

ОШ МАМЛЕКЕТТИК УНИВЕРСИТЕТИНИН ЖАРЧЫСЫ. ФИЛОСОФИЯ.
СОЦИОЛОГИЯ. ПОЛИТОЛОГИЯ

ВЕСТНИК ОШСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА. ФИЛОСОФИЯ.
СОЦИОЛОГИЯ. ПОЛИТОЛОГИЯ

JOURNAL OF OSH STATE UNIVERSITY. PHILOSOPHY. SOCIOLOGY. POLITICAL SCIENCE

e-ISSN: 1694-8823

№1(7)/2026, 45-53

УДК: 364.62:376

DOI: [10.52754/16948823_2026_1\(7\)_5](https://doi.org/10.52754/16948823_2026_1(7)_5)

**СОЦИАЛЬНАЯ ИНКЛЮЗИЯ КРИЗИСНЫХ ДОМОХОЗЯСТВ В СЕЛЬСКИХ
РАЙОНАХ КЫРГЫЗСТАНА**

КЫРГЫЗСТАНДЫН АЙЫЛ АЙМАКТАРЫНДАГЫ КРИЗИСТИК ҮЙ ЧАРБАЛАРЫНЫН
СОЦИАЛДЫК ИНКЛЮЗИЯСЫ

SOCIAL INCLUSION OF CRISIS HOUSEHOLDS IN RURAL AREAS OF KYRGYZSTAN

Каримова Кундузхан Усоновна

Каримова Кундузхан Усоновна

Karimova Kunduzkhan Usonovna

кандидат социологических наук, Ошский государственный университет

социология илимдеринин кандидаты, Ош мамлекеттик университети

Candidate of Sociological Sciences, Osh State University

kkarimova@ohsu.kg

ORCID ID: [0000-0002-9073-1231](https://orcid.org/0000-0002-9073-1231)

Азизова Дилбара Шакировна

Азизова Дилбара Шакировна

Dilbara Shakirovna Azizova

кандидат философских наук, Ошский государственный университет

философия илимдеринин кандидаты, Ош мамлекеттик университети

candidate of philosophical sciences, Osh State University

dazizova.osh2024@gmail.com

ORCID ID: [0000-0003-0637-8429](https://orcid.org/0000-0003-0637-8429)

Абдужалилова Гулсанам

Абдужалилова Гулсанам

Abduzhalilova Gulsanam

магистрант, Ошский государственный университет

магистрант, Ош мамлекеттик университети

Master's student, Osh State University

СОЦИАЛЬНАЯ ИНКЛЮЗИЯ КРИЗИСНЫХ ДОМОХОЗЯЙСТВ В СЕЛЬСКИХ РАЙОНАХ КЫРГЫЗСТАНА

Аннотация

В статье рассматриваются социальные аспекты инклюзии кризисных домохозяйств в сельских районах Кыргызской Республики в условиях социально-экономических трансформаций. Цель исследования заключается в анализе структурных факторов, ограничивающих социальную включённость домохозяйств, а также механизмов, влияющих на их участие в социальной жизни. Теоретической основой исследования являются концепции социальной инклюзии, социального участия и заботы в рамках современной социальной политики. Методологическую базу составляет анализ научной литературы последних лет, посвящённой вопросам социальной уязвимости, сельского развития и социальной защиты. В результате установлено, что социальная инклюзия кризисных домохозяйств носит фрагментарный характер и во многом опирается на неформальные механизмы поддержки, тогда как институциональные формы участия остаются ограниченными. Особое внимание уделяется практикам заботы, которые способствуют устойчивости домохозяйств, но одновременно могут усиливать скрытые формы социальной эксклюзии. В статье обосновывается необходимость развития инклюзивных подходов социальной политики, ориентированных на расширение доступа к социальным услугам и усиление социального участия на местном уровне.

