

**DOKTORI (PHD) ÉRTEKEZÉS**

**AZ ÁLLATTARTÁS EGÉSZSÉGSZOCIOLÓGIÁJA**

**VIRGINÁS ZOLNA**

Debreceni Egyetem

BDT

2024

# AZ ÁLLATTARTÁS EGÉSZSÉGSZOCIOLÓGIÁJA

Értekezés a doktori (Ph.D.) fokozat megszerzése érdekében  
a szociológia tudományágban

Írta: **Virginás Zolna**  
okleveles biológus-pszichológus

Készült a Debreceni Egyetem Humán Tudományok doktori iskolája  
(Szociológia és társadalompolitika programja) keretében

Témavezető: **Dr. Kiss János** tanszékvezető főiskolai tanár

.....

(olvasható aláírás)

A doktori szigorlati bizottság:

elnök: Dr. ....

tagok: Dr. ....

Dr. ....

A doktori szigorlat időpontja: 202... ..

Az értekezés bírálói:

Dr. ....

Dr. ....

Dr. ....

A bírálóbizottság:

elnök: Dr. ....

tagok: Dr. ....

Dr. ....

Dr. ....

Dr. ....

A nyilvános vita időpontja: 202... ..



SZOCIOLÓGIA  
ÉS TÁRSADALOMPOLITIKA  
DOKTORI PROGRAM

DOKTORI (PHD) ÉRTEKEZÉS

**AZ ÁLLATTARTÁS EGÉSZSÉGSZOCIOLÓGIÁJA**

**VIRGINÁS ZOLNA**

2024

Debreceni Egyetem  
Humán Tudományok Doktori Iskola  
Szociológia és Társadalompolitika Doktori Program

# ETIKAI NYILATKOZAT

„Én Virginás Zolna teljes felelősségem tudatában kijelentem, hogy a benyújtott értekezés önálló munka, a szerzői jog nemzetközi normáinak tiszteletben tartásával készült, a benne található irodalmi hivatkozások egyértelműek és teljesek. Nem állok doktori fokozat visszavonására irányuló eljárás alatt, illetve 5 éven belül nem vontak vissza tőlem odaítélt doktori fokozatot. Jelen értekezést korábban más intézményben nem nyújtottam be és azt nem utasították el.”

Debrecen, 2024.08.13

VIRGINÁS ZOLNA

## Tartalom

1.	<b>Bevezetés</b> .....	3
1.1	A téma jelentősége és aktualitása .....	5
1.2	A téma háttere.....	8
2.	<b>Az egészség</b> .....	13
2.1	Az egészség fogalma és társadalmi meghatározottsága .....	13
2.2	A kutatásban használt egészségpszichológiai elméletek .....	15
2.3	A jóllét, az étellel való elégedettség és a társadalmi közérzet pszichológiai meghatározói .....	16
2.4	A kutatás során érintett pszichés betegségek.....	18
2.5	A kutatásban előforduló fiziológiai paraméterek, betegségek .....	22
2.5.1	A betegségek lelki okai.....	24
3.	<b>Az időskor</b> .....	25
3.1	Az öregedés fogalma .....	25
3.2	Az öregedés biológiai háttere .....	26
3.3	Az öregedés elméletei.....	27
3.4	Az idősek társadalmi integrációja, társadalmi tőkéje .....	29
3.4.1	Az idősek társadalmi helyzete .....	30
3.4.2	Az idősek magányhoz való viszonya.....	32
4.	<b>Az ember- állat kapcsolat</b> .....	33
4.1	Az ember- állat kapcsolat bemutatása .....	33
4.2	A ház körüli állattartás.....	36
4.2.1	Az állattenyésztés és pásztorkodás tudománytörténete .....	38
4.2.2	A Sóvidéki etnozoológia és a tenyésztett állatfajok jellemzői .....	43
4.3	Az ember- állat kapcsolat szociológiai háttere .....	50
4.4	Az ember- állat terápiás kapcsolata .....	52
4.4.1	Az állatterápia elméleti háttere .....	53
4.4.2	Az állatterápiás kutatási eredmények metaanalízise .....	55
5.	<b>A kutatás módszertana</b> .....	61
5.1	Problémafelvetés, kutatási célok, a kutatás dimenziói .....	61
5.3	A vizsgálati minta.....	62
5.4	A kutatás módszerei.....	64
5.4.1	Az adatfeldolgozás során alkalmazott statisztikai módszerek.....	69
6.	<b>Eredmények bemutatása és értelmezése</b> .....	71

6.1 A sóvidéki állattartó idők pszicho-szociális jellemzői .....	72
6.2 A sóvidéki állattartó idők életvitele .....	80
6.3 A sóvidéki állattartás jellemzői, idős gazdák perspektívájából .....	84
6.4 A sóvidéki állattartó idők egészségi állapota .....	112
6.5 Korrelációs vizsgálatok, a tevékeny időskor dimenziói mentén .....	136
<b>7. Következtetések, Összefoglalás .....</b>	<b>152</b>
<b>Köszönetnyilvánítás.....</b>	<b>158</b>
<b>Felhasznált irodalom .....</b>	<b>159</b>
<b>Melléklet .....</b>	<b>174</b>
Interjú vázlat .....	174
Kérdőív .....	176
Interjú alanyok.....	186

# 1. BEVEZETÉS

*„Szeretett állataink olyanok, mint a vitaminok, amelyek ellenállóbbá teszik szervezetünket a láthatatlan fenyegetésekkel szemben. Olyanok, mint a biztonsági öv, amely megvéd az élet baleseteitől. Olyanok, mint a riasztórendszer, amely biztonságérzetet ad. Mindent egybevetve, az állatok gyógyító ereje valóságos csoda.” - Dr. Marty Becker*

Kutatási téma választásomat több tényező is indokolja: egyrészt biológusként szeretem az állatokat, másfelől pedig pszichológus szakemberként az emberek jólléte érdekel, közös metszőpontként találtam rá az állatterápiára. Mindig lenyűgöztek az olyan emberek életútjai, akik a gazdálkodásban, a mezőgazdaságban, a természetben találták meg a békét, a boldogságot, az egészséget. Évekig gyűjtöttem a hasonló interjú válaszokat, melyeket most szociológus doktorandusz hallgatóként tudok hasznosítani:

*„Belefáradtam a folytonos változásba, az örökös bizonytalanságba. Átutazó voltam mindenütt, a saját életemben is. Most talán hazatalálok... Az állattartással együtt járó dolgokat meg vállaltuk, nem tekintem áldozatnak. Örülök, hogy tehéntrágyás a csizmám, mert ez azt jelenti, hogy van tehenünk és van csizmánk... Az elemi boldogságot kaptam ajándékkul a falusi életünktől: a fény, a meleg, az étel, a pihenés, a növény- és állatszületés és nem utolsósorban az alázat élményét” – Ughy, 2021:2*

*„Kint lenni a szabadban, emberekkel beszélgetni az állataimmal lenni. Mindenkiel jól elbeszélgetek, a növényekkel, a madarakkal, a virágokkal és az állatokkal. A természetben sosem vagy egyedül: látod, ahogy a világ minden egyes nappal növekszik és fejlődik. Tisztának és boldognak érzed magad, csak az a rossz, amikor elfáradsz és haza kell menned. Még ha sokat kell dolgoznod, akkor is szép” - Fausto, 1991:1*

*„Ma a legnagyobb probléma az ember minőségének problémája: beteges, satnya, szellemileg, lelkiileg, fizikailag beteg. Nem kötelező akkora kényelemben élni, mint amekkorában tartjuk magunkat. Ez a típusú kényelem nem tesz jót, a világ nagyon nagy, mi pedig bebörtönözzük magunkat és marjuk egymást, mint a patkányok. Feladjuk a teret, pedig a Kárpát-medencében lenne elég mindenkinek. Aki pásztorkodásban érvényesülni tud, óriási jövőre mutató eszköz lesz a kezében. A biodiverzitás szempontjából is fontos lenne, hogy minden területen folyjék legeltetés. Az oxigén nagy részét nem az erdők, hanem a gyepek termelik. A tiszta ivóvizet is a legelők tisztítják meg. Ez a mioritikus táj a tehenek, juhok miatt ilyen, turisztikai vonzereje is a pásztorkodás miatt van” – Nagyálmosi, 2021:1*

*„Isten arra teremtett engem, hogy gazdálkodó emberként próbáljam művelni a természetet, építeni Isten országát azzal, hogy megkeresem a harmóniát, azzal a lételemmel, amelyből vétettünk... parasztnak, gazdálkodó embernek lenni Székelyföldön, tulajdonképpen a Paradicsom vissza építési munkája’’- Bányász, 2021:2.*

A doktori kutatásom során az állatasszisztált agroterápia, állattartás egészségpszichológiai kérdéseit szeretném tanulmányozni, részleteit feltárni, mivel a szakirodalomban kevés tudományos munka foglalkozott a témával. A megjelent egészséggel kapcsolatos életminőség-vizsgálatok egyrészt a szubjektív tapasztalatokra, az önértékelésre alapoznak, másrészt pedig egy többdimenziós megközelítés alapján vizsgálódnak, amely a pszichológiai, fizikai és szociális aspektusokat veszi figyelembe. Korábbi kutatások azt mutatják, hogy a szubjektív életminőséget több tényező is befolyásolja: személyiségvonások, életkor, családi állapot, nem, egészségi állapot, jövedelem, foglalkoztatottság, egyenlőtlenségek mértéke (Susánszky, 2006). A disszertációm alanyai szülőföldem, a székelyföldi Sóvidék, idős állattartó gazdái. Jelenleg nagyon kevés információval rendelkezünk arról, hogy ez a célcsoport milyen egészségpszichológiai potenciált képvisel, milyen az életminősége, melyek a boldogság forrásaik, vagy arról, hogy ennek az állattartó tudáspotenciálnak a térségi szakmai, társadalmi beágyazódása miként alakul. Annak ellenére, hogy az állattenyésztés fontos térségi erőforrás, kevesen foglalkoztak az állatterápiás gyökereivel, a célcsoport sajátosságainak és helyzetének elemzésével. A témaválasztásom és a témához való lojalitásom, ezek függvényében alakult. Naiv megérzésemet tudományosan szeretném bizonyítani, a képezéseimnek megfelelő területen, interdiszciplinárisan ötvözni a biológia- a pszichológia- az egészség- a szociológia jelenlegi álláspontjait kutatási témámban. Jó kiindulási mérföldkőnek találok, hogy az ember az egyetlen olyan hiperszociális csoportlény, amely idegen fajok egyedeit is képes bevonni szociális kapcsolatainak bonyolult hálózatába. Vizsgálatok igazolták, hogy a társállatok embereket helyettesíthetnek gazdáik szociális hálójában, pozitív fiziológias, pszichológiai, kognitív és viselkedési változásokat indukálva (Csányi, 1994). Peplau és Perlman (1978) helyettesítőnek nevezi azokat a kapcsolatokat, amelyek a társas kötődés érzetét nyújtják, nem emberhez való kötődést jelentenek, például. háziállatokkal való törődést és velük való kapcsolatot (Kucsera, 2011). Szakirodalomból tudjuk, hogy az affiliáció iránti emberi vágyunk, evolúciós múltunkból ered, amikor a másokhoz való csatlakozás növelte túlélési esélyeinket. Az affiliáció motivációi: társas összehasonlítás, szorongáscsökkentés és információkeresés. Ugyanakkor stresszcscökkentő, mert a társas támogatás ütközőzóna- hatású, azon emberek, akik érzékelik, hogy támogatásban részesülnek, kevésbé érzékenyek a stresszes eseményekre, mint

a társas támogatás hiányában szenvedők. Az affiliáció hiányának legnyilvánvalóbb jele a magányosság, összetett érzelmi reakciója, de egészségügyi következményekkel is járhat (Hewstone, 2007). Az affiliáció iránti emberi vágyunkat viselkedéskutatások bizonyítják. Az időskorúak számának növekedése kihívás elé állítja az ellátórendszert, így fontos vizsgálni az aktív, egészséges és méltó öregedést segítő lehetőségeket. A civilizációs betegségek orvoslására az állatterápia lehet az egyik lehetőség, melyet népszerűsíteni lehetne, minél szélesebb körben. Olyan lesz a világ, amilyenné mi, Homo Sapiensek alakítjuk, miénk ez a hagyaték, visszatalálni a gyökerekhez és újra használni a fenn tartható fejlődés, az Active Aging érdekében. Pierre Rabhi szavaival: *„a világon oázisokat kell létrehozni, amelyek az ökológiai és szolidáris élőhelyek magvai... az új paradigma az önmérsékleten, a mértéktartáson és az élet tiszteletén kell alapuljon... összhangba kell hozni a modern világ vívmányait az emberbarát és ökológiai értékekkel”* Bányász, 2021:2.

## **1.1 A téma jelentősége és aktualitása**

Az európai mutatók és a hazai korfa sajátosságait figyelembe véve azt tapasztaljuk, hogy minden iparilag fejlett országban demográfiai egyensúlyvesztés van kilátásban, a népesség fokozatos elöregedése, a csökkenő születési arányszám és a születéskor várható élettartam meghosszabbodása miatt. Az Eurostat előrejelzései szerint 2050-re a 65 éven felüliek száma 60%-kal fog növekedni. Az Országos Statisztikai Hivatal, INS 2020-as adatai alapján, Romániában jelenleg már 100 tizenöt évesnél fiatalabb személyre 121,3 idős ember jut. Négy felnőttből pedig egy már nyugdíjas Erdélyben. Az EU tagországokban a születéskor várható élettartam: férfiaknál: 67,5-79,8 év, nőknél: 77,4-85,6 év. Bognár (2021) alapján az elmúlt 150 évben a fejlett országokban a várható élettartam hat órával nőtt minden nap. A várható „egészséges évek” száma idős korban országonként változó: Magyarországon 5,4 év, míg Európán belül a legjobb átlag Norvégiában van, ahol 14,5 fogyatékoságmentes évet jelent, 65 év fölötti életszakaszban (Széman, 2012). Harper (2016) alapján az élettartam növekedésével párhuzamosan ugyanakkor a termékenység csökkenni kezdett, a történelem során még sohasem fordult elő ilyen mértékű társadalmi elöregedés (Bognár, 2021). Az idősek 42, 15%-a egyszemélyes háztartásban él, Lakatos (2000) hivatkozva Kucsera (2011). A United Nations, 2007-es jelentése alapján a globális elöregedés a fogyasztás mellett hatással lesz a gazdasági növekedésre, a munkaerőpiacra, a nyugdíjrendszerre, az egészségügyre, a lakhatásra, a migrációra, a politikára is (Hofmeister, 2011).

A társadalmi percepció, a sztereotip gondolkodás általában az *időskor* és az *elmagányosodás* fogalmait ekvivalensként kezeli. Castel, (1993: 17) szerint a média is táplálja-e felfogást, azáltal, hogy ' *az egyedül élőknek, ezt a mutáns fajtaját, a posztmodernkor hőseként emeli piederstálra* ' hivatkozva Kucsera (2011). Jelen és jövőbeli társadalmunk aktuális kulcsproblémája az idősök helyzete: elmagányosodásuk, kapcsolati hálójuknak beszűkülése. Történelmi korszaktól függetlenül az élet természetes velejárója, hogy az idősök fizikai, szellemi képességeinek fogyatkozásával párhuzamosan, csökken az önértékelésük, az önbecsülésük. Emellett csökkenhet az önbizalmuk, elveszíthetik a lelki egyensúlyukat is, ha nem kapnak megfelelő visszajelzéseket, ha nem érzhetik többé a társadalom megbecsült tagjainak magukat, ha nem érzik a társadalomban személyük fontosságát. A társadalmi megbecsülés hiánya, a különféle kudarcok, elégtelenség érzetével töltik el a legtöbb öreget. Klinikusok megfigyelték, hogy a szorongással küzdő idősök önértékelése alacsonyabb, viselkedésrepertoárjuk szűkebb, kevesebb társas kapcsolatot tartanak fenn, mivel állandóan attól félnek, hogy kínos helyzetbe kerülnek. Gyakran jelentkeznek depresszióra jellemző tünetek: szomorúak, másoktól eltérően visszataszítónak érzik magukat, stressz- érzékenyebbek. Sokszor hiányoznak náluk az alternatív megoldási stratégiák, ha kapcsolatok teremtéséről vagy konfliktusmegoldásról van szó, ezért magányosabbak (Leplow, 2008). Bizonyított, hogy *„a társadalmi és társas patogéntényezők a pszichikai struktúrában zavart okoznak, stresszként hatnak és szorongást idéznek elő”* (Pikó, 2006: 22). Ha az ember azt gondolja magáról, hogy senki sem szereti, és senkinek sincs szüksége rá, előbb a félrehúzóds, majd a teljes elzárkózás révén akár ez tényleg be is következhet. Bizonyos feladatok, szerepek fenntartása, fontosságbeli tudatosítása megelőzheti ezt az elszigetelődést például, ha valaki azt a visszajelzést kapja a környezete részéről, hogy bizonyos feladatok megoldásában nélkülözhetetlen személy (nem taszítjuk őt a fölösleges ember szerepkörébe), akkor valószínűleg a feléje irányított szeretet révén önbecsülése is javulni fog, ami maga után vonhatja azt is, hogy a közérzete és az egészségi állapota is mutathat esetleg pozitív változásokat. Az embernek egészségesnek kell lennie, hogy valaki másról gondoskodni tudjon, akkor szeretetre méltónak tartja magát, és az egész világról alkotott képe megváltozik (Becker, 2002). Az idősebb korosztályok esetében az interiorizált, hosszú évek alatt kialakított világnézetet nehéz megváltoztatni (Ságvári, 2012).

Pedig az élet természetes velejárója, hogy az idős személy a környezetében fokozatosan elveszíti domináns szerepét. Ennek a változásnak az átvészélése személyiségfüggő és az egyén részéről új típusú alkalmazkodást igényel. A saját szociális kategóriájának a megváltozása gyakran új helyzetek és új szerepek elé állítja az idős embereket. A szociális kategóriákban történő változás azzal is együtt jár, hogy az idős személyt még az ismerős helyzetben is

másképpen kezdik kezelni és az, ahogyan mások kezelnek bennünket, nagyban meghatározza, hogy mi milyennek látjuk önmagunkat (Cole, 2006).

A társadalom aktuális kihívása a fenntartható fejlődés és jövő biztosítása érdekében, az „ezüst gazdaság” palettáján, fejleszteni kell a mentális egészséggel kapcsolatos szolgáltatások diverzitását, kiemelten figyelni kell a jólléti szolgáltatásokra. Használni kell a tudást, hogy a társadalmi patológiás tényezők semlegesítése a társadalmi immunogén tényezők (vallás, társas támogatás, társas megbirkózás, barátság, lelki béke, család), pszichoszociális pufferrendszerén keresztül lehetséges, melyek ugyanakkor segítenek az egészségmegőrzésben, az egyensúly fenntartásában, a betegségek megelőzésében és a hatékony gyógyulásban (Pikó, 2006). Az idősök társadalmi integrációja nehézkes, mivel számos mikro- és makroközösségi tényező gátolja. Legsúlyosabb, részvételt akadályozó tényező a proaktív visszahúzódás, amikor az idős személy önszántából vonul vissza a társadalomból, mivel hatással vannak rá a környezete részéről érzékelt negatív előítéletek, különböző betegségek szomatikus jegei, kognitív kapacitásának csökkenése. Társas interakciójukat emellett számos társadalmi, kulturális tényező akadályozza: embertársak közönye, bűncselekmények áldozatává válásának esélye, valamit közösségi terek pszichológiai vetületei. A társadalmi integráció befolyásolja a szubjektív megélt életminőséget. Mikroközösségi szinten az életminőségre a támogatás és a részvétel tevékenységei hatnak. Makroközösségi szinten a társadalomhoz tartozás érzetén és az észlelt intergenerációs szolidaritáson keresztül (Kucsera, 2012). Az idősök integrációját mikroközösségi szinten a társas részvétel és támogatás segíti elő. Az életminőség és társadalmi integráltság kétirányú kölcsönhatásban van. *„Az ok- okozati viszonyt azért nehéz meghatározni, mert az idősök integráltságának egyszerre következménye és oka is a társas és közösségi részvételük: egy jobban integrált személynek nagyobb lehetőségei vannak a társas részvétel különböző formáinak gyakorlására, ugyanakkor a társas részvétel egyúttal a kapcsolat ápolásán keresztül a társas integrációt erősítő tevékenység is”* (Kucsera 2012: 427). Az egyének társadalmi integráltsága annál magasabb, minél erősebb a valakihez vagy valakikhez tartozás érzése. Ebből a megközelítésből gondolom azt, hogy az állatterápia segítheti az idősök társadalmi integrációját. A társállatokon keresztül növekedhet bizalmi szintjük, pozitívabb lehet önértékelésük, mely segítheti aktívabb társadalmi részvételüket, normakövető cselekvéseik változását, kapcsolathálóik bonyolódását. Tudjuk az idősök integrációját makroközösségi szinten az határozza meg, hogy mennyire részesei, szereplői a társadalom egészének, míg a mikroközösségi integráció, társadalmi beágyazottság, tehát az egyén szubjektív életminőségét alakító legfontosabb tényező (Kucsera, 2011). A társállatok ezt segítik, a jelenre irányítják az idősök figyelmét és megmutatják nekik, milyen értékesek a pillanatok. A kooperatív társaságuk

mellett, egy bizonyos életritmus, életstílus fenntartására is rákényszerítik gazdáikat (Becker, 2002) ezáltal kitágul világuk, növekedik társadalmi integráltságuk.

## 1.2 A téma háttere

Az állatterápia népszerűsége ellenére tudományosan még mindig nem megfelelően kutatott, pontos hatásmechanizmusa ismeretlen. A társállattartás egészségre gyakorolt hatásai nem eléggé tisztázottak, módszertani hiányosságok miatt legtöbb esetben nem lehet tudni, hogy adott vizsgálatnak mi a valódi eredménye. A hiányosságokra a figyelmet az amerikai Nemzeti Egészségügyi Intézet hívta fel, állásfoglalásában fontos stratégiai célként határozta meg az állatterápiás kutatások fejlesztését, az ember- állat kapcsolatban rejlő terápiás hatások okainak és mechanizmusainak alaposabb megismerését (Topál, 2013). Therapy Dog Trainer General Report című EU-s jelentésben fogalmazták meg az aktuális feladatokat: standardizált protokoll, minőségbiztosítás, közös koncepciók és a jogszabályi háttér kidolgozása (Molnár, 2012). ProQuest Direct böngészőben az állatasszisztált terápia fogalomra rákeresve, 81584 találat jön ki, aminek 71% szakdolgozat. Összehasonlítva egyéb disszertációs témákkal, a találatok száma kevésnek mondható. Kruger, 2004-ben fogalmazza meg, hogy szükség lenne egy magas szintű összehasonlító minőségi kutatásra, hogy haladást eredményezzen az ember- állat interakciós témában. A hazai és nemzetközi mérések módszertani szempontból gyakran eltérőek. Geoff Hosey és Vicky Melfi, 2014 próbált meg egy metaanalízist készíteni az ember- állat interakció kutatási adatbázisából (Rujoiu, 2014). Világszerte neves egyetemeken foglalkoznak ezen interdiszciplináris (pszichológia- gerátria- pedagógia- fejlődéslélektan, szociálismunka, állategészségügy- biológia- orvosi) kutatási területtel. 111 állatasszisztált terápiáról szóló publikációt elemző metaanalízisben a legjelentősebb pozitív eredményeket az egészségügyi jóllét, a viselkedéses változások és az autizmus spektrum tüneteinek csökkenése területén találták (Babos- Koronczai, 2015: 3). Kutatásunknak a fentiekben meghatározott tárgykörébe tartozó, rendszeres tudományos elemzés hazánkban még nem készült, a nemzetközi szakirodalom is csak vonatkozó alkalmi részeredményeket közölt. Ha sikerül kutatási kérdéseinket bizonyítani, a hatás regisztrálása, feltételeinek variálása hozzásegíthet a hatásmechanizmus jobb megértéséhez és ily módon is megveti az alapját a tudatos és módszeres állatterápiának mint rehabilitációs és általános egészségfejlesztő eljárásrendszernek. A disszertációs témánkban szakmai útmutatóként felhasználtuk a következő kutatási vonalakat, irányokat:

A vidéki társadalom megközelítésére *Kovách Imre (2010): A jelenkori magyar vidéki társadalom szerkezeti és hatalmi változásai* összefoglaló értekezését. A definícióinak tárházából a *vidéket*<sup>1</sup>, úgy tekintettük, mint bukolikus teret, az archaikus társadalom fennmaradásának a területét, az autentikus élmények, a csend, a rekreáció, a természet idillikus világát, ahol az ember és természet képes még harmonikusan együtt élni. A *paraszt* meghatározásaiból az Erdei félet használtuk, mely strukturális helyzetként értelmezi a parasztság állapotát. A társadalom olyan különös csoportjának tekinti, mely az alsó szinten helyezkedik el és rendi szabályok fogják össze, mindennapi tevékenységeit a közösség által elfogadott normák és értékek irányítják. A paraszti élet irányító értékeinek a földet, a munkát és a szabadságot tekintetük.

A román szakirodalomból használni tudtuk *Octavian Rujoiu (2014): Psihologia vieții cotidiene, despre interacțiunea om- animal*, a Bukaresti Szociológia és Szociális Egyetem professzora által összeállított kutatásokra épülő könyvét. A 240 oldalas szakkönyv, elméleti és gyakorlati áttekintője az ember- állat kapcsolat hazai és nemzetközi szakirodalmának. Fő témái: az ember- állat kapcsolat a szociális térben, az ember- állat kapcsolat pszichológiája, az ember- állat interakció a világvallásokban, az állatok iránti felelősségvállalás, az állatterápia alkalmazása a szociális munkában, a romániai lovasterápia, a kutya a legjobb barát tematikája (*Rujoiu, 2014*).

Az ember- állat kapcsolat értelmezési vázát *Rhoda Wilkie (2010): Livestock/ Deadstock: Working with Farm Animals from Birth to Slaughter (Animal Culture and Society)* című könyve alapján készítettük. Wilkie, 2010 kiadványa egy több éves kutatómunka eredményeit összegzi. A szociológus az ember- állat kapcsolatot tanulmányozta, elemezte a társállattartók mellett a vágóhidra termelőket is. Vizsgálta attitűdjeiket, viselkedésüket, kötődésüket, hogy megértse, hogyan gondolkodnak, éreznek, kapcsolódnak haszonállataikhoz. A kapcsolatok kötődési és függetlenségi foka alapján négy csoportba sorolja az állattartó gazdákat. Rhoda Wilkie kutatásából használtuk az ember- állat kapcsolat értelmezési vázát, amelynek segítségével, kutatási eredményeink ötvözésével kidolgoztuk a sóvidéki állattartó típusokat.

*Tárgyilagosan függetleneknek* nevezi azokat a farmereket, akik kereskedelmi áruként tekintenek az állataikra. Figyelmesen, gondosan nevelik, de kapcsolatuk személytelen,

---

<sup>1</sup> Vidék az a terület, ahol a mezőgazdasági tevékenység, a zöldterület (erdő, természetes táj) dominál és aprófalvas településszerkezet, alacsony beépítettség, illetve népsűrűség jellemez (Kovách, 2010: 47).

közömbös, érzéketlen, nem kötődnek érzelmileg állataikhoz. Kutatásai alapján megállapította, hogy általában azokra a farmerekre jellemző, akik nagyszámú állatállományt tartanak vagy húsáért tartott állatokat tenyésztnek.

*Együttérzően függő*, szerinte azok a farmerek, akik az állataikat többre értékelik, mint termelési vagy gazdasági hasznot. A napi személyes kontaktus révén érzelmileg kötődnek a haszonállataikhoz és elmondható, hogy szeretik őket. Kapcsolatuk személyesebb, érzelmi kötődésük nagyobb. Azokra a farmerekre jellemző ez, akik több személyes kontaktust és hosszabb időt töltenek az állataikkal.

*Kötve kötődők*. Haszonállataikat szabadtéri társállatként kezelik. Figyelnek rájuk, különleges bánásmódban részesítik. Leggyakrabban a hobbi állattartóknál figyelhető meg.

*Függetlenül függetlenek*. Gépesített farmoknál figyelhetjük meg, ahol a farmer állataival nem tart közvetlen kapcsolatot. Távvezérléssel gondozza őket és csak az életfeltételeiket biztosítja (Wilkie, 2010).

*Bock- Prutzer- Kling (2007): Farmers' relationship with different animals: the importance of getting close to the animals. Case studies of French, Swedish and Dutch cattle, pig and poultry farmers.* Tanulmányában különböző országokban: Franciaországban, Hollandiában és Svédországban összesen négyszáznyolcvan farmerrel készített interjút. Célkitűzése az volt, hogy a sertés, tehén és szárnyas tenyésztésével foglalkozó gazdák ember- állat kapcsolatát elemezze, attitűdjeik diverzitását feltérképezze. Azt találta, hogy napjaink társadalmi elvárása a farmerek részéről az állatvédelmi előírások minél pontosabb betartatása. Viszont a modern technológiák, a gépesítés terjedése elszemélyteleníti az állatok és állattartók közötti kapcsolatokat. Bock- Prutzer- Kling (2007)-es kutatásából használtuk az interjúzási modellt és értelmezési perspektívákat, amelyeket természetesen saját hipotéziseink szemszögéből átdolgoztuk és adaptáltuk a Sóvidéki körülményekhez (Bock- Prutzer- Kling, 2007).

Nem utolsósorban említeném meg a korábbi mentorom (kinek online elérhető tanulmányai alapján, kedveltem meg a témát) *Sátori Ágnes (2007)* disszertációs tézisét: *Állatokhoz való viszony a társas- társadalmi kapcsolatok rendszerében*. 1999- 2006 között, hétszáznegyven állattartó bevonásával készített felmérést. A többlépcsős, kvantitatív és kvalitatív módszereket is alkalmazó kutatásuk főbb szakaszai: az állatokról, állattartásról alkotott sztereotípiák és attitűdök vizsgálata a magyar lakosok körében. Attitűdök, sztereotípiák, tudást a Fővárosi Állat- és Növénykerttel kapcsolatban: vizsgálta az állatkertek szerepét, azok kommunikációs rendszerét, a simogatók szerepét. A kutyák viselkedési zavaraira is kitért, előfordulásuk gyakoriságára a kisállat- praxisban, állattartók kutya- képzéssel és agresszivitással kapcsolatos

attitűdjére, a kutyakiképző centrumok szerepére a viselkedészavarok megelőzése és kezelése kapcsán. Sántori eredményei: a magyar lakosok esetében generális sztereotípiák és erős konzisztens attitűdök figyelhetők meg, a személyes tapasztalatok mellett nagy szerepet játszanak az állatokkal kapcsolatos hiedelmek. Konzisztens sztereotípiák élnek a különböző állatokról: szelíd őz, buta szamár stb. A városlakók humanistábbak, kevésbé haszonelvű megközelítést mutatnak, mint a vidékiek. A lakosság többsége a kutyákat kedveli és tartja (54%), őt követi a macska (9%). A magyar lakosság utilitarista- haszonelvű felfogású: elfogadják az állatok vadászatát (64%), az állatfelhasználást a különféle kísérletekben (67%), de az állatok antropomorf jellemzőit is méltányolják. Az állatkertek kiemelt jelentőséggel bírnak az állatok, az állattartás és a természetvédelem iránti pozitív attitűd kialakulásában. Nem a gyermekkori, hanem a felnőttkori látogatás az, ami meghatározza a későbbi állatkertbe járást. Az állatkertek szerepének megítélését befolyásolja a látogatás gyakorisága. A látogatók jobbnak ítélik az állatkerti állatok helyzetét, mint a nem látogatók. Az állatkertek képző, nevelő programjai kiemelt jelentőséggel bírnak a sérült látogatók számára. Az állatokkal létesített kapcsolatoknak több területen kimutathatóan pozitív hatása van az emberi jólétre. Diszharmonikus kapcsolat esetén, az állatoknál viselkedési zavarok alakulhatnak ki. Sántori Ágnes (2007)-os disszertációs téziséből, használtuk az attitűd kérdőív néhány kérdését, illetve az irodalmi háttéranyag bizonyos részeit (Sántori, 2007).

Használtuk a *Pro Scientia Ruralis* online folyóirat interjúit. A folyóirat témakörei a rurális térségek társadalmi-, gazdasági-, kulturális-, környezeti folyamatainak elemzése.

Disszertációm alappillérei a Babes- Bolyai Tudományegyetemen megvédett szakdolgozataim, ahol sikerült bizonyos következtetésekre jutnom a témában:

*Pszichológiai államvizsga dolgozatom* kutatási eredményeihez sorolhatók az alábbi felismerések (Virginas, 2014) <sup>2</sup>: a depresszió, a szorongás és a stressz, vagyis a

---

<sup>2</sup> Kutatásunkban összesen 111 személy vett részt a kérdőíves felmérésben és 20 személy a kísérletben. Vegyes-mixt kísérleti designt használtunk, kísérleti és kontroll csoporttal dolgoztunk. Az időseket beavatkozás előtt és után egyénenként, objektív pszichológiai módszerekkel felmértük (pszichoszociális -, SES- Önbecsülés kérdőívvel, DASS- Depresszió, Szorongás és Stressz Skálával), hogy képet kapjunk a beavatkozás sikere mellett képességeikről illetve személyiségük főbb jellemzőiről, és az esetleg emocionális, magatartási problémáikról, konfliktusmezőikről. Az adatok feldolgozását a GraphPad, SPSS Statistics 17.0, Excel-2007 programokkal végeztük.

distresszfaktorok alacsonyabbak az állatbaráthoz kötődő idős személyeknél, mint az állatbaráttal nem rendelkezőknél. Az állatbaráttal rendelkező, illetve nem rendelkező vizsgálati személyek különböznek egymástól a jelentős tevékenységek kiküszöbölése, a tervezés és az elfogadás, megküzdési stratégiák dimenziói mentén. Az alkalmazott megküzdési stratégiák alapján megfigyelhető, hogy az állatbaráttal rendelkező csoport tagjainál a problémamegoldó stratégiák a dominánsabbak, míg az állatbaráttal nem rendelkező csoport esetén a szociális támaszkeresés, vallás felé orientálódás a jellemzőbb. Az állat-asszisztált foglalkozások hatására normalizálódik a vérnyomás és pulzusszám. Az állatok simogatása lassítja a szívverést, valamint csökkenti a vérnyomást és a stresszt.

*Mentálhigiénés mesteri (MA) disszertáció*m kutatási eredményei is megemlíthetők (Virginas 2011)<sup>3</sup>: az állat- asszisztált beavatkozások során kimutathatóan csökkent a *stressz szint*, amelyet a Gyermekviselkedési kérdőív szorongás mutatóival mértünk. Az állatok segítették a gyerekek problémamegoldó képességének a javulását az által, hogy az állatok társaságában nyugodtabbá váltak. *Szociális kompetenciájuk* fejlődést mutatott, melyet a Képességek és Nehézségek kérdőívvel és az énkép: szociabilitás és társakkal kapcsolatos mutatóival mértünk. Az eredményeket azzal magyaráztunk, hogy a terápiás foglalkozások alatt mélyült a társakkal való kapcsolat a közös élmény hatására, melyben az állatok szociális katalizátorként szerepet játszottak. *Érzelmi stabilitás* a neurocitás skála értékeinek csökkenését, valamint a Képességek és Nehézségek kérdőív érzelmi tüneteket mutató értékeinek javulását találtuk. Magyarázata, hogy az állat jelenlétével és játékoságával biztonságot nyújtott a gyermekeknek, biztonságérzetüket növelte. *Empátiás készségeik* fejlődtek. Az állattal való beszéd a testbeszédre épül, amelynek minél kifejezőbbnek kell lennie, ahhoz, hogy a kommunikáció zavartalanul alakuljon. Mindezek mellett bővült az ismeretük az adott állatról, viselkedéséről

---

<sup>3</sup> Tizennégy, szociálisan hátrányos helyzetű kisgyerekeknek szerveztem állat asszisztált terápiával (AAT), és állat asszisztált aktivitással összekapcsolt három hónapos időtartamú beavatkozást. A beavatkozás során Bagdy (1999), Bernd (2008), Illés (2006), Kaduson (2009) és Mester (1999) ötleteinek felhasználásával téma centrikus csoportmunkát alkalmaztam, amely az ismeretnyújtást és strukturált gyakorlatokat ötvözte. Célom volt, hogy fejlesszem a már meglévő, szociális szituációkban való boldoguláshoz szükséges kompetenciákat. A középpontban a különböző helyzetekben mutatott magabiztos viselkedés kialakítása, az önpercepció fejlesztése, stressz management és érzelmek kezelése állt.

és az állatgondozásról. Nem utolsó sorban társra találtak, ragaszkodó és kitartó társat találtak a kutyában.

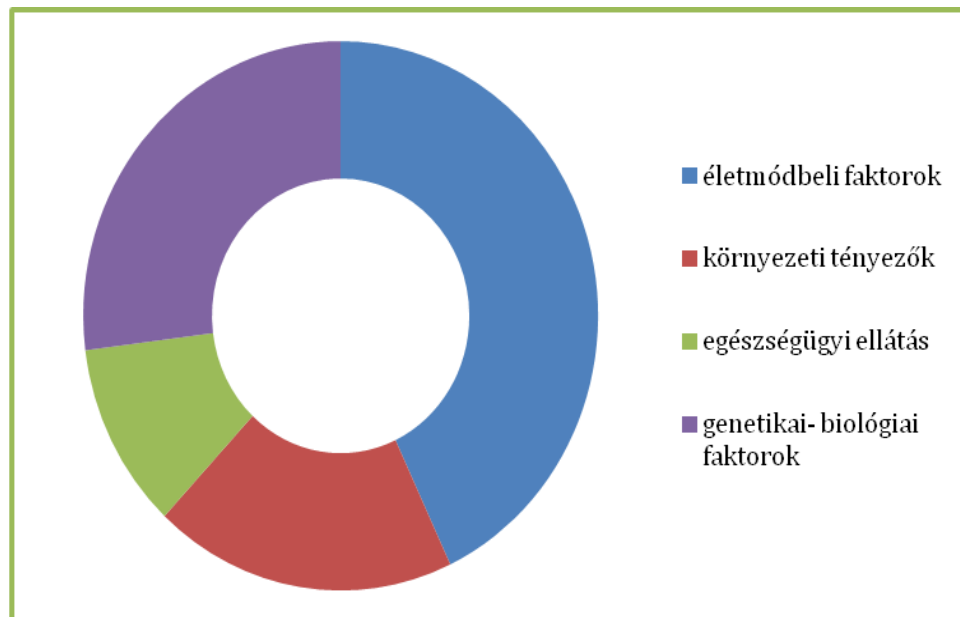
Doktori disszertációm részeredményei a *Metszetek*, a *Pro Scientis Ruralis*, a *Magyar Gerontológia* folyóiratokban jelentek meg. Tanulmányaimban bemutatom a *kölcsönös segítség, mint természettörvény* fogalmát és az állatterápia különböző aspektusait:  *rurális értékünk az állatterápia, az állattenyésztés rejtett csodái, állatterápia hatása idősek distressz állapotára, szeretett állataink, olyanok, mint a vitaminok, állattartó idősek egészségi állapota*, részleteket lásd mellékletben.

## 2. EGÉSZSÉG

### 2.1 Az egészség fogalma és társadalmi meghatározottsága

Az egészség fogalmának meghatározása változó történelmi, társadalmi korokon és kultúrákon keresztül, követi az aktuális orvosi és egészség tudományok fejlődési szintjeit. Irodalma bőséges, a Google kereső az „egészség” fogalmára több, mint 34,5 millió találatot dob ki (Lampeck, 2012). Jelentése: egész, hiánytalan, harmonikus, teljes.

Az élet négy területét öleli fel, az egészséghez harmónia és összhang szükséges a természettel, önmagunkkal, embertársainkkal és a természetfeletttel. (Váradi, 2007). Az egészség fogalmának a komplexitását tükrözi a WHO meghatározásainak módosulása is az évek folyamán: kezdetben WHO, 1946: *„az egészség nem csupán a betegség hiánya, hanem a teljes testi, lelki és szociális jóllét állapota”*. Később módosított: WHO, 1984: *„az egészség olyan fokon áll, amennyire az egyének és közösségek képesek önmaguk kiteljesítésére és szükségleteik kielégítésére, valamint képesek megbirkózni a környezet kihívásaival”* (Pikó, 2006: 33-34) és végül WHO, 1986: *„a mentális egészség, a jóllét azon állapota, amelyben az egyén képes a lehetőségeit kiteljesíteni, a normál stresszhelyzetekkel megküzdeni, produktívan és eredményesen dolgozni, valamint a közössége érdekében, hatékonyan közreműködni”* (Kun, 2015: 50). Az előbbi definíciók kiemelik a társadalom szerepét is az egészség értelmezésében, közvetve felhívják a figyelmet a szociális jóllét fogalmára. Ahhoz, hogy harmonikusan illeszkedjünk a társadalomba, egyensúlyra van szükség a saját önmegvalósításunk és a társadalmi szabályokhoz való alkalmazkodásunk között. Látható az egészség több tényező ötvözte, Pikó (2006) írja le, hogy az egészségi állapotunkat mely tényezők befolyásolják, lásd 1. ábra. Megfigyelhető, hogy az életmódbeli faktorok 43%-os, a genetikai- biológiai faktorok 27%-os, a környezeti tényezők 19%-os és az egészségügyi ellátás 11%-os megoszlást mutatnak.



1. ábra: Az egészségi állapotot befolyásoló legfontosabb tényezők. Forrás: Pikó Bettina, 2006.

Grossman (1972) munkásságából tudjuk, hogy az egészség az életkor előrehaladtával nem feltétlenül vész el, hanem olyan tartós alaptőke, amely beruházásokkal fenntartható, sőt javítható, csak jövőre vonatkozó perspektívát igényel, hosszútávú gondolkodást (Lampe, 2012). Nem véletlenül tanítja a kínai orvoslás, hogy: „*Ha valaki vigyázni akar az egészségére, legyen étkezésében mértékletes, számúzza gondjait, fékezze vágyait, fojtsa vissza izgalmait, figyeljen életerejére, takarékoskodjon a szóval, ne vegye túl komolyan a sikert és a bukást, ne törődjen bánattal és nehézségekkel, kergesse el a bolond becsvágyakat, kerülje a nagy szeretetet és gyűlöletet, ne erőltesse látását és hallását, s maradjon hű belső életrendjéhez*” (Yutang, 2000:318). Az egészségi állapotot befolyásoló tényezők figyelembevételével hangsúlyozható, hogy az egészség egy komplex, sokdimenziós, holisztikus jellegű, egyén és környezete közötti dinamikus egyensúlyi állapot. A szociológia ezért kiegészítette a naturalisztikus egészségkép-mely csak a fiziológiás paramétereket, tekintette objektív mérőeszköznek- és a szociokulturális megközelítést, helyezte előtérbe, amely a társadalmi normákat is beemelte az általános kritériumok közé. A társadalmi jelenségek függvényében kezdte értelmezni az egészség és betegség fogalmát. Az egészségkép társadalmi meghatározottságát segíti megérteni, Parsons (1951) társadalmi egészségdefiníciója: „*Az egészség optimális képesség, hogy hatékonyan el tudjuk látni társadalmi szerepeinket, feladatainkat, amelyekre szocializálva vagyunk*” (Pikó, 2006:36). A szociológia szétválasztja az objektív körülményeket és azok tudatbeli tükröződését, szubjektív értékelését. Egészségünk állapotáról ez alapján, fontos képet ad: laikus egészségképünk, vagyis az egészségünkről alkotott szubjektív véleményünk. Az egészség tudatbeli tükröződését meghatározza az egészség lelki és szociális dimenziói: a boldogság, a

harmónia, a kiegyensúlyozottság, valamint a hivatalos, aktuális egészségpolitika elvei, a spirituális dimenziók és a kulturális, társadalmi helyzetünk. „*az egészséggel, egészségkockázatokkal és betegségekkel kapcsolatos laikus vélekedések a hivatalos egészségdefiníciókat egészítik ki*” (Pikó, 2006: 38). Sok kutatás egyenlőségjelet tesz a jóllét és az egészség közé (Atkinson, 2001), mely a szubjektív értékelésen keresztül fejt ki hatását, bizonyítottan a testi és a lelki egészség elválaszthatatlan fogalmak (Bakos, 2015). Látható tehát, hogy az egészség fogalmának meghatározására több megközelítés létezik: *naturalista* és *normativista*. A *naturalista* meghatározás alapján az egészség és betegség biológiai fogalmak, melyek az élet- halál fiziológiás folyamataiból vezethetők le. A *normativista* megközelítés alapján az egészség egyfajta társadalmi norma, az egészség és betegség nem függetlenek az értékrendtől (Szócs, 2015).

A *biomedikális* szemlélet gyakorlatában az egészség a betegség hiánya. A betegség mindig objektív tüneteket és jeleket produkál, ha viszont ezek vizsgálható dimenziói (vérnyomás, vérkép, EKG) hiányoznak az illető egészségesnek tekinthető. A *funkcionális* szemlélet alapján az egyén testi, lelki, szociális működésének épségét, a társadalom életében való szerepvállalása határozza meg. Akkor egészséges egy személy, ha harmonikusan tud alkalmazkodni környezetéhez és társadalmilag kívánatos feladatait teljesíteni tudja. A *laikus* megközelítés alapján az egészség fizikai dimenziói mellett fontos az egészséghez a lelki, szociális és spirituális dimenziók és egészségképük összekapcsolódik a boldogság fogalmával (Lampe, 2012).

## **2.2 A kutatásban használt egészségpszichológiai elméletek**

Az ember egy komplex lény: biológiai, pszichikai és társadalmi tényezők ötvözeté. Élettani-biokémiai folyamatait befolyásolják a társadalmi normák és értékrendszerek által áthatott gondolatai, érzései, hangulata és az élethez való viszonya. George Engel, 1977 fogalmazta meg legtömörebben a biopszichoszociális modellt, mely tükrözi az emberi lét hármasságát és integrált egységét. Doktori disszertációm egyik kiindulási elméletének ezt a modellt tekintem, mely szerint az egészség biológiai, pszichológiai és szociális rendszerek, komponensek összessége. Engel alapján az összetevők alatt a következő fogalmakat értjük:

- a biológiai rendszer: az egészség és betegségfolyamatok anatómiai, strukturális és funkcionális jellegzetességeit.
- a pszichológiai rendszer: pszichikai mechanizmusokat, pszichodinamikai folyamatait.
- a szociális rendszer: a társas funkcionalitást, a társadalmi magatartást és az egyén társas, csoportbeli viszonyait. A biopszichoszociális- spirituális modell alapján ezt kiegészül a

spirituális jelzővel is, mely a holisztikus emberképet fejezi ki, ahol a spirituális rendszer: az egyén spirituálitását, hitvilágát jelenti (Pikó, 2006: 17).

A második elmélet, amelyet használtunk alaphipotézisként: Antonovsky salutogenesis, koherenciaérzés- elmélete (1979, 1987). Életünk feletti kontroll érzés a koherenciaérzés, vagyis, hogy mennyire tartjuk világunkat kezelhetőnek, megérthetőnek és jelentőségteljesnek. A saját élet feletti kontroll képességét befolyásolják az egyéni erőforrások (fizikai, mentális, szociális), a személyes fejlődéstörténet és a társadalmi helyzet, jellemzők. Antonovsky hangsúlyozta, hogy *„az az egyén, aki értelmét látja életének, aki megoldhatónak találja az élete során keletkezett problémákat, és képes megérteni a körülötte levő világ jelzéseit, könnyebben megbirkózik az egészséget veszélyeztető stresszekkel is* (Pikó, 2006: 43).

Összeségében, minél nagyobb valaki koherenciaérzése, annál nagyobb eséllyel marad egészséges, illetve annál magasabb a relatív egészségi helyzete az egészség/betegség kontinuumon. Ezzel magyarázható, hogy miért maradnak egyesek egészségesek akkor is, ha számos károsító tényezőnek vannak kitéve, mert élet erőforrásaik biztonságosabbak (Lampe, 2012). Feltételezzük, hogy az állat segíti az időseknek a koherenciaérzetük növekedését, erőforrásaikat aktiválja és állataiknak köszönhetően értelmét látják életüknek és könnyebben birkóznak meg az egészséget veszélyeztető stresszekkel.

### **2.3 A jóllét, az étellel való elégedettség és a társadalmi közérzet pszichológiai meghatározói**

Az étellel való elégedettség, hogy jól vagyunk-e, jól érezzük-e magunkat fiatalon vagy öregen, a mindennapokban ez boldogságunk fő meghatározója, de szinte azonnal felmerül a kérdés Mi a boldogság? A fogalom meghatározását már a Bibliában<sup>4</sup>, a könyvek könyvében megtaláljuk, de pszichológusaink is számtalanszor meghatározták:

---

<sup>4</sup> Máté V/3-10: Boldogok a szellemben szegények, mert övék a mennyek országa./ Boldogok a szomorúak, mert ők vigaszt kapnak./ Boldogok a szelídek, mert övék lesz a föld./ Boldogok, akik éheznek és szomjaznak az igazságot, mert eltelnek majd vele./ Boldogok az irgalmasok, mert nekik is irgalmaznak majd./ Boldogok a tiszta szívűek, mert meglátják az Istent./ Boldogok a békességet teremtők, mert Isten fiainak hívják majd őket./ Boldogok, akik üldözést szenvednek az igazságért, mert övék a mennyek országa.

Bagdy (2018): A boldogság összetett fogalom: meghittséget, biztonságérzést, otthonosságot, az emberi kapcsolatok értékét, a szeretet- anyagcsere természetes működését foglalja magába. Nem statikus állapot, hanem cselekvő folyamat. Pozitív vagy negatív szereplői vagyunk boldogságunknak. Ha engedjük eluralkodni magunkon a distresszt, akkor regresszív állapotba kerülünk, saját színvonalunk alá süllyedünk. Ha sötét szemüvegen keresztül tekintünk az életre, akkor az idővel hatással lesz egészségünkre is. Merjünk álmodni, gyakran nevetni, legyünk önzetlenek, tápláljuk a reményt.

Müller (2004): „Most úgy vagyok, ahogy köll!” állapot. Ahol a kincsünk, ott van a szívünk is, a „Kincs” az, amibe boldogság vágyunkat belevetítjük, ahány ember annyi színárnyalata van a boldogságnak. Müller, 2004:54: *„az egyik akkor VAN, ha önfeledten táncol, a másik, ha fest vagy hegedül, a harmadik, ha csöndben pecázik, a negyedik, ha komáival részegen fecseg egy füstös kocsmában, az ötödik, amikor szerelmes, a hatodik, amikor imádkozik, a hetedik, amikor kezébe veszi vaksin vacogó, kis kutyakölykét, s nedves orrát az orrához érinti”*

A társadalmi közérzet pszichológiai meghatározója a jóllét. Az étellel való elégedettség, Ed Diener (1984): az élet, az egyén és a környezete közötti kapcsolat szubjektív értékelése az alábbi négy dimenzió mentén: 1. az étellel való elégedettség, vagyis az élet globális minősítése. 2. pozitív affektivitás: boldogság, öröm, mentális egészség. 3. negatív affektivitás: szégyen, büntudat, stressz. 4. szituatív elégedettség: munka, munka- magánélet egyensúlya.

A jóllét, olyan fogalom, melynek különböző aspektusai együttesen járulnak hozzá az egyéni harmóniához, elégedettséghez, kiegyensúlyozottsághoz (Kun, 2015).

A klasszikus jóllétértelmezés legismertebb modelljei:

Jóllét interaktív modell: minden egyes alkotóeleme egyensúlyban van önmagával és környezetével. Hatás, visszahatás egyensúlya áll fenn közöttük. Alkotóelemek, melyek befolyással vannak az egyének jóllétére a következők: - fizikai: testi működés és fizikai betegségek kockázata. - szociális: az emberekkel, munkatársakkal, családdal és barátokkal való kapcsolatok minősége. - gazdasági: rendelkezésünkre álló jövedelem és anyagi jóllét. - környezeti: az a környezet, melyben élünk és dolgozunk. - pszichológiai: a mentális egészség, a viselkedés és az egyéni hiedelmek befolyása.

Perma modell: ennek alapján az egészséges, jóllétet biztosító élet öt komponense: a pozitív érzelmek, a boldogság, - az elmélyülés/ aktív elfoglaltság, - a jó kapcsolatok, - az értelem/ célok, a teljesítmény/ sikerérzet (Kun, 2015).

Having, loving, being jóllét modell: Allardt alkotta meg, Maslow szükséglet-hierarchiájához hasonlóan, összefüggésbe hozta a szubjektív, objektív tényezőket és az életminőséget. Az alsó szint a having- birtokolni: a materiális, környezeti szükségleteket jelzi. A második szint a loving- szeretni- kapcsolódni: a valahová tartozást, a kapcsolatokba való beágyazottságát

jelenti. A harmadik szint a being- lenni: a személyes fejlődés szükségletének megvalósulására, a lét értelmének megtalálására, a koherens életérzésre utal (Utasi, 2007). A társadalmi integráció befolyásolja a szubjektív megélt életminőséget (Kucsera, 2012). A szubjektív életminőség, multidimenzióális jellegű, kognitív és affektív értékelése a szubjektív jóllétnek, pozitív érzések túlsúlyát és negatív érzések hiányát jelenti. Az OECD, 2013 meghatározásában: jó mentális állapot, életünk pozitív értékelése ez. Mérészámait a GDP mellett a HDI- Emberi Fejlődés Mutatója, mely a várható élettartamot, felnőttkori műveltséget és az erőforrásokhoz való hozzáférést is méri (Bakos, 2020).

Lynbomirsky (2005) szubjektív jóllétre vonatkozó boldogság modellje alapján 50%-ban biológiai alapok, 10% életkörülmények és 40% tudatos tevékenységek, amelyek az aktuális boldogságérzés fokozásáért felelőssé tehetőek (Magyaródi, 2020).

## **2.4 A kutatás során érintett pszichés betegségek**

A testi és lelki egészség elválaszthatatlan. Kutatásunkban az időseket az alábbiakban tárgyalt, jóllétet veszélyeztető lelki betegségek fenyegetik legdominánsabban: depresszió, szorongás és stressz, vagyis a distressz, amely meghaladja normál alkalmazkodási képességeiket és tartós hormonális, vegetatív idegrendszeri hatásai a testi működéseket hátrányosan érintik, élettani változásokat idéznek elő és akár betegség kialakulásához is vezethetnek. Az egyént meghaladó etológiai tényezők, sokszor társadalmi, társas patogéntényezők, melyek a pszichikai struktúrájában okoznak zavart. A plurális értékrend, a megnövekedett társadalmi információ következtében fellépő konfliktus distresszként hat az emberi szervezetre. A hagyományos közösségek felbomlásával a társadalmi védőfaktorok száma lecsökkent, adaptációs zavarokat okozva az idős generációban (Pikó, 2006). Klinikusok megfigyelték, hogy öregeknél gyakran váltják ki a depressziót stresszes életesemények (Comer, 2005). Fő tünetei a szomorúság, az életöröm elvesztése, a negatív gondolatok és a motiváció hiánya. Testi tünetei az étvágytalanság, alvászavar, a fáradtság és az energiahány (Atkinson, 2001). A *depresszió* orvosi értelemben vett betegség és nem azonos a nemkívánatos külső környezeti tényezők által okozott rossz egyéni és társadalmi közérzettel, írja a magyarországi Egészségügyi Minisztérium szakmai protokollja. A *depresszió fogalmának* tudományos meghatározásai: American Psychiatric Association: a depresszió a hangulati élet tartós, negatív irányú megváltozásával járó betegség, amelynek klinikai képét a pszichológiai, kognitív, vegetatív, ill. szomatikus tünetek változatos kombinációja alkotja.

Comer (2005): a depresszió olyan reménytelen, szomorú állapot, melyben az élet sivárnak, terhei nyomasztónak tűnnek számunkra.

Horváth (2007): a depresszió hangulatzavar, mely emelkedett hangulat vagy boldogtalanság formájában nyilvánul meg.

*A depresszió biológiai háttere.* Genetikai kutatások bizonyítják, hogy a hangulatzavarokra, főleg a mániás depresszióra való hajlam örökletes. A depresszió tünetegyüttesének hátterében idegrendszeri biokémiai változások állnak. A vizsgálati kórképekben a noradrenalin, szerotonin, valamint a dopamin termelése, forgalma, lebontása során fennálló regulációs zavarok találhatók. A szerepet játszó két legfontosabb neurotranszmitter a noradrenalin és a szerotonin (Atkinson, 2001). E transzmitterek metabolitjainak szintje a likvorban és a szérumban is alacsonyabb (MHPG és 5-HIAA) (Tringer, 2001). Ma még nem tudják, hogy az agyi- szerotonin rendellenesség milyen mértékben „oka” vagy csupán „közvetítő” láncszeme a depressziónak. Az aktuális kutatások az elméletek a preszinaptikus és a posztoszínaptikus intracelluláris jelátvitelt hangsúlyoznak. Depresszió esetén továbbá a hipotalamusz- hipofízis-mellékvese tengely, valamint a pajzsmirigy működése is rendellenes. Az immunrendszer csökkent reaktivitását újabb kutatásokban többen kimutatták (Tringer, 2001). A depresszió tünetek kiterjedhetnek az életműködések öt legfontosabb területére: érzelmi, motivációs, viselkedési, kognitív és szomatikus funkciókra is (Comer, 2005).

A *szorongás* korunk egyik leggyakrabban emlegetett kifejezése. A latin *ango-angere* igéből származik, jelentése szorítani. Kifejezi azt a szubjektív érzést, amit a szorongó ember megél (Horváth, 2007). A hétköznapi életben a félelem és szorongás két rokonértelmű kifejezés. A pszichológia fogalomtárában a félelem- egy adott helyhez, tárgyhoz vagy személyhez kapcsolódik, a szorongás viszont tárgy nélküli félelem (Vajda, 2001). A DSM IV „a nyugtalanságot, fóbiákat, a kényszeres jelenségeket, illetve a stressz jellegű zavarokat” sorolja a szorongás csoportjába. A szorongás meghatározásával több szakember is próbálkozott: Postel (1998) „idegfeszültség, félelem emocionális feszültsége, erőteljes, gyengén differenciált és gyakran krónikus”. Ekman (1994): „a szorongásnál is elsődleges fontosságú az érzelmek gyors kiváltódása, ami biztosítja a legrövidebb időn belül a mozgósítást, amikor a személy fontos eseménnyel találkozik.” Lazarus (1993): „a bizonytalansághoz és az egzisztenciális fenyegetettséghez kapcsolódó érzelmek”. Comer (2005): Szorongásnak a körvonalazatlan fenyegetés balsejtelmével együtt járó félelemhez hasonló klinikai reakciókat -szapora légzést, izomfeszültséget, verejtékezést- nevezünk. Vajda (2001): A szorongás sokszor alapvető ok nélkül több ideig van jelen. „Alapvető oka a vélt, vagy valódi bizonytalanságérzet. A szorongásnak sok fajtája, fokozata és szinonimája van: általában mindenki egyetért abban, hogy a szorongás kellemetlen rossz érzést, negatív előérzetet jelent, ingerlékenység, pesszimizmus a

következménye, felfokozottan jelentkeznek félelmek, amelyeket máskor nem tapasztal az egyén” (Vargha és Szabó, 2009).

A szorongás kialakulásáért köztudott biológiai és pszichológiai tényezők a felelősek. Napjaink genetikai kutatásai bizonyítják, hogy az általános szorongási hajlam örökölhető. A tudományos elméletek a szorongásért felelős neurotranszmitterek szerepét helyezik előtérbe (Atkinson, 2001). Szorongásgátlók a GABA<sub>a</sub> receptor működését serkentő benzodiazepinek és barbiturátok, a dopamin (D<sub>2</sub>, D<sub>3</sub>) receptor antagonisták, a szerotonerg vegyületek és a kolecisztokinin. A szorongás idegrendszeri lokalizációja az agy amygdala területe. Kimutathatóan kialakulásában a melatonin és nemi hormonok (tesztoszteron, ösztrogén) is fontos szerepet játszanak (Horváth, 2007). A mellékvese által termelt kortizol nevű, stresszhormont Hedaya, 1996- Zaleman, 1995 kutatása kapcsolatba hozták az unipoláris depresszió kialakulásával (Comer, 2005). A szorongás tünetei pszichés, szomatikus/vegetatív és viselkedési tünetekre oszthatók fel, melyek egyszerre vagy disszociáltan fordulnak elő. Szakirodalmi adatokból tudjuk, hogy a pszichés tünetek: figyelemzavar, súlyingadozás, evési rendellenességek, alvási és szexuális zavarok, fáradékonyságot jelentenek. A szomatikus/vegetatív tünetek: arc kipirulása, szájszárazság, izzadás, tachycardia, vizeleti inger, mellkasi fájdalom, fulladásérzetet. A viselkedési tünetek: rémült arckifejezés, nyugtalanság, kéztördelés, türelmetlenség, agressziót feltételeznek (Horváth, 2007). A szorongással küzdő idősök önértékelése sokkal alacsonyabb, viselkedésrepertoárjuk szűkebb, kevesebb társas kapcsolatot tartanak fenn, mivel állandóan attól félnek, hogy kínos helyzetbe kerülnek. Emellett gyakran jelentkeznek depresszióra jellemző tünetek: szomorúak, másoktól eltérően visszataszítónak érzik magukat, stressz érzékenyebbek. Megfigyelték, hogy sokszor hiányoznak náluk az alternatív megoldási stratégiák, ha kapcsolatok teremtéséről vagy konfliktus megoldásról van szó, ezzel magyarázható, hogy magányosabbak (Leplow, 2008).

A *stressz* fogalmát a szakirodalomba Selye János vezette be, és mint pszichoszociális eredetű feszültség fogható fel a kórtanba (Tringer, 2001). Selye, 1936-os meghatározása Szabó, 1995 idézve: „Orvosi megfogalmazásban- írja Selye *Életünk és a stressz* című világsikert arató népszerű munkájában- a stressz az élettel járó elhasználódási folyamatok egysége. Aki megérezte már, hogy mindaz, amit tesz- s az is, amit mások tesznek vele- bizonyos fokig kimeríti és igénybe veszi, az körvonalaiiban már látja, mit nevezünk stressznek. Fáradtság, ingerlékenység, aggodás, félelem, betegségérzet, mind a stressz egy- egy megjelenési formája. Atkinson, 2001 meghatározása alapján, akkor beszélünk stresszről, amikor az emberek fizikai vagy pszichológiai jóllétüket veszélyeztető eseménnyel szembesülnek. Olyan stresszorzal, amelyek kihívást jelentenek „a szokásos emberi tapasztalatok terjedelmén túli traumák,

amelyek befolyásolhatatlannak vagy bejósolhatatlannak tűnnek, amelyek próbára teszik képességeinket és megkérdőjelezzik képünket és amelyek versengő céljaink között belső konfliktusokat okoznak. A stresszre több meghatározás létezik, ebből a Szimonov képlete alapján: a stressz lényegében információ túlterhelés.

$R_s = f(I_n - I_d)$ , ahol  $R_s$  = stressz reakció,  $I_n$  = szükséges információ,  $I_d$  = rendelkezésre álló információ (Tringer, 2001).

Stresszcökkentő vagy megelőző válaszreakció, a megküzdés vagy coping, amely lehet kognitív, pszichológiai vagy magatartási minta (Kucsera, 2011).

*A stressz biológiai háttere.* Testünk a „harcolj vagy menekülj” reakcióval válaszol a stresszre (Atkinson, 2001). Selye alapján kialakulásában három szakaszt különíthetünk el:

1. vészreakció szakasza: növekszik az ACTH-elválasztás, ami fokozza a glikokortikoidok kiáramlását a vérbe. A vérben nő a neutrofil fehérvérsejtek és nyiroksejtek száma. Növekszik a hajszálerek átteresztőképessége, vérzések lépnek fel.
2. ellenállás/rezisztencia szakasza: a mellékvesekéreg nagyobbodik, hiperpláziája áll elő, miközben koleszterin- és aszkorbinsav- tartalma nő. A szervezetben az anyagcsere-folyamatok normális mederbe lépnek.
3. kimerülés szakasza: a szervezet nem képes többé alkalmazkodni a stresszorok hatásaihoz. A mellékvese kérgé nem képes elegendő mennyiségben glikokortikoidokat termelni. Sejteiben kevés lipidszemcse és kevés aszkorbinsav marad. A vérben nő a nyiroksejtek és az eozinofilek száma, a nyirokcsomók duzzadnak. A kimerülés egészen a halál beálltáig fokozódhat (Szabó, 1995).

*A stressz tünetei.* DSM-IV szerint, ha a szorongáshoz kapcsolódó tünetek a traumatikus eseménytől számított 4 héten belül jelentkeznek, és 2-28 napig tartanak, akut-stressz zavar, ha 28 napnál tovább tartanak, poszttraumás stressz zavar diagnosztizálható (Comer, 2005). Tünetei Gabos, 2002 alapján:

4. akut stressz zavar, ha a beteg valamely megrázó eseményre intenzív félelemmel, rémülettel reagál és a következők jelennek meg nála: szubjektív bémultság érzése, deperszonalizáció, derealizáció, disszociatív amnézia. A traumát a beteg újra és újra átéli, visszatérő álmok, illúziók, képzetek formájában.

Poszttraumás stressz szindróma: trauma hatására jelentkezik. Három fő elemet foglal magába: a trauma ismételt átélése: álmokban, tovakodó gondolatokban, illúziók vagy hallucinációk formájában, érzelmi elhidegülés, vegetatív idegrendszeri tünetek. Fokozott készenléti állapot jelentkezik, a beteg nem tud elaludni, túlzott ingerlékenység lép fel.

Az emberek különbözően reagálnak a stresszkeltő eseményekre. Néhányuknál súlyos pszichológiai és testi megbetegedések jelentkezhetnek, míg mások ugyanezen eseményeket

könnyen túléljük. Idősek körében a stresszre adott leggyakoribb válasz a fásultság, harag, agresszió, valamint a kognitív károsodások. A stresszhatások fájdalmas érzelmeket pl. szorongást és depressziót is eredményezhetnek (Atkinson, 2001).

## **2.5 A kutatásban előforduló fiziológiai paraméterek, betegségek**

A kutatott populáció, interjú alanyainak orvosi kórlapján (a megfelelő titkosítás után) a következő nyilvántartott betegségek szerepelnek leggyakrabban: magas vérnyomás, reumatológiai megbetegedések, cukorbetegség, szív- érrendszeri megbetegedések, érszűkület, emésztőrendszeri, légzőszervi, csontrendszeri megbetegedések, pajzsmirigy és allergia. Rövid ismertetése az előforduló problémáknak:

*Vérnyomás:* a keringési rendszerben a vérnek az erek falára kifejtett nyomása. Egészséges felnőtt ember a. branchialisában a normál vérnyomás 130-140/ 75-90 Hgmm közötti érték. A magas vérnyomás vagy hipertónia, krónikus kóros állapot, melynek során az artériákban a vérnyomás meghaladja a 140 Hgmm szisztolés, illetve a 90 Hgmm diasztolés értékeket (Ganong, 1994).

*Pulzus:* a szívtől az arterioláig, az artériákon hullám formájában végigfutó nyomás és térfogatváltozás, amelyet az aortába kilökött verőtérfogat hoz létre. Nyugalomban is számos tényező (életkor, nem, stressz.) befolyásolja a szív működés frekvenciáját ( $70 \pm 10$ /min). A pulzusszám legérzékenyebb mutatója szervezetünk fizikai terhelésének (Ángyán, 1993). A szívfrekvenciát elsődlegesen idegi tényezők szabályozzák, a szimpatikus ingerlés növeli, a paraszimpatikus ingerlés pedig csökkenti a percnkénti összehúzódások számát, kontrakció erősségét, ingervezetést (Ganong, 1994).

*Reuma, ízületi:* kötőszöveti autoimmun betegség. Jellemző tünetei: fájdalom, duzzanat, ízületi nedv felszaporodása, az ízület merevsége, a mozgások beszűkülése (László és mtsai, 2004).

*Vércukor:* a vér glükóz tartalma. Éhgyomorral felnőtt emberben 80-110 mg%. A szénhidrát anyagcserét hormonok szabályozzák (inzulin, glukagon, adrenalin). A mellékvese velőállományának hormonja, az adrenalin, hatására mobilizálódik, emelkedik a vércukorszint (Ganong, 1994). A cukorbetegség inzulinfüggő (IDDM) autoimmun betegség. IDDM- ben olyan ellenanyagok keletkeznek, amelyek a hasnyálmirigy Langerhans sejtcsoportjait pusztítják. Inzulin hiányában a cukor felhasználás hibásodik. Szervezetünk nem tudja beépíteni fő táplálékforrását, a vércukrot.

