

## **Fogvatartottak sportolási lehetőségei a hazai büntetés-végrehajtási intézetekben a jogszabályi háttér és a gyakorlat tükrében – különös tekintettel a sport fizikai és mentális egészségre gyakorolt hatására**

### **Sport opportunities of prisoners in Hungarian penitentiary institutions in the light of legal background and practice – especially regarding the impact of sport on physical and mental health**

Miklósi Márta

Debreceni Egyetem Nevelés- és Művelődéstudományi Intézet

University of Debrecen Institute of Educational Studies and Cultural Management

4032 Debrecen Egyetem tér 1.

#### **Absztrakt**

A rendszeres fizikai aktivitás meghatározó jelentőségű a fogvatartottak jólléte szempontjából, mivel szorosan összefügg az életminőséggel. Ezt számos körülmény határozza meg, beleértve a fizikai egészséget és a mentális jóllétet. A sport, a fizikai aktivitás rendkívül jó hatást gyakorol az egyén általános egészségi állapotára. Ez az állítás a büntetés-végrehajtási intézetekben büntetésüket töltő fogvatartottakra is igaz.

Jelen tanulmány a börtönökben végzett sporttevékenységek fontosságának és jelentőségének vizsgálatára összpontosít. Elsődleges célja az volt, hogy áttekintse a börtönben biztosított sportolási lehetőségek, sportprogramok fogvatartottak mentális és fizikai állapotára kifejtett hatását a nemzetközi szakirodalomban. Írásunkban részletesen kitérünk a fogvatartottak által végzett sport pozitív hatásainak bemutatására, hangsúlyozva, hogy a sportnak köszönhetően nemcsak általános fizikai alkalmassági szintjük emelkedik, hatással van mentális egészségükre is, önbizalmat ad és csökkenti a depresszió előfordulásának esélyét. Amellett, hogy a fizikailag aktív fogvatartottak pszichés állapota szignifikánsan jobb, mint az inaktívaké, a sport- és szabadidős programokban való részvétel támogatja a szabad életből a totális intézetbe kerüléssel járó alkalmazkodási folyamatot, ezáltal is megkönnyíti a fogvatartottak helyzetét. Sőt, a testmozgás és a sport nemcsak a fogvatartottak testi és szellemi állapotának szinten tartása, alkalmazkodási folyamatának elősegítése szempontjából kulcsfontosságú, de pozitív hatása a szabadulás után a társadalomba történő visszailleszkedés, reintegráció szempontjából is megkérdőjelezhetetlen. A reintegrációban betöltött szerep hangsúlyozása a hazai jogszabályi gyakorlatban is megjelenik. Kitérünk annak bemutatására, hogyan biztosítja a 2013. évi CCXL. törvény és végrehajtási rendelete a fogvatartottak számára a sporthoz, testedzéshez való hozzáférést. A jogszabályi háttér ismertetését követően bemutatjuk a hazai kutatási előzményeket és intézményi gyakorlatokat, ezzel is megalapozva egy későbbi empirikus kutatás előkészítését.

**Kulcsszavak:** testedzés a börtönben, reintegráció, szabadidő hasznos eltöltése, sportolás, fizikai és mentális egészség

#### **Abstract**

Ensuring regular physical activity is crucial for the well-being of prisoners, as it is strongly linked to the quality of life, which is determined by several factors, including physical health and mental well-being. Sport and physical activity have a particularly positive impact on the general health of the individual, and this is also true for prisoners serving their sentences in prisons.

The present study focuses on the importance and relevance of sports activities in prisons. Primary objective of this study is to review the impact of sports activities and programs in prisons on the mental and physical well-being of prisoners based on international literature. In our paper, we will go into detail about the positive effects of sport on prisoners, emphasizing that sport not only increases their general physical fitness but also has an impact on their mental health, giving them self-confidence and reducing the risk of depression. In addition to the fact that mental state of physically active prisoners is significantly better than that of inactive prisoners, participation in sports and recreational programs supports the adjustment process from free life to total institution, thus also facilitating the situation of prisoners. Moreover, physical exercise and sport are not only essential for maintaining the physical and mental condition of prisoners and facilitating their adaptation process, but their positive impact on their reintegration into society after release is also unquestionable. The emphasis on the role of sport in reintegration is reflected in domestic legislative practice, and we will discuss how Act CCXL of 2013 and its implementing decree ensures access to sport and physical exercise for prisoners. Following the description of the legislative background, we present the domestic research history and institutional practices, thus laying the groundwork for future empirical research.

Key words: exercise in prison, reintegration, leisure, sport, physical and mental health

## **Bevezetés, problémafelvetés**

A rendszeres testmozgás meghatározó jelentőségű, mivel összefügg az egyén életminőségével, amelyet számos tényező határoz meg, többek között a fizikai egészség és a mentális jóllét. A testmozgás tehát nemcsak fizikai szempontból fontos, hanem az egyén pszichés állapotára is hatást gyakorol. Különösen hangsúlyos ezzel a kérdéskörrel foglalkozni a fogvatartottak vonatkozásában, mert esetükben számos problémával találkozhatunk az elhanyagolt fizikai állapot és a nem megfelelő mentális egészséggel kapcsolatosan. A fizikai állapot és a pszichológiai jóllét mellett hangsúlyoznunk kell továbbá a társadalmi vagy szocializációs hatást és a szabadidő eltöltésének módját is. Mivel a börtönökben a sport a szabadidő tartalmas eltöltési módjának eszköze is lehet, így hatalmas rehabilitációs potenciál rejlik benne.

Jelen tanulmány a börtönökben végzett sporttevékenységek fontosságának és jelentőségének vizsgálatára összpontosít. Írásunk elsődleges célja az volt, hogy áttekintse a börtönben biztosított sportolási lehetőségek hatását, sportprogramok fogvatartottak mentális és fizikai állapotára, a nemzetközi és hazai szakirodalomban, a hazai jogszabályi gyakorlatban, valamint a hazai kutatási előzmények tükrében. A tanulmány egy későbbi empirikus kutatás előkészítését is célozza; a jövőben tervezzük egy empirikus kutatás lefolytatását a fogvatartottak sportolási szokásainak feltérképezése céljából. Írásunkban az alábbi kutatási kérdések megválaszolását célozzuk meg: Milyen hatást gyakorol a fogvatartottak sportolása fizikai és mentális állapotukra? Hogyan jelenik meg a fogvatartottak sportoláshoz való joga a hazai jogszabályok tükrében? Milyen hazai jó gyakorlatok jelentek meg, amelyek a fogvatartottak sportolási lehetőségeinek biztosítását tűzik ki célul? Hogyan alakul a hazai kutatási előzmények sora, milyen területeket vizsgáltak hazai szakemberek a fogvatartottak sportolási lehetőségei vonatkozásában? Tanulmányunkban ezekre a kérdésekre kívánunk választ adni a nemzetközi szakirodalom megállapításaira, hazai jogszabályok rendelkezéseire és néhány fontos hazai kutatás eredményeire alapozva.