Ключевые слова: социальная инклюзия; кризисные домохозяйства; сельские сообщества; социальное участие; практики заботы; социальная политика; Кыргызстан

КЫРГЫЗСТАНДЫН АЙЫЛ АЙМАКТАРЫНДАГЫ КРИЗИСТИК ҮЙ ЧАРБАЛАРЫНЫН СОЦИАЛДЫК ИНКЛЮЗИЯСЫ

SOCIAL INCLUSION OF CRISIS HOUSEHOLDS IN RURAL AREAS OF KYRGYZSTAN

Аннотация

Макала Кыргыз Республикасынын айылдык аймактарындагы кризистик үй чарбаларынын социалдык инклюзиясынын социалдык аспектилерин талдоого арналган. Изилдөөнүн максаты – үй чарбаларынын социалдык катышуусун чектеген структуралык факторлорду жана алардын коомдук турмушка кошулуусуна таасир эткен механизмдерди аныктоо болуп саналат. Изилдөөнүн теориялык негизи социалдык инклюзия, социалдык катышуу жана кам көрүү концепцияларына негизделет. Методологиялык база акыркы жылдардагы социалдык аялдуулук, айылдык өнүгүү жана социалдык коргоо маселелерине арналган илимий адабияттарды талдоого таянат. Изилдөөнүн жыйынтыгында кризистик үй чарбаларынын социалдык инклюзиясы үзгүлтүктүү мүнөзгө ээ экени жана негизинен формалдуу эмес колдоо механизмдерине таянары аныкталды. Ошону менен бирге, институционалдык катышуу мүмкүнчүлүктөрү чектелүү бойдон калууда. Макалада социалдык саясатта инклюзивдүү ыкмаларды өнүктүрүүнүн зарылдыгы негизделе.

Abstract

The article examines the social aspects of inclusion of crisis households in rural areas of the Kyrgyz Republic under conditions of socio-economic transformation. The aim of the study is to analyze structural factors that limit social inclusion of households and to identify mechanisms influencing their participation in social life. The theoretical framework is based on concepts of social inclusion, social participation, and care within contemporary social policy. The methodology relies on a review of recent academic literature addressing social vulnerability, rural development, and social protection. The findings indicate that social inclusion of crisis households remains fragmented and largely dependent on informal support mechanisms, while institutional forms of participation are limited. Particular attention is paid to care practices, which enhance household resilience but may also contribute to hidden forms of social exclusion. The article argues for the development of inclusive social policy approaches aimed at improving access to social services and strengthening social participation at the local level.

Ачык сөздөр: социалдык инклюзия; кризистик үй чарбалары; айылдык жамааттар; социалдык катышуу; кам көрүү практикалары; социалдык саясат; Кыргызстан

Keywords: social inclusion; crisis households; rural communities; social participation; care practices; social policy; Kyrgyzstan

Введение

В последние годы в Кыргызской Республике наблюдается усиление социальной уязвимости отдельных групп населения, особенно в сельских районах, где доступ к социальным услугам, инфраструктуре и институциональной поддержке остаётся ограниченным. Несмотря на формальное сокращение уровня бедности, значительная часть сельских домохозяйств продолжает испытывать трудности, связанные с социальной изоляцией, нестабильностью жизненных условий и ограниченными возможностями участия в общественной жизни (Unceta, 2024).

В научных исследованиях всё чаще подчёркивается, что социальная уязвимость домохозяйств не может быть сведена исключительно к уровню доходов. Важную роль играют такие факторы, как доступ к социальным услугам, вовлечённость в общественные процессы, наличие устойчивых социальных связей и институциональная поддержка (Gassmann et al., 2022). В этом контексте особый интерес представляет анализ кризисных домохозяйств — семей, находящихся в состоянии длительной социальной нестабильности и ограниченной социальной инклюзии.

Сельские районы Кыргызстана характеризуются высокой зависимостью домохозяйств от неформальных механизмов поддержки, включая семейные и соседские сети. Эти формы социальной взаимопомощи способствуют сохранению социальной связанности, однако не компенсируют недостаток формальных социальных услуг и часто усиливают селективный характер социальной инклюзии (Akyzbekova et al., 2025). В условиях слабого развития социальной инфраструктуры кризисные домохозяйства оказываются частично включёнными в локальные сообщества, но институционально исключёнными из систем социальной защиты.

Особое значение в формировании социальной инклюзии кризисных домохозяйств приобретают гендерные роли и практики заботы. Современные исследования показывают, что в условиях сокращения социальных услуг обязанности по уходу за детьми, пожилыми и зависимыми членами семьи в значительной степени возлагаются на женщин, что ограничивает их возможности участия в общественной и профессиональной жизни (Izekenova et al., 2024). Данные процессы формируют асимметричные модели социальной инклюзии внутри домохозяйств, где социальная устойчивость достигается за счёт неравномерного распределения социальной нагрузки.

