichoanalitikus magyarázat. In: Stöckert Károlyné (szerk.): *Játékpszichológia*. Eötvös József Kiadó, Budapest. 58-63.

37. Nagy Ildikó (2009) Gondozási ismeretek

<http://szocialis-gondozo.lapunk.hu/?modul=oldal&tartalom=709091> (2012.december. 5)

38. Páli Judit (1995): A játék mint alapozó funkció. In: Stöckert Károlyné (szerk.): *Játépszichológia*. Eötvös József Kiadó, Budapest. 12-19.

39. Pethő László (2000): A várható élettartamtól az ülve táncolásig. In: Horváthné B. Mária, Pordány Sarolta (szerk.): *Tanulás, művelődés, szabadidő időskorban*. IIZ/DVVBudapesti Projektiroda, Budapest. 71-75.

40. Somorjai Ildikó, Török Emőke (2006): *A játék lendületbe hoz. Községi játékok időseknek*. Ifjúsági, Családügyi, Szociális és Esélyegyenlőségi Minisztérium és a Jász-Nagykun-Szolnok megye Esély Szociális Közalapítványa Regionális Szellemi Forrásközpont, Budapest.

http://www.google.hu/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCMQFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.szmm.gov.hu%2Fdownload.php%3Fctag%3Ddownload%26docID%3D1734&ei=I1mfUPS6HoTVsgb_vYD4CA&usg=AFQjCNF5WwWJXcZkPBTPEJ48BNjqHw56Dg (2012. október. 17)

41. Stöckert Károlyné (1995): Az „éretlenség” természete és kihasználása. In: Stöckert Károlyné (szerk.): *Játépszichológia*. Eötvös József Kiadó, Budapest. 201-205.

42. Striker Sándor (2005): Időskorúak képzési igényei Európában. In: Sz. Molnár Anna (szerk.): *Az idős felnőtt rétegek (45 év felettiek) felnőttképzési igényei és képzési lehetőségei*. Nemzeti Felnőttképzési Intézet, Budapest. 95-121.

43. Susanna Millar (1997): *Játék Pszichológia*. Maecenás Holding Rt, Budapest

44. Sz. Molnár Anna: A tanuló felnőtt. In: Golnhofer Erzsébet (szerk.): A tanulás sokszínű világa. Tanulás felfogások különböző nézőpontból. A pedagógusképzés tematikus száma. 2009. 2-3. sz.

45. Sz. Molnár Anna (2005 szerk.): *Az idős felnőtt rétegek (45 év felettiek) felnőttképzési igényei és képzési lehetőségei*. Nemzeti Felnőttképzési Intézet, Budapest.

46. Sz. Molnár Anna: Tanulás idős korban. Az idősök tanulásának társadalmi megítélése., In: Szabolcs Éva (szerk.): *Neveléstudomány – reflexió – innováció*. Az ELTE PPK Neveléstudományi Intézet 2010. április 16-án tartott konferenciájának előadásai. Gondolat, Budapest, pp. 118-131

http://www.doktori.hu/index.php?menuid=192&sz_ID=197 (2012. november 25.)

47. Szabó Gyula (1996): *Felkészülés a nyugdíjas évekre*. SubRosa Kiadó, Budapest.

- 48.** Szász Judit, dr. Péter Lilla (2008): *Játékpedagógia. Tanulmányi útmutató.*
<http://extensii.ubbcluj.ro/odorheiusec/tanulutmutatnap/6%20felev/jatekpeda20082009.pdf> .
(2012. október. 14.)
- 49.** Széman Zsuzsa (2008): Ki az idős? – Az öregedés különböző szempontjai. *Esély*, 2008/3 sz. 3-15.
http://www.esely.org/kiadvanyok/2008_3/SZEMAN.pdf (2012. november 21.)
- 50.** Takács Bernadett (2001): Gyermek- Játék- Terápia. Az integratív játék módszere. Okker Kiadói Kft. Budapest.
- 51.** Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete, Szakmai Program 2012.
- 52.** Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete, Szervezeti és Működési Szabályzat 2012.