*Migrén:* féloldali fejfájás. Tünetei: émelygés, hányinger, fényfelvillanások, féloldali görcsös fejfájás (László és mtsai, 2004).

*Keringésrendszer betegségei:* a keringési rendszer bármelyik szervének működési zavara. A szapora szívverés (tachycardia), nagyobb fizikai vagy lelki megterheléskor jelentkezik, akkor kóros, ha erőssége nem áll arányban a terhelés nagyságával. A szokványos szívösszehúzódnások mellett megjelenő szívverés, mely megzavarja a szívritmust az extraszisztolé, melyet egy rövid szívmegállás is követhet. Tünetei: szédülés, szorongás és szívtáji szúrós érzés.

*Szívelégtelenség,* amikor a szív nem képes ellátni a szervezetet vérrel. Háttérben billentyűhiba, szívizombetegség vagy magas vérnyomás áll. A bal szívfél elégtelensége légzési panaszokat, a jobb szívfél elégtelensége a májra és vesékre hat.

*Koszorúér- betegségek,* a szív vérellátásának hibája: mellkasi szorítás, érelmeszedés, koszorúér-gyulladás, szívinfarktus és szívelégtelenség formájában jelentkezik.

*Érszűkület,* verőér veleszületett összeszűkülése. A betegséget szívzörejek és a felső végtagokban mérhető magas vérnyomás jelzi.

*Érelmeszesedés,* az erek rugalmasságának a csökkenésével jár. Az artériák falának megvastagodása, az érfalon kicsapódott kalcium-sók miatt az arterioszklerózis. Az artériák üregének beszűkülése a belhártyájában lerakódó zsírszerű anyagok miatt az ateroszklerózis (László és mtsai, 2004).

*Emésztőrendszeri betegségek:* a nyálkahártyával borított, szájnyílástól a végbélnyílásig terjedő emésztőrendszer legkülönbözőbb betegségekkel károsodhat. Gyakoribbak: gyomorfekély tünetei: émelygés, hányinger, emésztési zavarok, fájdalom.

*Epekövesség:* okai kicsapódott változó összetételű anyagok. Tünetei: felsőhasi fájdalom és émelygés.

*Aranyér:* végbél vénás hálózatának csomós tágulataiból képződnek. Tünetei: fájdalom, piros vér ürítés (László és mtsai, 2004).

*Asztma:* krónikus légúti gyulladás, mely a tüdőszövet szűkülésével jár a simaizmok görcse és a fokozott nyáktermelés miatt. Tünetei: nehézlégzés, sípolás, kilégzés, nehezítettség, mellkasi szorítás, köhögés (László és mtsai, 2004).

*Csontritkulás:* osteoporózis a csontszövet szerves és szervetlen állományának kiterjedt csökkenése. Tünetei: fájdalom, törések, görbületek (púp) kialakulása (László és mtsai, 2004).

*Pajzsmirigy:* működési zavara esetén, felborul a szervezet energiatermelésének és felhasználásának normális ritmusa. Tünetei: puffadt arc, aluszékonyság, sápadt bőr, hajhullás, intellektuális funkciók csökkenése (László és mtsai, 2004).

*Allergia:* immunrendszer kóros működése, hiperszenzitivitási reakciója. A szervezet ártalmatlan anyagokat idegenként azonosítja. Tünetei: csalánkiütés, kivörösödés, viszketés, az arc megtagadása, anafilaxiás roham (László és mtsai, 2004).

### 2.5.1 A betegségek lelki okai

A betegségek, rendellenességek vagy kórkép kialakulásában sokszor testi, lelki, társadalmi kölcsönhatások együttesen játszanak közre egy többlépcsős folyamatban. A hetvenes években a Simonton terápia bebizonyította, hogy gondolkodásunk hatással van a testi működésünkre. Megfelelő belső, imaginációs képekkel saját immunrendszerünk stimulálható (Kádár, 2019). A leggyakoribb betegségek pszichoszomatikus hátterét a kínai gyógyászat (kínai medicina) alapján mutatjuk be, mivel gyökerei, tudományos alapja ennek a legmélyebb:

*Magas vérnyomás:* túlfokozott dinamika, elfojtott agresszió, fegyelmezett érzelmek, becsvágy, rugalmasság hiányállapota. Az egyén általában kerüli a konfliktusokat, ahelyett, hogy a megoldásukon munkálkodna. Örökös várakozása feszültséggel jár, megpróbál kitűnni, megfelelni mások elvárásainak. A tartós feszültség, állandó izgalmi állapotban tartja. Ez a betegség felhívása magába foglalja, hogy önmagunkkal szemben is szabadon érvényre kell juttassuk érzelmeinket, szeretnünk kell önmagunkat, miközben másokkal is szívélyesebben kell viselkednünk. Ha megtesszük, amit meg kell tennünk, belső feszültségünk is alábbhagy.

*Szívbetegségek:* több fajtája ismet. Közös gyökere általában a központ megbetegedése, az élet központját érintő, komoly lelki probléma. Figyelmeztet, hogy állítsuk szívünket tudatosan életünk középpontjába és kövessük utasításait lelki szinten.

*Magas koleszterin:* magas stresszszint miatt, a vérnyomáson keresztüli eszeveszett védekezés, miközben elszivárog a tápláló életerő. Üzenete meg kell tanulni megvédeni idegeinket a túlterheléstől és a lelki alultápláltságtól, meg kell tanulni verbálisan kifejezni önmagunkat, ahelyett, hogy az artériákba gondoskodnánk nyomásról. Fel kell ismerni gyenge pontjainkat, időt kell hagyni sebeink begyógyulására.

*Pajzsmirigy:* túltengéses betegek halálfélelemmel szembesülnek és küzdenek az életben maradásért. Az elégtelenségben szenvedők közömbösen viselkednek, mintha semmi közük nem lenne az egészhez. Általában nem érzik jól magukat, a hideg, szivacsos bőrükben. A valódi élettől mindkettő félúton helyezkedik el, az egyikben túl kevés a másikban túl sok az életerő. Meg kell tanulniuk a helyes utat az akaromtól a legyen meg a te akaratodig.

*Cukorbetegség:* hiányzik belőle a képesség, hogy környezetének gondoskodó törődését megeméssze. A betegség arra utal, hogy az élet kellemes oldalát, az élvezetet, a szeretetet nem fogadja el, mivel úgy érzi nem érdemli meg a törődést. Tudatosan vagy öntudatlanul megtagadja az ilyen irányú igényeit, így képtelenné válik rá, hogy a szeretetet befogadja és önmaga is adjon. A betegségben megtestesülő felhívás, annak felismerése, hogy igenis szeretetre méltóak, sőt egyedülállóak vagyunk.

*Arthosis*: szellemi- lelki elváltozás, önön létünk deformálódása, hibás magatartás. A betegség határozott jele, hogy az ember legyen végre önmaga, találja meg az utat valódi énjéhez és válják lényegileg azonossá vele.

*Hátfájás*: a lelki magatartással, belső támasszal és egyenességgel függenek össze. Háttére szellemi túlterhelés, frusztráció, túlzott felelősségvállalás, támogatás hiánya, félelmek, bűntudat, ellenszenv, aggodalom (kínai gyógyászat).

### **3. AZ IDŐSKOR**

#### **3.1 Az öregedés fogalma**

Öregség lat. senectus. nehéz pontos definícióját megadni, konvencionális értelemben az egyed teljes kifejlődése utáni életperiódust nevezik öregedésnek, melyet a funkciók hanyatlásával jellemeznek, s amely a szervezet halálával végződik (Berszán, 2008). Ugyanakkor az időskor az elszámolások időszaka, visszatekintés az élet eseményeire. Mindenki attól függően éli át a teljesség, az integritás érzését, hogy teljes életet élt-e vagy, hogy mennyire sikeresen tudott megbirkózni az élet különböző időszakaiban felmerült problémákkal. Ha az idős ember sajnálattal néz vissza életére, akkor könnyen válhatnak utolsó éveit a kétségbeesés martalékaivá (Atkinson, 2001). Erikson pszichoszociális fejlődésmélete szerint az időskor a nyolcadik szakasz, krízise az integritás vagy kétségbeesés. Kedvező helyzetben az élettől való megelégedés korszaka, az egyén elfogadja egyszeri és páratlan életútját, úgy ítéli meg, hogy nem élt hiába és nyugodtan készül fel a halálra. Kedvezőtlen kimenetele, viszont az elégedetlenség, a kétségbeesés és a halálfélelem, amennyiben a személy úgy véli, hogy hiába élt (József, 2009). Fiziológiai tekintetben az emberi szervezet az élet folyamán visszafordíthatatlan változásokon megy keresztül, valamennyi élettani és kóros folyamat az öregedés törvényének van alávetve. Alapelvei: Az öregedés elsősorban individuális folyamat, amelyre általános szabályszerűségek és felismerések csak részben alkalmazhatóak. Az öregedés folyamata nem egyirányú, nem definiálható csak negatívumok által, meggazdagodást, kiteljesedést is jelent, nem csak csökkenő képességeket. Nem elváltozás, hanem különböző irányokba mutató változás. Az öregedés folyamatát jelentősen befolyásolja az arra való felkészülés és az öregedő személy önértékelése. Az idős személyekhez való viszony és öregedésről való elképzelés erősen szocio- kulturális meghatározottságú (Berszán, 2008). A WHO korosztályozása szerint 44-60 év között átlag életkorúak vagyunk, 60-75 év között az emberek öregek, 75-90 év között idősek.

Társadalmunk öregkoron meglehetősen önkényesen a 65 év feletti életkort érti. Az öregedés külső és látható jelei egyeseken korábban jelentkeznek, mint másokon. Az évek számának szaporodásával a következő fiziológiás, pszichikai és szociokulturális változással kell szembenéznünk:

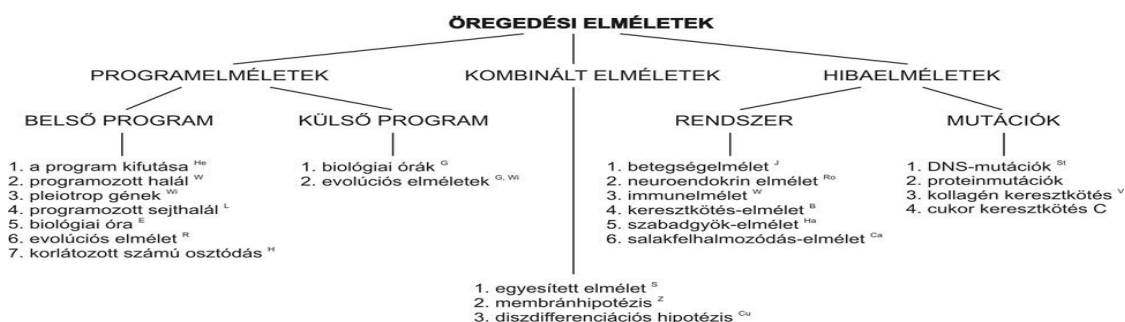
### **3.2 Az öregedés biológiai háttere**

Az öregedés komplex folyamat, számos biológiai változás jellemzi. A testen a bőr megváltozik, veszít korábbi rugalmasságából és szárazabbá válik, ami ráncosodáshoz vezet. A kapcsolatteremtő rendszerben az izom összehúzódások gyorsasága és ereje fokozatosan csökken, és lanyhul a hosszabb ideig tartó erő kifejtés képessége is. A mozgást a végtagok izomzatának fokozatos gyengülése befolyásolja. Az életkor előrehaladtával párhuzamosan megváltozik a csontozat kémiai összetétele, tömörsége csökken. A szervezet kevesebb kalciumot szabadít fel, ezáltal a csontok törékenyebbé válnak. Az ízületek mozgása merevebb és korlátozott lesz, kihullnak a fogak, ennek következtében nehézkessé válik a táplálkozás, a beszéd. Az endokrin rendszer esetén a nemi mirigyekben visszaesik a hormonok kiválasztása, ritkábban fordul elő a szexuális magatartás formája, mivel csökken a libidó. A szervezet alkalmazkodó képessége összességében csökken. Az általános teljesítmény lassúbb, fokozatos csökkenése jellemző. A testi hanyatlás megélése elsősorban akkor kóros, ha az egyén lelkiileg nem készül fel az időskorra, vagy a körülményei kényszerítik változatlan teljesítmény végzésére. A felkészületlenség esetén az öregek személyiségét nagyfokú merevség, sztereotípiára való hajlam, érzelmi beszűkülés, fokozódó érdektelenség jellemezheti, amelyet szellemi leépülés, regresszió hajlam követhet vagy kísérhet (Köllő, 2001). A szellemi hanyatlás minden esetben bekövetkezik, azonban nem általános. A csökkent mentális működések legjelentősebb kompenzációs forrása az élet során összegyűlt tapasztalatok. Az időskori biológiai változások közül a mindennapi életvitel szempontjából a legfontosabb a fizikai és szellemi kapacitás tartalékainak kimerülése. Az életkor előrehaladása pszichológiai változásokkal is jár. A biológiai változások általában a kérgi gátlási folyamatokat gyengítik, sok esetben az ösztönélet erősödik, és ezek megnyilvánulásai kerülnek a viselkedészavar középpontjába. A pszichológiai tényezők másik fontos eleme a nemzedékváltás megélése és feldolgozásának konfliktusa (Stoppard, 2003). Az idős személy környezetében elveszíti domináns szerepét. Ennek a változásnak az átvészélése az egyén részéről új típusú alkalmazkodást igényel. A saját szociális helyzetének megváltozása gyakran új helyzetek és új szerepek elé állítja az embert. A szociális kategóriákban történő változás azzal jár, hogy a

személyt még az ismerős helyzetben is másképpen kezelik. Az, hogy mások hogyan kezelnek bennünket, nagyban meghatározza, hogy milyennek látjuk magunkat (Cole, 2006). A lélektan szerint az öregedés a személyiség leépülésének, eltorzulásának vagy elszürkülésének korszaka. Ezek a változások még inkább függenek a személyiségbeli adottságoktól és a felnőttkor során kialakított életviteltől. Az idős ember szempontjából a legjelentősebb kóros tényező az életkor előrehaladtával bekövetkező izoláció. Ennek okai az előbbiek mellett a szociális hálójuk beszűkülése, valamint az idősek anyagi helyzetének romlása, utazási, kulturális és egyéb lehetőségeiknek a hiányosságai (Köllő, 2001).

### 3.3 Az öregedés elméletei

Az öregedés folyamatának magyarázatára több mint 300 elmélet létezik, melyekből a legelfogadottabbakat ismertettem az 2. ábrán.



2. ábra - Az öregedési elméletek csoportjai és néhány példája. Forrás: Berszán, 2008 alapján.

A programelméletek szerint az öregedés természetes folyamat, amit valamilyen külső vagy belső program vagy annak hiánya okoz.

- A program kifutása elmélet szerint a genetikai programok lefutása után nincs, ami irányítja a szervezetet, így megöregszik, majd elpusztul.
- A programozott halál elméletek szerint a halál és öregedés is program szerint következik be. Egyesek halálgénekről is beszélnek.
- A programozott sejthalált okolják más elméletek. Szerintük génjeinkbe csak egy bizonyos számú osztódási képesség programozott, ezután a sejt elöregszik, majd meghal.
- Mások a biológiai óra által irányítottak vélik az öregedést, melynek lehetnek külső vagy belső determinánsai.

- Az evolúciós elméletek, az evolúció által a szervezetbe ültetett programokat tekintik meghatározónak (Berszán, 2008).

A hibaelméletek szerint valamilyen hiba jelentkezik a rendszerben, s ez gátolja az időbeni hosszabb fennmaradást.

- Az öregedés szabadgyök elméletét, Dr. Denham Harman dolgozta ki az 1950-es években. Az elmélet szerint a szabad gyökök öregítik a sejteket. Minden 100 belégzett oxigénmolekulából 2-3 szabad gyökké válik, melyek nem egyértelműen károsak. Részei immunrendszerünk védekezésének, anyagcsere folyamataink melléktermékei, illetve külső hatásra is keletkezhetnek (napsugárzás, cigarettafüst). Instabilak, ha elektronhoz jutnak – zsírokból, fehérjékből vagy a DNS molekulákból – károsítják az egészséges sejteket. Szervezetünk védekező mechanizmusa ellenük a DNS- javító rendszere, illetve az antioxidánsok, melyek normál esetben lépést tudnak tartani a szabad gyökök képződésével. Betegségek, balesetek, külső stresszorok esetén viszont alulmaradnak és az összeadódó károsodások eredője az öregedés (Stoppard, 2003).
- Neuroendokrin –teória. V. Dilman fogalmazta meg, az endokrin mirigyekben végbemenő változásokat tekinti az öregedés okának (Hayfick, 1995).
- Teloméra elmélet. L. Hayflick, 1961. Kijelentette, hogy a normális sejtek halandók, korlátozott ideig őrzik meg működő és osztódó képességüket in vitro és in vivo körülmények között is. A telomér régió rövidülését tették felelősé, mely szimbolikusan genetikai óráként működik, és az osztódásokat számlálja.
- Eldobható/ egyszer használatos soma elmélet, Tom Kirkwood a kidolgozója. Elmélete szerint az emberi lét célja a gének átvitele egyik generációról a másikra. A gének szempontjából az emberi test többi része teljesen felesleges (Stoppard, 2003).
- Öregedés és tumor szuppresszió. Az öregedést olyan biológiai folyamatnak tekinti, amely gátolja a tumorok kialakulását, limitálja a sejtek osztódási kapacitását. Mivel a tumor szuppressziós génekből áll, olyan fehérjéket kódolnak, amelyek a sejtek osztódását lassítja (Hayfick, 1995).

A kombinált elméletek az utóbbi 2-3 évtizedben kezdtek kialakulni. Olyan elméletek, amelyek okok láncolatát vagy több ok kombinációját alkották meg, a program vagy hibaelméletek egyes tényezőit egyesítették.

- membránhipotézis, 1970-es években látott napvilágot. Eszerint a szabad gyökök a sejtek külső rétegét a sejtmembránt károsítják. Láncreakciószerű folyamatokat

indukálnak, melynek hatására a sejthártya képtelen lesz a táplálék felvételre és felesleges anyagaik eltávolítására. A fokozatosan felhalmozódó bomlás termékeik hatására a sejt fokozatosan dehidratálódik. Ennek következménye a sejt öregedése (Stoppard, 2003).

Idősödés szocializációs elmélete: Jasper, 2002-ben dolgozta ki. Ebben a szemléletben az emberi élet életkortól függően négy nagy, meghatározott szocializációs feladattal ellátott stádiumra osztható fel, ahol a Primer stádium a születés után a világban és a családban való élethez szükséges készségek megtanulását jelenti. A Szekunder stádium akkor kezdődik, amikor a gyermek először lép ki a családból és kezd egy másik közösséghez is tartozni, amelynek a szabályait, normáit újból meg kell tanulnia, és ahol ki kell alakítania egy, az otthonitól különböző szerepet is. A Tercier stádium: önálló életvitel elkezdését jelenti, amikor a fiatal felnőtt kilép a családból vagy az eddig számára háttérrel jelentő közegből és kezdi felépíteni a saját önálló, független életét. A Quarter stádium: az aktív kereső foglalkozás abbahagyásával a nyugdíjazással kezdődik. Ekkor az idősödő személynek meg kell tanulnia egy új életformát: ki kell alakítania egy új életritmust, napi foglalkozási beosztást, új kapcsolatokat kell kialakítania. Meg kell tanulnia a függés és ráutaltság tényét és érzését (Berszán, 2008).

### **3.4 Az idősek társadalmi integrációja, társadalmi tőkéje**

Kovách (2017) meghatározása alapján a társadalmi integráció alatt azt értjük *„amikor az egyén vagy intézmény (cselekvő, ágens) kooperál egy társadalmi csoporttal vagy kollektivitással úgy, hogy bizonyos mértékben elfogadja annak érdekeit, normáit, szabályait. Egy integrált társadalomban az intézmények, normák és szabályok mindenki számára legitim, elfogadható módon jelennek meg. Vagyis, egy jól integrált társadalomban az azt alkotó elemek összekapcsolódása, kooperációja ismert és elfogadott”* (Dupcsi -Szabari 2015:61).

Az integrációs modell az egyének integráltságának három szintjére épít: rendszerintegráció (a társadalmi újratermelésben való részvétel, az egyéni cselekvések összehangoltsága), társadalmi szintű integráció (a társadalomhoz és közösséghez való tartozás, együttműködés), személyközi integráció (az egyéni kapcsolathálók). A társas kapcsolatoknak (Utasi, 2002), a bizalomnak (Csepeli et al., 2004) szerepe van a társadalmi integrációs folyamatok alakulásában (Kovách, 2017). A társadalmi tőke meghatározása *„más tőkeformáktól eltérően, a társadalmi tőke a szereplők közötti kapcsolatokban rejlik”* (Coleman, 1988:93). A társadalmi tőke három alindexet foglal magában: kapcsolati tőke (erős és gyenge kötések számából áll), bizalom

(intézményi és személyközi bizalomból áll), részvétel (civil és politikai részvételből jön létre). A társadalmi integráltság magasabb szintű társadalmi tőkével jár együtt. A társadalmat átszövő kapcsolathálókat meghatározzák annak kohézióját és az egyének integráltságát, a társas kapcsolatok és a kapcsolatot fenntartó interakciók nélkül nincs társadalmi stabilitás. A társas kapcsolatok gazdagsága, a sok erős és gyenge kötéssel rendelkező emberek megbirkózási erőforrása, a jólléttel, testi-lelki egészséggel összefüggenek, sőt még a hosszú élet előrejelzéseiként is szerepelnek (Kovách, 2017).

### **3.4.1 Az idősök társadalmi helyzete**

Az idősök társadalmi megítélése kétféle szemlélet alapján történik, Bugyinszki (2004: 1) pozitív tartalmú szemlélet: az idősöket érték-ként kezeli, a bölcsesség, tapasztalat, tudás, biztonság megszemélyesítőjeként. 2-negatív tartalmú szemlélet: az idősöket társadalmi és családi teherként kezeli, beteg, gyenge, labilis, tehetetlen, kiszolgáltatott, fogyasztó jelzőkkel ruházva fel (Albert, 2017).

Az öregek társas és közösségi részvételét számos tényező befolyásolja, Kucsera (2012) alapján:

1. egyéni szintű részvételi akadályok, mint az egészségi állapot: funkcionális szervi panaszok miatt, beszűkül a mozgásterük, nem tudnak, vagy csak korlátozva tudnak eljárni otthonaikból.
2. társas környezetet gátló tényező, ilyen a családi- állapot, a háztartások összetétele: az egyszemélyes háztartások gyengén integráltak, az izoláció veszélyének kitettségük nagyobb. A házastárs halála a közösen kialakított tevékenységi formák, szokások feladását és beszűkülését, a társadalmi élettől való visszavonulást jelentik. A kortárs csoport zsugorodása, az elhalálozások miatt a közös szocializációs élményekre támaszkodó, baráti körök fokozatos elvesztése, a szomszédok lecserélődése, az elköltözések és halálozások fluktuációja miatt. A környezet fizikai gátló tényezői, az akadályokkal tűzdelt közlekedési útvonalak, és a bonyolult térszemantikai vetületek. A proaktív visszavonulás: nyugdíjba vonulással kezdődik az interakciós tér radikális csökkenése, a mennyiségi és minőségi leépülés. A generációs konfliktusok, az intergenerációs kapcsolatokkal kivesző szolidaritás. A közbiztonság romlása: közterületen áldozattá válni félelme.

Legsebezhetőbb célcsoportként a róluk való gondoskodás társadalmi feladat. Igény szerint, szociális intézményekben a 68/2003-as Kormányrendelet törvényes keretei között történik. Ellátásuk, országos szinten: társadalombiztosítási, egészségügyi és szociális szinten, pénzügyi támogatások vagy természetbeli szolgáltatások formájában. Romániában a jogi háttérét a következő törvények szabályozzák:

- a társadalombiztosítási ellátásnál: 19/2000 törvény és módosításai a 263/2010, 142/2016-os nyugdíjtörvények szabályozzák. A társadalombiztosítási járulékot (CAS) a munkavállalótól és a munkaadótól szedve, öt nyugdíj típust különít el.

Korhatáros öregségi nyugdíj. Kedvezményezettje, aki min. 15 évig, teljes 35 évig fizette a nyugdíjjárulékot és betöltötte férfiként a 65 évet, nőként a 63 évet. Sajátos vagy nehéz munkakörülmények között dolgozóknál, illetve speciális szakmák esetén, módosul a természetes nyugdíjazási feltétel, min. 20 év+ 30 év régiség a szakmába, korhatár 60 év. A nyugdíj összege, 85% az utolsó hat hónap bruttó jövedelmének.

Előrehozott vagy korkedvezményes nyugdíj. 5 évvel a nyugdíjkorhatár előtt kérhető. Összege: minden hiányzó hónapra 0.75%-kal csökkentve a teljes nyugdíj.

Rokkantsági vagy betegnyugdíj. Munkaképesség elvesztése esetén kérhető. Orvos bírálja el, 1-3 évente felülvizsgálat.

Hozzá tartozói nyugdíj. Árva gyerekek: 16 éves, illetve 26 éves korig jár tanulmányok esetén. Házastársnak: ha 15 évet törvényes házasságban éltek.

az egészségügyi ellátást: 145/1997 törvény és módosítása a 95/2006 törvény szabályozza. Egészségbiztosított, aki befizeti a járulékot+ kedvezményezett csoportok. Akik egészségügyi kártyával rendelkeznek. A biztosítottak jogosultsága: család orvosi, kórházi ellátás, sürgősségi orvosi szolgáltatás az összes európai országban, kompenzált gyógyszer ellátást (Albert, 2017). a szociális jellegű ellátást: 27/2013 kormányrendelet és a 778/ 2013 kormány határozat szabályozza. Fűtéstámogatásra és a veszélyeztetett helyzetben levő idősök szociális ellátására terjed ki. Kedvezményezettjei: alacsony jövedelműek, akik nem képesek biztosítani lakhatási feltételeiket. Biztosíthat: ápolási díjat, szociális étkeztetést, közlekedési, fürdőjegyeket, gyógyszereket és orvosi eszközöket, személyes gondozást. Finanszírozási forrásai: állami, helyi költségvetés, adományok, magántőke (Albert, 2017).

European Commission célkitűzései között is szerepel a tevékeny idős kor biztosítása, amelynek összetevői: a minél további munkavégzés, az aktív közösségi, társadalmi részvétel és az autonóm életmód biztosítása (Kucsera, 2012).

Az Egészségügyi Világszervezet, WHO meghatározása szerint a tevékeny idős kor: a lehetőségek optimalizálásának folyamata az egészség, a részvétel és a biztonság területén az életminőség javításáért. A jólléti rendszer fenntarthatósága megköveteli, hogy a klasszikus demográfiai mutatók (időskori függőségi ráta, öregedési index) mellett az alternatív mutatószámokat (foglalkoztatás, társadalmi részvétel, egészség, életmód) is figyelembe vegyünk, gazdasági és társadalmi harmóniánkért. A Help Age International nemzetközi szervezet komplex mutatója, a Global Age Watch Index, már négy dimenziót összegez: az

anyagi biztonságot, az egészségi állapotot, az idősök szerepvállalásának lehetőségét és a társadalmi részvételt lehetővé tevő környezetet (Boros, 2017).

### 3.4.2 Az idősök magányhoz való viszonya

Kucsera (2011) tanulmánya szerint: Gizi Johanna (2008)-as vizsgálata alapján kimutattott, hogy a hatvan- hetvennyolc évesek egynegyede gyakran érzi magát magányosnak. Szociálpszichológiai megközelítésben a magány érzete az egyén társas kapcsolatainak milyenségét jelenti, a megélt elégedettség függvényében. Peplau és Perlman (1978) szerint a magány érzete szubjektív és egyénenként eltérő mintázatú. Tartalma, ereje változó, egyéni élettörténeti eseményektől függően. Léteznek személyek, akiknek társas kapcsolatai hiányosak analitikai értelemben, de nem magányosak, mivel nincs igényük rá. Vagy fordítva, kapcsolatrendszerük bonyolult és mégis magányosnak érzik magukat. Elias (2000) szerint valamely személy akkor tekinthető magányosnak, ha érzelmi alapú kapcsolataiban hiányérzete van (Kucsera, 2011).

*„A magányérzet rontja a pszichológiai jól-létet, az életminőséget. A magányérzet együtt járhat egyfajta megélt bizonytalansággal és kudarcélménnyel; sérülékenységgel-érzettel; frusztrációval és szorongással; elhagyatottság-érzettel, az érzelmi támogatásigény és a valakihez-valamihez tartozás igényének kielégületlenségével; valamint az identitás ápolásának-megerősítésének nehézségeivel”* (Kucsera, 2011: 14).

A magányosság szubjektív megélését befolyásolja a szociális izoláció, a csökkent fizikai, érzékszervi és mentális teljesítőképesség, valamint a lakóhely, a hátrányos szociális helyzet, az alacsony iskolai végzettség (Patyán, 2014). Irodalmi adatok szerint, ha az időskorúak egyszemélyes háztartásban élnek, nagyobb szükségük van a támogatásra, segítségre napi életvitelük fenntartásában. Ez az állapot, ha a szociális kapcsolatok leépülésével is együtt jár, akkor egy önmagát romboló folyamat alakulhat ki, melyben az izoláció, a szociális kapcsolatok leépülése, a fizikai és kognitív kapacitás romlása, valamint a lelki egészség kondíciója, egymás hátrányos hatásait erősítik (Patyán, 2014).

## 4. EMBER- ÁLLAT KAPCSOLAT

### 4.1 Az ember- állat kapcsolat bemutatása

Az ember ősidők óta vonzódik az állatokhoz, valamiképpen mindig függött tőlük. Ember- állat kapcsolat történelmi gyökereit tanulmányozva kezdetben az ősi sámánisztikus és animisztikus vallásokban az állat pszicho- spirituális közvetítőként jelenik meg és gyógyító erővel volt felruházva (Topál, 2011). „A primitív ember kultikus vonzódása az állatokhoz, az ősök állati eredetének mítosza világosan tanúsítja ezt, de az állatok tevékenységét szemlélve, még ma is hajlamosak vagyunk őket valamiféle távoli rokonoknak tartani és tevékenységükben felfedezni az emberi indulatok, vágyak, a cselekvés, a hűség vagy éppen a magasabb rendű értelem mozgatórugóit” (Csányi, 1994: 5).

A világvallások etikai tanításai foglalkoznak az állatokkal. A keresztény kultúrában azonban Isten szemében az állatok másodrendűek. A Biblia alapján Isten az ötödik és hatodik napon teremtette meg az állatokat és az állatok feletti uralmat Isten az embernek adta (1 Móz 1:28), azonban a Noéval kötött szövetséget Isten az állatokra is kiterjesztette (1 Móz 9:10) és az állatok is részesei a messiási üdv ígéletnek (Keresztény Biblia). A Katolikus egyház katekizmusa (1994) kimondja, „*az uralom, amelyet a Teremtő az embernek az élettelen dolgok és más élőlények fölött adott, nem abszolút*”. Ferenc pápa a Laudato si 2015 enciklikájában azt írja: *a többi teremtmény végcélja nem mi vagyunk. Mindnyájan velünk együtt és rajtuk keresztül a közös végcél felé haladnak, ez pedig Isten, a maga transzcendens teljességében*” (Patsch, 2020). I. e. 384-322 között Arisztotelész tíz kötetet írt az állatokról, de ezen leírások inkább természetrajzok, etológiai alapművek. Hasonlóan a Plinius, i.u 23-79 közötti megfigyeléseit, következtetéseit tartalmazó leírások. Az ókori Görögországban az emberek hittek abban, hogy ha egy vak ember megérint, egy szent kutyát meggyógyul, valamint az örület elleni védekezés preventív gyógyszerének a kutyatartást ajánlották (Nánai, 2006). A vadászó társadalmakban, mint potenciális élelem- vagy ruházkodási lehetőség szerepelt az állat az ember életében, de mentális- spirituális funkcióval is felruházták, egyeseket totem állatként vagy istenként tiszteltek bizonyos kultúrákban. Előfordult, hogy egy- egy kölyökállatot befogadtak, felneveltek vagy megszelídítettek. Az inkvizíció idején a vallási propaganda boszorkányságnak, antiszociális viselkedésnek minősítette a kutya és macskatartását (Sátori, 2007). Az állati magatartásról ismereteinket sokáig a naiv anekdoták, megfigyelések képezték, amelyeket állattenyésztő emberek esetleg vadászok készítettek. Antropocentrikus és monoteista hitrendszerek idején haszonállatként tekintettek rájuk. Az állattenyésztéssel foglalkozó társadalmakban megfigyelhető egy hierarchikus szeparáció, mely részben adaptív jellemvonás,

mivel ki kellett elégíteni a humán populáció megnövekedett állati eredetű termék felhasználását (Sátori, 2007). Sokáig anatómiai és fiziológiás tudásunk fejlődésének, kísérleti alanyai voltak, gondoljunk Leonardo da Vinci, William Harvey, Claude Bernard, Francois Magendie munkásságára, amely állatkínzások végtelen sorozata. René Descartes azt gondolta és terjesztette az állatokról, hogy nem éreznek fájdalmat: esznek élvezet nélkül, kiabálnak fájdalom nélkül, nőnek, anélkül, hogy észrevennék, nem akarnak semmit, nem félnek semmitől, nem tudnak semmit. A XIX század hozta el a változást, 1822-ben szavazzák meg az első állatvédő törvényt, Angliában és fokozatosan kezdik elismerni, hogy az állat is érző lény (Rujoiu, 2014). Charles Darwin, az első biológus, aki az állatok viselkedéséről tudományos megfigyeléseket tett. „Az érzelmek kifejeződése az állatokban és az emberben” (1872) című könyve bemutatja az emberi érzelmek evolúciós eredetét (Csányi, 1994).

A társállattartás gyökereit keresve történelmi dokumentációkban, megtalálhatók többnyire az arisztokrácia világában, elsődlegesen vadászati céllal tartva, de több esetben szórakoztató társaként is tartottak kutyát. X. Leo pápa, világi nevén Giovanni de Medici (1475-1521) barátja egy fehér elefánt, Hanno, akinek elpusztulásakor, fájdalmában verset írt. Josephine Bonaparténak (1763-1814) több társállata volt, kedvencei egy orangután és Fortune nevű kutyája, kivel együtt aludt, Napóleon szomorúságára. Nero császár (54-68) kedvence Phoebe volt, a tigris. II. Ramses (i.e. 1303-1213) fáraó palotájában élt egy oroszlán barát. Legkülönlegesebb talán Vergilius Maro (i.e. 70-19) volt, aki társállatul fogadott egy legyet. Wolfgang Amadeus Mozart (1756-1791) nagyon szerette a madarakat, otthonában tartotta kedvencét, a seregélyt, melynek trilláját csodálta, imádta (Rujoiu, 2014).

Az ipari forradalom idején az urbanizáció felgyorsulásával az ember természet szeretete felerősödik, ezzel párhuzamosan változott az állatok iránti attitűdje, akikre elkezd társállatként tekinteni. Az 1980-as évektől, az USA-ból indulva megjelenik egy új pszichoszociális jelenség, amelyben az állatokat szociálisan integrált, teljes értékű partnerként, családtagként kezelik. Kialakul a társállat ipar, melyben az állatokat emberi közösségek számára elérhető szolgáltatásokban részesítik (Topál, 2011). „*Napjainkba a társállat tartása nem csak kedvtelést jelent, de fontos összetevőként szerepel az ember pszichológiai igényeinek kielégítésében.... Hozzájárulnak stresszel teli életünk megkönnyítéséhez, komfortérzetünk kialakításához, fenntartásához*” (Sátori, 2007:11).

Az AVMA statisztikája alapján a családok 58,3% tart valamilyen hobbiállatot. A társállattartás funkcióit Rujoiu (2014) gyűjtötte össze kutatásokból. Azt találta, hogy vannak családok, ahol az állat családtag (Cohen, 2002, Cain, 1983, Katcher, 1989, Planchon et al., 2002, Trienbacher, 2000, Risley-Curtiss et al., 2006, Albert-Bucroft, 1988, Rujoiu, 2012, Tesfom-Birch, 2013), ahol barát (Stallones és mtsai, 1988), ahol gyerek (Beck-Katcher, 1983), ahol szociális kapocs

(Irvine, 2004), ahol biztonság forrás (Zilcha-Mano, 2012), Rujoiu, 2014). Az első állatok háziasítása óta, annyi idő eltelt, hogy hatására a kutya genetikailag is változott, emberi tulajdonságokat vett fel. Természetes élőhelye a család lett nem a vadon, azonos ökológiai fülkében élnek az emberekkel. A kutya egy mellénk szegődött állat, nagyon hasonlít ránk, törődni kell vele, szeretni kell (Csányi, 2022). A Sóvidéki ember állatokhoz kapcsolódó hitvilágát István Lajos: *Szokások, hiedelmek a sóvidéki népi állattartás köréből* címmel gyűjtötte össze 1979-1981 között, idős állattartó gazdáktól. Babonás félelem, tudás és szeretet olvasható ki a több mint hetven szokásból. Mai gondolkodásunkkal sok fölösleges tehernek tűnik, de ezen hitvilág mélyítette kapcsolatuk mélységét, az állat számukra az élet nélkülözhetetlen forrása volt. Gub Jenő szovátai etnobiológus írta „*a sóvidéki ember az állatait mindig különös gonddal nevelte, az állattartás, állatszeretet, gondosság sokszor jelentősebb, nagyobb érték volt, mint a családban a gyermek*” (Bölöni, 2013).

Ember-állat kapcsolat meghatározására nem létezik egy egységes, univerzális, empirikus meghatározás nélkül. Megközelítési elvek, magyarázó elméletek léteznek, ebből a három legismertebb szemlélet: 1. pszichoterapeuta -kötődési elmélet, 2. evolucionista- biofilia elmélet, 3. társas támogatás- rendszerelmélete. Bowlby, 1988 *kötődési elméletére* alapozó pszichoterapeuta megközelítés lényege: a társállatok módosíthatják az egyének elsődleges, szülővel kialakult mentális reprezentációit, belső munkamodelljeit. Pozitív irányba változtathatják a személyek érzelemszabályozását, stresszel való megküzdését és másokkal való viselkedését. *Biofilia elmélete* alapján, az emberek evolúciós fejlődésének szerves hozadéka: vonzódásuk az állatokhoz és a természet más élőlényeihez, mely növelte túlélési esélyeiket. A biofilia- koncepció szerint az ember azért nyugodt, kiegyensúlyozott az állatok jelenlétében, mert az ősi, természeti népek megtanulták, hogy az állat viselkedéséből következtetni lehet a vészhelyzetekre, kiegyensúlyozottak, akkor lehetek, ha társállataik nyugodtak, békések voltak (Molnár, 2015). A *Társas támogatás elmélete* szerint az állattal való kapcsolat, hasonló szerepű, mint az interperszonális kapcsolatok, vagyis növelik a szociális interakciók száma által a komfortérzetet (Babos-Koronczai, 2015). Az emberi viselkedés tudományos vizsgálata hagyományosan a társadalomtudomány tárgyköre, résztudománya a szociobiológia, mely a társas viselkedés biológiai alapjait kutatja (Barash, 1980). A humánétológia megjelenése számos társadalomtudós ellenkezését váltotta ki, mivel azt vallották, hogy az ember kizárólag társadalmi lény. „*De ma már tudjuk, hogy a kultúra és a biológia együtt alakította ki a modern embert, kinek viselkedését, társadalmi problémáit, a bolygón lehetséges további békés életének feltételeit csak úgy lehet megérteni, ha gondosan feltárjuk azt a biológiai és kulturális folyamatot, amely a modern ember kialakulásához vezetett*” (Csányi, 1994: 23).

## 4.2 A ház körüli állattartás

Az állattenyésztés alapvető mezőgazdasági tevékenység, amely a háziállatok többoldalú hasznosítását biztosítja (Horváth, 2012). A családi gazdaság fogalma tág, meghatározásai Kovács (2020) kutatása alapján:

Magyar Értelmező Kéziszótár, 2001 és Magda, 2003 *„a gazdaság, egy olyan mezőgazdasági termelési egység, amely az önálló mezőgazdasági üzemet takarja hagyományosan”*

Juhász (2001) szerint a családi gazdaságok, olyan középparaszti vállalkozások, amelyek túlnyomó többségben családi munkaerőt használnak

Alvincz&Varga (2000) megjegyzi *„a családi gazdaságok elsősorban saját felhasználásra termelnek, és a felesleget értékesítik, míg a farmok fő célja a profitmaximálás”*

Burgerné (1992) és Takácsné (1995) *„a családi gazdaság alapvetően a család munka erején alapszik, jövedelemorientált és elsősorban árutermeléssel foglalkozik, alkalmazhat állandó és időszakos munkaerőt”*

Schumpeter (1980), Solomon (1991), Dobos (2000) *„a gazdálkodás egy tudatos, tervszerű és összetett tevékenység, mely a mezőgazdasági eredetű javak, szolgáltatások és jövedelmek előállítását foglalja magában. A vállalkozó, meg egy olyan innovatív személy, aki a pozitív eredmény reményben saját idejét felhasználva vállalja a felmerülő kockázatokat”*

Williams (1973) szerint a családi gazdaságot a gazda és családja tartja fent, külső munkaerő bevonása nélkül (Kovács, 2020: 4-5).

2013/CXXI/hu I törvény alapján: „családi gazdaságnak számít minden olyan gazdasági forma, amelyen belül, legfeljebb 300 hektár nagyságú termőföld tulajdonával, illetve haszonbérletével, használatával rendelkező gazdálkodó család valamennyi termőföldje, az ahhoz tartozó leltárban megjelölt ingatlan és ingó vagyontárgyak hasznosításával, legalább egy családtag teljes foglalkoztatásán és a többi családtag közreműködésén alapul. A családi gazdaság tagjai közé sorolható maga a családi gazdálkodó, házastársa vagy élettársa, gyermekei, unokái, szülei, nagyszülei és testvérei” (Kovács, 2020:5).

A székely társadalomszerkezetet évszázadokon át a földtulajdon és az ehhez kapcsolódó gazdálkodás határozta meg. Ezt a kisparaszti gazdálkodást a II. világháborút követően a mezőgazdasági termelészövetkezetek váltották fel a rendszerváltásig. Utána a földtulajdon fokozatosan visszakerült tulajdonosához. Napjainkban Sóvidéken a paraszti típusú egyes gazdaságok a dominánsok. A kollektivizálás utáni mezőgazdasági privatizáció, szétaprózott struktúrát hozott létre, de napjainkban lassan differenciálódik a magánüzemek irányában, mely

a gazdálkodói habitusban is érzékelhető változásokat eredményez, továbbá belső szerkezeti változásokat hozott az uniós csatlakozás is (Kovách, 2010). Sóvidéki térségben a városlakók 17%-a, míg a falvakban lakók 75%-a birtokol földet, a családok több mint fele valamilyen mértékben gazdálkodik, kis földterületen, a család saját munkaerejére alapozva, a családi élelmiszerszükséglet alapszintű ellátására termelve (Bíró, 2014). A minimális befektetést igénylő, természetes gazdálkodást folytató, paraszti, háztáji gazdálkodás a domináns, így interjú alanyaim e kategóriákból kerültek ki. A falusi népesség egyharmada, az átlagnál idősebb, nyugdíjból élő család, akiknél a gazdálkodás életforma, rehabilitációs jellegű, önálló és önerőre alapozó hagyományos paraszti modell: néhány hektárnyi területen gazdálkodnak, kisebb erőfeszítéssel fenntartható munkálatokkal: baromfitartás, sertéstartás és (amíg bírják) marhatartást is vállalnak. A következő vizsgált kategória kb. 20%, akik szintén idősebbek, örökölt vagy visszakapott nagyobb területen gazdálkodnak, piacra is termelnek, de paraszti jelleggel, vállalkozásszerű vonások nélkül. Ezek mellett vannak az intenzív kisgazdaságok, kb. 2,7%, amelyek a kevés föld mellett, termék értékesítésből jelentős jövedelemre tesznek szert. Elenyésző számban megtaláljuk a nagygazdaságok két típusát. Egyik az állattartó mezőgazdaságok: kiterjedt legelőkön, extenzív állattartásra, főleg juhtartásra szakosodott, a jövedelmük fő forrása az állatállományok után járó mezőgazdasági támogatások. Másik a vegyes nagygazdaságok: intenzív termelési módra szarvasmarhatartásra és tejtermelésre szakosodott, a szántóföldi művelés mellett, jövedelem forrása a termék értékesítés (Kiss, 2016). A kisszámú, erőteljesebben vállalkozói jellemzőkkel bíró nagygazdaságok tulajdonosai fiatalabb családok, ezért kutatásomban ők nem szerepelnek. A parasztságon azon társadalmi csoportot értjük, amelyik a kisüzemi mezőgazdasági termeléshez kötött speciális életmóddal jellemezhető (Kovách, 2010). Parasztszavunk szláv jövevényszó, jelentése: egyszerű, nyílt, őszinte, együgyű. Pejoratív jelentése régi keletű, már az ókori athéniak is megvetették a vidék lakóit, később a városiasodott, posztindusztriális társadalmak fokozták a paraszti munka kulturális lenézését. Napjainkban a parasztszavunk tudása, függetlensége, önfenntartása, önállósága, természetközeli életmódja kívánatos tulajdonság. A parasztember hagyományörző, öntudatos, növénytermesztő, növényvédelmi, élelmiszer- feldolgozó szakember, állatorvos, ezermester (Balázs, 2022). Az állattartás a gazdától nagy felelősséget kíván. A gazdálkodónak teljesíteniük kell a mezőgazdasági haszonállatok jólétére vonatkozó előírásokat:

- az állat fajtájának és szükségleteinek megfelelő feltételek biztosítása
- tilos indokolatlan vagy elkerülhető fájdalmat, szenvedést vagy sérülést okozni
- biztosítani kell az egymásra veszélyt jelentő, egymást nyugtalanító állatok elkülönítését

- gondoskodni kell az állat igényeinek megfelelő rendszeres, de legalább napi egyszeri ellenőrzéséről
- az állatot nem bántalmazhatja, nem uszíthatja emberre vagy állatra
- gondoskodni kell az állatok biztonságos elhelyezéséről
- szabadtartás esetén biztosítani kell olyan létesítményt, ahol a szélsőséges időjárási körülmények esetén, valamint ragadozókkal és az egészségre ártalmas hatásokkal szemben védelmet találnak (Horváth, 2012).

Minden évszaknak megvan a megfelelő munkabeosztása. A földhöz kötődő gazdasági év tavasztól ősziig, szántástól betakarításig tart. A házban és a ház körül végzett munkák szabályos napi, heti és éves munkarendet követnek. Az állatok etetése korán reggel, öt óra tájban történik. Munkaritmusuk életszerű, természetfüggő és következetes helytállást igényel.

#### **4.2.1 Az állattenyésztés és pásztorkodás tudománytörténete**

Az ember- állat kapcsolat legfontosabb színtere: az állattenyésztés, mely a parasztság önálló gazdálkodásában fontos szerepet játszik. A Magyar Néprajzi Lexikon alapján a domesztikált állatok tenyésztésének két módja ismert: 1. a *pásztorkodás*, vagyis a természetes növénytakarón való legeltetés, 2. az *állattenyésztés*, az intenzív takarmányozással összekapcsolt istállózás. Hermann Ottó 1914-ben három tartásmódot különböztet meg: szilaj- vagy ridegtartás, ami egész évi legeltetéssel, legelőn tartózkodással jár, félszilajtartás, ami tavasztól ősziig való folyamatos legeltetést jelent és kezes tartás- ami az igás és tejelő állatok naponkénti kihajtását, istállózó legeltető élelmezését jelenti (Paládi, 2001).

Régészeti leletek alapján a Kárpát- medencei pásztorkodás a Balkánon keresztül érkezett több hullámban. A pásztorkodást vlach juhászoknak nevezték és különböző népcsoportokhoz tartoztak.<sup>5</sup> Erdélyben kezdetben a román (oláh) lakosság fő foglalkozása volt a pásztorkodás, különösen a juhászat, mely a hegyvidéki művelhető területek csekélységére, a hegy és havasi legelők bőségére vezethető vissza, illetve az állatok iránti szeretet is megjelenik a szakirodalmi forrásban.<sup>6</sup> Az ázsiai népekhez hasonlóan a magyarok juhtartók is voltak. A honfoglalástól kezdve az állatfaj sokoldalú hasznosítása tette lehetővé a juhtartás fejlődését. A Magyar

---

<sup>5</sup> [01-HAZEMBER 23.qxd \(skanzen.hu\)](#)

<sup>6</sup> [Full page photo \(eloerdely.ro\)](#)

Királyság ideje alatt terjedt el a szarvasmarha tartása. A Kárpátok vidékének természetes legelő bősége az extenzív állattartást a székely gazdálkodásban is fontossá tette. Ezt bizonyítják a legkorábbi történelmi források, ahol a székelyek, adójukat állatokban rótták le, a ló tartás szerepet játszott a társadalmi rétegződésben. Székelyföldön a félszilaj tartás, pásztorkodás honosodott meg, vagyis a jószág kora tavasztól (Szent György naptól) késő ősziig (Szent Mihály napig) legelőn volt.<sup>7</sup> A földrajzi adottságok miatt az erdélyi paraszti háztartások létalapja volt a juhtartás, az ugar a juhtartással vált mezőgazdaságilag művelhetővé, mivel a legeltetés irtotta a gyomot, trágyával javította a talaj termőképességét, fontos szerepe volt az ökoszisztéma egyensúlyának a fenntartásában. Az erdélyi juhászatnak két táji típusa különíthető el: 1. a kosaras juhászat, a juhot főként a trágyájáért, 2. a hegyvidéki juhászat, haszonállatként (tej, gyapjú, hús) tartják (Salló, 2018). A népi juhászattal foglalkozó szakirodalom kiterjedt, az erdélyi anyag viszont szegényesebb. A következőkben Salló Szilárd (2018) munkássága alapján mutatom be az állattartást, aki áttekintette az erdélyi juhászat kutatásának néprajzi eredményeit, alapul véve az Erdélyi Magyar Néprajzi Bibliográfiai szakirodalom állattartáshoz, állattenyésztéshez kapcsolódó tételsorait. A pásztorkodás néprajzi kezdeményezője Herman Ottó, 1898, 1899 és 1914-es monografikus munkái: *Az ősfoglalkozások. Halászat és pásztorélet*, valamint *A magyar ősfoglalkozások*. a romantikus szemlélet jegyében születtek. A pásztorkodáshoz kapcsolódó terminusokat ismerteti későbbi műve: *A magyar pásztorok nyelvkincse*. Az erdélyi román etnikum pásztorkodásáról írt: Péterfi Márton (1905): *A páringi román juhászat* és Moldován Gergely (1906): *Román pásztorvilág* címmel. A csíki és gyergyói pásztorkodás mindennapjairól olvashatunk Téglás Gábor (1913) tanulmányában, a *Pásztorszokások Csik Gyergyó határszéli községeiben*. Az első világháború utáni válságos időszakból való fellendülés reménysugarát találjuk meg Szentkirályi Ákos (1923): *Erdély juhái. Erdély juhtenyésztése. A múlt- A jelen- A jövő* című tanulmányában. Az erdélyi transzhumáló juhászok útvonalait mutatja be Sabin Opreanu, 1929. Részletesebb, tizenegy fejezetes tanulmány Laurian Somesan (1934): *A Kelemen havasok pásztorélete* című munkája. A második világháború idején a pozitívizmus szemléletében íródott monográfiai fejezet: Györffy István, Viski Károly, Bátky Zsigmond: *Pásztorszervezet*. A későbbi évek szakirodalma egyre változatosabb, gazdagabb képet ad a pásztorok életéről. 1963-ban Földes László próbálja meg összegezni tematikusan az állattartással kapcsolatos írások adatait. *Az állattartás és pásztorélet magyar néprajzi szakirodalma* című bibliográfiai mutatóban, több, mint nyolcszáz tételt sorol

---

<sup>7</sup> [Magyar Néprajzi Lexikon / \(oszk.hu\)](http://magyar.neprajzi.lexikon.oszk.hu)

fel az erdélyi juhászatról. Az 1987-ben megjelenő Magyar Néprajzi Lexikon, negyedik kötete is közöl adatokat a székely pásztorkodásról. Legkiemelkedőbb kutatók a következő évekből: Gunda Béla, Paládi Kovács Attila, Vajka Aurél, Újvári Béla, Vámszer Géza. A huszonegyedik században számos szakmunka született a pásztorkodásról, a 2000-es években megjelenő falumonográfiák általában figyelmet fordítottak a hagyományos állattartás ismertetésére. Sóvidéken István Lajos kutatta a juhászatot: *Cimboraszer a hagyományos korondi juhászatban*. P- Buzogány Árpád, 2005: *A juhos gazdák érdekképviseletéről* interjúvázlatokat közölt. Ezen szakirodalmi írások többségében bemutatásra kerül a juhászat gazdag tápanyaga, eszköztára, a pásztortársadalom, a juhászat tipológiája, a pásztorművészet, hiedelemvilága, az állattartást egyfajta linearitásban tárgyalják az idény tevékenységeinek függvényében (Salló, 2018), de hiányoznak a pásztorok lelki világáról szóló kutatások.

A pásztorfoglalkozás ősi állattartó mesterség, de életforma is, és mint minden, attól válik hivatássá, ha művelője teljes személyiséggel annak áldozza magát. A közösségben élők számára a pásztor rejtélyes személyiség volt, természetfeletti erejűnek tűnt, aki boszorkányos tetteket hajtott végre. A magyar nép hitvilágának természetfeletti erejű karaktere, a tudós, eszes, furfangos pásztor. A pásztorcsoport körében híres, megbecsült személyiség volt az állat gyógyításához értő ember. A pásztortársadalomban koronként és térségenként fennállt egy belső tagozódás. A juhászok társadalmi rétegezettségét katonai rend, fegyelem és egyfajta hierarchia jellemezte. Feladataik behatároltak, az esztenagazda(bíró) volt a külkapcsolati ügyintéző, a major (bács) végezte a tejfeldolgozással, sajt készítéssel kapcsolatos teendőket, a csobán feladata a fejtés és a legeltetés, a pakulár (esztrungár) a fejőpásztort segítette (Salló, 2018). István Lajos néprajzi gyűjtésében részletesen leírja a korondi juhászatot, a cimboraszert. Tudjuk, hogy 1962-ig, a termelőszövetkezetek megalakulásáig, a juhászat fontos megélhetés volt a Sóvidéken. 40-60 gazda tömörült egy egy cimboraszerbe, esztenatársaságba, amely földműves-állattartó nagyapáink közösségi társulása volt, és hagyományos forgatókönyvek szerint működtek. Karácsonykor a majorgyűlésen szavazással, az ígért kőccségek<sup>8</sup> függvényében fogadták meg a majort/juhpásztort a következő esztendő legeltetési idényére és kötötték meg a szerződést. Imreh (1973) leírja, hogy nagy dolog volt a pásztorfogadás. A falu vagyonát bízták néhány emberre, ezért ünnepivé tették ezt az eseményt. Ő tavasztól a juhokat kihajtotta a legelőre, a sereget esténként hazahajtotta, minden gazda kapuja előtt megállt így tanulta meg felismerni a gazdák juhait. A végleges kiszállás Szent György napja (április 24) ezt

---

<sup>8</sup> sajt, orda, amit a pásztor add a gazdának juhait után

követően egész nyáron a legelőn maradtak az első hó leeséséig vagy Mikulás napjáig (december 6), amikor megtörtént a számadás. A nyári kiszállás tulajdonképpen a pásztorkodás virágkora, pásztor és nyáj szimbiózisa (István, 1990). Szakértelmet kívánó munka volt a juhok pásztortartása, a legelőkön egymást váltó nemzedékek adták át a juhászati tapasztalatot, a gyakorlat generációkon át csiszolódott, kodifikálódott normarendszere (Imreh, 1973). A pásztor szerződése tavasztól- december 6-ig tartott. Ha a hó hamarabb lehullt, a juhokat hazahajtották, ha viszont az időjárás engedte és a sereg tovább, kint maradhatott, a pásztorok plusz fizetést adtak. A legeltetési jog birtok szerint ment. A juhok legeltetése az eszténa és juhkosár felállításával kezdődött. Külön elkerítve tartják a fejősjuhokat, a meddőket és berbécseket. A juhok fejése naponta háromszor történt, a tejből tejtermékeket készítettek, ezt a gazdák szerre hazavitték. A juhok nyírása, ünnep volt Orbán napján, ilyenkor a gazdák is kimentek segíteni, ebédet vittek: töltött káposztát, kenyeret, salátát, hagymát, paszulyt. A major a gazdákat finom zsendicével, sajttal és ordával kínálta. Ezen a napon, hogy a zsendice finom legyen ordát nem is készítet. Nyírásra a pásztor a juhokat déli tizenkettőkor behajtja, délután négyig el kellett végezni (Gub, 1999). Székelyföldön a pásztorok életmódját gyakran embertelen körülmények kísérték. Személyiségrajzukat, a nemes pásztor karakterét Malonyai Dezső (1911) írta le: *„komoly, tisztességet tudó, értelmes, jókedvű, pompás humorú, eleven megfigyelőképességgel megáldott, kedves nép, gondolkodása világos és józan. Meg van benne az ősmagyarok természetimádó kedve. Embertársai iránt szeretettel viselkedik, az elfogultság, a testvérietlenség, a gyűlölet magjait hiába akarná bárki is elvetni az ő szívében. Foglalkozását nagyon szereti, él és hal a szabad természetért. Irtózik a gyár, a műhely levegőjétől. A gondjaira bízott állatot is szereti, megbecsüli, ápolja, gondozza, olyan gyöngédséggel beszél róluk, mint a gyermekeiről”* (Salló, 2018). A 21. században a juhászok társadalmi és kulturális státusza meglehetősen mélyre zuhant, bevándorlók és szegények mestersége lett, egyre kevesebb és egyre keresettebb a jó pásztoember. A nomád pásztorkodás e romantikus világa eltűnik a vidékről, a pásztorszakma kihalófélben van, holott ökológusaink szerint a fenntartható fejlődés alternatívája a hagyományos pásztorkodáshoz való visszatérés. Rájöttek, hogy a védett területeken, ahol sok értékes gyepterület található, nem lehet újra vetni, műtrágyázni, ott legeltetni kell a biodiverzitás megőrzése érdekében. A kommunizmus öröksége, hogy az állattenyésztés a gazdálkodói életforma pejoratív jelleget kapott, értékét veszítette, az államosítással és a kulák bélyeggel lemorzsolódott az ősi tudás. A társadalom egy része a gazdálkodást megvetendő tevékenységnek tekinti, az állattartást és földművelést ódivatúnak. Napjainkban újra fel kell nőni a feladathoz, a gazdálkodó társadalomban meg kell látni az értéket és egy olyan tudást kell elsajátítani, ami fenntartható módon megmenti értékvesztett világunkat (Berecki, 2021). Az utóbbi években, mivel egyre kelendőbb külföldön az erdélyi báránnyús, megnőtt a kereslet a

külföldi exportpiacon, így ismét felívelő pályán az erdélyi-birkatartás, a tenyészállatok ára rohamosan emelkedik. Szakemberek szerint fejlődő ágazat lesz a román juhászat. Fejlődésének a munkaerőhiány vet gátat, a jó pásztor ritka kincs (Makkay, 2022).

#### 4.2.1.1 A szociális farmgazdálkodás

Napjaink mezőgazdaságának új innovatív lehetősége, hogy hátrányos helyzetű csoportok társadalmi beilleszkedését segítheti elő vidéki térségben. Szociális farmok négy típusa ismert: *Work Place Farm*= munkahely gazdaság, mely számos munka- és foglalkoztatási lehetőséget kínál, az egyszerű kézi munkától az összetett feladatokig. *Education Place Farm*= oktatási gazdaság, a célcsoport itt elmélyítheti ismereteit a haszonállatokról, a kiváló minőségű élelmiszerek előállításáról és a fenntarthatóságról. *Health Place Farm*= egészségügyi gazdaság, amely az állatok és a természet szanatóriumszerű kombinációját biztosítja, pl lovasterápia, kertészeti terápia, állatasszisztált intervenció haszonállatokkal. *Living Place Farm*= lakhatást biztosító gazdaság, ahol az állatokkal és a természettel való aktív kapcsolattartás biztosított, a gondozás és gondoskodás helye (Scheider, 2020). A szakirodalmi kutatások bizonyították, Santini-Piccinini-Gagliardi(2019) összefoglalója alapján, hogy a szociális farmok nemtől és életkortól függetlenül javítják az önbecsülést és a jó hangulatot, mivel csökkentik a düh, a depresszió és feszültség érzetét (Salomon, Salomon és Beeter, 2018). A természeti környezettel való érintkezés pozitívan befolyásolja az egyének életfelfogását, optimizmusát (Cervinka, Roderere és Hetler, 2012). A vidéki informális képzés kedvezően befolyásolja az idősek pszichológiai jóllétét, fizikai egészségét és társadalmi beilleszkedését (Barnide és Midden, 2003, Di Iacovo, 2011, Selhub és Logan, 2012, Sempik, Rickhuss és Beeston, 2014). A zöld tevékenységek gyakorlása javítja az idősek életerejét (Capaldi, Passmore, Nisbet, Zelenski és Dopko, 2015), harmóniáját (Chen és Janke, 2012), befolyásolja érendjüket azáltal, hogy serkenti a teljes energia- és folyadékbevitelüket (De Bruit, 2010), elősegíti a társadalmi elkötelezettség magasabb szintjét (Gigliotti és Jarrott, 2005) és növeli a szociális interakciókat (Makizako et al., 2015) (Santini, Piccinini, Gagliardi, 2019). Sok éves kutatómunka után, véletlenül találtam rá a témám gyakorlati megvalósítására: a Green Senior Care Farmra. Ezen zöldfarmok olyan gazdaságok, ahol az egészségügyi ellátást igénylő emberek ott tölthetik a napot és önkéntesen hozzájárulhatnak a mezőgazdasági termeléshez. Konceptiója: parasztudvart öregotthon helyett, azoknak a nemzedékeknek idős éveit próbálja szebbé tenni, akik még éltek jó világot és ma is nosztalgiával szeretettel gondolnak vissza rá. Hollandiában 900 hasonló gazdaság működik. Egy 2017-2020 EU project, a lengyelországi

Kujawsko-Pomorskie régióban működik, ahol 14 gazdaság fogott össze az időskori elszigeteltség, a társadalmi kirekesztés és demencia leküzdése ellen.

Sóvidéken és körzetében hasonló innovatív szociális jellegű farmok: a szencsedi- *Szent László farm*, mely a Bőjte Csaba házak, mezőgazdasági oktatóközpontja, ahol az alapítvány gondozásában lévő hátrányos helyzetű gyerekek tanulhatják a pásztorkodás ősi mesterségét, gyakorlatban. Ide sorolható még a kecseti *LóFő* és gyergyói *Salvator* Alapítvány lovasudvara, ahol lovas foglalkozásokat tartanak bármely érdeklődő korosztálynak. Lovas és szekeres túra lehetőségek vannak Korondon és a havasi tanyákon. Babusgató *Állatsimogató* állatpark van Zetelakán, vadaspark Ivóban.

#### 4.2.2 A Sóvidéki etnozoológia és a tenyésztett állatfajok jellemzői

Az etnozoológia az állatoknak az emberi kultúrában játszott szerepével, alkalmazásuk, felhasználásuk módjával, a hozzájuk fűződő képzetekkel, szokásokkal foglalkozik. Gub Jenő (1999): *Háziállataink dicsérete* című könyvében gyűjti össze a térség néprajzi hagyatékát az állattartásra vonatkozóan. Gyűjtéséből tudjuk, hogy a Sóvidéken az állattartásnak, az állatok megfelelő gondozásának és hasznosításának, mindig nagy volt a jelentősége, mivel a természetföldrajzi viszonyok, a kitűnő havasi legelők, kaszálók biztosították az alapfeltételt a takarmányt. A sóvidéki ember az állatait mindig különös gonddal nevelte, az állatnak sokszor nagyobb értéke volt, mint a gyerekek „gyermeket könnyű csinálni, de szép s jó állat csak ritkán s nehezen kerül” (Gub 1999: 8). Az állatok kúrálása, vagyis etetése, gondozása, ápolása a gazdaember mindennapjainak szerves része volt. A beteg állatot házi készítésű orvosságokkal, növényekkel gyógyították az urusok. Receptjeiket a szájhagyomány őrzi, nagy a szubjektív valóságértéke, mivel kitartóan hittek benne, akárcsak a sok babonás szokásban, megfigyelésben. Az időjárásról az állatok viselkedésének megfigyeléséből, sok helyes megállapítást vontak le az állattartók. Többnyire kevert fajtaikat tartottak, extenzív körülmények között. Gub Jenő kötetében húsz házasított állatfaj tartásával kapcsolatos adatok szerepelnek, ebből idézem a dolgozatom szempontjából relevánsakat:

*Házikacsa.* Sóvidéki ismert fajtanevei: aranynyakú, csergőréce, fejrúpogó, lengyel, nagyfejr, némaréce, pallagi, pekingi, régifajta, románypallagi, rongyos sárgafajta, téglásréce, tarkafajta, zódtollú. Régebbi többtenyésztették, ma a tartása szórványos. A kicsi récék ételibe örökké csihányt (csalánt *Urtica dioica*) vágta, mert attól jól nőttek. A hízás alá fogott rucát kukoricával tömték, amíg a megfelelő súlyt elérte (Gub, 1999).

*Házilúd.* Sóvidéki fajtanevek: angolliba, búbos, eugenisliba, fejrélúd, feketecsőrű, kínajiliba, magyarliba, némalúd, németliba, oroszliba, parasztliba, poroszliba, rajnai, régifajta, rongyos, sallangos, simatollú, tarkalúd, tarkarongyos, téglásliba, vakliba. A liba hizlalása, tömése hasonló a rucáéhoz. Ősz elején a liba hasát és hátát megtépték, tollából párnát, dunyhát készítettek. A levágott liba szárnyát tollseprűnek használták. Húsát, zsíráját a háztartásban használták, tojását viszont, akárcsak a rucáét nem ették meg. Tavasztól őszi naponta kihajtották a falu utcáira vagy libalegelőre, ahol pásztor vigyázott rájuk. A népi regula azt tartja, hogy Mártonkor (november 11) a lúd, ha jégen áll, karácsonykor sárban botorkál (Gub, 1999).

*Házityúk.* Sóvidéki fajtanevek: baganér, bóbitás, csurdényakú, duplasarkantyús, fejrégagyás, hammas, izlandipiros, kendermagos, kontyos, kornió, lángsárga, lekorn, lekord, leghorn, lengyelszuszek, lili, liliputyi, magyartyúk, pallagi, piros, pirosmagyar, plimul, rityi, rekalz, sárga, szimplatarajú. Majorságot szinte mindenki tart. A tojás igen fontos élelmiszer a gazdálkodók életében és a humán és állatgyógyászatban egyaránt jelentős szerepe volt. A tyúk jó időjós, de sok egyebet is megjövendölt (Gub, 1999).

*Pulyka.* Sóvidéki fajtanevek: bébipulyka, bronzpulyka, fehér, fekete, hammas, hollandi, kendermagos, mekszikoni, rézpulyka, parasztpulyka, szrávrapeli, tarka. Régebben többen, ma kevesebben tenyésztik, mivel tartása több gondot okoz, mint a többi szárnyasé, a kis pulykák kényesek (Gub, 1999).

A baromfi szó gyűjtőfogalom, amelybe a tenyésztett szárnyas állatokat soroljuk: tyúk, pulyka, gyöngytyúk, lúd, kacsa, galamb tartoznak ide. A tojástermelésre kitenyésztett tyúk fajták egy év alatt 300-315 db-ot termelnek. A hústermelésre tenyésztettek intenzív körülmények között 42-49 napos korra elérik a 2-2.5 kg testtömeget. A pulyka tojástermelése évente 100-130 db, a tojó testtömege 15 hetesen 8-9 kg. A ludat húsáért, májáért és tolláért tartjuk. Tojástermelése évente 40-60 db. Testtömege 4-8 kg. Májtermelése 400-800 g, tolltermelése 80-140 g. A kacsát húsáért, tolláért, májáért tartják. Testtömegük 2-3kg. A baromfikat csak ott lehet tartani, ahol a higiéniai feltételek biztosítottak. A kotlóst és csibéit száraz, világos, tiszta levegőjű ólban kell tartani. A baromfival etethető takarmányok: gabona, hüvelyes és olajos magvak, ipari abrakkeverékek. Az állatok ápolásának, gondozásának fontos teendői: az istálló takarítása, az ivóvíz biztosítása, az egészségi állapot, a fejlődés ellenőrzése, alom kezelése. A baromfi 20-25 hetes korban kezd tojni (Horváth, 2012).

