

Raffael Mónika, Trásy Lilla

Aktív idősödés – az idősödés társadalmi jelentősége a statisztikai adatok alapján

Betekintő

A szülési, gyermekvállalási hajlandóság átmeneti csökkenése és a halálozási mutatók javulása a népesség korösszetételének jelentős változásaihoz vezetett, melyek eredményeként a 21. század egyik legmeghatározóbb demográfiai folyamata a társadalmi előregedés (Varga 2015). Erre a folyamatra leginkább negatív értelemben vett kihívásként tekintünk, hiszen számos gazdasági és társadalmi problémát vet fel, melyek megoldásához hosszú távú, rugalmasan reagáló új fejlesztésekre, struktúrákra és a minden korosztályt érintő szemléletváltásra van szükség. Elemzésünkben a kérdéskörhöz tartozó problémák megjelenítésén túl igyekeztünk az idősödés, időskor pozitív aspektusai, így az aktív idősödés területe kapcsán is adatokat bemutatni.

Bevezetés

A 2022-es népszámlálás részletes adatai még nem állnak rendelkezésre, azonban már az előzetes adatokból is kitűnik, hogy a 65 éves és annál idősebb lakosság aránya az elmúlt évtizedben tovább növekedett. Míg 2016-ban a mikrocenzus, azaz „kis népszámlálás” időpontjában 4,2% volt a 80 éven felüliek és 14,4% a 65-79 év közöttiek aránya a népességen belül, addig 2022-es népszámláláskor ez 4,6 és 15,7%-ra növekedett (1,5 millió fő és 444 ezer fő).

Ezzel összhangban a népszámlálás adatai szerint a lakosság egyötöde (21%) az időskorúak (64 évnél idősebbek) közé tartozott. A 2011-es népszámlálási adatokhoz képest ez 300 ezer fős növekedést jelent,

vagyis hazánk népessége korösszetételében tovább idősödött. Emellett pozitív tendencia viszont, hogy a 15 évnél fiatalabb gyermekek 15%-os aránya az előző népszámlálási adatokhoz képest gyakorlatilag érdemben nem változott. Mindezt úgy, hogy évről évre egyre kevesebben tartoznak a 15-49 éves korosztályba, az úgynevezett gyermekvállalási korba, azaz jóval kevesebb szülőképes nő adott életet ennyi gyermeknek.

Ezzel együtt az idősek növekvő és a középkorúak csökkenő arányából számos társadalmi és gazdasági probléma, kihívás adódik, melyek megoldása a teljes népesség közös jóllétének kulcseleme lehet.

Idősödő korösszetétel – a hazai népesség számokban, kifejezetten az idősekre és fiatalokra fókuszálva

A 2022-es népszámlálás előzetes adatai szerint Magyarország népessége 9 millió 604 ezer fő volt. Ekkor 1,4 millió 15 éven aluli gyermek élt hazánkban, amely az ezt megelőző tíz évben nem változott érdemlegesen. Emellett az aktív korú, pontosabban a 15-64 évesek száma 6,8 millióról 6,2 millióra csökkent, miközben a 64 éven felüliek létszáma 300 ezerrel nőtt. A közel 2 millió fős 65 éves és annál idősebb lakosság a hazai népesség egyötödét

(21%-át) tette ki a 2022-es census során. Szintén a népszámlálás előzetes adataiból láthatjuk, hogy ez a korosztály hasonló arányban képviselteti magát a megyei jogú városokban (22%), a fővárosban (21%), és a kisebb lélekszámú városokban (21%), a községekben az előbbieknél némileg alacsonyabb ez az arány, 19 százalékot tesz ki. A fiatalok aránya viszont a községekben a legmagasabb, míg ez a településhierarchiában felfelé haladva csökken.

1. táblázat: A településtípusok lakosságának korcsoportos megoszlása a 2022-es népszámlálás adatai alapján (%)
 Forrás: KSH adatai alapján KINCS szerkesztés

Településtípus	0-14 éves	15-64 éves	65 éves és annál idősebb
Főváros	12,5	66,3	21,2
Megyei jogú városok	13,1	64,6	22,3
Többi város	15,2	63,8	21
Községek	16,4	64,4	19,2

A népesség korösszetételében valamivel nagyobb különbségeket találhatunk, ha a vármegyékben képviselt arányszámokat nézzük. A délnyugati térségében magasabb arányt képviselnek a lakosok körében az idősek, mint az északkeleti országrészben. Ezzel ellentétben viszont magasabb a 15 éven aluliak aránya az északkeleti vármegyékben, mint a délnyugatiakban. Érdeemes kiemelni a fővárost is, mivel itt a legmagasabb az aktív korú 15-64 éves korosztály részaránya (66%), a gyermekkorú népességé különösen alacsony (12%), a 65 éves és idősebbeké pedig az országos átlaghoz hasonlóan alakult (21%).

A 64 éven felüliek aránya Zala vármegyében (25%) volt a legmagasabb, hasonló az arányuk Békés (24%) és Tolna vármegyében (24%), míg a Pest és Szabolcs-Szatmár-Bereg vármegyei népesség körében pár százalékponttal kevesebbet, 18%-ot tesznek ki. Ezzel ellentétben Zala vármegyében a legkisebb a 15 éven aluliak aránya (12%), Pest vármegyében pedig a legnagyobb (17%).

A 2011-es adatokat nézve ugyanezen vármegyékben képviselték magukat a legkisebb és legnagyobb arányban az idősek, viszont ott, ahol arányában több 65 éves és idősebb személy élt, azokban a vármegyékben a számuk 2011 és 2022 között nagyobb mértékű emelkedést mutat.

