

BAJUSZ Klára

„Új szín az életemben”

60 év feletti a Pécsi Szenior Akadémián

A Pécsi Szenior Akadémia

A Pécsi Szenior Akadémia a Pécsi Tudományegyetem Felnőttképzési és Emberi Erőforrás Fejlesztési Karán jött létre 2014-ben. A célunk az volt, hogy létrehozzunk egy olyan felnőttoktatási (pontosabban idősoktatási) szervezetet, mely a pécsi és Pécs környékén élő 60 év feletti számára nyújt tanulási lehetőségeket.

Az akadémia időbeosztása az egyeteméhez igazodik: szemeszterenként 7 alkalommal tartunk előadásokat, minden második szerdán 15 órai kezdettel. Témaköreink az idősödők érdeklődési területeihez igazodnak: kultúra, művelődés, média, gazdaság, pénzügy, történelem, helytörténet, pszichológia, gerontológia, oktatás, egészség, életmód, orvostudomány, társadalmi és szociális kérdések. A félévek végén oklevelet adunk át azoknak, akik legalább hat előadást meghallgattak a hétből. Rendszeresen 150-200 oklevelet osztunk ki, ez azt jelenti, hogy igen sokan alkotják azt a „kemény magot”, akik szinte minden alkalommal, zömében az első szemesztertől jelen vannak az előadásokon. Az ünnepélyes oklevélátadó műsor programját hagyományosan szenior hallgatóink adják: szavalnak, saját verseiket olvassák fel, énekelnek, kórusok lépnek fel, hagyományőrző, amatőr művészeti csoportjaik mutatkoznak be.

A szemeszterek gerincét adó előadásokra tanfolyamok és egyéb programok épülnek. Ezek egy része önköltséges (itt az oktatók óradíját kérnek, így a résztvevők is fizetnek tandíjat), egy része ingyenes (itt az oktatók önkéntes munka keretében tanítanak, így a részvételért sem kell fizetni). A tanfolyamok témakörei igen változatosak: népszerűek a számítógépes és idegen nyelvi képzések, évek óta működik az idősek biblioterápiás csoportja. Módszertanilag hangsúlyos, hogy előadásaink és tanfolyamaink egy részét szenior előadók tartják (angol és német nyelv, tízujjas vakírás számítógépen, ökológia, etológia). Vannak olyan csoportjaink, melyek már önállóan működnek, az egyetem csak helyet ad, vagy az információátadásban segít (bridzsklub, szenior turistacsoport). Zajlanak emellett egyetemi oktatóink tanfolyamai is: számítástechnika, filmkultúra, konfliktuskezelés, művészettörténet, biblioterápia, antropológia, történelem témakörben. A tanfolyamok vagy oktatói felajánlásra jönnek létre, vagy egy-egy előadástéma folytatásaként születnek, vagy résztvevői javaslatra indulnak.

2017 szeptemberében a hetedik szemeszterünk kezdődik. Regisztrált résztvevőink száma ma már több, mint 600 fő. Hallgatóink 59-95 évesek, leginkább azonban a hatvanas-hetvenes korosztály aktív. Az idősek 40%-a diplomás, jellemző a középfokú végzettség. Résztvevőink 85%-ban nők. 90%-ban pécsiek, azonban van, aki 40 kilométeres távolságból jár rendszeresen az akadémiára. Hallgatóink között természetesen jelen van a lemorzsolódás. Ennek részben sajnálatos oka a betegség vagy halál, illetve az élethelyzet olyan jellegű megváltozása, mely ellehetetleníti az akadémia látogatását (pl. költözés, otthonba kerülés, családtag megbetegedése, stb). Folyamatos azonban az új hallgatók megjelenése is annak ellenére, hogy a programot a második szemesztertől kezdve már nem hirdetjük (ennek elsődleges oka a helyhiány: az előadásokon így is megjelenő 200-250 hallgatónál több érdeklődő befogadására nincs alkalmas termünk).