*Házinyúl.* Sóvidéki fajtanevek: angóranýúl, belga, belga óriás, csincsilla, lepke, lepkés, tengerinyúl, új-zélandi. A nyúl tenyésztése előnyös, mert minden konyhai hulladékot megesszik. Húsa finom, szőrmeje sokoldalúan felhasználható (Gub, 1999). A nyúl- *Oryctolagus cuniculus domesticus*, az üregi nyúltól származik. Húsa egészséges, alacsony zsírtartalmú, de

hasznosítjuk szőrét, bőrét és hobbi állatként is tartják. Szapora, egyszerre 7-10 utódot is felnevel. Vemhességi idő 31-33 nap (Horváth, 2012).

*Szarvasmarha.* Sóvidéken tehen, teheny, tehén, tehény, bika, ökör, szarvasállat. Tej- és hústermelés mellett igavonásra is használták. Az istállózó állattartás, alaptakarmánya a széna, melyet nyáron szénacsináláskor készítettek. A rendes gazda az állatait mindig tisztán tartotta, tehénvakaróval és kefével az állat bőrét letisztította, lesúrolta, a trágyát naponta többször leszedte, az állatot időnként a patakban megfőrsztötte, az állat szarvát faggyúval, zsírral bekente majd zsírral kifényesítette. A járomba befogott tehenet meghonosodott vezényszavakkal irányítják. Az indítást híí, hííne, a megállást parancsoló szó a hóó, hóve. A párosan befogott tehenek, a lovakhoz hasonlóan a jobb oldali a hóbeli, hojcás, hojszás, a bal oldali a csábeli. Amikor a szekeret jobbra akarták teríteni a bal oldalit biztatták csá, csábé szóval, ha balra, akkor fordítva. Mindig arra törekedtek, hogy a tehén jó tejelő legyen, ezért sokféle eljárást, módszert, kuruzslást alkalmaztak. A tej számos házi készítésű gyógyszer alapanyaga. Tavasztól őszig a teheneket legelőn tartották, a falu fogadott pásztora vigyázott rájuk, esténként hazahajtotta. A csorda hazaérkezése a falu életében időjelző volt, ilyenkor haza kellett menni a játszó gyerekeknek. A beteg állat gyógyítását nagy odaadással és körültekintéssel végezték. Időjárásjelzésnek tekintették, ha a mezőn a csordában az állatok ficánkoltak, táncoltak, azt mondták megváltozik az idő. Ha a legelő marhák szertefutottak, másnapra zivatart jósolnak. Ha a szarvasmarha erőst bög, két nap múlva esőt vártak (Gub, 1999). A szarvasmarha- *Bos taurus*, a vadtulok leszármazottja. Anatóliában és Közép- Keleten házasítottak, 10000 évvel ezelőtt, azóta számos fajtáját tenyésztették ki, hús, tej termelés céljából és igavonó állatnak. Emiatt változott a test felépítése: a törzs hosszabbá és masszívabbá vált, a lábak lerövidültek, a tőgy hosszabbá vált, szőrteleonné, a hát kiegyenesedett. A tehenek testsúlya 500-800 kg, a bikáké 1000-1200 kg, maximális élettartama 20 év körüli. Növényevő, kérődző állat. A kérődzéssel naponta 30 ezer rágómozdulatot tesz, 150 liter nyálat termel, amihez forró napokon 180 liter vízre van szüksége. A régi magyar nyelvben a barom és a jószág szavak jelentették az anyagi javakat, a vagyont (wiki). A magyar tarka marha változatai az elterjedtebbek, mivel nagy az ellenálló képessége és kitűnő kettős hasznosítású fajta.

*Házibivaly.* Sóvidéken főleg Felsősófalván tartottak többen. Kevesebb tejet ad, de nagy zsírtartalmút, kisebb igényű állat, lassúbb mozgása ellenére viszont nagyobb igavonó. Régebb, amikor a sóbánya nem volt villamosítva, a sót bivalybőrből készült puttonba hozták fel, ami 600 kg sót is megbírt (Gub, 1999). A bivaly- *Bos bubalus domesticus* elő és Hátsó- India őshazája, nedves, tőzeges legelőkön tenyésztették a XVI. századtól (Erdélyben 1627-1652 levéltári adatok). Vegyes hasznosítású állat: tejét és húsát fogyasztották, vastag bőrből talpbőrt, hámot és gyepelőt készítettek. Igavonásra használták régen, ma elenyésző számban

fordul elő Sóvidéken. Húsa több fehérjét, foszforvegyületet és vasat tartalmaz, mint a marhahús. Az egészségtudatos piacon teje értékesebb, mert koleszterintartalma kisebb, nagyobb mennyiségben tartalmaz bioprotektív anyagokat: immunoglobulint, laktoferrint, laktoperoxidázt. Nagy teherbíró képességű állat, mely jobban tud alkalmazkodni a nyári meleghez, mint a téli hideghez, mivel pigmentált bőre elnyeli az ultraibolya sugarakat, a kisebb szőrsűrűség megkönnyíti a hőleadást, emellett a dagonyázás elősegíti a verejtékmirigyek faggyú kiválasztását. Marmagassága 150-180 cm. A tehenek tömege 400-800 kg, a bikáké 600-1000 kg, az ökröké 500-800 kg. Intelligens, kissé félénk, de könnyen idomítható jószágok. A gazdák gyakran úgy fogalmazzák, hogy a bivalynak lelke van (Czékus, 2017). A bivalytartás alapkövetelménye a kukoricakóró, melyet szívesen fogyaszt.

*Házikecske.* Sóvidéken a kecskét a szegényember tehenének nevezték. Igénytelen állat, tartása nem okoz nagy gondot. A fejőkecske után járó köccség, meg a bőre nem lebecsülendő jövedelem forrása a gazdálkodó embernek. A kecskének a tejét, húsát táplálékul használják, a bőrből kabátot készítettek. A kecsketej jó orvosság volt tüdőbajra, összevegyítettek borvízzel és ezt itták (Gub, 1999). A kecske- *Capra aegagrus hircus*. Házasítása a középkorban történt, a bezoárkecskéből a termékeny félhold területén, mára több mint 500 fajtáját tenyésztik. Tejéért és húsáért tartják, de régebb szinte minden részét felhasználták. Kérődző növényevő állat, tápláléka fűfélék, gabonafélék, fák és bokrok levelei, ágai, kérge. Élettartama 10-18 év. Testtömege 9-45 kg. Testhossza 115-117 cm. Vemhességi idő 150 nap. Utódok száma ellésenként 1-3 gida. Tejelési idő 6-12 hónap (Miskolci Állatkert). Jelentős mennyiségű tejet termel, testsúlyának tíz-hússzorosát (500-1000 l), fontos szerepet játszik a tehéntejre allergiás emberek táplálkozásában. A kecske húsa sok vadhússal vetekszik, ízletes és koleszterinszegény. Bőre, szőrzete és prémje értékes. Trágyája hozzájárul a szántóföldek tápanyag- utánpótlásához. A kecske az az állatfaj, amely kis gazdaságokban, családi házaknál alacsony költséggel és gazdaságosan tartható. Változatos takarmányt igénylő torkos állat. Napi vízszükséglete 5-7 l (Horváth, 2012).

*Házijuh.* Nagy hagyományokkal rendelkező, ősi foglalkozás a juhtartás. Sóvidéken jó kaszálók, havasi legelők állnak a juhtartók rendelkezésére. Az éghajlat hűvös, hegyvidéki klíma, ez nem kedvez a kényes természetű finomszálas juhnak, ezért a durva: racka, curkán és félfínomszálas: berke, cigája fajtákat tartják. Tavasztól- őszig erdők- mezőn legeltetik, télen otthon, istállóban tartják. A juhokat tavasz végén, Orbán napja után nyírták, mely valóságos ünnep számba ment. Házi orvoslásban a zsíros, mosatlan gyapjú, a faggyú játszott szerepet. A juhok időjárás előrejelzése: ha a juhok összedugják a fejüket, nagy hideget jelent, amennyit József napján (március 19) eszik a juh, annyit eszik a szarvasmarha Szent György napján (Gub, 1999). Tartási igényei juh- *Ovis aries*. Az ember által egyik legrégebben házasított állat,

amelynek gyapja, teje és húsa felhasználható. Kérődző állat, gyengébb legelők első számú hasznosítója, átlagosan 1 ha legelő 10-12 anyajuh számára elegendő. A juhok gyepen, állandó felügyelet melletti szabadtéri legeltetése 180-250 napig lehetséges (Várhelyi, 2014). A juhok napi 7-10 órát legelnek, függénye kb. 7 kg. A felnőtt juhok napi vízfogyasztása 4-5 l. Az állatokat rendszeresen gondozni kell: etetni, itatni, megfigyelni és ezenkívül vannak különleges ápolási munkái: csülökápolás, nyírás, fürösztés. A vemhességi idő 150 nap, általában egy utód születik. A bányákat akkor választják el, amikor négy hetes kor után súlyuk eléri a 12-14 kg. A választás után a bányákat vagy hizlalják, vagy értékesítik tejes bányaként, az anyákat pedig fejni lehet. Jó minőségű legelőn fajtától függően 60-100 l tejtermelés is elérhető (Horváth, 2012).

*Háziló.* A Sóvidék természetföldrajzi viszonyai nélkülözhetlenné teszik a ló tartást, mivel a hegyes- völgyes vidék talaja, az erdő kitermelés csak az igavonó erejével lehetséges. Akárcsak az igás tehenet hasonló vezényszavakkal irányítják. A gazda életében a ló gondozása, gyógyítása, adásvétele mindig különleges jelentőséggel bírt. Télen-nyáron használta, okos állatként kezelték. A barátság jelzője, hogy a ló szín megjelölésére hatvannál több szót használnak (Gub, 1999). A ló- *Equus caballus* háziasítása Közép- Ázsiában kezdődött 4000-4500 évvel ezelőtt kezdődött. Több mint 300 fajtája ismert ma. A lovaknak elsősorban a teljesítményét használtuk, igavonó állatként, munkához, harchoz, sporthoz és szabadidős tevékenységekhez. A ló növényevő, együregű gyomrú állat, fogai egész életük során nőnek. Hagyományos fő eledele a széna, táplálékában a fehérje: keményítő aránynak 1: 8-10 kell, hogy legyen. Képesek naponta testtömegük 2-2,5%-nak megfelelő száraz tömegű táplálékot elfogyasztani. Napi vízszükséglete 60 l. Élettartama körülbelül 25 év. Vemhességi ideje 330-340 nap. A lovak marmagassága fajtától függően 140-220 cm közötti. Egy átlagos hátszló tömege 4-500 kilogramm. A magányt nem szeretik, egy idő után képesek más állatokat, akár az embert is társnak elfogadni. Arkifejezéseinek száma 17 (Pallas nagy lexikon, wiki).

*Házisertés.* Disznó, disznó. A Sóvidék legelterjedtebb háziállata. Sokan tartanak sertést hús-, szalonna- és zsírtermelés céljából. A disznóölés a család életében különleges esemény, ezen a napon a gyerekek sem mentek iskolába. A népi orvoslásban a disznó termékeinek is szerepe volt. Viselkedéséből az időjárás változására következtettek: ha a malac este táncol, reggel eső lesz (Gub, 1999). A sertés- *Sus domesticus* az ember 9000 évvel ezelőtt házasította vaddisznóból. Mindenevő állat, takarmányának nagy részét magvak és termések teszik ki (gabona, hüvelyes), ajánlott a víz és takarmány 1:1 keverése. Természetben élve, táplálékát a talajból túrja ki, jó a szaglása. 44 foga van, zápfogai gumósak. A sertés igényes az élőhelyével szembe. Átlagos vemhességi ideje 115 nap. 8-10 újszülött malacot hoz világra. A hagyományos tartásban a malacok elválasztása 7-8 hetes korukban történik (Horváth, 2012). A

mai sertésállomány zárt térben él, Sóvidéken kis számban, iparszerű körülmények között, intenzíven tenyésztene, húsáért (Pallas nagy lexikon, wiki).

*Házikutya.* A sóvidéki ember életéhez a kutya szorosan hozzátartozik, ház-, telek-, mezőn a termény, csorda- és nyájőrzés, egér és patkányirtó szereppel. Az utóbbi időben hobbi állatként a tiszta fajták terjedtek. A jó kutyát megbecsülik, szeretik, vigyáznak rá. A kutya az időjárás jó előrejelzője: ha a megkötött kutya a dróton táncol, elromlik az idő, ha a kutya bűdös, az idő megváltozik, eső lesz (Gub, 1999). A kutya- *Canis lupus familiaris*. A modern genetikai és viselkedéstudományi vizsgálatok bizonyították, hogy őse a farkas. A genetikai izoláció 13.000-20.000 évvel ezelőtt kezdődött, spontán koevolúció során, mivel kapcsolatuk kölcsönösen növelte evolúciós sikerüket. A későbbi viselkedésre történő mesterséges szelekció lényege a kutya és ember közötti kommunikáció hatékonysága, elemei az emberhez való vonzódás, a kezelhetőség, a kontrollálhatóság és taníthatóság mértéke. A ma ismert fajták java része az utóbbi 150 évben alakult ki. Kutatásban résztvevők között, a ma hivatalos 400 fajtaváltozatból megtaláltuk: agár, beagle, bichon frisé, csivava, dalmata, dobermann, farkaskutya, husky, juhászkutya, komondor, kopó, kuvasz, labrador, mopsz, pinsz, puli, retriever, terrier, spániel, uszkár, vizsla, de a legtöbb kevert állat. A kutyát legfőbbképpen szükségletből tartják, házőrzésre, többnyire szabadon. Az utóbbi időben terjedni kezdet a tiszta fajták hobbiból való tartása, főként a városokban élő családoknál társállatként, gyakran a családtagokéval azonos státuszban. Sok egyedül élő ember számára a kutya nyújtja az egyetlen baráti kapcsolatot (Topál, 2011). A kutyák munkatársként vagy munkaeszközként, terápiás állatként, házi kedvencként egyaránt szolgálják az embereket. A legelterjedtebb interspecifikus kapcsolat kutya és ember között terjedt el. A kutya várható élettartama fajtafüggő, 10-13 év közötti.

*Házimacska.* Cica, cirnos, macska, picus. A Sóvidék kevés az olyan ház, ahol nem tartanak macskát, fő célja az egerek, patkányok irtása. A macskával kapcsolatosan is élnek babonák, hiedelmek. Időjós szerepe: ha nagyon mosdik, elromlik az idő, eső lesz, ha nyalja a talpát, rövidesen eső lesz (Gub, 1999). A macska- *Felis silvestris catus*, a vadmacska leszármazottja. Házasítása Egyiptomban történt, 10000 évvel ezelőtt kezdett az ember társaságában élni. Számos fajtája és színváltozata ismert, de Sóvidéken a korcsok elterjedtek. A macska háziasságának és szelídségének foka a vele foglalkozó embertől függ. Érzékeny, értelmes állat, eredeti viselkedéssel, tanulékony, nevelhető, idomítható, de csak szelíd jóságos bánásmóddal. Tájékozódási képessége, emlékező tehetsége rendkívül fejlett. Érzékei közül legfejlettebb a tapintás, látás, hallás. Magányos lény nem annyira alkalmazkodó, önálló. Ragadozó állat, fő tápláléka a hús, de a házasítással mindenevővé vált. Évente kétszer ivarzik. 56-63 napig hordja magzatot, 4-6-ot kölykezik. A macskák átlagosan 10-15 évig élnek

(Zimmerman, 1944). A sóvidéki folklórból származó mondókák, közmondások és találós kérdések között állatok szeretetével, tiszteletével, ismeretével kapcsolatosak a következők:

-baromfiakkal kapcsolatos szólások, közmondások: állandóan fecseg, mint a liba/ vak tyúk is talál szemet/ amelyik tyúk sokat kotkodácsol, keveset tojik/ a tyúk is kikaparja az igazságot/ többet tud a tojás, mint a tyúk/ dur, dur, dur, mérges pulyka, te szereted csak a háborút/ büszke, mint a pulykakakas.

- szarvasmarhákkal kapcsolatos szólások, közmondások: bámul, mint borjú az új kapun/ bódorog, mint kötetlen borjú/ fekete tehénnek is fehér a teje/ gazda szeme hizlalja az ökröt/ tanulj tulok, mert ökör lesz belőled/ lusta bivalynak, vasvilla a korbács/ dög, mint a bivaly/ bivalyerős ember/ eltűnt, mint bivaly a vízben/ olyan serény, mint a kecske/ a kecske se menne a vásárba, ha nem csapnák az ínát/ kecskére bízta a káposztát/ elvesz a bárány, ahol farkas a bíró/ a jó juh elbírja a gyapját/ könnyen ballag el a juh, de nehezen jön vissza/ szelíd, mint a bárány/ ártatlan, mint a ma született bárány/ jó pásztornak gyapjas a juha/ öreg kosnak kemény a szarva.

- találós kérdések: hasznos háziállat vagyok, a gazdámnak hasznot hajtok, adok tejet, vaját, sajtot, bőrom, szőröm őt fedi, hideg ellen melengeti, csontom, porcom, mind oly hasznos, felhasználja az asztalos, húsom szüret alkalmával, ízes éték a kásával, ha meggyújtod testem zsíráját, fénnyel árasztom el szobád, sodord össze a belemet, megnövelem a kedvedet, ennyi jóért megérdemlem, hogy találjad ki a nevem. (= a juh).

- Szamár, lóval kapcsolatos szólások és közmondások: i, á nagyszamár, két fülével kalapál, mégis iskolába jár/ áll, mint szamár a hegyen/ eltűnt, mint szamár a ködben/ csökönyös, mint egy szamár/ tátja a száját, mint a szamár/ szamár bőgés nem hallik a mennybe/ szamárbeszéd/ aki lovát eladta, többet vissza nem kapja/ a jó ló is egyszer megbotlik/ az a ló jó, amelyikkel nem maradsz szégyenbe/ ajándék lónak ne nézd a fogát/ annyit ér, mint hótt lón a patkó/ a szekér megelőzte a lovat/ addig rúgjon a csikó, míg fiatal/ cifra kantár, vén lónak kell/ hegy alatt abrakol/ ha ló nincs, szamár is jó/ köhög, mint a kehes ló/ lóhalálában fut/ legjobb ostor az abrak/ nagy lófejű, de kicsi az ész/ úgy húz, mint a ló/ úgy tudja, mint ló az ábécét/ zab az anyja a csikónak.

- Sertéssel kapcsolatos mondások: a disznó is azért hízik, mert nem dolgozik/ aki korpa közé keveredik, megeszik a disznók/ szereti, mint kicsi malacot/ okos, mint a tordai malac/ fészit, mint malac a jégen/ nem disznó orrába való az aranykarika.

- Kutyaismerettel kapcsolatos szólások, mondások: a kutyák ugatnak, a farkasok elvonulnak/ jobban fáj az embernek, ha saját kutyája marja meg, mint a másé/ ölbe vett eb nem fog nyulat/ amilyen a kutya, olyan a fia/ kutya kutyát nem mar meg csak megugat/ ugat, mint a kutya/ rossz kutya, amelyik saját vackát megugatja/ hazug embert hamarabb utoléri, mint a sánta kutyát/

kutyából nem lesz szalonna/ kinek nincs kutyája, maga ugat/ a lusta kutya pajtát keres/ a kutyát nem a szőriért tartják/ a kutya, amikor jól van dolga, akkor vesz meg/ kicsi kutya a nagytól tanul ugatni/ kutyának kutya a barátja/ a kutyák a csonton vesznek össze/ nemcsak egy tarka kutya van a világon/ húséges, mint egy kutya/ a kutya ugat, a karaván halad/ kutya hideg van/ aki kutyával lakik, kutyává válik/ kutya- macska barátság/ úgy szaglász, mint a kopó.

- Macskás szólások: a macska nincs otthon, s táncolnak az egerek/ alamuszta macska fogja meg az egeret/ sunyi, mint a macska/ ölbe tartott macska ritkán egerészik/ olyan kajtár, mint a macska/ zsákbamacskát árul/ hordozza, mint macska a kölykét/ kerülgeti, mint macska a forró kását/ macska sem engedi el az egeret/ hízelgő, mint a macska (Gub, 1999).

### **4.3 Az ember- állat kapcsolat szociológiai háttere**

Szociológiai gyökerek után kutatva az ember-állat kapcsolat tanulmányozásának hiányára először René Descartes filozófus figyelt fel a XVII században, ő az állatokat még esztelen gépekként említi. A XIX században néhány szociológus beszélt az állatok képességeiről, és az ember- állat interakciókról is írtak: 1865: Harriet Marineau, 1872: Frances Cobbe. Max Weber nevére is rábukkanunk, aki elfogadhatónak találta, hogy az ember- állat kapcsolat tanulmányozásával foglalkozzanak a szociológusok: *„elképzeltető lehet egy ember- állat szociológia kialakulása. Sok állat megérti a parancsokat, a haragot, a szeretetet, az ellenségeskedést és olyan módon reagál rájuk, mely nem pusztán ösztönös és mechanikus, hanem bizonyos értelemben értelmes és tapasztalat által érintett”* (Weber, 1947: 104).

George Herbert Mead (1907) az állatok viselkedését párhuzamba állította az emberi cselekvéssel. Intellektuális modellje a szimbolikus interakció elmélete, konstruktivista szemléletű. Mead azt hangsúlyozta, hogy bár az állatok szociális lények, interakcióik csak primitív és ösztönös gesztus kommunikáció. Viselkedésük csak arra irányul, hogy egyszerű feladatokat teljesítsenek: élelemszerzés, territórium kijelölés. Mivel nem használják tudatosan a nyelvet, viselkedésük értelmetlen. Végkövetkeztetése, hogy az állatok: esztelennek, önzetlenek és érzéketlenek (Sanders, 2007).

Read Bain (1929), kritizálta a szociológia antropocentrikus szemléletét és fantáziát lát az állatszociológiában. *„Kutya kultúra”* című írásában hangsúlyozza, hogy: *„éppúgy, mint az állatok intelligens és érzelmi viselkedése, anatómiai és pszichológiai szerkezete, funkciója, csoportos élete korrelál az emberi viselkedéssel, ugyanúgy az állati és emberi kultúra közötti határvonal is homályos és tetszőleges”* (Sanders, 2007: 2).

1979-ben Clifton D. Bryan hívja fel a szociológusok figyelmét, hogy tanulmányozniuk kellene az ember- állat kapcsolat társadalmi hatásait, fókuszáljanak a zoológiai kapcsolatokra: „*rövidlátók vagytok az emberi viselkedés és kulturális minták társadalmi kapcsolatainak megfigyelésében*” (1979: 399). Neheztelte, hogy a szociológia figyelmen kívül hagyja, nem ismeri el, hogy az állatok hatást gyakorolnak társadalmi viselkedésünkre, embertársainkkal való kapcsolatunkra és szociális vállalkozásunk által gyakran alkalmazott irányokra (Sanders, 2007). Később egyre több kutató érzékelné a hiányosságot. 2002 Corwin R. Kruse így ír: „*paradox módon, kizárólag emberekre összpontosítva, elhanyagoljuk az emberi lét hatalmas aspektusát*” (2002: 375). A XX. század végére, az ember- állat kapcsolat tanulmányozása egyre népszerűbbé vált a szociológiában. Egyre több publikáció jelenik meg, nagy folyóiratokban: Society and Animals, Anthrozoös, Qualitative Sociology, The Journal of Social Issues, The Sociological Quarterly. 2007 Clinton R. Sanders szavaival: „*a kortárs társadalmi élet központi eleme az állatokkal való emberi kölcsönhatás*” (2007:2). A Colorado Egyetem szociológiai professzora Leslie Irvine (2008): „*Állat és társadalom szociológia létezése ellentmondásosnak tűnhet, mivel a szociológiát gyakran az emberek, nem az állatok tanulmányozásával azonosítottuk. Az állatok azonban annyira hozzájárulnak ahhoz, amit társadalomnak nevezünk, hogy a szociológiától való kirekesztésük méltó mulasztást jelent. Az elmúlt két évtizedben néhány szociológus elismerte, hogy az állatok befogadása gazdagíthatja, élesítheti és bővítheti a szociológiai felismeréseket*” (2008: 1955).

Az ipari társadalom teljes megértése megköveteli, hogy az emberen túl is lássunk (Carter és Chales 2018, Tovey, 2003 in Wadham, 2020). Pyyhtinen (2015) javasolja, hogy a hálózatok és azok komponenskapcsolatai igényelnek egy „emberinél nagyobb szociológiát”, amely felszabadíthatja a gondolkodásunkat. Haraway szerint (2008) érzékeny kapcsolataink a háziállatainkkal segítenek, hogy azokká váljunk, akik igazából vagyunk. Adelman és Thompson szerint (2017) kapcsolatunk az állatokkal, "feltárja és megvilágítja a fontos és szimbolikus társadalmi átalakulásokat", amelyek az ipari társadalomban bontakoztak ki. A szociológia hozzájárulhat látókörünk tágításához, hogy felfedezzük az állatok és leértékelődött embercsoportok elnyomása közötti kereszteződéseket és megkönnyítheti az állatok fokozatos elfogadását (Wadham, 2020). Napjainkban a szociológia egyik kutatási területe *az állatok és társadalom*, melyet 2002-ben vezetett be az Amerikai Szociológiai Egyesület. A szociológusok lassan, de felfedezték a zoológiai kapcsolatokat és felismerték, hogy vegyes faji társadalomban élünk, ahol az állatok kulcsszerepet játszanak. A szociológiának ki kell terjesztenie érdemi és elméleti határait, mert az állatok lényegében tükrök, hogy megértsük önmagunkat. (Arluke Arnold, 2010). Ezért a szociológusok lassan, de állatokat hoztak be, olyan fogalmak vizsgálatában, mint az elidegenedés (Benton 1998; Noske 1993; Stuart és a többiek, 2013), az

erőszak (Cudworth 2015; Todd és Hynes 2017), a technológia (Latimer és Birke 2009) és a fenntartható fejlődés. Társak vagyunk a világunk létrehozásában (Birke 2012, Wadham, 2020 alapján) vallják napjainkban többen is.

#### **4.4 Az ember- állat terápiás kapcsolata**

Az állatterápia gyógyítás vagy kuruzslás? Tesszük fel kétkedő kérdésünket, alternatív válaszainkat három hipotézis magyarázza, melyet Topál József foglal össze röviden a *Magyar Tudomány* folyóiratban, 2011-ben.

A direkt oksági hipotézis: szerint a társállat jelenlétének, a vele való fizikai kontaktusnak és egyéb interakcióknak közvetlen relaxáló hatásuk van, ami mérhető módon tükröződik egyes élettani paraméterek változásában (vérnyomás, szívfrekvencia, izomtónus).

Az indirekt oksági hipotézis: szerint a társállat nem közvetlenül fejt ki jótékony egészségmegőrző hatását, hanem a szociális facilitáción keresztül, melynek lényege, hogy spontán módon serkenti és megkönnyíti az emberek közti társas, szociális integrációt, ezáltal a mentális egészségvédőfaktor szerepét tölti be.

A kritikai megközelítés: szerint az ember-állat interakcióban rejlő pozitív egészségmegőrző hatás csak látszólagos. Egészségmutatók közti asszociációk háttérben valamely látens faktor állhat például magasabb szocioökonómiai státusz vagy személyiségjellemzők (Topál, 2011).

Állatterápia fogalma széles, jelenlegi módszertani mutatók alapján megkülönböztetünk:

AAT (animal assisted therapy)- állat asszisztált terápia: ez egy konkrét terápiás módszer, ahol előre eltervezett fejlesztési célkitűzésekkel használják az állatokat. Az állatok amellet, hogy motivációs tényezők a résztvevők számára, aktívan szerepet vállalnak a különböző tevékenységek kivitelezésében. Segítségükkel fejleszthetők olyan pszichés funkciók, mint az érzékelés, az észlelés, az emlékezet, a figyelem, a gondolkodás, a motoros funkciók esetén nagy mozgások, a finommozgások koordinációja, a helytelen mozgások korrekciója, az adekvát mozgások kialakítása, a tartási hibák csökkentése és az egyensúlyérzék. E mellett kimutatható a hatékony javulás az életminőség változásaiban, a személyiségfejlődésben és a képességfejlesztésben is (Illés, 2006).

AAA (animal assisted activity)- állat asszisztált aktivitás: a módszer lényege az állat jelenlétében van, az állattal való kontaktus előnyeit használják ebben az esetben fel. E terápia során nem követnek konkrét fejlesztési célt. Ennek ellenére számos mentálhigiénés hatása

kimutatott: kommunikációs, kapcsolatteremtési képességeket fejleszt, szociabilitást, empátiát és motivációs tényezőket aktivál (Illés, 2006).

AAI (animal assisted interventions)- állatasszisztált beavatkozás: ez egy célorientált intervenció, amely szándékosan állatokat von be az egészségügyi, az oktatási és a humán szolgáltatásokba, hogy javulást érjen el az emberi terápiás kezelésekből. A haszonállatokkal való érintkezés (etetés, gondozás, lovaglás) segíti a gyógyulást, fejlődést. A programok biztonsága és sikere az állatoktól függ (IAHAIO, 2013).

Disszertációban az utóbbi kettőt használtuk, vagyis célcsoportunk alanyai ebből a rétegből kerültek ki.

#### **4.4.1 Az állatterápia elméleti háttere**

Ember-állat, terápiás jellegű kapcsolatának, történelmi gyökereit keresve, Homérosz nevére akadunk, aki i.e. 900 körül arról írt, hogy Aszkleiposz, a gyógyítás görög istene, gyógyító erejét szent kutyákon keresztül juttatta el az emberekhez (Sátori, 2007). Az első állatok bevonásával működő, gyógyterápiás központok, történelmi dokumentációk alapján, Sátorit (2007) idézve a következők voltak: Gheel, Belgiumban a IX. században, ahol sérült embereket vontak be az állatokról való gondoskodásba. Az állat-asszisztált aktivitásnak (AAA), mint módszernek az intézményesített formáját 1790 körül alapították meg Angliában, a York Retreat programban, ahol a pácienseket megtanították gondoskodni az állatokról emellett a kertészkedésre is. A XX. századi terápiás állat történelem 1919-ben kezdődött Washington D.C.-ben a St. Elizabeth's Kórházban, ahol férfiak mentálisegészség programjába vontak be állatokat. Hasonló program a II. világháborút követő időszakból, a sebesültek rehabilitációs, rekreációs programja. Topál megemlíti még, a Németországi Bethel terápiás központot, 1867-ből, ahol epilepsziások társállatot tartottak és lovasterápiákon is részt vettek. Említést érdemel még Florence Nightingale (1820-1910), a nővérképzés nagy asszonya, akinek szakmai forradalmisága melletti érdeme, hogy felismerte az állatok jótékony hatását a terápiás folyamatokban, azt vallotta, hogy egy állat a beteg embernek csodás társa (Rujoiu, 2014). Az állat-asszisztált terápiát (AAT), mint módszert Boris Levinson amerikai pszichológus dolgozta ki az 1960-as években. Először érzelmileg zavart, illetve árva gyerekek gyógyítására. Internetes források alapján terápiás ötletét igazából a véletlen szülte. Egy viselkedési zavarokkal küszködő kisfiút kezel, akit hónapokig nem tudott szóra bírni. Egy nap, amikor nem volt kire hagynia Jingles kutyáját, magával vitte a rendelőjébe és ekkor, megtörtént a csoda, a gyerek megszólalt. Levinson kutatási eredményeit egy tudományos lapban tette közzé az Amerikai Pszichológusok

Szövetségének konferenciáján. Kezdetben kinevették, a gúnyolódások akkor halkultak el, amikor kiderült, hogy Freud is hasonló következtetéseket vont le, amikor kezelése során Johi nevű kutyája is jelen volt (Comer, 2005). Munkásságának részleteit a *Háziállat irányultságú gyerekpszichoterápia*, 1969 (*Pet-Oriented Child Psychotherapy*) és a *Háziállatok és emberi fejlődés*, 1972 (*Pets and Human Development*) szakkönyveiben ismerteti. Fő célkitűzése volt, hogy az állatokat motiváló tényezőként használják, olyan gyerekek esetében, akik ellenállnak a terápiás kezeléseknél. *Előrejelzés 2000-re* című munkájában így ír „az érzelmi egészségünket fenyegető, elidegenedés érzésétől szenvedve, a jövő emberre arra kényszerül, hogy a kaotikus és értelmetlennek tűnő világtól a természet és állatok világához forduljon egyensúlya visszaszerzéséért...az állatok partnerek lesznek e forradalmi változásban.” (Hines, 2003). A módszer bevezetését a pszichiátriában és pszichológiában Heiman (1967); Corson, Corson, Gwzanne és Arnold (1977); Rynearson (1978); Brickel (1979) és Katcher, Friedmann (1980) munkásságához köthető. Az első állatterápiás programot az Ohioi Állami Egyetemen, Sam és Elizabeth Corson pszichiáterek indították el (Coren, 2002). Az 1970-1980-as évek között számos kutatóintézet alakult, amelyeknek központi kutatási területe az állat-asszisztált terápia volt. 1984 Washingtonban, a Delta Egyesület által szervezett konferencián, állították össze azt az elméleti útmutatót, mely tartalmazza az állat-ember interakció kutatások metodológiai szempontjait, az állatok terápiás és szabadidős célú felhasználásának elkülönítését. Napjaink kutatásai ezen elbírálások figyelembevételével készülnek (Hines, 2003). Legismertebb nemzetközi szervezet ma, melynek fő célkitűzése e téma felkarolása, az Ember- Állat Interakció Nemzetközi Egyesülete ([www.iahaino.org](http://www.iahaino.org)), melynek 22 ország tagja. Napjainkban robbanásszerűen terjed a módszer, tudatos, célzott terápiaként állatokat használ az oktatás-nevelés, a gyógyítás, a fejlesztés az életminőség javításának érdekében. Világszerte több százezer kutya dolgozik terápiás-, rehabilitációs-, vakvezető-, mozgássérült segítő-, jelző kutyaként, emellett több millió úgynevezett családi kutya él szoros életközösségben az emberrel, melyek a szabadidő hasznos eltöltése mellett mentális egészségünk fenntartásában, az élet minőségének javításában, szociális segítő feladatok ellátásában játszanak szerepet. Az 1990-es évektől Magyarországon is nő a népszerűsége az állatasszisztált foglalkozásoknak, egyre gyakrabban használja a szociális szféra mellett a pedagógia és az egészségügy. A kutyaterápiát gyakran alkalmazzák a legkülönbözőbb képességek, illetve készségek fejlesztését célzó terápiákban: értelmi, érzékszervi, mozgásfejlesztés, kommunikációs képességek, társas viselkedési készségek fejlesztése, imaginatív játék készség javítása, aktivitás fokozóként motiváló faktorként. Collins (1998) megfigyelései szerint az állat- ember kapcsolat nagyon hasonló a szülő- gyerek viszonyhoz, aszimmetrikus és függőségen alapuló viszony. Terápiás funkció betöltésére elsősorban azok az állatfajok alkalmasak, amelyek szociális készségeikben

és kommunikációs rendszerükben hasonlítanak az emberhez. A társállat prototípusa a kutya, mely egy 12-14 ezer éves koevolúciós folyamat terméke (Topál, 2013). Terápiás szempontból szubjektív, hogy milyen állatot tekintünk megfelelőnek, ha a kliens biztonsága és az állat jólléte megfelelő (Molnár, 2015). A leggyakrabban alkalmazott terápiás állatok: kutya, macska, nyúl, teknős, madár, tengerimalac. Legfontosabb kritériumok az állatokra vonatkozóan Sátori (2007) alapján: nem lehetnek agresszívek sem emberekkel, sem állatokkal szemben; fogadják szívesen a törődést, érintést, azt, hogy foglalkoznak velük; legyenek egészségesek (állatorvosi igazolás szükséges); a gazdájuk minden körülmények között kontroll alatt kell tudja tartani az állatot. A terápia segítségével rehabilitációs sikereket értek el a következő páciens kategóriáknál: Gyerekeknél: személyiségzavar (Martin és Farnum, 2002), szexuális zaklatás (Kemp és mtsai, 2014, Reichert, 1998), beszédzavar (Macaulay és Gutierrez, 2004), magatartászavar (Heimlich, 2001). Serdülőknél: mentális zavar (Kruger és mtsai, 2004), érzelmi zavar (Geist, 2011). Időseknél: orvosi paraméterek (Steed és Smith, 2002). Egyéb: börtönrabok agressziószintje (Jaspersen, 2010, Furst, 2006), drogosok (Wesley, 2006), hajléktalanok (Kid és Kid, 1994, White, 2010), szkizofréniások (Kovács és mtsai, 2004, Nathans- Barel, 2005), Rujoiu, 2014 alapján).

#### **4.4.2 Az állatterápiás kutatási eredmények metaanalízise**

A társállatokkal kapcsolatos tudományos irodalomban az ember állathoz való kötődését különféle módszerrel (kérdőív, interjú), mérés típusal vizsgálják. A kutatások adatainak közvetlen összehasonlítására nincs mód, ennek ellenére az eredmények néhány fontos különbségre rámutatnak. Először Friedmann tanulmánya, 1980-ban mutatta ki az infarktus utáni felépülés esélyeinek korrelációját a társállat tartással (Topál, 2013). A házi kedvencek pozitív szerepe az idősek társas részvételében a szubjektív pszichológiai jóllét javításában nyilvánul meg, az állatok érzelmi kötődést és életcél adhatnak az időseknek (Kucsera, 2011). A következőkben a szakirodalom kutatási eredményeinek, tudományosan bizonyított eredményei képezik metaanalízisem nyers adatait, amelyeket, a könnyebb átláthatóság érdekében csoportosítok, annak függvényében, hogy az állatterápiás foglalkozások hatására milyen változásokat eredményeztek. A következő négy kategóriát különíthetem el, lásd 3. ábra: pszichológiai, fiziológiai, kognitív és szociális hatások.



3 Ábra: Állatterápiás foglalkozások hatására bekövetkező változások. Forrás: saját szerkesztés

Hogy melyik mit jelent, milyen pozitív változást eredményez, a rendelkezésemre álló szakirodalom, Sátori (2007) és a megjelölt későbbi tanulmányok alapján ismertetem:

*Fiziológiás paraméterek.* A témával kapcsolatos vizsgálatok kimutatták, hogy az állattal való interakció, a következő jótékony hatásokat eredményezheti: fájdalomcsillapítás, szívfrekvencia és vérnyomáscsökkenés, légzésszabályozás, izomlazító, görcsoldó, influenza, fejfájás ritkább előfordulása, elősegíti az egészségesebb életmód kialakulását (Loványi, 2013). Kutatásomban használható, szignifikánsan bizonyított szomatikus hatások: az állattal való kontaktus hatására endorfinok, vagyis boldogsághormonok szabadulnak fel (Blalock & Smith 1981; Livnat, Felton, Carlson, Bellinger & Felton 1985), normalizálódik a vérnyomás és pulzusszám (Baun, Bergstrom, Langston & Thoma 1984; Allen, Blascovich, Tomaka & Kelsey 1991; Friedmann, Locker, Lockwood 1993; Anderson, Reid & Jennings 1992; Cindy, 2003) Sátori, 2007 alapján. Friedmann és mtsai, 1983, Bergler, 1988, 36 gyerek vérnyomását vizsgálta teljesítményhelyzetben, kutyával és kutya nélkül. Eredményeik azt mutatták, hogy a gyerekek pulzusszáma és vérnyomása alacsonyabb kutya jelenlétében. Katcher, 1981, Baun és mtsai, 1984 azt bizonyították, hogy a társállatok simogatása nyugtató erejű, mely mérhető módon tükröződik a vérnyomás különbségekben (Babos, 2013). Alan (2003) kutatásai, hogy a koleszterin és triglicerid koncentrációt csökkenti az állatterápiás foglalkozás (Sátori, 2007). Kimutatták, hogy enyhíti a fájdalmat (Bardill & Hutchinson, 1997; Sobo, 2006, Sátori, 2007 alapján), fájdalomérzet csökkenését találta Allen és mtsai (1996). Kísérleti személyeik kisebb fájdalmat éreztek háziállataik jelenlétében (Batos, 2013). Bizonyított, hogy normalizálódik a légzésszám, csökkenti a légzésfrekvenciát, Baum és mtsai (1984) vizsgálatai alapján. 24

önkéntest saját, illetve idegen kutya simogatása és olvasás közben teszteltek (Babos, 2013). Vizsgálták a kutya jelenlétének a hatását a légzésszámra, szívverésre, pulzusszámra, kortizolszintre. Az eredmények a paraméterek normalizálódását találták a kutyás terápia hatására (Barker és mtsai, 2005, Wu és mtsai, 2002). Hasonló nyugtató hatásúnak tűnt más állatfaj is Wells (2009)-es tanulmánya alapján (Babos, 2013). A macska alacsony frekvenciájú áramgenerátorként működik krónikus gyulladások kezelésére, ízületi és nőgyógyászati problémák kezelésében hatékony, javítja a vérkeringést, regenerálja a szöveteket, erősíti a csontokat, javítja az agyi keringést, stabilizálja a vérnyomást és a szívritmust. A macskaterápia alapja, a dorombolás (25-140 Hz) és szőrének érintése, mely alacsony frekvenciájú áramot termel, a szőrszálak közötti érintkezés erős elektromos mezőt hoz létre (almapatika).

*Pszichológiai paraméterek.* A témával kapcsolatos vizsgálatok kimutatták, hogy az állattal való interakció, a következő jótékony hatásokat eredményezheti: javítja gazdájuk lelki egészségét; önbizalom, biztonságérzet, önállóság növelése, kiszolgáltatottság érzésének csökkentése; kirekesztettség és kisebbségi érzés feloldása; szorongás, depresszió enyhülése, hangulat javulása; sikerélmény, különlegesség érzésének fokozása; pozitív érzelmi hatás (Loványi, 2013). A kutya, mint érzelmi és szociális támasz közreműködhet a felnőttek pszichés állapotának karbantartásában (Topál, 2013). A biofilia elmélet alapján tudjuk, hogy minél többféle élőlényel vagyunk körülveve, annál élesebbek lesznek az érzékeink, annál jobban érezzük magunkat és egyre egészségesebbek leszünk (Wilson, 1993). Szignifikánsan bizonyították, hogy állattal való kontaktus hatására könnyebben megy az ellazulás, a relaxáció, oldódik a magány és szomorúság érzés, nő az önbizalom (Triebenbacher, 1998, Zasloff & Kidd, 1994), csökkenti a depressziós tüneteket, mérsékli az emocionális és személyiségzavarokat (Garrity, Stallones, Marx & Johnson 1989; Folse, Minder, Aycock & Santana 1994; Walsh & Mertin 1994) (Sátori, 2007). Folse és munkatársai, 1994, Friedmann, 2000 szignifikánsan nagyobb változást találtak egyetemistáknál a depressziós tünetek csökkenésében, egy hét hetes állatterápiás foglalkozás hatására (Babos, 2013). A kutyával való szeretetteljes kapcsolat gátolja az idős emberek magány és depresszió okozta testi- szellemi leépülését (Neer, 1987, Topál, 2013). Sobo, 2006 alapján: Barker & Dawson, 1998 hospitalizált pszichiátriai betegek körében a szorongás csökkenését tapasztalta állatok jelenlétében. Állatasszisztált terápia hatékonyan csökkenti az állapotszorongást és depresszív tünetek súlyosságát, alapvető fontossága van e hatásoknak a gyógyuláshoz vezető folyamatban és az önálló életvitelre való képesség visszaszerzésében (Topál, 2013). Az állattal való interakció csökkenti a stressz faktorokat (Hansen, Messinger, Baun & Megel 1999), stresszparaméterek javulnak, a személy megélt stressz érzete csökken (Sátori, 2007). Allen és munkatársai, 1996 eredményei azt

mutatták, hogy a kísérleti személyek stressz mutatói a háziállatok jelenlétében a legkedvezőbbek (Babos, 2013). A kutyával való rendszeres kapcsolat hosszú távon tompítja a stresszsituációk okozta patogénhatást (Friedmann és munkatársai, 1983, Topál, 2013). Eendenburg, Baarda, 1995, tanulmánya szerint a gyermekek stresszhelyzetben érzelmi támaszként használják a kutyát, mely így stresszcsökkentő tényezővé válhat, emellett segíti a gyermek identitásának fejlődését és a társas kapcsolatok elsajátítását (Topál, 2013). Filiatre, 1986, Topál, 2013 hivatkozása alapján. A kutyával rendszeres kapcsolatot tartó gyerekek konfliktuskezelési képessége, empatikus készsége általában jobb, mint társaiké. Vian és munkatársai, 2010, Topál, 2013 alapján, ha terápiás kutyát integráltak a családba, akkor a problémás viselkedések gyakorisága és súlyossága csökkent, a hormonális mérésekből kiderült, hogy a gyerekek stresszállapota javult, normalizálódott. Martin & Farnum, 2002 fejlődési zavaros gyerekek esetében kimutatta, hogy enyhíti az AAT az emocionális és személyiségzavarokat, mivel az alacsony értelmi szinten lévő gyermekek könnyebben közelíthetők meg érzelmi úton, és erre az állatok különösen alkalmasak. A közös játék során meghatározó a jókedv, vidámság, kölcsönös elfogadás, az öröm és egymásra figyelés (Sátori, 2007 alapján).

Jackson (2012) kutatásával bizonyította, hogy az idősellátás egy lehetséges módja a macskásterápia, ahol az állat nyugodtságot, az otthonosság érzetét nyújtja az idős klienseknek. Niedenzu (2012) szignifikáns eredményei, hogy időskori szomatikus-pszichés zavarokra, alacsony önértékelésre, már egy kiskecske is azonnali problémamegoldó (Molnár, 2012).

*Szociális változások.* A témával kapcsolatos vizsgálatok kimutatták, hogy az állattal való interakció, a következő jótékony hatásokat eredményezheti: csökkenti a szociális elszigeteltséget, új ismerkedési lehetőséget, biztosít, folyamatos kapcsolattartást más gazdákkal, kiképzőkkel, közös programok által olyan készségek és tulajdonságok sajátíthatók el, amelyek szükségesek az emberi interakciókhoz (Loványi, 2013). Az ide tartozó kutatási eredmények, melyeket időseim esetében is feltételezhetek, hogy működnek. A kutyával való terápiás foglalkozás, erősíti az öregek illetve az Alzheimer kóros betegek társas viselkedésre való törekvését, így hatékonyan gátolja, lassítja a leépülési folyamatokat (Kongable és mtsai, 1989, Topál, 2013). A háziállattal rendelkező egyedül élő idősök alacsonyabb szintű magányról számolnak be, mint akiknek nincs háziállatuk (Goldmeier, 1986, Kucsera, 2011 alapján). Az állatokat tartó idősök kevesebbet járnak orvoshoz (Siegel, 1993, (Sátori, 2007 alapján). A Down szindrómásokra pozitív hatással vannak (Limond, Bradshaw & Cormack 1997, (Sátori, 2007 alapján). Időseknél önellátási képességeket javít, az állatok segítenek a feszültség levezetésében. Napi tevékenység skálán hasonlította össze állattartó és nem állattartó

idősek önellátási képességét. Eredményeit a felelősségérzettel és a gondoskodással hozta összefüggésbe (Raina, 1997, Sátori, 2007 alapján). Gyógyítható általuk a figyelemzavar és az alkalmazkodási rendellenességek (Katcher & Wilkins 1998). Pozitív hatással van a gyerekek szociális fejlődésére (Triebenbacher 2000). A kutyaterápiával érzelmileg zavart, viselkedészavaros gyerekek motiválhatók (Boris Levinson, 1960, Sátori, 2007 alapján). Kutyás terápia segítségével javítani lehet az érzelemfelismerés zavaraival élő gyermekek és felnőttek azon képességét, hogy mások érzelmeit gyorsabban és pontosabban felismerjék (Stetina és mtsai, 2011, Topál, 2013). Millot és mtsai, 1988, Topál, 2013 hivatkozása alapján: a kutyával való interakciók, elősegítik a helyes társas viselkedés elsajátítását, javítják a gyerekek közösségbe való beilleszkedését. Barak, Savorai, Mavashew & Bem, 2001, Sátori, 2007 alapján, szkizofréniás kliensek esetében megfigyelte, hogy az AAT növeli a szocializációt, a mindennapok tevékenység skáláját és az általános jó közérzetet, fokozza a szociális interakciók mennyiségét és minőségét. Edwards & Beck (2002) Alzheimer kórban szenvedőknél a táplálkozás gyakoriságát és súlynövekedést talált AAT hatására (Sátori, 2007 alapján). Azok a gyerekek, akik állatok mellett nőnek fel, kiemelkedő empátiás fejlődést mutatnak (Paul, Serpell, 1996; Hodbadni, Bálint, 2001; Sátori, 2007 alapján, Melson, 2003). Nagy sikereket értek el autista gyermekeknél terápiás állatokkal (Cindy, 2003). Redefer és Goodmann (1989); Topál (2013) alapján zárkózott és alacsony interaktivitást mutató kisiskolás autista gyermekeknél a terápiás foglalkozások hatására gyors és látványos viselkedési változásokat tapasztaltak. A verbális és nonverbális társas viselkedések gyakorisága, még egy hónappal a program lezárulta után is mérhetően magasabb volt. A kutyával történő terápia során, jelentősen növekedett a szociális interakciók száma, csökkent a magába forduló visszahúzó autisztikus viselkedési formák megjelenése. Különös hatékonysággal tudták használni az ember- kutya kapcsolatban rejlő emocionális, kommunikatív- interaktív potenciált. A kutya multiszenzoriális ingerforrásként, az autista gyerek alacsony szintű szenzoros és affektív készségeit stimulálta. McNicholases Collis (1995); Topál (2013) a kutyát tartó autista gyermekek szüleinek kérdőíves vizsgálata alapján kimutatta, hogy a gyermek, otthon gyakran produkált olyan viselkedési formát a kutya fele, amelyeket emberrel szemben soha vagy ritkán, például üdvözölte, amikor hazament, megosztotta vele érzéseit, gondolatait, beszámolt a kutyának az aznap történt eseményekről, közben felvette vele a szemkontaktust, simogatta. Burowses Adams (2008); Topál (2013) alapján a kutyával való rendszeres interakció hatására, az autista gyermek motoros funkciói, nyugodtsága, illetve a szülővel való együttműködése javult. A napi viselkedési rutinok végrehajtása konfliktusmentesebb lett. Banks & Banks (2002) kimutatta, hogy csökkenti az egyedüllét érzetet, ezért alkalmas lehet egyedül élő idős személyek kontaktus szükségletének kielégítésére (Sátori, 2007 alapján).

Perelle és Granville (1993) vizsgálta bentlakásos idősök otthonában, hogy állatterápiás foglalkozások hatására az idősök szignifikánsan többet mosolyogtak, mint egyéb helyzetben (Babos, 2013).

Messen, 1983, Cusack (1988) személyek szociális interakcióit vizsgálta séta közben. Azt találta, hogy kutyával 22%-ban, kutya nélkül 2%-ban szólították meg őket a járókelők. Fine és Beck (2010) állítják, hogy az embereknek könnyebb kapcsolatba lépniük egy állattal, mint emberekkel. Az állatoknak nincsenek elvárásaik és a kapcsolat emiatt kockázatmentesebb. Egy állat hatására az emberek nyitottabbak, nagyobb a biztonságérzetük (Babos, 2013).

*Kognitív változások.* Az állattal való foglalkozás mentális teljesítményt igényel, tervezést, döntést, tanulást, memorizálást, új ismeretek, képességek és készségek elsajátítását, figyelmet, kommunikációt (Loványi, 2013). Kutatási eredmények bizonyítják, Sátori (2007) alapján:

a kutyával rendelkezők, kétszer annyit sétáltak, mint a kutya nélkül élő idősök, elégedettebbek voltak társadalmi, egészségi és lelki állapotukkal. Kommunikációs lehetőségük bővült és a kutyatulajdonosok inkább a jelenről beszéltek (Hart, 1987). Terápiás és fejlesztő foglalkozások során sikerrel alkalmaztak kutyát súlyos tanulási problémákkal küzdő gyermekeknél. Eredmények alapján az állat, mint motiváló ágens, szociális serkentőként elősegíti a kutatási alanyok figyelmének fejlesztő feladatra való fókuszálását, a terapeutával való intenzívebb közreműködést (Chamradova, 1995, Topál, 2013). Martin és Farnum (2002); Sams és mtsai (2006); Silva és mtsai (2011); Topál (2013) alapján elmondható, hogy tanulmányukban kimutatták, hogy az autista gyerekek kutya jelenlétében játékosabbak, gyakran és hosszan tartanak szemkontaktust a kutyával, kevésbé szétszórt a figyelmük, többet beszélnek az állattal és bevonják a terapeutát is az interakcióba. Az állatok fontos szerepet játszanak a gyerekek motiválásában és világnézetük alakításában, kedvezően befolyásolja a kommunikációs képességeik fejlődését (Filiatre, Millot & Montagner, 1983; Guttman et al. 1983, az pozitív hatással van a gyerekek állatbarát kognitív fejlődésére Melson 2000, Sátori, 2007 alapján). Sams és mtsai; Topál (2013) alapján, ha az autista gyerek gyakorlatot szerez a terápiás állat társas viselkedési kulcsainak interpretálásában, ez megnyitja számára az utat a bonyolultabb interakciókban való jártasság megszerzése felé. A terápiás kutya egyszerűbb, ismételhető, bejósolható, könnyebben interpretálhatóbb viselkedéseket mutat, mint egy ember, ez segíti a gyermek bevonódását a strukturálisabb társas interakciókban.

Látható, többen bizonyították, hogy a társállat tartása előnyösen befolyásolja az ember fizikai és mentális egészségi állapotát. A kutyaterápiás vizsgálatok összességében azt mutatják, hogy a terápia hatásait három vonatkozásban képes kifejteni: motivációs katalizátor, hangulatjavító;

szociális katalizátor, társas- érzelmi fejlesztő; híd, a másokkal való interakciókon keresztül (O’Haire és mtsai, 2013, Topál, 2013 alapján).

## **5. A KUTATÁS MÓDSZERTANA**

### **5.1 Problémafelvetés, kutatási célok, a kutatás dimenziói**

Előregedő társadalmunk számára kihívás az idősök fenntartható társadalmi integrációja, továbbá az alternatív lehetőségek felkutatása és a válaszadás megtalálása ezen problémahelyzetre. Disszertációmban megpróbálom feltárni a Székelyföldön még meglévő hagyományos érték, a ház körüli gazdálkodást és megmutatni a benne rejlő potenciált a jövőnek a tevékeny idősor (Active Aging) biztosítása érdekében. A tevékeny idősor dimenziói: egészség, pszichológiai jóllét, részvétel és az élethosszig tartó tanulás (WHO, 2002). A kutatásunk célja a sóvidéki térség állat(barát)tal rendelkező, különböző szociokulturális környezetben élő idős emberek vizsgálata a szubjektív egészségi állapot, az egészség önértékelése és az egészségkockázati magatartások gyakorisága alapján. Ugyanakkor a kutatás tárgya az állatoknak és az állattartásnak a terápiás célból kiaknázható, szervezhető szociális-mentális hatásának a feltérképezése. A kutatás során arra törekedtünk, hogy a vizsgált célcsoport testi és lelki egészségpszichológiai jellemzőit feltérképezzük, motivációinak természetét megértsük, jellegzetességeiket, dinamikájukat leírjuk, a társadalmi háttér és szociokulturális szokásrendszerük függvényében. A kutatási kérdéseket a szakirodalomban ismertett elméletek, vizsgálatok eredményeinek figyelembevételével fogalmaztuk meg. Összefoglalva a következő kérdésekre kerestünk válaszokat:

- Milyen a testi és lelki egészségi állapota a sóvidéki idősöknek?
- Milyen a társas támogatottságuk? Mennyire elégedettek általánosságban az életükkel?
- Milyen állatokat tartanak? Milyen az állataikkal a kapcsolatuk? Mennyire kötődnek az állataikhoz?
- Milyen összefüggés mutatható ki az állattartás és az egészségi, illetve a családi állapot között, játszik-e lényegi szerepet a nem, az életkor?
- Van-e összefüggés az állattartás és az étellel való elégedettség között?
- Milyen személyközi integrációs erőforrásokkal rendelkeznek?
- Típusokba rendezhetők-e az idősök az állattartás milyensége alapján?
- Melyek ezek az agrotérapiás lehetőségek?

Elméleti szinten vizsgálati hipotézisünk, hogy az ember- állat kontaktus, hatással van a kapcsolatban résztvevő idős személy egyes pszichológiai és fiziológiás paramétereire, előnyösen befolyásolja fizikai és mentális egészségi állapotát. Annak igazolására törekszünk, hogy az állatok a gazdájuknak nyújtott lelki, illetve fizikai segítségével túl, közvetve vagy közvetlenül hozzájárulnak az idősek társadalmi integrációjának sikerességéhez, a természethez való szorosabb közel kerüléshez, harmóniához és ez a kölcsönösség preventíven megelőzi számos testi- lelki betegség kialakulását.

### **5.3 A vizsgálati minta**

*Kutatási területünk* a Székelyföld (Terra Siculorum) egyik földrajzi- történelmi- néprajzi tájegysége a Sóvidék. Szülőföldem a Kis-Küküllő felső szakasza mentén a Görgényi- havasok és a Hargita- hegység nyugati oldalán elterülő terület, 46°25' és 46°40' északi szélesség, valamint a 25°00' 25°20' keleti hosszúság között. Névadó kincse a só, a Sóvidéki- medence alatti kősóréteg kialakulása a miocén középső szakaszára esik. Az óriási kenyérhez hasonló parajdi sótömsz vastagsága kb. 2700 m, 3 milliárd tonna kősót tartalmaz, ami több mint negyven évig biztosíthatná a Föld lakosságának sószükségletét (Józsa, 2002). A székelyföldi székelység megtelepedésével párhuzamosan alakult a sóvidéki településkép: a XIII században létrejött Korond, Sófalva, Sóvárad, a XV-XVI században kialakult Alsósófalva, Atyha, Parajd, Szováta, a XVIII században Illyésmező és a hegyi tanyák Békástanya, Fenyőkút, Kopac, Pálpataka, Tóhely, Szakadát, Vadasmező. 400-775 m tengerszint feletti magasságban helyezkednek el a falvai, a hegyi tanyák átlagosan 900-1000 m feletti magasságban fekszenek. A földművelést e területen mindig gátolta a sós, agyagos, suvadásokkal, szakadásokkal teli talaj. Természetföldrajzi adottságai az állattartást tették lehetővé a sóbányászat, a fazekasság és a fakitermelés mellett (Sófalvi, 2005). Éghajlati adottsága egy sajátos mikroklíma, amelyik a domborzati viszonyok következtében, a Sóvidéki medencében gyakori hőmérsékleti inverzió és a kiterjedt erdőségek napi és évi hőingadozásainak következtében alakult. A fagymentes napok száma 100-130 nap évente. A változatos domborzat, valamint a komplex talajösszetétel diverz, gazdag növényvilág létrejöttét segítette elő. Az alacsonyabb területeken lombhullató erdők alakultak ki: bükk, gyertyán, kőris, éger, nyír, juharfákkal vegyesen. A vulkanikus talaj és a magas tengerszint feletti magasság a különféle fenyőerdők létrejöttét segítette: lucfenyő, jegenye- és vörösfenyő dominál. A legelőkön, kaszálókon és a ligetes helyeken nagyon gazdag növénytakaró van, rengeteg gyógynövénnyel. A természetes vadállomány is változatos,

biodiverzitása gazdag a Sóvidéknek (Szekeres, 2021). A térségben hagyományosan sok állatot tartanak, vidéken szinte minden családnak vannak háziállatai: szárnyasok, szarvasmarhák, lovak, sertések, juhok. A tradicionális mezőgazdasági termelés, az önellátó gazdálkodás a jellemző, sokszor a modern technikai, technológiai eszközök nélkül (Sallay, 2005). Növénytermesztésre a kedvezőtlen természeti-földrajzi viszonyok miatt a Sóvidék nem alkalmas. A termesztett növények mindegyike, valamilyen emberi szükségletet elégít ki, vagy állati takarmányozásra szolgál (Bakó, 2009). A településeken termesztett leggyakrabban előforduló növények: rozs, zab, burgonya, búza, répa. Az állattartás nemcsak az idősebb generáció, hanem a fiatalkorúak esetében is megfigyelhető. A mezőgazdasági munkák fenntartását segítik a földalapú támogatási rendszerek, amelyek a földterület megművelését ösztönzik. Az állatállomány után kapott EU-s és hazai támogatások, fizetést és nyugdíjat pótló lehetőségként szolgálnak (Salló, 2018). A szocializmus emberellenes korszaka után az uniós szabályozás azonban az állattartásnak nem tett jót. A globalizáció leszoktatta a sóvidéki székelyeket a munkáról, az állattartás és általában a mezőgazdaság kezd visszaszorulni (Szekeres, 2021). Legfontosabb települései ennek a vidéknek: Alsósófalva, Atyha, Békástanya, Felsősófalva, Fenyőkút, Illyésmező, Kalonda, Korond, Pálpataka, Parajd, Sóvárád, Szováta. Lakossága községenként a INS-statisztikai hivatal, 2011-es népszámlálási adatai alapján: Korond 6005, Parajd 6218 és Szováta 10232 lakost számlál.

Orbán Balázs a *Székelyföld leírása* című monográfiájában így írja le a Sóvidéket: „*Sóvidéknek nevezik pedig a Korond-vize és a Kis-Küküllő völgyét, mely itt nemcsak a föld keblében rejtőzködik, hanem a föld felületére kitörve egész sóbérceket alkot. Ily roppant tömegben a természetnek ezen nélkülözhetetlen adománya sehol sem mutatkozik, annyi itt a használatlanul heverő kincs, hogy egész Európa szükségleteit lehetne fedezni, ha elzártágunk és olcsó közlekedés hiánya miatt annyi kincsét ezen isten által dúsan megáldott hazának.*” (Orbán: 1868: 133). Sóvidéki dombság elzárt falvainak regéje: „*Egy fiait osztó atya a Firtósból leindulva monda fiainak: itt „Énlakom, ez lett Énlaka, tovább haladva monda nagyobb fiának ”e tied” e lett Etéd, ismét odább haladva monda második fiának: itt neked e „kis mod” e lett Küsmöd. Itt letelepedvén harmadik fia nyugtalankodva kérdé hogy ő hol telepedik „neked is” szolok ma a helyre mutatva hol Szolokma épült, hazamentében pedig kérde legkisebb fiát hogy hát nem békétlenkedik e? Adj, ha akarsz atyám, mond ez, s övé lett a gyönyörűen fekvő Atyha*” (Orbán, 1868: 371). E Isten háta mögötti mesevilágba a fogyasztói korszak még földutakon döcög. Mítoszok és tradíciók élő rezervátuma a vidék, ahol a tej körül forog a világ. Itt a szinte egyetlen megélhetési forrás, a tehének köré szerveződnek a mindennapok: reggeli fejés, tej leadása, majd kihajtása és este a hazaérkező csorda kolompolása adja a falu életének ritmusát.

*Kutatási célcsoport* a vizsgálatunkban résztvevő 234 személy, állattal rendelkezik, akik az idős generációt képviselik. Az ENSZ, az Európai Unió és legtöbb ország statisztikai gyakorlata az idősek és a nem idősek közötti korhatárt 65 évnél húzzák meg, mi az egy kicsit fiatalabb korcsoportot is öregnek tekintettünk dolgozatunkban. Alanyaink 56 év fölöttiek, sóvidékiek, akik haszonállatot vagy társállatot tartanak háztartásukban. 11 fiatalabb személy is bekerült a kérdőíves alanyaim közzé, vagy példaképszerű életmódjuk miatt, vagy mert házastársuknál fiatalabbak. A keresztmetszeti kutatásban a részvétel önkéntes alapú és anonim volt. A mintavételi technikák közül a hólabda módszert alkalmaztuk. Origópontok voltak: gazdálkodó idős ismerőseim, szomszédaim, majd az általuk ismert gazdálkodókat, állattartókat kerestem meg. Továbbá tanítványaim nagyszülei, szomszédjai, rokonai, akiket segítségükkel kérdeztük ki. Interjú alanyaimat random módon választottam a kérdőívvel lekérdezett idősek közül, illetve egyeseket a Pro Agricultura Hargitae Universitas Alapítvány folyóirata alapján kerestem meg. Interjú alanyaim rövid életrajzi, családi, állattartási bemutatása a harmadik mellékletben található. A használt folyóirat fő témakörei: a vidéki térség folyamatai, a vidéken zajló társadalmi-, gazdasági-, kulturális és környezeti folyamatok elemzése. Több archív kiadványában közölt gazdákkal interjúvázlatokat, ahol az agrárinnovációs helyzetkép székelyföldi feltérképezésére törekedtek. Használni tudtam a következő kérdésekre adott sóvidéki válaszokat:

- *Hogyan kezdett állattartással foglalkozni? van- e ennek a családon belüli hagyománya?*
- *Hogyan született az ötlet, hogy belekezdjen ebbe a vállalkozásba?*
- *Milyen iskolai végzettséggel rendelkezik?*
- *Hogyan tett szert a szükséges tudásra?*
- *Milyen eszközökkel dolgozik ön?*
- *Milyen terveik vannak a vállalkozásával kapcsolatban a jövőre nézve?*

#### **5.4 A kutatás módszerei**

A helyszíni kutatást megelőzően és azzal párhuzamosan, a doktori iskolában töltött éveim alatt, 2017-2021 között könyvtári kutatómunkát végeztem az elméleti keret megírásához. A szakirodalmi forrásokhoz való hozzáférést a Debreceni Egyetemi és Nemzeti Könyvtár, a Sapientia EMTE Csíkszeredai Karának könyvtára segítette elő. Az empirikus kutatás 2018-2022 közötti időszakban készült el, 49 egyéni interjú és 234 kérdőív rögzítésével. Az adatgyűjtést, amely magába foglalta a kérdőívfelvételt, az interjúalanyok megkeresését és felvételét, 2018-2020 közötti időszakban történt. Az adatfeldolgozás, ami az adatbázis elkészítését, statisztikai elemzését és az interjúk írott formában való rögzítését jelentette, a

2020-2022-es években történt. Az adatgyűjtés helyszíni terepmunkán valósult meg. A kutatásban meghatározott feladatok elvégzésére kevert módszertant alkalmaztunk, hogy minél objektívebben tudjuk feltérképezni, monitorozni az alanyok egészségi állapotát és biológiai, pszichológiai és szociális jellemzőit, illetve feltárni háttértényezőiket és ezek következményeit. Alapvető kvantitatív módszerünk a személyes lekérdezésen alapuló kérdőíves vizsgálat, melynek vizsgálati középpontjában a következő pszichoszociális dimenziók álltak: általános társadalmi jellemzők, társadalmi és társas kapcsolatok, egészség, képességek, értékek, valamint az állattartással kapcsolatos kérdések, attitűdvizsgálat. A kérdőív felbontását lásd 2. mellékletben. Összesen 33 kérdést tartalmazott, több alponttal. Az első rész a szocio-demográfiai kérdéseket tartalmazza: neve, életkora, iskolai végzettsége, társas kapcsolatai, anyagi helyzete. A második rész az állattartással kapcsolatos kérdéseket: állatfajait, állattartó ismereteit, szokásait, kötődését. A harmadik rész a testi-lelki egészséget és a táplálkozási szokásokat térképezte fel. A kérdőíveket kérdés-felelet formájában saját kezűleg vagy tanítványaim segítségével töltöttük ki, ennek okai: magasabb válaszarányt reméltünk, csökkent általa, a nem tudom, nincs válasz lehetőségek száma. Ha a megkérdezett nem értett valamit, elmagyaráztuk, tisztáztuk a félreérthető dolgokat, a kérdőív felvétele közben módunkban állt megfigyelni a válaszadó reakcióit, érzelmi megnyilvánulásait a kérdésekkel kapcsolatban, ez plusz információt jelentett számunkra. A demográfiai kérdések (nem, életkor, lakóhely, kapcsolati állapot, iskolai végzettség...) mellett a résztvevők standard kérdőíveket is kitöltöttek a negyedik részben. A standard kérdőívek közül a következőket használtuk:

*Who Jólét Kérdőív (WBI-5)*, rövidített magyar változatát, melynek belső megbízhatósága, konzisztenciája kiváló, Cronbach-alfa értéke 0,85. Használható a különböző terápiás eljárások hatékonyságának vizsgálatára az életminőség szempontjából, az alanyok szubjektív megítélése alapján. A mérőeszköz rotálatlan főkomponens elemzése is megerősítette a kérdőív homogenitását, magyar változata megbízható és érvényes mérőeszköznek tekinthető a pozitív életminőség vizsgálatokor (Susánszky, 2006:1). A Hungarostudy, 2002 országos lakossági egészségfelmérés során történt validitása, n=12668 reprezentatív magyar felnőtt mintán. Az öt megíthető állítás között szerepel: az elmúlt két hét során érezte-e magát vidámnak és jókedvűnek, nyugodtnak és ellazultnak, aktívnek és élénknek, ébredéskor frissnek és élénknek, a napjai tele voltak az ön számára érdekes dolgokkal? Pontszámai 5 és 25 között szóródhatnak, mivel a skála 1-5-ig terjed. Az Egészségügyi Világszervezet kutatócsoportja által kifejlesztett életminőséget mérő módszer hat fontos területet ölel fel. Első a *fizikai állapotot* térképezi: a funkcionális kapacitás, bizonyos tünetek pl. fájdalom megléte, fizikai erőnlét vizsgál. Második a *Pszichikai állapotot*: gondolkodás, érzések, hangulat, testkép, tanulási és

memória-funkciókat. Harmadik a *Függetlenség/önállóság*: képesség az önálló, mindennapos életvitelre, illetve munkavégzésre mérni. Negyedik a *Társas kapcsolati háló*: társas kontaktusok mennyisége, a kapcsolatok minősége, társas támogatás. Ötödik a *Környezettel való kapcsolatot*: lakókörnyezet, fizikai és társadalmi környezet, közlekedés lehetőségei, egészségügyi és szociális ellátás hozzáférhetősége. Hatodik a *Lelki/spirituális jelenségeket*: hit, vallásosság, az élet értelméhez való viszonyulást (Pikó, 2006:37).