## **A sport hatása a fogvatartott fizikai és mentális állapotára**

A sport, a fizikai aktivitás rendkívül jó hatást gyakorol az általános egészségi állapotra. Ez az állítás igaz a büntetés-végrehajtási intézetekben büntetésüket töltő fogvatartottakra is. Sabo megfogalmazásában „*a sport, a testmozgás egy egészséges testet kreál egy egészségtelen környezetben*” (Sabo, 2001. 64). A rendszeres testmozgás, aktív sportolás pozitívan befolyásolja a fogvatartottak fizikai jóllétét, egészségi állapotát és mentális egészségét, amire a büntetésüket töltő fogvatartottaknak is szükségük van a zárt intézetben töltött időszakban.

Számos kutató foglalkozik a sport- és szabadidős tevékenységek fogvatartottakra gyakorolt hatásával. Ezek közül néhány fontosabbat emelünk ki. A sport fizikai jóllétre gyakorolt eredményei közé tartozik a fogvatartottak általános fizikai alkalmassági szintjének növelése (Meek és Lewis, 2012; Vaiciulis, Kavaliauskas és Radisauskas, 2011), az idősebb és krónikus betegségben szenvedő elítéltek egészségügyi kockázatainak csökkentése (Perez-Moreno, Camara-Sanchez, Tremblay, Riera-Rubio, Gil-Paisan és Lucia, 2007). Emellett számos kutatás rámutatott, hogy a börtönben történő kábítószerrel való visszaélés is alacsonyabb százalékban jelenik meg problémaként, ha a fogvatartottak sportolnak (Martos-García, Devis-Devis, és Sparkes, 2009; Stöver és Thane, 2011).

A sport- és szabadidős tevékenységek szintén pozitív hatással vannak a mentális egészségre, hatásukra pozitív érzelmi változások következnek be. A sport növeli az önbizalmat, akaraterőt ad és segít az önértékelésben, önkifejezésben. A kutatók beszámoltak arról, hogy a sportoló fogvatartottak körében csökkent a depresszió és a reménytelenség érzése (Buckaloo, Krug és Nelson, 2009), javult a hangulatuk és önbecsülésük, ami személyes kapcsolataikra is kihatással volt (Battaglia, Cagno, Fiorilli, Giombini, Borriore, Baralla, Marchetti és Pigozzi, 2015). A sport szabályozza az örömet, a haragot és az agressziót, a sportoló fogvatartottak csökkent düh- és agresszió szintet tapasztaltak (Wagner, McBride és Crouse, 1999). A rendszeres testmozgás pozitív hatást gyakorol a szorongás- és stressz-szintre is, Nelson és kollégái a depresszió, a szorongás és a félelem csökkenését állapították meg kutatásukban (Nelson, Specian, Campbell és DeMello, 2006). A sport ezen túlmenően javítja a monotóniatűrő képességet és pozitív hatással van az egyén értékrendjére. Gallant, Sherry és Nicholson ausztráliai kutatásai során megállapította, hogy a legtöbb fogvatartott pozitív egészségügyi változást tapasztalt a testmozgásnak köszönhetően, így a rendszeres testmozgás hatására javult a szív- és érrendszeri állapotuk és kevésbé szenvedtek álmatlanságtól (Gallant, Sherry és Nicholson, 2014).

Egy litvániai kutatás arra mutatott rá, hogy jelentős eltérés figyelhető meg a fizikailag aktív és az inaktív fogvatartottak pszichés állapota között. A fizikailag aktív fogvatartottak pszichés állapota szignifikánsan jobb volt, mint az inaktívaké (Vaiciulis, Kavaliauskas és Radisauskas, 2011). A kutatók szerint az e területre való koncentráció egyik magyarázata az, hogy a sport és rekreáció „*a modern büntetés-végrehajtási intézetekben a fogvatartottak fizikai, mentális és szociális egészségére jelentős hatást gyakorló fő tevékenységtípussá váltak*” (Vaiciulis, Kavaliauskas és Radisauskas, 2011, 680). További pozitív hatásként értékelhető a szakemberek szerint, hogy a fogvatartottak sport- és szabadidős programokban való részvétele támogatja azt az alkalmazkodási folyamatot, amely kulcsfontosságú a szabad életből a büntetés-végrehajtási intézetekben megjelenő szabályozott és ellenőrzött létre való áttérés részeként (Aguilar és Asmussen, 1990).

Aguilar és Asmussen (1990) álláspontja szerint a nemrégiben bebörtönzött fogvatartottak számára biztosítani kell a sport- és szabadidős tevékenységekben való részvételt, amely lehetőség pozitív aspektust kínál egy egyébként negatív környezetben. A sport- és rekreációs tevékenységek intézményi kedvezményként való alkalmazása a szakirodalomban is megjelenik (Aguilar és Asmussen, 1990; Martos-García, Devis-Devis, és Sparkes, 2009; Wagner, McBride és Crouse, 1999). Aguilar és Asmussen (1990) meglátása szerint a büntetés-végrehajtási

alkalmazottak rutinszerűen használják a börtönben a sportot és a szabadidős tevékenységeket a megfelelő viselkedés előmozdítására (*Aguilar és Asmussen, 1990*).

*Martos-García, Devís-Devís, és Sparkes (2009)* arról számolt be, hogy a sport- és rekreációs tevékenységekhez való hozzáférést az elítéltek jutalomként érzékelték, míg azok az elítéltek, akiktől megtagadták az ezen tevékenységekhez való hozzáférést, büntetésként élték meg annak hiányát. Bár nyilvánvaló, hogy a büntetés-végrehajtási intézetek a sport-tevékenységet az elkövetőkkel való bánásmód stratégiájaként alkalmazzák, kevés empirikus bizonyíték áll rendelkezésre a tevékenységek hatékonyságára vonatkozóan, vajon alkalmasak-e a kívánt eredmények elérésére.