Kérdőíves felmérés

A hatodik szemeszter végén kérdőíves felmérést végeztünk szenior hallgatóink körében, immár harmadik alkalommal. A jelenlegi adatfelvétel 2017. május-júniusban, három egymást követő előadáson történt azért, hogy a kérdőív minél több résztvevőhöz eljuthasson, hiszen nem jelenik meg minden hallgatónk feltétlenül minden előadáson. Természetesen arra felhívtuk a résztvevők figyelmét, hogy mindenki csak egy alkalommal töltsse ki a kérdőívet. A válaszadás önkéntes és anonim módon zajlott. Az írásbeli kikérdezés során összesen 155 kitöltés történt, minden kérdőív értékelhető volt. A minta ugyan nem reprezentatív, de több szempontból leképezi a populációt (nemi és életkori arányok, lakóhely szerinti megoszlás). A kérdőívet leginkább az a – már említett – „kemény mag” töltötte ki, akik rendszeresen látogatják az akadémiát, jellemzően már az első szemesztertől kezdve.

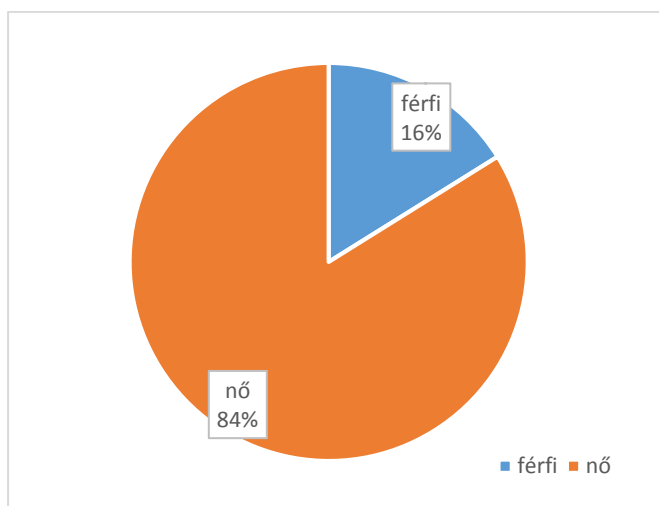
A vizsgálat hipotézisei a következők voltak:

1. Azok, akik legalább két féléve járnak az akadémiára, többet járnak társaságba, mint korábban.
2. Azok, akik legalább két féléve járnak az akadémiára, nyitottabbnak érzik magukat, mint korábban.
3. Azoknak, akik legalább három féléve járnak az akadémiára, egészségi állapota javult vagy változatlan (nem romlott).
4. A résztvevők legalább 50 %-a tudásbővítés (információszerzés), legalább 30%-a társas kapcsolatok fenntartása céljából jár elsősorban az akadémiára.

A kérdőívben számos demográfiai kérdést is feltettünk azzal a céllal, hogy mélyebben jellemeznünk tudjuk az akadémia hallgatói összetételét. A kérdőív végén visszajelzéseket, javaslatokat is vártunk további működésünkre vonatkozóan.

