

SZÁSZFALVI ZSÓFIA ANNA

## Az idősök tanulása

*„Nem csak testünket kell istápolnunk,  
hanem elménket és lelkünket még sokkal inkább,  
mert az ész fénye is, mint a lámpás,  
ha olajat belé nem csepegtetünk, kialszik öregkorban.”*  
– Cicero –

### Bevezető gondolatok

Századunkat okkal nevezik az idősök évszázadának. A modern társadalmaknak közös jellemzője, hogy a társadalom idős korosztályának létszáma, illetve a várható élettartam növekszik, vagyis előregedővé válik a társadalom. A 60 év feletiek száma jelenleg körülbelül 600 millióra tehető a világon, és az évszázad közepeére számuk akár meg is kétszereződhet, népességen belüli arányuk (11%) pedig meghaladhatja a 20%-ot (KSH, 2013). Az idősök száma országonként különböző mértékben, de általános érvényűen emelkedik, mely jelenséget két tényező együttes hatása – a születések számának csökkenése és a születéskor várható élettartam növekedése – hív életre. A demográfiai öregedés következtében nő az eltartottak száma, mindeközben a munkaképes korú népesség – a 15–64 évesek, vagyis a társadalombiztosítási értelemben vett eltartók – száma csökken. Ezek az arányváltozások hatással vannak a gazdaságpolitikára is (Kravalik, 2009), egyre kevesebb aktív korú munkaképes egyénnek egyre több embert kell eltartania, s ez nagy kihívás elé állítja a fiatalabb generációt. A XXI. század információs társadalmának jellemzője az átstrukturálódott idő és szabadidő, mely még inkább a két generáció egymástól való eltávolodását eredményezi. A modern világ és a felgyorsult életritmus egyre inkább elmélyíti a nemzedékek közötti szakadékat. A fentiekben ábrázolt folyamat a társadalom egészét sürgető feladatok elé állítja, melynek megoldásából az egészségügynek, a szociális szférának, a különböző képző- és művelődési intézményeknek egyaránt ki kell venniük a részüket, mindazonáltal feladatot ró a társadalom egészére.

Az öregséggel kapcsolatban többféle kép él az emberekben: utópisztikusak; optimális, tényeken alapuló; illetve patológiás, beteges öregedés képei. Magyarországon jellemzően a regresszív folyamatokat állítjuk a középpontba, és egyáltalán nem koncentrálnak az időskorban még kiaknázható erőforrásokra, lehetőségekre, az öregedéssel járó folyamatok lelassítására. Ebből a szemléletmódból hiányzik az „*az egészséges reális optimizmus*” (Hidy, 2007:13), mely többek között megjelenik az Egészségügyi Világszervezet (World Health Organization, WHO) „activeaging” – „aktív öregedés” modelljében. Az idősödés társadalmi problémáinak kezelését, az idősök önállóságának, önbecsülésének és társadalmi aktivitásának megőrzését egyaránt elősegíti az idősök tanulása; fontos, hogy a geronto-edukáció a gyakorlatban is részévé váljon a lifelong learning folyamatnak. Tanulmányomban szeretném bemutatni az idősök tanulásának jelenlegi gyakorlatát, a dolgozat célja, hogy a napjainkban Magyarországon megvalósuló időstanulásról, idősképzésről átfogó képet adjon, a lehetőségeket, a tanulási színtereket, s ezek jellemzőit felvázolja.

## Helyzetkép

Az Európai Unió legtöbb tagországában a népesség ötöde 65 év feletti. A magyar társadalom korösszetételének idősebb kor irányába való tolódása – mely mintegy száz éve tartó folyamat – uniós viszonylatokat tekintve közepes méretűnek mondható (KSH, 2013). A hazai népesség előregedése hasonlóan alakul az uniós országok tendenciáihoz: Magyarországon is fokozatosan emelkedik az idősök száma, arányuk 15,1%-ról 20,4%-ra változik 2000 és 2020 között. Hazánkban 2021-re várhatóan a népesség 23,2 százaléka lesz időskorú (Sz. Molnár, 2010). A legdrámaibb növekedés a „nagyon öreg emberek” – a 80 évesnél idősebbek – számában jelentkezik, ők alkotják a leggyorsabban növekedő korcsoportot (Kravalik, 2009). 2011-ben már kétfőmilliónál több volt a 60 évesek és annál idősebbek száma (KSH, 2013).

## Öregedünk – Időskori jellemzők és folyamatok

Hogyan definiálhatjuk az időskort? Ki számít idősnek? Szémán Zsuzsa szerint „*az öregedés definíciója igen eltérő és folyamatosan alakuló változatokban jelenik meg. A WHO szerint az aktív öregedés olyan egészségi állapotot jelent, amellyel az életminőség javítható. Ennek megfelelően a WHO nem egyszerűen a születéskor várható élettartamot, hanem az egészségesen eltöltendő élettartamot veszi*

alapul, és a növekvő élettartam miatt az életciklus késői időszakára vonatkoztatja az „öregkort”. Ennek megfelelően a 45–59 évest középkorúnak, a 60–74 évest öregedőnek, a 75–90 évest öregnek és a 90 év feletti embert aggnak nevezi.”(Szémán, 2008:4). A WHO kapcsolódó dokumentuma szerint az aktív öregedésre épülő politikákat három alappillérre kell építeni. A három alappillér a következő: „társadalmi részvétel”, „biztonság” és „egészség”. A dolgozat szempontjából a „társadalmi részvétel” pillér fontos, mely a következő részekre bontható: *a tanulási lehetőségek megteremtése minden életszakaszban; az élethosszig tartó tanulás megvalósítása*; a munkában, az önkéntességben való részvétel lehetőségének felismertetése és elősegítése; a családi, közösségi életben való részvétel támogatása; az egyenjogúság megteremtése; az idősök szervezeteinek támogatása (Nemzeti Felnőttképzési Intézet, 2006). Az élethosszig tartó tanulásnak, s önmagában az önnevelésnek, a tanulásnak a célja elsősorban mindig az, hogy az egyénben rejlő lehetőségeket segítsen kibontakoztatni, és társadalmilag hasznos formába önteni. A fejlődésre, az erőforrások felhasználására és kiaknázására lehetőséget kell teremteni. A legtágabb értelemben vett tanulásra nem csak gyermekkorban, hanem egész életünkben képesek vagyunk. A lifelong learning gyakorlatának kibontakoztatásához szükséges, hogy az a szemléletmód, melyet a hazai társadalom és szakpolitika képvisel, amely az idősügyet érintő feladatokat mintegy segítő funkcióként, nem pedig közös célt kezeli, változzon.

