



MAGYAR GERONTOLÓGIA 13. ÉVFOLYAM KONFERENCIA KÜLÖNSZÁM

2021. 13. évf. Konferencia Különszám
On-line verzió: ISSN 2062-3690
[www.https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia](https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia)

A városi zöldterületek pozitív hatása a demenciával élők és gondozóik jóllétére

Fekete Márta, PhD¹, Frankó Luca, PhD², Pataki György, PhD³, Kiss Veronika⁴

¹Gálfi Béla Gyógyító És Rehabilitációs Közhasznú Nonprofit Kft.; MDRG Kft.

²ELTE, Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pszichológiai Intézet, Szervezet-és Vezetépszichológia Tanszék

³ESSRG Nonprofit Kft.

⁴ Budapesti Corvinus Egyetem, Vállalatgazdaságtan Intézet, Döntéelmélet Tanszék

Kulcsszavak: környezetpszichológia, városi zöldterület, egészségmegőrzés, séta, demencia, jóllét, gondozók jólléte, kevert módszertan

2021 tavaszán az Eötvös Loránd Kutatási Hálózat Ökológiai Kutatóközpontja és a Budapesti Corvinus Egyetem közötti hároméves pályázati együttműködés tette lehetővé interdiszciplináris kutatásunk megvalósulását. Empirikus kutatásunk célja annak feltérképezése volt, hogy a városi zöldterületeken tett séta hogyan járul hozzá a demenciával élő betegek és az őket gondozó családtagjaik jóllétének megőrzéséhez.

Módszer

A kutatás során többféle módszertant alkalmaztunk a téma vizsgálatára. Először egy sétainterjút végeztünk a gondozó-gondozott diádokkal, majd a gondozó hozzátartozók 1 hónapon keresztül naplót vezettek a sétáik alatti történésekről, élményeikről. A naplózás kvalitatív módszertanát egy rövid kérdőív formájában kvantitatív mérési módszerrel is kiegészítettük.

Előadásunkban elsődlegesen a kvantitatív eredményeket mutatjuk be, illetve az ezeket alátámasztó napló bejegyzésekből szemezgetünk. A kutatótársnak tekintett gondozó hozzátartozókkal legvégül egy fókuszcsoportos beszélgetést folytattunk, ahol prezentáltuk a kérdőív eredményeit, és ezekről kértük véleményüket, mintegy megerősítés vagy elvetés céljából.

A vizsgálatban való részvételt vállaló 3 gondozó-gondozott diád 2021 április-májusban folytatta a kutatás keretében a sétákat, 4 héten keresztül, heti 3 alkalommal. Összesen 39 séta adatait dolgoztuk fel.

Eredmények

Az eredmények azt igazolták, hogy a séta mind a gondozottak, mind a gondozók esetében szignifikáns javulást eredményezett a mentális állapot és hangulat tekintetében, illetve a kettejük együttműködésének alakulásában. A kvantitatív eszközzel detektált változást pedig a naplóbejegyzések szöveges tartalmai is alátámasztották, illetve magyarázták.

Kutatásunk egyediségét a módszertanok vegyítése, jelentőségét pedig az adja, hogy hazai mintán támasztja alá a városi zöldterületek egészségmegőrzésben betöltött szerepét krónikus betegek és családtagjaik körében. Fő üzenetünk, hogy a természetben eltöltött idő, séta egy alacsony költségű, általánosan pozitív hatású, relatíve könnyen és sokak számára elérhető, mégis nagy hatású jóllét növelő intervenció.