MELLÉKLETEK

1. számú melléklet

15. ábra: A férőhelyek megoszlása ellátási formánként

	Időskorú	Mozgás- korlátozott	Szenvedély- beteg	Pszichiátriai beteg	Demens	Összesen
Acsád	134	20	—	10	20	184
Kőszegpaty	—	—	30	—	—	30
Kőszeg Mukácsy M. u. 15.	31	—	—	—	5	36
Kőszeg Kálvária u. 14.	42	—	35	—	—	77
Peresznye	60	10	—	5	5	80
Összesen	276	15	65	30	30	407

Forrás: Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete, Szervezeti és Működési Szabályzat 2012

2. számú melléklet

Interjú a Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetében dolgozó mentálhigiénés szakemberek körében

Válaszoló: 46 éves nő

Téma: A játék szerepe a demens betegek kezelésében

Válaszoló munkahelye: Nyugdíjasok Kőszegi Otthona, Munkácsy M. u. 15.

Hány éve dolgozik az intézményben?

14 éve itt dolgozom.

Hány lakóval foglalkozik?

Egy fő demensem van, de 45 fő mentális egészségére kell figyelnem. Aktiban a foglalkozásokon pedig átlagosan 9-10 fő vesz részt.

Mit csinálnak egy fejlesztő foglalkozáson?

Színismeretet, evőeszköz használatot, különböző formák felismerést gyakoroljuk. Illetve számismeretet is.

Milyen szerepet kap a játék a foglalkozás menetében?

A foglalkozások menetében a játék középpontban van.

Mit tapasztal, hogy reagálnak a résztvevők a játékokra?

Általában érdeklődést kelt, szórakoztatja őket. de vannak olyanok is, akik csak megfigyelik a foglalkozásokat.

Milyen játékokat játszanak?

Értelmi képességet, logikát, kézügyességet fejlesztő játékokkal.

Csoportos vagy egyéni játékokat alkalmaznak inkább?

Inkább a csoportos foglalkozás a jellemző.

Miért ez a jellemző foglalkozás?

Mert a lakóim jobban szeretik a csoportos foglalkozásokat, jobban bevonhatóak ez által.

Mit tapasztal, késlelteti-e a demencia előrehaladását a foglalkozás?

Késlelteti, de csak minimális mértékben. Sajnos, akik ide bekerülnek gyakorta súlyos demenciában szenvednek.

Válaszoló: 43 éves nő

Téma: A játék szerepe a demens betegek kezelésében

Válaszoló munkahelye: Nyugdíjasok Kőszegi Otthona, Kálvária u. 14.

Hány éve dolgozik az intézményben?

Már 2 éve dolgozom az intézetben.

Hány lakóval foglalkozik?

94 fővel foglalkozom.

Mit csinálnak egy fejlesztő foglalkozáson?

Legfontosabb az egyéni bánásmód. Elsődleges a művészeti, közösségi, a tevékenykedtetés gyógyító, fejlesztő hatása. A meglévő képességek gyakoroltatása, megőrzése. A lelki működések javítása is cél. A játékos feladatok, kommunikáció segítségével fejlesztünk.

Milyen szerepet kap a játék a foglalkozás menetében?

A játékot egyformán élvezik, győzni nagyon szeretnek, a vereséget eltérően viselik.

Mit tapasztal, hogy reagálnak a résztvevők a játékokra?

Általában érdeklődést kelt, szórakoztatja őket. de vannak olyanok is akik csak megfigyelik a foglalkozásokat.

Milyen játékokat játszanak?

Társasjátékok: békaugrató, csodakút, kinevet a végén.

Sorversenyek, labdázás, lufizás. Célba dobás többféle módon.

Csoportos vagy egyéni játékokat alkalmaznak inkább?

A csoportos játék az jellemzőbb. Egyéni játékok a súlyosabb demenciában szenvedő esetében alkalmazunk.

Mit tapasztal, késlelteti-e a demencia előrehaladását a foglalkozás?

Mindenképpen szükség van az aktivitás megőrzésére, mind testi mind szellemi értelemben. Az aktív időseknél később jelentkezik az időskor demencia.

Válaszoló: 34 éves nő

Téma: A játék szerepe a demens betegek kezelésében

Válaszoló munkahelye: Nyugdíjasok Peresznyei Otthona

Hány éve dolgozik az intézményben?

