

LUDNIKNÉ PÁLFI DORINA – MOLNÁR BALÁZS

A pozitív pedagógia megjelenése az Új Pedagógiai Szemle hasábjain

<https://doi.org/10.71157/upsz.2025.09-10.05>

BEVEZETŐ GONDOLATOK

A pozitív pedagógia mind erőteljesebben jelen a modern pedagógiai gondolkodásban, és egyre gyakrabban találkozhatunk vele a nevelés-oktatás gyakorlatában is. Jelen munkánk a pozitív pedagógia fogalomkörének megjelenését vizsgálja az egyik legjelentősebb hazai neveléstudományi szakfolyóiratban, az Új Pedagógiai Szemlében. Célunk megismerni és összegezni azon tanulmányokat, amelyek 2011 és 2024 között az ÚPSz oldalain jelentek meg a pozitív pedagógia tárgykörében, vagy ahhoz szorosan kapcsolódóan. Reményeink szerint ez fontos tanulságokkal szolgál azzal kapcsolatban, hogy a pozitív pedagógia miként nyert, illetve nyer terepet a hazai neveléstudományi kutatásokban, hol található a főbb súlypontok, miben látják a magyar kutatók a hazai adaptáció lehetőségét.

1. ELMÉLETI HÁTTÉR

A pozitív pedagógia elméleti alapjait a *pozitív pszichológia* adja (Ladnai, 2018), ezért az elméleti háttér ismertetését a pozitív pszichológiával kezdjük. Ennek történelmi vonatkozását, megszületésének körülményeit, jelentősebb kutatóit, főbb elméleti téziseit vesszük számba. Ezt követően kerül

sor a pozitív pedagógia mint önálló szemléletmód – sőt, talán nem túlzás azt állítani, hogy paradigma – megjelenésének, sajátosságainak áttekintésére.

Az *Új Pedagógiai Szemle* tanulmányainak vizsgálata természetesen megkívánja, hogy a folyóiratról – alapításáról, jelenlegi működéséről – is közöljünk áttekintést. Ezek után térünk rá elemzésünkre, amely a pozitív pedagógia, illetve a pozitív pedagógiai szemléletmód megjelenésére irányul az ÚPSz hasábjain.

1.1 Pozitív pszichológia

A pozitív pszichológia abból a – jórészt a második világháborút követően kialakult – szakmai késztetésből született meg, hogy a pszichológia ne csak a „betegségek tudománya” legyen. Addig a patológiás esetek kezelése és a fizikai világban való boldogulás feltételeinek vizsgálata jelentette a pszichológia fő területeit. A kor pszichológusai azonban egyre inkább elkezdtek a pozitív lelki jelenségek felé fordulni. Addig a betegekre a külső körülményeket passzívan elszenvető személyként tekintettek, s a pszichológia a beteg ember károsodásait tárta fel és orvosolta (Oláh, 2004). A világháborút követően azonban a teljesen „normális” emberek is bekerültek a pszichológia látóterébe. Olyan humanisztikus eszméáramlat kezdett kialakulni a pszichológiában, amely az embert a

javak pusztá felhalmozásánál többre predestinálta (Bagdy, 2021).

A pozitív pszichológia kifejezést elsőként Abraham Maslow használta 1954-ben megjelent könyvében, a *Motivation and Personality*-ben. Az 1954-es kiadás tartalmazott egy fejezetet „A pozitív pszichológia felé” címmel, amely a pszichológiai egészség, a pozitív emberi lelki tapasztalatok irányában nyitotta ki a pszichológia érdeklődését, a korábbi betegségek központú pszichológiai megközelítésmódokkal szemben. Ez az új humanisztikus pszichológiai felfogás az 1970-es években kezdett igazán kibontakozni, elsősorban az Egyesült Államokban. A szemléletmód változásának valódi hatását 2000-re datálhatjuk, amikor is mindez látványos paradigmátikus váltáshoz vezetett (Horváth, 2023).

Seligman és Csikszentmihályi (2000) – akiket a pozitív pszichológia megalkotóiként tartanak számon – amerikai előzményként Abraham Maslow, Gordon Allport, Carl Rogers, Karl Gustav Jung és William James¹ munkásságát emelik ki. Természetesen rajtuk kívül is számos elméletalkotó nevesíthető. John Stuart Mill angol filozófus elmélete a tudás és a szeretet előtérbe helyezését és az önmegvalósítás jelentőségét; William Stern német pszichológus – az IQ fogalmának megalkotója – pedig az egyéni különbségek és az individualizálás jelentőségét hangsúlyozta. Karl Bühler német pszichológus, aki az állatok és emberek viselkedését vizsgálta, olyan etológiai megállapításokat tett, amelyek

szintén a pozitív pszichológia forrásterületéhez sorolhatók (Pléh, 2004).