A pozitív lelki egészség, a pozitív életminőség egyik leggyakrabban kutatott összetevője az étellel való elégedettség, mely tulajdonképpen valamely személy általános életminőségének kognitív értékelése, saját kritériumai alapján. Ahhoz, hogy értékelni tudjuk kutatási célcsoportunkat, az Étellel való elégedettség skálával (SWLS), meghatároztuk a jólléti állapotukat. (Martos, 2014). *Étellel való elégedettség skála (SWLS)*, a szubjektív jólléttel kapcsolatos kutatások leggyakrabban alkalmazott eszköze. Magyar változata megbízható és érvényes változat. Cronbach –alfa értéke 0,7 feletti. Az elégedettség mérése egy 0-tól 10-ig terjedő 11 fokú skálán történik. Az étellel való elégedettség a személy általános életminőségének kognitív értékelése. Figyelembe vettük minden esetben a testi és lelki egészség két mutatóját az önértékelt egészséget és a különböző betegségek jelenlétét. A rövidített változatát használtam- *Satisfaction with Life Scale*, Diener és munkatársai, 1985 kidolgozott, egy hétfokú skálát. Öt állítással való egyetértésre kérdez rá: az életem alapvetően közel van ahhoz, amit ideálisnak gondolok, az életkörülményeim kiválóak, elégedett vagyok az életemmel, ez idáig elértem a fontos dolgokat, amiket elérni akartam az életben, ha újrakezdhetném az életem, szinte semmit nem változtatnék. A válaszokat 1-től 5-ig terjedő skálán lehet megadni (1= egyáltalán nem értek egyet, 2= nem értek egyet, 3= nem tudom, 4= egyetértek, 5= teljes mértékben egyetértek). Kiértékelési összpontszáma 5 és 35 közötti lehet (Bakos, 2020).

A pszichológiai egészség meghatározására használtuk a *Ryff jóllét skáláját (1995)*, ami a következő tényezőket értékeli: az egyén pozitív értékelését önmaga és az élete iránt, a folyamatos növekedést és a személyiség fejlődésének érzetét, azt a hitet, hogy az egyén élete céltudatos és jelentésbeli, hogy minőségi kapcsolatban van másokkal, és rendelkezik az élete és az őt körülvevő világ hatékony irányítására való kapacitással, illetve az önmeghatározásra való képességgel. A mérőeszköz 18 tételes változatát alkalmaztuk, hatfokú Likert-típusú skálán pontoztuk egyetértésüket az állításokkal, magasabb összpontszám, magasabb pszichológiai jóllétszintet jelez (Nagy, 2016).

A szubjektív társadalmi kirekesztettség mértékét az *European quality of life survey-t* követve mértük. A megkérdezetteknek ötfokú skálán (végpontjai 1= egyáltalán nem értek egyet, 5= teljes mértékben egyetértek) kellett megmondaniuk, hogy a kérdőív négy állításával mennyire értenek egyet: úgy érzem, hogy kitzaszt a társadalom, az élet olyan bonyolulttá vált, hogy alig találok az utam, úgy érzem, hogy az emberek, akikkel találkozom, nem ismerik fel az értékét annak, amit csinállok, néhány ember lenéz engem a munkám miatt, vagy azért, mert nem dolgozom. A négy válasz átlagaként hoztuk létre a szubjektív társadalmi kirekesztettség mutatóját. A mutató magas értékei a marginalizációra figyelmeztetnek arra, hogy az egyén nem érzi magát integráltnak a társadalomban. A skála Cronback- alfa értéke 0,90 (Kovách, 2017).

A szóbeli megnyilvánulásokból származó információkat hitelesítették az objektív egészségadatok. A kérdőívek mellett hivatalos forrásként használtuk a családorvosi kórlapok nyilvántartásait és a statisztikai adatbázisok adatait, figyelembe véve az interjúalanyok anonimitását – az egészségügyi adatok elemzése során nem kapcsolódtak össze a személyes adatok az egészségi állapotra vonatkozó információkkal.

*Európai lakossági egészségfelmérés (ELEF)*, az Európai Parlament és Tanács keretrendelete által kötelező egészségfelmérés adatbázisát, ami az egészségi állapotot, egészségmagatartást, az egészségügyi ellátás igénybevételét, a társadalmi- gazdasági háttértényezőket tartalmazza. Vizsgálati aspektusai: önbevallott általános egészség, a krónikus betegségek, egészségproblémák miatti akadályozottság, sérülések, balesetek, fájdalomérzet, orális és mentális egészség, gyógyszerhasználat (Babos, 2017).

A sóvidéki településekre irányuló adatgyűjtést a helyi tanácsok alkalmazottai segítették, a települések gazdasági nyilvántartásaihoz való hozzáféréssel, melyek aktuális adatbázisok a községek teljes lakosságára vonatkozóan. A *gazdasági regiszterek* tartalmazzák a falu lakosságát név szerint, jelölve, hogy az illető személy a település mely részén lakik, a nemek arányát, életkorukat, születési időpontjukat, háztartások személyeit, a lakosok tulajdonában levő szántóföldeket, kaszálókat, a birtokolt állatok számát, állatállományt.

Az adatgyűjtést segítették a terepmunka során rögzített kötött és kötetlen beszélgetések. A verbális adatszerzési technikák közül kvalitatív módszerként, *félig- strukturált szociológiai interjúkat* vettünk fel. Az interjúk felvétele, egy-egy meghatározott tematika mentén, ezen interjúvázlat (lásd: egyes melléklet) alapján történt. Célja az állattartó szerep megélésének mélyebb ok-okozati feltárása, vizsgálata az állattartó életforma közvetett és közvetlen

szimbolikus értékeinek, társas interakcióinak feltérképezésével. A következő kérdésekkel fókuszáltunk a kutatás tárgyára:

- Hogyan gondolkodnak, miért úgy gondolkodnak, milyen motivációk, tényezők játszanak szerepet a gazdák életének alakulásában?
- Hogyan tölti a napjait? Melyek a mindennapi teendői? Mik a fő erőforrásai?
- Hogyan éli meg az állattartást?
- Milyen általában a hangulata?
- Mennyire azonosul állatával az érzelmi állapota?
- Hogyan minősíti saját egészségi állapotát?
- Ha megvizsgálja élete történetét, elégedett-e azzal, ahogyan a dolgok eddig alakultak?

A gazdák a felkérésre, hogy interjút adjanak, könnyen vállalkoztak. Az interjúzást minden esetben megelőzte egy ismerkedő beszélgetés, valamint az interjú alkalmazásának céljára vonatkozó ismeretek megosztása, mely főként arra szolgált, hogy eloszlassa az interjúra felkért személyek bizalmatlanságát. Az interjúkat saját lakásukban vettem fel, előre megbeszéltem az időpontban. Kértem, hogy lehetőleg csak mi legyünk a helyszínen, ezt sikerült is kivitelezni a legtöbb esetben. Kezdetben kicsit bizalmatlanok voltak, de látva a téma iránti elkötelezettségeket, igyekeztek megválaszolni a kérdéseimet. Az interjú megkezdése előtt, alanyaimat tájékoztattam a kutatás céljáról és engedélyt kértem a hanganyag rögzítéséhez. Alanyaim a mobilos rögzítés hatására, kezdetben hirtelen bezárultak, óvatosakká válnak, annak ellenére, hogy garanciaként jelöltük meg a válaszadók anonimitását, interjú alanyaimnál erős volt a bizalmatlanság, nehezen oldódtak fel a hangrögzítés tényének tudatában, nehezen kezdtek beszélgetni, véleményt mondani, személyes történeteket mesélni. Személyiségük függvényében változott későbbi hozzáállásuk, egyesek nagyon nyitottak lettek, hosszasan meséltek életükről, sokszor nem a témához kapcsolódót is. Általában elmondhatom, hogy pozitív, energizáló hatásúra sikerült egy-egy beszélgetés: többnyire nyugalmat, békét, kiegyensúlyozottságot sugároztak, ahogy mindennapjaik tevékenységéről beszéltek.

Kutatásunkban az egészség és betegségfolyamatainak anatómiai, strukturális és funkcionális jellegzeteségeire kérdeztek rá a következő kérdések: *Összességében, hogyan minősíti saját egészségi állapotát? Kortársaihoz viszonyítva, hogyan minősíti saját egészségi állapotát? Hányszor jár orvoshoz? Valamilyen betegséggel kezelik-e most? Valamilyen gyógyszert szed-e rendszeresen? Jelenleg van-e vagy korábban volt-e egy vagy több krónikus vagy hosszantartó betegsége, ill. egészségügyi problémája a következők közül?*

A pszichológiai rendszer: pszichikai mechanizmusok, pszichodinamikai folyamatok jellegzetességeit vizsgáltuk meg a következő kérdések segítségével: *Az elmúlt két hét során érezte-e magát... Vidámnak és jókedvűnek? Nyugodtnak és ellazultnak? Aktívnak és élénknek?*

*Ébredéskor frissnek és élénknek? A napjai tele voltak az ön számára érdekes dolgokkal? Személyisége legtöbb oldalát szereti? Amikor megvizsgálja élete történetét, elégedett-e azzal, ahogyan a dolgok eddig alakultak?*

A szociális rendszer: a társas funkcionalitásra, a társadalmi magatartásra, az egyének csoportbéli szerepeire kérdeztek rá a következő kérdések: *Kivel él egy háztartásban? Kivel beszél meg a problémáit? Szeret-e társaságba járni? Tapasztal-e melegséget és bizalmat a másokkal való kapcsolataiban? Milyen a másokkal való kapcsolata? Szereti-e az állatait? A spirituális rendszer: az egyén hitvilágára kérdeztek rá a következő kérdések: *Vallásos-e?**

**Antonovsky** koherenciaérzésére, vagyis, hogy mennyire tartjuk világunkat kezelhetőnek, megérthetőnek és jelentőségteljesnek, az életünk feletti kontroll érzésére irányultak a következő kérdések:

- *Autonómia: Hajlamos arra, hogy elfogadja a határozott véleményt képviselő emberek álláspontját? Bízik a saját véleményében még akkor is, ha az gyökeresen eltér mások álláspontjától? Milyen értékek alapján ítéli meg magát, amelyeket fontosnak tart, vagy azok alapján, amelyeket mások tartanak fontosnak?*
- *A környezet uralása: Gyakran lehangolják az élet mindennapi követelményei? Általában úgy gondolja, hogy felelős azért a helyzetért, amelyben él? Tudja kezelni a mindennapokban önre háruló kötelezettségeket?*
- *Személyes fejlődés: Az élet ön számára a tanulás, a változás és a fejlődés szakadatlan folyamata? Próbálkozik, hogy valami nagy javulást vagy változást hozzon létre az életében?*
- *Életcél: Néhány ember céltalanul vándorol egész életébe., Mit gondol, közük tartozik? Gondol-e a jövőre?*

Az állatterápiás módszerek közül az AAA- állat asszisztált aktivitást és AAI- állatasszisztált beavatkozást használtuk, melyek ismertetése a 4.4 fejezetben található. Az állattal való kontaktus előnyeit, mentálhigiénés hatásait, a haszonállatokkal való érintkezés (etetés, gondozás) terápiás lehetőségeit kutattuk.

#### **5.4.1 Az adatfeldolgozás során alkalmazott statisztikai módszerek**

Kutatási módszertanunk kidolgozásában fontos szerepet tulajdonítottunk az előzetes szakmai tapasztalatoknak, elemzési szempontoknak, eljárásoknak, szorgalmaztuk a munkahelyi paraméterek ötvözését az új térségi trendekkel, tapasztalatokkal, hogy tudástöbbletet hozzunk

be. Az interjúorozatok, a kérdőívek mellett az adatgyűjtés során használtuk a személyes megfigyelést, a vizsgált célcsoporthoz kapcsolódó térségi szakmai rendezvények adatait, a szakmai publikációk folyóiratcikkeit.

A kérdőíves vizsgálat adatainak feldolgozása az SPSS statisztikai program 19-es verziójának, PSPP ingyenes verziójával és Excel használatával történt. A leíró statisztikai módszereken átlag, gyakoriság, szórás mellett korreláció-elemzést, keresztábra-elemzést, klaszteranalízist és regresszióanalízist végeztünk. A kutatásban alkalmazott skálák belső konzisztenciájának becsléséhez Cronbach- alfa mutatókat számítottunk. A leíró statisztikai vizsgálatok után a változók között kapcsolatvizsgálatot végeztünk a Pearson-féle korrelációs módszerrel.

A félig strukturált interjúk feldolgozása tartalomelemzéssel történt, az alábbi szempontok figyelembevételével, hogy mélységeiben megértsük a gazdasági rendszereket, a gazdák bio-pszichoszociális-spirituális teljességét:

- állattartás recesszív és domináns szimbolikus értékei
- társas interakciós palettája, társállattal kapcsolatos kötődés milyensége
- kapcsolatok kötődési és függetlenségi foka
- gazdák szocioökonómikus, demográfiai attitűdjei
- tipikus nehézségek, erőforrások és megküzdési módok
- orvoslátogatás gyakorisága, gyógyszereszedési attitűdök
- boldogságfaktorok minősége és mennyisége
- életmódbeli erőforrásait.

A félig strukturált interjúkat a grounded theory segítségével próbáltuk meg rendszerbe foglalni. A grounded theoryt két amerikai szociológus, Anselm Strauss és Barney Glaser dolgozta ki a hatvanas években. Röviden összefoglalva: az elméleti részünk célja a lehetséges variációk bemutatása, a vizsgált alanyok, kutatásom eseténben az idősek perspektíváinak és nézőpontjainak a figyelembevételével. Az elmélet mindig a fogalom-mutató modellre épül, ami az empirikus mutatók (=incidensek=nyers adatok) fogalmi kódolását jelenti. A különböző mutatókat összehasonlítjuk egymással, hogy a közöttük levő hasonlóságokra, különbségekre fényt derítsünk és a kódolás során megállapítjuk, mely mutatók mutatnak ugyanazon fogalom, koncepció irányába. Több mutató egy fogalmat, több fogalom meg egy kategóriát alkot. "a kódolás teszi lehetővé, hogy az incidensekből végül egy megalapozott elméletet hozzunk létre fogalmak és kategóriák megformálásán keresztül" (Gelencsér, 2003: 147). A kódolási folyamat kezdeti szakaszában a nyers adatokat alaposan szemügyre vesszük, tanulmányozzuk, kódolási paradigmákat használva, ezek a körülmények, cselekvők közti interakciók, stratégiák, taktikák

és következmények. Az összefüggések alapján meghatározzuk a kulcs vagy alapkategóriát. Az alapkategória az elméletintegráló eleme, mely a releváns és problematikus viselkedésmintákra ad magyarázatot "a kutató az alapkategória dimenziói, tulajdonságai, körülményei, következményei, stratégiái alapján kódol" (Gelencsér, 2003: 150). "A jó elmélet tükrözi a valós világot, előrejelzéseket lehet belőle levonni, magyarázatokkal szolgál, releváns azok számára, akiket érint és könnyen módosítható" (Gelencsér, 2003: 151). Ahol lehetséges volt, a kódolásra alkalmas kulcsszavakat Pivot táblázatban rögzítettük, hogy könnyebben átláthatóvá váljanak.

Az adatok értelmezésére zömében 2021-ben került sor, mely a kvantitatív adatok értelmezését foglalta magában, valamint a kvalitatív adatok értelmezését és a típusok alkotását. A mintában szereplő idősök, többsége női válaszadó, a kutatás szempontjából lényeges, hogy 99% állattartó.

## **6. EREDMÉNYEK BEMUTATÁSA ÉS ÉRTELMEZÉSE**

Életünket jelentős mértékben befolyásolják az egész világra kiterjedő társadalmi hatások és összekötő kommunikációs hálózatok, életünk társadalmi kontextusai strukturáltak, meghatározott mintába rendeződtek, a tények értelmezéséhez elméletekre van szükségünk. Az állattartás nem csupán egy életforma, hanem naponta ismétlődő társadalmi rítus is, szimbolikus értékekkel, társas interakciókkal (Giddens, 2008). Szakirodalmi meghatározásokból tudjuk, hogy az attitűd kognitív, érzelmi és viselkedéses folyamatok terméke, valamely tárgyak, személyek, környezet, irányzatok, eszmék összegzett pozitív vagy negatív értékelése (Hewstone, 2007). Chaiken meghatározásában az attitűd olyan pszichológiai hajlam, amely egy adott entitás bizonyos fokú kedvelésében vagy nem kedvelésében fejeződik ki. Az attitűd funkciói szerint lehet: instrumentális, ismereti, érték kifejező, énvédő és szociális (Atkinson, 2001). Az emberek állatokkal kapcsolatos attitűdjei: kulturális, szocio-ökonómikus és demográfiai faktorok köré csoportosíthatók. Vagyis meghatározó az életkor, a nem, az iskolázottság, a gazdasági státusz, a nemzetiség, a vallás és a környezet (Kellert, 1980, Serpell, Paul, 1994. Sători, 2007 alapján).

Miért reagálunk általában pozitívan az állat(terápiá)ra? Mi a társadalmi haszna? A mezőgazdaság szeretetét nem lehet megtanulni, bele kell születni a természet örökös körforgásában, ahol, akik munkát vetnek, majd munkát aratnak (Fekete, 2006). Megfigyelve ősapáink, ősanyáink vagy a jelenleg hagyományos módon élő gazdálkodóink életét, akiknek az élete még szorosan kötődik a természethez, belőle és általa élnek. Megállapíthatjuk, hogy a

tudásuk ősi, mely nemzedékről nemzedékre vándorol. Mindennapjaik nehézségei ellenére: korán kelés, nehéz fizikai munka, derűsek, vidámak, többnyire pozitívak. Szubjektív élményeim interjú készítésekről, hogy a legtöbb gazdálkodó sugározz, tele vannak pozitív energiával, békesség, szeretett árad belőlük. Becker (2002) megfogalmazta, hogy ha az ember azt gondolja magáról, hogy senki sem szereti, és senkinek sincs szüksége rá, akkor az az izoláció, be is következik. Ha viszont az ember egészséges, valaki másról gondoskodni tud, akkor szeretetreméltónak tartja magát, és az egész világról alkotott képe megváltozik. Aki úgy érzi nincs küldetése, kezdi elengedni magát, ezért volna lényeges, hogy a fontosságérzetüket fenntartsuk, ebben lehetnek segítségünkre az állatok. Berecki (2021) alapján a gazdálkodás különböző lehetőséget kínál az idős emberek számára: megélhetést biztosít, pozitív gyerekkori emlékeket idéz elő, otthont jelent és kapcsolatokat tart fent a természettel.

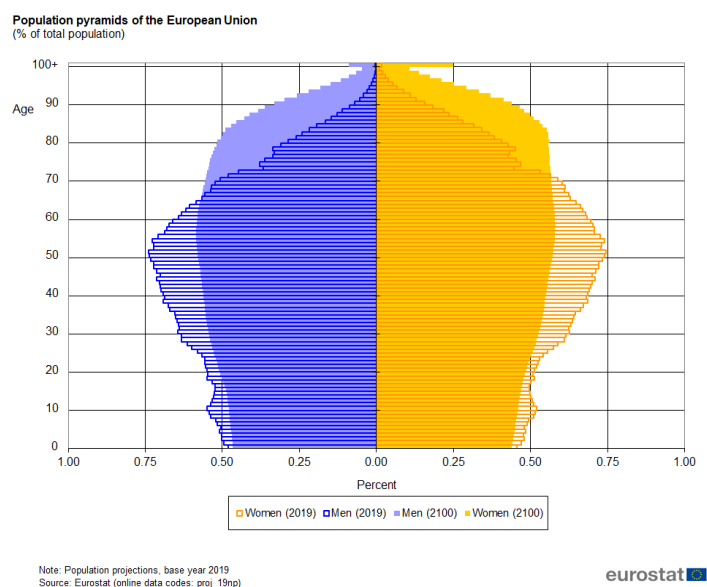
A kutatási cél elérése érdekében kvalitatív és kvantitatív elemzéseket használtunk, ahogyan a módszertani részben leírtam. A survey-adatokból kaptunk egy általános képet a sóvidéki állattartó idős populációról. A mélyebb kérdések megválaszolására a félig strukturált interjúk adtak válaszokat. Engels, 1977 biopszichoszociális és Antonovsky, 1987 koherenciaérzés elmélete felhasználásával öt témakörben készítettünk beszélgetéseket. Az összegyűjtött adatokat tanulmányozva, elemezve, a fogalmak közötti kapcsolatrendszerket figyelembe véve, a következő alapkategóriákat sikerült elkülönítenünk: öt nagy egységből álló kérdéskört állítottunk össze, amelynek első része a pszicho- szociális jellemzők, a második egység az életvitel kívánta feltárni, a harmadik az állattartás jellemzőit, a negyedik az egészségi állapotot térképezi és végül az ötödik a jóllétük minőségét és mennyiségét. A témánkat az általunk vizsgált térség és célcsoport esetében a következő megközelítésben elemeztük:

## **6.1 A sóvidéki állattartó idősök pszicho-szociális jellemzői**

Az első kérdéscsoportban a válaszadók pszicho-szociális jellemzőit próbáltuk feltérképezni. Kérdéseink ezért a megkérdezett személyére vonatkoztak: a korukra, a családi állapotukra, arra, hogy kikkel él egy háztartásban, az iskolai végzettségükre, a foglalkozásukra. Valamint kíváncsiak voltunk, milyen típusú megküzdési stratégiát alkalmaznak az életük során jelentkező problémák megoldására, ezért rákérdeztem a vallásosságukra és a társas kapcsolataikra is.

## Nemek aránya

A hivatalos statisztikai adatok alapján tudjuk, hogy a nemek aránya a 43 életévben egyenlítődik ki, az ennél idősebb életkorú lakosság körében már nőtöbbség van (lásd 4. ábrán) e nemzetközi törvényszerűséget, az Európai Unió nemi megoszlást illusztráló adattárából.



4 ábra. Az EU nemi megoszlása. Forrás: Eurostat

A 2021-es megyei átlagpopulációban a nemi megoszlási arányok 50,82%-a nő és 49,18%-a férfi<sup>9</sup>. Nem sokkal tér el ettől a vizsgált minta, állattartóinak nemi aránya: 34,2 %-a férfi és 65,8 %-a nő, lásd 5. ábra. A megfigyelt értékek ellenére sem beszélhetünk elnöiesedéséről, mivel a kutatási minta nem volt nemi szempontból reprezentatív, de magyarázható talán statisztikai ténnyel, hogy több az özvegy nő, mint a férfi országos szinten<sup>10</sup>. A nemi megoszlás különbségeinek oka a nők és férfiak eltérő életvitele, stressztűrő képessége, egészségügyi problémái, aminek következményeként a morbiditás és mortalitás külső okai férfiaknál erőteljesebben jelentkeznek. Kutatásunkban az özvegyiségben hátramaradott időseik legtöbb esetben folytatták a ház körüli gazdálkodást, amit a házastársukkal évekkal korábban kezdtek el.

<sup>9</sup> [www.harghita.insse.ro](http://www.harghita.insse.ro)

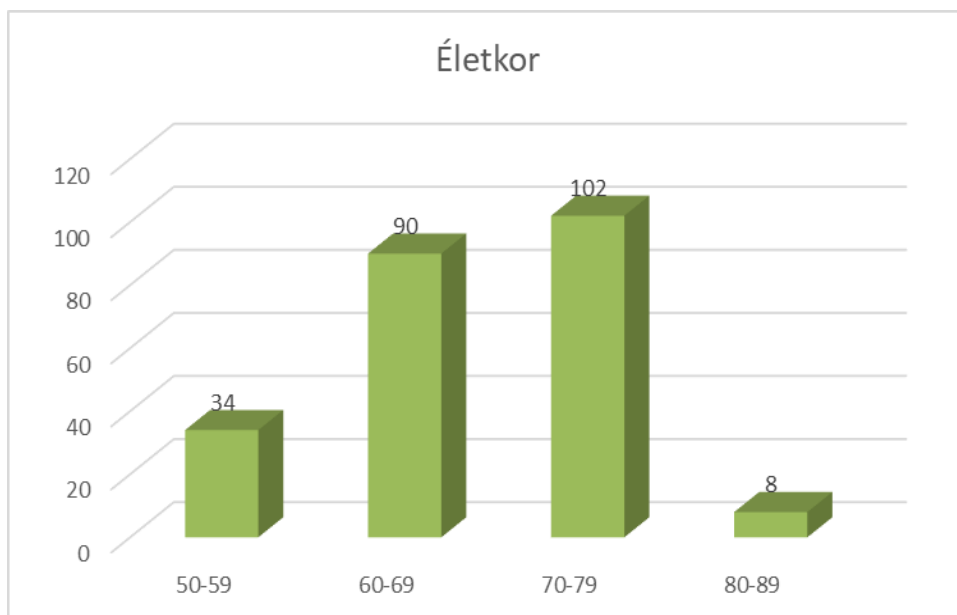
<sup>10</sup> <https://insse.ro/cms/>



5 ábra. A minta nemi megoszlása. Forrás: saját kutatás adatai (2021)

### ***Életkor***

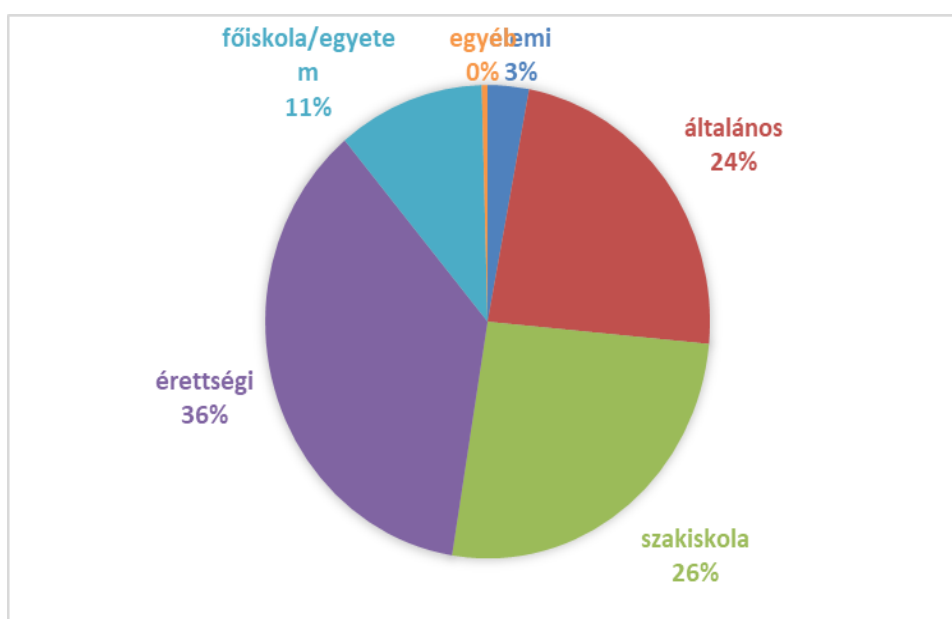
Az EU statisztikai adatai alapján az időskor határa 65 év. Kutatási célcsoportunkban legtöbben hetvenes éveikben járnak, átlagéletkoruk 69 év. A legfiatalabb a mintában 50 éves, a legidősebb 86 éves. Ha tíz évenkénti bontásban nézzük, lásd 6. ábra, túlnyomó többségük, 102-en:70-79 év közöttiek, 90-en: 60-69 évesek, legkevesebben vannak a 80 év fölöttiek. Megélhetési okok miatt az ellenurbanizáció egyik trendje a szürke invázió, ahol a nyugdíjas évek színhelyéül vidéki letelepedést választanak az idősek. A vidékre költözés okai között szerepel a vidéki idill vonzereje, a materiális és szimbolikus vonzások, az életfeltételek biztosításának az ígérete, a mentalitás változása, a szolgáltató vidék megjelenése (Kovách, 2010).



6 ábra. A minta életkor szerinti megoszlása. Forrás: saját kutatás adatai (2021)

## Végzettség

Iskolai végzettségüket tekintve, a legtöbben érettségizettek (85 személy). A többiek közel azonos arányban az általános iskola nyolc osztályát vagy a szakiskola tíz osztályát végezték el, legkevesebben (7 személy) az elemi iskola négy osztályát fejezték be. Egyetemi vagy főiskolai végzettségű a megkérdezettek 11%-a, vagyis 25 személy – lásd 7. ábra. A megkérdezett diplomások szakmai végzettsége változatos. Többen pedagógus, állatorvos, mérnök végzettségűek, de az interjú alanyok között voltak egészségügyi profilúak is. A magasan képzett értelmiségiek mintánkban alul reprezentáltak.



7 ábra: A minta iskolai végzettség szerinti megoszlása- Forrás: saját szerkesztés

A minőségi munkavégzés kulcsa a tudáshoz való hozzáállás kérdéskörében keresendő. A tudás rendszeres frissítése létfontosságú, a nyitott hozzáállás és a rendszeres tanulás versenyképessé tesz bárhol bárkit. Interjúválaszok alapján, a tudáshoz való hozzáállásuk a megkérdezetteknek változó, ezekből ismertetek párat:

*„jártam iskolába, nyolc osztályt jártam, mert akkor az én időmben nem követeltek többet, lehetőség sem volt ennyit engedtek.”*

(5. interjúalany, hatvankilenc éves, nő, özvegy)

*„Könyvből mi nem tanultunk, édesapámtól, demokráciába elvégeztünk valami tanfolyamot, de az élet tanított leginkább. Mi nem, de a gyermekeink, már mind egyetemet*

*tanultak, azt mondta az apjuk, hogy a modernkor már az szükséges, az állatok tartása nem lesz divat, tanuljanak”*

(9. interjúalany, hatvanhat éves, nő, házas)

*„Nekünk nem kell szakmai tudás, mert a 36 év annyi szakmai tudást adott, hogy az bőségesen elég. Úgy, hogy nekem nem kell se egyetem, se iskola, én már az élet iskoláját kijártam itthon.”*

(25. interjúalany, hatvanhárom éves, férfi, házas)

*„Mindenképpen kell továbbfejlessze magát az ember. Nem tudom, szerintem az a fontos, ki mit szeret.”*

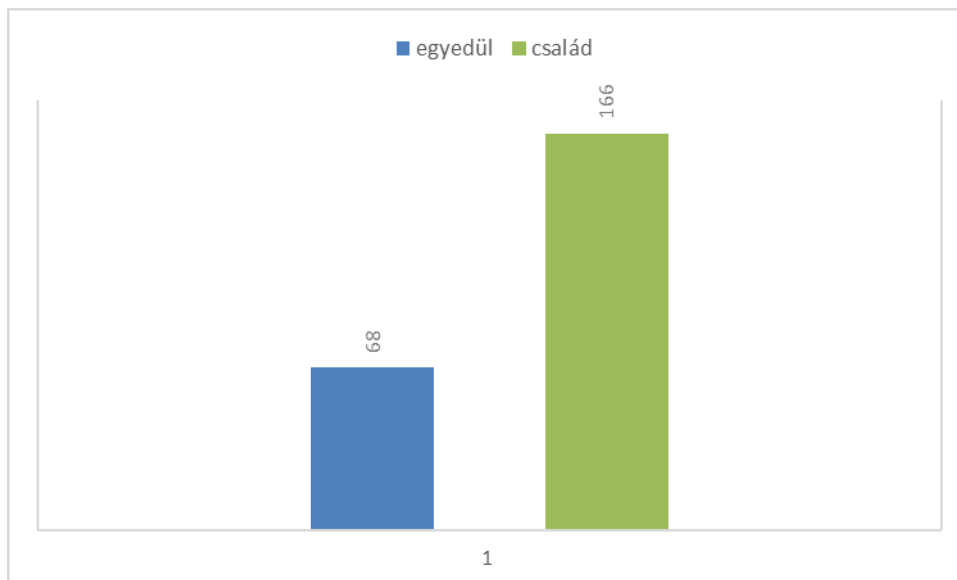
(28. interjúalany, ötvenöt éves, férfi, házas)

*„Én tanfolyamot végeztem, ezt nem tanultam. Tanulni is kell, de szeretni kell ezt az egészet, mert aki nem szereti, az nem tudja ezt csinálni. Jártam ilyen farmokra, szereztem kapcsolatokat, szereztem baráti kört.”*

(30. interjúalany, ötvenhét éves, férfi, házas)

### ***Családi állapot***

Az Eurostat (2017) adatai szerint az uniós tagállamokban a háztartások 30.8%-a egyszemélyes, 13,2%-ban pedig 65 év feletti háztartásfő él. Sóvidéken a megkérdezettek 70,9%-a a házastársával vagy a család valamely tagjával él egy háztartásban, a többiek 29,1%-a egyedül csak az állatával, vagyis egyszemélyes háztartásban él (lásd 8. ábra). Az egyedül élők 48%-a nő, 76 év fölött már minden harmadik nő egyszemélyes háztartásban él és túlnyomó többségük özvegy.



8 ábra- Kivel él egy háztartásban? - kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

### ***Személyközi integráltságuk***

A személyközi integráltságát alanyainknak Kovách, 2017 alapján az erős és gyenge kötések számával, valamint a szubjektív kirekesztettség érzésével ragadtuk meg. Az erős kötések esetében a bizalmas, fontos kapcsolatok számát azzal a kérdéssel mértük, hogy *kivel beszél meg a problémáit*. Látható, hogy a legfontosabb társadalmi intézmény a megkérdezettek számára a család, a barátságok inkább gyenge kötésként szerepelnek a kapcsolati hálójukban. Legtöbben, 81,6%-a a család valamely tagjával, a házastárs vagy a gyerekekkel beszél meg problémáikat. Az egyedülállóknál a beszélgető partner a barát-15%-a vagy 0,9%-a a segítő szakember: a pap vagy a szociális munkás (lásd 9. ábra). Hivatalos segítő szakember fogadása nem elterjedt a Sóvidéken, ha mégis, legtöbben a lelkészhez fordulnak, vagy a Caritas<sup>11</sup> munkatársaihoz. Megállapítható az egészen szűk kapcsolatháló tagjai (család, társ) megfelelő támogatást nyújtanak a vizsgált populáció számára, ennek hiányában az állat(barát) adja a szükséges érzelmi támogatást (örömet szerezni és szeretetet adni).

---

<sup>11</sup> <https://caritas-ab.ro/hu/rolunk/torteneti-attekintes/>



9 ábra: Kivel beszéli meg problémáit? - kérdés válaszai. Forrás: saját adatok szerkesztése

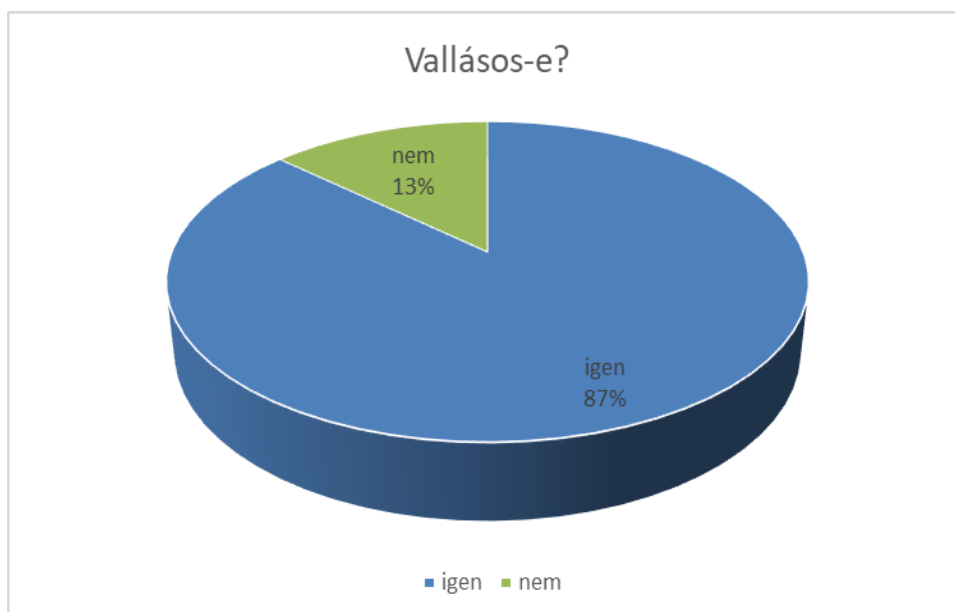
**Szeretnek-e társágba járni?** A minta válaszai alapján többnyire igen (lásd 10. ábra). A kapcsolathálózatuk rendszerében láthatóan megerősödik a család, mint támogató, ezen belül is a házastárs, a gyermek szerepe, valamint növekszik a közeli barát jelentősége, akik elsősorban, mobilitási nehézségek miatt, a közvetlen környezetből, a szomszédságból kerülnek ki. Az időskorral párhuzamosan fokozatosan csökken a gyenge kötésű kapcsolatok száma és felértékelődik az erős kötésű kapcsolatok jelentősége. A vizsgált minták kapcsolatrendszerében a rokoni kapcsolatok domináltak, bizalmas dolgok esetén segítségért jellemzően a gyermekükhöz fordultak. A szoros és fontos személyes kapcsolatok jelentik azt a társas erőforrást, amiből időseink nehéz élethelyzetben fizikai vagy lelki támogatást meríthetnek (Kovách, 2017). Irodalmi adatokból tudjuk, hogy minél erősebb a valakihez vagy valamihez tartozás érzése, annál stabilabb a társadalmi integráltságuk.

Társas kapcsolatihálójukban az ismerősöktől kapják a legkevesebb támogatást, ahol inkább az instrumentális jellegű támogatást (számíthassanak, gondoskodjanak róluk) hiányolják.



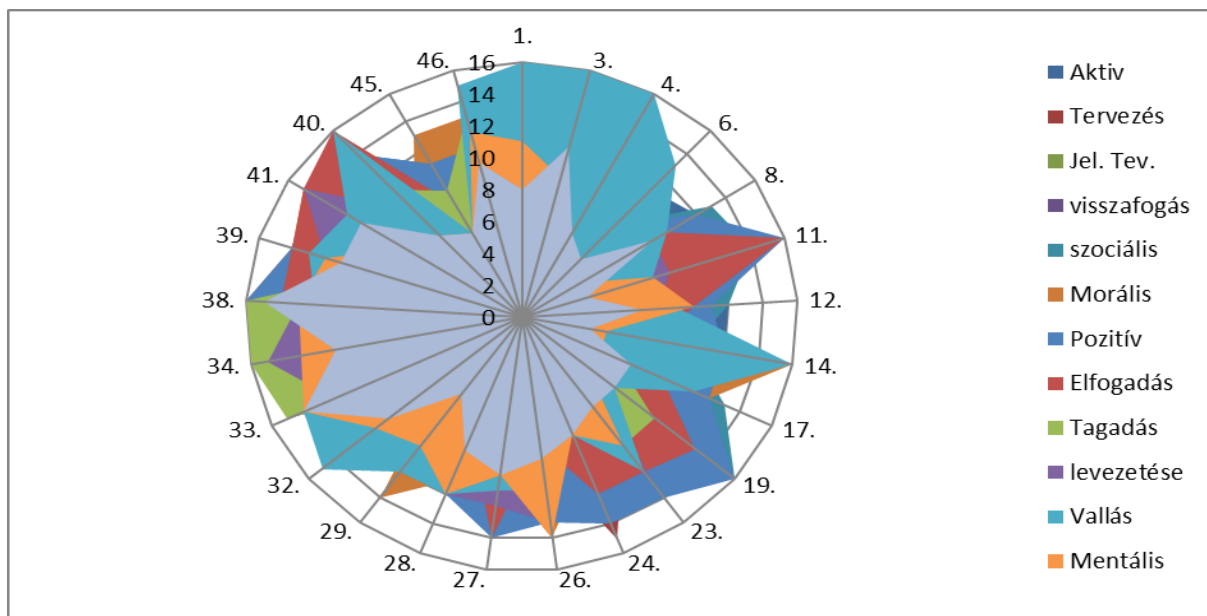
10 ábra – Szeret-e társaságba járni? – kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

A megkérdezettek 86,8%-a vallotta vallásosnak magát (lásd 11. ábra), az egyedül élők körében kiemelkedő volt a vallási közösségekhez való tartozás fontossága, vélhetően spirituális szempontból, mert ez az együttlét tulajdonképpen nem növelte a barátok számát. Az erdélyi kultúrában az élet értelmessé tétele nagy mértékben Istenre való hivatkozással és támaszkodással történik. A rendszeres templombajáráás általános gyakorlat ma is. A társadalmi együttélés töretlen szokásai és szabályai közé tartozik a keresztelés, a templomi esküvő és az egyházi temetés (Gereben, 2001).



11 ábra – Vallásos-e? – kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

A begyűjtött adatok alapján megállapítható, hogy a problémaközpontú megküzdés jellemzi őket, a probléma megváltoztatására összpontosítanak, a leggyakrabban használt megküzdési stratégiák dimenziói náluk: az aktív megküzdés, a pozitív újraértékelés, az elfogadás és a tervezés (lásd 12. ábra).



12. ábra – Interjú alanyok megküzdési forrásai. Forrás: saját szerkesztés

## 6.2 A sóvidéki állattartó idők életvitele

A második kérdéskör az életük, a mindennapjaikra, a motivációikra, a kihívásaikra, a küzdelmeikre és a problémáikra próbált meg választ találni. Érdekesnek találtam, hogy annak ellenére, hogy az állattartás tulajdonképpen nehéz, kemény fizikai munkával járó feladat, sokszor 365 napból 365 napot kell dolgozni, 24 órából 24-et. A mindennapi munka korán keléssel és egész napos teendőkkal jár, még sem panaszkodtak. Örömmel meséltek mindennapjaik rutinjairól, érződött mondataikban az elkötelezettség, a kötelességtudat és valamiféle eufóriát sugároztak. A hétköznapi monotóniája, a fárasztó munka is lehet szent, boldogságfaktor, ha lelkünk nyitott annak befogadására. Arra a kérdésre, hogy *mi készítette őket arra, hogy mezőgazdasággal foglalkozzanak*, valamennyien valamilyen formában a természet szeretetét fogalmazták meg. A lokálisan birtokolt globális kincs metakommunikációjukban is nyomon követhető, csillogó szemmel, mosolyogva, lelkesen válaszolták a kérdésre:

*„Szeressük, szeressük a mezőn, szeretünk kapálni, ültetni, mindent.”*

(1. interjúalany, hetvennégy éves, nő, özvegy)

*” Hát mi nagyon szeressük az állatokat, nagyon szerettem a természetet. Nem nagyon ülök bent a házban most sem, őrizzem a tyúkokat a kertben, megyek az istállóba, segítek, nagyon szeretem. Nyáron is állandóan járom a mezőt, nézem a vetést... Nézem, hogy hogy növekednek, örvendek nekik.”*

(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*„Nagyon szerettem a természetet, a vegetációs időszakban a gyerekeimet is szinte ott neveltem, mivel nem mindig volt választási lehetőségem, sokszor magammal kellett vinnem őket is a mezőre, őrizni a traktorokat, hogy jól végezzék a munkájukat. Miközben szakmailag irányítottam az alkalmazottak munkáját, gyerekeimmel igyekeztem felfedeztetni a természet szépségeit, csodáit megfigyeltetni.”*

(4. interjúalany, hetvenhárom éves, nő, özvegy)

*”Azért vágyódtunk ide vissza falura, mivel, hogy a férjem is szereti az állatokat.”*

(2. interjúalany, hatvannégy éves, nő, házas)

*„ha az ember egy ilyen természetközeli életet megszokik, más már nem vakítja annyira, már egy fél óra csendnek sokkal több értéke van, mint sok egyébnek. ez egy természetközeli élet, tehát engem már nem vonz, nem cserélném el egy akármilyen nagyvárossal ezt a falusi, egyszerű, csendes életmódot.”*

(27. interjúalany, hatvannégy éves, férfi, házas)

*„szerintem az a fontos, ki mit szeret. Ha többet szeret az ember a természetben lenni, akkor ez a mezőgazdaság így jobb, nemigen van hétvége, sem ünnepnap.”*

(28. interjúalany, ötvenöt éves, férfi, házas)

*„Hazajöttem, mert szeretem a természetet és a gazdálkodást. Hogyha szereti az ember és érzi, akkor hamar belejön, ha nem szereti, akkor nem is jön bele soha, ha szereti, akkor hamarabb belejön, ez így működik.”*

(30. interjúalany, ötvenhét éves, férfi, házas)

*„Hogyha van hajlama s valamit szeret, akkor lehet csinálni, s érdekel a dolog, ha az embert érdekli a dolog, akkor lehet.”*

(32. interjúalany, ötvennyolc éves, férfi, házas)

*„Csoda, amihez egyre közelebb kell jönni... Isten tenyerén mindenki jól van, nem kell sem orvos, sem pszichológus, csak a munka és művészet.”*

(38. interjúalany, ötvenhét éves, nő, házas)

Az interjúválaszok szépen tükrözik, hogy a munkának nagy jelentősége van az emberek életében, a vele való elégedettség része az élet minőségének, hatással van fizikai és mentális közérzetünkre, a közérzet meg összefügg a viselkedéssel (Medgyesi és Róbert, 2000). A társállatokon keresztül növekedik bizalmi szintjük, pozitívabb az önértékelésük, ami segítheti aktívabb társadalmi részvételüket, normakövető cselekvéseik változását, kapcsolathálóik bonyolódását. Társadalmi integráltsága az egyéneknek annál magasabb, minél erősebb a valakihez vagy valakikhez tartozás érzése (Kucsera, 2012). A társállatok a jelenre irányítják az idők figyelmét és megmutatják nekik, milyen értékesek ezek a pillanatok. A mellett, hogy egyszerűen társaságot biztosítanak, az állatok egy életszínvonal fenntartására is rákényszerítik gazdáikat (Becker, 2002). A fizikai munka, a következetesség, a kötöttség, az állatok ösztönvilágának a megértése odasimítja őket a hétköznaphoz, erőforrást, életenergiát ad a gazdáinak (Berecki, 2020).

*„Szeretem őket, tudod nekünk nem lett gyereknk, most mondhatják az emberek minnek kínlódni. mert szerettem, érdemes érettiük élni. Már reggel korán mikor megyek ki a wc re hallom ahogy hívnak, olyankor kiszoktam engedni a majorságot, látnád ahogy repülnek örvendenek, üdvözölnek örömükbe. Tartják az emberben a lelket, hasznosnak érzed tőlük magadat, fontosnak. Mindig nagy szeretettel várnak és hálásak, ha foglalkozol velük, bármelyik, értelmet adnak az életnek és tulajdonképpen a velük való munka tesz boldoggá.”*

(23. interjúalany, hatvannyolc éves, házas)

*„Mindig gondolkodom, hogy mit tudnék jobbat kihozni belőle, s ezek az ötletek még magától is jönnek.”*

(24. interjúalany, hatvannégy éves, nő, házas)

*„Ez a tevékenység fizikailag nehezebb, szellemileg talán könnyebb, mert mikor az ember egy kicsit ideges, az állatok közt megnyugszik, fizikailag viszont nehezebb, de azt ki lehet pihenni, az nem probléma.”*

(28. interjúalany, ötvenöt éves, férfi, házas)

*„Ez olyan, mint a magvetés, ami az én feladatom, mert a lángot őrizni kell.”*

(38. interjúalany, ötvenhét éves, nő, házas)

A régi életforma elteti az öregeket, ha megfosztják őket ettől, eltűnik vele együtt életük értelme. Sok munkálkodó gazdaember ahogy „lejjebb kell adja”, minden lemondott állattal együtt a lelkéből is kiszakít, egy darabot és sokszor fokozatosan az életét is feladja a feladott gazdálkodás mellett. Interjú alanyokból Márta néni van hasonló helyzetben, a napokban el kellett adja a lovát, a tavaly a tehenét, mivel a gyerekei megállapították, hogy nem neki való már. Nehezen tud napirendre térni fölötte, több, mint hatvan évig tartott lovat, a lovak tartást adtak neki. Kitartott, ameddig az ereje engedte, a lovai nélkül mintha megtört volna:

*„Egy hónapot sirtam a tehenekért, amikor eladtam. A szomszédok átjöttek és kérdezték, hogy hogyan tudsz belenyugodni, hogy nincs? hogyan azt csak én tudom, egy hónapja adtam el a lovat, de még most is sírok. de most már véget tért, nincs erő eladtam.”*

(11. interjúalany, nyolcvankettő éves, nő, özvegy)

*„Soha nem felejttem el édesapámat, gazdálkodó ember volt. Édesanyámmal hetvenöt éves korukig tíz tehenet rendeztek, meghűléses, derékfájásos betegségen kívül az évek során nem emlékszem, hogy lett volna nekik. Hetvenöt évesen kitalálták, hogy most már pihenni akarnak, eladták a teheneket és TV vettek és mondjam úgy betegséget. Ahogy megszűnt a mindennapiteendő, úgy jöttek a kisebb majd nagyobb bajok. Fokozatosan elgyengültek, rá egy évre édesapámat eltemettük. Anyámnak utána vettünk egy kutyát, azt a szelíd fajtát és még mai is azt mondom az mentette meg az életét, Nyolcvanöt éves korában temettük el szegényt és addig szinte mindig önellátó volt.”*

(23. interjúalany, hatvannyolc éves, házas)

13. interjúalanyomat mivel meg kellett műteni eladták az állatokat, de egészségi állapota annyira rohamosan romlott, hogy a család úgy döntött vissza vásárolják a teheneket és csoda történt meggyógyult a bácsi.

Láthatjuk, hogy az állattartás a feltétel nélküli szeretettel teli otthontól a pásztorkodásig megköveteli a felelősséget a gazdától, akik arcuk verítékével teremtik meg a maguk boldogságát (Berecki, 2020). A szerves kis léptékű gazdálkodásuk kultúrát teremtő agrárium, ahol a munka imádság. A gazdálkodó embernek életét jelentik az állatok. Számukra az állattartás autotelikus tevékenység, melyet azért végeznek, mert kielégítő, azaz élvezetet jelent.

Általuk megtapasztalhatják Csikszentmihályi flow élményét, ahol a tevékenység és tudatosság összeolvad. Saját határaikat átlépve fejlődnek: önbecsülésük, pozitív énképük, stresszel szembeni ellenálló képességük és nem utolsósorban szubjektív jóllétük (Lampe, 2012).

### 6.3 A sóvidéki állattartás jellemzői, idős gazdák perspektívájából

#### *Állatállomány*

A háziállatok az emberek közelében, mondhatnánk szimbiózisban, kölcsönösen hasznos együttélésben élnek. A háziállat fogalma tág, ide tartoznak a haszonállatok, társállatok és a hobbiállatok. Haszonállatok: sertés, juh, kecske, szarvasmarha, szárnyasok, amelyeket az ember élelmiszer alapanyagként, vagy valamilyen haszonszerzés céljából tart. Kedvtelésből tartott állatok: faji összetételét a mindenkori divat diktálja, mozzgatórugója egy látszólagos állatszeretet. Az állatok tenyésztéséhez a kitartáson kívül, megfelelő szakismeret szükséges, mivel valamennyi faj más és más biológiai igényekkel rendelkezik. Az állatvédelmi törvények világszerte szigorúan szabályozzák a haszonállatok tartását, egészségvédelmét és vágását (Széchy, 1998). A [www.insse.ro](http://www.insse.ro) alapján Romániában, összesen 2009 ezer marhát, 5042 ezer sertést, 9518 ezer juhot, 1417 ezer kecskét és 525 ezer lovat tartanak. Az 2020 országos átlaghoz viszonyítottuk a sóvidéki állattartást, mely láthatóan (1. táblázat) elenyészőbb. A községi polgármesteri hivatalok nyilvántartásai alapján községenként az állatok számát az 1. táblázat tartalmazza.

1 Táblázat: Sóvidéki háziállatok száma községenként, 2020. Forrás: a községek Polgármesteri Hivatalának adatai alapján, saját szerkesztés.

<b>Község</b>	<b>Marha félék</b>	<b>Sertés félék</b>	<b>Juh</b>	<b>Kecske</b>	<b>Szárnyasok</b>	<b>Ló</b>	<b>Nyúl</b>	<b>Méhek</b>
<b>Korond</b>	2450	720	2500	360	3200	209	260	1178
<b>Parajd</b>	1246	449	6157	508	2910	66	60	1704
<b>Szováta</b>	515	507	3885	515	4359	140	720	2115

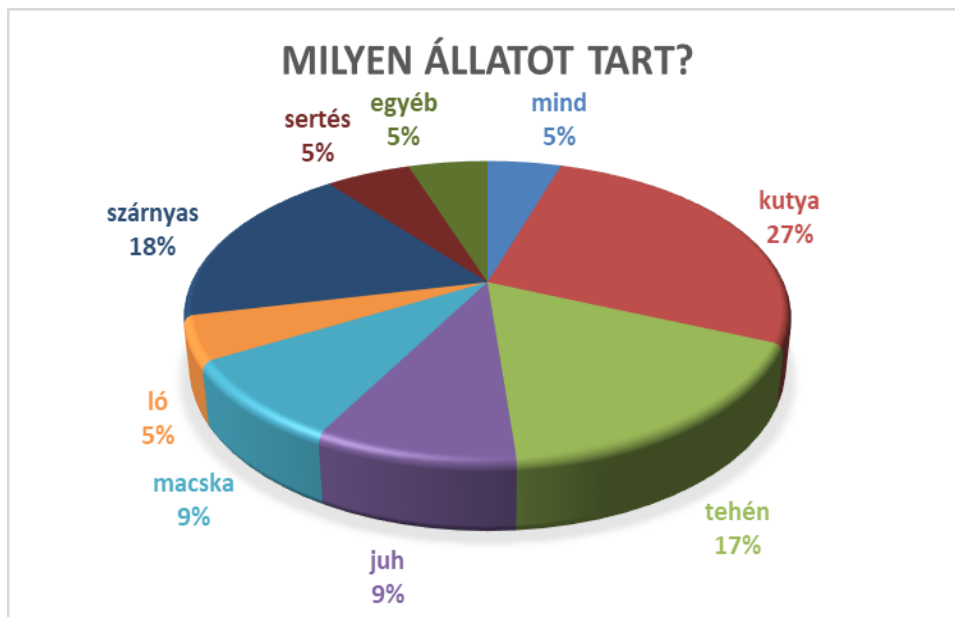
Az Állategészségügyi Körök statisztikai adatai alapján ez az állatállomány Korondon 783, Parajdon: 552 és Szováton 45 gazdánál oszlik meg. Az állattartó gazdák életkorát tekintve 70% ötven év feletti. Emellett nyilvántartják a kutya és macskatartókat is, ami Korond községben: 985, Parajd: 1089, Szováta: 1655 gazdát számol.

A sóvidéki gazdaságok fajdiverzitását térképeztük kérdőívvel a milyen állatot tart kérdésre, az alábbi állatfajokat sorolták fel leggyakrabban (lásd 13. ábra).



13 ábra. Milyen állatot tart kérdésre kapott válaszok. Forrás: WordArt saját szerkesztés

Mennyiségi megoszlás szerint (lásd 14. ábra), a gazdák legnagyobb arányban 27%-ban kutyatartók, 18%-a szárnyast, többnyire tyúkot, vagy csigaölő indiai futókacsát tartanak. Jelöltek még nagyobb arányban 17 %-uk szarvasmarhát, 9%-uk juhot. Volt, aki mindent tart a felsoroltakból, az egyéb kapcsán: hörcsögöt, nyulakat, pintyeket, papagájt, kanárit említettek. Látható, hogy a kutatási célcsoport alanyai nem annyira a hobbi állattartásból kerülnek ki, gyakoribb a haszonállattartók köre, de vannak olyanok is, akik társállatként tartják állataikat.



14 ábra. Milyen állatot tart kérdésre kapott válaszok. Forrás: saját szerkesztés

A *kutyát* nem csupán kedvtelésből tartják, habár az utóbbi időben terjedni kezdett a tiszta fajták hobbiból való tartása, hanem a körülmények adta szükségletből: ház-, telek, csorda és nyáj őrzésére. A jó kutyát szeretik, megbecsülik és vigyáznak rá, de Sóvidéken még kevés a szobakutya, többnyire az udvaron szabadon, elkerítve vagy sokszor láncon tartják őket.

*Szárnyasokat*, majorságot sokan tartanak. Tojása, húsa fontos élelmiszerforrás. Szórványosan pulykát, gyöngytyúkot tenyésztenek ízletes húsáért, de tartásuk nagyobb gondot igényel. Szabadon az udvaron, kertben vagy tyúkudvaron tartják őket.

*Szarvasmarha*, tehén- és bivalyartás elsődleges célja a tejtermelés, hiszen a tej a gazdálkodó ember egyik alapélelmiszere. A tejet felfőzve vagy főtlenül, sokszor frissen kifejve, habosan isszák, de készítenek belőle aludttejet, törttejet, verttejet, vaját, sajtot, ordát, túrót. A tejtermelés mellett hústermelésre és igavonásra is használják ezeket az állatokat. A szarvasmarha trágyája nagy kincs, talajművelésre, a népi orvoslásban is használják. Tavasztól őszig a teheneket legelőn tartják, a pásztor esténcént hazahajtja a csordát.

*Juhokat* tartása nagy hagyományokkal rendelkező ősi foglalkozás viszont, manapság kevesebben tartanak. Tavasztól őszig erdőn-mezőn legeltetik, télen otthon istállóban tartják. Télen a juhtartó gazdák megfogadják a pásztort, a szerződés tavasztól december 6-ig szól, de ha hamarabb lehavazik az állatokat behozzák. Szentgyörgy napján a major bíró felhajtotta a nyári legelőre, ahová a gazdák többnyire csak a sajt, orda, zsendice után járnak.

*Macska*. Kevés az olyan ház Sóvidéken, ahol ne lenne. Általában nem fajtisztát, korcsot tartanak különböző színváltozatban. A macskatartás fő célja az egerek, patkányok irtása. Vannak házak, ahol többet is tartanak. A macska önálló személyiség, de sokat szeretik,

szeretgetik, simogatják, cirógatják. Vannak házak, ahol bent laknak, de a kültéri macskáknak is meg van oldva az istállóban, vagy valahol a meleg helye.

A *sertést* elsősorban húsáért, szalonna- és zsírtermelés céljából tartják, kevesebben szaporításra szánt tenyészkocát nevelnek. A disznóvágást többnyire december első felében, a karácsonyi ünnepek előtt tartják. Napjainkban is még szinte ünnep a családban, melyre összegyűlnek a rokonok, barátok segíteni. Mészároost hívnak, a vágás szertartásához hozzátartozik a szalmával történő, vagy aragázás perzselés. A szép vastag szalonna dicséri a disznó fajtáját, hízlalóját. A disznóvágó a felbontás után külön rakja a hosszú húst, lapockát, orját, a zsigerekből és a vérből májast, vérest töltenek, a májból kenőmájast készítenek, a húsból kolbászt töltenek. A szalonnát, sonkát, húsokat, kolbászt füstölik, vagy géralébe, sós forrásvízben tárolják. A disznóölés kellemes eseménye a torokpecsenye vagy disznótoros vacsora, melyre meghívják a közeli ismerősöket, közösség építő, megtartó szerepe van (Gub, 1999).

A családok többségénél az állatoknak nevet<sup>12</sup> adnak, ami a kötődés mélységét erősíti, olyan családokat is találtunk, ahol miután elnevezték állataikat, többet nem volt lelkük levágni, ezért el kellett adják, vagy halálukig vigyáztak rájuk.

---

<sup>12</sup> Sóvidéki *tehennevek*: Bende, Betyár, Bimbi, Bimbó, Bogár, Bogyó, Bojtos, Bori, Boriska, Borzos, Bözsi, Buci, Bumbi, Cifra, Cinkó, Csánti, Csendes, Csinos, Csokros, Fakó, Fenyőke, Flóra, Gyöngyi, Gyögyös, Hajnal, Hegyes, Himlő, Hóka, Ibi, Ikres, Ildi, Jákob, Jámbor, Juci, Kajla, Kajtár, Kalin, Kata, Kati, Kecse, Kondor, Kormos, Lejánya, Lenke, Liza, Lombi, Lombos, Lóri, Marcsa, Mari, Ördög, Piri, Pirkó, Piró, Piróka, Piros, Piroška, Pintyőke, Póli, Rendes, Rezeda, Rigó, Riska, Roska, Róza, Rúgós, Ruzs, Ruzsi, Sánta, Sára, Sári, Sárka, Sunyi, Suta, Szekfü, Szemők, Szilár, Szőke, Tarka, Trézsi, Tömpe, Tulipán, Tünde, Viola, Virág, Zerge, Zsája, Zsófi, Zsoján, Zsuzsi.

Sóvidéki *bivalynevek*: Amáli, Anna, Betyár, Bimbó, Bodor, Boglár, Bori, Böske, Buci, Céci, Cinkó, Cunci, Dinka, Döfös, Fecske, Flóra, Flóri, Flórika, Gyöngyös, Jámbor, Juci, Julcsa, Juli, Kati, Kondor, Lackó, Laji, Lenke, Lidi, Linka, Lóri, Lorca, Mancsi, Marcsa, Mari, Mariska, Midi, Peti, Pengő, Pengya, Petró, Piri, Póli, Rebi, Régina, Rigó, Rita, Rózi, Rózsi, Rugyi, Ruzsi, Sári, Sugár, Szegfü, Szofi, Szöszi, Teréz, Trézsi, Tünde, Tündér, Vera, Vizsor, Vizi, Zsófi, Zsoli, Zsuzska, Zsuzsi, Zsuzskó.

Sóvidéki *kecskenevek*: Büszke, Cici, Cifra, Cigán, Csokros, Dozsák, Füles, Gyurka, Haló, Hammas, Ildi, Jámbor, Jancsi, Jani, Jóska, Juci, Jula, Kalin, Kálmán, Karuca, Kati, Kecse, Kicsi, Kukac, Lejánka, Lulu, Mancsi, Mari, Miska, Muci, Őzike, Pista, Rigó, Rozsdás, Szarvas, Tarka, Veres.

Sóvidéki *juhnevek*: Bandi, Bari, Berta, Birka, Böske, Bözsi, Büszke, Juci, Jula, Jutka, Karcsi, Kati, Laci, Mancsi, Marci, Mari, Mariska, Mohi, Pettyes, Pista, Rózsi, Topló, Zsófi, Zsóka.

Sóvidéki *lónevek*: Arany, Baba, Babi, Bandi, Bátor, Bella, Berci, Berta, Betyár, Bogár, Bojtár, Bubi, Büszke, Cézár, Cifra, Cuni, Csabi, Csárdás, Császá, Csézár, Csilla, Csillag, Csinos, Csiszár, Csókás, Dandár, Dani, Délceg, Delta, Deres, Dindi, Dojna, Dorel, Ezüst, Fakó, Fáni, Fecske, Feri, Fickó, Ficsó, Fitus, Futár, Gábor,

---

Gergő, Gyapár, Gyopár, Gyurka, Gyuri, Hajnal, Hici, Hóka, Hold, Holló, Huszár, Jámber, Jancsi, Jani, Jóska, Juci, Kati, Kecses, Kecske, Kedves, Kevély, Klári, Kormos, Kuttyás, Laci, Mancsi, Marcsi, Marcsa, Mari, Matyi, Mici, Mircsa, Mirza, Misu, Miti, Móka, Móni, Mutuj, Nati, Nápolitánó, Néma, Obján, Olga, Pajtás, Pali, Páva, Pej, Pejkó, Pista, Pistú, Póli, Prücsök, Pujka, Puju, Purdi, Purdó, Ráró, Rebi, Rigó, Rózsai, Rudi, Rupi, Sanyi, Sári, Sárga, Sátán, Sirály, Sólyom, Sugár, Szárcsa, Szellő, Szidár, Szikra, Szöske, Szőke, Tündér, Vándor, Vercse, Vércse, Vezér, Vidám, Vidra, Viola, Viktor, Viktória, Villám, Vilma, Virág, Vitéz, Zója, Zoli, Zsiga.

Sóvidéki *disznónevek*: Ádám, Ági, Anci, Anna, Áron, Bakos, Bambi, Bandi, Bandzsi, Berta, Biri, Bori, Boriska, Bözsi, Bufa, Burcsa, Cuga, Cumi, Csabi, Csika, Csuri, Danzsi, Döblec, Dönci, Döncös, Döbrögi, Dandi, Elek, Elko, Erszi, Éva, Gabi, Gömbec, Gyuri, Gyurka, Hecc, Irén, Jancsi, János, Jenő, Joksi, Jóska, Juci, Julesi, Juli, Juliska, Kacér, Kaci, Kajla, Kanzsi, Kati, Kató, Kesi, Kinga, Kundi, Laci, Laji, Landri, Lida, Lina, Lóra, Lujza, Maci, Mala, Manyi, Mányi, Marci, Marcsa, Mari, Matyi, Mazsola, Miki, Miska, Misu, Móric, Morzsa, Öcsi, Ödön, Pali, Pendzsi, Pengyi, Peti, Pettyes, Pista, Poncsó, Pöttyös, Pundzsó, Ránci, Rebi, Rida, Rigó, Rongyelek, Rózsai, Rőfike, Ruda, Rudó, Sami, Sára, Sári, Simi, Szöszi, Szurok, Vakarcs, Zungó, Zsiga, Zsófi, Zsuzsi, Zsuzsika, Zsuzska.