2,5 éve itt dolgozom. Eredetileg gyógypedagógus vagyok.

Hány lakóval foglalkozik?

Egy magam vagyok 91 fő mentálhigiénés szakembere. 5 főnek tartok demens foglalkozásokat.

Mit csinálnak egy fejlesztő foglalkozáson?

Fejlesztő játékokat játszunk. Például: formaberakó, speciális demens-játékok, memóriakártya, logikai játékok. Ezenfelül fontos szerepe van a beszélgetésnek. A beszélgetések egyik alapjául a minimális teszt kérdései szolgálnak gyakran alapul. (Milyen nap van, hol van Ön most, ki vagyok én....?)

Milyen szerepet kap a játék a foglalkozás menetében?

A foglalkozások menetében a játék abszolút főszerepet kap. A játékon keresztül történik meg a kapcsolatteremtés.

Mit tapasztal, hogy reagálnak a résztvevők a játékokra?

A lakók szeretik és várják a foglalkozásokat és a játékot. Olyanok a foglalkozás idején, mint a gyerekek. A versenyszellem is gyakorta feléled bennük, azonban tudnak örülni egymás örömeinek is.

Milyen játékokat játszanak?

Sok általam készített játékot is használunk nem csak a korábban már felsorolt játékokat. Például betűkártyák segítségével alkotunk szavakat. Szivacsból kivágott geometriai formákat megadott szabályok szerint sorba állítunk, kiválogatunk. A feladatok kitalálásában nagy szerepe van a gyógypedagógus tanulmányimnak. sok ötletet merítettem a korábbi ismereteimből.

Csoportos vagy egyéni játékokat alkalmaznak inkább?

Mivel egyedül dolgozom mentálosként, sok ember jut rám. Így nem tudok mindenkiel egyénileg foglalkozni, vagy csak ritkán van rá lehetőség. A demens foglalkozásokat kiscsoportos formában végezzük. A rövid beszélgetéseket egyénileg.

Mit tapasztal, késlelteti-e a demencia előrehaladását a foglalkozás?

Mindig is azt tanultam, ha valaki tanult, művelt, sokat olvas kisebb valószínűséggel lesz demens. Illetve később alakul ki. Manapság olyat is hallok, hogy erősen befolyásolja kialakulását a genetikai hajlam. Véleményem szerint mindenképpen hasznos a kognitív képességeket célzó feladatok végzése. De inkább mondjuk úgy, hogy nem fejlesztésről van már szó, csupán szinten tartásról. Az is meghatározó, hogy mivel mennyi időt tudunk, tudok foglalkozni. Sajnos fontos lenne mindenkire egyenként több időt szánni, de erre nincs lehetőség. Azonban a túlterheltség ellenére is elmondhatom, hogy már egy kis beszélgetés, odafigyelés is sokat jelent. Összefoglalva nem állítom, hogy a demens foglalkozás fejleszt inkább szinten tart.

Válaszoló: 25éves nő

Téma: A játék szerepe a demens betegek kezelésében

Válaszoló munkahelye: Nyugdíjasok Acsádi Otthona

Hány éve dolgozik az intézményben?

2 éve vagyok az intézmény dolgozója. Korábban a szakmai gyakorlatomat is az intézményben töltöttem.

Hány lakóval foglalkozik?

14 fővel foglalkozom rendszeresen.

Mit csinálnak egy fejlesztő foglalkozáson?

A meglévő készségeket szinten tartó, gyakoroltató feladatokat hajtunk végre. Például: írás, olvasás, kommunikációs készségfejlesztés. Illetve e készségeket fejlesztő játékokkal játszunk.

Milyen szerepet kap a játék a foglalkozás menetében?

A demens személyeket nehéz a játékba bevonni , inkább a fejlesztő játékok segítségével végezzük a szinten tartó foglalkozásokat.

Mit tapasztal, hogy reagálnak a résztvevők a játékokra?

A dezorientáltságuk miatt a játékokba nehezen bevonhatóak, figyelmük rövid idejük tartható fent. Sikerélmény esetén azonban tovább foglalkoztathatóak.

Milyen játékokat játszanak?

A meglévő készségeket szinten tartó fejlesztő játékokkal történik a foglalkoztatás.