Социальная инклюзия также тесно связана с возможностями участия домохозяйств в общественных и институциональных практиках. Ограниченный доступ к программам социальной поддержки, низкий уровень информированности и слабое вовлечение в деятельность местных сообществ снижают уровень социального участия сельских домохозяйств и усиливают процессы социальной эксклюзии (Larsen et al., 2021). В результате кризисные домохозяйства остаются на периферии социальной политики, несмотря на их активное участие в неформальной социальной жизни.

В настоящей статье используется качественный метод литературного анализа, направленный на социологическое осмысление процессов социальной инклюзии кризисных домохозяйств в сельских районах Кыргызской Республики. Выбор данного метода обусловлен целью исследования — выявить и концептуально проанализировать социальные механизмы включённости и исключённости домохозяйств, которые не всегда поддаются

количественному измерению и требуют интерпретации через социальные практики, институты и формы участия.

Методологической основой исследования является аналитический обзор современной научной литературы, посвящённой социальной инклюзии, социальной уязвимости домохозяйств, доступу к социальным услугам и гендерным аспектам заботы в постсоветских и развивающихся обществах. Особое внимание уделяется работам, рассматривающим социальные, а не исключительно экономические измерения благополучия и социальной политики (Gassmann et al., 2022; Unceta, 2024).

Для обеспечения социологической направленности исследования приоритет отдавался работам, в которых социальная уязвимость рассматривается как результат институциональных, территориальных и социальных факторов, а не только как следствие низких доходов. В частности, в анализ включались исследования, изучающие доступ к социальной инфраструктуре, участие домохозяйств в общественной жизни и роль неформальных сетей поддержки (Larsen et al., 2021; Scott et al., 2024).

Социальная инклюзия кризисных домохозяйств в сельском контексте

Анализ современной научной литературы показывает, что социальная инклюзия кризисных домохозяйств в сельских районах Кыргызстана формируется под воздействием совокупности институциональных, территориальных и социальных факторов. В отличие от городских домохозяйств, сельские семьи чаще сталкиваются с ограниченным доступом к социальным услугам, инфраструктуре и возможностям социального участия, что усиливает их социальную уязвимость (Gassmann et al., 2022).

Социальная инклюзия в данном контексте проявляется не столько через формальное включение в государственные программы, сколько через степень вовлечённости домохозяйств в локальные сообщества и неформальные сети поддержки. Однако подобные формы включённости носят избирательный характер и не обеспечивают равного доступа к ресурсам и возможностям, что приводит к устойчивым формам социальной эксклюзии отдельных групп домохозяйств (Unceta, 2024).

Доступ к социальным услугам как фактор социальной включённости

Одним из ключевых факторов социальной инклюзии кризисных домохозяйств является доступ к социальным услугам — образованию, здравоохранению, социальной помощи и информационным ресурсам. Исследования последних лет подчёркивают, что территориальная удалённость сельских населённых пунктов и ограниченность социальной инфраструктуры значительно снижают возможности домохозяйств получать институциональную поддержку (Larsen et al., 2021).

Формальное наличие социальных программ не всегда сопровождается их фактической доступностью. Низкий уровень информированности, бюрократические барьеры и ограниченные административные ресурсы на местном уровне приводят к тому, что кризисные домохозяйства оказываются частично исключёнными из системы социальной защиты (Scott et al., 2024). В результате социальная политика не выполняет в полной мере функцию социальной интеграции, а лишь минимизирует отдельные риски.

Социальное участие и институциональная вовлечённость

Социальное участие является важным индикатором социальной инклюзии и отражает степень включённости домохозяйств в общественные и институциональные процессы. В сельских районах Кыргызстана формы социального участия часто ограничиваются локальными инициативами и традиционными практиками взаимопомощи. Хотя такие практики способствуют сохранению социальной сплочённости, они редко трансформируются в устойчивые механизмы институционального участия (Akyzbekova et al., 2025).

Анализ литературы показывает, что кризисные домохозяйства чаще выступают объектами социальной политики, нежели активными участниками процессов принятия решений. Ограниченное участие в местных органах самоуправления, общественных организациях и социальных проектах снижает их способность влиять на условия собственной социальной включённости (Unceta, 2024). Это формирует асимметричную модель социальной инклюзии, при которой участие носит пассивный характер.