Különbség tehető az idősség fogalmának definiálásakor a „normál” idős személyek, illetve a munkaerő-piaci szempontok szerint idősnek számító személyek csoportjai között. Jelen dolgozat nem tér ki a munkaerő-piaci szempontok szerint idős korosztályra, azonban ez a csoport az idősök témakörén belül ugyanolyan számottevő. Az Európai Unió először 2000-ben vezette be az idős munkavállalókkal kapcsolatos foglalkoztatáspolitikai iránymutatásait.<sup>1</sup> Ezek alapján a tagállamoknak egyre több forrást kellene az aktív öregség<sup>2</sup> programjára fordítani, és egyre szélesebb körben elismertetni azokat, mint az öregedő társadalom kihívásaira adott választ. Az idősebb munkavállalókra vonatkozóan a Stockholmi Csúcson meghatározott célkitűzés volt, hogy esetükben 2010-ig el kell érni az 50%-os foglalkoztatási arányt.<sup>3</sup> Az idősebb munkavállalók egyenlő esélyének joga „Az egyenlő bánásmódról és az esélyegyenlőség előmozdításáról” szóló 2003. évi CXXV. törvényben is megjelenik.

1 Towards a Europe for All Ages (1999), Brussels, EC

2 Active Ageing: From Evidence to Action (2002), World Health Organization, Noncommunicable Diseases and Mental Health Cluster, Noncommunicable Disease Prevention and Health Promotion Department Ageing and Life Course

3 1997-ben az Amszterdami Szerződés elfogadásakor a teljes foglalkoztatás, mint cél nem került be az alapszerződési rendszerbe, azonban négy évvel később Stockholmban az Unió legfontosabb döntéshozó szerve elkötelezte magát mellette.

A munkaerő-piaci szempontok szerint idősnek számító személyek esetében meghatározó, hogy a magyarországi (gazdasági) rendszerváltozás idején sok szakképzettséggel nem rendelkező egyén veszítette el munkahelyét, valamint a vállalatok megszűnése, átalakulása hozzájárult a munkanélküliség növekedéséhez. Ebben az időszakban több mint egymillió munkahely szűnt meg. A munkahelyek számának csökkenésével a családok költségvetésében megnövekedett a nyugdíjak szerepe. Az elmúlt évtizedekkel kapcsolatban elmondható, hogy nem foglalkoztak kellő hangsúllyal a foglalkoztatás kérdésével. *„Néhány társadalmi csoport – mint például az idősödő korosztály, a két gyermeket nevelő nők és az alacsony iskolázottságúak – esetében a foglalkoztatási mutatók rosszabbak az európai-nál.”* (Boda, 2011:20). Az időskor fogalomköre tehát a különböző dimenziókban eltérően értelmezhető. Befolyásoló tényező egy társadalom életében a történelmi sajátosság, a megélt történelmi események, de különbség van egy-egy aspektusból vizsgálva az egyént. Ugyanúgy, ahogyan a felnőtség kritériumai lehetnek például biológiai, de éppen pszichológiai jellegzetességekhez köthetőek, az idős-ség is kifejezhető az évek számával: ez a kronológiai életkor. A biológiai életkor például ettől eltérő lehet, ez az egészségi állapot függvénye. Beszélhetünk pszichológiai életkorról, arról, hogy ki milyen idősnek érzi saját magát, vagy szociológiai életkorról, amelyen azt értjük, hogy a társadalom milyen idősnek tart valakit. Összességében az öregedés egy folyamat, egy változás, mely egyrészt testi, másrészt lelki, pszichés.

Az idősök helyzetét meghatározza az is, hogy Magyarországon ma már nem jellemző a többgenerációs családmodell, így az idősök elmagányosodási esélye növekszik. Megváltoztak az idősök élet- és lakókörülményei: az idősök ellátása, gondozása már nem egyértelműen otthon történik, így az izolálódás veszélye sokkal jobban fennáll, mint korábban, amikor a gyermekek, unokák nevelgetése képezte az öregkori éveinek „programját”. Ezeket a megváltozott körülményeket az élettartam meghosszabbodásával együtt járó, halmozottan előforduló betegségek tovább rontják. Az időskorra gyakorivá váló végzetes megbetegedések okai között az egészségügyi-ellátás minősége 18%-ban, a környezeti ártalmak 22%-ban, a genetikai tényezők 20%-ban, az életmód minősége 40%-ban felelősek. Bár az életmód befolyásoló szerepe a felsoroltak közül a legmagasabb befolyású, után-vizsgálatok bizonyítása alapján mindösszesen 5-8%-ában használjuk ki egészségünk érdekében (Kiss–Tariska, 2000:222). Ezen megdöbbentő számadatokat ismerve, és egyéb kutatási eredmények alapján kiemelkedően fontos, hogy az időskori aktivitás megőrzése, és a tartalmas és kapcsolatokkal teli öregkor biztosítása megvalósuljon.

A társadalmi–technikai fejlődés és magának az öregedésnek a jelenségei komoly kihívásokkal szembesítik az idős embereket, s ezek megoldása csak az is-

meretek bővítése által érhető el. Az élethosszig tartó tanulás elnevezésben ez is benne foglaltatik: a tanulás kiterjed az időskorra, folytatódnia kell időskorban is. Ehhez a formális és nem-formális oktatás területén sajátos metódusok kialakítása szükséges, ami a mentális változásokhoz adaptált didaktikával dolgozik. Az időselemek alapvető mechanikája legalább 70–80 éves korig ép marad, még ha veszteségek ki is mutathatók. A célcsoport legfontosabb „tanulnivalói”: a munkavállaláshoz szükséges kompetenciák, a társadalmi-technikai környezet változásai, a szabadidő értékessé tétele, annak hasznos felhasználása, az önfejlesztés, kreativitás megélése, a spirituális igények kielégítése, az élet értelmének kiterjesztése. Ezek által az egyén életminősége bizonyítottan javul, részese lesz az úgynevezett „sikeres öregedésnek”; a társadalom terhe pedig csökken, így a generációk közti kapcsolat is javul (Boga, 2003). *„Az öregedés folyamán a központi idegrendszerben számos változás történik, amelyek individuálisan nagymértékben különböznek. Megváltozik az egyén magatartása és reakciója, és szenzoros tevékenységei. Néhányan esetén már 50 éves korban olyan funkciócsökkenések állnak be, amely másoknál még 100 évesen sem alakul ki. A nagy különbségek okával kapcsolatban a tudományterületeknek léteznek kutatásai és felvetései, de pontos okait nem sikerült tisztázni.”* (Czigler, 2000:14) Tény, hogy az öregedés során idegsejt-pusztulás figyelhető meg, de nem feltétlenül van összefüggés az idegsejt-pusztulás mértéke és a funkcióvesztés között, ugyanis *„az idegrendszer képes a megmaradt idegsejtek segítségével elvesztett funkciókat pótolni”*. (Boga, 2003:15). Leszögezhető, hogy az idősek esetén változás történik a megismerési folyamatokban az észlelés, figyelem, emlékezés és gondolkodás területén is, ám társadalmi előítélet az, hogy az öregedés és a képességek hanyatlása közé egyenlőségjelet teszünk.