Sóvidéki *kutyanevek*: Ali, Babi, Bagoly, Bajusz, Basa, Bátor, Bea, Bébi, Beki, Betti, Betyár, Bikfic, Bükfic, Blicc, Blöki, Bobi, Bodri, Bogáncs, Bogár, Bogdán, Bojtár, Bolygó, Bokros, Bokszi, Borzos, Bözsi, Bubi, Bugi, Bukfenc, Buksi, Buksza, Bundás, Bundi, Burkus, Burkos, Buzsi, Buzsor, Bütyök, Cifra, Cigány, Cilinder, Cucu, Culi, Cumi, Csalfa, Csárdás, Csempész, Cseplin, Csicsi, Csobán, Csóka, Csoki, Csöpi, Csöpü, Daki, Dali, Dani, Déró, Dilcsi, Dingó, Dijna, Doki, Dolka, Egér, Farkas, Fecske, Félsz, Ficsor, Fifi, Figyelő, Fokszai, Frici, Frunza, Füles, Füllér, Fúrge, Gabi, Gömböc, Görény, Gubi, Gubics, Hattyú, Heki, Hektor, Heli, Hetyke, Hodáj, Hóvagy, Huszár, Juhász, Kóci, Kócos, Kodru, Kormos, Kukucsi, Kutyuri, Lájbi, Lapi, Legény, Lédi, Licsó, Lompos, Lord, Lujza, Lupu, Maci, Mackó, Maki, Makó, Maszat, Mazlag, Mazsola, Medve, Mérgecs, Mici, Mitri, Mitvisz, Morzsa, Mózsi, Muszka, Negró, Okos, Pajkós, Pajtás, Pamacs, Pásztor, Pici, Pigi, Pimasz, Pinki, Pista, Piszli, Piszok, Plutó, Pocok, Pofi, Pöttöm, Puli, Purdó, Puti, Rajna, Rekszi, Ricsi, Rigó, Rikkancs, Ronda, Rotyi, Rozsdás, Sajó, Samu, Snuki, Szikra, Szultán, Szutyu, Takszi, Talpas, Tallér, Tarzán, Tatár, Tigris, Tisza, Tócsi, Tolvaj, Topi, Toto, Totyi, Turku, Ügyes, Űrge, Vadász, Vándor, Vezér, Vidám, Vidra, Vigyázó, Vizsla, Zazi, Zsemle, Zsuzsú

Sóvidéki *macskanevek*: Anci, Babos, Barka, Bajnok, Bajusz, Bambi, Basa, Berta, Bodorgó, Bogyó, Bogi, Borzos, Bözsi, Bukfenc, Bumbi, Veci, Cecilia, Cenzura, Cicamica, Cici, Ciciri, Cicu, Cicuri, Cigány, Cila, Cili, Cilu, Cinci, Cirmi, Cirmos, Cirmus, Círóka, Csavargó, Csintalan, Csutka, Dagi, Dina, Dorombos, Dugó, Éjjél, Fájín, Fáni, Fényes, Fidibusz, Fidiksz, Fifi, Figurás, Fúrge, Gabici, Gargarigó, Gizi, Gömböc, Gyuri, Hafi, Huncut, Jancsi, Juci, Kacor, Kacorkirály, Kajtár, Kalandor, Káruj, Kandur, Kázmér, Kócos, Koko, Kormos, Krampus, Lici, Loló, Lonci, Lucifer, Lusta, Mancsi, Manó, Matyi, Mányi, Marci, Mari, Mária, Maróka, Mica, Mici, Micu, Miki, Mili, Milu, Minya, Mióka, Mircsa, Mirkó, Miska, Misu, Míszliák, Míszlinka, Mizett, Mókus, Móric, Mózsi, Muci, Mufurc, Muri, Néger, Nusi, Nyaffancs, Nyafi, Nyúlánk, Ördög, Pamacs, Parsaminy, Pecejanó, Peci, Pendzsi, Perc, Pici, Picu, Picuka, Picur, Pila, Pimpi, Pindur, Pinkuj, Piró, Piszli, Prinpi, Pityuka, Pocok, Puti, Rabló, Rozsdás, Ruszi, Sárka, Sipirc, Sugár, Sunyi, Szarka, Szépem, Szöszi, Szuszi, Tori, Tigris, Titi, Tündi, Ügyes, Vacak, Vakarcs, Vekker, Vica, Zebra, Zsuzsika (Gub, 1999).

### **Munkaévek**

A mezőgazdasági munkával eltöltött időt tekintve a nagy többség 37%: egy-tíz éve, 30%: tíz-húsz, 16%: harminc-negyven, 13%: harminc-negyven évet foglalkozik állattartással. A kutatásban résztvevő állattartók arra a kérdésre, hogy *Hány éve tart állatot?* átlagosan 24,07 évet jelöltek meg (15. ábra).



15 ábra. A minta megoszlása a szakmában eltöltött idő szerint. Forrás: saját kutatás adatai (2021)

Elindulási időpontként, hogy mióta foglalkoznak állattartással, legtöbben a nyugdíjba vonulást említették, az egyik tipikus válasz szerint: a mai kor emberének már nem kielégítő az a minimális összeg, amit a nyugdíjból kap, önmagában nem biztosít magas színvonalú megélhetést, éppen ezért igyekeznek más jövedelemforrást is találni, de más alternatív válaszokat is kaptam:

*„Később a rendszerváltás után, irodai munkakörbe kerültünk, mivel az emberek visszakapták a földjeiket, mi amolyan szakmai irányítók lettünk. Ezután határoztunk úgy férjemmel, hogy neki fogunk gazdálkodni, egyrészt hiányzott a szakma szépsége, más részt a gyerekek egyre nagyobbak lettek és a tanításuk több anyagi fedezetet igényelt. Házat vettünk egy aránylag természetközeli helyen és elkezdtük.”*

(4. interjúalany, hetvenhárom éves, nő, özvegy)

*„Mióta élek azóta tartok állatot. Már a szüleimnek, nagyszüleimnek, mindegyiknek állata volt.”*

(6. interjúalany, hatvanhét éves, nő, házas)

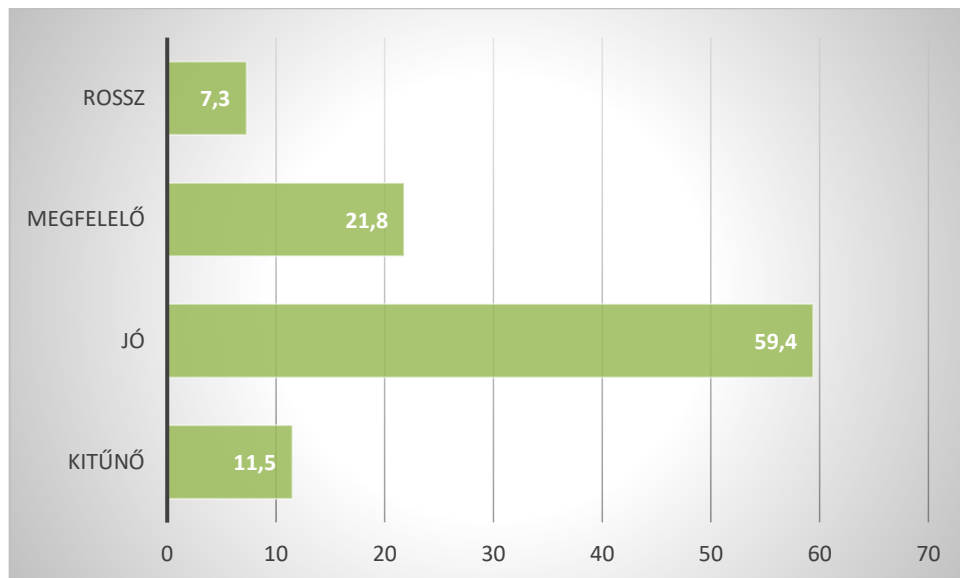
*„Foglalkozni, mezőgazdasággal foglalkozunk. Fenyőkúti születésűek vagyunk, így már a szülőktől ezt tanultuk. Mivel hozományba farmot kaptunk nem is volt választási lehetőségünk, természetesen ehhez fogtunk. Ebben telt el az életünk is, öt gyermeket nevelni, nem volt könnyű.”*

(9. interjúalany, hatvanhat éves, nő, házas)

*„Miután nyugdíjba mentünk, úgy döntöttünk haza költözünk, édesanyám is magára maradt, meg városon nem szerettük. Itt volt a föld hát nem nézhettük, hogy parlagon marad el kezdtük beültetni. Aztán egyre nagyobb kedvet kaptunk hozzá. Adtunk városra a testvéreméknek is, később unokaöcsém megnősül, így az ő szépen cseperedő családjának is. Öröm volt, hogy felpakolhatunk, hogy örültek neki, hogy hasznosak vagyunk, Tulajdonképpen lassan lassan ez lett a gazdaság körüli jövés menés, fáradozás az életünk, a jó életünk, mert hidd el most boldogabbak vagyunk, mint városi életünk során.”*

(40. interjúalany, hetvenéves, nő, házas).

Egyre többen kényszerülnek visszatérni a költségtakarékos forrásvidékhez és visszavadulni, visszazöldülni a természetes életformákhoz. Rákérdeztem anyagi helyzetükre is, saját bevallásuk szerint a következő kategóriákat jelölték meg: megítélésük szerint „se nem jó, se nem rossz”, legtöbben átlagos jövedelműnek vallják magukat (lásd 16. ábra). A megkérdezettek jövedelmi helyzete, az anyagi függetlenséget tűnik alátámasztani. Sokan részesei a KAP támogatási rendszerének, a kapott pénzalapú támogatások, jelentős jövedelemkiegészítő szereppel bírnak és méltányosabb életszínvonalat, anyagi takarékot jelent a mezőgazdasággal foglalkozóknak. Megfigyelésként megemlítem, hogy legtöbben nem terveznek, inkább titkolják az aránylag magas támogatások, pályázatok bevételeit és sopánkodnak, panaszkodnak valószínű, mivel a kommunizmus éveitől megszokták a bizalmatlanságot a rendszerrel szembe.



16 ábra: Anyagi helyzete? - kérdés válaszai. Forrás: saját adatok szerkesztése

*„Hát nem mondom, hogy jövedelemforrások, de pótol valamit. Szoktunk eladni, akkor meg van nekünk az élelmünk, tojás, tej, hús nem kell, hogy megvásároljuk ezeket. Szeressük, na. Nem jövünk ki, de még szungvenciót is adnak, az állam segít, ki lehet jönni. Nem meggazdagodni, de jól ki lehet jönni.”*

(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*„gazdagok nem vagyunk, de az élelemért pénzt nem kell adni, megtermelünk mi itt mindent, sokszor még eladni is marad.”*

(9. interjúalany, hatvanhat éves, nő, házas)

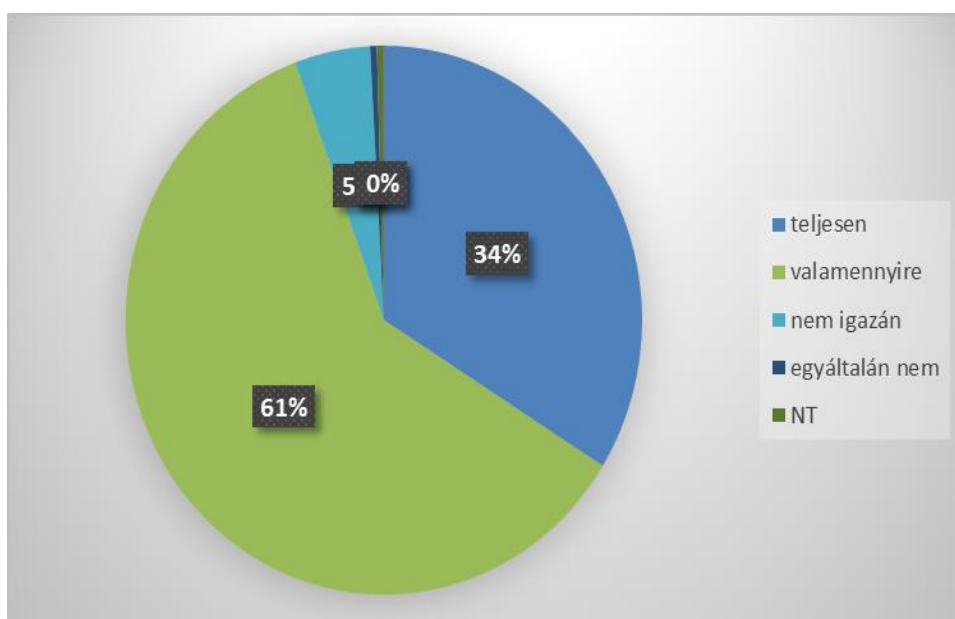
*„az anyagiak, mondjuk mondjuk, de azért jön valami, valami marad. annyit tudok mondani, aki nem szereti ne tartson.”*

(16. interjúalany, hetvenkét éves, férfi, házas)

### **Állatokról való gondolkodásuk**

*Miért tart állatot? kérdésnél legtöbben az anyagi okokat, pénzt keresek vele- kategóriát jelölték be. Motivációik között szerepel: a megszokás, így éltek szüleim is, fontos a házi tojás, szeretem a húst, friss tejet, jobb, ha az embernek van, szeressük a bioterméket, karácsonykor van, mit levágni, szerettem, ha tele a hűtő, van mivel elfoglalja magát az ember. Az egyéb válaszok között a következők szerepeltek: felelősségérzet, kellemes életkitöltő szerep, gyerekért, hobby, biztonság, barát, egerészik, fiam foglalkozásokat tart, unokám megunta. Látva a vizsgálati*

alanyok perspektíváit és nézőpontjait, mindennapjaikat figyelembe véve megállapíthattuk, hogy falusi környezetben a legértékesebb tőke a föld és annak élővilága, elfogadják és tisztelik a természet erejét, melyet szolgálnak, és nem birtokolnak. A parasztság egy önellátó életforma, megtermeli magának az ételt, italt, ruhát, erkölcsös életet él, a lopás szégyen, az adott szó szent. LAPS-8 kérdésre: *úgy gondolom a kedvencem egyszerűen csak egy állat*, a válaszok a 17. ábrán láthatóak. A 234 megkérdezett eredményeinek statisztikai értékelése alapján megállapítható, 33.8%-a egyszerűen csak egy állatnak tekinti haszon(állatát). Létezik egy réteg, amelyik alternatíva hiányában, vagy tehetetlenségből gazdálkodik, mert egyszerűen egyébhez nem értett, ezeknek az állat nem partner, nem munkatárs, hanem tőke.



17 ábra: Úgy gondolom, hogy a kedvencem egyszerűen csak egy állat? - kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

Az interjúválaszok elemzése alapján megállapítható az állatokról való gondolkodásukról, hogy véleményüket kettősség jellemzi. Először is az állatokra eszközként tekintenek, erőforrásként azonosítják, célszerűségüket hangsúlyozzák: haszonállat, élelemforrás, jövedelemkiegészítő...

*''Szoktunk eladni, akkor meg van nekünk az élelmünk, tojás, tej, hús nem kell, hogy megvásároljuk ezeket. Szeressük, na.''*

(2. interjúalany, hatvannégy éves, nő, házas)

*„A férjem is szereti az állatokat. Még egy kis jövedelem is és foglalkozunk az állattartással.”*

(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*„Mert pénzhez hozzá segítettek, megélhetési forrás, ez olyan, mint bárkinek a munkahely.”*

(5. interjúalany, hatvankilenc éves, nő, házas)

*„Az tartotta fent az embert, a tehenek borjazztak, a tehenet fejtük, régebb a bikákat leszerződöttük, ez volt a forgalom.”*

(12. interjúalany, hetvenhat éves, nő, házas)

*„Érdemes tartani, mert hasznos állat, pénzt hoz a házhoz elég szépen.”*

(20. interjúalany, hetvenhat éves, nő, házas)

*„Megéri ezt csinálni, mert ezért a faluból nem kell kimenni. Itthon van az ember, s ezt akárhogyan csinálja.”*

(32. interjúalany, ötvennyolc éves, férfi, házas)

*„Nem vagyunk egymás rabszolgái, a teljességben vagyunk benne, és ők hozzájárulnak a mi életünk gyarapodásához és fenntartásához.”*

(38. interjúalany, ötvenhét éves, nő, házas)

Ugyanakkor antropomorf jellemzőiket is hangsúlyozzák: szociális, érző, értő lényként tekintenek rájuk.

*„Szoktam, sokszor beszélek az állatokkal. Nincs olyan reggel, hogy ne menjek be mondjak nekik jó reggelt, hogy aludtatok. Na...nevet. Mindig szólok hozzájuk.”*

(1. interjúalany, hetvennégy éves, nő, özvegy)

*„Reagálnak, az állat is érzi, ha szereted, mert ha durva vagy akkor nem, látszik, hogy húzódik el tőled.” Beszélgetek velük, persze mondom, neki Cifrának hívják a tehént, hogy adjál sok tejet, mert ma reggel sokan viszik. Mintha tudná, hogy mit mondom, úgy nézz, úgy nyalja, kidugja a nyelvét, csókolja a kezem nekem meg a férjemnek is.”*

(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*''Ez amelyik van most olyan jámbor, jön utánunk, éppen csak nem beszél.''*

(4. interjúalany, hetvenhárom éves, nő, özvegy)

*„beszélni, úgy. hogy hozzá szólsz hóóó, cúúú... vagy ha mész közéje hozzá szólsz, hogy nehogy bántson, mert nem lehet bízni benne, a kicsi bárányokat meg dédelgetem, mert ők a legügyesebbek a bárányok, megértik az embert a ló pláné.''*

(5. interjúalany, hatvankilenc éves, nő, özvegy)

*„Beszélni, igen bizony szoktam, ha bemegyek az istállóba egyet szólok, ő visszaszól.''*

(6. interjúalany, hatvanhét éves, nő, házas)

*„Szeretem az állatokat, örökéig szerettem, úgy a juhot, mint a tehenet, mint a lovat nagyon szerettem.''*

(11. interjúalany, nyolcvankettő éves, nő, özvegy)

*„Hát beszélgetünk, de nem felelnek.''*

(12. interjúalany, hetvenhat éves, nő, házas)

*„Azokat az állatokat nem vágtuk le, amelyiknek az unokák nevet adtak. Volt egy dódi bárány, amelyiket el kellett adni, mert a gyerekek sírtak érte.''*

(13. interjúalany, hetvenhét éves, férfi, házas)

Az állatok, a föld tőke, áldás a család részére, a gondviselés ajándékai, a környezetet nem védik, hanem élnek, rajta, vele, legtöbbször fenntartható módon. Fontos összekötő kapocs interjúalanyaimnál, hogy mély érzéseket táplálnak, szeretik az állataikat. Tudják, hogy nagy felelősség állatot tartani és égbekiáltó bűnnek tartják csupán kínozni a pénzkeresetért (Berecki, 2020). Aki szereti az állatokat az arra törekszik, hogy megismerje azok viselkedését, tulajdonságait, igényeit, érzéseit. A gazdálkodó embernek életét jelentik az állatok, azért tartják, mert szeretik, de nem gyakran fogják ölbe, nem mindig simogatják, nem csinálnak embert belőlük, de hajnalba kelnek, hogy napkeltére jóllakhassanak a jószágok, olyan szoros kapcsolatban élnek, mely mindkettőjük életét beragyogja. A gazda a legszebbre törekszik, félti óvja állatait, tenyésztí őket, mindig a legszebbet őrzi meg, hogy azok utódai minél tovább fennmaradhassanak (Földi, 2020).

*''Állataimat, igen, igen nagyon szerettem. Mindegyiket szeretem, így van. Nincsen különbség, hogy melyiket jobban.''*

(1. interjúalany, hetvennégy éves, nő, özvegy)

*„Szeretem, nagyon szeretem. Egész nap el lehetne velük beszélgetni. Megyünk az istállóba, már úgy tudja a tehén, nyal, csókol.”*

(2. interjúalany, hatvannégy éves, nő, özvegy)

*„Szeressük na. Megéri, hogy foglalkozzak vele, mert érzem, hogy szeret.”*

(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*„Szeretem az állatokat, s a másik az, hogy ebben éltünk idáig.”*

(5. interjúalany, hatvankilenc éves, nő, özvegy)

*„Nagyon szeretem, szeretem. Állat nélkül nem tudnék élni.”*

(6. interjúalany, hatvanhét éves, nő, házas)

*„Úgy gondolom, hogy az, amivel foglalkozol törődést igényel, és érzi az élőlény is ezt a törődést, véleményem szerint. Ha valamit elhanyagolnak, akkor az csak olyan lesz. Szeretem ezt a tevékenységet.”*

(15. interjúalany, hatvannégy éves, nő, özvegy)

*„Mindig azt tettem, amit szerettem.”*

(17. interjúalany, hetvenegy éves, nő, házas)

*„Éreztem, hogy ez egy olyan fantasztikus világ, hogy én ezt akarom. fél óra csendnek sokkal több értéke van, mint sok egyébnek, ez egy természetközeli élet.”*

(27. interjúalany, hatvanegy éves, férfi, házas)

*„Gyerekkoromban volt olyan baráti kör, hogy mindig mentünk ki az esztenákra. Ott már megtanultunk kézzel fejni, szerettük az állatokat. Itt falun, nálunk az volt, hogy szerettünk odafigyelniük”.*

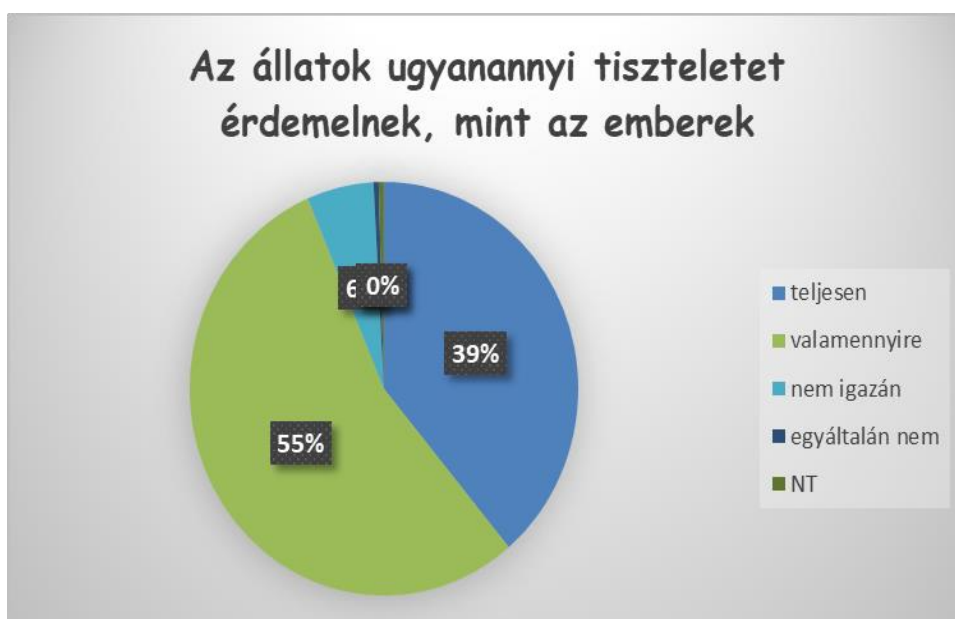
(34. interjúalany, hatvankét éves, férfi, házas)

*„Biztos, hogy érdemes csinálni annak, aki szereti, de nem mindenki szereti, ebben érdemes fektetni. Mindenki foglalkozzon azzal, amihez a szíve húz.”*

(36. interjúalany, ötvenhat éves, férfi, házas)

„Nekem parasztnak az a dolgom, hogy Isten álmát őrizzem a szarvasmarha munkatársaimban” - Bányász József (Berecki, 2020).

LAPS-13 kérdése arra fókuszált, hogy mit gondolnak az állatok is ugyanannyi tiszteletet érdemelnek, mint az emberek, a válaszaikat lásd a 18 ábrán. Látható, hogy 219 személynek a megkérdezett 234-ből pozitív a válasza, vagyis 55% valamennyire egyetért, míg 39% teljesen egyetért a kijelentéssel. Nem elhanyagolhatóak a válaszok mentálhigiénés szempontból sem, tudva, hogy a gondoskodó szeretet, a figyelmes törődés jobbá, boldogabbá tesz mindannyiunkat. A magas mentális igényesség és a természeti harmónia pedig életminőségi mutatókat növel.



18 ábra: Az állatok ugyanannyi tiszteletet érdemelnek, mint az emberek? - kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

Rákérdeztem a gazdák (házi)állatainak *legfontosabb tulajdonságaira*, a válaszok széles skálán mozogtak, lásd 19. ábra, legtöbbször pozitív jelzőkkel illeték kedvenceiket: *hasznos, munkabíró, védő, házőrző, kedves, okos, értelmes, figyelmes, alkalmazkodó, hűséges, szeretnivaló, szelíd, szófogadó, barátságos, csendes, játékos, hízelgő, hálás, szabad*. Kevés a negatívabb megjelölés: *uralkodó, türelmetlen, harapós*.



*Az ember-állat kapcsolat mélységét értékelte a van-e kedvenc története, melyre szívesen emlékezik? kérdés. A kérdőív válaszaiból ollózva, a kedvenc történetek, emlékek között találtunk olyat, amelyik a kezdeti szépségekhez kapcsolódik: első kiskutyám; édesanyám, amikor megajándékozott az első kiscicával; első fejőgéppel való fejés paródiája; vannak különös, hétköznaptól eltérő élmények: gyerekkoromban a papagájt meg tanítottam beszélni; kisállatok születés; fehér borjú született; díját nyertek falunapokon; egérajándék a macskától; disznóvágás története; hogy a sertés lecsúszott a dombon és beesett a jég lékén; kutyát kiránduláskor magukkal kellett cipelni, mert nagyon elfáradt; egy bagolyfiókát szalonnával fel neveltek; volt egy vizsla kutyánk, amit elütött az autó és nagyon megsérült. Kezelttük két hétig, de semmi eredmény, kértük az állatorvost altassa el; voltak libáim és a helyi rendőrség veteményét lelegelték; amikor a macskámat becsavartam az ágyneműbe, egész nap kerestük, este derült ki hol van; minden évben vásárlók csirkéket, ép gyönyörködöm bennük és nem hittem a szememnek, amikor lecsapott a vércse és elvitte; volt egy liliputi tyúkunk, mindig a fán aludtak; felmászott a fára a kiscicánk és nem tudott lejönni a testvére segítette le; volt egy tyúkom a gyerekeim beszoktatták és bejárt a házba tojni és vannak a mindennapok meséi: amikor a ló csikózott, kismacskákat simogattam, miközben szelíden doromboltak, összedugtam az orrom a kutyáméval és boldog voltam; gyerekkoromban volt egy csirkénk, amelyik ha vertük le a legyeket, mindig megette.*

*„Volt olyan, hogy a tehénnek ikerborjú lett, még fénykép is van valahol. Mikor mentem be mind a kettő, mint az anyához, úgy jöttek hozzám.”*

(5. interjúalany, hatvankilenc éves, nő, özvegy)

*„Minden kis állat születése egy csoda. Soha nem felejttem az első keltetőgéppel való keltetés élményét. El volt romolva a hőmérséklet kijelzője, így nem tudtuk, hogy jó-e vagy sem, nagy élmény volt látni, hogy csak ki bújnak szegények segítséggel. Nem felejttem az akkori fészekaljban volt egy süket kicsi kacsa, Kerge, szegény mindig, mint egy kerengő körbe körbeszaladt, ha valamitől megijedt.”*

(9. interjúalany, hatvanhat éves, nő, házas).

*Honnan gondolja, hogy állata megérti? A megkérdezettek 63% úgy gondolja, hogy igen az állata valamilyen formában érti őt. A kérdőíves válaszok alapján: reagálnak arra, amit mondok; ismerik a mozdulatainkat; látom a szeméről, azt teszi, amit mondok neki; sokszor úgy néz rám, mintha értené, amit mondok és érti is megfigyeltem; úgy, hogy lássa, hogy szereti őt és simulnak hozzá; ha mérges vagyok megérzi; mindig érzi, hogy milyen a hangulatom; ha szomorú vagyok felvidítanak; szófogad; simogatással, hívogatással; etetésnél; ha szólítom őket, akkor tudják,*

*hogy élelmet hozok nekik; nyerít, ha ételt kér; körém gyűlnek és mindig várnak valamit; mindig, jelez, ha kell sétáljon vagy ha éhes; este lefekvés előtt odajön és az ölembe fekszik. Tudja, hogy ilyenkor nem fogom meg, nem viszem a láncra. Télen nagy hidegben nem tiltakozik, hogy meleg szobába vezessem éjszakázni. Igényes a fekvőhelyre; igen a cica nagyon simul hozzám és a kutya az ugatásával fejezi ki; csóválja a farkát; várnak az istállóban; visszahozza a labdát, teljesíti a kéréseimet; amikor hajtom a helyükre bemennek.*

Az interjúkból idézett válaszok:

*„Ha azt mondtam csá, annak menni kellett csá. Ha hők, hőkre állni kellett, mert volt amikor a két tehenet, betanítottuk szántani, mert azzal szántottak régebb.”*

(11. interjúalany, nyolcvankét éves, nő, özvegy)

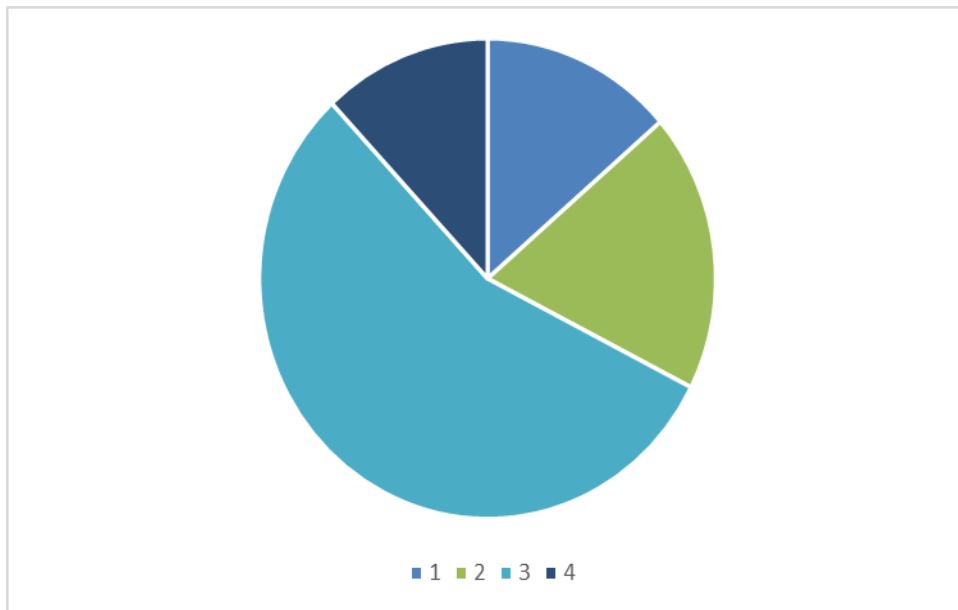
*„Egyet kellett kiáltsak, hogy a hangom meghallja és már jön is. Nyáron soha nem mentem utána, csak elkiáltottam magam, na, gyertek hazafele és akkor már jöttek is. Ha más megy be, úgy meg vannak ilyedve, ha én megyek semmi baj nincs.”*

(12. interjúalany, hetvenhat éves, nő, házas)

*„Értelmesek-e? az biztos. Megértik az embert, természetesen a hasukon keresztül, megtanulják, hogy az ember mikor hozza és milyen formában az ételt és ez által lehet kommunikálni velük.”*

(23. interjúalany, hatvannyolc éves, házas)

*A szokott-e beszélni hozzájuk? kérdésre kapott válaszokat lásd 20. ábrán. Látható, hogy legtöbben az általában 55,6% választ jelölték meg, de további 11,5%-a gyakran beszél állataival. 18, 8%-a ritkán és 13,7%-a soha választ adott.*



20 ábra: Szokott-e beszélni hozzájuk? - kérdés válaszai. 1- soha, 2- ritkán, 3- általában, 4- gyakran. Forrás: saját szerkesztés

A lovat és szarvasmarháltartó gazdák, a Sóvidéken általánosan elterjedt vezényszavakat használják. Az indítás csá, csáne, a megállás hó, hóve, a hátrálásra biztatás curikk, curukk, curikne, curukne. A párosan befogott állatok esetén a jobb oldali a hócás, hojcás, a bal oldali a csábeli. Mikor a szekeret jobbra akarják irányítani a bal oldalit biztatják, hogy csá, csábeli, ellenkező esetben a jobb oldalit (Gub, 1999).

*„A férjem állandóan beszél velük, sokszor féltékeny is vagyok. Kint a pajtában annyit jár a szája, ha meg bejön hallgat, hogy fáradt. Mondom is neki ki kell Anti én is költözzenek.”*

(9. interjúalany, hatvanhat éves, nő, házas)

*„Beszélni szoktunk, megérteni nem értik, de tudják.”*

(19. interjúalany, hatvanegy éves, férfi, házas)

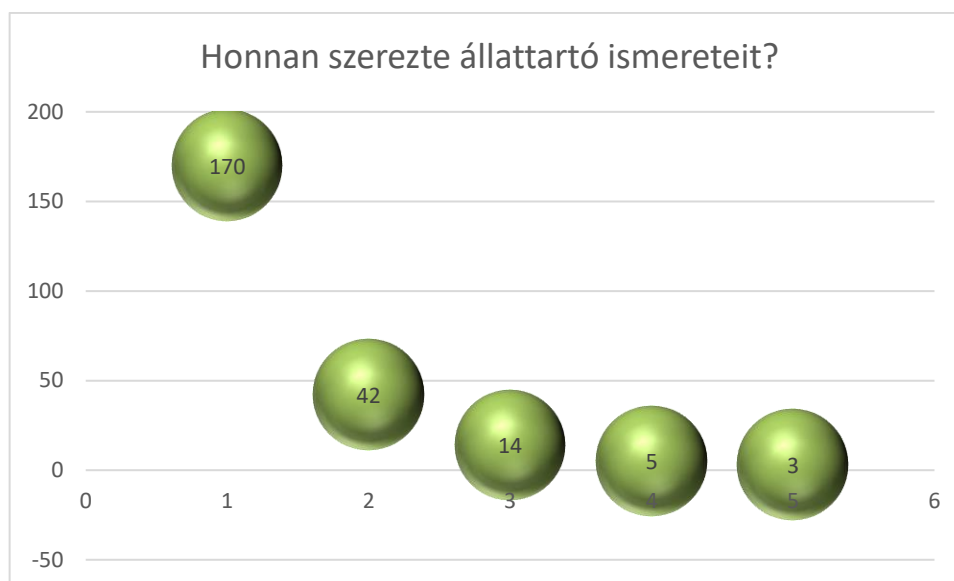
*„Állattal beszélni? hát ott né, az ember pucolgatta, mond nekik, rendez, takarítja. Beszélni? az állattal beszélni, nagyon nem lehet.”*

(20. interjúalany, hetvenhat éves, nő, házas)

### **Tudásuk**

Egy másik kérdés az állattartók tudásbéli forrásaira, eredetére kérdezett rá. *A honnan szerezte állattartó ismereteit?* kérdésre a válaszok alapján (lásd 21. ábra) megfigyelhető, hogy a sóvidéki gazdák legtöbbször tudását a szüleitől tanulta, ellopta és a legkevesebben jelölték meg iskolai

végzettséget, tanulást. Egyéb esetén a válaszok között szerepelt, mint tudás közvetítőt a szomszéd, a barát vagy valamilyen távoli ismerős.



21 ábra: Honnan szerezte állattartó ismereteit? - kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

1=család/szülei, 2= iskola/egyetem, 3= könyvek/média, 4= tapasztalat, 5= egyéb

Ismereteik, tudásuk nemzedékről nemzedékre vándorol, magukba szívják, szülőktől, szomszédoktól, autodidakta módon, saját bőrükön tapasztalják meg, bővítik, fejlesztik (tapasztalati tanulás). A pásztor nem könyvből tanult, hagyományos ökológiai tudással rendelkezik, mindennapi élete köti az erdőhöz, gyepekhez, kooperálnak a természettel, miközben használják, búzát, marhát termelnek, nevelnek, gyarapítanak. A marginalizálódott szereplőktől eltekintve a jó gazda tudja, hogy fenntarthatóan kell használja a legelőt, a jószág száján át kell látnia azt. Minden döntést az elődök tapasztalata alapján és az utódok figyelembevételével igyekeznek meghozni, hosszú időszámban, közösségben és túlélésben gondolkodnak (Babos, 2020), az ökoszisztéma és a társadalmi- kulturális értékek megőrzői és fenntartói ők:

*''Úgy beléjöttünk. Tartottunk, akkor még többet, s még többet.''*

(1. interjúalany, hetvennégy éves, nő, özvegy)

*''Állattartó ismereteket, hát igazából már az iskolában is tanultunk, a szomszédoktól megkérdeztük, amit nem tudtunk. a szüleinktől még éltek, amikor bele mentünk. Így öröklődik egyik ágról a másikra.''*

(2. interjúalany, hatvannégy éves, nő, özvegy)

*„Láttam édesanyám mit csinál, mit csinál a tehénnel. Többet a férjem, mert ő árván nőt fel az édesapja meghalt, amikor 14 éves volt és maradott egy csomó tehén. Ő tanított meg kapálni, ő tanított meg állatokat gondozni.”*

(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*„Volt a föld, az állatok. Anyám nem volt, apám volt csak, muszáj volt a föld mellé állni.”*

(6. interjúalany, hatvanhét éves, nő, házas)

*„Nekem a szüleim nem tartottak soha állatot, itt tanultam meg miután férjhez jöttem.”*

(7. interjúalany, hetvenhét éves, férfi, házas)

*„Gyerekkoromtól, édesapámék is gazdálkodással foglalkoztak. Meg kellett édesapámnál mindent tanulni, a földet úgy le kellett kaszálni, mint ezt az asztalt.”*

(11. interjúalany, nyolcvankét éves, nő, egyedül)

*„Születésemtől fogva, amit génjeimben hordozok, a többi szüleimtől és a hajdani gyakorlatias oktatási formától.”*

(14. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, egyedül)

*„Tapasztalat teszi mesterét, de legjobban a hozzávaló értés és a szeretet.”*

(17. interjúalany, hetvennégy éves, nő, házas)

*„Mentem az ottani juhászokhoz, úgy két évig. Állandóan ott voltam, segítettem nekik, kérdezősködtem, úgyszólván amikor visszajöttem, nagyjából mindent tudtam.”*

(28. interjúalany, ötvenöt éves, férfi, házas)

*„Olvastam könyvekben, itt én kezdtem el. Van az emberekben igényesség, és itt olyanok az emberek, hogy egyik a másiktól meglátják, hogy neki milyen van, a másiknak még jobb kell, és ez nem rossz tulajdonság ilyen szempontból.”*

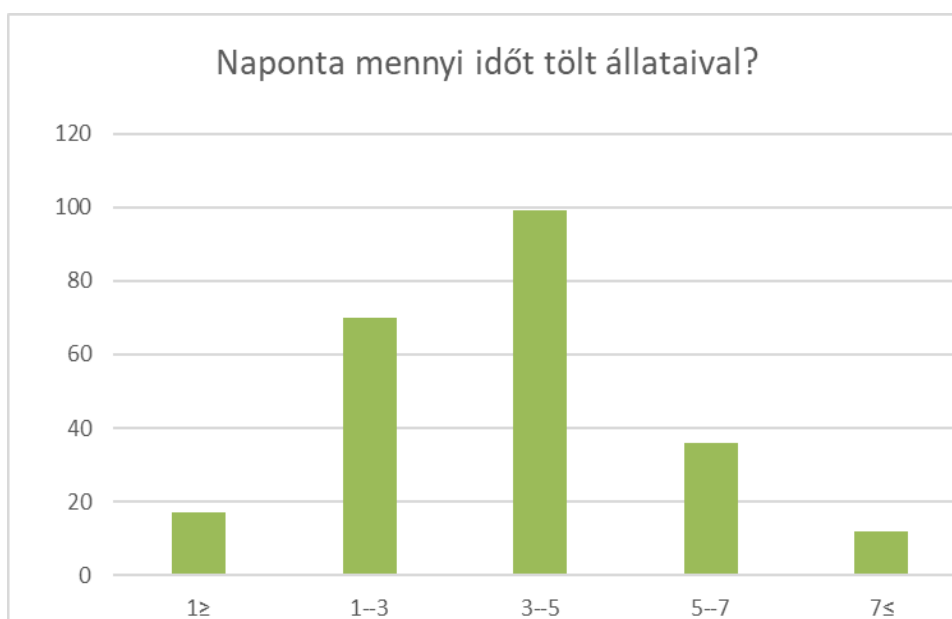
(30. interjúalany, ötvenhét éves, férfi, házas)

*„A szülőktől sokat tanultam. Emellett mindig a gyakorlat teszi mesterré az embert. A szüleim mellett sokat láttam. Ezelőtt jártak a Burszányok az úton, azoktól is sokat tanultam. Azok már másképp gondolkoztak, mert románok által lakott részekről érkeztek. Tőlük sokat meg lehetett tanulni. Persze volt olyan, aki nem árulta el a titkokat, de én eggyel*

*barátkoztam. El is jött ide hozzám, s megnézte a juhokat, én is megnéztem az övét, s összebarátkoztunk. Olyanokat mondott el, amiket én nem is hallottam, s nem is tudja senki rajtam kívülről.”*

(34. interjúalany, hatvankét éves, férfi, házas)

Az együtt töltött idő a kapcsolatok mélységét fejlesztik, tudjuk a pszichológiából. Szépen fogalmazva: „Az idő, amit a rózsádra vesztegettél, az teszi olyan fontossá a rózsádat.”<sup>13</sup> Ezt próbáltuk térképezni a "Hány órát tölt az állatával?" kérdéssel. Válaszaik alapján: átlag 2,81 órát foglalkoznak állataikkal, részletesebben lásd 22. ábrán.



22. ábra: Naponta mennyi időt tölt állataival? - kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

Az interjúválaszokból a saját gondolataik is tükröződnek:

*„Éjjel, nappal nap, mint nap, az állatokkal kell foglalkozni, örökké ott kell lenni, örökké meg kell csinálni. Ha beteg vagy ha nem, azt valakinek állandóan meg kell csinálni.”*

(5. interjúalany, hatvankilenc éves, nő, özvegy)

---

<sup>13</sup> Antoine de Saint-Exupéry

*„Hat órákor keltem fel, de mentem ki négy órákor is. Mire virradott, már fel voltam kelve és akkor mentem a piacra. Nem volt nehéz, lefőztem a savót reggel, csináltam a sajtót, megcsináltam az ételt, mindjárt jöttek a juhok, menni kellett fejni, a napok így teltek.”*

(11. interjúalany, nyolcvankét éves, nő, egyedül)

*„Virradatól a napnak felét, el kellett velük tölteni.”*

(12. interjúalany, hetvenhat éves, nő, házas)

*„Öt órákor kelünk, este fekszünk nyolc- kilenc órákor. Naponta kétszer két- három órát kell velők lenni, megfejni, megpucolni őket, rendbe tartani.”*

(20. interjúalany, hetvenhat éves, nő, házas)

*„Hát, ha kéne menjek juh fejni, akkor 5-6 óra között kelni kéne, mert ugye, mire a juhfejés és tehénfejés lejár ott van 9 óra. Régebb felkeltünk 4-5 óra között, de most egy kicsit később. Nekem a lefekvés nagyon későn van mindig, úgy éjszaka 1-2 óra körül. „*

(25. interjúalany, hatvanhárom éves, férfi, házas)

Az állattartással járó tipikus, hagyományos munkálatok leírásait interjúalanyaim elmondása, valamint Gub, 1999, és saját emlékeim alapján gyűjtöttem össze.

A Sóvidéken közel fél évig is eltart a tél. Az istállózó állattartás örök gondja a takarmány beszerzése, megléte, ezért a *szénacsinálás* igen fontos nyári tevékenységük. A füvet kézi vagy gépi kaszával rendekbe levágják, villával, gereblyével elrázzák. Meleg időben két nap alatt megszárad, feltakarják, ha hosszabb ideig kell a mezőn tartani a szénát, akkor földbe vert karó körül boglyába rakják. Télen szénapadláson tárolják, ahová behordják szekérrel.

A *trágya* istállóból való eltávolítása, *kihányása*, minden jó gazda feladata. Szégyen az állatot mocskosan tartani, az idős emberek megszólják egymást. Sokszor babonaság is kapcsolódik a tevékenységhez, azt tartják, hogy napnyugta után a ganyét nem jó kihányni, mert a szerencsét is kidobjuk vele. Sokan hajnalba kelnek és akkor takarítják ki az állatokat.

Tehenet tartók általában reggel és este fejnek. A tehenet először etetik, kúrálják csak azután fognak a *fejéshez*, legtöbb helyen kézzel, nagyobb gazdaságokban gépi fejéssel, fejés előtt kezét és tőgyet mosnak. A tejet felhasználják vagy csarnokba viszik, vannak, akiktől háztól elviszik a falutársak, tejhordók. Tehéntúrót, sajtót, ordát, ritkán vaját készíteneik, utóbbi időben többen eladásra is. A kifejt meleg tejbe beleteszik az oltót (bárány, borjú gyomrából nyertet, vagy készen vásároltat). A megaludt tejet, gézbe fogják és addig nyomkodják míg összeáll, szegre akasztva lecsorgatják, ez a tehéntúró. Ha tovább érlelik sajt lesz belőle. A sajt készítésnél

visszamaradt savós tejet üstbe öntik, főzik addig, míg megtúrósodik, ebből lesz az orda. A leszűrés előtti meleg, édes, kellemes ízű anyag a zsendice. A sajtból sóval gyúrva túró készítenek. Ha aludttejet akarnak készíteni, a friss tejet cserépfazékba meleg helyen állni hagyják. Az aludttejet huszonnégy órát szitán le csepegtetnek, miután a savó kicsorog belőle, forralt hideg vízzel felkavarták, tejfölt adnak hozzá és így készítik a törttejet. Vaj készítésnél, összegyűjtik a tej vastag fölét, amikor nagyobb mennyiség összegyűl kiküpülik, kikavarják, ez hosszas folyamat, ezért egyre kevesebben csinálják. A vajkészítés során visszamaradt mellékterméket az írót is felhasználják, meleg puliszkával finom eledel. Juhokat, kecskéket tavasztól őszig legtöbbször az esztétán tartanak, a gazdának a dolga könnyebb, a pásztornak viszont huszonnégy órás műszak jut. Tavasz végén, Orbán napján *nyírják* a juhokat, ilyenkor a gazda is felmegy segíteni, ebédet visz a pásztornak: töltött káposztát, salátát, hagymát, paszulyt, cserébe zsendicét hozhat. A nyírást kézzel, juhnyíró ollóval, újabban gépi nyíróval végzik. A lenyírt gyapjút otthon mossák, langyos szódavízbe áztatják, hogy a gyapjúnak ne maradjon szaga. Napjainkban legtöbb gazda arra panaszkodik, hogy a gyapjú értéktelen melléktermékké lett. 38 interjúalanyom, növényi kivonatokkal, házi készítésű szerekekkel festi és kézműves termékek előállítására használja. Kéket a kukujza, fekete áfonya érett bogyóinak főzött levélével, rozsdabarnát a kakukkfű főzetével, sárgát a nyírfa kéreg főzetével, sárgásbarnát a tölgyfa lehántott héjának és makkjának főzetével nyer (Gub, 1999).

### ***Ember- állat kapcsolata***

Az ember állat kapcsolat kötődésének a mélységét a *LAPS kérdőív* mérte. Az eredmények alapján elmondható (lásd 2. táblázat), hogy:

- 43.2%-ának kedvence a legjobb barátja (LAPS-4), sőt 27.8 %-ának többet jelent, mint bármelyik barátja (LAPS-1).
- 25.6%-a azért szereti a kedvencét, mert hűségesebb hozzá, mint a legtöbb ember az életében (LAPS- 6).
- 31.6%-uk azért szereti, mert kedvence nem ítélkezik fölötte (LAPS- 9).
- 36.3%-ukat kedvence boldoggá teszi (LAPS- 18).
- 27.8%-a jó társaságnak tartja (LAPS- 17).
- 29.1%-a úgy gondolja, hogy az állatoknak a családtagokéval megegyező jogokkal és kiváltságokkal kell rendelkezniük (LAPS- 3).
- 38.9%-a úgy gondolja, hogy az állatok is ugyanannyi tiszteletet érdemelnek, mint az emberek (LAPS- 14).
- 37.2%-a majdnem mindent megtenne, hogy a kedvence gondját viselje (LAPS- 16).

2 Táblázat. LAPS skála – gyakorisági eredmények. Forrás: a kérdőív adatai alapján, saját szerkesztés.

Skála	1		2		3		4	
		%		%		%		%
LAPS1	0	0	4	1.7	164	70	65	27.8
LAPS2	0	0	2	0.9	140	59.8	88	37.6
LAPS3	1	0.4	11	4.7	152	65	68	29.1
LAPS4	0	0	3	1.3	130	55.6	101	43.2
LAPS5	0	0	35	15	122	52.1	75	32.1
LAPS6	0	0	2	0.9	172	73.5	60	25.6
LAPS7	1	0.4	25	10.7	126	53.8	82	35
LAPS8	1	0.4	11	4.7	141	60.3	79	33.8
LAPS9	0	0	4	1.7	155	66.2	74	31.6
LAPS10	1	0.4	3	1.3	143	61.1	85	36.3
LAPS11	0	0	4	1.7	157	67.1	73	31.2
LAPS12	18	7.7	83	35.5	75	32.1	57	24.4
LAPS13	1	0.4	13	5.6	128	54.7	91	38.9
LAPS14	0	0	10	4.3	138	59	86	36.8
LAPS15	0	0	7	3	140	59.8	87	37.2
LAPS16	3	1.3	29	12.4	132	56.4	70	29.9
LAPS17	0	0	15	6.4	15.4	65.8	65	27.8
LAPS18	1	0.4	3	1.3	145	62	85	36.3
LAPS19	0	0	10	4.3	151	64.5	73	31.2
LAPS20	2	0.9	18	7.7	142	60.7	71	30.3
LAPS21	0	0	8	3.4	138	59	88	37.6
LAPS22	4	1.7	148	63.2	81	34.6	1	0.4

Az állatok életük során egy szocializációt segítő faktort jelentenek, jelenlétükben könnyebben megy a kommunikáció, kommunikációs csatornák szélesednek, változatosabbak lesznek. Bizonyítják ezt a LAPS kérdőív eredményei:

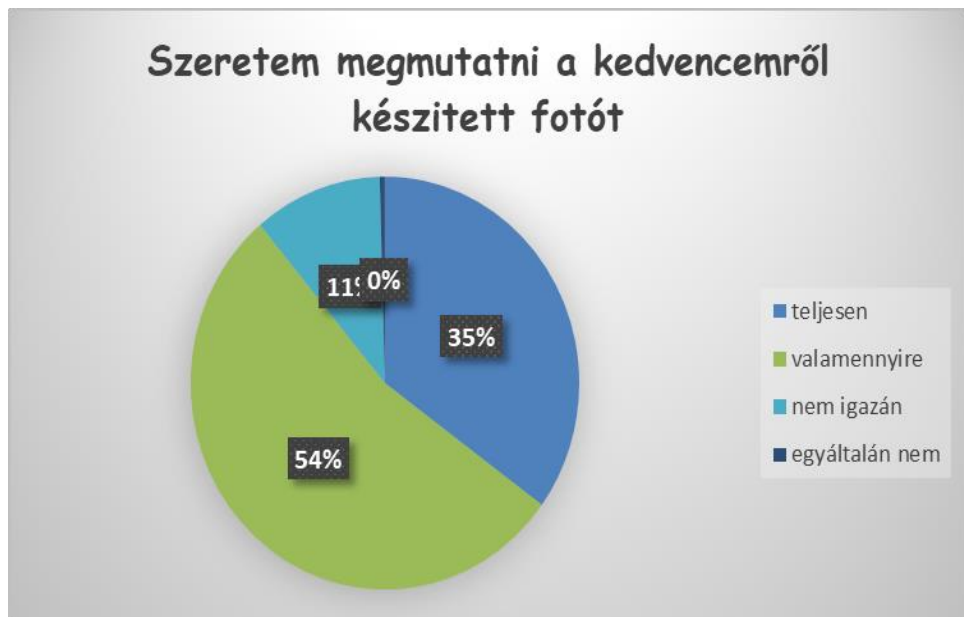
- LAPS-11 témája pl. gyakran beszélek másokkal kedvencemről. Válaszokat, lásd 23. ábrán. A megkérdezettek 36%-a, 85 személy teljesen egyetértett a kijelentéssel, mindennapi munkájuk során az élet természetes velejárója, hogy gondolataikat megosztják állataikkal és szóval irányítják őket. További 61%-uk, 143 személy

valamennyire egyetértett az állítással. Csupán hat személy volt, aki vagy nem értett egyet a válasszal, vagy nem válaszolt a kérdésre.



23 ábra: Gyakran beszél másokkal kedvencéről? - kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

A pszichológiából tudjuk, hogy az ember szereti dokumentálni a vele történeteket, tanúskodnak róla a barlangrajzok, múzeumok képtárai, szelfi-dömpingek. A fotózás és megosztás tevékenysége összefonódott az életünkkel. A fotózás, a kép, a tevékenység közben átélt flow élmény hatással van általános jóllétünkre, növeli lelki egészségünket (Helstáb, 2018). Nem meglepőek ezért a LAPS-7, szeretem megmutatni a kedvencemről készített fotót más embereknek válaszai (lásd 24. ábra). Látható, hogy a megkérdezettek 35% teljesen egyetért, további 53,8% valamennyire egyetért, vagyis 208 személy a megkérdezett 234-ből természetesnek tartja, hogy kedvencéről, vagy kedvencével készített fotót másoknak megmutassa, miközben szeretettel beszél állattáról és lelki egészségét pozitívan befolyásolja.



24 ábra: Szeretem megmutatni a kedvencemről készített fotót? - kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

A huszonkét válasz átlagából egy mutatót hoztunk létre, mely az ember-állat kapcsolat kötődésnek mélységét méri, ez esetünkben 2,97, ami a szorosabb kötődés tartományába esik. Az interjúanyagokban megfigyelhető, hogy állataiknak köszönhetően, beszélgetési palettájuk szélesedik. Ha nem is mondta, elképzelhető, hogy 1. néni esetében is hasonló a helyzet, míg a negyven tejhordója elviszi a napi adagot.

*„Még igen sokat beszélek. Mindenkiel beszélek. A férjem is egy kicsit olyan hallgató a fiam is, akkor mind mondja reggel is mikor jönnek a néni is a tejért. Miért mind beszélek annyit, hát mindenki elmondja hogyan aludt mit csinált, akkor engemet érdekel, ki kísérem akkor mondják miért kísérem ki, hát azért, mert addig még beszélgetünk.”*

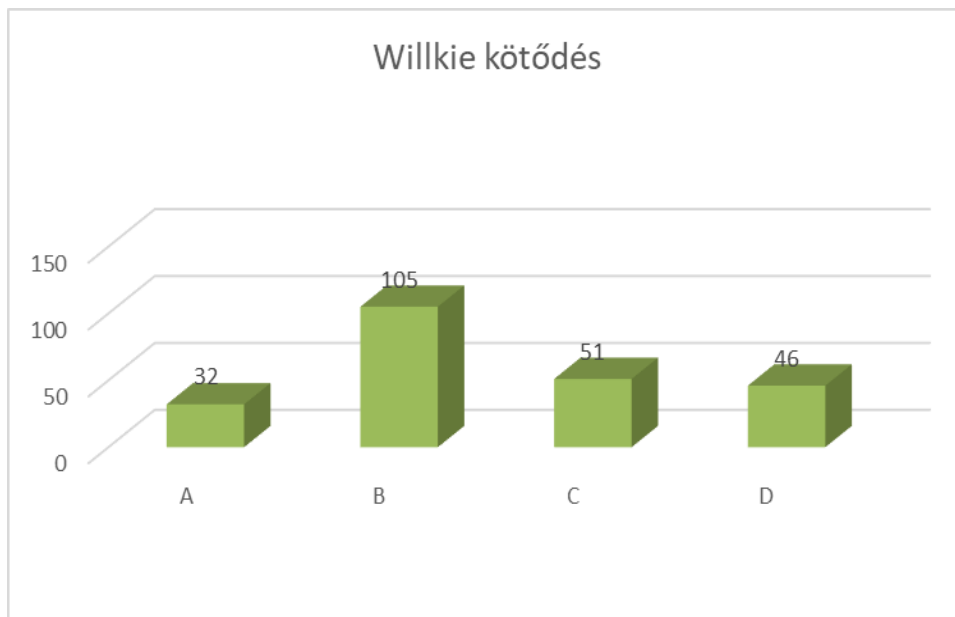
(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*„Az állatoknak, a gazdálkodásnak köszönhetően, folyamatosan kapcsolatba vagyunk a közeli távoli szomszédokkal. Mindegyre beszélgetünk, hogy mit, hogy csinálunk, tapasztalatokat megosztunk, tanácsokat meghallgatunk vagy adunk. Általuk nem vagyunk elszigetelve.”*

(43. interjúalany, hetvenhat éves, nő, házas)

### *Willkie-féle kötődési- leválási skála*

Sóvidéken, mivel inkább a kisebb gazdaságok a jellemzőek, az ember-állat kapcsolat az együtt töltött idő miatt szorosabb, személyesebb, sokan állataikat szabadtéri társállatként tartják. Hiányoznak a nagyméretű ipari létesítmények, ahol a globális mezőgazdasági rendszeren belül az állatok csak áruként léteznek. A mindennapokban egyelőre nemcsak a bevásárlóközpontok polcain, előre csomagolt polisztirol tálcákon szerepel az állati termék, hanem a haszonállatok a legelőkön legelnek és az átlagember láthatja, ismerheti őket. A modern technológiák, a gépesítés terjed és ezzel párhuzamosan lassan-lassan elszemélytelenedik az ember-állat kapcsolat, lelkileg és fizikailag is fokozatosan távol kerülnek egymástól. A Willkie-féle kötődési-leválási skála alapján elemezve a sóvidéki állattartó és állata kapcsolatának milyenségét, legfőbbképpen meghatározónak találtuk: az együtt töltött idő gyakoriságát, intimitását és minőségét. A kötődést segítő faktorként említhető: az állatfaja, a termelési szektor, háztartás típusa, állatállomány nagysága, a farmon eltöltött idő, az állat funkciója és történelme a farmon. Legtöbben azokhoz az állatokhoz kötődnek érzelmileg jobban, amelyekkel napi szinten közvetlenebb kontaktusban vannak, etetik, gondozzák, ápolják őket. A kötődést segíti a kisebb állatállomány, mert a farmer jobban ismeri állatait, látja őket mozogni, játszani és személyesebb kapcsolatban áll velük. Amikor az állatok hosszabb időt, éveket vannak a farmon, szintén erősebb kötelék alakulhat ki gazda és haszonállata között. Ugyancsak segíti a kötődést, ha a farmon születnek az állatok és családi ereklyének számítanak, esetleg törzsvonalasak. Napjaink társadalmi elvárása, nyomása a Sóvidéken is érződik, a szereteten alapuló kapcsolatot egyre inkább felülírja az elszemélytelenedés, az ipari mennyiségre való termelés szándéka is. Szerencsére párhuzamosan a farmerektől elvárják az állatvédelmi előírások betartását. Az állattartó gazdák attitűdjeit vizsgálva Willkie, 2005 értelmezési skála alapján, ezzel a tendenciával, mely a kapcsolatok kötődési és függetlenségi fokát veszi alapul, négy csoportba sorolhatók kutatási alanyaink- lásd 25. ábrán:



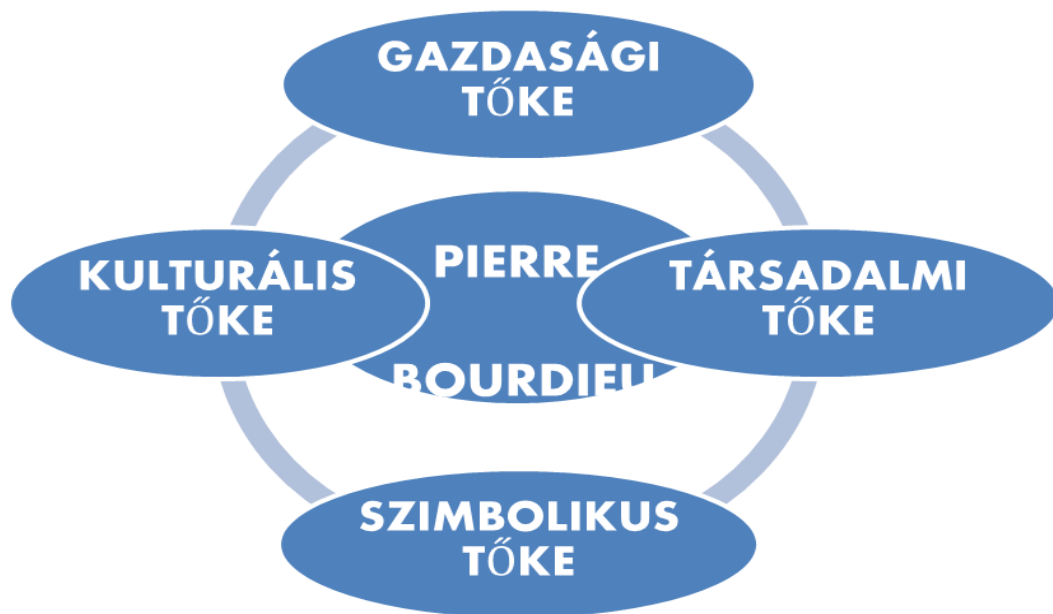
25 ábra: Willkie- féle kötődési skála a Sóvidéki gazdák esetén. Forrás: saját szerkesztés

Az interjúanyagok elemzése során látható, hogy a kötődési minták túlmutatnak az interspecifikus kapcsolatokon, mivel a kötődés minősége meghatározza az élet minősége mellett az egészségi állapotot, az önbizalmat, a problémákkal való megküzdési képességet.

- A. *Vállalkozó* típus, ők a tárgyilagosan függetlenek. Ebben az esetben a farmerek kereskedelmi áruként tekintenek állataikra, figyelmesen, gondosan nevelik, de kapcsolatuk személytelen, közömbös, érzéketlen, nem kötődnek érzelmileg az állataikhoz. Azokra a farmerekre jellemző, akik nagyszámú állatállományt tartanak vagy húszállatotat tenyésztnek
- B. *Paraszt* típus, az együttérzően függők. A farmer állatait ebben az esetben többre értékeli, mint kizárólag termelési, gazdasági hasznot. A napi személyes kontaktus hatására érzelmileg kötődik hozzájuk, szereti őket, kapcsolatuk személyesebb, érzelmileg kötődnek állataikhoz. E típus azokra a farmerekre jellemző, akik több személyes kontaktust, hosszabb időt töltenek állataikkal.
- C. *Barát* típus, a kötve kötődők. Haszonállataikat szabadtéri társállatként nevelik. Figyelnek rájuk, különleges bánásmódban részesítik, leggyakrabban a hobbi állattartóknál figyelhető meg.

- D. *Biznisz* man típus, a függetlenül függetlenek. Ezt a típust gépesített farmoknál figyelhetjük meg, ahol a farmer az állataival nem tart közvetlen kapcsolatot, távvezérléssel gondozza őket és csak életfeltételeiket biztosítja (Bock, 2007).

Az állattartásnak, az állatoknak tehát a befektetett pénz, vagyon, gazdasági értéke mellett, egyéb társadalmi haszna is van, lásd 26. ábra. *Társadalmi tőkeként* egy csoporthoz tartozást jelent, ezzel párhuzamosan változatosabb erőforrásoknak a lehetőségét. *Kulturális tőkét*, melynek inkorporált állapota a tudás, a képzettség, de magába foglalja a tárgyakat, melyek e létforma velejárói, okleveleket, igazolásokat. Mindezek mellett *szimbolikus tőkét* is jelent, elkötelezettségi tőkét, mely magába foglalja a személyhez kapcsolódó presztízst és hírnevet is.



26 Ábra: Pierre Bourdieu tőke elmélete. Forrás saját szerkesztés

## 6.4 A sóvidéki állattartó idősök egészségi állapota

Kiindulópontunk az a megközelítés, hogy az egészség teljes testi, lelki és szociális jólléti állapot, életvitel, táplálkozás, mozgás, lelki egyensúly megfelelő összhangja részben szubjektív, egyéni célok, attitűdök és szokások által behatárolva (Szűcs, 2015). Tudjuk, hogy általában az életkor előrehaladtával nagyobb a valószínűsége az egészségi állapot fizikai és mentális romlásának. Kutatásunk kidolgozásában determinált szerepet kapott a szubjektív egészségkép, mely megfelelő indikátor populációs szinten az egészségi állapot jellemzésére, ezt hasonlítottuk össze a hivatalos orvosi vizsgálatokkal, hogy objektíven feltérképezhessük a sóvidéki idős állattartó gazdák egészségi állapotát. Fő célunk volt megállapítani, hogy van-e pozitív hatása az állatbarátnak az egészségünkre, ezért az utolsó kérdéskör kérdéseit alanyaim egészségi állapotának feltérképezésére terveztük.

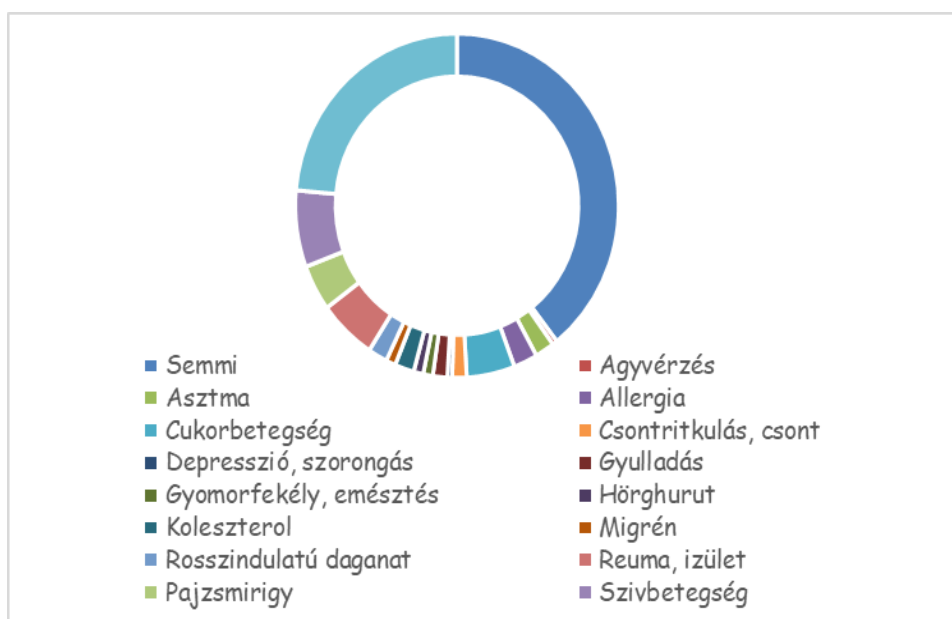
### *Hivatalos családorvosi nyilvántartásban szereplő egészségi állapotuk*

Statisztikai tény, hogy az OECD-országokban a daganatos-, keringési-, légző- és emésztőrendszeri betegségek okozzák az elhalálozások 90%-át. A globális betegségteher mutató 2019-es adata alapján, Romániában a négy leggyakoribb halálok az ischémiás szívbetegség, az agyérrendszeri megbetegedés, a tüdőrák és vastagbélrák.<sup>14</sup> Az Európai Unió tagországai között az egészségi mutatók sorrendjében Románia az utolsók között van, okait a gazdasági és életszínvonalbeli mutatók romlásában látja (Pop, 2010). A Romániai Statisztikai Hivatal, 2018-as adatbázisa alapján, a lakosság 70%-a jó vagy nagyon jó állapotban van. A családorvosi ellátásban a következő betegségekkel kezelt páciensek fordultak meg: parazitológiai és fertőző betegségekkel kezelték 532000, daganatos megbetegedésekkel 99000, hematológiai 179000, mentális és viselkedészavaros gondokkal 234000, idegrendszeri problémával 1327000, keringési rendszeri 861000, légzőrendszeri 5536000, emésztőrendszeri 1695, kiválasztórendszeri 977, terhességi problémákkal 30000, születési rendellenességek 11000, dermatológiai 797000, csontrendszeri 1278000, klinikai rendellenességek 232000, mérgezések, traumatológiai problémákkal 289000. A szív és érrendszeri betegségek miatti

---

<sup>14</sup> <http://www.healthdata.org/gbd>

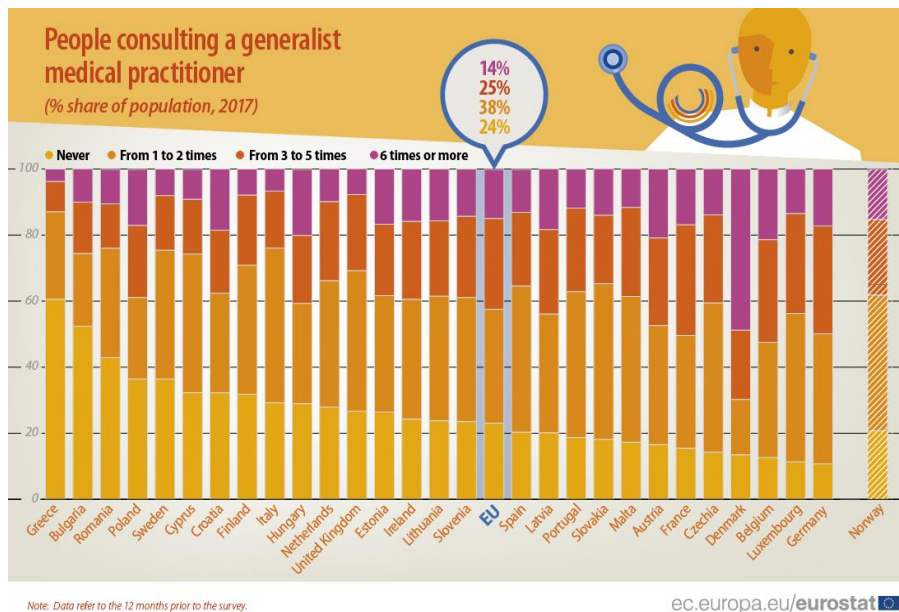
elhalálozások a leggyakoribbak, míg a rákos megbetegedések alapján az EU államai között közepes szinten mozgunk (Institutul Național de Statistică, 2018<sup>15</sup>). A sóvidéki családorvosok, 2019-es jelentésében a Harghita Megyei Egészségbiztosítási Pénztár felé, a következő betegségekkel kezelt páciensek fordulnak elő: asztma, allergiás betegség, cukorbetegség, magas koleszterinszint, magas vérnyomás, szívroham, szívinfarktus, szívbetegség, agyvérzés, idült hörghurut, tüdőtágulás, ízületi gyulladás, reuma, csontritkulás, rosszindulatú daganat, depresszió. A kérdőívben megadtuk a családorvosnál nyilvántartott leggyakoribb betegségeket és kértük jelölje meg, milyen egészségügyi problémája van. A válaszok összesített eredményét tartalmazza a 27. ábra, látható, hogy a megkérdezettek 82%-a egészségesnek vallotta magát, vagyis jelenleg semmilyen betegséggel nem kezelik. Azok viszont, akiket jelenleg valamilyen betegséggel kezelnek, a következő egészségügyi problémákat jelölték meg: 49% vérnyomás, 12% szívbetegség, 14% ízületi megbetegedések, 7% pajzsmirigy, cukorbetegség, ennél kisebb számban: asztmát, koleszterint, daganatos problémákat, emésztő és légzőszervi betegségeket jelöltek meg.