Гендерные практики заботы и социальная инклюзия

Особое место в анализе социальной инклюзии кризисных домохозяйств занимают гендерные практики заботы. Современные исследования подчёркивают, что функции ухода за детьми, пожилыми и зависимыми членами семьи в сельских домохозяйствах преимущественно выполняются женщинами, что ограничивает их социальную мобильность и участие в общественной жизни (Izekenova et al., 2024).

Такая организация заботы способствует сохранению домохозяйственной устойчивости, однако одновременно усиливает скрытые формы социальной эксклюзии. Женщины остаются социально включёнными на уровне семьи, но институционально исключёнными из систем социальной поддержки и участия. Это приводит к неравномерному распределению социальной нагрузки и формированию гендерно асимметричных моделей инклюзии (Scott et al., 2024).

Неформальные сети поддержки и пределы социальной инклюзии

Неформальные сети поддержки — родственные, соседские и общинные — играют значительную роль в поддержании жизнеспособности кризисных домохозяйств. В условиях ограниченного институционального вмешательства именно эти сети компенсируют дефицит социальных услуг и способствуют социальной адаптации (Akyzbekova et al., 2025).

Выводы

Проведённый анализ научной литературы последних лет позволяет сделать вывод о том, что социальная инклюзия кризисных домохозяйств в сельских районах Кыргызстана носит фрагментарный и структурно ограниченный характер. Несмотря на формальное существование механизмов социальной поддержки, реальные возможности включённости домохозяйств в социальные, экономические и институциональные процессы остаются неравномерными и во многом зависят от территориальных и социальных условий.

Установлено, что ключевыми барьерами социальной инклюзии выступают ограниченный доступ к социальным услугам, слабая институциональная вовлечённость и зависимость от неформальных сетей поддержки. Эти факторы не только снижают уровень социальной защищённости кризисных домохозяйств, но и воспроизводят устойчивые формы

социальной эксклюзии, особенно в сельском контексте, где альтернативные ресурсы социальной мобильности крайне ограничены.

Особое значение в структуре социальной инклюзии имеют практики заботы, которые выполняют компенсаторную функцию в условиях недостаточной институциональной поддержки. Однако их концентрация на уровне домохозяйства не приводит к расширению социального участия, а, напротив, усиливает асимметрию социальной нагрузки и ограничивает возможности включённости отдельных членов семьи в общественную жизнь. Таким образом, забота выступает одновременно ресурсом выживания и фактором скрытой социальной эксклюзии.

В целом, социальная инклюзия кризисных домохозяйств в Кыргызстане формируется в условиях структурных ограничений, при которых домохозяйства остаются преимущественно объектами социальной политики, а не её активными участниками. Это указывает на необходимость переосмысления подходов к социальной поддержке с акцентом на расширение социального участия, доступ к услугам и институциональное включение на локальном уровне.

Обсуждение

Результаты проведённого анализа позволяют обсудить социальную инклюзию кризисных домохозяйств в сельских районах Кыргызстана как многоуровневый и институционально опосредованный процесс, в котором формальные и неформальные механизмы включённости сосуществуют, но не всегда взаимно усиливают друг друга. В отличие от нормативных подходов к социальной инклюзии, предполагающих равный доступ к ресурсам и участию, эмпирические и теоретические исследования последних лет указывают на её селективный характер в условиях постсоциалистических трансформаций (Gassmann et al., 2022; Unceta, 2024).

В контексте сельского Кыргызстана социальная инклюзия часто подменяется социальной адаптацией, при которой домохозяйства вынуждены приспособливаться к ограниченным возможностям социальной политики, а не интегрироваться в неё на равных условиях. Такая модель включённости снижает потенциал социальной мобильности и закрепляет зависимость домохозяйств от локальных ресурсов и неформальных сетей поддержки. Данный вывод согласуется с работами, подчёркивающими, что социальная политика в странах с ограниченной институциональной ёмкостью чаще выполняет компенсаторную, а не трансформирующую функцию (Scott et al., 2024).