*Coalter (2007a, 2007b, 2008)* kutatásában sportprogramokat elemzett és különbséget tett a sport börtönökben való alkalmazását vizsgálva aszerint, hogy maga a sport a cél vagy esetleg ezen túlmutatva komplexebb hatást gyakorol a pszichológiai jólétre és valamilyen társadalmi kérdés megoldása eszközének tekinthető. Elméletében a következő kategóriákat különbözteti meg: (a) a sport hagyományos formái (például a börtön tornatermében végzett önálló testmozgás, amelynek célja csak a fizikai testedzés; (b) a Sport Plusz kategóriába azokat a kezdeményezéseket sorolja, amelyben a sportot a büntetés-végrehajtás keretében egyéb párhuzamos programokkal egészítik ki és a sportot az értékek és attitűdök megváltoztatásának központi kontextusának tekintik; (c.) Plusz Sport kategóriába tartozónak azokat a programokat tekinti, amelyekben a sport népszerűségét használják fel a résztvevők bevonására különböző oktatási és képzési programokba. Ezen kezdeményezések esetében a sport szisztematikus fejlesztése ritkán cél (*Coalter, 2007a*), inkább a sporton keresztül történő fejlődés koncepciójáról beszélhetünk (*Coalter, 2007b*).

A nemzetközi szakirodalmi összefoglalót követően a következő fejezetben a magyarországi helyzet bemutatására teszünk kísérletet a jelenleg hatályos jogszabályok tükrében.

### **A hazai helyzet bemutatása a jogszabályok tükrében**

A reintegráció, azaz szabadulás utáni társadalomba történő visszailleszkedés egyik alappillére a fogvatartott testi és szellemi állapotának szinten tartása, amely kulcsfontosságú célkitűzésként jelenik meg a szabadságvesztés büntetés letöltése során. A fogvatartott büntetése letöltése utáni visszailleszkedésének elősegítése a büntetés-végrehajtási intézetekben (a továbbiakban bv. intézet) leginkább szabadidős-, sport- és kulturális programokon keresztül valósul meg. Ide tartozik többek között a könyvtárlátogatás, a tömegkommunikációs eszközök használata, előadásokon, szakkörökön, filmvetítéseken történő részvétel, valamint a sportolási és testmozgási lehetőségek biztosítása (*Forgács, 2019; Ragó és Eisemann, 2018*).

Magyarországon a 2013. évi CCXL. törvény határozza meg, hogy a bv. intézet művelődési és sportolási lehetőségeit az elítélt szabadidejében milyen feltételekkel és milyen körülmények között veheti igénybe. A testmozgás és a sport meghatározó helyet foglal el a fogvatartottak számára a szabadidő-foglalkozások között. Jelentőségét növeli, hogy nagymértékben hozzájárul a korlátozott mozgási lehetőségek szélesítéséhez és kedvező hatást gyakorol a fogvatartottak egészségi és pszichikai állapotára. A sport számos pozitív hatással bír, javítja a fizikai állapotot és a koncentrációképességet, hozzájárul az erőnlét fenntartásához, ösztönzi a csapatmunkát, de mindemellett szórakozásként és kikapcsolódásként is szolgál (*Ranga és Vörös 2016*).

A testmozgás ezen túl kedvező hatást gyakorol a fogvatartottak szociális képességeinek és tulajdonságainak fejlesztésére is, mégpedig azáltal, hogy a sporttevékenységben az alkalmazott

szabályok betartására, illetve speciálisan a csapatsportokban a társakkal való együttműködésre készítet (Budai, 2009; Ragó és Eisemann, 2018; Ranga és Vörös, 2019). Juhász (2002) munkájában felhívja a figyelmet arra, hogy a gyakorlati tapasztalatok szerint, hazánkban a fogvatartottak számára rendelkezésre álló kikapcsolódási lehetőségek köréből a sportolási, testmozgási lehetőségek igénybevétele tekinthető a legnépszerűbbnek. Ezeket a jogosultságokat a 2013. évi CCXL. törvény a bv. intézet által nyújtott művelődési lehetőségekkel együtt a fogvatartottak alapvető jogosultságaként szabályozza. A fogvatartottak sportolási lehetőségeire nézve alapvető szabályokat a 2013. évi CCXL. törvény és a 6/1996. (VII. 12.) IM rendelet tartalmazza, de ezek megvalósítása nagymértékben függ az egyes bv. intézetek adottságaitól.

A 2013. évi CCXL. törvény több helyen ír elő szabályokat a fogvatartottak sportolási lehetőségeire vonatkozóan. A 2013. évi CCXL. törvény az elítélt büntetés-végrehajtási jogviszonyból eredő jogai között megfogalmazza, hogy az elítélt jogosult „szabadidőre”, „önképzésre, sajtótermékek megrendelésére, a bv. intézet művelődési és sportolási lehetőségeinek - a szabadságvesztés végrehajtási rezsimjeinél megállapított rendelkezések szerinti – igénybevételére” (2013. évi CCXL. törvény 122.§ d és eb). A jogszabály kimondja, hogy „a reintegrációs tevékenység keretében törekedni kell arra, hogy az elítélt bűncselekményének társadalomra veszélyességét felismerje, annak következményeit lehetőség szerint enyhítse” (2013. évi CCXL. törvény 164.§ (1)). A sportolás a reintegráció, társadalomba történő visszailleszkedést segítő eszközök közt szerepel, amikor a jogalkotó rögzíti, hogy „a szabad idő hasznos felhasználása érdekében lehetőséget kell biztosítani a művelődésre, sportolásra, vallásgyakorlásra” (2013. évi CCXL. törvény 164.§ (8)).