2. táblázat: A vármegyék lakosságának korcsoportos megoszlása a 2022-es népszámlálás adatai alapján (%)
 Forrás: KSH adatai alapján KINCS szerkesztés

Terület	0-14 éves	15-64 éves	65 éves és annál idősebb
Bács-Kiskun	14,8	63,6	21,7
Baranya	13,5	63,9	22,7
Békés	13,4	62,6	24

Terület	0-14 éves	15-64 éves	65 éves és annál idősebb
Borsod-Abaúj-Zemplén	16,6	63,5	19,9
Budapest	12,5	66,3	21,2
Csongrád-Csanád	13,5	64,5	22
Fejér	14,9	64,8	20,3
Győr-Moson-Sopron	14,9	65,7	19,4
Hajdú-Bihar	15,3	65,2	19,4
Heves	14,8	63,1	22,1
Jász-Nagykun-Szolnok	15,1	63,1	21,8
Komárom-Esztergom	14,7	65,2	20,1
Nógrád	14,6	63,2	22,2
Pest	17,1	64,9	18
Somogy	13,7	62,5	23,9
Szabolcs-Szatmár-Bereg	16,6	65,3	18,1
Tolna	14,2	62,7	23,1
Vas	13,4	64,9	21,6
Veszprém	13,9	63,8	22,3
Zala	12,5	62,9	24,6

Országunk 9,6 millió lakossal rendelkezett a 2022-es népszámlálás idején. Összességében az látható, hogy egyre többen tartoznak a 64 éven felüliek közé, de emellett a 15 éven aluliak aránya nem csökken. Míg a városokban valamivel magasabb a nyugdíjas korúak aránya, addig a gyermekek a községekben képviselnek nagyobb hányadot. Az országrészeket tekintve a délnyugati területen találunk arányaiban több időskorút, viszont a 15 éven aluliak az északkeleti megyékben mutatnak magasabb részarányt. Emellett esetükben érdemes a főváros és Pest vármegye területét is kiemelni, mert míg Budapesten alacsony, az azt körbe vevő településeken magas a gyermekek aránya.

Kitekintés az európai országok népességére
Az európai országokra való kitekintéshez az Eurostat adatait használtuk fel¹. A harminc országra vonatkozó nemzetközi kitekintésben az látható, hogy 2021-ben a 15 éven aluliak aránya Izlandon volt a legmagasabb (19%), míg a délen fekvő országokban, úgymint Olaszországban, Portugáliában és Máltán pedig a legalacsonyabb (13 százalékos körüli). Ezzel szemben az utóbbi országokban volt a legmagasabb a 65 éven felüli lakosok aránya (Olaszországban 24%, Portugáliában 23%), de ehhez hasonlóan alakult a bolgár idősek aránya is (23%). Viszont míg Bulgáriában 21% volt a 65-84 év közöttiek részesedése, ezzel a legmagasabb arányt mutatva az európai országok között, és csupán 2,2%-ot tettek ki az ennél idősebb lakosok, addig Olaszország (3,8%) és Portugália (3,4%) a 84 éven felüliek arányában volt kimagasló. Ebben a korosztályban Franciaország (szintén 3,4%) és Spanyolország (3,3%) állt még a lista élén. Az izlandi fiatalok magas aránya mellett viszont alacsony, 15% volt a 64 éven felüliek aránya. Ezzel megegyező értéket mutatott Luxemburg is, ezzel ők képviselik a legalacsonyabb értéket.

Az Eurostat rendelkezésre álló legfrissebb, 2021-es adatai szerint hazánkban a 15 éven aluliak aránya a vizsgált 30 európai ország közül a 20. helyen állt közel 15%-kal, bár a legtöbb országban 14-16 százalékos a fiatalok aránya. A 65 éves és annál idősebb lakosok hazánkban a népesség ötödét tet-

ték ki (21%), ami az európai országok rangsorában a 10. legmagasabb volt.

A hazai népesség számának várható alakulása az előreszámítások szerint

A népesség elöregedése egész Európát érintő probléma. A lakosság és korcsoportos összetételének alakulása függ a születések és a halálozások számától, illetve a be- és elvándorlások mértékétől. A Föld népességének alakulásáról többféle becslés, előreszámítás létezik, több forgatókönyvet is tartalmazva. Az ENSZ 2022-ben kiadott számításai², azon belül is az alapváltozat szerint, amely közepes termékenységgel számol, és a kutatók szerint a legnagyobb valószínűséggel bekövetkező változatot jelöli, a hazai népességben 2100-ra a 15 éven aluliak aránya továbbra is 13% felett marad, de a népesség közel harmada meghaladja majd a 65. életévét. Ezzel együtt pedig a 15-64 éves korosztály aránya mérséklődik 66%-ról 55%-ra. Magas termékenység esetén a fiatalok aránya akár 18%-ra is emelkedhet, míg az idősek aránya nem haladja meg a népesség negyedét. Alacsony termékenység mellett viszont a 15 éven aluliak aránya várhatóan 8%-ra mérséklődik, míg a lakosság 43%-a, vagyis közel fele fog a 65 éven felüliek körébe tartozni. Ha a közepes termékenységgel számolt előrejelzést vesszük alapul, akkor a hazai lakosság korösszetétele a többi európai országra jellemzőkhöz hasonlóan alakul majd.