Особого внимания заслуживает соотношение институциональной поддержки и практик заботы на уровне домохозяйства. С одной стороны, забота выступает ключевым элементом социальной устойчивости, позволяя кризисным домохозяйствам компенсировать дефицит социальных услуг. С другой стороны, её концентрация в частной сфере ограничивает возможности расширения социального участия и воспроизводит неравномерное распределение социальной нагрузки. В этом смысле забота становится структурным элементом социальной инклюзии, который одновременно поддерживает домохозяйства и фиксирует их положение на периферии институциональной системы (Izekenova et al., 2024).

Обсуждение результатов также показывает, что социальное участие кризисных домохозяйств носит преимущественно пассивный характер. Домохозяйства включаются в социальные процессы как получатели помощи, но редко рассматриваются как субъекты

формирования социальной политики на местном уровне. Это ограничивает их способность влиять на распределение ресурсов и снижает эффективность мер социальной поддержки. Подобная асимметрия участия отмечается и в других исследованиях, посвящённых сельским сообществам в Центральной Азии, где участие часто ограничивается рамками традиционных форм коллективного взаимодействия (Akyzbekova et al., 2025).

В целом обсуждение результатов подчёркивает, что без усиления институциональных механизмов участия и расширения доступа к социальным услугам социальная инклюзия будет оставаться частичной и нестабильной. Это создаёт предпосылки для дальнейшего воспроизводства социальной уязвимости кризисных домохозяйств и ограничивает возможности устойчивого социального развития сельских территорий.

Предложения

На основе проведённого анализа и обсуждения представляется возможным сформулировать ряд предложений, направленных на расширение социальной инклюзии кризисных домохозяйств в сельских районах Кыргызстана. Данные предложения носят социально-ориентированный характер и опираются на современные теоретические подходы к инклюзии, социальному участию и заботе.

Расширение доступа к социальным услугам на местном уровне

Одним из приоритетных направлений является укрепление доступности социальных услуг в сельских территориях. Речь идёт не только о расширении сети учреждений социальной защиты, здравоохранения и образования, но и о снижении административных и информационных барьеров для кризисных домохозяйств. Усиление роли местных органов самоуправления в координации социальных услуг может способствовать более адресному и инклюзивному характеру социальной поддержки.

Развитие механизмов социального участия

Для устойчивой социальной инклюзии необходимо переходить от модели пассивного получения помощи к модели активного социального участия. Это предполагает создание условий для вовлечения представителей кризисных домохозяйств в общественные советы, локальные инициативы и консультационные механизмы при разработке социальных программ. Расширение каналов обратной связи между населением и институтами социальной политики способствует формированию более инклюзивной социальной среды.

Институциональное признание практик заботы

Важным направлением является институционализация практик заботы, которые в настоящее время остаются преимущественно в неформальной сфере. Признание заботы как социально значимого ресурса может быть реализовано через развитие программ социальной поддержки семей, предоставление услуг по уходу и расширение доступа к социальным сервисам, снижающим нагрузку на домохозяйства. Это позволит трансформировать заботу из фактора скрытой эксклюзии в элемент социальной инклюзии.

Сочетание формальных и неформальных механизмов поддержки

С учётом высокой значимости неформальных сетей поддержки в сельских сообществах целесообразно развивать гибридные модели социальной политики, сочетающие

институциональные меры и локальные формы взаимопомощи. Поддержка общественных инициатив и локальных социальных проектов может усилить социальную сплочённость и расширить возможности включённости кризисных домохозяйств без разрушения существующих социальных связей.

Инклюзивный подход к социальной политике развития сельских территорий

Социальная инклюзия кризисных домохозяйств должна рассматриваться как неотъемлемая часть политики устойчивого развития сельских территорий. Инклюзивный подход предполагает учёт социальных различий, территориальных условий и возможностей участия при разработке и реализации социальных программ. Это создаёт условия для перехода от компенсаторной модели социальной поддержки к модели, ориентированной на долгосрочную социальную интеграцию.

В совокупности предложенные меры направлены на формирование более устойчивой и инклюзивной социальной среды, в которой кризисные домохозяйства рассматриваются не только как получатели помощи, но и как активные участники социальных процессов.

Заключение

Настоящая статья была направлена на анализ социальной инклюзии кризисных домохозяйств в сельских районах Кыргызстана в условиях постсоциально-экономических трансформаций. Проведённый обзор и анализ современной научной литературы позволили выявить, что социальная уязвимость данных домохозяйств обусловлена не только экономическими факторами, но и структурными ограничениями, связанными с доступом к социальным услугам, возможностями участия и институциональной поддержкой.