A 2013. évi CCXL. törvény általános szabályain túl a részletszabályok további rendelkezésekkel pontosítják az intézetek reintegrációs tevékenységét, amikor megfogalmazzák, hogy „az intézetek a reintegrációs tevékenységeket, amelyek a társadalmi beilleszkedést segítik elő, az elítélt személyéhez igazodó szakmai módszerekkel végzik”. (16/2014. (XII. 19.) IM rendelet 89. § (2) bekezdés) *Az intézetek az elítéltek alapfokú iskolai oktatását, szakirányú képzését, munkáltatását, terápiás foglalkoztatását, illetve művelődési, szabadidős, sport és személyiségfejlesztő és gyógyító, rehabilitációs programokon való részvételét reintegrációs program segítségével biztosítja.* (6/1996. (VII. 12.) IM rendelet 73.§) A szabadságvesztés mindhárom fokozata (fogház, börtön, fegyház) esetén tartalmazza a jogszabály azt az előírást, hogy „a fogvatartott számára a rezsimszabályokhoz igazodóan engedélyezhető, hogy részt vegyen az elítéltek csoportos kulturális és sportprogramjainak eltöltésében, illetve a bv. intézet által szervezett, bv. intézeten belüli programokon” (2013. évi CCXL. törvény 100.§ (2) e., 101.§ (2) e., 102.§ (2) e.).

A törvényben a fenyítés egyik lehetséges eszközeként szerepel „a bv. intézet által szervezett programokon, rendezvényeken, művelődési, szabadidős, illetve sportprogramokon való részvétel korlátozása, attól való eltiltás”, (2013. évi CCXL. törvény 168.§ (1) c. pont), amelynek maximális időtartama 3 hónap (2013. évi CCXL. törvény 168.§ (3)).

A vonatkozó jogszabályok kitérnek a fiatalok és az idős fogvatartottakra is. Az előbbiekre nézve a jogalkotó rögzíti, hogy milyen időkeretben kell számukra biztosítani a sportolási lehetőségeket, amikor kimondja, hogy „a fiatalok részére legalább hetente biztosítani kell a térítésmentesen használható sportolási lehetőségek igénybe vételét” (16/2014. (XII. 19.) IM rendelet 151. § (2)). A 2013. évi CCXL. törvény kitér az idős (elítélt, aki betöltötte a hatvanadik életévét) fogvatartottakra is, amikor kimondja, hogy „Az időskorúak részlegére helyezett elítélt részére állapotának megfelelő szabadidős vagy sporttevékenységet kell biztosítani”. (2013. évi CCXL. törvény 109/C. § (2) b). Tehát csak a fiatalok fogvatartottakra

nézve szerepel előírás arra vonatkozóan, hogy számukra hetente biztosítani kell lehetőséget sportolásra, mégpedig ingyenesen, térítésmentesen, azaz a felnőtt korú fogvatartottak esetén térítési kötelezettség is megjelenik, ahogyan erre a következő, gyakorlati tapasztalatokat bemutató fejezetben ki is térek majd.

### **Sportolási lehetőségek biztosítása fogvatartottak számára – magyarországi a gyakorlatok bemutatása**

Bár a fogvatartottak sportolási lehetőségére vonatkozóan részletes jogszabályi háttérrel találkozunk és e jogosultságokat a 2013. évi CCXL. törvény a fogvatartottak alapvető jogosultságaként szabályozza, meg kell jegyeznünk, hogy – ahogyan arra a Magyar Helsinki Bizottság rámutatott – a sportolási lehetőségek igen szűkösek a legtöbb bv. intézetben (Kádár, 2002).

A jogszabályi előírásoknak megfelelően a bv. intézetek területén ki kell alakítani valamilyen sportolásra alkalmas területet a fogvatartottak számára. Bv. intézetenként eltér, hogy milyen sportolásra alkalmas területet alakítanak ki, így intézetenként változó, hogy milyen sportolási lehetőségek biztosítottak a fogvatartottak számára. A legnépszerűbb a kondicionáló terem látogatása mellett a foci, a kosárlabda és a pingpong, de az is előfordul, hogy csak a sétaudvaron van lehetőség húzózkodásra, kocogásra (Magyar Helsinki Bizottság, 2022). Magyarországon minden bv. intézetben a napi sport tevékenység része a naponta egy óra szabad levegőn végzett séta, ennek biztosítása sétaudvarral történik.

Kondicionáló terem nem áll rendelkezésre minden bv. intézetben. Ahol elérhető, annak látogatása igen népszerű a fogvatartottak körében. Az adott intézet házirendje és a rezsimszabályok határozzák meg, hogy milyen gyakran és milyen térítési díj mellett használhatják a fogvatartottak a kondicionáló termet (Magyar Helsinki Bizottság, 2022). Azokban a bv. intézetekben, ahol nem áll rendelkezésre kondicionáló terem, a fogvatartottak ennek ellenére találnak lehetőséget az edzésre. Találékonyágukat mutatja, hogy összegyűjtik a konzerveket, amelyeket hideg élelemként kapnak, azokkal végeznek súlyzós edzéseket. A helyzet vizsgálatához hozzá tartozik, hogy a bv. intézetek házirendje szerint a zárkán testedzési tevékenységet folytatni tilos (Rákóczi, 2014). Előfordult, hogy „a megnövekedett fogvatartotti létszám miatt kondicionáló termeket zártak be és alakítottak át zárkává” (Juhász, 2002. 29). Az egyes intézetek esetenként úgy oldják meg a források és lehetőségek szűkössége által keltett helyzetet, hogy a sporteszközök, illetve létesítmények igénybevételét jutalomként biztosítják azoknak a fogvatartottaknak, akik érdemesek azok használatára (Kádár, 2002).