A változó korösszetételből adódó társadalmi kihívások

Az utóbbi évtizedekben nemcsak a 65 éves és annál idősebb népesség arányának dinamikus növekedése volt megfigyelhető, hanem korstruktúrájuk átalakulása is, mely azt jelenti, hogy az idősek körében növekedett az úgynevezett legidősebb idősek aránya, azaz a 80 éves és afelletti korú népességé, ezen belül azoké, akik már a 85. életévüket is betöltötték. Ez a jelenség napjaink egyik legjelentősebb kihívásaként jelenik meg mind ossztársadalmi szinten, mind a különböző társadalmi intézmények számára (nyugdíjrendszer, egészségügyi ellátórendszer stb.). Hogy

ez valójában mit jelent, az attól is függ, hogy az idősek mennyi ideig tudnak a társadalom aktív tagjai lenni, mennyi ideig egészségesek, hogyan tudják mozgósítani a bennük levő energiákat akár a formális, akár az informális munka világában (Boros, Gábrriel és Monostori 2021). 2019-es adatok szerint az adott évben a 65 év feletti korosztály létszáma 1,8 millió fő volt, közülük 1,3 millió fő élt valamilyen korlátozottsággal (Gyarmati 2019). Mindez nem magyar sajátosság. Összességében a világ elöregedése gyorsul, és míg 2010-ben 524 millióan töltötték be a 65. életévüket a Föld la-

¹Forrás: Eurostat: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/CENS_21AG/default/table?lang=en&category=cens.cens_21 (Utolsó letöltés ideje: 2023.05.08.)

²Forrás: ENSZ: <https://population.un.org/wpp/Download/Standard/Population/> (Utolsó letöltés ideje: 2023.05.08.)

kői közül, becslések szerint 2050-re ez a szám másfél milliárd körüli lesz. A statisztikai adatok szerint az egészségben eltöltött évek száma azonban nem növekszik az átlagéletkor kitolódásával arányosan. A hosszabb élettartam nem jelent automatikusan minőségi éveket és aktív idősödést.

Idősgondozás, idősek otthoni ellátása

Az elmúlt évtizedekben a magyar népesség száma folyamatosan csökkent, emellett az időskorúak száma viszont emelkedett, vagyis a népesség öregszik. Ehhez társul az a probléma, hogy magasabb életkorban az egészségesen várható élettartam értékei alacsonyak, mely az ellátásokra, gondozásra szorulóknak számának jelentős emelkedését idézheti elő. Ez mind az intézményeknek, mind pedig a családoknak fokozott és hosszantartó feladatot jelent (Hablicsekne 2022). A KSH adatai szerint 2018-ban 277 ezer fő gondozott beteg vagy idős hozzátartozót, vagyis a 18-65 éves korosztály 4,5%-a³, bár a 2016-os európai életminőség-felmérés a hazai lakosság 18%-át találta informális gondozónak (European Commission 2018). Az otthoni gon-

dozók között felülreprezentáltak voltak a házások, a nők, a középfokú végzettséggel rendelkezők, regionálisan pedig az ország északkeleti területén élők. Csupán 12%-uk részesült ápolási díjban⁴.

A gondozók és gondozottak kapcsolatát vizsgálva látható, hogy a férfiakat inkább házas társuk, a nőket pedig jellemzően lánygyermekük ápolja, ezzel összhangban pedig az idősebbek házas társukat, a fiatalabbak pedig idős szüleiket gondozzák (Monostori és Gresits 2018). Az idősödés, időskor azonban nem kell, hogy automatikusan a betegségnek, a gondozó környezetnek való kitettséget jelentse, az egészség és aktivitás megtartása nem lehetetlen feladat. Az egészséget meghatározó egyes tényezők súlya ugyan nem egyértelmű, de az általánosságban elfogadottak szerint a genetikai tényezők kb. 15-30%-ban, az egészségügyi ellátás színvonala 10-15%-ban van jelen, mint az egészségi állapotot meghatározó tényező. A további 55-75% a társadalmi-gazdasági státusszal és az iskolázottsággal függ össze, melyért az életmód tényezői a felelősek (Ádány 2011).

Aktív idősödés

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) felismerve az idősödés, azon belül is az aktív idősödés fontosságát, 2002-ben megalkotott egy definíciót, mely szerint az aktív idősödés „a lehetőségek optimalizálásának folyamata az egészség, a részvétel és a biztonság területén az életminőség javításáért az életkor előrehaladtával”. A mérhetőség érdekében kidolgozásra került egy olyan komplex mutató (úgynevezett Global Age Watch Index), amely az idősek életminőségét és jóllétét fejezi ki nemzetközileg összehasonlítható módon. Az index négy dimenziót összegez: az anyagi biztonságot, az egészségi állapotot, az idősek szerepvállalásának lehetőségét, illetve a társadalmi részvételt lehetővé tevő környezetet. A 2015-ös eredmények szerint a vizsgált 96 ország közül Magyarország a 39. helyen szerepelt (Boros 2017). Azonban az aktív idősödésnek nincs egységes definíciója, annak elemei időszakonként, szervezetenként változhat-

nak a témával kapcsolatos aktuális szakpolitikai diskurzusoknak megfelelően. A fogalmat az ENSZ (UNECE) fejlesztette tovább 2012-ben, mely szerint „Az aktív idősödés lehetőséget teremt arra, hogy az emberek kiterjesszék lehetőségeiket a fizikai, társadalmi, mentális jóllét területein az egész életciklusukon keresztül, és hogy részt vehessenek a társadalomban, mialatt megfelelő védelemben, szociális biztonságban, gondozásban részesülnek a szükségleteik szerint”. 2015-ben a mérést lehetővé tevő index fogalmi keretébe szintén az ENSZ (UNECE) által újabb elemek kerültek be. Ebben az értelmezésben az aktív idősödés olyan helyzetet jelent, amelyben az emberek folytatják a formális munkaerőpiacon való részvételüket, emellett azonban elköteleződnek másféle produktív, de nem fizetett programokban való részvétel iránt is (például gondoskodnak a családtagjaikról vagy önkéntes munkát végeznek), önállóan és egészségesen

³Forrás: KSH: https://www.ksh.hu/docs/hun/xstadat/xstadat_evkozi/e_csalkot9_11_15.html (Utolsó letöltés ideje: 2023.05.30.)

