



Az időskorú tanulás jellegzetességei



dr. Striker Sándor

2012. május 23. Újvárosháza

„Minden élettelen fizikai rendszer
a használatban megy tönkre,
viszont az élő rendszereket
a tétlenség teszi tönkre,
míg a használatban fejlődnek”

Szent- Györgyi Albert

Kit nevezünk idősnek?

Idős életszakaszok (WHO)

50-60 év: az áthajlás kora

60-75 év: az idősödés kora

75-90 év: időskor

90 fölött aggkor

100 év felett matuzsálemi kor

De: munkavállalás: 45 már idős!

Magyarország

- Magyarországon mára minden ötödik ember betöltötte 60. életévét, vagyis a 60 felettek aránya elérte a 20 %-ot, ez 2 millió lakost jelent
- A magyar népesség egyszerre öregszik, de fogyatkozik is.

Átlagéletkor

- A születéskor várható átlagos életkor Magyarországon jelenleg nagy nemek közötti különbséget mutat:
férfiaknál 68 év, nőknél 76 év
- EU (2008):

férfiak:	76.4
nők:	82.4

Időskori jellemzők - sokféleség

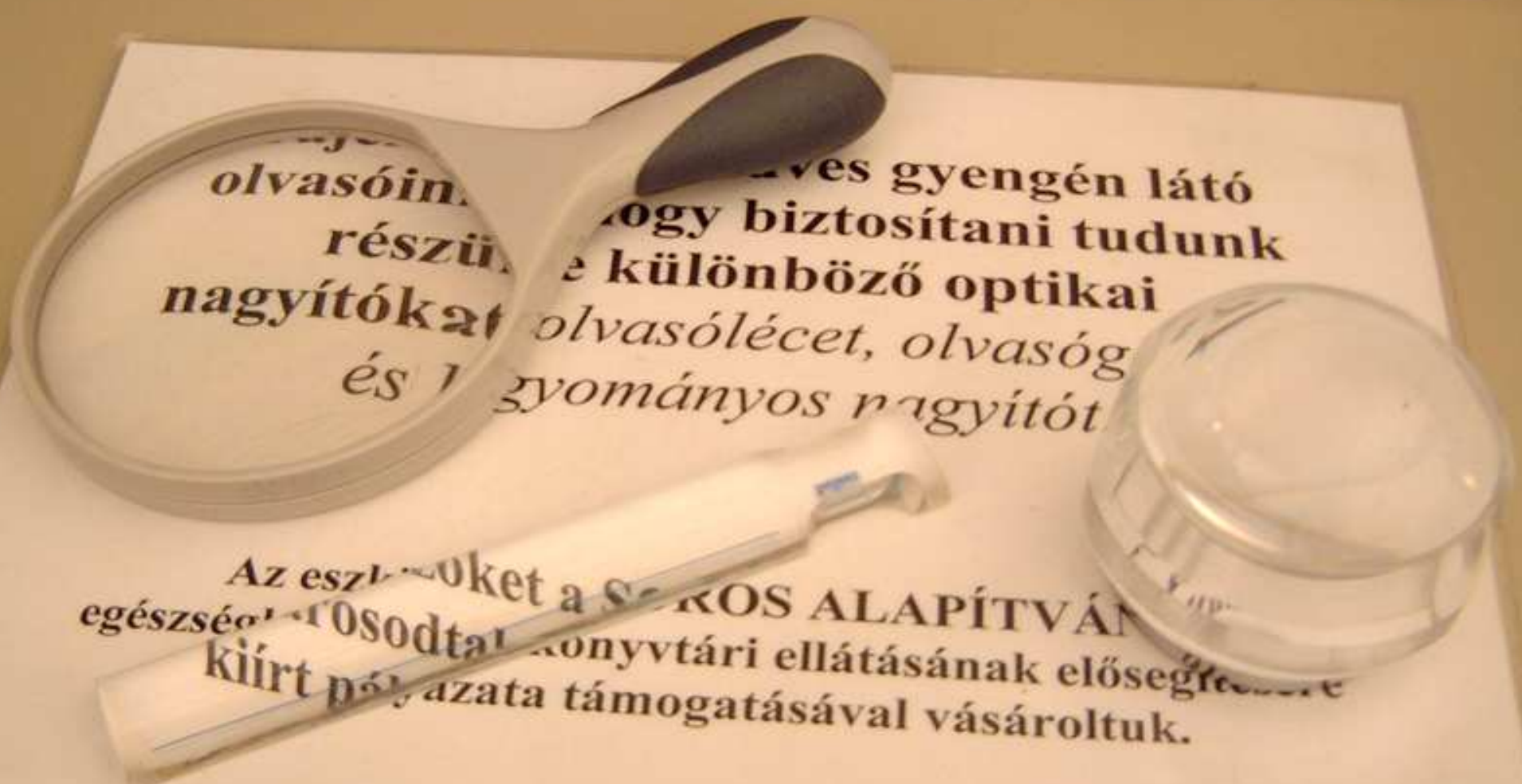
- életútjuk, lakóhelyük, családi viszonyaik,
- anyagi-gazdasági helyzetük,
- egészségi állapotuk, aktivitásuk, önellátásuk,
- rászorultságuk, igényeik, kapcsolataik, szerepeik szerint
- tanultság, képzettség és képesség,
- kreativitás és illetékesség vonatkozásában.