## **Kór ellen: aktív időskor**

Az idősek képzése több tudományterülethez kapcsolódik. Ezek többek között a geronto-pszichológia; a klinikai, az elméleti, és a kísérletes gerontológia, melyekhez élettani és úgynevezett genom elméletek köthetőek. A gerontológiai és szociális vizsgálatok megerősítik, hogy az életerő megőrzése akkor a legesélyesebb és leghosszabb időre tehető, ha az egyén megőrzi aktivitását időskorban is (Kovácsné, 2010); így különösen fontos, hogy az idősebb embereket bevonjuk az egész életen át tartó tanulásba. Azon keresztül, hogy megtartják, fejlesztik intellektuális és fizikai készségeiket, aktív résztvevőivé válnak a szűkebb és tágabb környezetükben zajló folyamatoknak. Az időskor elérése egy fordulópont, amikor új életformát kell kialakítani: az egyén elszakad a korábbi munkahelyi kö-

telékeitől, kapcsolati hálója, társas kapcsolatai meggyengülnek. Ahogyan gyermekként a felnőtté-válás ismereteit tanuljuk, ugyanígy érdemes és kell készülni az idősödésre, az ahhoz kapcsolódó életvitelre és gondolkodásmódra. Magyarországon jellemző, hogy az emberek nem készülnek az öregkorra. Ha már csak a pénzügyi részre figyelünk a megállapítás kapcsán, a felnőtt lakosságnak csak harmada készül a nyugdíjas évekre, járulékot az aktív korú népességnek körülbelül csak 3/5-e fizet. Aki teheti, csak a minimálbér után adózik, vagyis *„egyre kevesebben fizetnek egyre kevesebbet, és ebből egyre többet kell eltartani.”* (Orell, 2008:11).

Az itthoni helyzettel tanulságos szembe állítani Japán jellemzőit az idősök tanulásával kapcsolatosan. Japánban ma már általános jelenség az idősök tanulásba való bekapcsolódása. Az ottani öregek az iskolarendszerű oktatásban is megjelennek. Magyarországon, de az egész európai kontinensen a tanulás jellemzően egy bizonyos szintnek az elérését jelenti. *„A tanulás tehát egy szakasz az ismeretek elsajátításában, aminek eleje és vége van, és ami egy bizonyítvánnyal zárul.”* (Hidasi, 2004:44). A japán hozzáállás ennek éppen ellentéte, ezzel összhangban szintén mások a tanulás kapcsán felmerülő elvárások is. A célt nem valamiféle eredményben jelölik meg, sokkal inkább maga a folyamat a cél. Hidasi Judit ezt így fejezi ki: *„szerényebb a tanulás iránt táplált elvárás”,* így *„ennél fogva a tanulás egy olyan foglalatosság, ami az ismeretek csiszolását segíti, de nem valaminek a „megtanulására”, hanem a folyamat végzésére irányul.”* (Hidasi, 2004:44). Japánban szinte minden felsőoktatási intézmény padjaiban helyet foglalnak „senior” tanulók. Vannak közöttük, akik csak előadásokat látogatnak, melyekben az oktatók töltik be a támogató szerepét, de egyre több a hivatalosan beiratkozott hallgatók száma is. Az idegen nyelvi kurzusokon a hallgatók fele időskorú. Valószínűleg a japán időszelemlét is összességében más, mint a miénk. A szerző leírásából megtudhatjuk, hogy náluk a 20–30 évig tartó nyelvtanulás egy teljesen általános és rendjén való jelenség, és meg vannak győződve arról, hogy nem cél a tökéletesség eljutni, hanem csak annak megközelítésére lehet és kell törekedni. Ezt a szerző „tudás iránti alázat”-nak nevezi, s eredménye az oktatási-ipar telítettsége. Japánban 2020-ra előreláthatólag 25% lesz a 65 év feletti aránya, s a fejlődő országok közül ebben az országban a legmagasabb a várható életkor. Ez gondolkodásmódjuknak és szemléletmódjuknak köszönhető, mivel teljes életet élve kívánnak megöregedni, és ehhez a „programhoz” tevételesen hozzá is járulnak. Ehhez még hozzájárul a magas szintű egészségügyi ellátás, táplálkozási és életviteli szokások. Az idős japánok legnagyobb része szabad levegőn végzett tevékenységben vesz részt, vagyis elsősorban fizikailag aktív, ám a városiakok is rendszeres elfoglaltsággal rendelkeznek: rendkívül sok intézményes és civil kezdeményezés foglalkozik az idősök elfoglaltságának megszervezésével. Szin-

te mindenki tagja valamilyen klubnak, szervezetnek, egyesületnek, érdeklődésének megfelelően. Számos szolgáltatást a már nyugdíjas, de még ereje teljében lévő önkéntesekkel szerveznek meg. Ez azért pozitívum, mert az egyénnél megjelenik a „szükség van rám” – tudat (Hidasi, 2004). Ezzel szemben hazánkban a fő szabadidős tevékenység a televízió nézés, ami az idősebb korosztályokra hatványozottan jellemző. Ők másfélszer annyi időt fordítanak erre, mint a teljes népesség. Az idősek 94%-a tévénező, a 60 év felettiak pedig több mint negyedével több időt töltenek a képernyő előtt, mint egy átlagos televíziónéző. A nyugdíjasok 8,6%-a kapcsolódik be a gyermekek, jellemzően az unokák gondozásába. Az önkéntes munkavégzés legutóbbi, 2011. évi vizsgálata szerint a felnőtt (15–74 éves) lakosság 28%-a, az idős (50–74 éves) népesség 32%-a végzett önkéntes munkát. Leggyakrabban a 60–64 évesek segítenek önkéntesen, körükben a legmagasabb az önkéntességi ráta (38%). A magyar idősek közül kevesen töltenek utazással az idejüket. A többnapos belföldi utazáson résztvevőknek mindössze 16%-a a 65 év feletti. 2012-ben az összes külföldi út mindössze a 2%-a jutott a 65 év felettiekre, és az utazások kétharmada csak egynapos volt (KSH, 2013). Természetesen ezek az adatok részben a korosztálynak anyagi korlátait is tükrözik. A statisztika alapján felvázolt, az idősek szabadidős és nem szabadidős tevékenységének jellemzőin mégis érdemes elgondolkozni, s ezek elemzését követően, levonva a következtetéseket, megfelelő kínálattal lehetne szélesíteni az ezt a korosztályt megcélzó tevékenységi köröket. Ezzel párhuzamosan több, a korosztály érdeklődését és igényeit jobban szem előtt tartó gyakorlati lehetőséget kellene teremteni a szenior-tanulás területén, bevonva ezzel az időseket az aktív társadalmi életbe. A következő fejezetben szeretném ismertetni az idősek tanulásának hazánkban aktuális gyakorlatát.