27 ábra. A Sóvidéki állattartó gazdák egészségügyi problémái. Forrás: saját szerkesztés

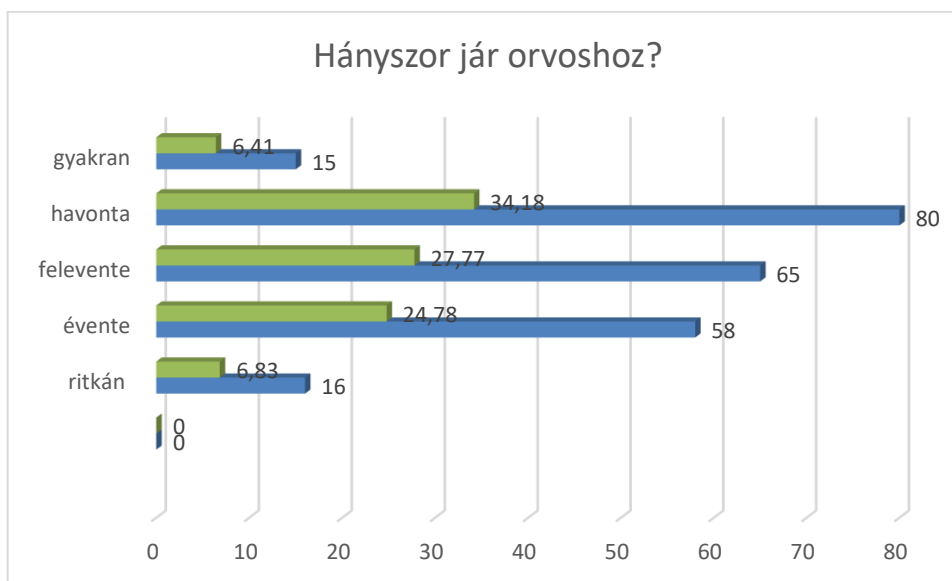
<sup>15</sup> [www.insse.ro](http://www.insse.ro)

Az Eurostat, 2017 adatbázisa szerint, az orvoslátogatás gyakoriságát tekintve Románia az európai átlag alatt van. A lakosság 41%-a nem jár orvoshoz, további 13%-uk évente egyszer, kétszer és csak 5%-a a lakosságnak az, akik rendszeresen igénybe veszik az egészségügyi szolgáltatásokat (lásd 28. ábrát).



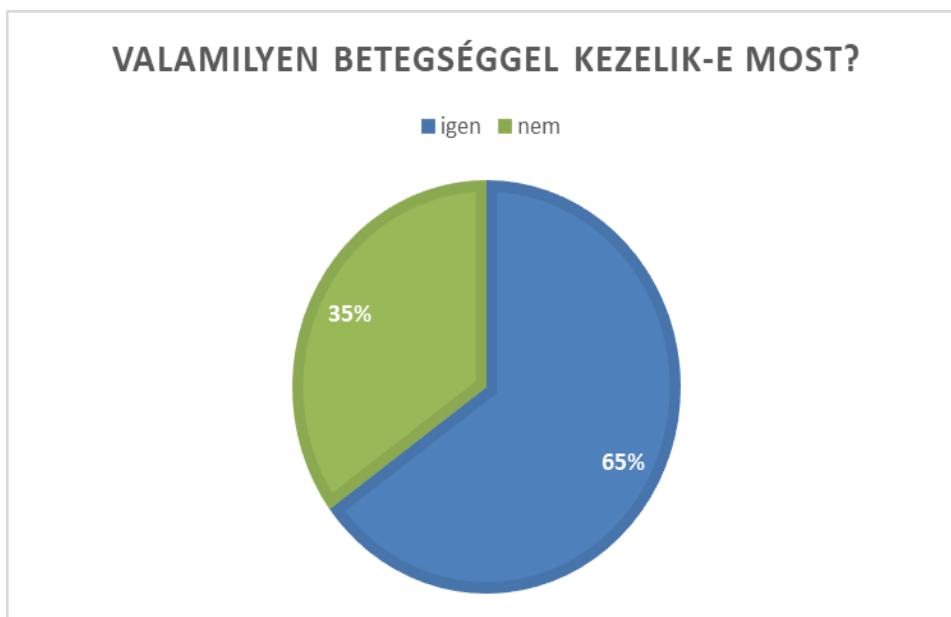
28. ábra. Az Unió országaiban az orvoslátogatás gyakorisága. Forrás: Eurostat, 2017

Általánosan elterjedt trend, hogy az orvost csak gond esetén és felülvizsgálatkor látogatják – lásd 29. ábra. A vizsgált populáció esetében a hányszor jár orvoshoz kérdésre legtöbben, 34,18% -uk a havonta választ jelölte meg, feltételezhetően, mert krónikus betegségben szenvednek és a következő havi gyógyszeradagot csak recepttel vehetik ki a patikából.



29. ábra: Hányszor jár orvoshoz? kérdés válaszai. Forrás: saját adatok

Valamilyen betegséggel kezelik-e most? kérdésre 65%-uk, az igen választ adta, lásd 30 ábra.

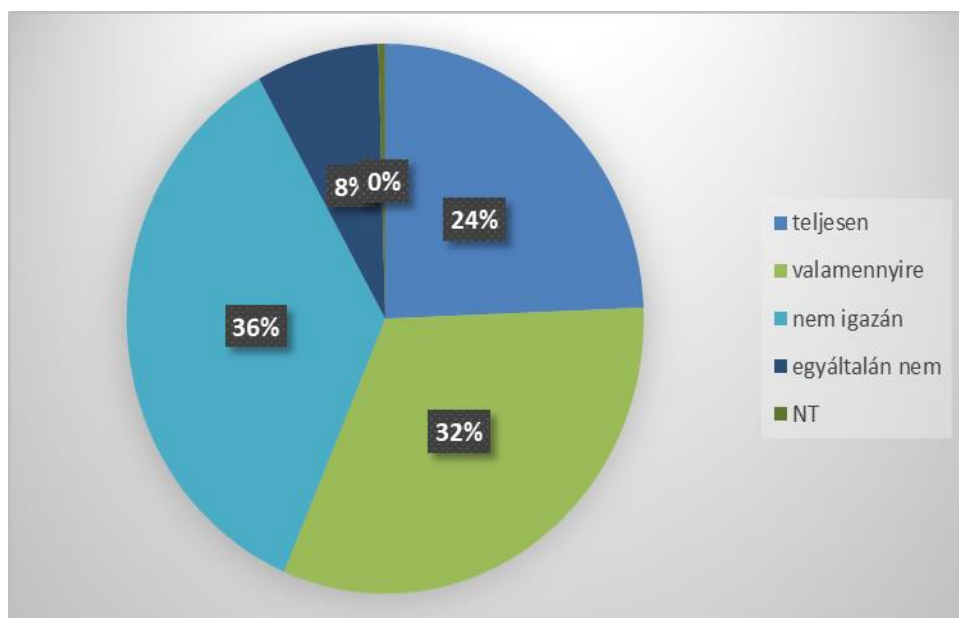


30 ábra: Valamilyen betegséggel kezelik-e most? kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

Kértük, sorolja fel mivel kezelik. A megjelölt betegségek között szív- és érrendszeri, mozgásszervi és anyagcsere- megbetegedések szerepeltek. A legmagasabb prevalenciát 49%-ot a magasvérnyomás betegség adja, ezt követik 12%-kal a különböző szívbetegségek, 7%-kal az anyagcsere- betegségek közül a magas koleszterinszint, pajzsmirigy- és a cukorbetegség. A mozgásszervi betegségek közül 14% az arthrosis, ízületi kopás okoz gondot, a hátfájás a megkérdezettek 5%-ának életminőségét rontotta. A kínai gyógyászatból tudjuk a pszichoszomatikus hátterét e betegségeknek. Ez alapján elmondhatjuk, hogy általában az érzelmi központjuk sérült, lelkileg alultápláltak, félelmekkel telve konfliktuskerülők, fegyelmezik érzelmeiket. Tudatosan vagy öntudatlanul képtelenné válnak a szeretet befogadására, önnön létüket deformálták. Mivel kontroll csoportot nem használtunk, nem állapíthatjuk meg, hogy életkori perspektíva e világnézetük, terheltségük.

A *valamilyen gyógyszert szed-e rendszeresen?* kérdést azért tettük fel, mivel úgy gondoltuk, hogy a betegség tényét jobban alátámasztja, ha gyógyszeres kezelést kap. A megkérdezettek 70%-a nemleges választ adott, a maradék 30% állandó gyógyszerfogyasztó.

Kíváncsiak voltunk, hogy az szakirodalmi tényeket alátámasztja-e a gyakorlat és tudatos-e a gazdálkodóknál, ezért rákérdeztünk arra is, hogy *a kedvence iránt érzett szeretete segíti-e az egészsége megőrzésében?* (LAPS-13 kérdése). A válaszok alapján látható (31. ábra), hogy 24.4% teljesen tudatosan egyetért az állítással, de a többség, 35.5% nem kapcsolja össze egészségi állapotát az állattartás pozitív hatásával.



31 ábra: Úgy gondolom, a kedvencem iránt érzett szeretet segít az egészségemet megőrizni? kérdés válaszai.

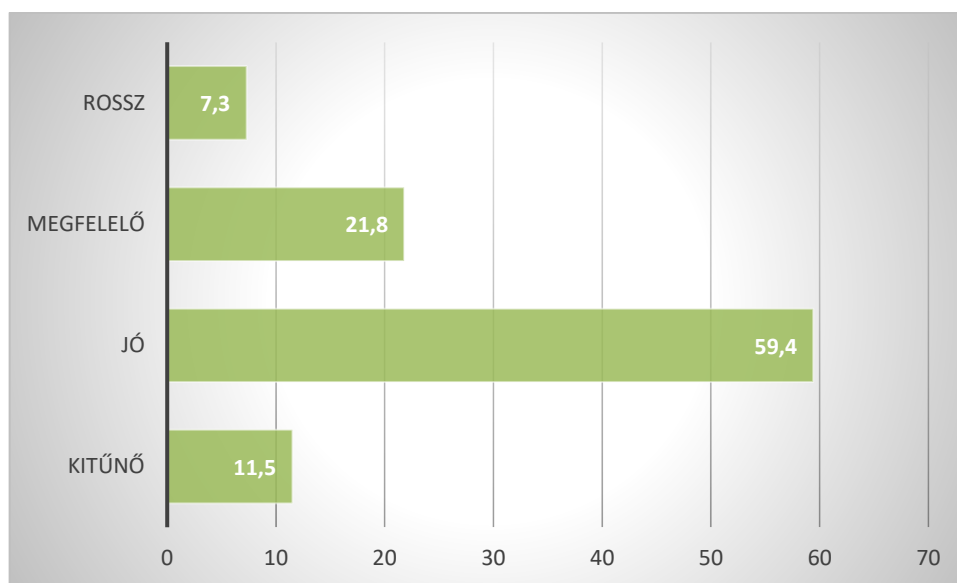
Forrás: saját szerkesztés

### ***Szubjektív egészségképük***

*Hogyan ítéli meg egészségi állapotát?* -kérdés (lásd 32. ábra), egy négyfokú skálán történő önbesorolás, melynek válaszai alapján a jelentős többség, 57,7% jónak tartja saját egészségét, 23,1% megfelelőnek, 12,4% kitűnőnek, 6,8% pedig rossznak ítéli meg. Nemi eltérések is megfigyelhetők. Ebből a szempontból a nők kevésbé 30% optimisták egészségi állapotuk megítélésében, holott a halálozási és megbetegedési demográfiai mutatók szerint a férfiaknak több okuk lehetne aggodalomra (Boros, 2017).

Az INS adatai alapján az országos mutató szerint az átlagpopuláció több, mint háromnegyede vallja magát egészségesnek. Az egészség szó relatív, Császár és Juhász, 1992 kutatásából tudjuk, hogy az egyén és betegség különböző megnyilvánulási formákban kapcsolódhat össze: az egyén lehet szubjektív tünetmentes és nincs objektív lelet, vagy szubjektív tünetmentes, de van objektív lelet, vagy szubjektív panaszos, de nincs objektív lelet és szubjektív panaszos és van objektív lelet. Feltételezhető, hogy a megfelelően egészséges kategóriákat, úgy értelmezik

ezek a személyek, ami még bírható és csak legsúlyosabb esetben használják a rosszul ítéletet (Bakos, 2020).



32 ábra: Összességében, hogyan minősíti saját egészségi állapotát? kérdés válaszai.%. Forrás: saját adatok szerkesztése

A rossz egészségi állapotra vonatkozó válaszaikat alátámasztja az, hogy 45%-uk küzd valamilyen, legalább hat hónapig tartó krónikus betegséggel. Keresztábra elemzésekből kiderült, hogy elég nagy a diszkrépancia az önértékelt egészség és a magas prevalenciájú szív-érrendszeri betegségek között. Interjúalanyaim szubjektív értékelése szerint tehát teljes egészében egészségesnek egyik sem vallja magát, felsorolják betegségeiket, gyógyszereiket, de valamilyen formában azért mind hálát adnak a jó Istennek, hogy jó a helyzetük, láthatóan pozitívan gondolkodnak:

*''Hát mit mondjak, a jó Istennek hálát adok eddig.''*

(1. interjúalany, hetvennégy éves, nő, özvegy)

*'' Még mind szaladgálok, még nem vagyok görbe, nem járok bottal. Örvendek, hogy a jó Isten ilyen egészséget is adott.''*

(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*„Hála az Istennek, ejsze fogfájáson kívül egyéb bajom komolyabb nem volt. Legnagyobb fájdalmam a szülések voltak, de ez minden nőnek kinek gyereke van megadatott. Az ember is jól*

*van, most írtak fel neki vérnyomáscsökkentőt, de azt mondja nem jó neki egyelőre nem akarja bevenni.”*

(9. interjúalany, hatvanhat éves, nő, házas)

*„Segített abban, hogy egészséges legyek. Az állat mellett nincs idő azon gondolkodni, hogy beteg vagyok vagy sem.”*

(17. interjúalany, hetvenegy éves, nő, házas)

*„Az egészségünk hála Istennek megfelelő, kisebb nagyobb problémák néha akadnak, de általában minden rendben.”*

(27. interjú alany, hatvanegy éves, férfi, házas)

*„Egészségünkkel még nincs baj és a sok munka teendő miatt nem is gondolunk rá.”*

(28. interjúalany, ötvenöt éves, férfi, házas)

*„Az egészséghez harmóniában kell élni önmagunkkal, a természettel és a minket körülvevő emberekkel.”*

(38. interjúalany, ötvenhét éves, nő, házas)

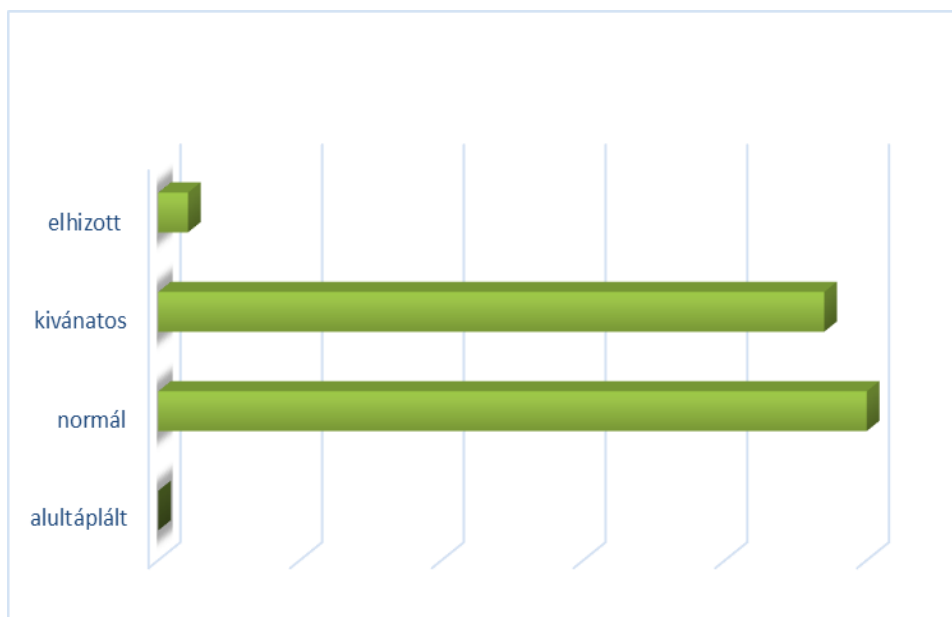
### ***Egészségmutató paramétereik***

Egészségünk minőségéről tájékozathat testsúlyunk, a kérdőíves adatfelmérésben rákérdeztünk e paraméterekre is. Az önbevallott testsúly és testmagasságérték alapján meghatároztuk *testtömegindex*ünket, amelyet a WebBeteg internetes kalkulátorral számítottunk ki<sup>16</sup>. A body mass indexet a túlsúlyosság felmérésére használják a lakosság körében. Adolphe Quelet fejlesztette ki, ez egy statisztikai mérőszám, ami a testtömeget osztja a testmagasság négyzetével. A WHO túlsúlyozási kategóriáit használtuk kiértékelésre. Testtömeg-indexük alapján a megkérdezettek négy csoportba oszthatók:  $\leq 18,5$ - alultápláltak, 18,5-24,9 – normál testsúlyúak, 25-29,9- kívánatos túlsúly,  $30,00 \geq$  elhízott. A kapott eredmények alapján elmondható, hogy a testtömegindexük szerint a résztvevők 50.0%-a normál testsúlyú (BMI

---

<sup>16</sup> [https://www.webbeteg.hu/calc\\_testsuly](https://www.webbeteg.hu/calc_testsuly)

18,5-24,9), 47,0% kívánatos testsúlyú (BMI 25-29,9), 2,1%-a elhízott (BMI 30-34,9), míg 0,9%-uk alultáplált, 18,5-nál kisebb BMI indexel (lásd 33. ábra).



33 ábra. A minta BMI indexe. Forrás: saját kutatás adatai (2021)

Korcsoportok szerinti megoszlásban az 65-74 év közötti idősök 65%-a rendelkezik normál testtömegindexel, 75-84 éves csoportban jellemző a kívánatos túlsúly, 85-94 évesek 78% egészséges testsúlyúak, ami a korosztályra jellemző sarcopenia kialakulását jelezheti.

A normatív megközelítés szerint az egészség és a betegség nem függetlenek az értékrendtől, ezzel magyarázhatók jó eredményeik. Pozsár (2019) szignifikáns összefüggést talált a testtömegindex és a mindennapi aktivitási tevékenységek gyakorisága között, erre bizonyíték, gazdáink napi átlagos 2,81 órás állattartásban kifejtett mozgása, fizikai aktivitása. A szakirodalomból tudjuk, hogy az egészségi állapot leromlásának egyik jelentős meghatározó tényezője a mozgás és sportszegény életmód, ezt alátámasztják kapott eredményeink.

Batley (2015) a testmozgás hat pozitívuma is nyomon követhető interjúalanyainknál:

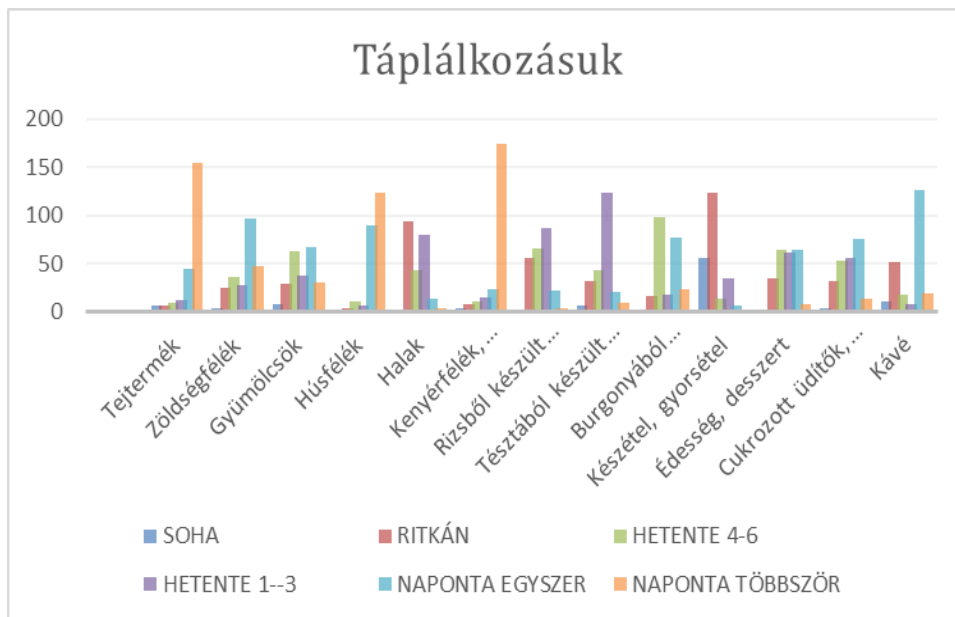
- fizikai tőke: közvetlen előnyei a testi egészség, prevenció, betegségek megelőzése, krónikus betegségek és az elhízás kialakulásának megelőzése
- érzelmi tőke: pszichológiai és mentális egészség. Az egyének önértékelésének növekedése, depresszió és szorongás csökkenése, stressz kezelés, társadalmi integráció
- egyéni tőke: életképességek, interperszonális készségek, értékek pozitívumai
- társadalmi tőke: társadalmi befogadás, kapcsolati háló szélesedése
- intellektuális tőke: oktatási és kognitív fejlődés

- pénzügyi tőke: keresőképesség, munkavégzés és egészségügyi költségek csökkentése (Gottfried, 2020).

Egészségtőkének az életkor előrehaladtával sem vesz el, ha beruházásokkal fenntartjuk Grossman (1972), ezt a beruházást segíti az állattartás, ami megtérül a jobb egészségi állapotban és a javakhoz való hozzájutásban és azok hosszútávú élvezhetőségében (Lampe, 2012).

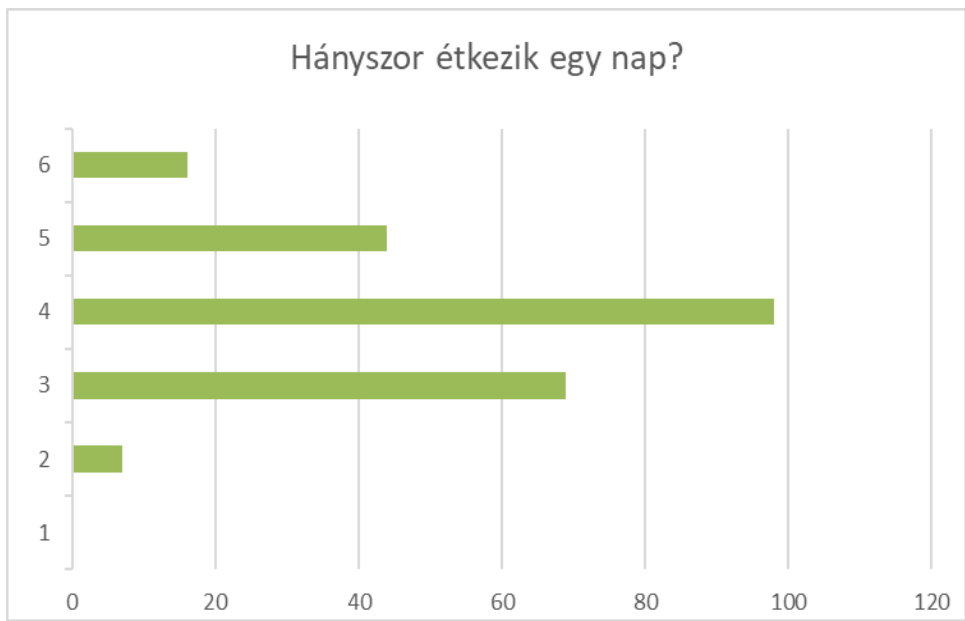
### ***Táplálkozással kapcsolatos attitűdjeik***

Az öregedés során az energetikai egyensúly megváltozik, 65-75 éves korban a zsírtömeg progresszíven növekedik majd csökken, az alapanyagcsere 20%-kal, a napi kalóriabevitel viszont 35%-kal csökken. Kutatások igazolták, hogy az időskori táplálkozás rendkívül fontos a fizikai állapot, a csontok, szív-, érrendszeri és kognitív funkciók megőrzése érdekében (Pozsár, 2019). Az egészségtudatos magatartás jellemzői a káros szenvedélyektől mentes élet, a rendszeres testmozgás, a tudatos vásárlás, az egészséges táplálkozás (Szócs, 2015). Táplálkozásukról elmondható, hogy mivel fő megélhetési forrásuk a gazdálkodás, ezért étrendjük minősége kitűnő: saját termesztésű és tenyésztésű élelmiszereket fogyasztanak, amelyek mesterséges adalékanyagoktól mentesek. Az egészséges táplálkozás jellemzői a több zöldség, gyümölcs fogyasztása, a zsíros ételek fogyasztásának kerülése, a vegyes, kiegyensúlyozott és mértékletes táplálkozás nem minden háztartásra jellemző. Vizsgálataink eredményei alapján a megkérdezettek táplálkozására az alábbi fogyasztási szokások a jellemzőek (lásd 34. ábra). Látható, hogy a legtöbb háztartásban kenyérféléket, tejterméket és húsféléket fogyasztanak legnagyobb mennyiségben.



34 ábra: Milyen táplálékot fogyasztanak? kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

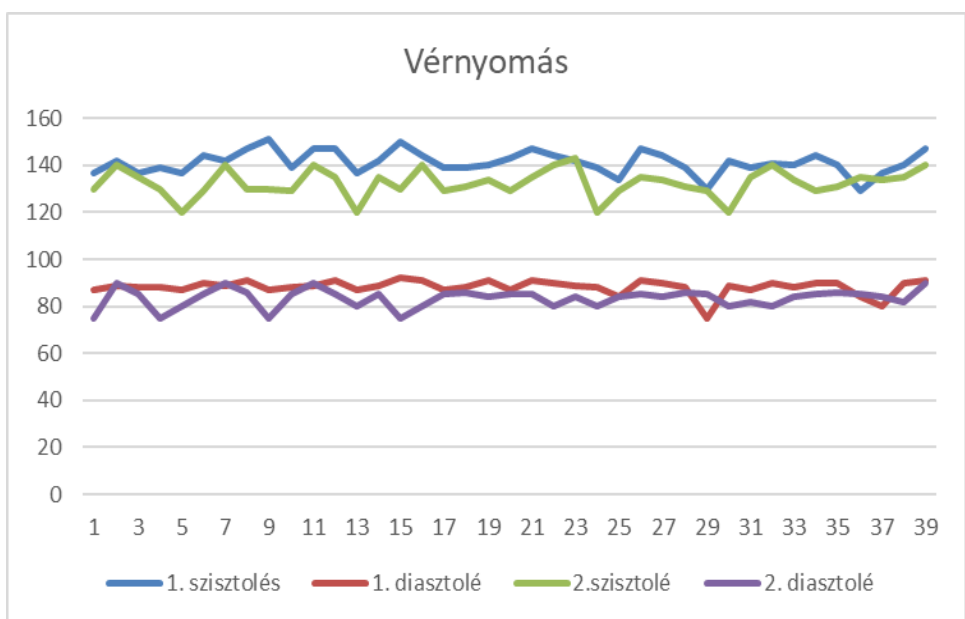
Összefüggés állapítható meg a túlzott állati eredetű zsírok fogyasztása és az érlemeszesedés gyakorisága között, az érrendszeri betegségek gyakoriságát valószínű a zsíros húsok, tejtermékek túlzott fogyasztása magyarázza. Felmérésünk eredményei rámutatnak, hogy kevesen tudják tudatosan, hogy az egészséges táplálkozásért mit és hogyan kellene tenniük, legtöbbször csak életformájuk miatt egészséges a táplálkozási szokásuk. Egyszerű paraszti mentalitásukkal legtöbbször úgy gondolják, hogy az válik igazán egészségünkre, ami ízlik is, az elfogyasztott élelmiszer ízét tartják meghatározónak. Az egyensúly megtalálása az étkezésnél védi keringési rendszerüket, immunrendszerüket és a daganatos megbetegedések kialakulásának kockázatát is csökkenti, de csak motivációs ismeretük fejlesztése lehet az a tényező, amelynek hatására a tudatos étkezésük kialakul és jobb egészséget fog eredményezni. Naponta többször étkeznek (lásd 35. ábra), legtöbbször négyszer (98) vagy háromszor (69). Tudományosan bizonyított, hogy a szétosztott étkezés kiegyensúlyozott energiaszintet hoz létre, ami a fizikai-mentális teljesítményükre is kedvező hatással van, illetve stabil vércukor és inzulinszintet biztosít (fittbuilder). Azok vagyunk, amit megeszünk, vallják a kínai orvosláshoz hasonlóan és ezért nem tesznek különbséget étel, orvosság között.



35 ábra: Hányszor étkezik naponta? kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

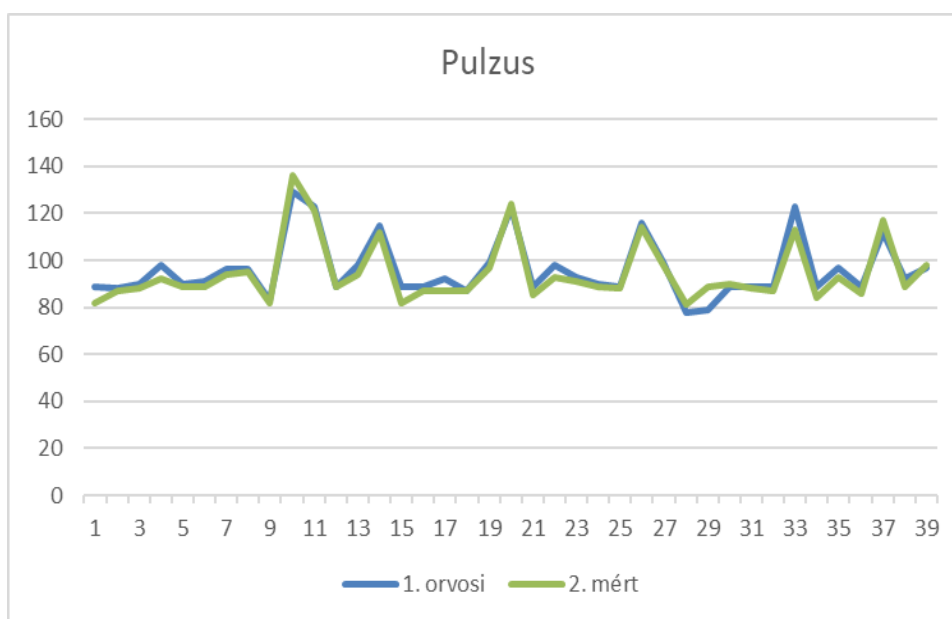
***Fiziológiás paramétereik***

Kutatásunkban állatasszisztált agroterápia és a fiziológiás paraméterek (vérnyomás, pulzusszám, vércukorszint) kapcsolatát tanulmányoztuk, Baun és mtsai (1984) ötlete alapján, a körülmények függvényében módosítva a kísérletet. A harminckilenc interjú alany, utolsó szakember által mért vérnyomás adatait, hasonlítottuk össze az általunk mért értékekkel, melyet az után vettünk fel, hogy megkértük mutassák meg állataikat az istállóban.



36 ábra. Vérnyomás értékek grafikus ábrázolása 1.orvosi kórlap, 2. saját mérés

A mért vérnyomás értékek grafikus ábrázolása alapján (lásd 36. ábra), megfigyelhető, hogy a vizsgálati személyek artéria branchiálisan mért vérnyomás<sup>17</sup> pozitívan változik a kórlapi eredményekhez viszonyítva. A vérnyomás normalizálódását, vagyis közelítését a normál 130-140/75-90 Hgmm értékhez, az állatok jótékony hatásával magyarázzuk. Az állattal eltöltött idő valószínűleg megnyugtatta az időseket, ami a fiziológias paraméterek mellett viselkedésükön is megfigyelhető volt: felszabadultabbak, kommunikatívabbak, kedvesebbek és látthatóan boldogabbak lettek. A rejtett változók, mint az interjú miatti stresszelés, diszharmónia, kis létszám, hatással lehetnek esetleg a vérnyomásukra és módosíthatják az eredmény szignifikancia szintjét, mely a szisztolés vérnyomásnál  $p=0.8799$ , a diasztolés vérnyomásnál  $p= 0.3090$  volt.

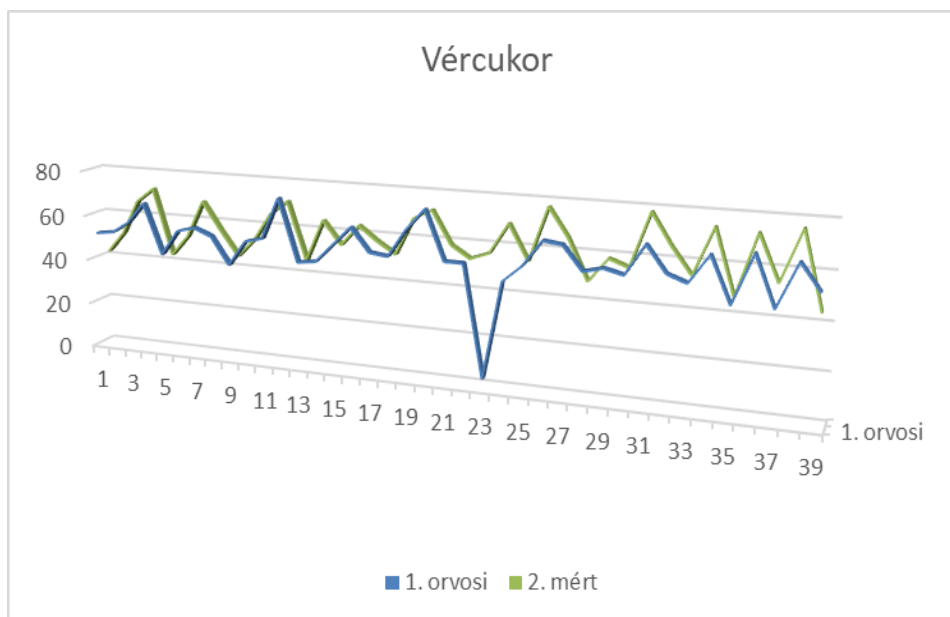


37 ábra. Pulzus értékek grafikus ábrázolása. Forrás: saját szerkesztés.

A *pulzus*: a szívtől az arterioláig hullám formájában végigfutott nyomás és térfogatváltozás, amelyet az aortába kilökött vértérfogat hoz létre. A szakirodalomból tudjuk a pulzusszám legérzékenyebb mutatója szervezetünk fizikai terhelésének (Ángyán, 1993). Az értékek grafikus ábrázolásánál (lásd 37. ábra) szembevetendő a pulzus normalizálódása, vagyis közelítése a normális értékhez ( $80 \pm 10/\text{min}$ ). Az állatok hatására,  $p=0.0085$  szintű összefüggést találtunk. Feltételezük, hogy a szervezet paraszimpatikus ingerként kezelhette, ami csökkentette a

<sup>17</sup> a Tensoval Comfort félkaros automata vérnyomásmérőt használtuk. Oszcillometrikus mérési elv szerint mér, artériák nyomásváltozásait rögzíti és értékeli, emellett pulzusszámot is mutat.

percenkénti összehúzódások számát és kontrakciós erősségét, mivel a szív frekvenciát elsődlegesen idegi tényezők szabályozzák.



38 ábra. Vércukorszint értékek grafikus ábrázolása. Forrás: saját szerkesztés.

A *vércukor*: a vér glükóztartalma. Éhgyomorra mért felnőtt emberi vércukorszint: 80-110 mg%, mely a vér glükóz tartalmát mutatja. Eredményeink alapján a vércukorszint<sup>18</sup> nem alkalmas az állatterápia pozitívumainak kimutatására, mivel  $p=0.9972$  szignifikancia szintet mértünk, mely nem szignifikáns eredmény és a grafikus ábrázolásnál sem figyeltünk meg pozitív korrelációt. Feltételezhetően az interjú okozta stressz is közrejátszott, tudva, azt hogy az adrenalin hatására emelkedik a vércukorszint.

### ***Egészségük mentálhigiénés összetevői***

Az egészség lelki összetevőinek kutatása során megfigyelhető, hogy az állatoknak mentálhigiénés hatásai is vannak gazdáikra:

*”Jól esik, hogy az állatokat elrendezed és akkor szépek.”*

(1. interjúalany, hetvennégy éves, nő, özvegy)

---

<sup>18</sup> SensoCard automata, bioszenzor technológiával működő vércukorszintmérőt használtunk.

*''Még az állatok sokat segítenek a bánatomon, a lelki állapotomnak is'  
''El kell foglalja valamivel magát, mert szellemileg beteg és a ló maga gyógyítja, úgy beszélget a lóval, mintha egy élőlény lenne neki, társa lenne. Ez élteti a fiamat.'''*

(2. interjúalany, hatvannégy éves, nő, özvegy)

*''Mindig megnézem, mikor látom, olyan boldog vagyok, úgy várják, az eledelt, szaladgálnak, örvendek én is. Jobbá teszi az életünket, a mozgásunkat'. Az állatokra, mint barátokra tekintek. Haszon, hát nem a haszon, tudom, hogy várnak, van elfoglaltságom, szeretem az állatokat.'''*

(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*''Nem volt időm, hogy szomorú legyél, folyamatosan dolgozni kellett.'''*

(5. interjúalany, hatvankilenc éves, nő, özvegy)

*''A hangulatra biztosan hat. Állat nélkül nem tudnék élni.'''*

(6. interjúalany, hatvanhét éves, nő, házas)

*''Buxsi a fő, vele, ha süt a nap, ha havaz hozzá megyek, mert tudom, hogy vár engem és akkor megyek. ez egy természetes dolog.'''*

(15. interjúalany, hatvannégy éves, nő, egyedülálló)

*''Segített boldognak lenni, amikor este jöttek be és hosszan ellepték az udvart, nálam boldogabb senki sem volt. De már a világ sem a régi, soha nem felejttem azokat a vadvirágos réteket, melyen végig kellett mennem, amíg a jó Istennel őriztük. Ma már a mező sem a régi, a sok méreg megeszik lassan minket és a világot.'''*

(17. interjúalany, hetvenegy éves, nő, házas)

*''Hobbinak jó, régebb mondtam, hogy édesapám aranyhőrcsög helyett tehenet tart, de mi is ide jutottunk.'''*

(19. interjúalany, hatvanegy éves, férfi, házas)

*''Nehézségek mindig vannak, de ha az ember valamit akar, akkor le kell küzdeni azokat a nehézségeket. Reménykedni kell, mert ha nincs remény, akkor nincsen élet.'''*

(36. interjúalany, ötvenhat éves, férfi, házas)

„Arra neveltek, hogy a gondolkodás, a harc és a munka fontos részei életünknek, hogy nem siránkozni kell, hanem a helyzetismeretre, a problémamegoldásra összpontosítani.”

(38. interjúalany, ötvenhét éves, nő, házaspár)

A lelki egészségük, vagyis életminőségük kognitív értékelését, szubjektív kritériumaik alapján mérte az étellel való elégedettség skála. Az **SWLS skála**, kiértékelési pontszámai alapján, a kutatási csoport állattartó időseiről elmondható, hogy legtöbb szempontból úgy gondolják életük közel áll az ideálshoz, életfeltételeikkel elégedettek, többnyire mindent elértek az életben, amit akartak, és ha újra élhetnék az életüket, kevesen változtatnának rajta. Megállapítható, hogy elégedettek, értelmesnek tartják az életüket. Statisztikai részletes eredményeket a 3. táblázat tartalmaz. Gyakorisági eredményeknél látható, hogy:

- 50% teljes mértékben egyetért, további 62% egyetért, hogy életük közel áll az ideálshoz
- 17.9% teljes mértékben egyetért, 44% egyetért, hogy életfeltételei kitűnőek
- 27.8% teljes mértékben, 60.3% egyetért, elégedett az életével
- 19.7% teljes mértékben, 59.8% egyetért, hogy eddig, még mindent elért az életben, amit akart
- 23.5% teljes mértékben, 48.7% egyetért, hogy ha újra élhetné az életét, nem változtatna rajta szinte semmit.

3 Táblázat. SWLS skála – gyakorisági eredmények. Forrás: saját szerkesztés

SKÁLA	1		2		3		4		5	
		%		%		%		%		%
<b>SWLS 1</b>	3	1.3	3	1.3	33	14.1	145	62	50	21.4
<b>SWLS 2</b>	1	0.4	30	12.8	58	24.8	103	44	42	17.9
<b>SWLS 3</b>	5	2.1	0	0	23	9.8	141	60.3	65	27.8
<b>SWLS 4</b>	8	3.4	0	0	40	17.1	140	59.8	46	19.7
<b>SWLS 5</b>	3	1.3	7	3	55	23.5	114	48.7	55	23.5

1. egyáltalán nem értek egyet, 2. nem értek egyet, 3. nem tudom, 4. egyetértek, 5. teljes mértékben egyetértek.

Az öt válasz átlagából egy mutatót hoztunk létre, mely a szubjektív jóllét érzetét méri, ez esetünkben 3,93. Minél magasabb az értéke ennek a mutatónak, annál magasabb az egyének étellel való elégedettsége.

**Ryff jóllét skálájának** eredményei alapján megállapítható: személyiségük legtöbb oldalát szeretik, amikor megvizsgálják életük történetét, elégedettek azzal, ahogy a dolgok eddig alakultak, az élet mindennapi követelményeit pozitívan megoldják, jól tudják kezelni a rájuk háruló kötelezettségeket, az életben nyújtott teljesítményükre büszkék, általában felelősnek érzik magukat azért a helyzetért, amelyben élnek, az élet számukra a tanulás, változás és fejlődés szakadatlan folyamata, fontosnak tartanak az olyan új élményeket és tapasztalatokat szerezni, amelyek kihívásokat jelentenek önmaguk és a világuk újragondolására. A másokkal való kapcsolatukra a bizalom és melegség a jellemző és harmóniájuknak köszönhetően azon értékek alapján ítélik meg magukat, amelyeket fontosnak tartanak, nem pedig azok szerint, amiket mások tartanak fontosnak (lásd 4. táblázat).

4 Táblázat. Ryff jóllét skála – gyakorisági eredmények. Forrás: a kérdőív adatai alapján, saját szerkesztés.

SKÁLA	1		2		3		4		5		6	
		%		%		%		%		%		%
<b>Ryff1</b>	97	41.5	79	33.8	36	15.4	15	6.4	4	1.7	3	1.3
<b>Ryff 2</b>	95	40.6	75	32.0	40	17.1	12	5.1	11	4.7	1	0.4
<b>Ryff 3</b>	83	35.5	59	25.2	41	17.5	17	7.3	10	4.3	24	10.3
<b>Ryff 4</b>	16	6.8	33	14.1	35	15.0	51	21.8	59	25.2	40	17.1
<b>Ryff 5</b>	13	5.6	27	11.5	32	13.7	36	15.4	75	32.1	51	21.8
<b>Ryff 6</b>	9	3.8	33	14.1	40	17.1	41	17.5	55	23.5	56	23.9
<b>Ryff 7</b>	29	12.4	53	22.6	51	21.8	29	12.4	38	16.2	34	14.5
<b>Ryff 8</b>	72	30.8	78	33.3	45	19.2	18	7.7	13	5.6	8	3.4
<b>Ryff 9</b>	96	18.4	74	31.6	46	19.7	34	14.5	14	6.0	23	9.8
<b>Ryff 10</b>	43	18.4	74	31.6	46	19.7	34	14.5	14	6.0	23	9.8
<b>Ryff 11</b>	54	23.1	58	24.8	67	28.6	33	14.1	11	4.7	11	4.7
<b>Ryff 12</b>	52	22.2	80	34.2	52	22.2	25	10.7	17	7.3	8	3.4
<b>Ryff 13</b>	49	20.9	83	35.5	50	21.4	28	12.0	17	7.3	7	3.0
<b>Ryff 14</b>	18	7.7	44	18.8	48	20.5	38	16.2	50	21.4	36	15.4
<b>Ryff 15</b>	28	12.0	56	23.9	49	20.9	28	12.0	48	20.5	25	10.7
<b>Ryff 16</b>	12	5.1	34	14.5	61	26.1	41	17.5	49	20.9	37	15.8
<b>Ryff 17</b>	41	17.5	67	28.6	58	24.8	37	15.8	19	8.1	12	5.1
<b>Ryff 18</b>	66	28.2	66	28.2	52	22.2	30	12.8	11	4.7	9	3.8

Látható, hogy a megkérdezettek:

41.5%-a erősen egyetért azzal, hogy személyiségük legtöbb oldalát szeretik, további 33.8 % egyetért,

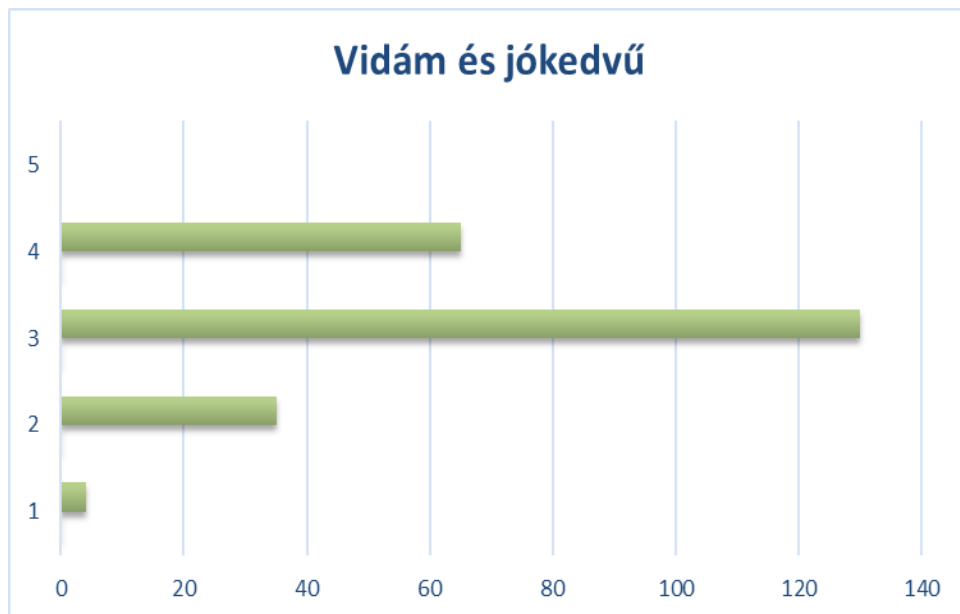
amikor megvizsgálja élete történetét, elégedett azzal, ahogyan a dolgok eddig alakultak, 40.6% igen, erősen egyetért, 32.1% egyetért

általában felelősnek érzik magukat azért a helyzetért, amelyben élnek: 30.8%- igen, erősen egyetértek, 33.3% egyetért...

A többdimenziós skálán a legmagasabb értékeket elérők tulajdonságai a következők lehetnek:

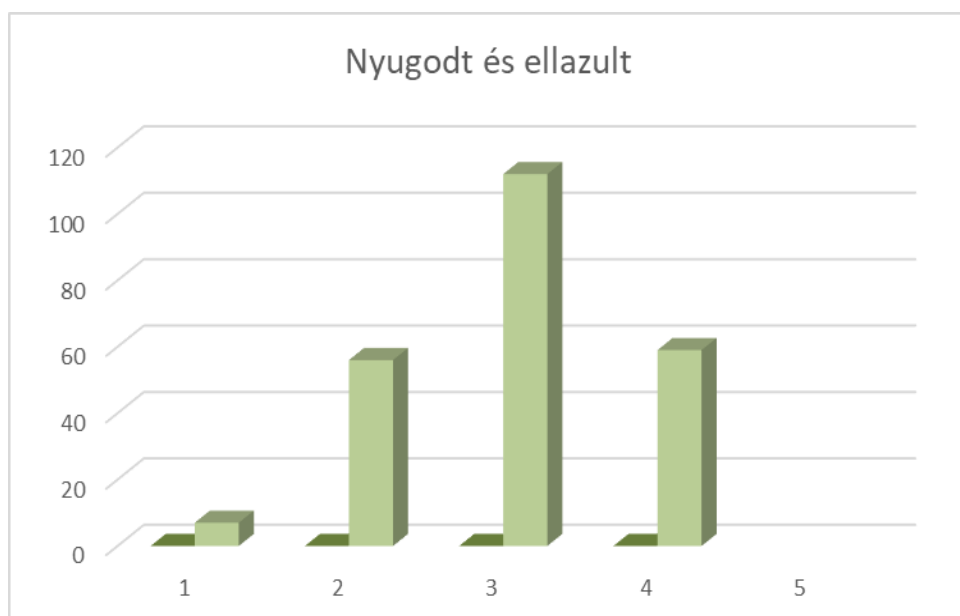
- önértékelés: pozitív attitűdök önmaguk felé, saját múlttal kapcsolatos pozitív elfogadás
- pozitív kapcsolat másokkal: meleg, kielégítő, bizalmon alapuló kapcsolatok, törődés mások jólétével, képesség empátiára, intimitásra
- autonómia: önmeghatározás, függetlenség, ellenállni a társas nyomásnak, önirányította viselkedés, személyes sztederdeken alapuló önértékelés
- környezet uralása: kompetencia, hozzáértés, lehetőségek hatékony kihasználása, személyes igényeknek, értékeknek megfelelő kontextus létrehozásának a képessége
- életcél: irányokkal rendelkezés érzése, elképzelések, jelen és múlt vonatkozásában jelentéstartalás érzése
- személyes növekedés: folyamatos fejlődés, növekedés, kiterjedés érzése. nyitottság a tapasztalatokra, potenciálok megvalósításának érzése, nagyobb önismeret és hatékonyságot tükröző változás Ryff (1989: 1072).

A *WHO öt tételes, jól-lét kérdőíve* alapján az egyének általános közérzetét vizsgáltuk, a kitöltést megelőző kéthetes időszakra vonatkozóan. Az öt válasz átlagából egy mutatót hoztunk létre, mely a szubjektív életminőség érzetét méri, ez esetünkben 2,00, ami a pozitív tartományba esik. Tudjuk, minél magasabb az értéke ennek a mutatónak, annál magasabb az egyének általános közérzeti paraméterei. Az élettől való elégedettségükről megállapítható, hogy az elmúlt két hét során az állattal rendelkező gazdák 47.9%-a teljesen vidámnak és jókedvűnek érezte magát. Az állattal rendelkezők válaszainak részletes eredményeit tartalmazza a 39. ábra. Látható, arra a kérdésre, hogy az elmúlt két hét során érezte-e magát vidámnak és jókedvűnek, legtöbbször a jellemző választ adták.



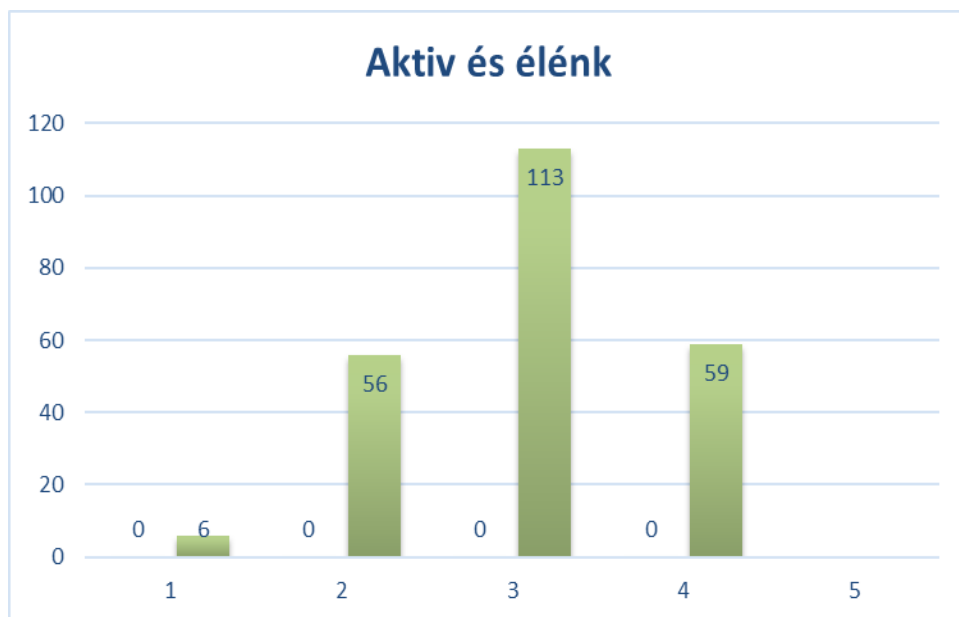
39. ábra: WHO kérdőív eredményei vidámságra: 1=egyáltalán nem, 2=alig jellemző, 3=jellemző, 4=teljesen jellemző, 5=nt/nv. Forrás: saját szerkesztés

Az elmúlt két hét során érezte-e magát nyugodtnak és ellazultnak kérdésre, az állattartó gazdák 47.9%-a jellemzőnek, 25.2% teljesen jellemzőnek, 23.9%-uk alig jellemzőnek, míg 3% egyáltalán nem találta önmagára jellemzőnek az ellazult állapotot (lásd 40. ábra).



40. ábra: WHO kérdőív eredményei nyugodtságra: 1=egyáltalán nem, 2=alig jellemző, 3=jellemző, 4=teljesen jellemző, 5=nt/nv. Forrás: saját szerkesztés

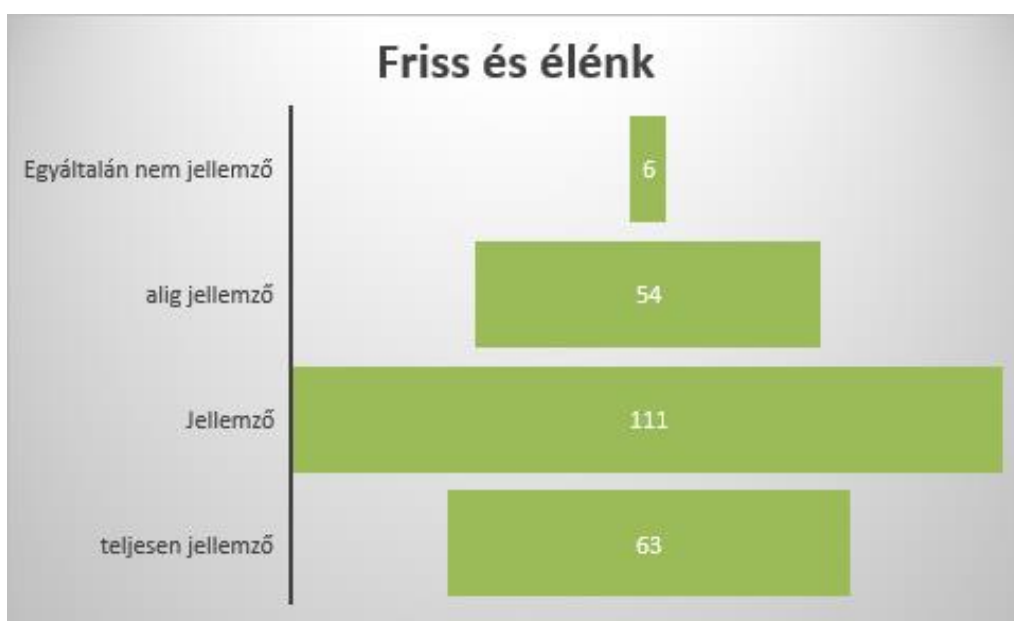
Aktív és élénk az állattartó gazdák 48.3%-a, lásd 41. ábra. Az elmúlt két hét során érezte-e magát aktívnak és élénknek kérdésre, az állattartó gazdák a jellemző választ jelölték meg leggyakrabban.



41 ábra: WHO kérdőív eredményei: aktivitásra. Forrás: saját szerkesztés

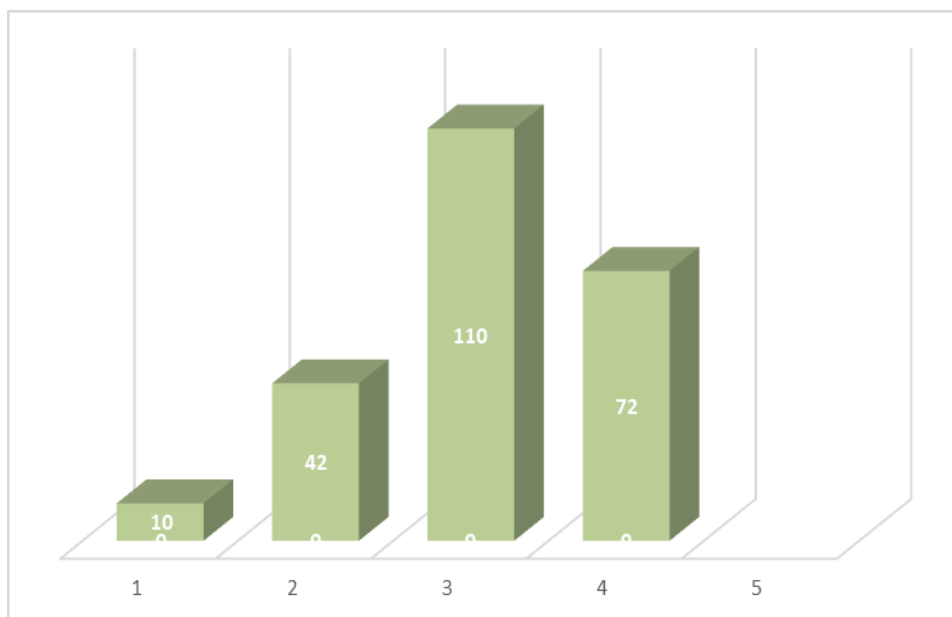
1=egyáltalán nem jellemző, 2=alig jellemző, 3=jellemző, 4=teljesen jellemző, 5=NT/NV

Ébredéskor frissnek és élénknek, az elmúlt két hét során, a megkérdezettek 47.4%-a érezte magát, 2.6% egyáltalán nem találta jellemzőnek magára (lásd 42. ábra).



42 ábra: WHO kérdőív eredményei: élénkségre. Forrás: saját szerkesztés

*Az elmúlt két hét során, a napjai tele voltak-e az ön számára érdekes dolgokkal* kérdésre a minta 47%-a vallotta, hogy igen, jellemző rá, 4.3%-uk alig jellemző választ adott.



43 ábra: WHO kérdőív eredményei: érdekes dolgok. Forrás: saját szerkesztés  
1=egyáltalán nem jellemző, 2=alig jellemző, 3=jellemző, 4=teljesen jellemző, 5=NT/NV

A standard kérdőív eredményei alapján látható, hogy a hat fontos domain területen az állattal rendelkező gazdák mutatói nagyon jók. Vonatkozik ez a fizikai állapotukra, beleértve a funkcionális kapacitást és fizikai erőnlétet. A pszichikai állapotukra: gondolkodás, érzéseket, hangulatokat, testképet, tanulási és memóriefunkciókat értve ez alatt. A függetlenségükre/önállóságukra: képesség az önálló, mindennapos életvitelre, illetve munkavégzésre kiterjedt. A társas kapcsolati hálóra: társas kontaktusok mennyisége, a kapcsolatok minősége, társas támogatást figyelembe véve. A környezettel való kapcsolatra: lakókörnyezet, fizikai és társadalmi környezet, közlekedés lehetőségei, egészségügyi és szociális ellátás hozzáférhetőségére. Lelki/ spirituális jelenségekre: hit, vallásosság, az élet értelméhez való viszonyulásra (Pikó, 2006:37). Azt láthatjuk az adatokból, hogy legproblémásabbnak a reggeli frissességet- élénkséget és az érdekes dolgok hiányát érzik, ezzel kapcsolatban vallják be a legnagyobb arányban, hogy egyáltalán nem vagy alig jellemző ez rájuk. Az állattartással járó társas kapcsolatok megléte egészségmegőrző szereppel bír, ami jobb lelki egészséget indukál. A distressz hatékony kezelésének alapfeltétele a jól működő pszichológiai immunrendszer, amely személyiségvonásainkban, attitűdjeinkben tükröződik, ennek erősítésében segítenek láthatóan az állatok. Interjúkban is gyönyörű válaszokat adtak arra vonatkozóan, hogy mindennapjaik nyugodtak és vidámak:

*„Mert ugye, mint mérnöknő is dolgoztam, meg annyi papírt túrtam, hogy rettenetes. Úgy jöttem haza, hogy olyan haszontalannak éreztem magam, olyan nehéz volt, annyit küzdöttem ezzel. S most egy ilyen paraszti munkával annyira hasznosnak érzem magam.*

(27. interjúalany, hatvanegy éves, férfi, házas)

*„Mert az Isten tenyerén mindenki jól van. Nem kell sem orvos, sem pszichológus, csak a munka és a művészet.”*

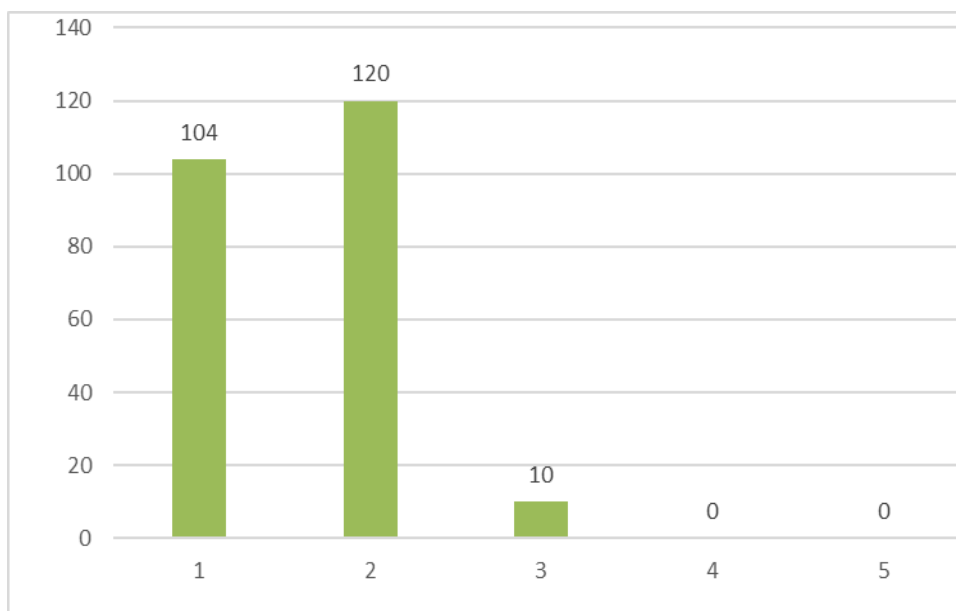
(38. interjúalany, ötvenhét éves, nő, házas)

*„Szerettem én is, a csendet, a békét, az állatok ragaszkodását. Naphosszat el tudnám nézegetni, ahogy gondtalanul játszadoznak. Okosak az állatok, ha az ember velük él nem győz csodálkozni mi mindent tudnak. Nagyon szerettem megnyugtatnak, sok sok örömet adnak.”*

(43. interjúalany, hetvenhat éves, nő, házas)

A természettel való kapcsolat hozzájárul az immunrendszer erősödéséhez, ami közvetlen neurobiológiai hatással van a stresszellenálló képességre. A mentális egészség tekintetében tehát elmondható, hogy az állat(barát) növeli azt a tendenciát, hogy pozitívan értékeljék önmagukat, legyenek elégedettek az élettel és higgyenek az élet értelmében. Az élettel való elégedettség szoros összefüggést mutat az életkorral, melyet általában egy U alakú görbével szoktak jellemezni, korrelál még a jövedelemmel, a családi és egészségi állapottal, csakúgy, mint az önellátó képességgel. A mentális egészséget segíti továbbá a paraszti gazdálkodásokra jellemző közösségi élet: a gazdák ugyanis altruista módon segítik egymást, ott állnak társaik mellett, ha szükség van rájuk. A gazdálkodás egymásrautaltságot jelent, ez az a rétege a társadalomnak, ahol az önzetlenség életfeltétel. Összefoglalva a gazdaság szanatóriumhoz hasonlítható, amely a haszonállatokat és a természetet használja gyógyszerként. Az állat gondozásával összefüggő feladatok, mint az etetés, sétáltatás, felelősségvállalás terapeutikusak a gazdák számára. Bányász (2021) fogalmazta meg röviden: *„a gazdálkodó ember ereje abban áll, hogy Isten a munkaadója és ha kellő alázattal végzi munkáját fizetsége a szabadság, a szabad ember pedig teremthet”* (Berecki, 2021). A megélt életstratégiák befolyásolják a medikációt, a szubjektív egészségképet és szubjektív jóllétet Lynbomirsky (2005) tudjuk, hogy 40% a tudatos tevékenységek, amelyek az aktuális boldogságérzés fokozásáért felelőssé tehetőek Magyaródi (2020) eredményeink szépen igazolják. A szubjektív jóllét kognitív komponense az élettel való elégedettség, érzelmi komponense a pozitív és negatív érzések optimális aránya (Magyaródi, 2020), melyet esetünkben az állattal töltött idő pozitívan befolyásol.

A **szubjektív társadalmi kirekesztettség** mértékét az European Quality of Life Survey kérdései (úgy érzem, hogy kiteszít a társadalom, az élet olyan bonyolulttá vált, hogy alig találok az utam, úgy érzem, hogy az emberek, akikkel találkozom, nem ismerik fel az értékét annak, amit csinálok, néhány ember lenéz engem a munkám miatt, vagy azért, mert nem dolgozom) alapján mértük, egy ötfokú skálán. A négy válasz átlagából egy mutatót hoztunk létre, amely a társadalomból való kirekesztődés érzetét méri, ez esetünkben 2,39. Az ötfokú skálán mért szubjektív kirekesztettség átlaga a 2,13 központ fölötti, vagyis a kirekesztettség érzete minimális. Kovách (2017) alapján tudjuk, hogy minél magasabb az értéke ennek a mutatónak, annál kisebb az egyén integráltsága az adott társadalomban, az egyén nem érzi magát képesnek a társadalomban való részvételre az általánosan elfogadott életszínvonalon. A kérdőíves eredmények alapján azt találtuk, hogy a sóvidéki idős állattartó gazdák legnagyobb része, arra a vonatkozó kérdésre, hogy úgy érzem, hogy kiteszít a társadalom 51.3%-a nem értett egyet, további 44,4%-a egyáltalán nem ért egyet, kb. tízen, vagyis a megkérdezettek 4,3%-a nem tudott válaszolni, de ami pozitív, hogy senki sem értett egyet a kérdéssel, vagyis elfoglaltságuknak köszönhetően hasznosnak érzik magukat a társadalom számára (lásd 44 ábra). Ezen adatokból következik, hogy a szubjektív megélt életminőségük jó, aminek szerves hozzáadéka társadalmi integráltságuk.