Magyarországi előrejelzések

- növekszik az egyedül élő idősök száma,
- csökken a családok száma,
- növekszik a válások száma.
- Kifejezetten elmarad az EU országokhoz viszonyítva a nyugdíj melletti munkavállalás és munkatevékenység,
- Magyarország az időskorúak és nyugdíjasok társadalma lett

Kiszolgáltatottság elkerülése

- MEGELŐZÉS
- AKTÍV ÉLET
- TANULÁS



olvasóin. *és* gyengén látó
részük *is* hogy biztosítani tudunk
nagyítókat *és* különböző optikai
és *is* olvasóléceket, olvasóg
és *is* gyománnyos nagyítót.

Az eszközöket a **SERKOS ALAPÍTVÁNY**
egészségügyi központjának ellátásának elősegítésére
kiírt pályázata támogatásával vásároltuk.

1996 UNESCO



Jacques Delors *Learning: the treasure within*

Oktatás/tanulás rejtett kincs

- **Megtanulni megismerni**
- **Megtanulni dolgozni**
- **Megtanulni együtt élni másokkal**
- **Megtanulni élni**

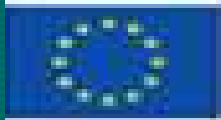
HOLISZTIKUS GONDOLKODÁS

Az Európa Tanács és az Idősek

Kulturális Együttműködési Tanács
munkacsoportja fő cél:

- Az aktív tanulási részvétel
- Hatékony eszközök kidolgozása
- Tanulás, mint elfoglaltság
- Tanulás, mint aktivitás
- Tanulás, mint az önkifejezés eszköze
- Kutatások finanszírozása





European Year for **Active Ageing**
and **Solidarity between Generations** 2012



Időskorban bekövetkezett változások

- Gyengülés: A bőr, izomzat, érzék-szervek leépülése, valamint az esetleges szellemi leépülés.
- Rigiditás (merevség): növekvő rugalmatlanság, a változások elutasítása, a megszokotthoz való ragaszkodás.
- El nem kötelezettség: zsugorodó szerepek, fokozatos visszavonulás, rivalizálás elvesztése, csekélyebb önbizalom.

Az életkorral

Javul

- Munkaütem szabályozása
- Pontosság
- Figyelemkoncentráció
- Éberség
- Jó szándék
- Fegyelmezettség
- Elővigyázatosság
- Türelem

Romlik

- *Látó és hallóképesség*
- *Testi erő*
- *Munkaütem gyorsasága*
- *Emlékezőképesség*
- *Képzelőerő*
- *Alkalmazkodás újhoz*
- *Egyszerre többre figyelés*
- *Kezdeményező készség*
- *Dinamizmus*

Miért kell tanulni?

- Mivel a **minőségi élet** nem pusztán anyagi, szociális, egészségügyi kérdés.
- Hogy az időskorúak – ameddig és amennyire lehet – **ne veszítsék el önállóságukat, ne szigetelődjenek el a társadalomtól.**
- Mert a tanulás fiatalít.

Tanulási motivációk

- Egzisztenciális
- Presztízs motívumok
- Érdeklődés, kíváncsiság

Növelése:

- Siker
- Önbizalom
- A környezet támogatása

tásainkat: a könyvkötést, laminálást
másolást.