## **Idősoktatás**

A felnőttoktatásnak egyik részterülete az idősoktatás, a geronto-andragógia, vagy gerontagógia, mely elnevezés a gerontész (idősek) ógörög szóból ered. A gerontagógia egy nagyon széles tudományterület, mely magába foglalja az idősekre, öregedésre vonatkozó biológiai, pszichológiai, geriátriai ismereteket, a szociológiai és kommunikációelméleti aspektusokat és az idősoktatás didaktikáját is. Ez utóbbit nevezzük geronto-educációnak. Magyarországon ez a szakterület gyerekcipőben jár, elsősorban egészségügyi, műveltségi vonatkozású előadást, előadássorozatokat foglal magába. Az idősek tanulásának munkaerő-piacon való kamatoztatása a nyugati országokban jellemzően nagyobb (Jászberényi, 2011). Nyugat-Európában sok oktatási és művelődési intézmény foglalkozott idősokta-

tással az utóbbi 20–25 évben. Kiemelendő az úgynevezett Harmadik Kor Egyeteme hálózat, amelyet elsőként Toulouse-ban indítottak 1973-ban. Ennek példája nyomán működik Magyarországon a Nyugdíjasok Szabadegyeteme, amit más formák követtek például a Batthyány-Strattmann László Idősek Akadémiája, vagy a népfőiskolák vidéki városokban.

## Nyugati trendek

A második világháborút követő felnőttoktatási konferenciákon fogalmazódtak meg az idős korosztály tanulásával kapcsolatos megállapítások, koncepciók. Az 1976-ban Nairobiban megrendezett UNESCO-konferencián kiemelték a premans művelődés jelentőségét (Gelencsér, 2006). A későbbi világkonferenciákon pedig irányelveket fogalmaztak meg, és konkrét, az idősoktatásra vonatkozó feladatokat határoztak meg. Az 1997-es hamburgi konferencián megerősítést nyert, hogy az idősök nem csak a felnőttoktatás speciális célcsoportját képezik, hanem élettapasztalatuk nyeresége is a felnőttoktatásnak. Minden tagországra érvényes elvárásokat fogalmaztak meg az idősökkel kapcsolatban a 2005-ben kiadott Zöld könyvben. Az uniós lépések között mérföldkőnek számít az AGE-platform létrehozása, mely tagországi, nonprofit, idősökkel foglalkozó szervezeteket gyűjt egybe, projekteket koordinál, és anyagi forrásként is szolgál. A 2012. év az Idősök Éve lett, mely évben több országban számos rendezvényt és projektet valósítottak meg az Európai Unió szervezeteinek közreműködésével. *„A geronto-educáció széleskörű rendszere megerősödött a nyugati világban, a Harmadik Kor Egyeteme hálózat gyorsan megjelent Finnországban, Olaszországban, s újabb és újabb szerveződések alakultak.”* (Jászberényi, 2011:15). A nemzetközi kitekintést elénk táró irodalmak alapján láthatjuk, hogy az USA-ban és Nyugat-Európában állami feladatként az egyetemek szervezésében és a magánszférában egyaránt megjelentek az idősöknek szervezett képzések. *„Mára a Harmadik Kor Egyeteme a nyugati kultúra egészében s egyes keleti területein is (pl. Kínában) működő képzési hálózattá vált, amelyben csak Nagy-Britanniában, 2011 júliusának végén 807 képzőhelyen több mint 270 ezer hallgató vesz részt.”* (Jászberényi, 2011:17). Hazánkban ennek mintájára jött létre a Miskolci Harmadik Kor Egyeteme, melynek létrejöttéig, azaz 2010-ig itthon nem volt ilyen önálló szervezet. A Dél-Borsodi Egészségügyi és Szociális Klaszter, mivel fő célkitűzéseikhez tartozik az időskor életminőségének javítása és szakmai megvalósításának elősegítése, létrehozta a Harmadik Kor Egyeteme Miskolc Közhasznú Alapítványt (Jászberényi, 2011).



## Az idősek tanulása hazánkban

Az Eurostat legutóbbi adatai alapján azon uniós országokhoz tartozunk, ahol az idősebbek kevésbé szánják rá magukat az oktatásba való bekapcsolódásra. Az 55–64 éves korosztály 22%-a vesz részt szervezett tanulási tevékenységben. Ez az arány Svédországban 58%, a norvégoknál 41%, s maga az uniós átlag is 26%-os. Az Emberi Erőforrások Minisztériumától származó adatok szerint a 2012/2013. tanévben a 40 éven felüliek aránya az alapfoktól a felsőfokig tartó iskolarendszerű felnőttoktatásban 19% volt (KSH, 2013). Korábban az idősek tanulását hazánkban az ismeretterjesztő műveltségi, egészségügyi előadások fedték le, melyeket beszélgetések, tanácsadások kísérték. Ezeknek ma is az idősek klubja, a művelődési házak és a szociális otthonok adnak helyet. Szervezett főiskolai, egyetemi képzések elvétve akadtak, ezek azonban nem gyökereztek meg. A legregebbinek mondható képzőhelyek között említhető a fővárosi Kossuth Klub, melyet először 1983-ban a TIT József Attila Szabadegyetem (JASZE) szervezésében indítottak el Nyugdíjasok Szabadegyeteme címen, előadásorozatokkal. A Batthyány-Strattmann László Idősek Akadémiáján 1997 óta működik képzés. Évente kilenc ingyenes, háromórás foglalkozás keretében, beszélgetésekkel egybekötve. Az elmúlt évtizedekben több próbálkozás is irányult arra, hogy az idősktatás felsőoktatási szintre kerüljön, melynek legnagyobb fátylavívője Hidy Pálné. 1981-ben Egerben és Miskolcon indult el az Idősek Főiskolája, melynek akkori működési formáját még ma is korszerűnek mondhatjuk, azonban folytatása nem lett (Jászberényi, 2011).

Érdekes képet ad az idősek tanulási igényeiről az a felmérés, ami 2008-ban készült az Európa Ház „Képezze magát! Kedvcsináló 45-ön felülieknek” című regionális konferenciasorozatán. Erre legtöbben Kecskemét, Nyíregyháza, Eger, Székesfehérvár, Szombathely, Pécs és Budapest településekről érkeztek. A konferencia az időskori tanulás lehetőségeit, európai dimenzióit és az adott régiók képzési lehetőségeit mutatta be. A 613 résztvevőből 385 fő adott érvényes választ a kérdőívezés során. Ebben az idősek csak 8%-a válaszolt nemmel arra, hogy hallott-e már az egész életen át tartó tanulásról, és 96%-a szükségét érzi annak, hogy további ismeretekre tegyen szert. A kérdőívek alapján levonható volt az a következtetés is, hogy az időseknek szóló tanulási kínálat szervezésében nem lehetséges egyetlen általános célt kitűzni. Kiugróan magas volt az informatika megismerése és az internet használatának megtanulására vonatkozó igény. A digitális írástudáson kívül szívesen vállalkoznának még idegen nyelv tanulására. Tanulási igényként fogalmazódott meg a válaszok alapján a közösségi munkának, a civil szektor működésének és az időseknek szervezett programoknak a megismerése, illetve kiderült, hogy az aktív idősek élnének azzal a lehetőséggel, hogy az életük

során megszerzett tapasztalataikat hasznosíthassák mások érdekében (Szabóné, 2008). Az a tény, hogy az idősök meglévő adottságaikat, képességeiket, valamint az életük során megszerzett tapasztalataikat továbbadják a fiatalabb generációknak, mind az idősök, mind az egész társadalom számára hasznos.