⁴U.a.

élnék, olyan biztonságban, amilyen a koruknak megfelel (Patyán és Leleszi-Tróbert 2022).

Az idős lakosság mind a társadalmi, mind pedig a gazdasági körforgásban való benntartása vagy abba való újbóli bevonása nem csupán gazdasági szempontok miatt kiemelten lényeges, hanem annak a fizikai és mentális egészségre gyakorolt pozitív hatásai miatt is. Ehhez társul még az a tényező is, hogy az idősek mintaként szolgálhatnak bizonyos tárgyi ismeretek, illetve életstratégiák átadásában is, mely több generációra gyakorolhat pozitív hatást. A 2016-os Életünk fordulópontjai⁵ kutatásban részt vevő 50-75 évesek 72%-a vett részt aktívan unokáik gondozásában. Ugyan az életkor emelkedésével nő az unokákkal rendelkezők aránya, viszont csökken a nagyszülők aktivitása. Ennek elsődleges oka az idősebb korosztály egészségi állapotának romlása, viszont ahogy nőnek az unokák, gondozási szükségleteik csökkennek. Az adatokból az derül ki, hogy a nagymamák nagyobb arányban vannak jelen unokáik életében, mint a nagypapák (ez részben demográfiai tényezőkre vezethető vissza), illetve a magasabban képzetek körében magas a segítő nagyszülők aránya – vélhetően anyagi, infrastrukturális erőforrásaik miatt (Monostori 2020). A Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családo-

kért (KINCS) a fiatalok és idősök kapcsolatának vizsgálatára irányuló, 2022-ben végzett kutatása rámutatott arra, hogy tízből kilenc felnőtt szerint alapvetően jól megértik egymást a saját családjukban az idősebbek és a fiatalok, és a családokban szoros a kapcsolat a nemzedékek között. Tíz felnőttből kilenc nyilatkozta azt, hogy családjukban az unokák és a nagyszülők kapcsolata kifejezetten jó (90%). A családon belül a fiatalok és az idősek kölcsönösen támaszkodhatnak egymásra, hiszen a válaszadók kétharmada (66%) válaszolta, hogy az idősek támogatják a fiatalabb családtagokat, és közel ugyanennyien állították, hogy a fiatalokra is számíthatnak az idősebbek, valamint a családok 78%-ában a gyermeknevelésben is aktívan részt vállalnak a nagyszülők. A kisgyermeket nevelők közül szinte mindenki (97%) egyetért azzal, hogy a gyermeknevelésben a nagyszülőknek fontos szerepe van (KINCS 2022a). A mindennapi életben az idősebb generáció tapasztalatai, tanácsai, segítsége elengedhetetlenül szükséges a fiatalok számára a családi életükhöz és igényt is tartanak rá. A különböző generációk lényegesnek tartják egymás segítségét, ami egyrészt a fiatalok életkezdésében, másrészt az idősek méltósággal megélt éveinek biztosításában fontos (Papházi, Tárkányi és Barató 2019).

Empirikus adatok, elemzés

Elemzésünkben a népesség elöregedésével járó problémakörök közül a jövő megoldásainak szempontjából leginkább előremutató aktív idősödés témakörét céloztuk körbejárni. Ehhez a téma szempontjából releváns, rendelkezésre álló adatok másodelemzését és a meglévő szakirodalom feldolgozását választottuk. Elemzésünk a WHO által a fentiekben már hivatkozott Global Age Watch Index egyes dimenzióinak (anyagi biztonság; egészségi állapot; idősek szerepvállalása; társadalmi részvételt lehetővé tevő környezet) magyarországi jellemzőit írja le, de emellett kitér az ENSZ által továbbfejlesztett fogalomban szereplő szociális biztonságra, gondozásra, gondoskodásra is. Európai összehasonlításban Magyarország azon

országok körébe tartozik, ahol az aktív idősödés tényleges tartalma elmarad az európai átlagtól (Demográfiai portré 2021). Ennek vizsgálata érdekében a fentebb már hivatkozott, az aktív idősödés indexét képező tényezőkre vonatkozó adatokat igyekeztünk feldolgozni. Kutatásunk során azonban az egyes tényezőkre vonatkozó adatok hiányával vagy elégtelenségével kellett szembesülnünk, mely talán önmagában is utal arra, hogy az aktív idősödést támogató gyakorlat hazánkban egyelőre még nem eléggé elterjedt.

Anyagi biztonság, foglalkoztatás

Az időskor jellemzően az aktív munkaerőpiaci státusz megváltozásával kezdődik, bár a statisztiki-

.....