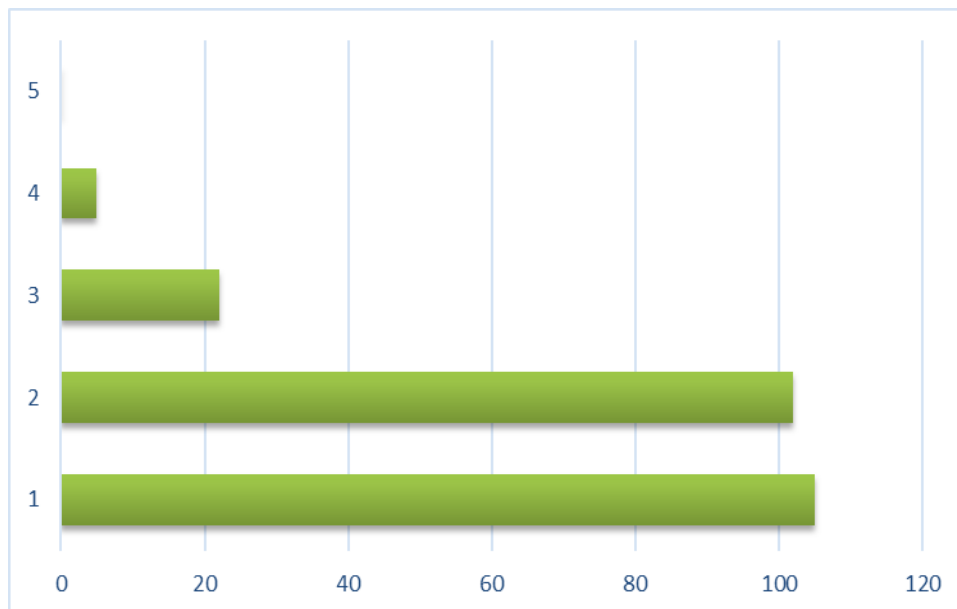


44. ábra – Úgy érzem, hogy kiteszít a társadalom? – kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés

1- egyáltalán nem értek egyet, 2- nem értek egyet, 3- nem tudom, 4- egyetértek, 5- teljes mértékben egyetértek

A második állítás: *az élet olyan bonyolulttá vált, hogy alig találok az utam*. Itt is hasonló helyzet alakult ki, a megkérdezettek legtöbb része 44,9%-a egyáltalán nem ért egyet, 43, 6%-a nem ért egyet a fenti állítással. Azok a személyek, akiknek nehézségei adódnak tették ki csupán

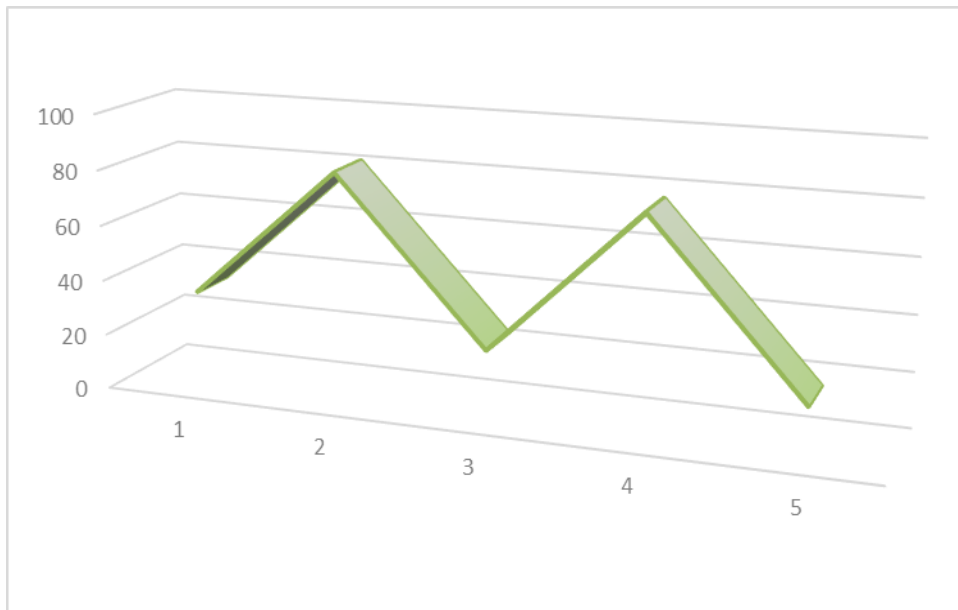
a megkérdezettek 2.1%-a, válaszokat lásd 46. ábra. Öröndetes tény, hogy nem elveszett egyedei a társadalomnak, hanem részei annak. Pozitív válaszaikból feltételezhetjük a koherenciaérzés elméletének következményét, hogy aki értelmét látja életének, megoldhatónak problémáit, az könnyebben birkózik meg az egészséget veszélyeztető stresszfaktorokkal is.



45 ábra – Az élet olyan bonyolulttá vált, hogy alig találok az utam – kérdés válaszai.

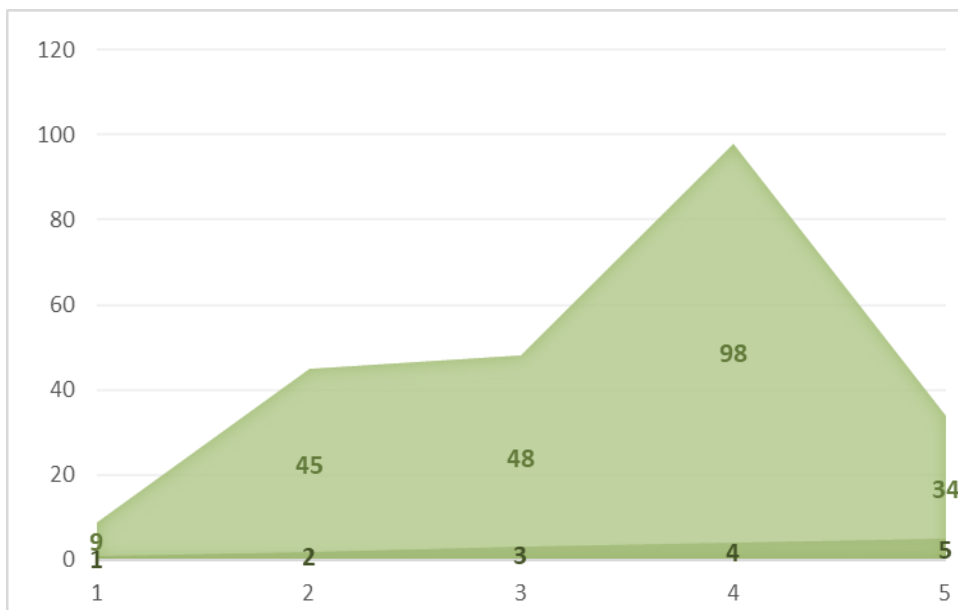
Forrás: saját szerkesztés, 1-egyáltalán nem értek egyet, 2- nem értek egyet, 3- nem tudom, 4- egyetértek, 5- teljes mértékben egyetértek

A harmadik állítás: *úgy érzem, hogy az emberek, akikkel találkozom, nem ismerik fel az értékét annak, amit csinálok.* A megjelölt válaszok alapján látható (45. ábra), hogy az állattartó gazdák 32, 9%-a egyetért, 7, 3%-a teljes mértékben egyetért ezzel a kijelentéssel. Viszont a válaszok nagy része az állattartás szomorú jelenére tükröz, legtöbbjük 35%-uk nem ért egyet az állítással, vagyis úgy gondolja, hogy az állattartásnak az emberek még mindig nem ismerik fel az értékét, nem becsülik azt meg kellő mértékben. Holott a gazdálkodás az archaikus társadalom fennmaradásának az a területe, közege, ahol az ember és a természet képes még harmonikusan együtt élni.



46 ábra – Úgy érzem, hogy az emberek, akikkel találkozom, nem ismerik fel az értékét annak, amit csinálok – kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés. 1- egyáltalán nem értek egyet, 2- nem értek egyet, 3- nem tudom, 4- egyetértek, 5- teljes mértékben egyetértek

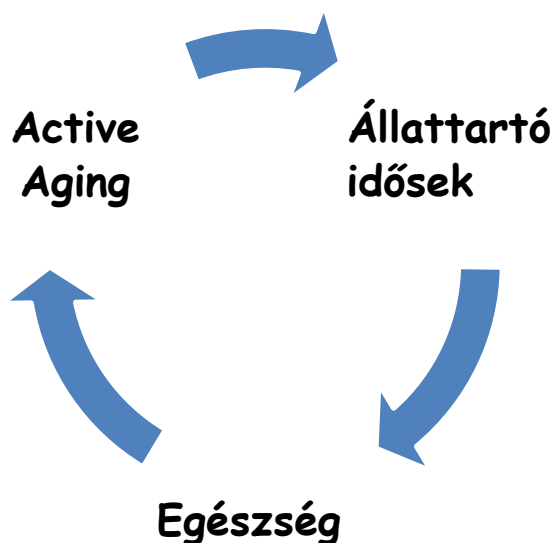
A negyedik állítás: *néhány ember lenéz engem a munkám miatt, vagy azért, mert nem dolgozom.* A kapott válaszok alapján (lásd 46. ábra), a legtöbben a válaszadók 41,9%-a egyetért az állítással, további 14,5%-uk teljes mértékben egyetért. Látható, hogy az állattartás, a gazdálkodás a Sóvidéken még mindig másodrendű foglalkozás. Ígéretes viszont, hogy 19,2%-uk nem ért egyet az állítással és kezd újra megjelenni egy olyan generáció, amelyiknek a hitvallása azonos a sajtókészítő Bányász Józsefével: *parasztnak lenni: találkozás Istennel! a paraszt hétköznapijai: lelki gyakorlatok.*



47 ábra – Néhány ember lenéz engem a munkám miatt, vagy azért, mert nem dolgozom – kérdés válaszai. Forrás: saját szerkesztés. 1- egyáltalán nem értek egyet, 2- nem értek egyet, 3- nem tudom, 4- egyetértek, 5- teljes mértékben egyetértek

## 6.5 Korrelációs vizsgálatok, a tevékeny idősor dimenziói mentén

A tevékeny idősor (Active Aging) dimenziói és az egészség mentén végeztük összehasonlító kutatásunkat (lásd 48 ábra). A minta válaszai alapján szignifikáns összefüggéseket kerestünk a válaszadók életmódja és egészségi állapota, pszichológiai jólléte, társadalmi szerepvállalása és élethosszig tartó tanulása között. A 6.2 leíró statisztikai fejezetben részletesen tárgyaltuk, a 234 kérdőív adatainak elemzése alapján kapott egészség paramétereket közötti eltéréseket. Elméleti alapul George Engel, biopszichoszociális modelljét és Antonovsky koherenciaérzés elméletét választottuk, mivel ezen modellekben benne van az összes szakirodalomban említett tényező. **Engel** az egészségi állapotot biológiai, pszichológiai és szociális komponensek rendszerének tekinti, később spirituális összetevővel is kiegészítik. A két elmélet alapján az értelmezésekhez kapcsolódóan öt elemzési területet különítettünk el: biológiai, pszichológiai, szociális, spirituális egészség és a koherencia érzés, mely tulajdonképpen az életünk feletti kontroll érzése.



48 ábra. Korrelációs vizsgálatok- a tevékeny idősor dimenziói mentén. Forrás saját szerkesztés

A vizsgálat során alkalmazott változók leíró statisztikai eredményeit és belső megbízhatóságának mutatóit az 5 táblázatban ismertetjük. Cronbach- alfa mutató esetében elvártnak tekintjük, hogy nagyjából 0.7-es alfa értéket mutasson, a megfelelő megbízhatósághoz, a magas értéke (0.9-0.95) egyfajta redundanciát jelezne. Szubjektív társadalmi kirekesztettség mértéke kutatásunkban nem bizonyult megbízhatónak.

5. táblázat: az elemzés során alkalmazott változók leíró statisztikája, rehabilitásmutatói. Forrás: saját szerkesztés

Skála	Cronbach- $\alpha$	Tételszám
WBI – 5- Who Jólét kérdőív	0.83	5
JOL- Ryff Jólét skála	0.62	18
SWLS- Élettel való elégedettség skála	0.67	5
EQLS- Szubjektív társadalmi kirekesztettség mértéke	0.19	4

A változók közötti összefüggés szorosságát, a kapcsolatok erősségét, intenzitását korreláció számítással határoztuk meg. Az alacsony- alacsony mérési szintek (nominális, ordinális) esetén, a Pearson-féle Khi négyzettel végeztük. A mutatók megfigyelt értékét, kétoldali szignifikanciaszinten, hasonlítottuk az elméleti küszöbértékhez a 0,05-ös szignifikanciaszinthez. Ha a kapott szignifikanciaszint kisebb mint 0,05, a nullhipotézist igaznak tekintettük, a mintát reprezentatívnak, vagyis adott változó szerint a minta jellemzően képviseli a sokaságot. Ha nagyobb, a nullhipotézist elvetjük, mely szerint nincs összefüggés a két változó között. Kutatásukban összefüggést találtunk:

- testtömegindexe és neme között a Pearson-féle korrelációs együttható  $-0,164$ , szignifikancia szint  $0,012$ .
- testtömegindexe és kedélyállapota között, a vidámság és jókedv esetén a Pearson-féle korrelációs együttható  $0,131$ , szignifikancia szint  $0,045$ . A nyugodtság és ellazultság esetén a Pearson-féle korrelációs együttható  $0,192$ , szignifikancia szint  $0,03$ .
- testtömegindexe és szeret-e társaságba járni esetén a Pearson-féle korrelációs együttható  $-0,136$ , szignifikancia szint  $0,037$ .
- testtömegindexe és valamilyen betegséggel kezelik-e, a Pearson-féle korrelációs együttható  $-0,151$ , szignifikancia szint  $0,021$ .
- testtömegindexük és állathoz való kötődésének mértéke között. Akiknek az állata többet jelent, mint bármelyik barátja a Pearson-féle korrelációs együttható  $-0,129$ , szignifikancia szint  $0,048$ . Aki úgy gondol állatára, hogy a családtagokéval megegyező jogokkal és kiváltságokkal kell rendelkezniük a Pearson-féle korrelációs együttható  $-0,131$ , szignifikancia szint  $0,045$ . Akik szerint az állatok ugyanannyi tiszteletet érdemelnek, mint az emberek a Pearson-féle korrelációs együttható  $-0,135$ , szignifikancia szint  $0,039$ . Akinek nagyon szoros kapcsolata van kedvencével a

Pearson-féle korrelációs együttható  $-0,148$ , szignifikancia szint  $0,023$ . Akiknél kedvence tartása hozzájárul boldogságához a Pearson-féle korrelációs együttható  $0,151$ , szignifikancia szint  $0,021$ .

- Szubjektív egészségi állapota korrelált a nyugodtság, ellazultsággal itt a Pearson-féle korrelációs együttható  $0,159$ , szignifikancia szint  $0,001$ . Az életkorral itt a Pearson-féle korrelációs együttható  $0,188$ , szignifikancia szint  $0,004$ . Akik, ha megvizsgálják életük történetét, elégedettek azzal ahogy a dolgok eddig alakultak, itt a Pearson-féle korrelációs együttható  $0,211$ , szignifikancia szint  $0,001$ . Akik számára az élet a tanulás, a változás és a fejlődés szakadatlan folyamata, itt a Pearson-féle korrelációs együttható  $0,160$ , szignifikancia szint  $0,14$ . Aki úgy gondolják, hogy fontos olyan élményeket és tapasztalatokat szerezni, amelyek kihívásokat jelentenek önmagunk és világuk újragondolására, itt a Pearson-féle korrelációs együttható  $0,132$ , szignifikancia szint  $0,44$ . Akiket kedvence boldoggá tesz itt a Pearson-féle korrelációs együttható  $-0,161$ , szignifikancia szint  $0,14$ .
- Életkorok szignifikáns összefüggést mutatót extrovertáltságukkal, szeretnek-e társaságba járni kérdésnél a Pearson-féle korrelációs együttható  $0,177$ , szignifikancia szint  $0,07$ . Életszínvonalukkal vagyis anyagi helyzetükkel a Pearson-féle korrelációs együttható  $-0,190$ , szignifikancia szint  $0,003$ .
- Állatszeretetük  $p=0,026$  szignifikancia szintű összefüggést mutat vidámságukkal és élénkségükkel. Azok, akik kedvencükre barátként tekintenek szignifikánsan nyugodtak, elégedettek  $p=0,006$ , aktívak és élénkek  $p=0,34$ , ébredéskor frissek  $p=0,001$ , személyiségük legtöbb oldalát szeretik  $p=0,025$ , úgy érzik, hogy az emberek, akikkel találkoznak értékelik, amit csinálnak  $p=0,004$ .

Kimutatható tehát, hogy a testkép meghatározza a boldogságot, a mentális közérzetet és a fizikai közérzetet. Szubjektív egészségképük korrelál a pozitív életszemlélettel, az elégedettséggel és a hálás attitűddel. Ha anyagi helyzetük jobb és extrovertáltabbak, nyitottabbak a társasági életre. Eredményeink nem jöttek ki a következő esetekben:

- neme és szubjektív egészségi állapota között a Pearson-féle korrelációs együttható  $1,91$ , szignifikancia szint  $0,590$ ,  $df=3$ , a nők  $38,5\%$  jellemző

- neme és szereti-e állatait, a Pearson-féle korrelációs együttható  $1,07$ , szignifikancia szint  $0,501$ ,  $df=1$ , a nők  $64,5\%$ -a igen

- neme és kedvence iránti szeretete segíti-e egészsége megőrzésében, a Pearson-féle korrelációs együttható  $1,45$ , szignifikancia szint  $0,835$ ,  $df=4$ , a nők  $20,1\%$ -a valamennyire egyetért

- neme és jó társaságnak tartja kedvencét, a Pearson-féle korrelációs együttható 0,70, szignifikancia szint 0,705,  $df=2$ , a nők 42,3%-a valamennyire egyetért

- neme és kedvencem tartása hozzájárul boldogságomhoz, a Pearson-féle korrelációs együttható 1,60, szignifikancia szint 0,450,  $df=2$ , a nők 37,6%-a egyetért.

Elmondható, hogy a nők pszichológiai mutatói sokkal jobbak, bizonyítják az együtthatók, melyek értékei minél közelebb állnak az egyhez, annál szorosabb kapcsolatot jelölnek.

Az alacsony (nominális, ordinális) - magas (arány, intervallum) mérési szintek esetén varianciaelemzést (ANOVA) végeztünk. Ez egy olyan elemzési módszer, amely azt vizsgálja, hogy egy nem metrikus független változó hatással van-e egy metrikus függő változóra. Ha a kapott szignifikanciaszint kisebb mint 0,05, a nullhipotézist igaznak tekintettük, azt jelzi, hogy a kategóriák átlagai között van eltérés. Ha a kapott szignifikanciaszint nagyobb mint 0,05, a nullhipotézist elvetjük, mely szerint a várható értékek között nincs érdemi különbség. Szignifikáns összefüggést találtunk:

- az állatok szeretete és a WHO-1, vidámság és jókedvűség között, szignifikancia szint 0,009,  $F=3,95$ . valamint a miért tart állatot között  $p=0,021$ ,  $F=5,4$ .

A pszichológiai egészségmutatói (Jól) összefüggést mutattak az állatszeretettel, mely segíti az egyének pozitív önértékelését, az egyéni céltudatosságot, a minőségi kapcsolatokat, a világ hatékony irányítására való kapacitást:

- állatok szeretete- Jól 11, tanulás, fejlődés között szignifikancia szint 0,053,  $F=3,77$

- állatok szeretete- Jól 15, hajlamos arra, hogy elfogadja a határozott véleményt képviselő emberek álláspontját, szignifikancia szint 0,055,  $F=3,71$

Spss további eredményei, melyek kutatásunkban nem szignifikánsak:

- állatok szeretete- Jól 1, személyisége legtöbb oldalának szeretete között, szignifikancia szint 0,729,  $F=0,56$

- állatok szeretete- Jól 2, élettörténete között, szignifikancia szint 0,781,  $F=0,49$

- állatok szeretete- Jól 3, céltudatosság között, szignifikancia szint 0,814,  $F=0,45$

- állatok szeretete- Jól 8, felelősség között, szignifikancia szint 0,128,  $F=1,73$

- állatok szeretete- Jól 9, kötelezettségek kezelése között, szignifikancia szint 0,22,  $F=2,70$

- állatok szeretete- Jól 17, vélemény bizalom között, szignifikancia szint 0,418,  $F=1,00$ .

Összefüggést találtunk az állatszeretet és a személyek általános pozitív értékelése között:

- állatszeretet és SWLS4, eddig mindent elértem az életben, amit akartam, szignifikancia szint 0,055,  $F=3,71$ .

Szubjektív egészségképük és a:

- WHO2 nyugodtság és ellazultság között, szignifikancia szint 0,001,  $F= 6,00$
- WHO4 ébredéskor frissesség és élénkség között, szignifikancia szint 0,01,  $F= 3,47$
- WHO5 a napjai tele voltak érdekes dolgokkal esetén szignifikancia szint 0,002,  $F= 5,13$ ,  $df=3$
- Jól 2 élettörténete között 0,012,  $F=3,72$
- Jól 4 a követelmények között 0,015,  $F= 3,58$
- Jól 11 a fejlődés, tanulás között 0,041,  $F=2,79$
- Jól 12 a kihívások között 0,047,  $F= 2,68$ ,  $df=3$
- LAPS 7 vagyis szereti megmutatni a kedvencéről készített fotót itt a szignifikancia szint 0,046,  $F= 2,70$
- LAPS 13 vagyis a kedvence iránti szeretete segíti az egészsége megőrzésében, itt a szignifikancia szint 0,004,  $F= 4,52$ .
- LAPS 14 vagyis az állatok ugyan annyi tiszteletet érdemelnek, mint az emberek esetén a szignifikancia szint 0,018,  $F= 3,41$ ,  $df=3$ .

Irodalmi adatokat támasztanak alá az eredmények, a szubjektív egészség az egyéni szubjektív szűrőn (Diener és mtsai, 1999, Pikó, 2002) és a kognitív kiértékelésen (Lazarus, 1984) keresztül alakult (Bakós, 2020). Bowlby kötődési elmélete alapján tudjuk, hogy az egyének érzelemszabályozását, stresszel való megküzdését pozitív irányba változtatja a társállat, emellett érzelmi és szociális támaszként közreműködnek a felnőttek pszichés állapotának karbantartásában (Topál, 2013). Emellett érzelmi kötődést és élelcélt adnak az időseknek (Kucsera, 2011) a változók alapján mindezek bizonyítottak.

A tevékeny idős kor alapfeltételei a jó egészségi állapot mellett a társadalmi részvételt lehetővé tevő környezet, gazdasági és társadalmi biztonság, ezért vizsgáltuk az összefüggést az állattal rendelkező gazdák és a szubjektív társadalmi kirekesztettség mértéke között.

Összefüggéseinket nem sikerült szignifikánsan bizonyítani:

- állatszeretet és EQLS1, szignifikancia szint 0,321,  $F=0,39$ , vagyis érzi a társadalmi kirekesztettséget.
- állatszeretet és EQLS2, szignifikancia szint 0,967,  $F=0,9$ , vagyis az élet bonyodalmainak leküzdésében, társadalmi szerepvállalásban segít a társállat szeretete.
- állatszeretet és EQLS4, szignifikancia szint 0,553,  $F=0,76$ . A negatív megjegyzések, előítéletek feldolgozása is egyszerűbb társállattal.

Egészségi állapotuk köztudott veszélyeztető tényezője, ha előrehaladott életkoruk a társadalmi helyzetükből eredő szociális hátránnyal párosul. Egészségi állapotuk összehasonlítva anyagi

helyzetükkel 0,090 szignifikáns,  $F=0,12$ ,  $df=2$ . Bognár, 2021-es szakirodalmi adatait támasztja alá, hogy minél magasabb a megkérdezettek gazdasági státusza, annál jobb az egészségi mutatói is.

A magas - magas (arány, intervallum) mérési szintek esetén a változók közötti összefüggés szoroságát korrelációval és az összefüggés jellegét regresszióelemzéssel végeztünk. Eredményeink magyarázatánál a korrelációs együttható értéke minél közelebb állt az egyhez, annál szorosabb kapcsolatot feltételeztünk a két változó között. A táblázatokban az  $r$  értéke, a korrelációs együttható értékét mutatta. Az ANOVA táblázatból kiolvastuk az  $F$  próba szignifikanciáját, amelynek értéke, ha kisebb, mint 0,05 kapcsolatot feltételeztünk, hasonlóan a  $t$ -próba szignifikancia szintjéhez. A Standardizált együtthatók a regressziós egyenes meredekségét, míg a nem standardizált együtthatók adataiból a regressziós egyenes képletét tudhattuk meg. Összefüggést találtunk:

- életkor és az EQLS, szignifikancia szint 0,043,  $F=4,15$ ,  $t=2,04$ ,  $r=0,13$ , vagyis az életkor növekedésével párhuzamosan egyre inkább, úgy érzik, hogy az emberek, nem ismerik fel az értékét annak, amit csinálnak.
- életkor és a Jól2, szignifikancia szint 0,025,  $F=5,09$ ,  $t=-2,26$ ,  $r=0,15$ , vagyis az életkor növekedésével párhuzamosan életük történetével egyre elégedettebbek.
- állatszeretet és a szubjektív egészségi állapot szignifikancia szint 0,003,  $F=0,02$ ,  $t=3,00$ ,  $r=0,01$  között.

Keresztábra elemzésekből kiderült, hogy az egészség állapot önértékelt szintje pozitív korrelációban van a kórlapi egészséggel  $p=0,004$ , viszont a regresszióelemzés nem mutatott ok-okozati összefüggést.

### ***Az egyes csoportok részletes leírása- Sóvidéki állattartó típusok***

A sóvidéki állattartó időségeket a vizsgálati paramétereink mentén megpróbáltuk típusokba sorolni. A kutatási cél elérése érdekében törekedtünk arra, hogy minden releváns térségi információt, szakmai tapasztalatot, az interjúalanyok egyéni életpályáit, motivációit, kapcsolatrendszerét, rejtett és domináns tudását számba vegyük és a részletes megismerést követően feltárjuk a jellemző vonásokat. Az interjúanyagok kulcsfontosságú paramétereinek összegzése alapján, a tereptapasztalatok elemzésével, a célcsoport motivációs és tudatosságbeli különbségeit figyelembe véve, az eredmények alapján a következő típusokat különítettük el a klaszterelemzés alapján: ragaszkodó-hagyományápolók, tudós-természetbarátok, magányosak-hobby állattartók, vállalkozó-pénzcsinálók. A klaszterelemzés a hasonló dolgok csoportosítását jelenti, a nem hierarchikus módszerből a K-közép eljárást használtuk.

Az elemzésbe bevont változók: neme, anyagi helyzete, szubjektív és objektív (kezelt) egészségi állapota, állatszeretete, kötődése az állatához, mennyi időt tölt állatával, boldogságfaktora, elégedettségi szintje, kivel beszél meg problémáit. A végleges klaszterközpontokat a kérdőívek alapján a 6. táblázat mutatja, az interjúk összesített adatait a 7. táblázat.

6 Táblázat. Végleges klaszterközpontok – PSPP eredmények. Forrás: saját szerkesztés

	1	2	3	4
<b>1</b>	1.67	1.63	1.57	1.76
<b>5</b>	1.20	1.12	1.28	1.27
<b>6</b>	1.35	1.38	1.41	1.49
<b>8</b>	2.05	1.98	2.04	2.06
<b>13</b>	3.21	1.98	2.15	3.71
<b>14</b>	1.03	1.03	1.02	1.02
<b>17</b>	3.02	2.42	2.37	2.84
<b>20/12</b>	3.79	2.35	2.54	2.08
<b>20/18</b>	3.53	3.26	3.19	3.37
<b>21</b>	1.94	2.26	2.41	2.49
<b>24</b>	1.50	1.43	1.33	1.47
<b>27/5</b>	2.53	1.72	1.59	2.31
<b>28/2</b>	1.42	1.48	3.67	1.76
<b>29/2</b>	4.30	4.12	3.96	4.12

7 Táblázat. Interjú alanyok összesített eredményei. Forrás: saját szerkesztés

Típusok	életkor	neme %	iskola%	Kivel	WBI	SWLS	Ryff	EQLS
<b>Ragaszkodó</b>	67,13	51,72n 48,27	17,24egy. 27ál 10,34el.	család 86,2%	2.3	4.53	34	2.39
<b>Tudós</b>	63,57	57,14n, 85 fér	71,42egy- 28,57ér.	család 100%	2.8	4.78	23	2.31
<b>Magányos</b>	76,83	100 nő	50egy 33,3ál. 16,6el.	egyedül 100%	2	3.27	43	2.78
<b>Vállalkozó</b>	57	50-50	16,6egy.- 83,3 ér.	család 100%	2.7	4.12	39	2.38

Klaszteranalízissel tettünk kísérletet a gazdatípusok tipológiájának létrehozására. Az egyes csoportok szociáldemográfiai jellemzőiben több különbséget és hasonlóságot találtunk. A kérdőív válaszai alapján átlagokat számítottunk az egyes mutatóknál. A következőkben bemutatjuk azokat a külső-belső tényezőket, melyek a csoportok jellemzőivé váltak az analízisünk során:

**Ragaszkodó-hagyományápolók.** A minta jellemzői: átlag életkoruk 61.13 év, 51,72%-uk nő, iskolai végzettségük változó, legtöbben 27%-uk általános és középiskolát végeztek. Legfontosabb társadalmi intézmény számukra a család. Bizalmas dologban segítségért a gyerekeikhez fordulnak. Gazdaságuk többnyire kisebb, hagyományos paraszti modell, erősebbek a szokásaikhoz fűződő attitűdjeik. Tisztességes munkával teremtik meg a megélhetésüket, a család saját munkaerejére alapozva a háztartásuk részére, esetleg piacra termel, a megtermelt élelmiszer a háztartás költségvetését tehermentesíti, kiegészítő jövedelmet biztosít nekik a mezőgazdasági termelés, részben pótolja a szociális ellátórendszer hiányosságait. Tudásukat szüleiktől örökölték és autodidakta módon fejlesztették. Az állattal mindennapos kontaktusban vannak, szoros kötődés alakul ki állat-ember között, hagyományos ökológiai tudással rendelkeznek, a környezetet nem védik, hanem élnek vele, a természettel való együttműködésre törekednek. Az életük mindennapjait kitöltő feladatokat, amelyek sokszor 10-16 órát jelentenek, könnyedén, boldogan végzik. A munka ritmusát a természet befolyásolja. Nem különítik el a munkát a szabadidőtől, örömmel és szeretettel teljesítik a mindennapi feladatokat. Elégedettek és tökéletesen boldogok azzal a szereppel, amelyet a világ életükben játszik, értelmesnek tartják életüket, személyiségük legtöbb oldalát szeretik. A munka, mint boldogságforrás jelenik meg az életükben, ebbe a kategóriába tartoznak: 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 32, 33, 36, 37, 40, 41, 42, 44, 45, 46, 48 interjúalanyaim. A 29 interjúalanyomnak, így néz ki egy átlagos napja: 5 órakor kel, hogy kipucolja, megfejje a teheneket. Utána megoltja a tejet, megeteti az állatokat naponta háromszor. Megfőz, kitakarít, elkészíti a sajtokat. Időjárástól és évszaktól függően otthoni és kerti munkát végez, turistákat fogad, sajtot visz piacra. Nyáron heteken át szénát kaszál, takar, csűrbe hordja a bálákat, sokszor kézi erővel. Esténként megoltja a sajtot, kézimunkázik. E típus paraszti gazdaságában minden az állatok köré szerveződik, az állat eszik-iszik hamarabb, az állat kerül előbb biztonságba, az ember, a gazda igényeivel csak a munka befejeztével foglalkoznak. A farmer állatait többre értékeli, mint termelési, gazdasági hasznot. Ennél a típusnál a családi üzem, a föld, az állatok a legfontosabb gazdasági és szimbolikus értékek. A

gazda minőségének tükörképe az istálló. Táplálkozásuk, életmódjuk egészséges, mely sokszor nem tudatos, de spontán életmódjuk következménye. A felvett standard kérdőívek eredményei alapján a hat fontos domain területen a ragaszkodó típus mutatói nagyon jók. WBI- 2.3 az egyének általános közérzete jó, az étellel való elégedettségük az elmúlt két hét során kitűnő SWLS: 4,53. A Ryff: 34, az élet mindennapi követelményeit pozitívan megoldják. EQLS: 2.39. Ez a típusú ezüstgazdaság aranyat ér, több évnyi tapasztalat, tudás, információ, rutin összpontosul kezükben és diverz kapcsolati tőkéjük (Kovács, 2020). A kérdőívek eredményei alapján 66 az esetek száma ebben a klaszterben, lásd 48 ábra. Szakosodásra kevésbé hajlamos paraszti közösségek, mezőgazdasági termékeik mintegy felét a piacon értékesítik, míg másik felét maguk fogyasztják el (Paládi, 2001). Az alábbiakban interjúrészletek, olvashatók:

*„A tehén tejét a csarnokba visszük, akkor innen a háztól is elhordják, negyven tejesem van, úgy, hogy innen elfogy. Ebből élek, akkor van a nyugdíjam. A nyugdíjamat adom, mert kell a segítség, a fiamnak, úgy-e mert egyedül nehéz, s azt adom oda, ahogy tudjuk, csináljuk, így van a kapun belül megélünk. Szeressük, szeressük a mezőn, szeretünk kapálni, ültetni, mindent így van. Van föld elég, mert vettünk volt, sokat is vettünk, másokéra nem megyünk, a mienket csináljuk. A fiam kell öt órakor, én reá egy órára hatkor és este nyolc kilencig, egyvégtében muszáj menni folyamatosan, igen kell dolgoznunk. Napközben ezzel dolgozunk. Reggel a fejések, a tej kiszűrések, elmosogatás, ebédcsinálás s mindjárt dél van. Kezdődik minden előről. Akkor közben nyáron ugyebár van mit csinálni a mezőn, takarni kell, forgatni kell, kaszálnak, kapálni kell. Van, amivel dolgozni egész nap, így van. A jó időben kell szénát szárasztani, így van menni kell.”*

*„Általában vidám vagyok. Mondják, hogy én nem panaszkodom soha. Kinek mondjam mit panaszkodjak, amíg bírjuk, csináljuk. A fiam nagyon szereti, s akkor milyen az anya, csináljuk. Jól esik, hogy az állatokat elrendezed és akkor szépek.”*

(1. interjúalany, hetvennégy éves, nő, özvegy)

*„Azért vágyódtunk ide vissza falura, mivel, hogy a férjem is szereti az állatokat. Még egy kis jövedelem is, és foglalkozunk, eltereljük a gondolatainkat, betegségeinket, mert tulajdonképpen az állatok gyógyítanak. Reggel a minden szokás az istállóba kell menni, a lónak, a juhoknak adni, a tyúkokat kiengedni. Na macska, kutya. Utána aztán jövünk mi a reggelivel, ebédfőzés, aztán délben megint folytatjuk az állatokat. Egy kis pihenés, télen, nyáron aztán kell menni a mezőre. Most nem*

*kelünk korán hét órakor, de nyáron bizony öt órakor kelünk mi. Korábban virrad, készülődünk a mezőre is. Akkora jövedelmet nem hoznak, a lóból még a fiam pótolja. Nem is azért tartjuk, hogy jövedelem. Ő is ilyen betegségben szenved, hogy kell a mozgás és nagyon el kell foglalja valamivel magát, mert szellemileg beteg és a ló maga gyógyítja, úgy beszélget a lóval, mintha egy élőlény lenne neki, társa lenne. Ez élteti a fiamat.”*

(2. interjúalany, hatvannégy éves, nő, özvegy)

*„Állattartással foglalkozunk mióta nyugdíjba jöttünk. Ötven éves voltam, huszonhat éve. Huszonhét éve, hogy nyugdíjba jöttem és azóta foglalkozunk, a férjem még hamarabb. Hát mi nagyon szeressük az állatokat, nagyon szeretem a természetet. Nem nagyon ülök bent a házban most sem, őrizzem a tyúkokat a kertben, megyek az istállóba, segíték, nagyon szerettem. Nyáron is állandóan járom a mezőt, nézem a vetést. Most is van búza három hektárban, vetve árpa. Nézem, hogy hogy növekednek, örvendek nekik. Állatunk van egy tehén, van egy ló, van húsz darab majorság, tíz darab juh és kilenc disznó, olyan süldők, nem olyan nagy, mert a nagyokat már eladtuk. Reggel, minden reggel az a programunk, hogy hat órakor kelünk most, nyáron kelünk öt órakor. A férjem fel kell hamarabb egy fél órával kipucolja az istállót, akkor én addig rendbe szedem itt a hálósobát. Kimegyek, meg van gyújtva a tűz, fejőgéppel fejünk, odateszem a meleg vizet, akkor feltesszük a fejőgépet, ketten tesszük fel, két öreg. Akkor kimérem a tejet, jönnek a nénikék, utána a hónapusok. Akkor elmosogatom az edényeket, akkor teszem oda a reggelit, közben adunk reggelit a disznóknak, elmegyek hátra a majorságokat elkúrálni, kiengedem. Aztán a férjem megy túl, mert édesanyámék, a nagyszüleim meghaltak, ott tartjuk a juhokat, bárányoznak adunk, hogy egyenek. 12 órakor megint. Úgy, hogy sok idő nincs sétálni, közben ebédet is főzzünk. Na, az állatok. Hát nem mondom, hogy jövedelemforrások, de pótol valamit. Szoktunk eladni, akkor megvan nekünk az ételmünk, tojás, tej, hús nem kell, hogy megvásároljuk ezeket. Szeressük, na. Nem jövünk ki, de még szungvenciót is adnak, az állam segít, ki lehet jönni. Nem meggazdagodni, de jól ki lehet jönni.”*

*„Mindig megnézem, mikor látom, olyan boldog vagyok, úgy várják, azeledelt, szaladgálnak, örvendek én is. Jobbá teszi az életünket, a mozgásunkat, mert azt mondom a férjemnek is, mert mondják, hát miért tartunk állatokat, mert jó nyugdíjatok van, há de a nyugdíj nyugdíj, de ez más. Ha nem lenne, nem lenne mit dolgozni. „*

(3. interjúalany, hatvannyolc éves, nő, házas)

*„A majorháznál nem volt időd, hogy szomorú legyél, folyamatosan dolgozni kellett. Reggel felkelsz négy órakor, fél ötkor legkésőbb. hét- nyolc óráig fejni kell, elő viszed a tejet, meg kell szűrni, oltani. amíg alszik, reggelit kell csinálni az embereknek. Mindenki ment a dolgára és akkor folytatni tovább. A tej megaludt a sajtot meg kell csinálni, a savót le kell főzd, mosogatni kell, délebed kell, ha délre fejsz, akkor délre jönnek a juhok, megint neki kell fogni fejni. Alig végzed el, este jönnek megint. ha csinálod a sajtot, este te vagy a legkésőbbi lefekvő egy óra, két óra. Nehéz egész napos munka. Nem olyan, hogy jaj egy napot csinálom és kettőt nem. Ezt nap, mint nap csinálni kell. Én nagyon szerettem, mert ha nem szerettem volna, nem csináltam volna es a fiam is.”*

(5. interjúalany, hatvankilenc éves, nő, özvegy)

*„Szeretek hálát adni az istennek. Panaszkodni nem szoktam, ha szomorú vagyok a macskámmal kibeszélem vagy dolgozom. Emlékszem édesanyám szokta mondani, ha panaszkodtunk ezért azért, hogy má bízta mosogatnál és akkor nem lenne bajod. Erre, ha haragudtam is, de a zsigereimbe ivódott, úgy megszoktam, hogy a munka gyógyír a bánatra. Többnyire jól vagyok, a férjem aztán mint a szabad madár, jókedélyű vidám legtöbbször, ha meg mérges veszekedik az állatokkal.”*

(9. interjúalany, hatvanhat éves, nő, házas)

Egy olyan kulturális réteg, amelynek a mindennapi nehéz termelői tevékenység még flow élmény, mert gond és erőfeszítés nélkül összeegyeztetni a családi életet és a munkát (Posta, 2016).

**Tudós-természetbarátok.** A minta jellemzői: átlag életkoruk 63.57 év, 57,14%-uk nő, iskolai végzettségük szerint a legtöbben tanultak, 71,42%-uk egyetemet végzett. Többnyire a nagyvilág zajától visszavonult értelmiségi réteg, akik ezt az életüket tudatosan választották. Belső késztetésből, célzottan a környezet védelme érdekében változtattak szokásaikon. Az irodalomban említett szürke invázió szereplői is ide tartoznak, akik nyugdíjas éveikre választják a vidéket, a költözés okai a vidéki idill vonzereje, a materiális és szimbolikus vonzása, életfeltételek biztosításának az ígérete, mentalitásuk változása. Magasabb jövedelemmel rendelkeznek, a mezőgazdasági termelést hobbiszinten végzik (Kovách, 2010). Minimális befektetést igénylő, természetes gazdálkodást folytatnak, gazdálkodási életformájuk rehabilitációs jellegű, fenntartható módon felelősséggel gondolkodnak. Természetszeretet és ökoéletmód iránti

elkötelezettség jellemzi őket. A gazdálkodási rendszereik kialakításánál ökológiai módszereket alkalmaznak, a természetet társként kezelik, melyet nem kizsákmányolnak, hanem együttműködnek vele. Gazdálkodó életmódjuknak van egy körforgása föld, növény, állat. Úgy dolgoznak az állatokkal, hogy partnerként kezelik, optimális életfeltételeket biztosítanak számukra és az állatok ennek fejében visszaadják az elveszett paradicsom illúzióját. Az állatok szeretete és nem csak ölése a létük alaphipotézise. Egészségtudatos magatartásuk kimagasló, törekednek a káros szenvedélyektől mentes életre, az egészséges táplálkozásra. Tárgyi tudásuk nem intuitív, szaktudással rendelkeznek, iskolai végzettségük többnyire magasszintű, legalább egyetem vagy főiskola. Szemléletváltásuk alapja megkímélni a környezetet és egészséges élelmiszert próbál termelni. Ebben a kategóriában tartoznak: 4, 22, 23, 26, 27, 38, 39 interjúalanyaim. A kérdőívek eredményei alapján 65 az esetek száma ebben a klaszterben, lásd 56 ábra. Legfontosabb társadalmi intézmény számukra a család, mely fizikai és lelki erőforrás az életükben. A családi munkaerőre támaszkodnak, esetleg kalákában segítenek barátaiknak és azok kölcsönösen nekik vissza. A felmért gazdaságokban a növényi és állati eredetű termékeik az alacsony produktivitás miatt általában csak az önellátást biztosították, agrárvállalkozásuk amennyiben piacra is termel, szerepet játszik a regionális fejlődésben, mivel termékeik helyi terméként szerepel. Archaikusan figyelnek a természetre, kíméletesen gondoskodnak az állatokról, hogy jól teljen nekik az élet, ennek fejében tejet, húst adnak a gazdának, ami terméké nemesedik kezében. Minderre reflektál, a paraszt, és ha jól csinálja kultúrát, harmóniát és vele békét teremt, erőforrást a mindennapokra, koherenciaérzést. Standard mutatóik a legjobbak: WBI: 2.8, SWLS: 4.78, Ryff: 23, EQLS: 2.31 az étellel való elégedettségük korrelál a családi és egészségi harmóniával, önellátó képességükkel. Életük feletti kontrollérzésük magas, mivel a céltudatosságuknak, elkötelezettségüknek köszönhetően világukat kezelhetőnek, megérthetőnek és jelentőségteljesnek tulajdonítják. Az empirikus megfigyelések azt tanúsítják, hogy e értelmiségi parasztréteg, innovációs erővel rendelkezik, ég- föld- élővilág közötti harmóniát keresve, talán sikerült nekik, egy merre tovább alternatívát találniuk a fenntartható, környezetbarát életformára. Aki megtapasztalja a természet egészséges kisugárzását, szeretni fogja és óvni az elkövetkező generációknak. Pozitívumaik a felsoroltak mellett, hogy azonos érdekeltségű és gondolkodású közösségben tevékenykednek és szerteágazó kapcsolati hálóval rendelkeznek.

Interjúrészletek:

*„Ezután határoztunk úgy a férjemmel, hogy nekifogunk gazdálkodni, egyrészt hiányzott a szakma szépsége, másrészt a gyerekek egyre nagyobbak lettek és a taníttatásuk több anyagi fedezetet igényelt. Házat vettünk egy aránylag természetközeli helyen és elkezdtük. Növénytermesztéssel, gabona, krumpli és zöldségtermesztéssel kezdtünk foglalkozni és háztáji állattartással a család részére. Ahogy teltek az évek, egyre inkább biogazdálkodásra törekedtünk. Egyrészt mert gyerekeinkkel egészséges élelmiszereket szeretnénk volna etetni, másrészt mert szakmai kihívásnak találtuk. Rengeteg időt töltöttünk farmunkon, nagyon szerettük a munkát, szinte szórakozás is volt a farmon töltött megannyi pillanat. Látni ahogy két kezünk verítéke által szépül, virágzik, növekedik és lesz egyre csodálatosabb. Egy idő után mások is felfigyeltek, így fokozatosan tanító kertté, farmmá vált. Öröm volt nézni gyerekeink boldogságát is, ahogy játszadoztak az állatokkal. Nagyon szerettük, nem is emlékszem, hogy betegek lettünk volna. Holott nem volt könnyű, szinte 24 órás elfoglaltságot jelentett.”*

(4. interjúalany, hetvenhárom éves, nő, özvegy)

*„A bürokrácia, az nagyon kezdett nyomni minket. Én már így jól vagyok, többet akarok befelé figyelni, fordulni, csendesebben akarom, nem akarok este 11-kor beleesni az ágyba, hanem 7 órakor be akarom fejezni, csak ülni akarok, nézni, ahogy szállnak a méhek, örülni, azt élvezni, anélkül, hogy pörögne, hogy ma még ezt vagy azt kell csinálni, ezt már nem akarom. Ami van, úgy szoktam mondani, hogy már több ruha nem fér rám, többet nem tudok megenni, mint amennyit meg tudok. Na, tehát úgy érzem, hogy inkább most azért tartjuk, így megegyeztünk, hogy most már nincsen emelkedés, meg tovább menés, hanem szinten tartá. Ez a normális, ez a biológia. Különb a méhek mellett az ember egy ilyen természetközeli életet megszokik, más már nem vakítja annyira, már egy fél óra csendnek sokkal több értéke van, mint sok egyébnek. Ez egy természetközeli élet, tehát engem már nem vonz, nem cserélném el egy akármilyen nagyvárossal ezt a falusi, egyszerű, csendes életmódot. Ugyanígy, mi, termelők megyünk vásárokra. Azt mondom, hogy olyasmiket látok, olyasmikhez jutok, amit, ha sok pénzem lenne, vagy nagyvárosban lennék, akkor sem.”*

(26. interjúalany, ötvenhat éves, nő, házas)

**Magányos-hobbiállattartók.** Átlagéletkoruk 76,83 év. Jellemzően idős, özvegy nők tartoztak e kategóriába. 50%-uk egyetemet vagy főiskolát végzett. Sokszor a hátramaradott özvegy folytatta a házastársával elkezdett háztáji gazdálkodást, vagy társállattartók. Az állattartás náluk szabadidős, rekreációs hobbitevékenység. Állataikat

társaként kezelik, figyelnek rájuk, különleges bánásmódban részesítik. Sokan 30.3 %-uk családtagként tekint állatára, a LAPS-20 kérdőív szerint is nagyon szoros a kapcsolatuk kedvencükkel. Ebben a kategóriában tartoznak: 8, 11, 14, 15, 43, 47 interjúalanyaim. A kérdőívek eredményei alapján 54 az esetek száma ebben a klaszterben, lásd 48 ábra. Személyközi integráltság tekintetében rossz helyzetűek, társasági életük és kapcsolathálózatuk meglehetősen korlátozott, magányosak, elszigeteltek legtöbb esetben vagy a családiasság a jellemző, a kapcsolatok túlnyomó része a rokon. Ez a csoport kötődik a legjobban az állataihoz, valószínű, hogy kompenzálni szeretnék a társtalanságot általuk. Standard kérdőíves eredményeik gyengébbek a többi csoporthoz viszonyítva: WBI: 2, SWLS: 3.27, Ryff: 43, EQLS: 2.78. Feltételezhetően mivel önellátó képességeik korlátozottabbak és erőforrásaik hiányosabbak. Interjú válaszaikból ollóztam:

*„Ameddig voltak kollegáim és a tanulók a munkám lefoglalt, és nem éreztem egyedül magam. De elteltek az évek, és fokozatosan magamra maradtam, sokszor megköszöni sem köszönnek az emberek. Már vagy nyolc éve elhatároztam, hogy veszek magamnak egy kis kutyát. Nem bántam meg, beragyogja a napomat, lefoglal, nagyon kedves aranyos kis jószág. Amikor egészségem engedi el-elviszem sétálni, ilyenkor találkozom emberekkel, ismeretlenekkel, akik a kutya miatt sokszor megszólítanak, így van egy kis társaságom. Ha nem, bizony nem sokan látogatnak meg. Az elején még adtam magánórákat, de már lassan belefáradtam. így legtöbbször magam vagyok Bátorral. Egy éve még hozzám szegődött két kis macska, nagyon barátságosak voltak, így etetgetem, de őket nem engedem be a házba, kint viszont jól elvannak. Nincs egér azóta a ház körül. Sokat beszélgetek velük, aranyosak, mintha megértenék az embert. néha, ha jó a kedvük dorombolnak, kedveskednek. Naponta öt órácskát elvesznek a magányos perceimből. Boldog, lehet sosem voltam, de lassan lassan megtanulok megbékélni a helyzetemmel.”*

(8. interjúalany, hetvennyolc éves, nő, egyedülálló)

*„Néha elmegyek, de nem szeretem különösen zavarni az embereket. Nem érzem magányosnak magam, optimista vagyok, született optimista. ---mindig beszélek hozzá, nagyon sokat beszélek, biztos vagyok benne, hogy megért. Már a mozdulataimról tudja, hogy mi mit jelent. A kutyának köszönhetően bővül a társadalmi életem. Most már az egész falu megszokta, van öt útvonalunk, azt szerre vesszük. Kezdetben csodálkoztak, mert Buksi a főnök, cibál engem, én meg igyekszem*

*visszatartani, egy nagyon mozgékony kutyas. Most már mindenki megszokta, megállítanak, megkérdezik, hogy vagyok, főleg a volt tanítványaim, de mások is. Igy szívesen beszélgetek, ha kérdeznek válaszolok, de másként nem szeretek az emberek magánéletébe vágkálni, ez az igazság. Amit mondanak, szívesen meghallgatom. Szívesen beszélgetek bármiről bármikor, van is alkalmam, amikor Buksival megyünk.”*

(15. interjúalany, hatvannégy éves, nő, egyedülálló)

**Vállalkozó-pénzcsinálók.** Átlagéletkoruk 57, nemük 50%-os megoszlást mutat, családosak, 83,3%-uk érettségizett vagy továbbtanultak. Kísérletezők, az innovatív mezőgazdaság megteremtői, sokan külföldön tanultak és az ottani jó példákat próbálják itthon megvalósítani. Nagyobb farmok gazdái, kiterjedt legelőkön, extenzív állattartást folytatnak. Állataikkal nem mindig tartanak közvetlen kapcsolatot, a haszonállataikat csak gondozzák, életfeltételeiket biztosítják, sokszor távvezérléssel. Kapcsolatuk személytelen, nem kötődnek érzelmileg állataikhoz, kereskedelmi áruként kezelik őket. A LAPS-21 kérdőív válaszai alapján a mintánk 3.4%-a úgy gondolja, hogy kedvence egyszerűen csak egy állat, de ennek ellenére azért az interjúanyagokból kitűnik, hogy természetkedvelő emberek és a valamikori állatszeretet vezényelte őket a szakma fele. Legtöbben kicsiben kezdték és fokozatosan fejlődtek farmokká. Nagyüzemi szintetikus anyagokat és modern digitalizált technológiát is használnak. Ebbe a kategóriába tartoznak: 28, 29, 30, 31, 34, 35, 49 interjúalanyaim. A kérdőívek eredményei alapján 49 az esetek száma ebben a klaszterben, lásd 48 ábra. Standard kérdőíves eredményeik: WBI: 2.7, SWLS: 4.12, Ryff: 39, EQLS: 2.38. Céltudatosok, családosak, akik a megélhetésre, a haszonra hajtanak, motiváltságuk valószínűleg a kulcsa jó eredményeiknek. Interjúválaszaikból szépen kirajzolódnak jellemzőik:

*„Jelenleg 650 anyaállat van összesen, és bárány is szinte annyi. Legelő 200 hektár körül van, bérelt terület, és termőföld az 18 hektár körül van. Gabonát termelnek nyolc hektáron, ami vegyes. Részben gépekkel, részben, ami olyan helyen van, azt kézzel művelem. Van két állandó alkalmazott, illetve három, csak egyik most gyermeknevelésen van. Az első két-három évben nem jövedelmezett egyáltalán, mert meg kellett vásárolnom az alapot, amiből aztán most felszaporodtam ennyire, meg istállót is kellett építeni.”*

(28. interjúalany, ötvenöt éves, férfi, házas)

*„Körülbelül 300 hektáron gazdálkodom. De nem, ebből körülbelül 100 saját, a többi bérbe van véve. A farm gépesítve van, a munkákat gépekkel végezzük.”*

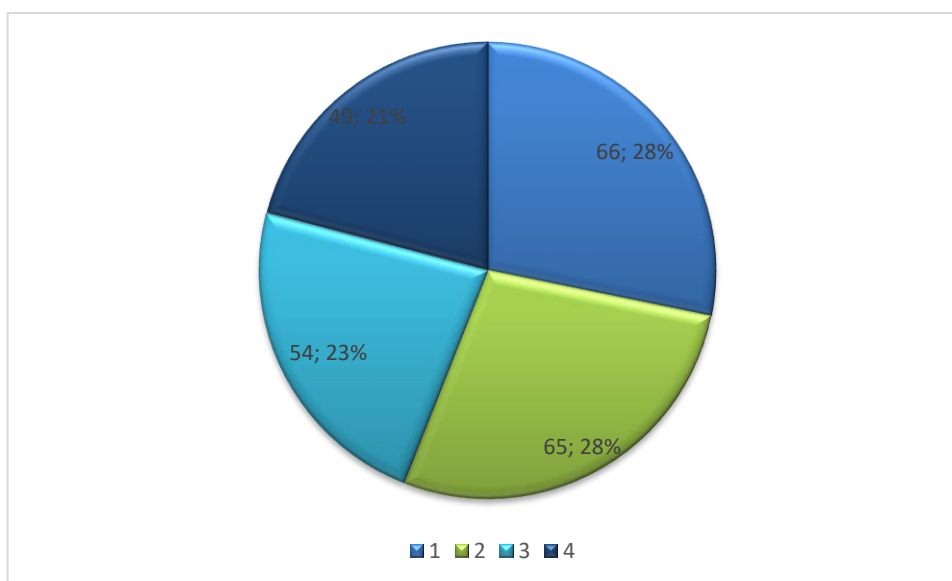
(30. interjúalany, ötvenhét éves, férfi, házas)

*„Ez nekem inkább hobby. Úgy vagyok ezzel, hogyha az ember tart tíz darabot, akkor elfér még húsz darab. Ha elfér húsz, akkor elfér negyven is. S akkor, ha már ennyi van, akkor, hogy érje is meg már tartani is, akkor már legyen százon felül. Ha van több, mint száz juh, akkor már érdemes egy embert alkalmazni, mert akkor a munka java részét az elvégzi, és lehet fizetni. De ha felszámolunk mindent, akkor nem érdemes semmivel foglalkozni. De most már nehéz, nagyon nehéz.*

*Amit beleteszek a tenyésztésbe, azt kiviszem, s ha nem is sikerül ez mindig, akkor is szeretem őket. Amíg a jó Isten éltet, addig biztos, hogy meg fogom tartani az állományt. Juh s kutya nélkül nem maradok, ez biztos. Szeretem őket, na, szeretem. Az a helyzet, hogyha eladom a juhokat, akkor ki tudja, milyen nevet adnak nekem?! Akkor már nem leszek juhos. „*

(34. interjúalany, hatvankét éves, férfi, házas)

A terepadatok alapján, az elemzésben megjelölt dimenziók alapján legtöbbször azért mozaik módon vegyesnek jönnek ki, az eltérő típusok keveredtek, de vannak az ideáltípushoz társuló magatartásformák is, melyek személyes példázatait, megtestesítőit adott viselkedésmintának, állattartó gazdatípusnak.



49 ábra. Klaszterek megoszlása a kérdőívek alapján. Forrás saját szerkesztés

1=ragasztó, 2=tudós, 3=magányos, 4=vállalkozó

## 7. KÖVETKEZTETÉSEK, ÖSSZEFOGLALÁS

„Nihil melius nihil homine libero dignius, quam agricultura”- Cicero

A kutatási mintánk alanyai állattal rendelkezők voltak, legtöbben: hetvenes éveikben járó, érettségizett, családos egyének. Átlagban 24,07 éve tartanak állatot, jövedelemforrásként, ami anyagi függetlenség mellett, erőforrást is jelent. Szubjektív egészségi mutatóik szerint tudják, teljesen nem egészségesek, de pozitívan gondolkodnak és hálásak. Az állat egyfajta motivációs forrás életükben, aki miatt nem lehetnek betegek, gondozni, vigyázni kell rájuk. Az állat(barát) növeli a tendenciát, hogy pozitívan értékeljék önmagukat, higgyenek az élet értelmében. Az egészségesebb életvitel, a táplálkozás minősége, a mozgás, a lelki egyensúly összhangban van orvosi eredményeikkel. Funkcionális kapacitásuk korrelál az állattal töltött idővel, annál jobbak a mutatók, minél több minőségi időt töltenek kedvenceikkel. A kutatási kérdéseinkre kapott válaszok:

*Milyen állatokat tartanak? Milyen az állataikkal a kapcsolatuk? Mennyire kötődnek állataikhoz?*

A sóvidéki háziállat fajspektrum diverz: kutya-, macska-, szárnyas-, szarvasmarha-, nyulak-sertés-, juhtartók legtöbben. Az állatokról való gondoskodást Székelyföldön hasadt kettőség, disszociáció jellemzi. Legtöbbször állataik haszonállat funkciót töltenek be, kereskedelmi céllal tartva, de bárki, aki ismer farmert, tudja, hogy a paraszti kultúra mindennapjaihoz hozzátartozik, hogy figyelnek, törődnek, kötődnek állataikhoz, empátiát és érzelmeket figyelhetünk meg kapcsolatukban. Hitvallásuk, hogy az állatból nem származhat csak fizikai haszna az embernek, szükség van az ember-állat közösség megteremtésére. Az állatokkal rendszeresen kapcsolatban lévő gazdák a feltétel nélküli szeretetet, ragaszkodást, biztonságérzetet hangsúlyozzák, de nem csupán az egymás közti interakciókban protektív, hanem a környezettel való kapcsolat kiépítésében, a szociális izoláció leküzdésében is segítséget adnak. A társállatok pozitív fiziológiás, pszichológiai, kognitív és viselkedési változásokat indukálnak.

*Milyen személyközi integrációs erőforrásokkal rendelkeznek?*

Az állat jelenléte, társasága csökkenti a stresszt, jótékony, nyugtató hatású, önértékelés-fejlesztő (Molnár, 2012). Az állattartással foglalkozó időséknél jelentős plusz, hogy nem küzdenek önellátási nehézségekkel, a háztartási tevékenységek végzése mellett, hatalmas energiát fektetnek állataik gondozásába. Az állattartó idősök életvitelüknek köszönhetően

egészségesebbek az átlag populációnál, mivel a saját termelésű inputoknak, mezőgazdaságuknak köszönhetően egészségesebben, természetközelibben táplálkoznak, gyakrabban esznek teljes kiőrlésű gabonát, bio zöldségeket és gyümölcsöket, saját tenyésztésből hústerméket, tejterméket, jó minőségű élelmiszereket. Fizikai aktivitásuk, testmozgásuk a mindennapi munka miatt intenzívebb, ami egészségi állapotukra pozitívan hat. Leleményességük, természetszeretetük, hagyományos tudásuk, civilizációs ártalmaktól mentes közegük preventíven megelőzi, számos testi-lelki betegségük kialakulását, patikává válik a körülöttük levő világ. A trendi slow tanítások ismerete nélkül is életvitelük eleve lassúbb, így kevesebb fogyasztással járó tudatosabb életmódot folytatnak. Az elfoglaltságuknak köszönhetően a jókedv, a derű, a nevetés jellemzi őket, mely testi és lelki egészségük egyik megtartója. A vidám szív a legjobb orvosság<sup>19</sup> mondjuk, életenergiájuk forrása, melyet fiziológiás paramétereik is pozitívan tükröznek.

A sóvidéki gazdaságban élő és tevékenykedő ember a maga világában dolgozva túlmutat az egyéni világán és globális problémákra ad lokális válaszokat. A falusi élet nagy érték, a levegő, a tér, az erdő-mező, a ház, a kert, az udvar, az állatok mind a fenntartható fejlődés elengedhetetlen faktorai. A természettel, a földanyával való együttélés nyugodtságot, elhivatottságot teremt. Értékvesztő világunkban, amelyből kiveszöben van a tapintat, az etika, az erkölcs és csak a jog uralkodik, a paraszti gazdálkodói életmód teremtheti újra a belső értéket (Berecki, 2021). Az idősek ökológiai lábnyoma kisebb, de inkább a spórolás és a hagyományokhoz való ragaszkodás miatt környezetbarátabb az életvitelük. Láthatóan önmagában a természet és a természeti értékek szeretete, tisztelete is könnyen kivált környezettudatosabb viselkedésformákat náluk (Kertész, 2020).

*Milyen összefüggés van az állattartás és az egészségi állapotuk, nem, kor, családi állapot között?*

Az ok-okozati tényezők vizsgálata alapján legszembetűnőbbnek találtuk, hogy az állat(barát) életminőséget javító tényezőként jelentkezik, az életvitel segítésére és gondozására alkalmas, fiziológiás egészségparamétereket, szubjektív egészségképet javít. Keresztábra elemzésekből kiderült, hogy elég nagy a diszkrepancia az önértékelt egészség és a keringésrendszeri betegségek között. A demográfiai mutatók alapján 65, 8% női dominanciát találtunk, 76 év fölött már minden harmadik nő egyszemélyes háztartásban él. Nemi aránybéli eltéréseket

---

<sup>19</sup> Példabeszédek 17:22

életvitelből fakadó különbségekkel magyaráztuk. A nőket pesszimistábbnak találtuk a férfiaknál egészségi állapotuk megítélésében, de a kórlapi eredmények nem támasztották alá. A vizsgált populáció kapcsolatrendszerében a rokoni kapcsolatok domináltak, legfontosabb társadalmi intézmény a megkérdezettek számára a család. Bizonyítottuk, hogy az állattartással járó társas kapcsolatok megléte egészségmegőrző szereppel bír, ami jobb lelki egészséget indukál. Az állatbaráttal rendelkezők esetében vérnyomás, pulzus eredmények pozitívabbak. Az egészségi állapot és állattartás pozitív hatásait 24, 4% tudatosan is vallja, megéli, érzi, beépíti életébe.

### *Milyen a testi és lelki egészségi állapota a sóvidéki időseknek?*

Eredményeink alapján látható, hogy az egészségi állapot fenntartásához harmóniára és összhangra van szükség a természettel, azok az állattartó gazdák, akik békességben élnek kis tanyáikon, jobb fiziológiás paraméterekkel rendelkeznek. Egészségi állapotukat pozitívan befolyásolja az életmódjuk, önmegvalósításuk kiterjedtebb, boldogabbak, kiegyensúlyozottabbak, képesek megbirkózni a környezet kihívásaival, a közösség érdekében hatékonyan tudnak közreműködni, magabiztosabban el tudják látni társadalmi szerepüket. Engel szemüvegén keresztül egészségesebbek biológiai szempontból, igazolják ezt anatómiai, strukturális és funkcionális adataik. Pszichológiai szempontból, lásd mentálhigiénés adataikat. Szociális szempontból lásd kapcsolathálójuk diverzitását. Láthattuk, hogy tele van szépségekkel a gazdálkodó ember élete, még akkor is, ha idejének jelentős részét a következő munkafázisra való felkészülés tölti ki. Az állattartó életforma egyfajta életvitelt, értékrendet követel. A napi átlagos 2,81 órás állatgondozásnak köszönhetően fizikai aktivitást, mozgást végeznek. Táplálkozásuk egészséges, saját természetű minőségi alapélelmiszerforrást használnak tulajdon gazdaságukból. Életminőségük kognitív értékelését, SWLS skála mérte, amellyel megállapítottuk, hogy elégedettek és értelmesnek tartják az életüket. Statisztikailag bizonyítottuk, hogy legtöbbszörük számára flow élmény a mindennapi munka, nem elfáradnak tőle, hanem felélénkülnek, mert örömmel és lelkesedéssel végzik. A WHO-kérdőív eredményei alapján, az állattal rendelkező gazdák mutatói nagyon jók, vonatkozik ez a fizikai, pszichikai állapotukra, a társas kapcsolati hálójukra. Az állattartással járó társas kapcsolatok megléte egészségmegőrző szereppel bír, ami jobb lelki egészséget indukál. A mentális egészség tekintetében az állatbarát segíti őket, hogy pozitívan értékeljék önmagukat, legyenek elégedettek az élettel és higgyenek az élet értelmében. Ryff-skála eredményei szerint jól tudják kezelni a rájuk háruló kötelezettségeket, felelősnek érzik magukat azért a helyzetért, amelyben élnek, az élet számukra a tanulás, a változás és fejlődés szakadatlan folyamata, boldogok és elégedettek azzal a szereppel, amit a világ életükben játszik.

*Milyen a társas támogatottságuk? Mennyire elégedettek általánosságban az életükkel?*

Eredményeink alapján szubjektív, megélt életminőségük jó, értelmét látják életüknek, valamiféle eufóriát sugároznak. A napi rutinos gondozás a jelenre irányítja a figyelmüket, erőforrást ad gazdáiknak. Az életük feletti kontrollézés hatással van fizikai és mentális közérzetükre, növekedik bizalmi szintjük, mely segíti kapcsolathálójuk bonyolódását, kommunikációs palettájuk szélesedik, társadalmi tőkájuk gyarapodik. Tudjuk, hogy az idősök kapcsolathálója szegényesebb, nem találják a hangot másokkal az alacsonyabb szintű türelem és alkalmazkodási képesség miatt, valamint amiatt az általánosan elterjedt sztereotípiák miatt, hogy az öregek csak panaszkodnak. Kutatásommal és az adatok empirikus generalizálásával bizonyítottam, hogy Cicero szavai, örökérvényűek: „semmi sem méltóbb az emberhez és semmi, sem tesz szabadabbá, mint a gazdálkodás”, és ezekre az időskori érzelmi hiányosságok kárpótlására is alkalmasak az állatok. Kutatási eredményeink szépen tükrözik, hogy a paraszti gazdálkodások művelői nyugodtabbak, kiegyensúlyozottabbak, egészségesebbek, egységben élnek a természettel, a gazdálkodó idősök értelmét látják életüknek, megoldhatónak találják problémáikat, sokkal könnyebben megbirkóztak az egészséget veszélyeztető stresszekkel. Az állat(barát) hozzájárul komfortérzetük kialakulásához, sokszor interperszonális kapcsolatokat helyettesítenek.

Az értekezés átfogó elemzést nyújt az állatterápia és annak egészségpszichológiai aspektusairól, különös tekintettel az idősök életminőségére és társadalmi integrációjára. A kapott eredmények alapján a következő törvényszerűségeket tudtuk megfogalmazni:

**Az állatok az emberek számára egészségmegőrző hatással rendelkeznek.** Kutatásunkból kiolvasható, hogy a (társ)állattal való fizikai kontaktusnak, interakciónak közvetlen pszichológiai, kognitív hatásuk van, amelyek mérhető módon tükröződnek egyes fiziológiai paraméterek pozitív változásában (Topál, 2011). A természetes, állatbarát környezet közvetlenül vagy közvetve befolyásolja az egészséget. Az állat gondozásával összefüggő feladatok, mint cselekvés-koordinációs, mozgás-koordinációs terápiai is detektálhatók.