## Az időstanulás szinterei

### 1) Számítógépismeret

A Központi Statisztikai Hivatal elemzéseiből kiderült, hogy időseink „nehezen barátkoznak meg a számítógép-használattal. Az 55–64 éves korosztály 41, a 65–74 éves korosztály 71%-a még sohasem használt számítógépet. A számítógépet használóknak viszont több mint kétharmada napi rendszerességgel leül a gép elé.” (KSH, 2013:2). Egy – az Eötvös Loránd Tudományegyetem által, nyugdíjasok körében végzett felmérés azt mutatja, hogy a tanulási igény első helyére a számítástechnikát teszi a megkérdezettek 38%-a, a nyelvtanulást 13%-a, az általános műveltséget 10%-a. Hazánk az ITK eszközök használatát tekintve alapvetően lemaradásban van Európától, logikus tehát, hogy az idősök képzésének szegmensében is az egyik leggyakoribb a számítógép-ismeret és az internet-oktatás. Hasznos kezdeményezés volt a 2002-ben elindított „Kattints rá, Nagy!” tanfolyamsorozat, amelyek keretében 2008 végéig 3600-an végeztek, s 2009-ben már határon túli régiókban is indították. A határon túli programokat az Európai Bizottság Élethosszig tartó tanulásprogramja támogatja, ami azt jelzi, hogy a program ennyi idő alatt is elismerést nyert (Boda, 2011).

Az időskorúak számítógépes tanfolyamainak támogatására 2004-ben a Nemzeti Felnőttképzési Intézet a Foglalkoztatáspolitikai és Munkaügyi Minisztérium megbízásából hirdetett pályázatot, melyre 76 pályázat érkezett, s végül 57 pályázó klub kezdhette meg a rendhagyó tanfolyamokat az ország valamennyi régiójában, megyéjében („nagyiképző”). Összesen több mint 3000 résztvevő tanult számítástechnikát (Várhelyi, 2004). Az elmúlt időszakban több internet oktatására szakosodott magánvállalat is létrejött, melyek előnye, hogy a csoportok kisebb létszámmal tudnak működni, így a személyes kommunikáció jobban megoldható. Jó példa erre a Tudáspont Kft., amely 2009 óta kezdő és haladó internethasználati tanfolyamokat szervez nyugdíjasoknak Budapesten. Ezek maximum 6 fős csoportokban zajlanak. Kiemelendő még a Magyar Telekom Nyrt. által létrehozott „Telekom Internetakadémia”. A cég 2005 óta ingyenes internet-oktatási programokat szervez idősök számára (Jászberényi, 2011).

## 2) Nyelvtanulás

A másik népszerűvé vált képzési terület a nyelvoktatás. Az időskori nyelvoktatás hazai viszonyai kapcsán jó kiindulópontot jelent Kaczor Anna tanulmánya, amelyben a szerző így fogalmaz: *„Magyarországon a nyelvtudás és nyelvtanulás kérdését mindig is főleg a külpolitikai viszonyok határozták meg, viszont maga a nyelvoktatás és nyelvtanulás nem volt olyan minőségű, ami elfogadható szintre tudta volna emelni a nyelvtudás színvonalát, köszönhetően az oktatás történelmében fellelhető oktatás-módszertani hiányosságoknak és hibáknak, amik miatt a megszerzett nyelvtudás nem volt minden esetben az elvárásoknak megfelelő és használható is.”* (Kaczor, 2011:46). A hazai idősek nyelvoktatása szempontjából fontos információkkal szolgálhat az Európai Unió statisztikai hivatalának, az Eurostat 2010 szeptemberében nyilvánosságra hozott 2007-es felmérése, amelynek során 27 európai országban, önbevallásos alapon vizsgálták meg a jelenlegi nyelvtudást. Magyarország eredményei minden túlzás nélkül lesújtóak: Törökországgal együtt az utolsó helyen állunk. 75% azoknak az aránya, akik semmilyen idegen nyelvet nem beszélnek. Nem sokkal jobb Románia eredménye sem. A többi európai országban mindenhol 50% alatti az idegen nyelvet nem beszélők aránya. Ez a hiányosság az idős korosztályban a legsúlyosabb, az 55–64 éves korosztályunk több mint 96%-a nem beszél folyékonyan egy idegen nyelven sem, s a társalgási szinten is jelentős lemaradásban van. *„A lesújtó adatokra sok magyarázatot lehet találni: a magyar nyelv elszigeteltségétől az orosz nyelv rendszerváltás előtti erőltetéséig, a tények azonban tények maradnak.”* (Kaczor, 2011:46). Magyarország lemaradása ellenére aktivitást mutat a nyelvtanulási igényeket tekintve. Nyelvtanulási lehetőségeket legnagyobb mértékben a munkahelyek, a nyelviskolák, a művelődési házak és a magántanárok jelentenek. A munkahelyi képzések során eddig a munkáltató a szakképzési hozzájárulás terhére finanszírozhatta a dolgozók nyelvi képzését. A nyelviskolákban újdonságként jelentek meg *„az 50+-osok számára elérhető külön, lassított ütemtervű tanfolyamok”*. (Kaczor, 2011:47)

## 3) Egyéb területek

A geronto-edukáció színterei ma Magyarországon a különböző művelődési intézményeink, a nyugdíjasklubok és az idősek nappali ellátásának intézményei által szervezett szakmai és szabadidős programok, alulról szerveződő körök rendezvényei, mint például hagyományörző és népművészeti körök, alkalmi szerveződések, különböző nyugdíjas hobbikörök (Jászberényi, 2011). A nyugdíjas szervezetek közül kiemelhetjük a Nyugdíjasok Országos Szövetségét (továbbiakban NYOSZ), amelynek jelenleg több mint 270 000 tagja van. 2011-től ők adják ki az egyetlen országos terjesztésű Generációnk című havilapot. A NYOSZ

jelentős klubéletet működtet, emellett többek között országos rendezvényeket is szervez: kórustalálkozókat, túrákat, versmondó versenyeket.

Munkaerő-piaci orientációs tréning valósult meg Vácott 2011 tavaszán, amikor „Merre tovább 50 felett?” címmel az Esélyek Háza szervezésében a helyi művelődési központban ingyenes, nyolcórás tréninget tartottak az idősök munkaerő-piaci orientációjával kapcsolatban. A képzés érintette mind a munkanélküliséget, mind a munkahely-változtatás lehetőségeit. A tréning több szervezet összefogásával jött létre (Jászberényi, 2011). A tréningyszerű munkaerő-piaci idősképzést a jelenlegi, az egész eurózónára jellemző gazdasági helyzet miatt – melyben Magyarország a legelmaradottabb régiók közé tartozik – az idősképzés legfontosabb szegmensének tekinthetjük.