Például: állatdominó, memóriakártya, építőkockák, finommotorikát fejlesztő játékok.

Csoportos vagy egyéni játékokat alkalmaznak inkább?

Demens személyek esetén inkább az egyéni foglalkozásokat tartunk vagy esetenként 2-3 fős kiscsoportos játékokat szervezünk. Személy szerint én nagyon szeretek ilyen foglalkozásokat tartani.

Miért szeret demens foglalkozásokat tartani?

Gyakornok korom óta velük foglalkoztam, és ha az ember megtanulja, hogy kell velük bánni, mik a speciális igényeik utána nagyon hálás feladat. Úgy érzem szeretnek.

Mit tapasztal, késlelteti-e a demencia előrehaladását a foglalkozás?

Tapasztalatom szerint nagy mértékben nem késlelteti. Természetesen ez függ attól ki milyen szinten demens a foglalkozás kezdetének idején. A demes személynél minél korábban kezdődik a foglalkozás annál nagyobb az esély a szintentartásra.

Válaszoló: 56 éves nő

Téma: A játék szerepe a demens betegek kezelésében

Válaszoló munkahelye: Nyugdíjasok Acsádi Otthona

Hány éve dolgozik az intézményben?

12 éve vagyok az intézmény dolgozója.

Hány lakóval foglalkozik?

30 fővel foglalkozom.

Mit csinálnak egy fejlesztő foglalkozáson?

Beszélgetéssel kezdünk különböző témában. A feladatok a mozgás szinten tartását, kommunikáció, kognitív képességek, társas kapcsolatok, szinten és fenntartását célozzák meg. Továbbá játszunk, mesélünk.

Milyen gyakran tart foglalkozásokat?

Ha tehetem naponta tartok. A csoportfoglalkozásokon demens és nem demens személy épp úgy részt vehet.

Milyen szerepet kap a játék a foglalkozás menetében?

Játék minden foglalkozáson megtalálható valamely formában, alapvető szerepet tölt be.

Mit tapasztal, hogy reagálnak a résztvevők a játékokra?

Nagyon szeretnek játszani, felszabadítja az érzéseiket. Véleményem szerint fejleszti az együttműködési készségeiket.

Milyen játékokat játszanak?

Szójáték, mondóka, társasjáték, építőkockák, memóriajáték, labdajáték, ügyességi játék, rajzolás, mandalázás.

Csoportos vagy egyéni játékokat alkalmaznak inkább?

Attól függ, de alkalmazom mindkettőt. Döntően azonban csoportfoglalkozást tartok.

Mit tapasztal, késlelteti-e a demencia előrehaladását a foglalkozás?

Igen késlelteti. Hiszek abban, hogy kitűnő eredményeket lehetne elérni, ha a demenciát időben felismernék és szinten tartó, fejlesztő foglalkozásokon vehetnének részt a betegek.

Válaszoló: 41 éves nő

Téma: A játék szerepe a demens betegek kezelésében

Válaszoló munkahelye: Nyugdíjasok Acsádi Otthona

Hány éve dolgozik az intézményben?

5 éve dolgozom az intézményben, mint mentálhigiénés csoportvezető.

Hány lakóval foglalkozik?

15-17 fővel foglalkozom rendszeresen. A munkaköröm miatt nem tudok több fővel foglalkozni.

Mit csinálnak egy fejlesztő foglalkozáson?

Képességeiket-amik még megvannak - próbálom megőrizni és szinten tartani. Ehhez fejlesztő játékokat is próbálok használni: Puzzle, kirakós-beillesztős, építőkockák. Fontos szerepet kap a zenehallgatás, a zenélés, éneklés.

Milyen szerepet kap a játék a foglalkozás menetében?

Mindenképpen fontos szerepet kap, hiszen tudjuk és tapasztaljuk, hogy a fejlesztő játékok késleltetik a demenciai előrehaladását. Igaz csak minimális szinten, de az is sokat számít.

Mit tapasztal, hogy reagálnak a résztvevők a játékokra?

Az intézetben élő demens lakóink sajnos nagy súlyos demenciában szenvednek, nehezen értik meg mit is kérünk tőlük, csak többszöri elismétlésre. Ebből kifolyólag a játékokra is nehezen reagálnak.