⁵Az Életünk fordulópontjai adatfelvétel 2001 és 2016 között 5 időpontban (2001, 2004, 2008, 2012 és 2016) vizsgálta a felnőtt magyar népességet. A kutatott kérdések egy része olyan felnőtt népességre vonatkozott, akiknek vannak unokáik. Tőlük azt is megkérdezték, hogy szoktak-e segíteni azok ellátásában.

kában használt 65. életév nem esik egybe a nyugdíjkorhatárral, illetve egyénekenként eltérő a gazdasági aktivitás felhagyásának ideje. 2020-ban a munkaerőpiacról való kilépéskor a nők átlagosan 61,7 évesek voltak, a férfiak valamivel idősebbek, 64,5 évesek⁶. Az átlagok közötti különbség részben abból adódhat, hogy a férfiak nagyobb arányban maradnak aktívak a rájuk vonatkozó nyugdíjkorhatár betöltése után is, valamint további fontos tényező lehet a nők kedvezményes öregségi nyugdíja, mely lehetővé teszi a legalább 40 évnyi jogosultsággal rendelkező nők számára, hogy életkoruktól függetlenül nyugdíjba vonulhassanak. A nyugdíjas korúak gazdasági aktivitását tekintve is láthatunk különbséget a nemek mentén. Míg 2022-ben a 65-69 éves férfiak 17%-a volt foglalkoztatott, addig a nők 10%-a; a 70-74 évesek körében pedig 7 és 4%-os ez az arány⁷. A munkaerőpiacról kilépők viszont komoly erőforrásokkal rendelkeznek, amelynek egy részét jó eséllyel a családra fordítják, viszont nem elhanyagolható az önkéntes munkában megjelenő munkavégzés sem: 2020. IV. negyedévben közel 300 ezer 65-74 éves végzett önkéntes munkát⁸.

Szociális biztonság, gondozás, gondoskodás

Az időskorúak növekvő aránya miatt növekszik a tartós gondozásra szoruló idősök aránya is, különösen, hogy míg a várható élettartam növekszik, addig az egészségben várható évek száma nem emelkedik. Ezzel együtt viszont csökken az ellátás forrásait biztosító aktív társadalmi réteg: az időskorú-eltartottsági ráta 2062-re hazánkban akár az 53,6-os értéket is elérheti, vagyis két aktívkorúra jut majd egy időskorú. Emiatt a gondozásban a családok szerepe várhatóan felerősödik, bár a családszerkezet átalakulása nehezítheti a családtagok gondozási kapacitását. (Leleszi, Bagyura és Széman 2022).

Az időskorúak jóllétéhez az anyagi helyzetük is jelentősen hozzájárul. A KSH adatai szerint 2022-ben 2,3 millió személy részesült saját jogán járó nyugdíjban, a korosztály nemi összetételéből adódóan nem meglepő, hogy kétharmados a nők

aránya. A nyugdíjak összegét vizsgálva elmondható, hogy 500 ezer fő 100 ezer forint alatti nyugdíjellátást kap, további 1,3 millió idős nyugdíja nem haladja meg a 200 ezer forintot. Viszont 123 ezren 300 ezer forint fölötti járandóságot kapnak. A nők jellemzően alacsonyabb ellátásban részesülnek⁹.

Kiemelkedően fontos annak elérése, hogy az egyre nagyobb számú idős népesség megfelelő életminőségben, életszínvonalon élhesse élete utolsó szakaszát is. Ennek meghatározó eleme a lakásmínőség, lakhatás. Egy az ezek állapotának felmérésére irányuló 2017-es kutatás szerint, közel 3,9 millió magyarországi lakás 35%-ában, több mint 1,3 millió lakásban élt 65 éves és annál idősebb személy. A kutatásban az ország valamennyi lakását négy csoportba sorolták. „Az első kategóriába azok az értékes lakások kerültek, amelyek számottevő lakásvagyont jelentenek, ilyennek tekintették azokat, amelyek az ország lakásainak legdrágább 20%-ába tartoznak. Ez alapján jó lakás az, amelyik a helyi lakáspiacon a felső 40%-ban van, de értéke nem tekinthető számottevő lakásvagyonnak. Átlagos lakás az, amelyik a helyi lakáspiacon a harmadik vagy a negyedik ötödben van. Végül rossz a lakás, ha a helyi lakáspiacon az alsó 20%-ba esik és/vagy substandard.” Ezeket a kategóriákat az idősök lakásaira alkalmazva az látható, hogy a 64 évnél idősebbek közül a számottevő lakásvagyonnal, illetve a jó lakással rendelkezők száma kissé alulreprezentált a teljes népességhez képest. Emellett az egyedülálló idősök körében a rossz lakások aránya kiemelkedően magas, közülük csaknem minden harmadik ilyen lakásban él. Aki viszont társával együtt éri meg az időskort, az nagyobb eséllyel él megfelelő lakáskörülmények között, vagy akár kifejezetten értékes lakásban (Székely 2017). Egy másik jelentős tényező a lakhatás minőségére a háztartás mérete. Az elmúlt évtizedekben csökkent a háromgenerációs együttélés, és növekedett az egyszemélyes háztartások aránya. Az egyedül élők körében egyre nagyobb az idősök aránya, akik első sorban özvegyülés miatt maradtak egyedül (Monostori és Murinkó 2018).

⁶Forrás: KSH: <https://www.ksh.hu/sdg/4-16-sdg-8.html> (Utolsó letöltés időpontja: 2023.05.30.)

⁷Forrás: KSH: https://www.ksh.hu/stadat_files/mun/hu/munoo17.html (Utolsó letöltés időpontja: 2023.05.30.)

⁸Forrás: KSH: https://www.ksh.hu/docs/hun/xstadat/xstadat_evkozi/e_onk_9_20_01.html (Utolsó letöltés időpontja: 2023.05.30.)

⁹Forrás: KSH: https://www.ksh.hu/stadat_files/szo/hu/szoo035.html (Utolsó letöltés időpontja: 2023.05.30.)