#### *4) Szabadegyetemek*

Nyugdíjasok Szabadegyeteme működik Győrben, amelyet 2010-ben indított a Széchenyi Egyetem. A képzés művelődési-ismeretterjesztési karakterű előadásokból áll, a sorozat végén pedig a résztvevők nyugdíjas egyetemi oklevelet kapnak. Ezt a győri kezdeményezést vette át 2011-ben a Nyugat-magyarországi Egyetem Sopronban, ahol ekkor indult el a „nyugdíjasegyetem” a győri előadások tematikájával. Az idősök leckekönyvet használnak, s a végzők „diplomát” kapnak. Más hazai felsőfokú oktatási intézményben ilyen jelleggel szabadegyetemi képzés nem működik, ami annak függvényében mindenképpen érdekesnek tekinthető, hogy már közvetlen környezetünkben is működnek felsőfokú intézményi szervezéssel szenioregyetemek.

## **A szakemberek kérdésköre**

Több évtizede zajlanak geronto-andragógiai kurzusok hazánkban, ezek azonban nem külön szakon vagy szakirányon voltak jelen, hanem több szakon, egy-egy kurzus keretében. Így szerepük nagyon csekély volt. Az ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Karának andragógia mesterszakán 2010-ben volt egy „Az időskorúak, a hátrányos helyzetűek és a kisebbségek szociálandragógiája” című kurzus, melynek keretében a hallgatók egy honlapot indítottak, „Időskori tanulásról, idősöknek és fiataloknak” címmel, ennek azonban nem lett érdemi folytatása. Sikertelen próbálkozás maradt Czigler István, az MTA Pszichológiai Kutatóintézetének igazgatójának azon terve, hogy 2002-ben egy akkreditált egyetemi képzésben zajló társadalomtudományi és életvezetési időstanulási programot indítson, mert az igényfelmérés során kiderült, hogy erre nem lenne érdeklődés (Urfi, 2009). Ezért is számít nagy előrelépésnek a Zsigmond Király Főiskolán elindí-

tott geronto-andragógus mesterképzési szakirány, ahol a Szociálandragógia, Felnőttoktatás menedzsmentje, Andragógiai kompetenciák fejlesztése és Európai dimenzió a felnőttoktatásban, felnőttoktatási rendszerek fő tárgyak keretében részletesen elmélyülnek az gerontológiai és geronto-educációs ismeretekben.

Az Országos Képzési Jegyzékben (OKJ) már 1994 óta szerepel egy Idős-program-szervező képzés, amely azonban a 2006-os, új jegyzékből már kimaradt. A szakirányú továbbképzések közül az idősekkel foglalkozik a Miskolci Egyetem Állam- és Jogtudományi Kara által 2009-ben jogi és igazgatási képzési területen akkreditált „Szenior humán erőforrás tanácsadó” szakirányú továbbképzés. 2012 tavaszán szintén a ZSKF indította el andragógiai képzési területen az „Időskori munkavállalási tanácsadó” szakirányú továbbképzését.

### *A Zsigmond Király Főiskola*

A Zsigmond Király Főiskolán 2009-ben jött létre a Gerontoeducációs Kutatóközpont (GEK). A központ létrehozói Jászberényi József intézetvezető főiskolai tanár, Szépe György nyelvészprofesszor, Dovala Márta pedagógiaprofesszor voltak. A GEK célja a gerontoandragógiával kapcsolatos képzések, konferenciák, kerekasztalok, könyv- és folyóirat-bemutatók szervezése. A központ adja ki a „Gerontoeducáció” című negyedéves, internetes szaklapot, és több szakirányú továbbképzés tervezési munkafolyamatában és létrehozásában is közreműködött. A központ munkatársai kidolgoztak egy mesterképzési programot, mely a főiskolán 2011 februárjától, kerestféléves képzés keretében indult el. A Zsigmond Király Főiskola andragógia szak mesterképzésén indult el a gerontoandragógia szakirány, az első félévben négy hallgatóval. A szakirány tantárgy-struktúrája blokkonként meghatározott, melyek a következők: Szociálandragógia (gerontológia, az időskor pszichológiája, az időskor szociológiája); a felnőttoktatás menedzsmentje (az időskorúak intézményrendszere, pályázatírás és projektmenedzsment); Az andragógiai kompetenciák fejlesztése (az időskori konfliktusok kezelése, közösségfejlesztés időskorban, aktív időskor); Európai dimenzió az időskoroktatásban (idősek az Európai Unióban, Geronto-educáció).

Az idősek tanítására alkalmas, képzett szakemberek megléte alapfeltétel, ugyanis a célcsoport igen speciális didaktikát követel meg. A *gerontológiai ismeretek* elengedhetetlenek a tanulók kora, mentális adottságai miatt. A tanulás célja, az elsajátítás módja, módszerei, üteme, a számonkérés eltérő formája egy speciális felnőttképzést és jól felkészült andragógust igényel.

## Időspolitika Magyarországon

Magyarország idősügyi politikája klasszikus időspolitikának nevezhető. Az államnak az idősekről való gondoskodása finansziális tekintetben a szociális segély, a társadalombiztosításhoz kötődő, illetve egyéb, néhány további szükségletre koncentráció ellátásról rendelkező időspolitikai intézkedés. Az ellátás alapformái a szociális étkeztetés, a házi segítségnyújtás, a jelzőrendszeres házi segítségnyújtás és az idősök nappali ellátása (Nemzeti Felnőttképzési Intézet, 2006).

Az idősügy jelenleg az Emberi Erőforrások Minisztériumának Szociális és Családügyért Felelős Államtitkársághoz tartozik, mely az esélyegyenlőség, esélyteremtés érdekében „a foglalkozási rehabilitációval, a gyermekek és az ifjúság védelmével, a szociál- és nyugdíjpolitikával, az idősüggyel, az önkéntességgel, valamint a társadalmi esélyegyenlőség előmozdítása keretében különösen a fogyatékos és megváltozott munkaképességű személyek esélyegyenlőségének, valamint a nők és férfiak esélyegyenlőségének előmozdításával kapcsolatos célkitűzések megvalósításával” foglalkozik (Emberi Erőforrások Minisztériuma, Szociális és Családügyért Felelős Államtitkárság, 2013). 2010. április 9-én meghozott kormányhatározattal született meg az „*Idősügyi Nemzeti Stratégia I. Cselekvési Terv 2010–2012.*”, mely egyben az Idősügyi Nemzeti Stratégiáról szóló 81/2009. (X. 2.) országgyűlési határozatban foglaltak elfogadása, és azon dokumentum alapján megalkotott tervezet. A Stratégia több éve tartó kutatásokra, elemzésekre, műhelymunkákra épült, mint például az Idősügyi Charta, Nyugdíjasok Országos Képviseletének dokumentuma és javaslatai.