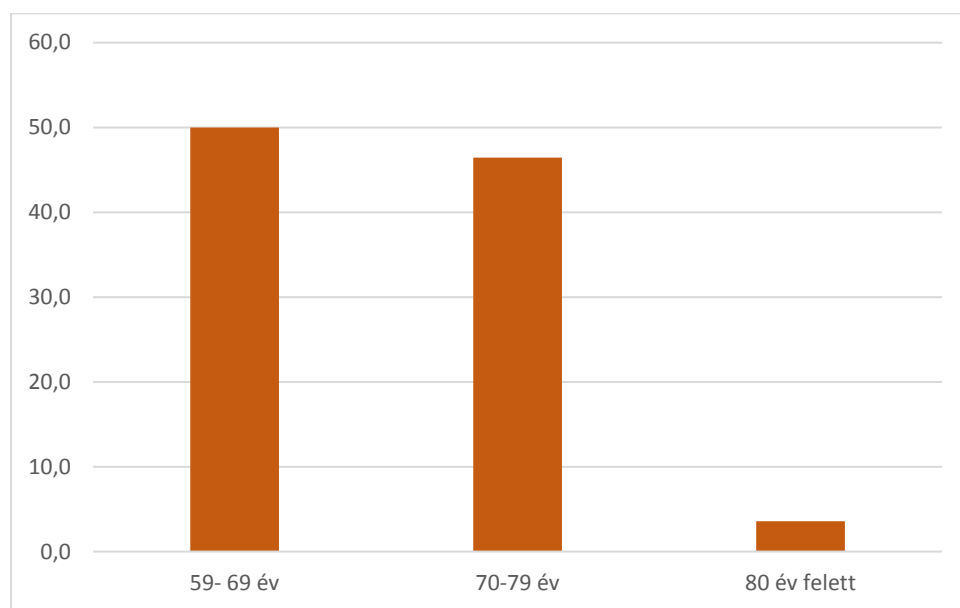
A kikérdezés eredményei

A 155 válaszadó a nemek arányát tekintve reprezentatív módon képezi le a populációt – az összes regisztrált hallgató között a férfiak aránya ugyanakkora, mint jelen esetben. Az eset nem egyedi; felnőttképzési és idősoktatási programokon egyaránt felülreprezentált a nők aránya. Az akadémia férfi hallgatói jellemzően férjek, ők sokszor feleségük hatására járnak az előadásokra, szinte kivétel nélkül párban, és rendszeres résztvevőként. Elenyésző az egyedülálló férfiak jelenléte hallgatóink között (1. ábra).



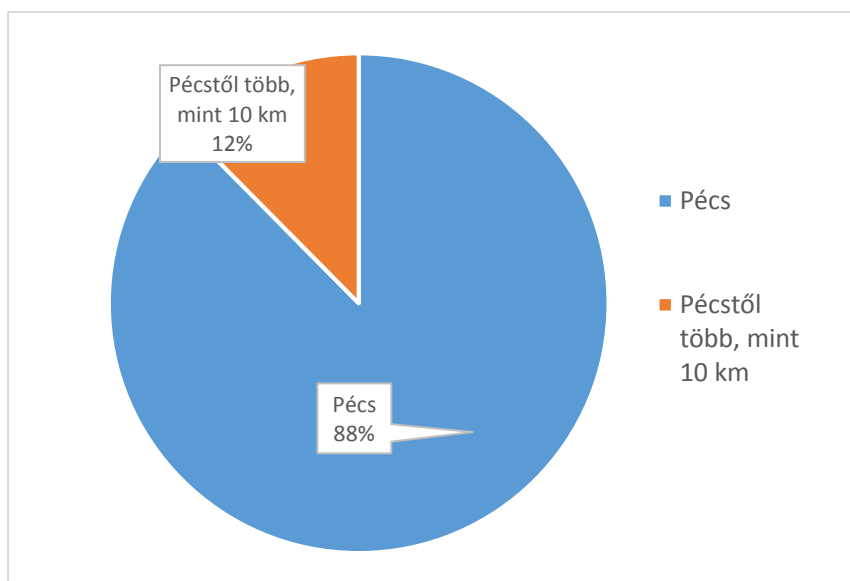
1. ábra. A válaszadók nemi megoszlása (%) (n=155)

A válaszadók közel fele-fele arányban a hatvanas, illetve hetvenes éveikben vannak. 80 év feletti hallgatóink száma jóval alacsonyabb, ez tükröződik ebben a vizsgálatban is (2. ábra).



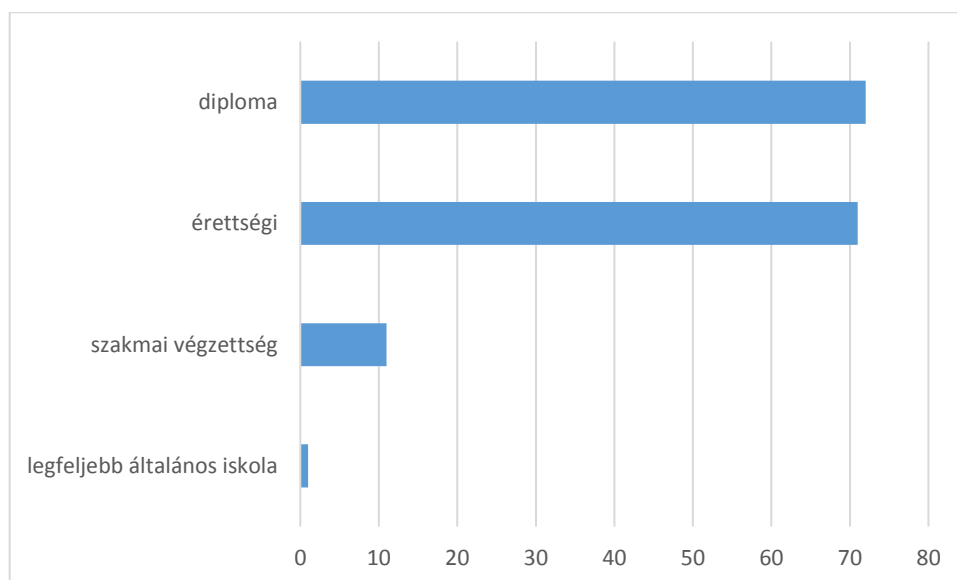
2. ábra A válaszadók életkor szerinti megoszlása (n=155)