Mit is jelent ez pontosan?

Szóval, aki nagyon súlyos demens számára már a beszéd megértése is gondot jelent. Nem tudja értelmezni mit is kérünk tőle, mit kell csinálni a játékos feladat során.

Milyen játékokat játszanak?

Puzzle, faépítőkocka, Válogatás szín szerint. Keresd a tetejét műanyag dobozokkal.

Csoportos vagy egyéni játékokat alkalmaznak inkább?

Mindkettő, de nálam az egyéni a domináns.

Mit tapasztal, késlelteti-e a demencia előrehaladását a foglalkozás?

Igen, de minimális szinten. Ahogy arra korábban is utaltam a demencia szintje meghatározó.

3. számú melléklet

16. ábra: Az interjúban résztvevő szakemberek általános adatai

Az interjú alanyainak azonosító adatai	Intézmény megnevezése	Intézményben eltöltött évek	Foglalkoztatott lakók száma
56 éves nő	Nyugdíjasok Acsádi Otthona	12	30 fő
41 éves nő	Nyugdíjasok Acsádi Otthona	5	14-15 fő
25 éves nő	Nyugdíjasok Acsádi Otthona	2	14 fő
34 éves nő	Nyugdíjasok Peresznyei Otthona	2,5	91 fő
43 éves nő	Nyugdíjasok Kőszegi Otthona, Kálvária u.	2	94 fő
46 éves nő	Nyugdíjasok Kőszegi Otthona, Munkácsy M. u.	14	40 fő

Forrás: Saját szerkesztés

4. számú melléklet

Interjúk a Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetében élő lakók körében

Válaszadó: 95 éves nő

Téma: Játékszokások

Lakóhelye: Nyugdíjasok Acsádi Otthona

Hol élt Ön gyermekkorában?

Városon életem a szüleimmel. Egész pontosan Szombathelyen.

Gyermekkorában milyen játékokat játszott?

Hát mi sok mindent labdáztunk, babáztunk, kártyáztunk. Iskolaidőben sokat játszottunk főleg szünetekben. Mondókáztunk, ugróiskoláztunk. Sok lánybarátnőm volt. „Komámasszony hol az olló körjáték?” „Turulóztunk”, Golyóztunk.

A Turulozás az milyen játék?

A labdát egymásnak kell dobálni. Nem eshet le. Mi volt, hogy ezerig is eldobáltuk.

Kikkel Játszott?

Városi lévén én már óvodába is jártam, később iskolába. Úgy emlékszem mindig gyerektársakkal játszottam szüleim sokat dolgoztak nem értek rá velem játszani.

Milyen volt akkoriban játszani?

Nagyon szerettem alig vártam szünet legyen és mehessek játszani. Iskolai szünetekben folyton játszottam a barátnőimmal.

Hogy érzi a közös játék hatására változtak a kapcsolatai?

Végül is igen barátnők lettünk, jobban megértettük egymást.

Mennyit játszott naponta?

Szünetekben mindig játszottunk. Délután nagyon nem játszottam, mert tanultam illetve délután is iskola volt nekünk.

Tanult olyan dolgokat a játék során, amit később is hasznosított?

Nem felnőtt koromban már nem játszottam. Nem tudom.

Nyugdíjas korában hol élt?

Egyedül éltem a gyerekeimtől külön háztartásban. A férjem pedig korán meghalt, mikor lebetegedtem akkor kerültem ide az otthonba.

Vannak unokái?

Igen, már dédunokáim is vannak.

Unokáival, dédunokáival játszott?

Igen rendszeresen, óvodába is én vittem őket. Megtanítottam őket kártyázni. Mármost az unokáimat. A dédunokáimmal már nem nagyon játszok, lebetegedtem ide kerültem nem olyan, mint otthon.

Hogy fogadták az unokák a régi játékokat?

Szerettek kártyázni nagyon örültek neki, hogy tanítom őket.

Tanult valami újat az unokáktól?

Igen Ki nevet a végén társasjátékot megtanították nekem.

Milyen gyakran vesz részt a foglalkozásokon?

Én mindig ott vagyok a foglalkozásokon. Nagyon szeretem az Irénkét tudja aki tartja. Sokat foglalkozik velünk.