Az idősügyet napjainkban a következő főbb törvények szabályozzák: a 1993. évi III. törvény a szociális igazgatásról és szociális ellátásokról; 1997. évi LXXXI. törvény a társadalombiztosítási nyugellátásról; 1997. évi LXXXIII. törvény a kötelező egészségbiztosítás ellátásairól; illetve a 2011. évi CLXVII. törvény a korhatár előtti öregségi nyugdíj megszüntetéséről, a korhatár előtti ellátásról és a szolgálati járandóságról.

2011-ben jött létre az 1275/2010. (XII. 8.) Kormányhatározat alapján az új összetételű Idősügyi Tanács, mely 2011. szeptember 26-i alakuló ülésével kezdte meg munkáját. A Honvédelmi Idősügyi Tanács létrehozásáról és működési rendjéről szóló 36/2003. (HK 10.) HM utasítás 6. paragrafusában foglaltak alapján kezdte meg működését.

A stratégiaalkotással megtörtént a fejlesztendő területek számbavétele, az elérendő célok megfogalmazása. Kérdés, hogy a cselekvési tervekben megfogalmazott feladatok a gyakorlatban hogyan kerülnek megvalósításra, valamint hogy a jelen gyakorlatok működőképesek-e. Ezért a gyakorlati eredmény ellenőrzése és elemzése fontos feladat. Véleményem szerint tovább kell erősíteni és

szélesíteni az állami, a civil szféra, a profitorientált szektor, az idősek ellátásában érintett szakmák és a humánszolgáltató rendszer munkáját; illetve mindenképpen szükséges az érintettek folyamatos párbeszéde és együttműködése. Az ellátórendszerek hatásosságának és hatékonyságának növelése nem képzelhető el a szociális és egészségügyi szektor, az oktatás- és foglalkoztatáspolitikai eszközrendszereinek harmonizációja, és a szolgáltatások fejlesztése nélkül. Mindenekelőtt pedig az időskorúak tájékoztatására van szükség arra vonatkozóan, hogy jelenleg milyen szolgáltatások állnak rendelkezésükre. Abból kifolyólag, hogy heterogén csoportot képeznek, az idősek számára különbözőképpen kell az ön-ellátás és az életminőségük megőrzésével kapcsolatos ismereteket biztosítani. Szükséges megteremteni az élethosszig tartó tanulás feltételeit, az önségítés és öngondoskodás lehetőségeit, melyre nagyon jó alternatívaként kínálkozik az önkéntesség szélesebb körű kiépítése, mivel a felmérések eredményeiből kiderült, hogy a megkérdezettek abban szívesen vennének részt. Az időződés pozitív felfogásának érvényre juttatásához az időskorúak tudását, bölcsességét és készségeit is szükséges beépíteni a szolgáltató rendszerek működtetésébe, valamint el kell ismerni hozzájárulásait a közjóhoz. Az önkéntesség erősíti a generációk közötti kapcsolatokat, a tudás és a tapasztalatok átadását, az idősek által hordozott értékek és a problémamegoldó készségek továbbörökítését.

Fontos lenne a stratégiában is megfogalmazódó paradigmaváltás elfogadása és érvényre juttatása. Az idősekről való gondoskodásban a korábbi veszteségekre történő összpontosítás helyett egy „fejlődésmódban” (Magyar Köztársaság kormánya, 2009) érdemes gondolkodni, mely a meglévő képességeket megőrzi, a szunnyadó készségek előhívja. Az időügynek egyik legfontosabb célja, hogy az idősek társadalmi kirekesztődését fékezze, fokozza az érintettek bevonását, és a különböző szektorok együttműködését.

Az Európai Unió célkitűzésként határozza meg a humánszolgáltatások modernizálását, fejlesztését a társadalmi és demográfiai struktúrák változásaira adott válaszként. Az uniós tagállamok feladata a foglalkoztatás javítása, ezen belül az idősek aktivitásának elősegítése, valamint a termelékenység növelése, a nyugdíjrendszer, az egészségügyi és a szociális ellátás rendszerének fejlesztése. Helyi szinten az önkormányzatok tehetnek a legtöbbet az idős lakosság társadalmi aktivitásának megőrzéséért. A nemzetközi időügyi politikát tekintve Európai Unió tagállamként ránk nézve is irányadóak a Társadalmi Befogadásról szóló közös Memorandum, a Lisszaboni Stratégia egyes részei, az AGE vezérelve, az Európai Szociális Charta, az Öregedésről szóló Madridi Nemzetközi Cselekvési Tervvel, az ENSZ Egészségügyi Szervezete, a WHO által 2001-ben publikált, az időügyi politikát meghatározó alapdokumentumával, melynek címe az Aktív Időskor (ActiveAgeing – Policy Framework).

Magyarországon hasznos lehetne egy szakértőkből álló geronto-educációs szakmai bizottság létrehozása, mivel hiányzik az a szerv, amely ellenőrzi a meglévő idősképzési programokat egyrészt az egyetemeken, másrészt a teljes magyarországi idősképzési hálózatban is. A hazai geronto-educáció fejlődése szempontjából legfontosabb a nemzetközi trendek ismerete, melyek tapasztalataikkal ötletforrásként szolgálhatnak. A valóban hatékony idősktatás megvalósulásához elengedhetetlenek a pszichológiai és a pedagógiai alapok, ezért nagy veszély az, ha az idősképzés területe olyan, elsősorban „gyors és közvetlen hasznót kereső dilettánsok kezébe kerül, akik nem tudják megvalósítani az idősképzés legfontosabb két feladatát: a munkaerőpiacon tartást, illetve az aktív időskor megvalósítását.” (Jászberényi, 2011:109).



## Összegzés

Össztársadalmi érdek, hogy a nyugdíjasok hazánkban is minél nagyobb számban dolgozzanak, s ha ezt egészségi állapotuk megengedi, minél tovább legyenek aktív szereplői a munkaerőpiacnak. Mindazok a kezdeményezések, melyek ma sikerrel zajlanak hazánkban megbecsülendők, de a területet a nemzetközi idősoktatás jobb megismerésével és hasznosításával fejleszteni szükséges. A generációk közötti tudás átadása, a kultúratranszfer nagy fontossággal bír időseink számára, hiszen értékesnek, kompetensnek érezhetik magukat, akiket a társadalom is értékeli.