Seligman és Csikszentmihályi (2000) *Positive Psychology – An Introduction* című tanulmányukban a pozitív pszichológia területeiként egy időbeli fókuszok szerinti hármas felosztást javasoltak: jóllét és elégedettség (*well-being, contentment, satisfaction*) a múltban; remény és optimizmus (*hope, optimism*) a jövő tekintetében és örömezet, boldogság (*flow, happiness*) a jelenben.

Seligman, 2002-ben kiadott *Authentic happiness* című könyvében a pozitív pszichológia három területeként a pozitív érzelmek tanulmányozását (*study of positive emotion*), a pozitív jellemvonások tanulmányozását (*study of the positive traits* – elősorban erősségek, értékek, készségek mint pl. intelligencia és atletikusság) és a pozitív intézmények (*study of the positive institutions* – demokrácia, erős családi kötelékek, szabad érdeklődés) tanulmányozását jelölte meg. Ezen könyvé-

ben Seligman hangsúlyozza, hogy az autentikus boldogság az erősségeink feltárásának, fejlesztésének és ezek használatának egységét jelenti. Hiszi és vallja, hogy a pozitív pszichológia alapkategóriái nemcsak az élet „könnyű” időszakában fejtik ki hatásukat és szolgálnak számunkra megerősítéssel, hanem a nehéz időkben is nélkülözhetetlen erőforrásokat jelentenek (Seligman, 2002). Ezzel életeseményeink teljes körére alkalmazható referenciakeretet jelent az új irányzat.

nemcsak az élet „könnyű” időszakában fejtik ki hatásukat

¹ Elsősorban a felsorolt szerzők következő műveit sorolhatjuk ide: Maslow, A. (1971): *The farthest reaches of human nature*. New York: Viking; Allport, G. W. (1961): *Pattern and growth in personality*. Holt, Rinehart & Wilson, New York; Rogers, C. R. (1961): *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin, Boston; Jung, C. (1933): *Modern man in search of a soul*. Harcourt, New York; James, W. (1958): *Varieties of religious experiences*. Mentor, New York.

Seligman 2010-ben kiadott könyvében (Flourish: Positive Psychology and Positive Interventions) újraértelmezte korábban tett megállapításait. Ebben a munkájában bevallja: a *boldogság* kifejezés is átfogalmazásra szorul, hiszen a „boldogság” szó hallatán a folyamatos jókedv, derű, mosolygás jut az emberek eszébe. Már nem akarja, hogy a pozitív pszichológia egy ilyen hedonisztikus jelentéstartalmat kapjon. Eddig azt hangsúlyozta, hogy a pozitív pszichológia célja az élettel való elégedettség növelése. Új művében ezt módosította azzal, hogy létrehozott egy, a pozitív pszichológia kereteihez jól illeszkedő *jólételeméletet*. Seligman szerint a *boldogság* egy viszonylag egyszerű, megta- pasztalt jelenség, míg a *jólét* már egy össze- tett fogalom. Kidolgozta az ún. PERMA modellt, mely a jólét ele- meinek kezdőbetűjéből ki- alakított mozaikszó: pozi- tív érzelmek (*positive emotion*), elköteleződés (*engagement*), kapcsolatok (*relationships*), értelem (*meaning*), teljesítmény (*accomplishment*) (Seligman, 2010). A későbbiekben ezt a mo- dellt kiegészítették a fizikai egészség, vitali- tás (*health*) dimenziójával is, így alakítva ki a PERMAH modellt, amelyből már nem maradnak ki a testi, fizikai aspektusok sem (Beregi és Bognár, 2021). Mindezek mellett természetesen a pozitív paradigma további elemei („flow, megküzdés, érzelmi intelli- gencia, protektív személyiségtényezők, [...], erősségek” [Oláh, 2021]) is megmaradtak és továbbra is hatnak mind a kutatás, mind a napi gyakorlat világában.