Szeretne több játéklehetőséget?

Nem, nekem már jó, hamar elfáradok.

És kikkel játszik itt az otthonban?

Hát a szokásos emberekkel kártyázok rendszeresen.

Miért velük játszik?

Mert ők tudnak kártyázni. Meg hát ugye szeretem az állandóságot.

Beszélgetnek arról, hogy régen mit játszottak?

Néha-néha, ha előkerül nem sűrűn. De milyen jó is volt gyerekeknek lenni.

Hasznosnak érzi azt az időt, amit játékkal tölt?

Igen szeretem és várom is. Az egy napirendi pont.

Hogy érzi magát játék közben?

Kikapcsolódom jobb nem gondolni a bajokra. Mert baj az van bőven, de nem idegesíthetem magam rajt állandóan.

Válaszadó: 86 éves nő

Téma: Játékszokások

Lakóhelye: Nyugdíjasok Acsádi Otthona

Hol élt gyermekkorában?

Városban laktam, vidéken.

Milyen játékokat játszottak gyermekkorában?

Cigánykerekkeztem, a sportos játékokat szerettem. Körbeálltunk „Elvesztettem zsebkendőmet”. Búj búj zöld ág”, Gyertek haza ludacskáim, mondókás játékokat játszottuk. Bújócskázunk, fogócskázunk.

Ezen kívül rengeteg sok dolgot tanultam az iskolában: horgolni, palántálni, kötni, stoppolni. Én egy házi iskolába jártam a nővérek sokat játszottak foglalkoztak velünk. Szerettem ott lenni, játszani.

Miért szeretett játszani?

Mert megvolt a játék öröme, meg együtt lehetünk így egymást megszerettük a gyerekekkel.

Mennyi időt játszottak gyerekként?

Először tanulni kellett utána lehetett játszani, 2-3 órát biztos nyáron többet. Télen kevesebb volt a játék, mert hamar sötét volt. Télen sokat hógolyóztunk.

Kivel élt nyugdíjasként?

Külön háztartásban lakott, de az egyik unokám velem élt 17 évig a feleségével. Mikor beteg lett a férjem beköltöztem vele az otthonba, mert az a kötelességem feleségként. Én nagyon szerettem a férjemet.

Az unokájával játszott?

Rendszeresen, mindig, közben beszélgettünk, meséltem nekik. Mindig azt akarták hallani, ami a családdal történt régen. A fiú unokákkal főleg sokat játszottam, mivel bizalmasabb kapcsolat alakult ki. Tudja a fiúk anyásabbak.

A gyerekkori játékokat megtanították az unokáknak?

Igen kártyát, azt nagyon szerették, rengeteget játszottunk. Illetve diafilmeket vetítettem nekik. Azt tapasztalom, a szülők, nagyon keveset mesélnek a gyerekeknek, ma az internet kora van. Okosabbak a mai gyerekek, de kell őket féltetni nem jó állandóan ott ülnek a gépnél,

A gyerekek hogy fogadták a régi játékokat?

A kártyát nagyon szerették meg a dominót. Jól fogadták.

Mit tanultak a gyerekektől?

Biztosan tanultuk tőlük valamit. Néha a gyerekek okosabbak, mint mi felnőttek.

Ha az ember foglalkozik a gyerekekkel, akkor kialakul, a bizalom jobban megbíznak majd a szülőkben, megnyílnak, elmondják a problémát, ha foglalkoznak velük. Ezt tapasztaltam. A közös játék nagyon fontos.

Jár játék-és csoportfoglalkozásokra?

Igen rendszeresen járok csoportfoglalkozásokra. A szerdai játékokon nem szoktam részt venni, mert látássérült lettem és szerdán gyakorlatiasabb játékok vannak amikhez jó látás kell. Nem akarok akadék lenni.

És ha lenne, aki olyankor külön Önnel foglalkozik, akkor eljönne?

Természetesen nagyon örülnék neki és nyitott vagyok az új játékokra.

A játékfoglalkozásokon kívül tartják a kapcsolatot?

Nem nagyon sajnós. Ha a folyosón találkozunk, akkor beszélünk, köszönünk. Különösebb kapcsolatok nem alakultak ki. Mindenkinek van, egy két barátnője azzal beszél és tölti el a napot.