**A társállat mentális egészségvédő faktor.** A mentális egészség biztosításában, az állat- ember interakció önmagában spontán terápiás értékekkel bír. Szignifikáns eredményeink bizonyítják, hogy az ember-állat interakciónak indirekt hatása is van, a szociális facilitáción keresztül, azáltal, hogy megkönnyíti az emberek közötti szociális integrációt (Topál, 2011). A nyers adatok, kutatási eredmények elemzése alapján megerősíthető, hogy az állatbarát jelenlétében

könnyebben megy a kommunikáció, a kommunikációs csatornák szélesednek, változatosabbak lesznek, gazdáiknak szociobilizációra *ösztönző tényezők*.

**Az állatterápia aktív megküzdési stratégiák használatára ösztönöz.** A problémaközpontú megküzdés esetén az alanyok a probléma megváltoztatására összpontosítanak, megoldáskeresést tűzik ki célul. Nyers adataink alapján következik, hogy az állatbaráttal rendelkezőknél a leggyakrabban használt megküzdési stratégiák dimenziói: az aktív megküzdés, a pozitív újraértékelés, az elfogadás és a tervezés. Míg az állatbaráttal nem rendelkező személyeknél a vallás és az eszköz jellegű szociális támasz keresése a domináns.

**Koherenciaérzésük magas.** Megfigyelhettük, hogy életük feletti kontrollérzés magas az állatoknak köszönhetően. Értelmét látják életüknek, megoldhatónak találják problémáikat és képesek megérteni a körülöttük lévő világ jelzéseit.

**Végkövetkeztetésként** megállapítható, hogy az állatok a gazdálkodók számára többszörös tökéletet jelentenek: gazdaságit, kulturálisat, társadalmi, szimbolikust, olyan rurális értéket, amely a felgyorsult, globális társadalmunkban egy kihalófélben levő életformát, világot képvisel. Az állatok javítják az idős emberek egészségi állapotát, csökkentik az orvoslátogatások számát, az egészségügyi problémákra jótékonyan hatnak, a betegségek gyakoriságát gyérítik, javítják a túlélési esélyeket és a mentális közérzetet. A gazdálkodás felemeli a lelket és az emelkedett lélek természete az, hogy kiárad. Az öregedő társadalmunkban a gazdálkodás innovatív mód az idős emberek társadalmi elszigeteltségének a leküzdésére. A tereptapasztalatok alapján megállapítható, hogy a paraszti életformában, a gazdálkodó társadalomban meg kell látni az értéket, amely magasszintű tudásra és mély érzelmekre épül. Alapvető hasznosulási modellt jelent, mely tág értelemben része a szociális jóléti rendszernek. Képes kielégíteni Schneider, 2020 szerint is az oktatás, az egészségügy, a lakhatás és a gazdasági biztonság iránti emberi szükségleteket, befolyásolja a vidéki területeket, gazdasági, környezeti és társadalmi szempontból, támogatja az új agroszociális paradigmát. A térségi beágyazódási folyamatoknak alkalmazniuk kellene a gazdaságok ezen többfunkciós potenciálját, mely lehetőség az idős célcsoport számára, mert a gazdálkodás végső célja az emberek tökéletesítése (Schneider, 2020). Úgy gondolom, hogy sikerült bizonyítanom, hogy ez egy járható út, amely segít megérkezni a minőségi, boldog öregkorban, melyet Tagore írt le a legszebben:

*„Amikor elmúlik a fiatalság, az életbe gyönyörű időszak köszönt be nyugodt és mély, mint a napsugaras ősz. Ebben az időszakban érik meg az élet vetése és a kertben a gyümölcs.*

*Az ifjúság tavaszi szertelensége, akkor már nem helyénvaló. Mintha földi hajlékunk épületét most tetőznék be az élet. Ebben az időszakban minden, amit átélünk-jó és rossz is, az örömteli és a szomorú is, megváltoztatja tudatunkat. Lemondunk arról, hogy az ábrándozás elvarázsolt világában tévelyegjünk, és úgy rendezzük be az életet, ahogy azt korlátozott lehetőségeink megengedik. Az ifjúság frissessége akkor már elhalványodik, és az ember nem öregedő lelke a hosszú közös élet után mind világosabban ül ki az arc, a szem kifejezésében. A hang, a mosoly, a tekintet-minden összhangba kerül az ember belső világával. Nem reménykedünk többé az elérhetetlenben és megbocsátunk azoknak, akik megcsalnak bennünket. S akkor odaadjuk a szívünket annak, aki mellettünk állt, aki megszeretett bennünket, aki hűséges maradt hozzánk az élet minden viharra és minden keserű elválása után. S érezzük az elégedettséget és nyugalmat a kipróbált, hű barátok kedves körében”.*

Bányász (2022) alapján, mostanság nem ez a „trendi” életforma, a rurális társadalmak előregedőben vannak, csak a belőlük sugárzó letisztult élettapasztalat és a belső erő, a megnyugvás az, ami kívánatos. De ha a 21.- századi paraszt életvitelszerűen gazdálkodik, alkotó attitűddel, megteremthet egy a holisztikus miliőt. ahol istenire fakad az élet. Arcunk verítékével állíthatjuk vissza a harmóniát, a fizikai munka presztízsével, ha ez sikerül rajta lesz az Áldás.

*„Mert kvantum gazdálkodás... biodinamikus gazdálkodás... homeopátiás gazdálkodás... öngyógyító gazdálkodás... szellemet is tápláló étek... mind-mind analóg fogalmak. A szeretetgazdaság alapja a méltányosság jegyében. Nem versenyez a kapitalizmussal, mert távlata holisztikus és végtelen. Nincs vesztese. Evolution creatrix...”*

### ***Javaslatok és továbbfejlesztési lehetőségek***

A jövő tekintetében a kutatás egy további irányvonala lehet a kontroll csoport, vagyis azon válaszadók kutatásba bevonása, akik a jelen kutatásban megkérdezett személyektől csak annyiban különböznek, hogy nem tartanak állatot. Az ő véleményük feltárásával kaphatunk még árnyaltabb képet az állattartás idős személyekre gyakorolt hatásairól. Érdeemes lenne a kutatást kiterjeszteni más korosztályokra, populációkra, nagyobb létszámra. Longitudinális vagy kísérleti módszerrel bevonni olyan embereket, akik még sohasem tartottak állatot. Ha anyagi háttérünk megengedi, fontos lenne költségesebb élettani mutatókkal – kortizol, adrenalin, szerotonin, GBR, EKG, EEG-vizsgálni az állatterápia hatékonyságát. A pszichikai

dimenziók kimutatására részletesebb kérdőívet kell használni. Érdekes lenne figyelembe venni más dimenziókkal való együtt járásának mértékét, annak időbeni alakulását.

A „covidos életünk” margójára megjegyezném, megtapasztalhattuk, hogy a függőség sebezhetővé tesz, ezt elkerülendő érdemes lehetne lassan visszaszerezni problémamegoldó képességünket, melynek ideális közege a gazdaság. Székelyföldön megvan az az inkubációs milió, ahonnan az ember még önmagára találhat és összhangban a természettel közösséget teremthet, harmonikus jövőt építhet (Bányász, 2022). Merre van az előre? talán erre. Nem visszahozni kell az eltűnt, letűnt paraszti világot, hanem azt az értékteremtő tartalmat kell újrateemteni a 21. században.

## **KÖSZÖNETNYILVÁNITÁS**

Először is köszönöm dr. Kovách Imre professzor úrnak, a doktori program vezetőjének, hogy elkezdhettem a doktori iskolát.

Köszönöm dr. Kiss János tanár úrnak, aki magas szintű szaktudásával számtalanszor útbaigazított. Köszönöm a hasznos tanácsait és a javításban nyújtott segítségét.

Köszönöm társamnak Csizmadi Mihály Zsoltnak, a segítségét és türelmét.

Köszönöm Fazakas Attilának, Dr. Fónai Mihály Ferenc és Dr. Mohácsi Bernadettnek a lektorálásba fektetett munkát.

Köszönöm interjúalanyaimnak a rám szánt időt, terápia volt számomra valamennyi beszélgetés.

Köszönöm, hogy bepillantást nyerhettem élettörténeteikbe, hétköznapijaikba.

Nem utolsó sorban a szakmai segítségek mellett hálával gondolok Bányász József, értelmiségi gazda gondolataira, amelyek a Tejbánya dolgos mindennapjai során születtek, és mentori hatással hatottak tudományos kutatásomra.

## FELHASZNÁLT IRODALOM

Alan, M. B., & Katcher, A. H. (2003). Future Directions in Human-Animal Bond research. *American Behavioral Scientist*, 47

Albert, L. Cs., (2017). Szociálpolitikai alapok és a jóléti perspektívák térvesztése. Kolozsvár: Egyetemi Kiadó.

Allen, K., Blascovich, J., Tomaka, J., & Kelsey, R. (1991). Presence of human friend and pet dog as moderators of autonomic responses to stress in women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6(4), 582-589.

Atkinson, R.L. & Atkinson, R.C. (2001). *Pszichológia*. Budapest: Osiris Könyvkiadó.

Anderson, W., Reid, C., & Jennings, G. (1992). Pet ownership and risk factors for cardiovascular disease. *Medical Journal of Australia*, 157 (5), 298-301.

Ángyán, L. (1993). *Sportélettani alapismeretek*. Pécs: Duplex- Rota Könyvkiadó.

Babos, E. (2013). Állatasszisztált terápia. *Alkalmazott Pszichológia*, 13(3), 59-81.

Babos Edit- Koronczi Beatrix (2015): a kutya szerepe gyermekekkel végzett csoportterápia során csoportdinamikai szempontból. Eötvös Loránd Tudományegyetem, PDI [http://www.kre.hu/ebook/dmdocuments/ii\\_országos\\_alkalmazott\\_pszichologiai\\_phd\\_hallgatoi\\_konferencia/chap\\_06.html](http://www.kre.hu/ebook/dmdocuments/ii_országos_alkalmazott_pszichologiai_phd_hallgatoi_konferencia/chap_06.html)

Babos Krisztina (2020): Molnár Zsolt etnoökológussal interjú. életmód. transindex.ro

Balázs Géza (2022): Parasztozás. *Helyőrség*, 3(10).

Bakos K. (2020). A pedagógusi szerep dilemmái és összefüggései az életminőséggel. *Metszetek*, vol.4 (1), 3-14. DOI 10.18392/metsz/2015/1/1

Baun, M., Bergstrom, N., Langston, N., & Thoma, L. (1984). Physiological effects of human, companion animal bonding. *Nursing Research*, 33(3), 126-129.

Bardill, N., & Hutchinson, S. (1997). Animal-assisted therapy with hospitalised adolescents. *Journal Of Child and Adolescent Psychiatry Nursing*, 10(1), 17-24.

Barash, D. (1980). *Szociobiológia és viselkedés*. Budapest: Natura kiadó.

Barker, S. B., & Dawson, K.S., (1998). The effects of animal-assisted therapy and risk factors for cardiovascular disease. *Medical Journal of Australia*, 157, 298-301.

Bock, B.B., Van Huik, M.M., Prutzer, M., Kling, E., Dockes, A. (2007). Farmers' relationship with different animals: the importance of getting close to the animals. Case studies of France, Swedish and Dutch cattle, pig and poultry farmers. *International Journal of Sociology of Food and Agriculture*, 15(3) 108- 123.

Becker, M. (2002). *Az állatok gyógyító ereje*. Budapest: Gold Book Könyvkiadó.

Berszán, L. (2008). *Alkonyidő*. Cluj: Presa Universitara Clujeana

Biró, Z., Magyar, F. (2014). *Agrárinnovációs kezdeményezések a székelyföldi térségben*. Pro Agricultura Hargitae Universitas Alapítvány. Csikszereda: Státus Kiadó.

Biró, Z., Magyar, F. (2017). *A generációváltás esélyei*. Pro Agricultura Hargitae Universitas Alapítvány, Csikszereda: Státus Kiadó.

Blalock, J. E., & Smith, E. M. (1981). Human leukocyte interferon (HuIFN-alpha): Potent endorphin-like opioid activity. *Biochemistry Biophysical Research Communications*, 101, 472-478.

Bognár, G. (2021). Életkor, demográfia és igazságosság. *Társadalom és szociálpolitikai folyóirat*, 32(2), 22-36. DOI 10.48007/esely.2021.2.2

Boros Julianna (2017): *Egészség időskorban. Ezüstkor: korosodás és társadalom konferencia kötet*. Központi Statisztikai Hivatal. Budapest

Cindy, C., Barker, W. (2003). Challenges in Designing Human-Animal Interaction Research. *American Behavioral Scientist*, 47, 16-25.

Cole, M., Cole, S. (2006). *Fejlődéslélektan*. Budapest: Osiris Könyvkiadó.

Comer, R. (2005). *A lélek betegségei*. Budapest: Osiris Könyvkiadó.

Coren, S. (2002). *Mancsnyomok*. Borsod: Gabo Könyvkiadó.

Csányi, V. (1994). *Etológia*. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó.

Edwards, N. E., & Beck, A. M. (2002). Animal-assisted therapy and nutrition in Alzheimer's disease. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 697-712.

Massini, F., Fave, A. F. (1991). Modernization and the quality of daily experience in a Southern Italy village. Scholar articles. *Contemporary issues in cross-cultural psychology*. 110-119.

Fekete, I. (2006). *Gyeplő nélkül*. Budapest: Libri kiadó.

Filiatre, J.C., Millot, J. L., & Montagner, H. (1983). New findings on communication behaviour between the young child and his pet dog. In *The human-pet relationship: International symposium on the occasion of the 80th birthday of Nobel Prize Winner prof. Dr. Konrad Lorenz* (pp. 58-63). Vienna: IEMT

Folse, E., Minder, C., Aycock, M., & Santana, R. (1994). Animal-assisted therapy and depression in adult college students. *Anthrozoos*. 7(3), 188-194.

Friedmann, E., Locker, B., & Lockwood, R. (1993). Perception of animals and cardiovascular responses during verbalization with an animal present. *Anthrozoos*. 7(3), 115-124.

Gabos, G. (2002). *Pszichátria*. Marosvásárhely: Litografia Könyvkiadó.

Ganong, W. (1994). *Az orvosi élettan alapjai*. Budapest: Medicina Könyvkiadó.

Garrity, T., Stallones, L., Marx, M., & Johnson, T. (1989). Pet ownership and attachment as supportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoos*, 3(1), 35-44.

Gelencsér, K. (2003). Grounded theory. *Szociológia Szemle*, 1, 143- 154.

Gereben, F., Tomka, M. (2001). *Valásosság és nemzettudat*. Budapest: Corvinus kiadó.

Giddens, A. (2008). *Szociológia*. Budapest: Osiris kiadó.

Gottfried, P. (2020). Az egészségfejlesztés emberi tőkére gyakorolt munkaerő- piaci hatásai. *IJEMS*, 5(1), 591-601.

Guttman, G., Predovic, M., & Zemanek, M. (1983): The influence of pet ownership on non-verbal communication and social competence in children. In *The human-pet relationship: International symposium on the occasion of the 80th birthday of Nobel Prize Winner prof. Dr. Konrad Lorenz* (pp. 58-63). Vienna: IEMT

Gub, J. (1999). *Háziállataink dicsérete*. Korond: Hazanéző könyvek, Firtos Művelődési Egylet.

Hajdu Gábor- Megyesi Boldizsár (2017): Társadalmi tőke, társadalmi struktúra és társadalmi integráció. Társadalmi integráció könyv tanulmánya. MTA Társadalomtudományi Kutatóközpont. 155- 177 oldal.

Hansen, K. M., Messinger, C. J., Baun, M. M., & Megel, M. (1999). Companion animals alleviating distress in children, *Anthrozoos*, 12, 142-148.

Hart, L. (1987). Socializing effect of service dogs for people with disabilities. *Anthrozoos* 1, 41-44.

Hayflick, L. (1995). *Az öregedés titkai*. Budapest: Magyar Könyvklub.

Hewstone, M., Stroebe, W. (2007). *Szociálpszichológia*. Budapest: Akadémiai kiadó.

Hines, L.(2003). Historical Perspectives on the Human-animal bond. *American Behavioral Scientist*, 47, 7-14.

Hofmeister Tóth, Á., Kelemen, K., Piskóta, M. (2011). A kognitív életkor és az 50+ generáció környezettudatos fogyasztói magatartása. *Oeconomia*, 45( 3).

Horváth, Zs. (2007). *A kutya pozitív hatása az ember érzelmeire*. Kolozsvá: UBB.

Horváth, J. (2012). *Háztáji állattartás*. Budapest: Duna-Mixt Kft.

Imreh, I. (1973). *A rendtartó székely falu*. Budapest: Kriterion Könyvkiadó.

Irvine, L. (2008). Teaching and Learning Guide for: Animals and Sociology. *Sociology Compass*, 3(2), 372-380.

Józsa, A. (2002). *A Sóvidék és fürdői*. Korond: Firtos Egylet.

Katcher, A.H., & Wilkins, G. (1998): Animal-assisted therapy in the treatment of disruptive behavior disorders in children. In L. Ante (Ed.), *The environmental and mental health: A guide for clinicians*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum

Kiss, D., Csák, L. (2016). Gazdaság típusok és folyamatok Hargita megye mezőgazdaságában, *Erdélyi Társadalom*, 14(1), 59- 72.

Kertész, T. (2020). Generációk viszonya a fenntarthatóságban. *Életmód*, 8- 17.

Kovách, I., Dupcsik, Cs. (2012). Bevezető megjegyzések. Társadalmi integráció könyv tanulmánya. MTA Társadalomtudományi Kutatóközpont. 7-14 oldal.

Kovách Imre (2015): Fogalmak és megközelítések. Társadalmi integráció könyv tanulmánya. MTA Társadalomtudományi Kutatóközpont. 8-11 oldal.

Köllő, M. (2001). *Az öregotthoni idős emberek alkalmazkodási nehézségei*. ELTE Budapest.

Kruse, R. Corwin (2002). Social Animals: Animal Studies and Sociology. *Society and Animals*, 104, 375-379.

Kucsera Csaba (2011): Egyedül élő budapesti idősek magányhoz való viszonya. Szociológiai tanulmányok. MTA Szociológiai kutatóintézete. Budapest, 1, 11- 23 oldal

Kucsera Csaba (2012): Egyedül élő budapesti idősek társas és közösségi részvételét gátló szubjektív okok. Társadalmi integráció könyv tanulmánya. MTA Társadalomtudományi Kutatóközpont. 427- 440 oldal.

Kun, Á. (2015). A jóllétet meghatározó tényezők vizsgálata egészségügyi szakdolgozók körében. *Alkalmazott Pszichológia*, 15(2):49- 71.

László, I. és mtsai. (2004). *Nagy új egészségkönyv*. Budapest: Kossuth kiadó.

Leplow, B. (2008). *Csak bátran, Till tigris!* Győr: Széchenyi nyomda.

Limond, J. A., Bradshaw, J. W., § Cormack, K. F. (1997). Behavior of children with learning disabilities interacting with therapy dog. *Anthrozoos*, 10, 84-89.

Livnat, S., Felton, S., Carlson, S., Bellinger, D., § Felton, D. (1985). Involvement of peripheral and central catecholamine systems in neural/immune interactions. *Journal of Neuroimmunology*, 10, 5-30.

Loványi Eszter- Piczkó Katalin (2013): Társadalmi szemléletformálás és integráció támogatása segítőkutya bevonásával, avagy a négy lábú segítőtársak sokrétű szerepe. Neo Magyar Segítőkutya Egyesület  
[https://epa.oszk.hu/03000/03047/00060/pdf/EPA03047\\_gyosze\\_2013\\_2\\_095-111.pdf](https://epa.oszk.hu/03000/03047/00060/pdf/EPA03047_gyosze_2013_2_095-111.pdf)

Magyaródi, T. § Oláh, A. (2020). A társas helyzetben tapasztalt flow- élmény kapcsolódása az étellel való elégedettséggel és a pszichológiai jólléttel, fiatal felnőtteknél. *Mentálhigiéne és Pszichoszomatika*, 21(I), 37-35.

Martin, F. § Farnum, J. (2002). Animal- Assisted Therapy for children with pervasive developmental disorders. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 667-670.

Martos, T., Desfalvi, J., Sallay, V., Szabó, T. (2014). Az Élettel való Elégedettség Skála magyar változatának, pszichometriai jellemzői. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15 (3), 289- 303.

Medgyesi, M., Róbert, P. (2000). A munkával való elégedettség nemzetközi összehasonlításban. *Társadalmi Riport 2000, Budapest Társi*, 591- 616.

Melson, G. F. (2000): Companion animals and the development of children: Implications of the biophilia hypothesis. In Fine ( Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations for guidelines and practice* (pp. 376-382). San Diego: Academic Press.

Melson, G. F. (2003). Child Development and the Human- companion Animal Bond. *American Behavior Scientist*, 47, 31-35.

Molnár, M. (2015). *Állatasszisztált pedagógia és terápia*. Kaposvár: Egyetem kiadványa.

Müller, P. (2004). *Boldogság*. Budapest: Édesvíz kiadó.

Nánai, K. (2006). *Terápiás kutya szerepének vizsgálata gyerekek mozgásfejlesztő foglalkozásai során*. Budapest: ELTE.

Paládi Kovács, A. (2001). *Gazdálkodás*. Budapest: Akadémia Kiadó.

Patyán, L. (2014). Egyszemélyes háztartásban élő idősek életminősége. *Acta MedSoc.* 5, 123-142.

Pikó, B. (2006). *Orvosi szociológia*. Budapest: Medicina Könyvkiadó.

Pop CE (2010): Starea de sanatate a populatiei din Romania in context european: O abordare din perspectiva calitatii vietii. In *Calitatea vietii*

Pozsár, H., Csaba, K. (2019). Az idősek táplálkozási állapota és testösszetétele a szabadkai Gerontológiai Központban. *Akadémiai Kiadó, Budapest*. 160 évfolyam, 9 szám, 349- 358

Raina, P., § Bensel, T. (1997). Influence of companion animals on the physical and psychological health of older people. *Journal of American Geriatric Society*, 47( 3), 323- 329.

Rujoiu, O. (2014). *Psihologia vieții cotidiene, Despre interacțiunea om- animal*. Bucuresti: Editura ASE.

Sanders, R. C. (2007). The Sociology of Nonhuman Animals. 21st Century Sociology: A Reference Handbook. Specialty and Interdisciplinary Studies. *Thousand Oaks, CA: Sage Publications*. 2(7), 441-444.

Ságvári Bence (2012): Az átmenetek kora? Társadalmi integráció könyv tanulmánya. MTA Társadalomtudományi Kutatóközpont. 63-83 oldal.

Sallay, Á. (2005). Tájvédelem és fejlesztés a Firtos kistérségben. *Táj építészeti és Kertművészeti Folyóirat*, 31-36.

Salló, Sz. (2018). *A csikmadarasi juhászok életmódjának változása a 20- 21 századok fordulóján*. Kolozsvár: Kriza János Néprajzi Társaság.

Sátori, Á. (2007). *Az állatokhoz való viszony a társas-társadalmi kapcsolatok rendszerében*. Budapest: Elte.

Siegel, J. (1993). Companion animals: In sickness and in health. *Journal of Social Issues* 49 (1), 157- 167.

Sík, E. (2012). *A kapcsolati tőke szociológiája*. Budapest: Eötvös kiadó.

Sobo, E., Eng, B., § Krich, N. (2006). Canine Visitation (Pet) therapy: Pilot data on decreases in child pain perception. *Journal of holistic nursing*. 24, 51-56.

Sófalvi, A. (2005). *Sóvidék a középkorban*. Székelyudvarhely: Haáz Rezső Alapítvány.

Stoppard, M. (2003). *Dacolj az éveiddel*. Budapest: Magyar könyvklub.

Szabó, Zs. (1995). *Hormonok*. Kolozsvár: Studium Könyvkiadó.

Szekeres- Lukács, S. (2021). *Kodáros kincsei*. Monor: Erdélyi Körök Országos Szövetsége.

Széman Zsuzsa (2012): Infokommunikáció. Társadalmi integráció könyv tanulmánya. MTA Társadalomtudományi Kutatóközpont. 412-426 oldal.

Szőcs, V., Szabó, E., Bánáti, D. (2015): Az egészséges táplálkozással kapcsolatos attitűdök feltárása kérdőíves megkérdezés alapján. *Agrártudományok*. 156(16), 636- 643.

Susánszky É. (2006). A WHO Jól-lét kérdőív rövidített magyar változatának validálása a Hungarostudy 2002 országos lakossági egészségfelmérés-alapján. [http://magtud.semmelweis.hu/files/kerdoivek/WHO\\_jollet\\_kerdoiv\\_%28WBI-5%29\\_validalo\\_tanulmánya.pdf](http://magtud.semmelweis.hu/files/kerdoivek/WHO_jollet_kerdoiv_%28WBI-5%29_validalo_tanulmánya.pdf)

Topál, J.(2011). Gyógyító állatok: tudomány vagy kuruzslás? *Magyar Tudomány*, 6, 678-686.

Triebenbacher, S. (1998). Pets as transitional objects. Their role in childrens's emotional development. *Psychological Reports*, 82(1), 191-200.

Triebenbacher, S. (2000). The companion animals within the family sistem: The manner in which animals enhance life within the home. In A. Fine (ED), Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations for guidelines and practice. *San Diego: Academic Press*, 376-382.

Tringer, L. (2001). *A pszichátria tankönyve*. Budapest: Semmelweis könyvkiadó.

Utasi, Á. (2007). *Műhelytanulmányok. Az életminőség feltételei*. Budapest: MTA Politikai Tudományok Intézete.

Vajda, Zs. (2001). *Lélektankönyv a személyiségről, a tudatról, az érzelmekről és más pszichológiai kérdésekről*. Budapest: Műszaki könyvkiadó.

Varga, J., Szabó, K. (2009). *Klinikai pszichológia*. Kolozsvár: Egyetemi kiadó.

Váradi, T. (2007). *Út az egészség felé. Mesterkurzus. A megismerés útjai.* Budapest: Tanulmánykötet, Saxum kiadó.

Zasloff, R., & Kidd, A. (1994). Loneliness and pet ownership among single women. *Psychological Reports*, 75(2), 747-752.

Zimmermann, Á. és G. (1944). *A házimacska.* Budapest: Királyi Magyar Természettudományi Társulat.

Wadham, H. (2020). Horse matters: Re-examining sustainability through Human- Domestic Animal Relationships. *Sociologia Ruralis*, 60(3), 530-550.

Walsh, P. G., & Mertin, P. G., (1994). The training of pets as therapy dog sin woman's prison: A pilot study. *Anthrozoos*, 7, 124-128.

Wilson, E., & Kellert, S. (1993). *The Biophilia Hypothesis.* Washington: Island Press.

Wilkie, R. (2010). *Livestock/Deadstock: working with Farm Animals from birth to slaughter.* Philadelphia: Teple University Press.

Weber Max (1947): *The Theory of Social and Economic Organization.* New York: Free Press

### **Internetes források**

Almapatika. Forrás: <https://almapatika.hu>. Letöltés dátuma: 2021. április 4.

Eurostat data. Forrás: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/microdata/european-health-interview-survey>.

Bagdy Emőke (2018): Ne nézzük sötét szemüvegen át a világot. Forrás: [https://media.szekelyhon.ro/pictures/editions/175/17572/17572\\_241818.pdf](https://media.szekelyhon.ro/pictures/editions/175/17572/17572_241818.pdf) . Letöltés dátuma: 2020. január 24.

Bakó, Cs., I. (2009). Vallási vonatkozások a Sóvidék etnobotanikájában és orvoslásában. Forrás: <http://mvh-belvaros.plebania.ro/wp-content/uploads/2016/11/S%C3%B3vid%C3%A9ki-etnobotanika-%C3%A9s-medicina.pdf>. Letöltés dátuma: 2020. január 24.

Berecki, Sz. (2021). A falusi nő őserő, ezernyi munkát végez: orvos, földműves, tenyésztő, bába, kertész, kereskedő, mérnök és családanya. Forrás: <https://maszol.ro/eletmod/A-falusi-no-osero-ezernyi-munkat-vegez-orvos-foldmuves-tenyeszto-baba-kerteszk-kereskedo-mernok-es-csaladanya>. Letöltés dátuma: 2022. március 12.

Böjte, Cs. (2020). Szegénység van? Forrás: <http://www.keresztenyelet.hu/bojte-csaba-szegeenyseg-van/>. Letöltés dátuma: 2022. január 24.

Bölöni, D. (2013). Elment a vidám szívű ember. Forrás: <http://www.erdelyimagyarok.com/profiles/blogs/elment-a-vid-m-sz-v-ember>. Letöltés dátuma: 2020. augusztus 13.

Csányi, V. (2022). A kutyából nem egy jól működő rabszolgát kell nevelni, hanem családtagot! Forrás: [https://www.magyarallatvedelem.hu/csanyi-vilmos-a-kutyabol-nem-egy-jol-mukodo-rabszolga-kell-nevelni-hanem-csaladtagot/?fbclid=IwAR3hJrTwMJ9fyZRv1Am1hfvYPLggtfb0diKFK8Mx\\_jaRTJN6FkxE7LHBpHk](https://www.magyarallatvedelem.hu/csanyi-vilmos-a-kutyabol-nem-egy-jol-mukodo-rabszolga-kell-nevelni-hanem-csaladtagot/?fbclid=IwAR3hJrTwMJ9fyZRv1Am1hfvYPLggtfb0diKFK8Mx_jaRTJN6FkxE7LHBpHk). Letöltés dátuma: 2023. január 24.

Czékus, M. (2017). A bivalyartás színe és fonákja. Forrás: <https://agraragazat.hu/hir/a-bivalyartas-szine-es-fonakja/>. Letöltés dátuma: 2019. január 24.

Illés A. (2006). AI módszer a kutyás terápiában. <http://mek.oszk.hu/03800/03851/index.phtml>. Letöltés dátuma: 2009. május 26

István, L. (1990). Cimboraszer a hagyományos korondi juhászatba, Honismeret 4sz, 18 évfolyam, 34-37. Forrás: [oldhttps://epa.oszk.hu/03000/03018/00092/pdf/EPA03018\\_honismeret\\_1990\\_04\\_34-37.pdf](https://epa.oszk.hu/03000/03018/00092/pdf/EPA03018_honismeret_1990_04_34-37.pdf). Letöltés dátuma: 2022. március 12.

József, I. (2009). Fejlődépszichológia. Forrás: [http://janus.ttk.pte.hu/tamop/kaposvari\\_anyag/jozsef\\_istvan/index.html](http://janus.ttk.pte.hu/tamop/kaposvari_anyag/jozsef_istvan/index.html). Letöltés dátuma: 2018. december 13.

Földi, Á. (2020). Te is csak akkor tudsz szeretni egy állatot, ha emberként tekintesz rá. Forrás: <https://egy.hu/megoszto/te-is-csak-akkor-tudsz-szeretni-egy-allatot-ha-emberkent-tekintesz-ra-107272>. Letöltés dátuma: 2022. február 23.

Helstáb, L. (2018). A fotózás pszichológiája. Forrás: <https://mindsetpszichologia.hu/a-fotozas-pszichologiaja>. Letöltés dátuma: 2021. április 29

Forrás:[https://www.sulinet.hu/oroksegtar/data/kulhoni\\_magyarsag/2010/ro/kriza\\_tarsasag\\_ev\\_konyv\\_02/pages/010\\_Szokasok\\_hiedelmek.htm](https://www.sulinet.hu/oroksegtar/data/kulhoni_magyarsag/2010/ro/kriza_tarsasag_ev_konyv_02/pages/010_Szokasok_hiedelmek.htm). Letöltés dátuma: 2022. február 23.

Kádár, H. (2019). Betegségek lelki okai: félrevezetés vagy valóság? Forrás: <https://romkat.ro/2019/09/13/betegsegek-lelki-okai-felrevezetes-vagy-valosag/>. Letöltés dátuma: 2022. április 29.

Keresztény Biblia Állatok. Forrás: <https://www.arcanum.com/en/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztyen-bibliai-lexikon-C97B2/a-a-C97B4/allatok-C9861/>. Letöltés dátuma: 2019. január 24

Kínai medicina. Forrás: <http://kinai-medicina.tienshoni.hu/kinai-medicina/betegsegek-lelki-okai/betegsegek-a-z.html>. Letöltés dátuma: 2019. január 24.

Kovács, I. (2010). A jelenkori magyar vidéki társadalom szerkezeti és hatalmi változásai. Doktori értekezés. Forrás:[https://www.researchgate.net/publication/280775662\\_A\\_VIDEK\\_AZ\\_EZREDFORD\\_ULON\\_A\\_jelenkori\\_magyar\\_videki\\_tarsadalom\\_szerkezeti\\_es\\_hatalmi\\_valtozasai](https://www.researchgate.net/publication/280775662_A_VIDEK_AZ_EZREDFORD_ULON_A_jelenkori_magyar_videki_tarsadalom_szerkezeti_es_hatalmi_valtozasai). Letöltés dátuma: 2020. január 23.

Kovács, É. K. (2020). Az idősebb korosztály szerepe a családi gazdaságok generációváltásában. Forrás: <https://doi.org/10.47225/mg/12/39/9326>. Letöltés dátuma: 2022. április 24.

Magyar Néprajzi Lexikon. Forrás: <https://mek.oszk.hu/02100/02115/html/4-519.html>. Letöltés dátuma: 2021. augusztus 13.

Malonyai, D. (1911). Pásztorok.

Forrás:<https://mek.oszk.hu/01600/01671/html/index.html?00019.htm&00017.htm> Letöltés dátuma: 2022. január 24.

Makkay, J. (2022). Egyre kellendőbb külföldön az erdélyi bárány. Forrás: [https://kronikaonline.ro/gazdasag/egyre-kelendobb-kulfoldon-az-erdelyi-juh-n-sovany-esztendok-utan-ismet-felivelo-palyara-kerult-a-hazai-birkatartas-de-nehez-juh?fbclid=IwAR288AT81KxxuiJqcuQjA\\_ikRRu2OmqMHRf9zvPfUo5HY1v\\_V4pAcoDfD6](https://kronikaonline.ro/gazdasag/egyre-kelendobb-kulfoldon-az-erdelyi-juh-n-sovany-esztendok-utan-ismet-felivelo-palyara-kerult-a-hazai-birkatartas-de-nehez-juh?fbclid=IwAR288AT81KxxuiJqcuQjA_ikRRu2OmqMHRf9zvPfUo5HY1v_V4pAcoDfD6) 8. Letöltés dátuma: 2022. augusztus 25.

Miskolci Állatkert ismertető. Forrás: <https://miskolczoo.hu/allat/hazi-kecske>. Letöltés dátuma: 2022. augusztus 13.

Lampe, K., Füzesi Zs. (20). Az egészség fogalmának alakulása. Forrás: [http://acta.bibl.u-szeged.hu/62596/1/Unnepi\\_kotet\\_Benko\\_Zsuzsanna\\_041-068.pdf?fbclid=IwAR0PZbdd4xps8fhlimXfSidh4f2l52wvcU2zRjhRwhujC1Gf1ugF0uyIMeY](http://acta.bibl.u-szeged.hu/62596/1/Unnepi_kotet_Benko_Zsuzsanna_041-068.pdf?fbclid=IwAR0PZbdd4xps8fhlimXfSidh4f2l52wvcU2zRjhRwhujC1Gf1ugF0uyIMeY) . Letöltés dátuma: 2023. június. 4

Nagy, H., Gyurkovics, M. (2016). A pszichológiai jóllét szociodemográfiai korrelátumai, kapcsolatai a big five vonásokkal és az optimizmussal. Mentálhigiéné és Pszichoszomatika. Forrás: <http://real.mtak.hu/39945/1/0406.17.2016.001.pdf> . Letöltés dátuma: 2020. január 24.

Nagyálmosi, I. (2021). Újra tanítják a régi mesterséget Szencsedben. Élő Székelyföld. Forrás: [https://eloszekelyfold.ro/2021/06/16/ujra-tanitjak-a-regi-mesterseget-szencsedben/?fbclid=IwAR2Iv5Kloa4Fzm0gNvey9jAQcWiZqEato\\_ion6fgU5ABwiBetzOiDQVt8As](https://eloszekelyfold.ro/2021/06/16/ujra-tanitjak-a-regi-mesterseget-szencsedben/?fbclid=IwAR2Iv5Kloa4Fzm0gNvey9jAQcWiZqEato_ion6fgU5ABwiBetzOiDQVt8As). Letöltés dátuma: 2022. december 13.

Patsch, F. (2020). Erkölcsi kötelességünk az állatokkal szemben. Forrás: <https://jezsuitakiado.hu/cikkek/erkolcsi-kotelessegunk-az-allatokkal-szemben/>. Letöltés dátuma: 2021. december 13.

Posta, R. (2016). A munka örömet nem csak a tehenfejés okozhatja. Forrás: [https://www.profession.hu/cikk/a-munka-oromet-nem-csak-a-tehenfej-es-okozhatja?fbclid=IwAR2D9I4KbuanOZAo7Mp9ehywOHQq8VuSRJU3K\\_oS3exftZ95ygNWEV2zAR4](https://www.profession.hu/cikk/a-munka-oromet-nem-csak-a-tehenfej-es-okozhatja?fbclid=IwAR2D9I4KbuanOZAo7Mp9ehywOHQq8VuSRJU3K_oS3exftZ95ygNWEV2zAR4). Letöltés dátuma: 2023. április 8.

Pro Scientia Ruralis, a Pro Agricultura Hargitae Universitas Alapítvány folyóirata. Forrás: [http://psr.pahru.ro/index.php?option=com\\_content&view=article&id=229&Itemid=867&lang=hu](http://psr.pahru.ro/index.php?option=com_content&view=article&id=229&Itemid=867&lang=hu). Letöltés dátuma: 2020. január 24.

Román Statisztikai Hivatal honlapja. Forrás: [http://www.insse.ro/cms/qol/index\\_ro.html](http://www.insse.ro/cms/qol/index_ro.html), az Eurostat Romániára vonatkozó életminőséggel kapcsolatos adatai. Letöltés dátuma: 2019. január 24.

Santini, Piccinini, Gagliardi (2019): Can a Green Care Informal Learning Program Foster Active Aging in Older Adults? [https://www.researchgate.net/publication/337062214\\_Can\\_a\\_Green\\_Care\\_Informal\\_Learning\\_Program\\_Foster\\_Active\\_Aging\\_in\\_Older\\_Adults\\_Results\\_From\\_a\\_Qualitative\\_Pilot\\_Study\\_in\\_Central\\_Italy](https://www.researchgate.net/publication/337062214_Can_a_Green_Care_Informal_Learning_Program_Foster_Active_Aging_in_Older_Adults_Results_From_a_Qualitative_Pilot_Study_in_Central_Italy). Letöltés dátuma: 2020. december 13.

Schneider, C. (2020). Szociális farmok a felsőoktatásban. Forrás: <https://bio-thuringen.de/wp-content/uploads/2019/05/Abstract-book-HU.pdf>. Letöltés dátuma: 2022. január 24.

Széchy, Á. (1998). Zöld. Állatvédelem. Forrás: <https://www.arcanum.com/en/online-kiadvanyok/TenyekKonyve-tenyek-konyve-1/zold-19B21/allatvedelem-1AC2E/mezogazdasagi-haszonallatok-1AC55/>. Letöltés dátuma: 2021. augusztus 13.

Topál, J. (2013). Állatasszisztált foglalkozások. Forrás: [http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/Allatasszisztalt\\_foglalkozasV2/index.html](http://www.jgypk.hu/mentorhalo/tananyag/Allatasszisztalt_foglalkozasV2/index.html). Letöltés dátuma: 2019. január 24.

Ughy, Sz. (2021). Ha Boldog akarsz lenni, engedj el valamit- interjú egy gazdálkodó házaspárral. Forrás: <https://kepmas.hu/hu/ha-boldog-akarsz-lenni-engedj-el-valamit-interju-egy-gazdalkodo-hazasparral?fbclid=IwAR236kzj5fN3XQdeZ3H8lvwIGeOLc78qDp8ANsDfgMxJSQUjVVE9RtmyO-g>. Letöltés dátuma: 2022. január 24.

Várhegyi, J. (2014). Juhok takarmányozása- anyajuhok takarmányozása. Forrás: <https://www.agronaplo.hu/szakfolyoirat/2005/4/takarmanyozas/juhok-takarmanyozasa-i-az-anyajuhok-takarmanyozasa>. Letöltés dátuma: 2019. január 24.

World Database of Happiness adatai: <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/>, Letöltés dátuma: 2019. január 24.

Wiki.Forrás:[https://hu.wikipedia.org/wiki/P%C3%A1sztor#A\\_p%C3%A1sztort%C3%A1rsadalom\\_t%C3%B6rt%C3%A9nete](https://hu.wikipedia.org/wiki/P%C3%A1sztor#A_p%C3%A1sztort%C3%A1rsadalom_t%C3%B6rt%C3%A9nete), <https://hu.wikipedia.org/wiki/Szarvasmarhakutya/macska/ló/sertés>, <https://hu.wikipedia.org/wiki/Testt%C3%B6megindex>. Letöltés dátuma: 2020. január 24.

### **A szerző tudományos közleményei**

Virginás et. all. (2001): Pálpataka rövid bemutatása, Növény és állatvilága című fejezetek. Demaco, Székelyudvarhely.

Virginás et. all. (2003): Székelyföld- Kárpát medence régiói 1. Természeti erőforrások és a környezet állapota IV fejezet. Dialóg Campus, Pécs.

Virginás Z. (2018): A kölcsönös segítség, mint természettörvény, In: Metszetek, vol. 7, no. 4, pp: 261-268.

Virginás Z. (2018): Rurális értékünk az Állatterápia, In: Pro Scientia Ruralis, vol. III, no. 3-4, pp: 74-85.

Virginás Z. (2018): Szeretett állataink, olyanok, mint a vitaminok. Egyetemi élet, Debrecen, 57/5, pp:25.

Virginás Z. (2019): Az állattenyésztés rejtett csodái, In: Pro Scientia Ruralis, vol. IV, no. 1-2, pp: 77-90.

Virginás Z. (2019): A burgonya zárlati károsítóinak elemzése Hargita megyében, In: Pro Scientia Ruralis, vol. IV, no. 1-2, pp: 91-100.

Virginás Z. (2019): Állatterápia hatása idősek distressz állapotára, In: Magyar Gerontológia, vol. 11, no. 37-38, pp: 78- 91.

Virginás et. all. (2020): Neonatal outcome after fresh versus frozen embryo transfer in normogonadotropic healthy young women undergoing IVF, In: Gynecology, vol. 8, nr. 28 (2).

Virginás Z. (2021): Állattartó idősök egészségi állapota, In: Magyar Gerontológia, vol 13, no.40, pp. 161- 179

## MELLÉKLET

### Interjú vázlat

**Doktori kutatásom célja** megvizsgálni, hogy milyen különbségek vannak állatbaráttal rendelkező, valamint állatbarát nélküli, különböző szociokulturális környezetben élő emberek között, a szubjektív egészségi állapot, az egészség önértékelésének, az egészségkockázati magatartások gyakoriságában.

Az állatoknak és az állattartásnak terápiais célból kiaknázható, szervezhető-szociális-mentális hatásait feltérképezni. Illetve megállapítani, hogy van-e pozitív hatása az állatbarátnak az egészségünkre.

**Interjú célja** idős Sóvidéki állattartó gazdák attitűd vizsgálata. Ember- állat interakciók, sztereotípiák feltérképezése.

#### Témakörök:

##### 1. Pszicho -szociális:

- Hány éves? Iskolai végzettsége?
- Kivel él egy háztartásba?
- Kivel beszél meg problémáit?
- Szeret-e társaságba járni?
- Vallásos-e?
- Anyagi helyzete?

##### 2. Normarend- életvitel:

- Azt tessék elmondani, hogy mi az, amivel foglalkozik?
- Mi ösztönözte arra, hogy ezzel foglalkozzon?
- Hány órákor kell, egész napos-e ez a munka?
- Hogyan tölti napjait? Kérem, beszéljen mindennapi teendőiről...

##### 3. Állattartás:

- Van-e (házi)állata? Milyen állatot tart? Mióta?
- Miért tart állatot?
- Honnan szerezte állattartó ismereteit?
- Naponta mennyi időt tölt állataival?
- Szereti-e állatait? Van-e kedvenc története melyre szívesen emlékezik?
- Mi (házi)állata legfontosabb tulajdonságai?
- Szokott-e beszélni hozzájuk? Valamelyik állatához kapcsolódik-e érdekes esemény?
- Mennyire azonosul az ön érzelmi állapotaival állata?
- Honnan gondolja, hogy állata megérti? Tudna-e mesélni erről?

#### **4. Egészség:**

- Hogyan minősíti saját egészségi állapotát?
- Kortársaihoz viszonyítva, hogyan minősíti saját egészségi állapotát?
- Hányszor jár orvoshoz?
- Valamilyen betegséggel kezelik-e most?
- Valamilyen gyógyszert szed-e rendszeresen?

#### **5. Jólét:**

- Milyen általában hangulata? Jókedvű? Boldog? Elégedett? Magányos? Szomorú?

##### **AUTONÓMIA:**

- Hajlamos arra, hogy elfogadja a határozott véleményt képviselő emberek álláspontját?
- Bízik a saját véleményében még akkor is, ha az gyökeresen eltér mások álláspontjától?
- Milyen értékek alapján ítéli meg magát, amelyeket fontosnak tart, vagy azok alapján, amiket mások tartanak fontosnak?

##### **KÖRNYEZET URALÁSA:**

- Gyakran lehangolják az élet mindennapi követelményei?
- Általában úgy gondolja, hogy felelős azért a helyzetért, amelyben él?
- Tudja kezelni a mindennapokban önre háruló kötelezettségeket?

##### **SZEMÉLYESFEJLŐDÉS:**

- Az élet ön számára a tanulás, változás és fejlődés szakadatlan folyamata?

- Próbálkozik, hogy valami nagy javulást vagy változást hozzon létre az életében?

#### MÁSOKKAL VALÓ JÓ KAPCSOLATA:

- Tapasztal-e melegséget és bizalmat a másokkal való kapcsolataiban?
- Milyen a másokkal való kapcsolata?

#### ÉLETCÉL:

- Néhány ember céltalanul vándorol egész életében, mit gondol közékük tartozik?
- Gondol-e a jövőre?

#### ÖNELFOGADÁS:

- Személyisége legtöbb oldalát szereti?
- Amikor megvizsgálja élete történetét, elégedett azzal, ahogy a dolgok eddig alakultak?

**Köszönöm. Valamit még esetleg szeretne-e elmondani, amit még nem kérdeztem.**

## KÉRDŐÍV

### Első rész: Pszicho –szociális kérdések:

#### 1. Neme?

- 1 Fiú/férfi
- 2 Lány/nő

#### 2. Hány éves? .....

#### 3. Legmagasabb befejezett Iskolai végzettsége?

- 1. elemi
- 2. általános
- 3. szakmunkásképző
- 4. érettségi
- 5. főiskola/egyetem
- 6. NT/NV

#### 4. Kivel él egy háztartásba?

- 1. Egyedül
- 2. Család

- 3. Bentlakás/otthon
- 4. Egyéb .....

**5. Kivel beszél meg problémáit?**

- 1. Családdal/ rokonnal
- 2. Barátokkal
- 3. Munkatársakkal/ osztálytársakkal
- 4. Segítő szakemberrel
- 5. Senkivel
- 6. NT/NV

**6. Szeret-e társaságba járni?**

- 1. Igen
- 2. nem

**7. Vallásos-e?**

- 1. Igen
- 2. nem

**8. Anyagi helyzete?**

- átlag alatti
- Átlagos
- átlag feletti

**Második rész: Állattartás:**

**9. Van-e (házi)állata?**

- 1. Igen
- 2. nem

**10. Milyen állatot tart? ..... Mióta?.....**

**11. Miért tart állatot?**

- 1. Anyagi okok, pénzt keresek vele

- 2. Szeretem
- 3. Társam, nem vagyok egyedül
- 4. Egyéb .....

**12. Honnan szerezte állattartó ismereteit?**

- 1. Család/szüleim
- 2. Iskola/egyetem
- 3. Könyvek/média/internet
- 4. Tapasztalat
- 5. Egyéb .....

**13. Naponta mennyi időt tölt állataival?**

- 1. Kevesebb, mint 1 óra
- 2. 1-3 óra
- 3. 3- 5 óra
- 4. 5-7 óra
- 5. Több, mint 8 óra

**14. Szereti-e állatait?**

- 1. Igen
- 2. Nem
- 3. Talán
- 4. NT/NV

**15. Van-e kedvenc története melyre szívesen emlékezik? Röviden kérem, írja le:**

**16. Mi (házi)állata legfontosabb tulajdonságai? Kérem sorolja fel:**

**17. Szokott-e beszélni hozzájuk?**

- 1. Soha
- 2. ritkán

- 4. Általában
- 5. gyakran

**18. Mennyire azonosul az ön érzelmi állapotaival állata?**

**19. Honnan gondolja, hogy állata megérti? Tudna-e mesélni erről?**

**20. Kérem, hogy minden állításnál jelölje be, hogy mennyire ért egyet vele! - LAPS**

	Egyáltalán nem értek vele egyet	Nem igazán értek vele egyet	Valamennyire egyetértek	Teljesen egyetértek	NT/NV
1. A kedvencem többet jelent számomra, mint bármelyik barátom.					
2. Elég gyakran megbízom a kedvencemben.					
3. Úgy gondolom, hogy az állatoknak a családtagokéval megegyező jogokkal és kiváltságokkal kell rendelkezniük.					
4. Azt hiszem a kedvencem a legjobb barátom.					
5. Az emberek iránti érzéseimet gyakran befolyásolja, az, ahogyan a kedvencemhez viszonyulnak.					
6. Azért szeretem a kedvencemet, mert hűségesebb					

hozzám, mint a legtöbb ember az életemben.					
7. Szeretem megmutatni a kedvencemről készített fotót más embereknek.					
8. Úgy gondolom, hogy a kedvencem egyszerűen csak egy állat.					
9. Azért szeretem a kedvencemet, mert ő sosem ítél meg/el engem.					
11. Gyakran beszélek másokkal a kedvencemről.					
12. A kedvencem megért engem.					
13. Úgy gondolom, a kedvencem iránt érzett szeretet segít az egészségemet megőrizni.					
14. Az állatok is ugyanannyi tiszteletet érdemelnek, mint az emberek.					
15. Nagyon szoros kapcsolatom van a kedvencemmel.					
16. Majdnem mindent					

megtennék, hogy a kedvencemnek gondját viseljem.					
17. Gyakran játszom a kedvencemmel.					
18. Jó társaságnak tartom a kedvencemet.					
19. A kedvencem boldoggá tesz engem.					
20. A kedvencemre családtagként tekintek.					
21. Nem igazán kötődöm a kedvencemhez.					
22. A kedvencem tartása hozzájárul a boldogságomhoz.					
23. A kedvencemre barátomként tekintek.					

**Harmadik rész: Egészség: testi- lelki**

**21. Összességében, hogyan minősíti saját egészségi állapotát?**

- 1. Kitűnő
- 2. Jó
- 3. Megfelelő
- 4. Rossz
- 5. Nagyon rossz

**22. Kortársaihoz viszonyítva, hogyan minősíti saját egészségi állapotát?**

- 1. Rosszabb
- 2. Jobb
- 3. azonos

**23. Hányszor jár orvoshoz?**

- 1. havonta többször
- 2. havonta
- 3. félévente
- 4. évente
- 5. több évente

**24. Valamilyen betegséggel kezelik-e most?**

- 1. Igen.....?.....
- 2. nem

**25. Valamilyen gyógyszert szed-e rendszeresen? .....**

**26. Jelenleg van-e vagy korábban volt-e egy vagy több krónikus vagy hosszantartó betegsége, ill. egészségügyi problémája a következők közül?**

<b>Van-e ilyen betegsége?</b>	<b>Ezt a betegséget orvos állapította meg?</b>	<b>Volt-e ilyen betegsége az elmúlt 12 hónapban?</b>	<b>Volt-e ilyen betegsége 12 valaha?</b>
-------------------------------	--	--	--

asztma  
 allergiás betegség  
 cukorbetegség  
 magas koleszterinszint  
 magas vérnyomás  
 pajzsmirigy  
 bármely szívbetegség  
 agyvérzés  
 hörghurut, légzőszervi  
 ízület, reuma  
 csontritkulás, csont  
 gyomorfekély  
 migrén vagy gyakori fejfájás  
 rosszindulatú daganat  
 emésztőszervi  
 depresszió, szorongás



10. Néha úgy érzem, mintha már megtettem volna mindent, ami az életben megtehető.	1	2	3	4	5	6
11. Az élet számomra a tanulás, változás és fejlődés szakadatlan folyamata.	1	2	3	4	5	6
12. Úgy gondolom, hogy fontos olyan új élményeket és tapasztalatokat szerezni, amelyek kihívásokat jelentenek önmagunk és világunk újragondolására.	1	2	3	4	5	6
13. Az emberek valószínűleg úgy jellemeznének engem, mint egy adakozó személyt, aki hajlandó időt szentelni másokra.	1	2	3	4	5	6
14 Régen feladtam a próbálkozást arra, hogy valami nagy javulást vagy változást hozzak létre az életemben.	1	2	3	4	5	6
15. Hajlamos vagyok arra, hogy elfogadjam a határozott véleményt képviselő emberek álláspontját.	1	2	3	4	5	6
16. Nem valami sok melegséget és bizalmat tapasztalok a másokkal való kapcsolataimban.	1	2	3	4	5	6
17. Bízom a saját véleményemben még akkor is, ha az gyökeresen eltér mások álláspontjától.	1	2	3	4	5	6
18. Azon értékek alapján ítélem meg magam, amelyeket én fontosnak tartok, nem pedig azok alapján, amiket mások tartanak fontosnak.	1	2	3	4	5	6

**29. Kérjük, olvassa el figyelmesen az alábbi kijelentéseket, és jelölje, hogy milyen mértékben ért egyet ezekkel! - SWLS**

	EGYÁLTALÁN NEM ÉRTEK EGYET	NEM ÉRTEK EGYET	NEM TUDOM	EGYETÉRTEK	TELJES MÉRTÉKBEN EGYETÉRTEK
A legtöbb szempontból nézve közel áll életem az ideálshoz					
Az életfeltételeim kitűnőek					
Meg vagyok elégedve az életemmel					
Eddig még mindent elértem az életben, amit akartam					
Ha újra élhetném az életem, nem változtatnék szinte semmit					

**30. az ÖN Testtömege?..... Testsúlya?.....**

**31. Hányszor étkezik egy nap?**

**1. egyszer**

**2. kétszer**

**3. háromszor**

4. négyszer

5. ötször

6. többször

32. Kérem az alábbi táblázatban jelölje a táplálkozására jellemzőket:

	SOHA	RITKÁN	HETENTE 4-6	HETENTE 1-3	NAPONTA EGYSZER	NAPONTA TÖBBSZÖR
Tejtermék						
Zöldségfélék						
Gyümölcsök						
Húsfélék						
Halak						
Kenyérfélék, péksütemény						
Rizsből készült ételek						
Tésztából készült ételek						
Burgonyából készült ételek						
Készétel, gyorsétel						
Édesség, desszert						
Cukrozott üdítők, szörpök						
Kávé						

33. European Quality of Life Survey. Kérem válaszson. Mennyire ért ön egyet? 1= egyáltalán nem értek egyet, 2= nem értek egyet, 3= nem tudom, 4= egyetértek, 5= teljes mértékben egyetértek)

1. úgy érzem, hogy kitaszít a társadalom 1            2            3            4            5

2. az élet olyan bonyolulttá vált, hogy alig találom az utam 1            2            3            4            5

**3. úgy érzem, hogy az emberek, akikkel találkozom, nem ismerik fel az értékét annak, amit csinálok**

**1      2      3      4      5**

**4. néhány ember lenéz engem a munkám miatt, vagy azért, mert nem dolgozom**

**1      2      3      4      5**

**Köszönöm szépen, ha további megjegyzése van kérem válaszoljon.....**

## **Interjú alanyok**

**1. nő:** hetvennégy éves, kilenc éve özvegyasszony. Két gyerek édesanya, a lánya családot alapított elköltözött, a faluba. 53 éves fiával él egy háztartásba, gazdálkodnak. Gazdaságuk 15 tehenet, 50 juhot, 15 kecskét, 3 disznót, 14 nyulat, háziszárnyasokat, kutyát, macskát jelent. Az állattartásból származó jövedelem megélhetésük fő forrása. Rendezett körülmények között élnek, családi házba. Társasági életet élnek, naponta negyven személy hordja a tejet házuktól. Iskolai végzettsége általános iskola. Orvosi kórlapján a következő nyilvántartott betegségek szerepelnek: magas vérnyomás, reumatológiai megbetegedések, érszűkület, szív és érrendszeri megbetegedések.

**2. nő:** hatvannégy éves. Három fiú gyerek édesanyja. Jelenleg értelmileg hátrányos helyzetű fiával és férjével él egy háztartásba. Nyugdíjasok és kevés állatot tartanak, haszonállatként. Szegényebb, szerényebb körülmények között élnek. Iskolai végzettsége középiskola. Orvosi kórlapján a következő nyilvántartott betegségek szerepelnek: magas vérnyomás, érszűkület, szív és érrendszeri megbetegedések.

**3. nő:** hatvannyolc éves. Két gyerek édesanyja. Jelenleg férjével él egy háztartásban. Állami munkahelyről nyugdíjas. 26 éve gazdálkodással is foglalkoznak. Emeletes családi házban élnek, anyagi körülményeik jónak mondható. Iskolai végzettsége középiskola. Orvosi kórlapján a következő nyilvántartott betegségek szerepelnek: magas vérnyomás, reumatológiai megbetegedések, szív és érrendszeri megbetegedések.

**4. nő:** hetvenhárom éves. Öt lány gyerek édesanyja, özvegy. Jelenleg lányával és egy hét éves fiú unokájával él egy háztartásban. Agrármérnöki munkakörből nyugdíjas, anyagi körülményei jónak mondható. Orvosi kórlapján szereplő betegségek: magas vérnyomás, szív és érrendszeri megbetegedések, agyvérzés, mellrák. Két macska, kecske és szárnyasok tulajdonosa.

**5. nő:** hatvankilenc éves. Három gyerek édesanyja, özvegy. Jelenleg nőtlen fiával él egy háztartásban. Iskolai végzettsége gimnázium. Anyagi helyzete jó. Több mint 100 juh gazdája, pásztorkodással foglalkoznak.

**6. nő:** hatvanhét éves. Három gyerek édesanyja. Jelenleg férjével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége nyolc osztály. Anyagi helyzetük jó. Egy ló Polly, egy kutya Lusta, három macska gazdája.

**7. férfi:** hetvenhét éves. Három gyerek édesapja. Jelenleg feleségével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége négy osztály. Anyagi helyzetük jó. Egy ló Polly, egy kutya Lusta, három macska gazdája feleségével.

**8. nő:** hetvennyolc éves, öreglány. Egyedül él egy háztartásban. Iskolai végzettsége egyetem, nyugalmazott matematika tanárnő. Egy kutya és két macska gazdája.

**9. nő:** hatvanhat éves, öt gyerek édesanyja. Férjével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége érettségi. 66 kecske, 10 sertés, 10 tehén, 4 kutya és 2 macska tulajdonosa.

**10. férfi:** hatvanhat éves, öt gyerek édesapja. Feleségével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége érettségi. 66 kecske, 10 sertés, 10 tehén, 4 kutya és 2 macska tulajdonosa.

11. **nő:** nyolcvankettő éves, három gyerek édesanyja. Egyedül él egy háztartásban a tanyán. Iskolai végzettsége négy osztály. Kutya, szárnyasok, tehén, ló és juhok tartásával kereste kenyerét.
12. **nő:** hetvenhatéves, négy gyerek édesanyja. Férjével él egy háztartásban a tanyán. Iskolai végzettsége nyolc osztály. Tehenet, szárnyast, kutyát, macskát tartanak megélhetési célból.
13. **férfi:** hetvenhétéves, négy gyerek édesapja. Feleségével él egy háztartásban a tanyán. Iskolai végzettsége nyolc osztály. Tehenet, szárnyast, kutyát, macskát tartanak megélhetési célból.
14. **nő:** hatvannyolc éves, két fiú gyerek édesanyja. Egyedül él egy háztartásban. Főiskolai végzettségű, nyugdíjas óvópedagógus. Házi kedvence a macska.
15. **nő:** hatvannégy éves, egy gyerek édesanyja. Egyedül él egy háztartásban. Főiskolai végzettségű, nyugdíjas tanító néni. Társállata Buksi kutya.
16. **férfi:** hetvenkét éves, három lány édesapja. Feleségével él egy háztartásban. Főiskolai végzettségű, nyugdíjas erdész. Ötven évet foglalkoztak állattartással az állami munkahely mellett.
17. **nő:** hetvenegy éves, érettségivel, háztartásbeli életében. Három lány édesanyja.
18. **nő:** 58 éves, általános iskola, háztartásbeli. Két gyerek édesanyja. Férje nyugdíjba vonulása után foglalkoznak állattartással és sajt készítéssel. Jelenleg öt tehenünk, a borjú, négy disznó, három kutya, három macska, 36 tyúk, 48 csirke van.
19. **férfi:** 61 éves. Villanyszerelő végzettsége. nyugdíjba vonulása után foglalkoznak állattartással és sajt készítéssel. Jelenleg öt tehenünk, a borjú, négy disznó, három kutya, három macska, 36 tyúk, 48 csirke van.
20. **nő:** 76 éves, két gyerek édesanyja. Férjével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége általános iskola. 4 tehén, 2 borjú, 4 malac, egy ló, szárnyasok, kutya és macska tulajdonos.
21. **férfi:** 80 éves, két gyerek édesapja. Feleségével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége szakiskola. 4 tehén, 2 borjú, 4 malac, egy ló, szárnyasok, kutya és macska tulajdonos.
22. **nő:** 63 év, gyerektelen. Férjével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége egyetem. 23 kecske, 2 sertés, 1 kutya és 2 macska tulajdonosa.
23. **férfi:** hatvannyolc éves, gyerektelen. Feleségével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége érettségi. 23 kecske, 2 sertés, 1 kutya és 2 macska tulajdonosa.
24. **nő** hatvanegy éves, három gyerek édesanyja. Férjével és gyerekei családjával él egy házsám alatt, külön lakásban. Iskolai végzettsége általános iskola. 400 juh, 30 tehén, szárnyasok, kutyák és macska tulajdonosa. Használtam a <http://www.pahru.ro/images/Agrar%2017-08.pdf> adott interjút is.
25. **férfi** hatvanhárom éves, három gyerek édesapja. Feleségével és gyerekei családjával él egy házsám alatt, külön lakásban. Iskolai végzettsége általános iskola. 400 juh, 30 tehén, szárnyasok, kutyák és macska tulajdonosa. Használtam a <http://www.pahru.ro/images/Agrar%2017-08.pdf> adott interjút is.
26. **nő** ötvenhat éves, két gyerek édesanyja. Férjével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége doktori iskola. Méhészettel foglalkoznak, kutya, macska, szárnyasok tulajdonosai. Használtam a <http://www.pahru.ro/images/Agrar%2017-08.pdf> adott interjút is.
27. **férfi** hatvanegy éves, két gyerek édesapja. Feleségével él egy háztartásban. Iskolai végzettsége doktori iskola. Méhészettel foglalkoznak, kutya, macska, szárnyasok tulajdonosai. Használtam a <http://www.pahru.ro/images/Agrar%2017-08.pdf> adott interjút is.
28. **férfi** ötvenöt éves. Családjával él egy háztartásban. Iskolai végzettsége mesteri iskola. 80 tehén, szárnyasok, kutya tulajdonosa. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is

- 29. nő** ötvenöt éves. Családjával él egy háztartásban. Iskolai végzettsége érettségi. 80 tehén, szárnyasok, kutya tulajdonosa. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenyezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenyezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is
- 30 férfi Cz.D.** ötvenhét éves. Családjával él egy háztartásban. Iskolai végzettsége érettségi. Van nekik egy farmjuk borjú, tehén, tinó összesen 150 darab. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenyezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenyezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is
- 31. nő.** ötvenhárom éves. Családjával él egy háztartásban. Iskolai végzettsége érettségi. Van nekik egy farmjuk borjú, tehén, tinó összesen 150 darab. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenyezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenyezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is
- 32. férfi.** ötvennyolc éves. Családjával él egy háztartásban. Iskolai végzettsége szakiskola. 50 szarvasmarha, 100 darab juh, 3 darab ló, sertés, kutya tulajdonosa. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenyezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenyezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is
- 33. nő.** ötvenhat éves. Családjával él egy háztartásban. Iskolai végzettsége szakiskola. 50 szarvasmarha, 100 darab juh, 3 darab ló, sertés, kutya tulajdonosa. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenyezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenyezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is
- 34. férfi.** Hatvankét éves, házas egy fiú gyerek édesapja. 350 juh, kutyák tulajdonosa. Iskolai végzettsége érettségi. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenyezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenyezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is
- 35. nő.** Hatvan éves, házas egy fiú gyerek édesanyja. 350 juh, kutyák tulajdonosa. Iskolai végzettsége érettségi. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenyezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenyezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is
- 36. férfi.** Ötvenhat éves, agrotechnikai profilon végzett. Házas két gyerek édesapja. 15 szarvasmarha, szárnyasok, kutya tulajdonosa. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenyezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenyezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is
- 37. nő.** Ötvenhat éves, érettségizett. Házas két gyerek édesanyja. 15 szarvasmarha, szárnyasok, kutya tulajdonosa. Használtam a [http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios\\_kezdemenyezesek\\_a\\_szekelyfoldi\\_tersegben.pdf](http://www.pahru.ro/images/Agrarinnovacios_kezdemenyezesek_a_szekelyfoldi_tersegben.pdf) adott interjút is
- 38. nő** ötvenhét, egyetem. Két gyerek édesanyja. Ökofarmot vezetnek, foglalkozásokkal.
- 39. férfi** ötvennyolc, egyetem. Két gyerek édesapja. Ökofarmot vezetnek, foglalkozásokkal
- 40. nő.** Hetven éves, asszisztensi munkakörben dolgozott, nyugdíjas jelenleg. Házas, gyerektelen, férjével él együtt. Háztáji mezőgazdasággal foglalkoznak. Növénytermesztés mellett, állatokat tartanak: 3 sertés, 40 szárnyas, 10 nyúl, 1 kutya és macska.
- 41. férfi** Hetvenöt éves, nyugdíjas. Házas, gyerektelen, feleségével él együtt. Háztáji mezőgazdasággal foglalkoznak. Növénytermesztés mellett, állatokat tartanak: 3 sertés, 40 szárnyas, 10 nyúl, 1 kutya és macska.
- 42. férfi.** Hetvenhat éves. Két gyerek édesapja. Érettségi legmagasabb iskolai végzettsége. Állatai: 20 nyúl, szárnyasok, kutya, macska.
- 43. nő-** Hetvenhat éves, nyugdíjas. Végzettsége általános iskola. Két gyerek édesanyja. Állatai: 20 nyúl, szárnyasok, kutya, macska.
- 44. férfi.** Nyolcvan éves, nyugdíjas. Általános iskola végzettsége. Három gyerek édesapja. Feleségével és két fiával él egy háztartásban. Állataik: 1 tehén, 10 juh, szárnyasok, kutya, macskák.
- 45. nő.** Hetvenhat éves, nyugdíjas. Általános iskola végzettsége. Három gyerek édesanyja. Férjével és két fiával él egy háztartásban. Állataik: 1 tehén, 10 juh, szárnyasok, kutya, macskák.

**46. férfi** – ötvenöt éves, gyógyszerész. Egyetemi végzettség. Élettársi kapcsolatban, gyerektelen. Állatai: 4 macska, 2 nyúl, 3 kacsa, 11 tyúk, 2 kutya.

**47. nő**- kilencvenhárom éves, özvegy 45 éve. Két lánya és három unokája van. Egyedül él egy háztartásban. Iskolai végzettsége általános iskola. Két macska tulajdonosa.

**48. férfi** – ötvenhat éves, házas, élettárrsal él együtt, gyerektelen. Iskolai végzettsége egyetem. Két kutya, két macska, tíz szárnyas és tíz nyúl tulajdonosa.

**49. nő** – ötvennyolc éves, házas. Családjával él egy háztartásban. Iskolai végzettsége érettségi. Harminckét tehén tulajdonosa. Fülöp Ilona interjú anyaga alapján választottam: [http://www.pahru.ro/ images/kiadvanyok/ Agrar6-Kiadvany.pdf](http://www.pahru.ro/images/kiadvanyok/Agrar6-Kiadvany.pdf)