A válaszadók lakóhely szerinti megoszlása is jellemzi a populációt, hisz az akadémiát jellemzően pécsi lakosok látogatják. A válaszadók között nem volt olyan, aki vidéki lakos és a város 10 km-es vonzáskörzetéből jár, viszont távolabbról, akár 40 km-ről is rendszeresen érkezők igen; a válaszadók 12%-a tartozik az utóbbi csoporthoz (3. ábra).



3. ábra. A válaszadók lakóhely szerint (%) (n=155)

A válaszadók több, mint 90%-a legalább középfokú végzettségű: fele-fele arányban érettségizett, illetve diplomás (ez az adat is megfelelően képezi le a hallgatói populációt). Az alapfokon iskolázott, vagy alapfokú szakmai végzettséggel (szakmunkás) rendelkezők aránya még nagyon alacsony (8%) (4. ábra).



4. ábra. A válaszadók iskolai végzettség szerint (fő) (n=155)

Elsődleges céljaink közé tartozik, hogy az akadémia életébe az alacsonyabb szinten iskolázott 60 év felettieket is be tudjuk vonni. Ennek a célcsoportnak az elérése természetesen nehezebb: több a tanulási gát, az önbizalomhiány, kevesebb a tanulási motiváció, kevésbé támogató a környezet,

hiányoznak a hozzáférés feltételei, stb.¹ Az iskolázatlan idősök számára az egyetemi közeg is elriasztó, hiszen úgy gondolják, hogy ott nem éreznék otthonosan magukat, nem értenék az elhangzottakat, nem tudnák, hogyan kell ott megjelenni, viselkedni. Félnék a kudarctól, sokszor a szégyentől. Az akadémia hallgatóságát képező iskolázott idősök jellemzően értelmiségi munkakörökből mentek nyugdíjba (tanárok, mérnökök, középvezetők, közművelődésben dolgozók), illetve olyan életmódot folytatnak, melyben a tanulás rendszeresen helyet kapott és kap. Legtöbbjük más tanulócsoportoknak is tagjai, sokszor vezetői (nyugdíjas klubok, szakkörök, művészeti csoportok). Ennek ellenére az akadémia iránt az érdeklődés részükről is folyamatos és töretlen, a résztvevők kifejezetten igénylik a rendszeres találkozásokat és programokat.

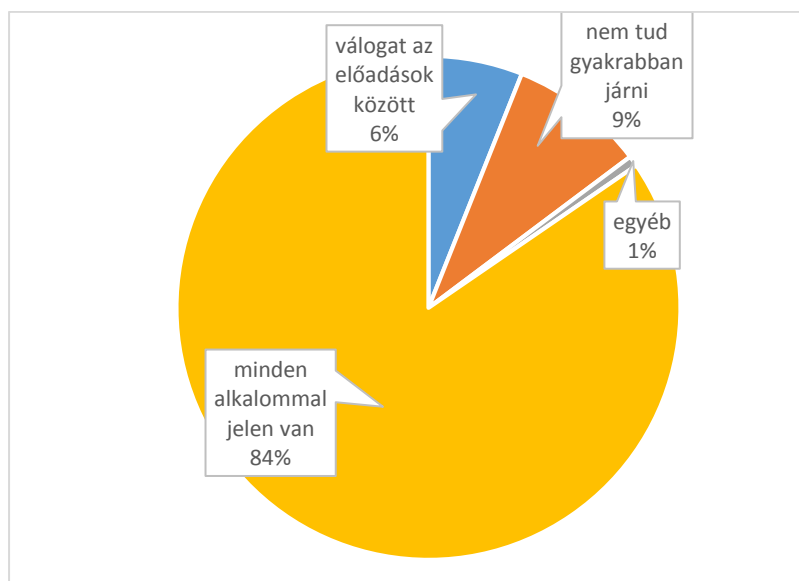
A válaszadók többsége az első szemesztertől kezdve hallgatója az akadémiának (63%). Ez azért is szerencsés, mert valós változásokat mérhetünk, és valós tapasztalatokra kérdezhetünk rá. Azoknak az életében, akik néhány hónapja járnak hozzánk, nyilván még jelentős változást nem hozhattunk (1. táblázat).