1.2 Pozitív pedagógia

A pozitív pedagógia olyan pedagógiai törek- vések ernyőfogalma, amelyek tudatosan épí- tenek a pozitív pszichológia eszköztárára, és a hagyományos ismeretközvetítő oktatási folyamatokat kiterjesztve a tanulók egyéni és társas kompetenciáit állítják a pedagógiai folyamatok középpontjába (vö. *Hamvai és Pikó*, 2008). Seligman és munkatársai is de- finiálták ezt a fogalmat 2009-ben, és szoros kapcsolatot tételeztek fel a jólét fogalomkö- rével: „...but imagine if schools could, wit- hout compromising either, teach both the skills of well-being and the skills of achieve- ment. Imagine Positive Education” („...de képzeljük el, mi lenne, ha az iskolák – anél- kül, hogy bármelyiket is feláldoznák – mind

a jólét-, mind a teljesít- ményképességeket tanít- hatnák...”; Seligman és mtsai., 2009, 293–294. o.). Fontos azonban ki- emelni, hogy a gyakorlati implementáció nemcsak

filozófiai, hanem empirikus alapokon is nyugszik. *White és Murnay* (2015) hangsú- lyozza, hogy a pozitív pedagógia bizonyíté- kon alapszik, tudományosan megalapozott, ugyanakkor értékalapú.

A pozitív pszichológia kialakulásának, fejlődésének minden fázisában megfigyel- hető, hogy pedagógiai koncepciók is kap- csolódtak a pszichológiai tézisekhez. Ez nem meglepő, hiszen a pozitív pszichológia fő iránya a boldog és sikeres emberek lelki mű- ködésének megértése, az erősségekre, meg- lévő belső erőforrásokra való építés. Ennek köszönhetően kiszabadult a pszichológia a hagyományos orvosi paradigmából („[lelki] betegek gyógyítása”) és széles horizontok

fő iránya a boldog
és sikeres emberek lelki
működésének megértése

nyíltak meg előtte. Ezek egyik legfontosabbika a nevelés és oktatás intézményrendszerének horizontja, amely a lehetőségek különösen széles terepét nyitja meg a pozitív pszichológiai szemléletmód gyakorlatba való átültetésére. Erre számos példát találunk a pozitív pszichológia fejlődéstörténetében:

Az **előképek időszakában (1954 előtt)**² már számos olyan pszichológiai vagy éppen egészségtudományi koncepció jelent meg (gondolhatunk például a WHO 1948-as komplex, testi, lelki, szociális jóllétet hangsúlyozó egészségszempontjára), amelyben a modern pozitív pszichológia egy vagy több elve is hangsúlyosan szerepelt. Az öröm, a boldogság felé nyitó pszichológiai irányzatokra építő iskolamodellék közül talán a legeklektikusabb példa az 1921-ben Nagy-Britanniában alapított, a boldogságot, szabadságot, szeretetet, kreativitást középpontba állító Summerhill iskola.

Ez a modern szabad nevelési modellek egyik – ma is működő – ősképe, mögöttes filozófiájában pedig ott találjuk a pszichoanalízis eszmérendszerét (Neill, 2004).

A pozitív pszichológia **szubszisztens időszakában (1954–2000)** már létezik maga a fogalom is (*pozitív pszichológia*; időnként a *pozitív pedagógiával* is találkozhatunk), azonban ezek egyéb nagy pszichológiai iskolákhoz, irányzatokhoz kapcsolódóan, azok részeként jelennek meg. Ebben az időszakban a pozitív pszichológia nagy témái (pozitív érzelmek, értelemmel teli élet, önkibontakoztatás stb.) is fókuszba kerülnek, és egyre több szak- és

ismeretterjesztő munka jelenik meg ezekben a kérdéskörökben.

A korszak valószínűleg legismertebb nagy pszichológiai irányzata, amely tudatosan célozta meg a pozitív pszichológiai témákat, a humanisztikus pszichológia volt, amely komoly hatást gyakorolt a pedagógiára is. A Gordon-féle módszereket (pl. aktív hallgatás, én-üzenetek) gyakran még azok a pedagógusok is elkezdték használni, akik egyébként nem vallották magukat humanisztikus pedagógusoknak. A humanisztikus pedagógiát megvalósító, ezáltal a későbbi pozitív pszichológiát, pedagógiát megelőlegező ún. személyközpontú megközelítés Magyarországon is gyökeret vert a rendszerváltást követő szabadabb pedagógiai légkörben. A szemléletmód és a pedagógiai praxis eredményeiről az Új Pedagógiai Szemle is sokszor beszámolt, beszámolt (Langerné, 2019).