Alternatív lehetőségként néhány magyarországi bv. intézetben elérhető a jóga, ami igen egészséges, hasznos tevékenység, túlmutat a testedzésen. A jóga pozitív hatását felismerve számos országban – így hazánkban is – fellelhető már e meditatív tevékenység a fogvatartottak számára biztosított sportolási lehetőségek között. A jóga nemcsak önfegyelemre tanít, jobb hangulatot és kevesebb stresszt eredményez, de hozzájárulhat a lelki kiegyensúlyozottsághoz, csökkenti az agressziót és segíti az indulatkezelést (Prison Yoga Project, 2023). További fontos előnye, hogy mindemellett megfelelő körülmények esetén még a zárkában is gyakorolható<sup>1</sup>. A

---

<sup>1</sup> Az Amerikai Egyesült Államokban működő „börtönjoga projekt” elnevezésű amerikai szervezet kezdeményezésével már célba vette Európát is, és a jógaoktatók számára speciális tréningeket szerveznek Nyugat-Európa számos országában, többek között Svédországban és Hollandiában, illetve külön ága jött létre Franciaországban, Lyonban (Prison Yoga Project, 2023).

jóga börtönkörnyezetben való alkalmazása megosztó<sup>2</sup>. Magyarországon szervezeten nem folyik börtönjóra a büntetés-végrehajtási intézetekben, önkéntesek kezdeményezésére, csupán sporadikusan, néhány intézetben érhető el ez a tevékenység. Egyik önkéntes, Bakonyi Panni budapesti börtönbe ment be jóga órát tartani, 10 fős csoportokban, hosszúútéletes fogvatartottak számára (Bakonyi, 2015). Tevékenységéről blogot vezet, TED előadásban beszélt tapasztalatairól, bemutatva, hogyan vonódtak be a fogvatartottak a jóga gyakorlásba, a megfoghatótól haladtak a megfoghatatlan, lelki tevékenység felé (Bakonyi, 2021).

A sport-tevékenységek biztosítása a fiatalkorú fogvatartottak számára is elérhető. Két pozitív példát mutatnánk be, mindkét hivatkozott intézet fiatalkorúak bv. intézete. A kecskeméti Fiatalkorúak Regionális Büntetés-végrehajtási Intézete a legalapvetőbb sporteszközöket tudja biztosítani a fogvatartottak részére, így elérhető többek között a foci, kézilabda, röplabda, pingpong, tollaslabda, darts, csocsó, de kondicionáló terem is működik, ahol erősíthetnek a fogvatartottak. A férfi fogvatartottak bármelyik sportfoglalkozáson szívesen részt vesznek, nagyon aktívak a sport terén. A női fogvatartottak ezzel szemben inkább csak azokat a sportágakat kedvelik, amelyek kevesebb mozgással járnak (Juhász, 2013). A bv. intézet *„rendszeresen szervez futball- illetve fekvő nyomó bajnokságot, esetenként pingpong bajnokságon vagy darts versenyen is összemérhetik ügyességüket a fogvatartottak „dicséret” jutalomért cserébe”* (Juhász, 2013. 37).

A tököli Fiatalkorúak Büntetés-végrehajtási Intézetében a fogvatartottak részére a hét minden napján órarendre leosztott sportolási lehetőségek biztosítottak, így járulva hozzá a folyamatos testedzéshez. Bár az intézetnek kondicionáló- és tornaterme is van, de a kondicionáló terem látogatását, a testépítést nem szorgalmazzák. A sportolást próbálják népszerűsíteni, ezért híres sportolókat (pl. Vincze Ottót, Kunkli Tivadart, Farkas Ágneszt) több alkalommal meghívtak már, de például tartottak már Kolonics-emléknapot is (Juhász, 2013). A bv. intézetben *„jellemzőek a barátságos labdarúgó mérkőzések (pl. Ferencvárossal), emellett veszélyeztetett fiatalokkal is rendeztek már barátságos mérkőzést, amely után a fiataloknak 30-60 perces beszélgetésre is lehetőségük volt”* (Juhász, 2013. 41).

## Hazai kutatási előzmények

Magyarországon eddig mindössze két, fogvatartottak sportolási szokásait végző kutatás zajlott. Az első ilyen kutatás (Márton és Juhász, 2009) a fogvatartottak sportolási szokásait vizsgálta. A kutatók konkrétan arra voltak kíváncsiak, hogy milyen hatást gyakorol négy héten át, 30 órában végzett aerobic foglalkozás a női fogvatartottakra (n=15). A kérdőívre adott válaszok, a nevelőtiszt beszámolója, valamint a szerzők – a Büntetés-végrehajtási Intézet parancsnoka és a testnevelő tanár, aki a foglalkozásokat vezette – *„személyes tapasztalata alapján beigazolódott a pozitív változás a résztvevők magatartásában: mentális állapotuk kiegyensúlyozottabb lett, rendezettebbé váltak interperszonális kapcsolataik”* (Márton és Juhász, 2009. 65). A vizsgálat célja annak feltárása volt, hogy vajon egy ilyen rövid időszak (négy hét) alatt is tetten érhető-e már tendenciájában a pozitív hozzáállás általában a testedzéshez, illetve a vizsgált személyek magatartásában, személyiségében következett-e be változás, és ha igen, milyen jellegű (Márton és Juhász, 2009).

A kutatásban az alábbi két hipotézis került megfogalmazásra:

---

<sup>2</sup> Miként Norman arra tanulmányában felhívta a figyelmet, ismertek olyan megnyilvánulások, amelyek e tevékenységet luxusnak, és azáltal a fogvatartottak számára tiltandónak tekintik (Norman 2015, 78-79). A másik oldal ugyanakkor a rehabilitációhoz hozzásegítő eszköznek titulálja, amely pozitív hatásként hozzájárul az intézeten belüli erőszak csökkentéséhez, illetve szabadulás után hatékonyabb társadalmi integrációt tesz lehetővé (Prison Yoga Project, 2022).

1. „*A minta jelentős százaléka pozitív hozzáállást, attitűdöt mutat a rendszeres testedzéshez. 2. Várható, hogy egyéni mentális állapotukban és magatartásukban pozitív változás áll be*” (Márton és Juhász, 2009. 72).

A vizsgálatban résztvevők létszáma: N=15 felnőtt női elítélt (önként jelentkező) volt. A vizsgált bv. intézetben sporttevékenység három helyszínen történhet: Sétaudvar, Fogvatartotti kondicionáló terem, Sportudvar. A vizsgálat során alkalmazott módszerek a mozgásanyag tekintetében az alábbiak voltak: aerobic, váltó-és sorversenyek, labdarúgás (Márton és Juhász, 2009).