| szemeszter | fő | % |
|----------------|-----|-----|
| első félév | 98 | 63 |
| második félév | 11 | 7 |
| harmadik félév | 18 | 12 |
| negyedik félév | 7 | 5 |
| ötödik félév | 13 | 8 |
| hatodik félév | 8 | 5 |
| összesen | 155 | 100 |

1. táblázat *Mióta jár az akadémiára? (fő és %) (n=155)*

A válaszadók meghatározó többsége (84%) rendszeresen eljár az előadásokra, legfeljebb egy alkalmat hagy ki félévenként, így oklevelet is kap (ahogyan arra már korábban utaltunk, a kérdőívet kitöltők elsősorban a „kemény maghoz” tartoznak) (5. ábra).

¹ Az időskori tanulási motivációkról és gátakról lásd bővebben: Bajusz Klára – Jászberényi József (2013): Az időskori tanulásról. = Kultúra és Közösség. IV. évf. III. szám. p. 59-66.



5. ábra. Milyen gyakran jár az akadémiára? (%) (n=149)

Azok, akik ritkábban jönnek, ezt vagy azért teszik, mert nem tudnak gyakrabban jönni, vagy azért, mert érdeklődési körüknek megfelelően „mazsoláznak” az előadások között. Az okok között sem a távolság, sem az életkor nem volt meghatározó (3-4. táblázat), hiszen a távolmaradók meghatározóan pécsiek, és nem a korosabban közül kerülnek ki. A „mazsolázók” viszont inkább diplomások, talán több feladattal, közösségi szereppel, tudatos témaválasztással (2. táblázat).

3. táblázat. Az akadémiát nem rendszeresen látogatók végzettség szerint (n=28)

| | fő | % |
|--------------------|----|-------|
| szakmai végzettség | 2 | 7,1 |
| érettségi diploma | 10 | 35,7 |
| összesen | 16 | 57,1 |
| | 28 | 100,0 |

2. táblázat. Az akadémiát nem rendszeresen látogatók lakóhely szerint (n=27)

4. táblázat. Az akadémiát nem rendszeresen látogatók életkor szerint (n=28)

| életkor | fő | % |
|-----------|----|-----|
| 59-69 | 14 | 50 |
| 70-79 | 13 | 46 |
| 80 felett | 1 | 4 |
| összesen | 28 | 100 |

| lakóhely | fő | % |
|--------------------------|----|-----|
| Pécs | 22 | 79 |
| Pécstől több, mint 10 km | 5 | 18 |
| összesen | 27 | 99 |
| nem válaszolt | 1 | 4 |
| mindösszesen | 28 | 100 |

Az „Elsősorban miért jár az akadémiára?” kérdés kapcsán alapvetően kétféle motiváció merült fel: az ismeretszerzés és a kommunikációs szükséglet (5. táblázat). Ez azért is érdekes, mert itt nyílt kérdést tettünk fel, így számos ok megjelenhetett volna, a válaszok azonban egyértelműen e köré a két motiváció köré csoportosulnak. A válaszadók háromnegyede a szellemi frissesség megőrzése céljából jár elsősorban a programjainkra, közel ötödük számára pedig a tudásbővítés és a társasági kapcsolatok egyformán fontosak. Csupán néhányan jelölték meg elsődleges célként a közösséghez tartozást. Ennek oka lehet, hogy résztvevőink iskolázottak és más csoportokban is aktívak, így valószínűleg nem magányosak, mint sokan mások ebből a korosztályból.