A 2016-os mikrocenzus adatai szerint a 65 éves és idősebbek 31%-a élt egyedül (Monostori és Gresits 2018), ami a nőket jobban érintette, ugyanis öt egyedül élő idősből három nő volt (KSH 2018).

Egészségi állapot

Az idősek egészségi állapota összefügg hazánkban a teljes felnőtt népességre jellemző kedvezőtlenebb egészségmutatókkal. A halálozási és a megbetegedési mutatók, az egészségterhek egyaránt azt mutatják, hogy ugyan egyes betegségeknel érzékelhető javulás, egyes fejlett országokkal összevetve elmaradásban vagyunk. A születéskor várható élettartam folyamatosan nő hazánkban, a lakosság egészségi mutatói ennek ellenére is kedvezőtlenek. Az idősek jelentős része valamilyen krónikus betegségben szenved, emiatt gyakran veszik igénybe az egészségügyi intézmények különböző ellátásait (Boros 2017). A kor előrehaladtával, időskorban romlik az egészségi állapot, és egyre jellemzőbbé válnak a különböző tartós-krónikus megbetegedések. Ezek következtében az idősebb korosztály tagjainak egy jelentős része számos korlátozottsággal kénytelen együtt élni. Egyes adatok szerint, hazánkban minden második 64 év feletti lakost korlátoz a mindennapokban rossz egészségi állapota (Fábián, R. Fedor és Mór 2022). Az életkor előrehaladtával nő az idült betegséggel sújtottak aránya, a 15–34 évesek mintegy ötöde (22%), a 35–64 éveseknek közel fele (48%), és a 65 éves vagy annál idősebbek több mint háromnegyede (77%) számol be krónikus betegségről (Boros, Gárdos és Kovács 2021).

Szerepvállalás, társadalmi részvétel, társadalmi részvételt lehetővé tevő környezet

Az idősek szerepvállalására számtalan lehetőség adódhat, a gyermekekről nagyszülőként való gondoskodás, az esetleg más felnőttekre irányuló gondozási tevékenység, az önkéntesség, mind teret adhat azok számára, akiket egészségi állapotuk, belső motivációjuk erre alkalmassá tesz. További lehetőséget jelenthet a társadalmi életbe vagy a civil szférába való bekapcsolódás is.

„Az időskorú népesség társadalmi szempontból is fontos szerepe a nagyszülőség. A nagyszülők számos formában segíthetik gyermekeik családját: gondoskodhatnak, vigyázhatnak az unokákra, amikor a szülők a munkájukkal vagy egyéb tevé-

kenységgel vannak elfoglalva, játszhatnak, tanulhatnak velük, elvihetik őket különböző szabadidős tevékenységekre, és anyagilag is segíthetik őket. Ezek nyilván nagymértékben hozzájárulhatnak az unokák objektív és szubjektív jólétéhez, de növelhetik a nagyszülők jólléti szintjét is” (Monostori 2020: 321). A nagyszülői szerep, és a nagyszülőktől kapott segítség megítélése igen pozitív hazánkban. Egy ezer fő megkérdezésével készített országos kérdőíves vizsgálat eredményei szerint a megkérdezett felnőttek elsősorban többsége (95%) úgy nyilatkozik, hogy egy gyermeknek jó, ha vannak nagyszülei, és a nagyszülők számára az unoka egyértelműen örömforrást jelent. A válaszadók többsége szerint az a legjobb a gyermeknek, ha legalább hetente tud találkozni a nagyszüleivel, és a gyermeknevelésben a nagyszülőknek is fontos szerepük van (KINCS 2022a).

Az ebben való szerepvállalás azonban nem egyenletes férfiak és nők között, hiszen életpályájuk sem alakul egységesen. A nők hosszabb életpályára számíthatnak a férfiaknál, a férfiak esetében viszont életkortól függetlenül magasabb a párkapcsolatban élők aránya és alacsonyabb az egyedül élőké. Talán részben ennek köszönhetően a férfiak ritkábban költöznek össze idős korukra gyermekeik családjával. Mindemellett a nőkre jóval nagyobb arányban jellemző az időskori társnélküliség következtében kialakuló egyedül élés, amelynek aránya az idősebb korosztályok felé haladva növekszik (Kemény 2017).

A házastárs, pár és/vagy család nélkül élő idősek számára a kisebb-nagyobb közösségekben való aktív részvétel, önkéntes munka lehetőséget adhat a társadalmi hasznosság megélésére, illetve a társas kapcsolódásokra. Az Önkéntesség Magyarországon 2013 vizsgálat szerint a 60 év feletti korosztály 25%-a végzett önkéntes munkát a kérdést megelőző egy évben, míg 75%-uk soha nem volt önkéntes. A 2018-ban megismételt felmérés adatai azt mutatták, hogy a 60 év feletti korosztályban a megkérdezettek 24%-a volt aktív önkéntes a felvétel idején, míg 21%-uk ugyan végzett már önkéntes munkát valamikor, de a kutatás idejében nem végzett aktívan ilyen munkát, vagyis passzív önkéntesnek volt tekinthető. Valamivel több mint fele a megkérdezetteknek (55%-uk) soha nem volt önkéntes. Az érintettek bevallása szerint a 60 feletti önkéntességének akadályai a fizikai korlátok, önbizalom- és bizalomhiány,

elszigeteltség, alacsony ingerküszöb, kisebb terhelhetőség, rugalmatlanság, illetve az ismeret és információ hiánya (Bartal 2021).