Mivel kvantitatív vizsgálatról beszélünk, a sportfoglalkozások lezárásaként kérdőívet töltöttek ki a résztvevők. A kérdőív nyolc kérdésből állt, az első három kérdés a program rendszerességére, kedveltségére vonatkozott, a következő négy a foglalkozások pozitívumaira, illetve hiányosságaira kérdezett rá. Az utolsó nyitott kérdésre egyéb észrevételeiket írhatták le, mindazt, ami bennük értelmileg és érzelmileg a foglalkozásokkal kapcsolatban megfogalmazódott. Néhány szóban összefoglalták, hogy milyen élmények, tapasztalások érték őket (Márton és Juhász, 2009). A leggyakoribb válaszok a következők voltak: „*energiát szereztem*”, „*izomlazítás*”, „*kitartóbb lettem*”, „*kikapcsolódást nyújtott*”, „*hozzásegített a jobb közérzethez, kellemesebb pihenéshez*” stb. (Márton és Juhász, 2009. 74).

A kutatás elején megfogalmazott hipotézisek beigazolódtak, azaz a rendszeres testedzés iránti igény már ilyen rövid idő alatt is kialakult; a fogvatartottak kedvelik a mozgást és a sportot. A programban részt vevők felismerték ennek az egyénre gyakorolt pozitív hatását, megértették, miért fontos a rendszeres testmozgás. A kutatás másik hipotézise is megerősítést nyert, a vizsgált személyek mentális állapota is kedvezően alakult (Márton és Juhász, 2009).

A másik kutatásban a FECSKE (Fogvatartottakat és Családjukat Képviselő Csoport) a kapcsolattartással és sportolással összefüggő tapasztalatokat gyűjtötte össze egy rövid feltáró-kutatás keretében 2020 októbere és 2021 januárja között, tehát a COVID időszak alatt. A kutatásban „*három olyan emberrel készítették interjút, akinek a hozzátartozója bv. intézetben tölti büntetését, interjú került felvételre hat büntetés-végrehajtással foglalkozó szakemberrel, valamint egy online kérdőívet fejlesztettek fogvatartottak hozzátartozói számára, amit 2020. november 6. és 2020. november 26. között (a COVID időszak alatt) 35-en töltöttek ki*” (Kovács, Krámer és Szegő, 2021). A kérdőívet fogvatartottak hozzátartozói töltötték ki: 32 nő és 3 férfi.

A sporttal kapcsolatos kérdésekben az interjúalanyok megerősítették, hogy több intézetben a szabadlevegős sportprogramokat is felfüggesztették a COVID időszak alatt. Az egyik interjúalany szerint „*arra való hivatkozással nem lehet focizni, hogy az felveri a port, ezáltal terjeszti a vírust*” (Kovács, Krámer és Szegő, 2021. 31). Konkrét példaként hangzott el, hogy bár új könnyűszerkezetes börtönépületet adtak át Miskolcon és a konditerem használata térítésmentes lett a járvány ideje alatt, a fogvatartottak azonban nem tartják biztonságosnak a használatát, mert a sporteszközök nincsenek megfelelően rögzítve. Előfordul, hogy a bv. intézetben helyi szabály tiltja a konditerem használatát (Kovács, Krámer és Szegő, 2021).

Ugyanakkor az alapvető jogok biztosának a Sátoraljaújhegyi Fegyház és Börtönben, a Szegedi Fegyház és Börtönben és a Kiskunhalasi Országos Büntetés-végrehajtási Intézetben tett látogatásait összegző jelentésekből (Sárközy, 2020a, 2020b) az derül ki, hogy egyes intézetekben a kondicionáló terem használata biztosított volt, sikerült megoldani a sporteszközök fertőtlenítését és a fogvatartottak megfelelő beosztását is, ezzel nem gördült akadály ezek használata elé. Előfordult olyan eset, hogy az egyik bv. intézetben – a hozzátartozók információi alapján – nem volt biztosított a napi egy órás szabad levegőn



tartózkodás egy ideig. Voltak, akik inkább nem éltek a séta lehetőségével, mert attól tartottak, hogy ott kapják el a koronavírust (Kovács, Krámer és Szegő, 2021. 31). Sok helyen beszüntették a külső munkavégzést, „a Szombathelyi Országos Bv. intézet parancsnoka arról tájékoztatta az ombudsmant, hogy a munkalehetőségek csökkenése miatt beszerettek új pingpongasztalokat, kártyát, társasjátékokat” – fogalmazták meg a kutatók (Kovács, Krámer és Szegő, 2021. 31).

## Összegzés

A büntetés-végrehajtási intézetekben bebörtönzött fogvatartottak esetében megkérdőjelezhetetlen a rendszeres testmozgás jelentősége, mivel nemcsak a fizikai, de a mentális egészségükre is hatást gyakorol. Ahogyan arra a kutatók is rámutattak, a fogvatartottak által végzett sportnak köszönhetően nemcsak általános fizikai alkalmassági szintjük emelkedik, de hatással van a mentális egészségükre is, az önbizalmat, akaraterőt ad, csökkenti a stressz szintet és a depresszió előfordulásának esélyét. Amellett, hogy a fizikailag aktív fogvatartottak pszichés állapota szignifikánsan jobb, mint az inaktívaké, a sport- és szabadidős programokban való részvétel támogatja a szabad életből a totális intézetbe kerüléssel járó alkalmazkodási folyamatot, ezáltal is megkönnyítve a fogvatartottak helyzetét.

Sőt, a testmozgás és a sport nemcsak a fogvatartottak testi és szellemi állapotának szinten tartása, alkalmazkodási folyamatának elősegítése szempontjából kulcsfontosságú, de pozitív hatása a reintegráció szempontjából is megkérdőjelezhetetlen. Ez az oka annak, hogy Magyarországon a 2013. évi CCXL. törvény részletesen is kitér arra, hogyan biztosítja a büntetés-végrehajtás rendszere a börtönben büntetésüket töltő fogvatartottak számára a sportolási lehetőséget, rögzítve azt, hogy az elítélt szabadidejében milyen feltételekkel és milyen körülmények között veheti igénybe ezeket a lehetőségeket. Tanulmányunkban részletesen bemutattuk, hogyan szabályozza ez a törvény és végrehajtási rendelete a fogvatartottak sportolási, szabadidő-eltöltési lehetőségeit ma Magyarországon.