5. táblázat Az akadémiára járók elsődleges motivációi

| Miért jár az akadémiára? | fő | % |
|---|-----|-----|
| ismeretszerzés, szellemi frissesség megőrzése | 118 | 76 |
| társaság | 3 | 12 |
| ismeretek és társaság együtt | 26 | 17 |
| nem válaszolt | 8 | 5 |
| összesen | 147 | 95 |
| összesen | 155 | 100 |

A „Mi a legjobb az akadémiában?” kérdésre is érdekes válaszok születtek. Elsősorban a „kimozdulok” és „tanulhatok” megfogalmazás jelent meg, de voltak beszédes megoldások is, melyekből kitűnik az akadémiához fűződő érzelmi kapcsolat:

- „Családias a hangulat”
- „Idősek összefogása”
- „Még most is tanulhatok!”
- „Tartozunk valahova”
- „Asszonyok, csajok”
- „Itt törődnek az idősekkel”
- „Új szín az életemben”

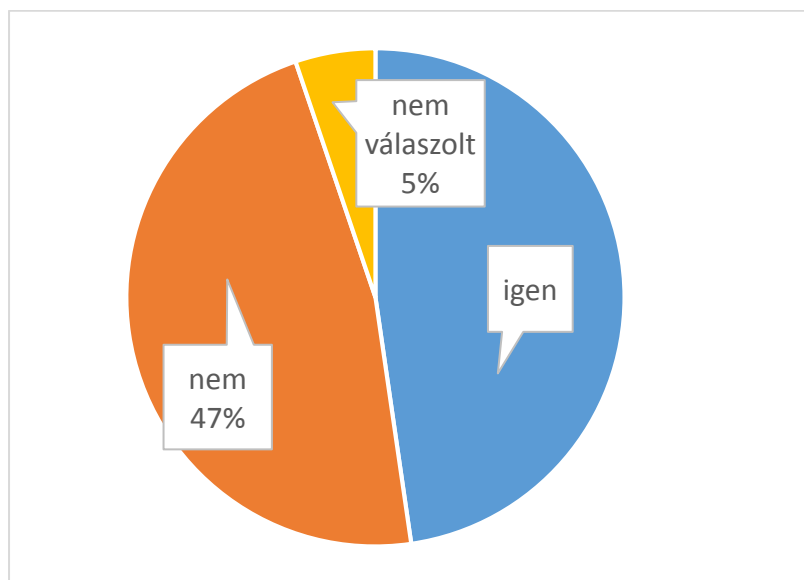
Számunkra kiemelkedően fontos, hogy lássuk, az akadémia milyen változást hoz a résztvevők életvitelében, illetve hoz-e egyáltalán változásokat. Ezért is szerencsés, hogy a válaszadók közel háromnegyede az első félétől jár az előadásokra, hiszen hosszabb távú, valós hatások mérhetőek.

Az akadémiát látogatók egészségügyi állapota a következőképpen változott, mióta a Pécsi Senior Akadémiára járnak: 15%-uknak javult, 85%-nak nem változott, és senkinek sem romlott (!). Ez utóbbi adat talán a legérdekesebb. Ahhoz természetesen mélyebb összefüggéseket is vizsgálunk kéne, hogy az akadémiára járást (azaz az aktivitást) és az egészségi állapotot egyértelműen összefüggésbe tudjuk hozni. Az azonban közismert, hogy a szellemi és fizikai aktivitás kölcsönösen hatnak egymásra, így feltételezhető, hogy a javuló szellemi teljesítmény preventív egészségmegőrző hatással bír (6. táblázat).

| mióta jár az akadémiára | egészségügyi állapota | | | | összesen |
|----------------------------|-----------------------|--------|------------------|------------------|----------|
| | romlott | javult | nem változott | nem válaszolt | |
| első félév | 0 | 11 | 85 | 2 | 98 |
| második félév | 0 | 0 | 11 | 0 | 11 |
| harmadik félév | 0 | 7 | 11 | 0 | 18 |
| negyedik félév | 0 | 2 | 5 | 0 | 7 |
| ötödik félév | 0 | 1 | 11 | 1 | 13 |
| hatodik félév | 0 | 1 | 5 | 2 | 8 |
| összesen | 0 | 22 | 128 | 5 | 155 |