A társadalmi életben való aktív részvételre az önkénteskedés mellett jó lehetőséget adhat a civil vagy politikai szervezet tevékenységébe való bekapcsolódás. Hazánkban viszonylag sok bejegyzett egyesület van, viszont ezek köré nem csoportosul jelentős tömeg. Az idősek részvétele a civil mozgalmakban nagyon alacsony, amely összefügghet iskolázottságukkal, és az azzal összefüggésbe hozható alacsonyabb társadalmi státuszukkal (Szabó és Gerő 2019).

A munkavégzés szempontjából aktívnak tekinthető időskorúak fontos erőforrást jelenthetnek. A munkaadó és munkavállaló egymásra találását úgynevezett nyugdíjas szövetkezetek segítik. "A közérdekű nyugdíjas szövetkezet az aktív időskorúak olyan társas vállalkozása, amelynek célja elősegíteni a foglalkoztatás területén jelentkező nehézségek kiegyensúlyozását, a még aktív időskorúak munkaerőpiacra való visszatérését – rugalmasan, számukra megfelelően. Továbbá le-

hetőséget nyújtani a tudás, a szakmai ismeret, az élettapasztalat átadására a generációk között, és erősíteni a helyi közösségeket, a szociális integrációt."¹⁰ Tehát a szövetkezetek célja nem csupán munkaerő toborzás, hanem oktatási, képzési és kulturális lehetőségek biztosítása, ezzel együtt pedig szociális jellegű, közösségfejlesztő lehetőségeket is nyújt. A szövetkezet alapítói és működtetői maguk is nyugdíjasok kell legyenek, vagyis saját kortársaik és sorstársaik érdekképviselőként teszik ezzel lehetővé.

Az idősek társadalmi részvételének támogatása kapcsán léteznek további hazai jó gyakorlatok. Néhány kiemelt program például a Semmelweis Egyetem által 2020 őszétől működő Szenior Akadémia, mely általános, szemléletet formáló előadásokkal támogatja az idősek egészségügyi ismereteinek fejlesztését. De ide sorolható a Szenior Egyetem vagy Harmadik Kor Egyeteme néven működő, több egyetemet összefogó program is, mely szintén az idősebb korosztály számára biztosít képzéseket.

Összegzés

Elemzésünk rávilágít arra, hogy az aktív idősödést meghatározó egyes dimenziókban igen eltérőek a hazánkban tapasztalható eredmények, azonban az idősek családban betöltött szerepe jelentős, pozitív képet mutat. Az életkor emelkedésével a felnőtt lakosság egyre inkább úgy látja, hogy a családban támaszkodhatnak az idősekre, a kisgyermeket nevelők kiemelkedően számítanak, támaszkodnak szüleik korosztályára (KINCS 2022a).

Az idősek nagyszülökként való helytállása természetesen minden érintett számára hatalmas értéket jelent, azonban érdemes lehet az idős korosztály egyéb területet érintő tudását és képességét is hasznosítani nem csak családi, de közösségi és társadalmi szinten is. Szükséges a társadalmi szinten és a civil életben való aktivitásuk növelése, élettapasztalataik és tárgyi tudásuk átadását lehetővé tevő formális és informális közösségek támogatása. Ezek a lehetőségek jelenleg kevésbé kihasználtak, vagy ezek rendszer szinten, vissza-

kereshető adatok formájában nem jelennek meg. A magyarok négyötöde szerint az idősek a társadalom egészének hasznos és megbecsült tagjai, és a róluk való gondoskodás az állam és a családok közös feladata. Időskorban az egészség megtartása szempontjából a kapcsolatoknak, közösségeknek kiemelt jelentőségük van, melyek megadják az összetartozás, a valakihez való tartozás élményét, örömét, általuk elkerülhető az elmagányosodás és izoláció kialakulása, illetve annak hosszú távú következményei, mint a depresszió és az öngyilkosságra való hajlam. Éppen ezért minden életszakaszban törekedni kell arra, hogy ne csak virtuális kapcsolatok, hanem személyes, baráti, családi kapcsolatok legyenek, melyek fejlesztik, kiegészítik a személyiséget. A levélírásnak valaha nagy jelentősége volt, ez azonban mostanra átalakult és email formában zajlik leginkább (Bagyinszki 2019). Az idősek azonban nem minden esetben tudnak lépést tartani a modern kor vívmányaival és a személyes kapcsó-

.....

¹⁰Forrás: <http://kozesz.hu/#!/rolunk> (Utolsó letöltés időpontja: 2023.05.30.)

latok, találkozások jelentőségét, pozitív hatásait az online világ nem képes helyettesíteni.

Az aktív idősödéssel nemcsak időskorban kell foglalkozni, az erre való felkészülés már fiatal felnőttkorban elkezdődik. Az aktív időskor fontos eleme a generációk közötti szerves kapcsolatban és kölcsönös támogatásban rejlik. A népesség előre-
gedésének vizsgálatára és az aktív idősödésre irányuló kutatások eredményei alapján kiemelt fontosságú a születéskor várható élettartamnak az európai uniós átlaghoz való közelítése, az egészségben eltöltött évek számának növelése. Emellett pedig az aktív élet fenntartásának növelése, az időskori jövedelembiztonság megteremtése, a társadalmi integráció erősítése. Ehhez szükséges a különböző szolgáltatások (egészségügyi, szoci-

ális, oktatási, kulturális stb.) összehangolása az idősebb korosztály szükségleteinek és érdekeinek figyelembevételével, és kulcsfontosságú az idősek élethosszig tartó tanulásának támogatása. Az idősek emberek mentális és fizikai jóllétének biztosítása érdekében az „aktív idősödés” feltételeinek erősítésére van szükség, mely nem csupán a fizikai aktivitást, a munkaerőpiacon maradást jelenti, hanem a társadalmi, kulturális, civil életben való aktív részvételt is. A megvalósítás alapja a társadalmi szemléletváltás mind a gazdasági, mind az idősödés társadalmi megítélését és megélését illetően. Ugyan kutatásunkban nem céloztuk a már létező hazai és nemzetközi jó gyakorlatok feltérképezését, az aktív idősödés területének fejlesztése érdekében a jövőben ez kiemelt fontosságú kutatási terület lehet.