Ennek mi lehet az oka?

Nem tudom. De inkább egy-két fős csoportok vannak. Konfliktusok itt is vannak ám. Mindenkinek más a természete. Akik itt vannak mind beteg emberek. Mindenkinek a betegsége a legfájóbb, észre kellene venni, hogy más is beteg és nem szabadna csak magunkkal foglalkozni. Inkább össze kellene fognunk, mint magunk baját fújni. Nem könnyű közösségben élni. Most jutott eszembe jó dolog a torna is a foglalkozások mellett. Azt is tartanak nekünk.

És mit csinálnak a tornán?

Labdán tornázunk, azzal játszunk. Felfrissíti a testünket, kezünket-lábunkat segíti mozgatni okos jó dolog a torna nagyon jól, esik.

Válaszadó: 90 éves nő

Téma: Játékszokások

Lakóhelye: Nyugdíjasok Acsádi Otthona

Hol élt Ön gyermekkorában?

Én egy kis faluban éltem a szüleimmel.

És kikkel játszott gyerekkorában?

Sajnos én egyke voltam, nem volt testvérem hiányzott is mindig. A szüleim, de főleg a nagymamám játszott, foglalkozott velem.

Miket játszott gyermekkorában?

Nagymamám készített nekem babát termésekből, rongyból. Meg játszottam az állatokkal, kutyámmal. Nagymamám énekelt nekem nótázott. 100 éves koráig élt addig is foglalkozott velem, sose volt beteg. Sok mesét is tudott. Az iskolában tudtam többet játszottam. Csúszkáltunk a jégen.

Iskolában mit játszott?

Én hat elemi végeztem csak. Ott fogócskáztunk, tornáztunk. Hógolyóztunk sokat a fiúk lányok egymás ellen. A fiúk jobban tudtak játszani én úgy gondolom.

Szeretett játszani?

Igen, jó lett volna, ha van testvérem, talán többet tudtunk volna játszani.

Kivel élt nyugdíjasként?

Én a családommal éltem, amíg nagycsalád volt. Lebetegedtem és be kellett költöznöm. Családtagok meghaltak, ahogy telt az idő.

Gyerekeikkel, unokáikkal játszott?

Igen gyerekekkel és unokákkal is játszottam, de az unokákkal többet. Ha panaszuk volt az unokáknak hozzám jöttek. Még futballoztam is az unokáimmal.

Tanult valami újat az unokáktól?

Hát, ha nem is tanultam meg, de megmutatta az internetet, a számítógépet. Ez nagy élmény volt nekem. Legalább eltudom képzelni, hogy milyen.

Hogy alakult a kapcsolata az unokáival a játék miatt?

Nagyon jól, nagyon megszerettük egymást. A legjobb a kicsikkel játszani. Olyan édesen mosolyognak.

Részt vesz a csoport vagy játékfoglalkozásokon?

Nem, nem, szeretek elmenni, nem is szoktam.

Miért nem jár foglalkozásokra?

Mert sokat beszélnek, és mert nem bízok az emberekben. Itt szeretek a szobámban egy-egy emberrel elbeszélgetni.

Lenne olyan program, ami miatt esetleg részt venne a foglalkozásokon?

Nem tudom elmennék e.

5. számú melléklet

MTA Zenetudományi Intézetének Archívumában lévő mintegy tizenötezer játékleírás alapján összeállított játéktipológia

Eszközös játékok:

- Tárgykészítő játékok
- Eszközös ügyességi játékok
- Sportszerű népi játékok

Mozgásos játékok:

- Különféle ügyességi és erőjátékok
- Fogócskák
- Sokféle vonulás

Párválasztó játékok:

- Párválasztó körjátékok
- Leánykérő játékok
- Párválasztó társasjátékok

Szellemi játékok:

- Szellemi ügyességi játékok
- Becsapós játékok
- Kitalálós játékok
- Tiltó játékok
- Rejtő-kereső játékok (Lázár, 1990)

6. számú melléklet

A Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézete Acsád és tagintézményiben lakó idősök játékszokásait felmérő kérdőív

Benkő Gabriella vagyok, az ELTE-PPK andragógia mesterszakos hallgatója, szakdolgozatomban az idősök játékszokásait, a játék hatásait kívánom feltárni. A téma hiteles bemutatásához gyűjtök adatokat az otthonban. A válaszadás önkéntes, a kitöltő semmilyen módon nem azonosítható. Az adatokat csak a szakdolgozati célokra fogom felhasználni.