önállóvá vált irányzat

A pozitív pszichológia **autonóm időszaka**

(2000–) 2000-ben köszöntött be, Seligman és Csíkszentmihályi munkásságának köszönhetően. Az autonóm korszak első szakasza a PERMA modell megjelenéséig tartott (2010), majd a modellel a pozitív pszichológia egy, a korábbiaknál is még erősebb jóllétalapú irányultságot kapott, és talán nem alaptalan kijelentenünk, hogy ez újabb szakaszként kezelhető az önállóvá vált irányzat történetében. A pozitív pszichológia azonban még így sem tekintethető kiforrott, kész irányzatnak, sok szempontból gyűjtő vagy ernyőjellegű mutat (Bagdy, 2020). A pozitív pszichológia megteremtésének munkája tehát folytatódik.

² A bemutatásra kerülő szakaszolás szerzői konstrukció, amely a vonatkozó szakirodalomra és pszichológiatörténeti adatokra épül. Népszerű megközelítésmód a szakaszolásra a pozitív pszichológia első, második és harmadik hullámának megkülönböztetése is (pl. Wissing, 2022).

A pozitív pszichológia az új évezred küszöbén már önálló irányzatként mutatkozott be, és a kezdetektől fogva erős pedagógiai vonatkozásokkal bírt. Ez gyorsan elvezetett a pozitív pedagógia modern, pozitív paradigmára épülő értelmezéséig, és a kétezres évektől kezdődően egyre több pozitív pedagógiai kezdeménnyel találkozhatunk. Az első programok közül kiemelendő a Penn Reziliencia Program (Penn Resiliency Program, PRP), amelynek a gyökerei a korábbi évtizedre is visszanyúlnak, vagy a Strath Haven-i Pozitív Pszichológiai Tanszék (Strath Haven Positive

Psychology Curriculum, SHPPC; Magyaródi, 2020). A pozitív pedagógia gyakorlata gyorsan kitört az amerikai egyesült államokbeli bölcsőjéből és számos, gyakran nem is az észak-amerikai vagy európai kultúrkörhöz tartozó országban (pl. India, Kína, Egyesült Arab Emírátsok) is megjelent, népszerűvé vált (Magyaródi, 2020).

Az autonóm korszak második szakaszában Magyarországon is deklaráltan megjelent a pozitív pedagógia, elsőként a Boldogságóra program keretében, amelyet a Jobb Veled a Világ Alapítvány indított el 2012 szeptemberében (Beck-Zaja és Zaja, 2023). Ezzel párhuzamosan a pozitív paradigma számos alapműve is elérhetővé vált magyar fordításban.³

a pozitív paradigma számos
alpműve is elérhetővé vált
magyar fordításban

A hazai kutatók tudományos munkássága még hamarabb elindult, és már az első szakasz úttörői között is ott találjuk a magyar szakembereket. Pléh Csaba és Oláh Attila előadtak az első Pozitív Pszichológiai Konferencián 2002-ben Washingtonban (Oláh 2021), magyar nyelvű publikációik is hamarosan megjelentek az *Iskolakultúra* hasábjain (Pléh 2004; Oláh 2004), akárcsak Pikó Bettina tanulmánya a *Mentálhigiéne és Pszichoszomatika* folyóiratban (Pikó, 2004). A pozitív pszichológia mellett a pozitív pedagógia fogalomköre sem volt már ebben az

évtizedben ismeretlen a szakmai folyóiratok olvasói körében (lásd pl. Hamvai és Pikó 2008).

Összességében elmondhatjuk, hogy mind a pozitív pszichológia,

mind a pozitív pedagógia esetében a magyarországi megjelenés alig-alig lemaradva, lényegében közvetlenül követte az úttörőnek tekinthető amerikai kezdeményezéseket.

1.3 Az Új Pedagógiai Szemle szerepe a magyar neveléstudományi életben

Az *Új Pedagógiai Szemle* (gyakran ÚPSz-ként emlegetik) – a *Pedagógiai Szemle* átalakulását követően – 1991-ben jött létre.