A tapasztalatok azt mutatják, hogy a források szűkössége, az eltérő adottságok miatt azonban a sportolási lehetőségek a bv. intézetben nem egyformák, néhány intézetben korlátozottabbak. Nagyobb, átfogóbb kutatások egyelőre nem igazán születtek a témában, egy-egy kisebb elemszámú kutatással találkozhatunk egy bv. intézetben folyó sportolási tevékenység felmérésére, illetve a COVID időszak alatti megszorítások vizsgálatára vonatkozóan. Tagadhatatlan ugyanakkor, hogy kulcsfontosságú a témával foglalkozni, mert a sportolási lehetőségek fogvatartottak számára történő biztosítása elősegíti azt, hogy könnyebben el tudják tölteni a fogvatartottak a bv. intézetben a rájuk kiszabott büntetést és így hozzájárulhat a társadalomba történő visszailleszkedésükhöz is. Ezen okból kifolyólag tervezzük a jövőben egy olyan, sporttal kapcsolatos kutatás lebonyolítását, amely megvizsgálná, milyen területeken ad támogatást, plusz erőforrást a fogvatartottak számára ez a hasznos szabadidő-eltöltési mód.

## Irodalomjegyzék:

- Aguilar, T. és Asmussen, K. (1990). An exploration of recreational participation patterns in a correctional facility. *Journal of Offender Counseling Services Rehabilitation* 14. 1, 67–78.
- Bakonyi, P. (2015): *Az utcán sírtam az első börtönjoga óra után*. In: [https://fegyencjoga.blog.hu/2015/08/13/az\\_utcan\\_sirtam\\_az\\_elso\\_bortonjoga\\_ora\\_utan](https://fegyencjoga.blog.hu/2015/08/13/az_utcan_sirtam_az_elso_bortonjoga_ora_utan)

- Bakonyi, P. (2021): *Börtönjoga – TED előadás*. In: <https://www.bakonyipanni.com/>
- Battaglia, C., Cagno, A., Fiorilli, G., Giombini, A., Borrione, P., Baralla, F., Marchetti, M. és Pigozzi, F. (2015): Participation in a 9 month selected physical exercise programme enhances psychological well-being in a prison population. *Criminal Behaviour and Mental Health* 25. 5, 343-354.
- Buckaloo, B. J., Krug, K. S. és Nelson, K. B. (2009): Exercise and the low security inmate: changes in depression, stress and anxiety. *The Prison Journal* 89. 3, 328–343.
- Budai, I. (2009): *A Balassagyarmati Fegyház és Börtönben alkalmazott reintegrációs módszerek az intézményi együttműködések tükrében* In: [http://www.kimisiz.gov.hu/data/cms/19468/Budai\\_Istvan\\_2009\\_09\\_24.pdf](http://www.kimisiz.gov.hu/data/cms/19468/Budai_Istvan_2009_09_24.pdf) (megtekintés: 2022.06.26.)
- Coalter, F. (2007a): *A wider social role for sport: who's keeping the score?* Routledge.
- Coalter, F. (2007b): Sports Clubs, Social Capital and Social Regeneration: 'ill-defined interventions with hard to follow outcomes'? *Sport in Society* 10. 4, 537-559.
- Coalter, Fred. (2008): Sport-in-development: Development for and through sport? Nicholson, M. és Hoye, R. (szerk.): *Sport and Social Capital*. Butterworth-Heinemann. 39-67.
- Forgács, J. (2019): A fogvatartás és reintegráció fogalmi megközelítése. In: Czenczer, O. és Ruzsonyi, P. (szerk.): *Büntetés-végrehajtási reintegrációs ismeretek*. Dialóg Campus Kiadó. Budapest. 37- 54.
- Gallant, D., Sherry, E. és Nicholson, M. (2014): Recreation or rehabilitation? Managing sport for development programs with prison populations. *Sport Management Review* 18. 1, 45-56.
- Juhász, A. E. (2013): *Fiatalkorú fogvatartottak nevelése egy empirikus kutatás tükrében*. Kézirat.
- Juhász, Zs. (2002): A hazai büntetés-végrehajtási jog és az Európai Börtön szabályok ajánlásai. *Acta Universitatis Szegediensis Acta Juridica Et Politica Tomus LXII. Fasc. 9*. Elérhető: [http://digit.bibl.u-szeged.hu/00000/00051/00312/juridpol\\_062\\_fasc\\_009.pdf](http://digit.bibl.u-szeged.hu/00000/00051/00312/juridpol_062_fasc_009.pdf)
- Kádár, A. K. (2002): Összefoglaló a Magyar Helsinki Bizottság börtönmegfigyelő programjának tapasztalatairól. In: *Belügyi Szemle* 71. 3-4, 15-22.
- Kovács, P., Krámer, L. és Szegő, D. (2021): *Kapcsolattartás a büntetés-végrehajtásban: helyzetkép. Kutatási jelentés*. FECSKE 2020-21. In: [https://www.fogvatartas.hu/wp-content/uploads/2021/05/fecske\\_kutatasi\\_jelentes\\_kapcsolattartas\\_final.pdf](https://www.fogvatartas.hu/wp-content/uploads/2021/05/fecske_kutatasi_jelentes_kapcsolattartas_final.pdf)
- Magyar Helsinki Bizottság (2022): *Börtön kisokos*. In: [https://helsinki.hu/wp-content/uploads/2021/07/Borton-kisokos\\_220909.pdf](https://helsinki.hu/wp-content/uploads/2021/07/Borton-kisokos_220909.pdf)
- Márton, K. és Juhász, A. (2009): A testedzés, mint fejlesztő eszköz és nevelési módszer a kriminálpedagógiában. In: *Acta Academiae Agriensis, Sectio Sport* 36. 1, 65-76.
- Martos-García, D., Devís-Devís, J., és Sparkes, A. C. (2009): Sport and physical activity in a high security Spanish prison: An ethnographic study of multiple meanings. *Sport, Education and Society*, 14. 1, 77–96.
- Meek, R. és Lewis, G. (2012): The role of sport in promoting prisoner health. *International Journal of Prisoner Health* 8. 3-4, 117–130.
- Nelson, M., Specian, V. L., Campbell, N. és DeMello, J. J. (2006): Effects of moderate physical activity on off enders in a rehabilitative program. *Journal of Correctional Education* 57. 4, 276-285.
- Perez-Moreno, F., Camara-Sanchez, M., Tremblay, J., Riera-Rubio, V., Gil-Paisan, L. és Lucia, A. (2007): Benefits of exercise training in Spanish prison inmates. *International Journal of Sports Medicine* 28. 12, 1046–1052.