1.Neme?

- ☐Férfi
- ☐Nő

2.Kora?

☐.....

3.Az Ön legmagasabb iskolai végzettsége?

☐.....

4.Mi volt az utolsó Ön által betöltött munkakör a nyugdíjazását megelőzően?

☐.....

5.Hány éve az otthon lakója?

☐.....

6.Milyen gyakran vesz részt, a csoportfoglalkozásokon?

- ☐Naponta
- ☐Hetente
- ☐Alkalmanként

7.Miért kezdett el csoportfoglalkozásra járni?(Több lehetőséget is választhat!)

- ☐Lakótársaim ajánlották
- ☐Mentálhigiénés szakember ajánlotta számomra
- ☐Magamtól, kíváncsi voltam
- ☐Családom ajánlotta

8.Mely programot kedveli leginkább?(Több lehetőséget is választhat!)

- ☐Kombinált csoportfoglalkozást
- ☐Kézművességet
- ☐Játékfoglalkozást
- ☐Konyhai foglalkozást

9.Ha szeret csoportfoglalkozásra járni, akkor miért? (Több lehetőséget is választhat!)

- ☐Társaimmal töltött idő miatt
- ☐Hasznos időtöltésnek érzem
- ☐Szellemileg felfrissít
- ☐Aktivizáló

10.Mely játékokban vesz részt egy-egy foglalkozás alkalmával?(Több lehetőséget is választhat!)

- ☐Kártya
- ☐Puzzle
- ☐Társasjáték
- ☐Kifestő
- ☐Törd a fejed, találós kérdések
- ☐Szójáték
- ☐Egyéb.....

11.Milyen játékokat játszott gyermekkorában?

.....

.....

.....

12.Kivel játszott gyermekkorában?

- ☐Gyerektársaival
- ☐Szüleivel
- ☐Nagyszüleivel
- ☐Rokonaival

13.A nyugdíjas évei alatt játszott-e unokáival, más gyerekekkel?

- ☐Rendszeresen
- ☐Ritkán
- ☐Nem

14.Hogy jellemezné az unokáival, más gyerekekkel töltött közös játékidőt?

.....

.....

.....

15.Tanult-e valami újat unokáitól, gyermek játszópartnereitől a játékkal töltött idő alatt?

- ☐Igen,
mégpedig:.....
- ☐Nem

16.Véleménye szerint játékkal töltött idő kihatott játszópartnerével való kapcsolatára, és milyen módon?

- ☐Igen,mégpedig:.....

17.Vajon mi lehet az oka Ön szerint?

- ☐.....

18.Szeretne-e több játéklehetőséget a csoportfoglalkozás keretein kívül?

- ☐Igen
- ☐Nem

19.Ha igen, mennyivel többet?

- ☐.....óra

20.Megismerkedne-e az alábbi játékcsoportok egy eddig Ön számára ismeretlen fajtájával?(Több lehetőséget is választhat!)

- Számítógépes játék
- Kártyajáték
- Társasjátékok
- Csoportjátékok

21.Hogyan szeret játszani?

- Egyedül
- Társakkal

22.Előbbi válaszát kérem, indokolja!

.....

.....

.....

.....

23.Kérem, jellemezze, mit érez játék közben?(öröm, boldogság, harag, düh, stb.)

.....

.....

.....

.....

.....

Köszönöm, hogy válaszaival segítette a munkámat!

7. számú melléklet

17. ábra: Kézműves foglalkozás a Nyugdíjasok Acsádi Otthonában



Forrás: Saját szerkesztés

18. ábra: Játékfoglalkozás a Nyugdíjasok Acsádi Otthonában



Forrás: Saját szerkesztés

19. ábra: A Vas Megyei Időskorúak Szociális Intézetének csapata vetélkedő közben



Forrás: Saját szerkesztés

20. ábra: Csoportkép a foglalkozások résztvevőiről



Forrás: Saját szerkesztés