Установлено, что социальная инклюзия кризисных домохозяйств носит преимущественно фрагментарный характер и во многом опирается на неформальные механизмы поддержки. При этом формальные институты социальной политики не в полной мере обеспечивают условия для равного участия домохозяйств в общественной жизни, что приводит к воспроизводству социальной эксклюзии, особенно в сельском контексте. Ограниченность инфраструктуры, территориальная удалённость и слабая институциональная вовлечённость усиливают зависимость домохозяйств от локальных ресурсов и традиционных практик взаимопомощи.

Особое значение в структуре социальной инклюзии занимает забота как социальная практика, обеспечивающая устойчивость домохозяйств, но одновременно ограничивающая возможности расширенного социального участия. Концентрация заботы в частной сфере подчёркивает необходимость её институционального признания в рамках социальной политики, ориентированной на инклюзивное развитие.

В целом результаты исследования показывают, что социальная инклюзия кризисных домохозяйств в Кыргызстане требует комплексного подхода, сочетающего расширение доступа к социальным услугам, развитие механизмов социального участия и признание значимости практик заботы. Реализация инклюзивных подходов в социальной политике может способствовать не только снижению социальной уязвимости кризисных домохозяйств, но и формированию более устойчивых и социально сплочённых сельских сообществ.

Литература

1. Сабырбеков, Р. К., Жапаралиев, Ш. К., & Осмонов, Б. А. (2023). Социальная уязвимость сельских домохозяйств в условиях трансформации социальной политики Кыргызской Республики. Вестник Ошского государственного университета. Социология, №2, сс. 45–56.
2. Шеранова, А. М., & Ураимов, Н. К. (2023). Социальное неравенство и доступ к социальным услугам в сельских регионах Кыргызстана. Социальные исследования Центральной Азии, №1, сс. 88–99.
3. Тергембай, А. К., Абдраимов, Т. Ж., & Кубатбекова, А. С. (2024). Социальная политика и устойчивость домохозяйств в сельских сообществах Кыргызстана. Экономика и социальная политика, №3, сс. 61–73.
4. Колесник, О. В., Сабырбеков, Р. К., & Исраилова, А. Н. (2023). Социальная дезинтеграция и стратегии выживания домохозяйств в постсоветских обществах. Социологические исследования, №11, сс. 92–103.
5. Akyzbekova, N., Yujie, L., & Bin, Z. (2025). The social sector as an indicator of sustainable development: Evidence from the Kyrgyz Republic. Proceedings of the International Scientific Conference on Modern Technologies, pp. 72–78. Available at: <https://isg-konf.com/wp-content/uploads/2025/10/ACADEMIC-RESEARCH-BY-SCIENTISTS-IN-THE-FIELD-OF-MODERN-TECHNOLOGIES.pdf>
6. Gassmann, F., Martorano, B., & Waidler, J. (2022). How social assistance affects subjective wellbeing: Lessons from Kyrgyzstan. Journal of Development Studies, 58(4), pp. 706–724. <https://doi.org/10.1080/00220388.2021.1988079>
7. Larsen, M. M., Boehnke, K., & Esenaliev, D. (2021). Social cohesion, ethnicity and well-being: Results from an intervention study in Kyrgyzstan. Social Indicators Research, 158(2), pp. 575–601. Available at: <https://www.researchgate.net/publication/357100197>
8. Scott, C. K., Chi, G., & Glenna, L. (2024). Household food security in the agropastoral communities of rural southern Kyrgyzstan. Agriculture & Food Security, 13(22). <https://doi.org/10.1186/s40066-024-00468-2>
9. Unceta, R. A. (2024). Rural livelihoods, poverty and social protection in a former Soviet country: Kyrgyzstan. European Review of International Studies, 9(2), pp. 145–164. Available at: <https://revistascientificas.us.es/index.php/erips/article/view/25677>
10. Kushaiynov, D. (2024). Understanding migration dynamics and its effects on rural development and social vulnerability in Kyrgyzstan. Central Asian Survey, 43(1), pp. 98–114. Available at: <https://stud.mater.uni-mate.hu/10098/1/844165866.pdf>