6. táblázat A hallgatók egészségi állapotának változása (fő) (n=155)

Azt is feltételeztük, hogy aki rendszeresen jön az előadásokra, nyitottabb lesz és gyakrabban jár majd társaságba, mint korábban. Ez a feltevésünk nem igazolódott, bár a jelenlegi mérés adataiból nem derül ki, hogy az akadémia hallgatói közül kik azok, akik számára életmódváltást nem igazán jelentett a beiratkozás, hiszen korábban is több szervezet, nyugdíjascsoport tagjai is voltak. A válaszadók fele viszont gyakrabban jár emberek közé, mióta az akadémiára jár - önmagában ez is szép eredmény (6. ábra).



6. ábra Gyakrabban jár-e társaságba, mióta az akadémia tagja? (n=100)

Szintén az akadémia létjogosultságát igazolja, hogy a 155 válaszadó 90%-a nyitottabbnak tartja magát a világ dolgai iránt, mióta hallgatónk lett. Ismét nyitott kérdésként tettük fel a következőt: „Milyen változásokat hozott az Ön életében az akadémia?”. Néhány meghatározó válasz, összefüggésben az előzőekkel:

- „többet vitázom, nyitottabb vagyok”
- „elgondolkozom”
- „nyitottabb szemmel nézem a világot”
- „többször újat tudok mondani ismerőseimnek”
- „könyvtárba is járok, és hozzáolvasok”
- „szomjazom az újra”
- „a családom szerint többet beszélek”
- „sokszor megbeszéljük az itt hallottakat”

Vannak, akiknek az életébe rendszerességet hozott az akadémia:

- „mindig várom a szerdákat”
- „újra járhatok iskolába”
- „rendszerességet hozott”

Vagy javítja az életminőséget, a valahova tartozást:

- „tetszik, kikapcsol”
- „jobb a közérzetem”
- „újra fel kell öltöznöm”
- „hasznos közösséghez tartozom”
- „fejlődés”
- „közösségi életet kovácsolt”

Hipotézisek

1. Azok, akik legalább két féléve járnak az akadémiára, többet járnak társaságba, mint korábban.

A hipotézis nem igazolódott. Azoknak, akik legalább két féléve járnak az akadémiára (n=134), csupán a fele (pontosan 50%) jár gyakrabban társaságba.

2. Azok, akik legalább két féléve járnak az akadémiára, nyitottabbnak érzik magukat, mint korábban.

A hipotézis igazolódott, hiszen majdnem minden válaszadó (90%) nyitottabbnak tartja magát, mióta az akadémiára jár függetlenül attól, hogy hány szemeszterrel ezelőtt iratkozott be.

3. Azoknak, akik legalább három féléve járnak az akadémiára, egészségi állapota javult vagy változatlan (nem romlott).

A hipotézis szintén igazolódott, hiszen ahogyan azt korábban kifejtettük, szerencsére egy válaszadó egészségi állapota sem romlott, mióta az akadémiára jár. Azok közül, akik legalább három féléve járnak (n=132), 20 válaszadó jobban van, 112 egészségi állapota változatlan.

4. A résztvevők legalább 50 %-a tudásbővítés (információszerzés), legalább 30%-a társas kapcsolatok fenntartása céljából jár elsősorban az akadémiára.

A hipotézis első fele igazolódott, hiszen ahogyan korábban is kifejtettük, a válaszadó hallgatók 76%-a a tudásszerzés miatt jár hozzánk elsősorban. A hipotézis második fele azonban nem igazolódott, mivel mindössze 12% tekinti elsődleges motivációnak a társas kapcsolatok kialakítását.

Fejlesztési irányok

Az akadémia reményeink és tapasztalataink szerint több, mint a szabadidő hasznos eltöltésének színtere. Annak ellenére, hogy számos pozitív visszajelzést kapunk hallgatóinktól, előadóinktól és a szakma egyéb szereplőitől egyaránt, számos fejlesztési irányt meg tudunk határozni.