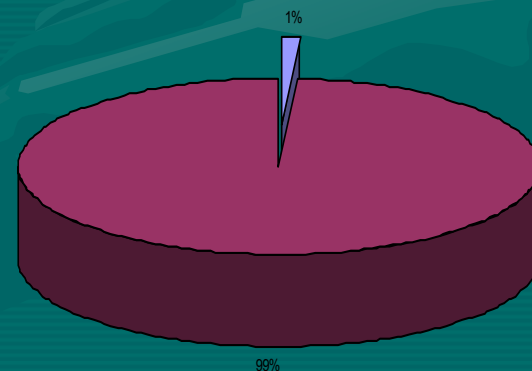
**Könyvtári tagsággal további szolgál-
sokat is igénybe vehet:**

- kölcsönözhet magyar és idegennyelvű köny-
veket hangkazettán, folyóiratokat
képeket, CD-eket, hanglemezeket,
kazettákat, CD-ROM mellékleteket,
- könyvtárközi kölcsönzést kérhet,
- használhatja olvasótermeink állományát.
- számítógépes szolgáltatásokat is igénybe



Tanulói részvétel 50 felett

- Magyarországon az 50 év feletti lakosság kevesebb, mint 1%-a tanul !
- EU: 5%



A tanulás időskori eredményei

- **Szociális jólét:**

alkalmassá tenni az időseket, hogy helyzetüket könnyebbé tegyék, problémáikat megoldják

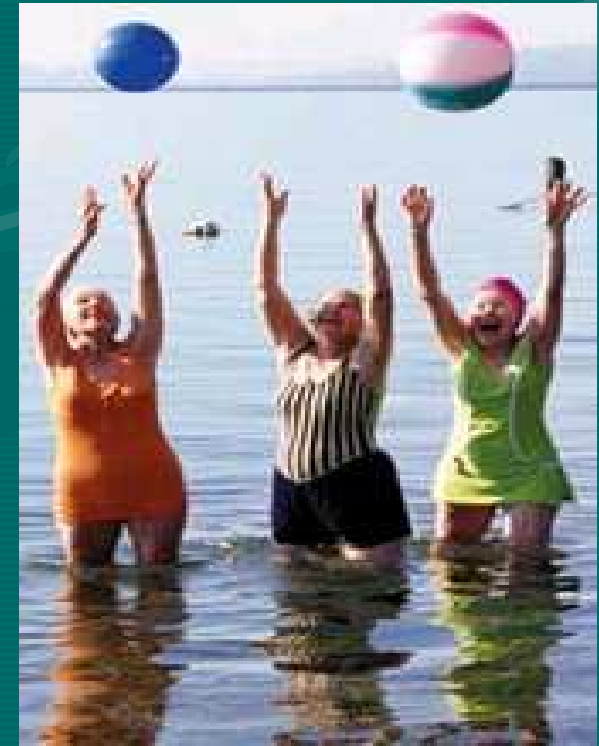
- **Kapcsolattartás** másokkal, a magányosság elkerülése

- **Kulturális fejlesztés:**

segít aktívan tartani az értelmi készségeket, akár aktív (művészeti) akár passzív (előadás, szemlélés) formában

Az időskori tanulás előnyei

- A szellemi frissesség a biológiai-fizikai önellátást segíti elő
- Új jelenségek feldolgozását teszi lehetővé, ezáltal leküzdhető a félelem a változásoktól
- Az egyéni művelődés és a gazdaság érdekei összekapcsolhatók
- A közösségi tevékenység által elkerülhető az elmagányosodás
- A tanulás szórakozás, önmegvalósítás
- Javítja az önértékelést, az önkritikát, a humor megtartását



Az érett korúak tanulásának gyakorlati kérdései

- **Alkotóképeség, önkifejező** kreativitás kibontakozása, közösségi művelődési alkalmak
- A **generációk közötti** tudás átadása, a kultúra-transzfer, társadalmi kohéziót erősítő intergenerációs **programok**, az idősek oktatásba való bevonása
- Az **életkori sajátosságoknak** megfelelő oktatás, módszerek és tanulási környezet fontossága.
- **Önkéntes** munka

Válasz-e a Harmadik Kor Egyeteme ?

- Sokféle külföldi minta
Franciaország, Nagy-Britannia (kb. 1000),
Finnország, Ausztrália, Lengyelország,
Dél-Afrikai Köztársaság, stb.
- Hazai kezdeményezések
Eger, Miskolc, Győr, Óbuda

Válasz-e
a Harmadik Kor Egyeteme ?
A sokféleségből egy hazai példa:



- És egy példa Nagy-Britanniából:

Milyen lesz a Harmadik Kor Egyeteme,

ELTE

– a tevékeny időskorért?

- Önökön is múlik!

Jöjjenek, tanuljanak, érezzék jól magukat!

Köszönöm a figyelmet!

striker.sandor@ppk.elte.hu