Felhasznált irodalom

- Ádány Róza (2011) *Megelőző orvostan és népegészségtan*. Budapest: Medicina Könyvkiadó Zrt.
- Bagyinszki Zoltánné (2019) *Aktív és egészséges öregedést elősegítő technikák*. In: Homoki Andrea (szerk.) *Szociális Gerontológiai Ismeretek*. Gyula: Gál Ferenc Főiskola Egészség- és Szociális Tudományi Kar. 188-201.
- Bartal Anna Mária (2021) *A Nemzeti Önkéntes Stratégia (2012-2020) mérlege, eredmények, adósságok*. In: Bartal Anna Mária (szerk.) *Önkéntes szemle*. 1. évf. 3. sz. 3-20. DOI: <https://doi.org/10.53585/OnkSzem.2021.1.3-20>
- Boros Julianna (2017) *Egészség időskorban*. In: KSH: *Ezüstkor: korosodás és társadalom*. 35-50.
- Boros Julianna, Gábor Dóra, Monostori Judit (2021) *Idősödés*. In: Monostori Judit, Óri Péter, Spéder Zsolt (szerk.) *Demográfiai portré 2021*. Budapest: KSH NKI. 163-182.
- Boros Julianna, Gárdos Éva, Kovács Katalin (2021) *Egészségi állapot*. In: Monostori Judit, Óri Péter, Spéder Zsolt (szerk.) *Demográfiai portré 2021*. Budapest: KSH NKI. 139-161.
- European Commission (2018) *Informal care in Europe*. (<https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/96d27995-6dee-11e8-9483-01aa75ed71a1/language-en>, letöltve: 2022.08.09.)
- Fábián Gergely, R. Fedor Anita, Móré Mariann (2022) *Ötven év felettiiek egészségi állapota és egészségmagatartása*. *Acta Medicinae et Sociologica* 13. évf. 35. sz. 108-133.
- Gyarmati Andrea (2019) *Idősödés, idősellátás Magyarországon. Helyzetkép és problémák*. Budapest: Friedrich Ebert Stiftung
- Hablicsekné Richter Mária (2022) *A demenciával élők várható létszámának kísérleti előreszámítása 2050-ig*. *Kapocs* 5. évf. 3-4. sz. 86-98.
- Kemény Réka (2017) *Társkeresési karakterisztikák időskorban*. In: KSH: *Ezüstkor: korosodás és társadalom*. 62-73.
- KINCS (2021) *Népszerűek az időseket támogató új intézkedések*. (Gyorsjelentés)
- KINCS (2022a) *A nagyszülő erőforrás a család számára, ahogy a család is erőforrás az idősek számára* (https://www.koppmariaintezet.hu/docs/KINCS_omnibusz_2022_szept_idosek.pdf)
- KINCS (2022b) *A magyarok közérzete. A KINCS longitudinális országos reprezentatív vizsgálatának eredményei 2020. november – 2022. szeptember között* (https://www.koppmariaintezet.hu/docs/KINCS_Omnibusz_Kozerzet_A_magyarok_kozerzete.pdf)
- KSH (2018) *Mikrocenzus 2016, 6. a háztarások és a családok adatai*. Budapest: KSH
- Leleszi-Tróbert Annamária, Bagyura Márton, Széman Zsuzsanna (2022) *Idősellátás és a családi gondozók terhelése a COVID-19 járvány első hulláma idején*. *Orvosi Hetilap*. 163. évf. 42. sz. 1654-1662. (<https://doi.org/10.1556/650.2022.32596>)

- Monostori Judit (2020) A nagyszülők gyermekgondozási tevékenysége Magyarországon. *Demográfia*, 2020. 63. évf. 4. sz. DOI: 10.21543/DEM.63.4.2
- Monostori Judit, Gresits Gabriella (2018) Idősödés. In: Monostori Judit, Őri Péter, Spéder Zsolt (szerk.) *Demográfiai Portré 2018*. Budapest: KSH NKI. 127-145.
- Monostori Judit, Murinkó Livia (2018) Háztartás- és családszerkezet. In: Monostori Judit, Őri Péter, Spéder Zsolt (szerk.) *Demográfiai Portré 2018*. Budapest: KSH NKI. 177-197.
- Papházi Tibor, Tárkányi Ákos, Baráté Edina (2019) A családok biztos alapja a generációk közötti jó kapcsolat – intergenerációs kutatás. *Kapocs*. 2. évf. 3-4. sz. 52-76.
- Patyán László, Leleszi-Tróbert Anett Mária (2022) Az aktív idősödés egyéni és társadalmi dimenziói. *Máltai Tanulmányok*. 4. évf. 4. sz. 78-93. <https://doi.org/10.56699/MT.2022.4.6>
- Szabó Andrea, Gerő Márton (2019) *A magyar társadalom és a politika*, 2019. Budapest: MTA Társadalomtudományi Kutatóközpont
- Székely Gáborné (2017) Lakáspiaci életutak. In: KSH: *Ezüstkor: korosodás és társadalom*. 18-27.
- Vargha Lili (2015) A társadalmi öregedés hagyományos és alternatív indikátorai. *Demográfia*. 58. évf. 1. sz. 57-78.