- Prison Yoga Project (2022): *Mission and impacts*. In: <https://prisonyoga.org/our-mission/mission-and-impacts/>
- Prison Yoga Project (2023): *Prison yoga in France*. In: <https://prisonyoga.org/pyp-france/>
- Ragó F. és Eisemann K. (2018): *Rendvédelmi Szervek és Alapfeladatok III. kötet Büntetés-végrehajtási ismeretek*. ISBN 978-963-9208-87-2 Elérhető: [http://bmkszf.hu/dokumentum/3147/Rendvedelmi\\_szervek\\_es\\_alapfeladatok\\_III\\_Buntetesvegrehajtasi\\_ismeretek.pdf](http://bmkszf.hu/dokumentum/3147/Rendvedelmi_szervek_es_alapfeladatok_III_Buntetesvegrehajtasi_ismeretek.pdf)
- Rákóczi D. (2014): *A szabadságvesztés végrehajtása Magyarországon*. In: <https://arsboni.hu/a-szabadsagvesztes-vegrehajtasa-magyarorszagon/>
- Ranga A. és Vörös E. (2016): *Büntetés-végrehajtás Reintegrációs ismeretek. Sport és kulturális foglalkoztatás*. Budapest, Büntetés-végrehajtási Szervezet Oktatási Központja.
- Ranga A. és Vörös E. (2019): *Büntetés-Végrehajtási Reintegrációs Ismeretek 14 Hetes Képzés*. Budapest, Büntetés-Végrehajtási Szervezet Oktatási, Továbbképzési és Rehabilitációs Központja Elérhető: <https://view.officeapps.live.com/op/view.aspx?src=https%3A%2F%2Fbv.gov.hu%2Fsites%2Fdefault%2Ffiles%2F14%2520hetes%2520reintegr%25C3%25A1ci%25C3%25B3s%2520jegyzet%2520JAV%25C3%258DTOTT.docx&wdOrigin=BROWSELINK>
- Sabo, D. (2001): *Doing time, doing masculinity: sports and prison*. In: Sabo, D., Kupers T.A. és London, W. (szerk.): *Prison masculinities*. Temple University Press, Philadelphia, 61-66.
- Sárközy, I. (2020a): *Az alapvető jogok biztosának mint nemzeti megelőző mechanizmusnak JELENTÉSE az AJB-2726/2020. számú ügyben a Szegedi Fegyház és Börtön látogatásával összefüggésben*. In: [https://www.ajbh.hu/documents/10180/3190211/OPCAT+jelent%C3%A9s+a+Szegedi+Fegyh%C3%A1z+%C3%A9s+B%C3%B6rt%C3%B6n+l%C3%A1togat%C3%A1s%C3%A1r%C3%B3l+2726\\_2020/ff388e17-9066-8303-7b7d-beedc265befc?version=1.0](https://www.ajbh.hu/documents/10180/3190211/OPCAT+jelent%C3%A9s+a+Szegedi+Fegyh%C3%A1z+%C3%A9s+B%C3%B6rt%C3%B6n+l%C3%A1togat%C3%A1s%C3%A1r%C3%B3l+2726_2020/ff388e17-9066-8303-7b7d-beedc265befc?version=1.0)
- Sárközy, I. (2020b): *Az alapvető jogok biztosának mint nemzeti megelőző mechanizmusnak JELENTÉSE az AJB-2456/2020. számú ügyben a Kiskunhalasi Országos Büntetés-végrehajtási Intézet látogatásával összefüggésben* In: [https://www.ajbh.hu/documents/10180/3190211/OPCAT+jelent%C3%A9s+a+Kiskunhalasi+Orsz%C3%A1gos+B%C3%BCntet%C3%A9s-vegrehajt%C3%A1si+Int%C3%A9zet+l%C3%A1togat%C3%A1s%C3%A1r%C3%B3l+2456\\_2020/e38a3033-7ca8-ba43-e364-16810b9db261?version=1.0](https://www.ajbh.hu/documents/10180/3190211/OPCAT+jelent%C3%A9s+a+Kiskunhalasi+Orsz%C3%A1gos+B%C3%BCntet%C3%A9s-vegrehajt%C3%A1si+Int%C3%A9zet+l%C3%A1togat%C3%A1s%C3%A1r%C3%B3l+2456_2020/e38a3033-7ca8-ba43-e364-16810b9db261?version=1.0)
- Stöver, H. és Thane, K. (2011): *Towards a continuum of care in the EU criminal justice system: A survey of prisoners' needs in four countries (Estonia, Hungary, Lithuania, Poland)* (vol. 20). Retrieved from European Commission website [http://ec.europa.eu/eahc/documents/news/HIV\\_AIDS\\_in\\_Europe\\_2011/Towards\\_a\\_Continuum\\_of\\_Care\\_in\\_the\\_EU.pdf](http://ec.europa.eu/eahc/documents/news/HIV_AIDS_in_Europe_2011/Towards_a_Continuum_of_Care_in_the_EU.pdf)
- Vaiciulis, V., Kavaliauskas, S. és Radisauskas, R. (2011): *Inmates' physical activity as part of the health ecology*. *Central European Journal of Medicine* 6. 5, 679-684.
- Wagner, M., McBride, R. E. és Crouse, S. F. (1999): *Effects of weight training exercise on aggression variables in adult male inmates*. *The Prison Journal* 79. 1, 72-89.

#### Jogszabályok:

- 2013. évi CCXL. törvény a büntetések, az intézkedések, egyes kényszerintézkedések és a szabálysértési elzárás végrehajtásáról

Közlésre elfogadva / In press

- 6/1996. (VII. 12.) IM rendelet a szabadságvesztés és az előzetes letartóztatás végrehajtásának szabályairól
- 16/2014. (XII. 19.) IM rendelet a szabadságvesztés, az elzárás, az előzetes letartóztatás és a rendbíróság helyébe lépő elzárás végrehajtásának részletes szabályairól

Miklósi Márta Ph.D. adjunktus

Debreceni Egyetem Nevelés- és Művelődéstudományi Intézet

University of Debrecen Institute of Educational Studies and Cultural Management

4032 Debrecen Egyetem tér 1, 4200 Hajdúszoboszló Bánomkerti út 124.

[miklosimarta@unideb.hu](mailto:miklosimarta@unideb.hu)

06205889258