Fejlesztések a térben

Idősoktatási programokra számos olyan helyszínen szükség lenne, ahol ez jelenleg nem elérhető. A meredek települési lejtő és a hozzáférési nehézségek miatt a kisebb településeken eleve kevesebb felnőttoktatási program kerül meghirdetésre, ez pedig fokozottan igaz az idősoktatási programokra annak ellenére, hogy igény ezekre gyakorlatilag mindenhol lenne. A nagyvárosok mindegyikében sem érhetőek el szenior programok, az érdeklődés pedig jól látható, ha megfigyeljük, hogy a közművelődési programok látogatóinak jó része is nyugdíjas. A megye, illetve a régió számos településén nyújthatna az akadémia idősoktatási szolgáltatásokat, ha erre megfelelő anyagi, infrastrukturális és humán erőforrás állna rendelkezésünkre.

Annak ellenére, hogy első hallásra szépen hangzik a 620-nál több regisztrált szenior hallgató, Pécsen is kevés 60 év felettit érünk el. Ennek okaira korábban részben utaltunk már. Ha abból indulunk ki, hogy Pécs lakosságának harmada 60 év feletti, akkor eddigi eredményeinken van mit javítani, hiszen a célcsoport alig több, mint 1%-át tudtuk aktivitásra sarkallni.

Fejlesztések a módszertanban

Jelenlegi képzési palettánk bővíthető lenne. Szükség lenne preventív programokra (időstorna, jóga), művészeti csoportok működhetnének, de jelenleg ezekhez tárgyi feltételeink nincsenek meg (öltözők, vizesblokkok, rajzpadok stb). Több tanfolyamra is minden bizonnyal lenne érdeklődés, ha lenne olyan kollégánk vagy önkéntesünk, aki heti néhány napon ügyelet tart az akadémián, intézi a jelentkezéseket, befizetéseket, részt vesz az oktatásszervezésben. Szükségünk lenne modernebb hangosításra és kivetítőre, hogy a rendszeresen 200 fős hallgatóság jobban élvezhesse az előadásokat. A szenior turistacsoport által szervezett túrák mellett lenne igény egész napos kirándulásokra, tanulmányutakra is.

Fejlesztések időben

A Pécsi Szenior Akadémia hallgatósága jelenleg kéthetente találkozik rendszeresen, ilyenkor vannak az előadásaink. Többször felmerült már az igény arra, hogy hetente tartsunk plenáris előadást, azaz szemeszterenként 12-14 alkalommal, erre szintén nincs most lehetőségünk.

Az akadémia működtetésére és a gerontológia módszertani fejlesztésére tavaly létrehoztuk az Aktív Időskorért Alapítványt. Problémát jelent, hogy az oktatáspolitikai számára az idősoktatás jelenleg nem stratégiai feladat, így a támogatások, a pályázati források is hiányoznak. Lassan körvonalazódni látszik azonban az a kényszer, hogy az eddig hagyományosan nyugdíjközeli korban lévők tovább maradjanak a munkaerőpiacon. Ez a paradigmaváltás nélkülözhetetlenné teszi idővel az idősoktatás fejlesztését, bizonyos szegmenseiben piaci alapúvá történő fejlesztését.

Bármilyen mértékben is fejlődik majd a hazai idősoktatás, célunk, hogy a Pécsi Szenior Akadémia ennek meghatározó szereplője maradjon.

Bibliográfia:

Bajusz Klára – Jászberényi József (2013): Az időskori tanulásról. = Kultúra és Közösség. IV. folyam IV. évfolyam, III. szám. p. 59-66.

Boga Bálint (2014): Pillantás a dombról. Válogatott fejezetek az idősödéstudomány területéről. United P.C. Verlag.

Butler, Robert N. (2010): The Longevity Prescription: The 8 Proven Keys to a Long, Healthy Life. Penguin.

Dr. habil. Bajusz Klára Ph.D. a PTE KPVK egyetemi docense. A Felnőttképzési és Gerontoeducációs Tanszék vezetője, a Pécsi Szenior Akadémia szakmai vezetője. Elsődleges kutatási területei: az iskolázatlanság társadalmi hatásai; az időskori tanulás hatása az életvitelre.