Az idősoktatás magában kell foglalnia a személyiség kiteljesedését, életmódfejlesztő magatartást kell nyújtania, s a képzésekkel kapcsolatos egyik legfontosabb szempont, hogy az oktatás az életkori sajátosságoknak megfelelően kerüljön megszervezésre és lebonyolításra. A módszerek mellett fontos még a tanulási környezet, az idősoktatás biztosított flexibilitás, illetve a felkészült oktató. Ez a feladat, a kihívások kezelése a társadalmi szolidaritás mellett nagyfokú tudatosságot, minden korosztály toleranciáját, tenni akarást és anyagi forrást követelnek meg. Egy másik megközelítés alapján pedig elmondható, hogy *„uniós országgént kötelességünk, hogy a közösség által a demográfiai válság kezelése céljából megfogalmazott normákat betartsuk.”* (Ránki, 2009).

Témánkkal összefüggésben relevánsnak tekinthető Maróti Andor gondolata: *„Ha igaz az, hogy az emberi élet egésze tanulás, a társadalmi környezethez alkalmazkodásé, a történelmileg felhalmozott és a társadalomban hasznosítható eredmények elsajátításáé, akkor az is igaz, hogy a tanulás egyúttal az életképesség fenntartása.”*

## Felhasznált irodalom

1. BODA Ágnes (2011): *Miért érdemes a vállalatoknál 50 év felettieket foglalkoztatni?* Gerontoeducáció, I. évfolyam, 4. szám 19–45. p.
2. BOGA Bálint (2003): *Az időskorúak tanulási lehetőségei.* In.: Hinzen–Horváthné–Koltai–Németh: *Magyar–német együttműködés az európai partnerségben.* PTE TTK FEEFI, Bp.–Pécs.
3. BOGA Bálint (2011): *Tanulás időskorban, gerontagógia.* Gerontoeducáció, 1. évfolyam, 4. szám. 41–46. p.
4. CZIGLER István (szerk.) (2000): *Megismerési folyamatok változása felnőttkorban.* In.: Czigler István (szerk.): *Túl a fiatalságon. Megismerési folyamatok időskorban.*
5. DEÁK Edyta – DEÁK Gábor (2009): *A harmadik generáció egyetemei Lengyelországban.* Felnőttképzés, IV. szám 23–24. p.
6. Emberi Erőforrások Minisztériuma, Szociális és Családügyért Felelős Államtitkárság (2012): *Hírek. Az Idősügyi Tanács.* <http://www.kormany.hu/hu/emberi-eroforasok-miniszteriuma/szocialis-csaladi-es-ifjusagugyert-felelos-allamtitkarsag/hirek/az-idosugyi-tanacs-tagjai> [2013. 11. 02.]
7. GELENCSÉR Katalin (2006): *Az időskorúak művelődése és közösségi formái Magyarországon,* Kultúrpoint Stratégiai Tervezési Füzetek V., 8–9. p.
8. HIDASI Judit (2004): *Az előregedő társadalom – A Japán felsőoktatás egy sajátos területe.* Felnőttképzés, III. 43–46. p.
9. HIDY Pálné (2007): *A sikeres öregség.* Felnőttképzés. V. évfolyam, 4. szám 12–15.p.
10. JÁSZBERÉNYI József (2013): *Az idősoktatás Nagy-Britanniában és Magyarországon.* Polgári Szemle, 9. évfolyam, 1–3. szám [http://www.polgariszemle.hu/app/interface.php?view=v\\_article&ID=474](http://www.polgariszemle.hu/app/interface.php?view=v_article&ID=474) [2013.11.01.]
11. KACZOR Anna (2011): *Az ötven év felettiek nyelvtanulási motivációi és lehetőségei Magyarországon.* Gerontoeducáció, 1. évfolyam, 1. szám, 44-69.p.
12. KISS Éva – TARISKA Péter (2000): *Kognitív eltérések időskori kórképekben.* In.: Czigler István (szerk.): *Túl a fiatalságon. Megismerési folyamatok időskorban.*
13. KOVÁCSNÉ MERCS Mónika (2010): *Gerontológia.* Új Magyarország Fejlesztési Terv TÁMOP 2.2.1 08/1-2008-0002 „A képzés minőségének és tartalmának fejlesztése”. NSZFI.
14. KRAVALIK Zsuzsanna (2009): *Az Időspolitika Gyakorlata az Európai Unióban Közösségi és Tagállami Szinten.* Európai kitekintő. Szociális és Munkaügyi Minisztérium. <http://www.szmm.gov.hu/download.php?ctag=download&docID=500> [2013. 10. 31.]
15. KSH (2013): *Október elseje, az idők világnapja.* Statisztikai Tükör, VII. évfolyam, 73. szám. [http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/stattukor/idosek\\_vilagnap\\_13.pdf](http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/stattukor/idosek_vilagnap_13.pdf) [2013.11.05.]

16. Magyar Köztársaság Kormánya (2009): H/10500. számú országgyűlési határozati javaslat az Idősügyi Nemzeti Stratégiáról. Budapest. <http://www.parlament.hu/irom38/10500/10500.pdf> [2013.11.02.]
17. Magyarország Kormánya (2010): 1087/2010. (IV. 9.) Korm. határozat. Az Idősügyi Nemzeti Stratégia I. Cselekvési Terv 2010–2012. <http://www.kozlonyok.hu/kozlonyok/Kozlonyok/33/PDF/2010/5.pdf> [2013.11.02.]
18. Nemzeti Felnőttképzési Intézet (2006): *Idősebb munkavállalókkal kapcsolatos politikák*. Felnőttképzési Kutatási Füzetek, 2006/18.
19. ORELL Ferenc János (2008): *Reflexió a sikeres öregséghez*. Felnőttképzés, III. 10–12. p.
20. RÁNKI Péter (2009): *Húszévesek tanulják az ötven pluszt*. Népszabadság Online, 2009.12.15. [http://www.nol.hu/lap/karrier/20091215-huszevesek\\_tanuljak\\_az\\_otven\\_pluszt](http://www.nol.hu/lap/karrier/20091215-huszevesek_tanuljak_az_otven_pluszt) [2013.10.31.]
21. SZABÓNÉ DR. MOLNÁR Anna (2008): *Hazai körkép az idősek tanulási igényeiről*. Felnőttképzés, VI. évfolyam, 3. szám
22. SZÉMÁN Zsuzsa (2008): *Ki az idős? – Az öregedés különböző szempontjai*. Esély, 2008/3. 3-15.
23. SZ. MOLNÁR Anna (2010): *Tanulás időskorban*. In: Szabolcs Éva (szerk.): *Neveléstudomány – reflexió – innováció*. 118–131. p.
24. URFI Péter (2009): *Az idősödés lélektana. Mit akar már megint az öreg?* Magyar Narancs, 2009/29. július 16. [http://magyarnarancs.hu/tudomany/az\\_idosodes\\_lelektana\\_-\\_mit\\_akar\\_mar\\_megint\\_az\\_oreg-71785](http://magyarnarancs.hu/tudomany/az_idosodes_lelektana_-_mit_akar_mar_megint_az_oreg-71785) [2013.11.09.]
25. VÁRHELYI István (2004): *Időskorúak számítógépes képzése*. Felnőttképzés, II. évfolyam 3. szám, 64. p.