A Pedagógiai Szemlét 1950-ben az akkori Oktatási Minisztérium alapította, majd az első lapszám (duplaszámként) 1951

³ Ide tartozik Seligman-tól az *Autentikus életöröm* (2008), *Flourish – élj boldogan!* (2011), *Amin változtathatsz... és amin nem* (2011), *Az optimista gyermek* (2012), vagy a Csikszentmihályi Mihály és Isabella Selega által szerkesztett *Élni jó! Tanulmányok a pozitív pszichológiáról* (2011) című kötet. Sonja Lyubomirsky „pozitív pszichológus” bestsellerjei szintén olvashatókká váltak (*Hogyan legyünk boldogok? Életünk átalakításának útjai tudományos megközelítésben* (2008), *Boldogságmitosok. Tények és tévhitek* (2013), akárcsak Barbara Fredrickson könyvei (*Love 2.0* (2014), *A pozitív érzelmek hatalma* (2015)).

szeptember–december időszakot átölelve jelent meg. A felelős szerkesztő ekkor *Vaszkó Mihály*⁴ volt. Mivel a második világháború után Magyarország a szovjet érdekszférába került, az oktatásról való gondolkodás ennek megfelelő irányvonalat kapott, ami a lapban megjelent írásokra is rányomta a bélyegét: 1953-ig a legfőbb témát „a szocialista ember nevelése” jelentette, és elsődlegesen (bár néhány magyar szerző tanulmánya is megjelenhetett) szovjet szerzők tanulmányainak magyarra fordítását közölte a lap (*Pénzes*, 2016).

1953-tól kezdődött el egy igen lassú változás, mely során egyre több magyar és nyugat-európai szerző írása is bekerülhetett a folyóiratba. 1962 jelentős állomás volt a lap életében: ekkor alakult meg az *Országos Pedagógiai Intézet*, melynek ettől az évtől a Pedagógiai Szemle a folyóirattá vált. Ez azt

eredményezte, hogy jelentős kutatók állandó publikációs lehetőséget kaphattak a folyóirat lapjain. Bár a marxista szemlélet még erősen befolyásolta a megjelent tanulmányok szellemiségét, az „enyhülés” elkezdődött. Az 1962 és 1970 közötti időszakot a nevelésfilozófia, a tantervelmélet, a neveléstudományok mind gyakoribb megjelenése jellemezte. 1970-től a Pedagógiai Szemle elkezdett nyitni a fiatal kutatók felé, a folyóiratot egyre inkább a modern neveléstudományi szemlélet kezdte áthatni, az

ideológiai irányvonal pedig lassan háttérbe szorult. 1976-tól a folyóirat már az oktatáspolitikai gondolkodás egyik fő színterévé vált. 1989-ben a Pedagógiai Szemle az első olyan folyóirat volt, amelyben szabad teret kaptak az egyházak, az akkor alakuló pártok, civil szervezetek oktatásról vallott nézetei (*Pénzes*, 2016; *Schüttler*, 2005).

1991-ben az új idők jegyében nevet váltott a folyóirat és megszületett az Új Pedagógiai Szemle, mely egyfelől helye lett a neveléstudományi kommunikációnak és szakmai vitáknak, másfelől a neveléstudományi kutatások eredményeit is rendszeresen közölte, közli.

Az Új Pedagógiai Szemle küldetésnyilatkozatában⁵ leírtak alapján a lap törekszik megszólaltatni a gyakorlati szakembereket, a kutatókat, a pedagógusképzésben és a szakpolitikában munkálkodó szakembereket egyaránt. Célja olyan tér létrehozása, ahol „a neveléstudomány, az oktatáspolitikai és a gyakorlat nyelvén megfogalmazódó kölcsönös befogadásra találhatnak, és egymással párbeszédbe léphetnek”.

A folyóirat kiadásában több szervezet is szerepet vállalt a rendszerváltás óta: az Országos Közoktatási Intézet (OKI), az Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet (OFI), az Eszterházy Károly Egyetem (Eger), 2022-től pedig a Miskolci Egyetem biztosítja a folyóirat megjelenését.⁶

1991-ben nevet váltott a folyóirat és megszületett az Új Pedagógiai Szemle

⁴ Letöltés: <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-magyar-eletrajzi-lexikon-7428D/v-78466/vaszk-mihaly-785B4/> (2025. 06. 12.)

⁵ Letöltés: https://upszonline.hu/resources/general/upsz__profil_es_kuldetes.pdf (2025. 06. 16.)

⁶ Letöltés: https://en.uni-miskolc.hu/hirek/4499/tudomanyos_hatter_miskolcon_keszul_az_uj_pedagogiai_szemle (2025. 06. 16.). A lap felelős kiadója jelenleg a Miskolci Egyetem rektora, *Prof. Dr. Horváth Zita*, szakmai közreműködője a Magyar Pedagógiai Társaság. A főszerkesztő *Kaposi József*, a lap szerkesztőbizottságának elnöke *Halász Gábor*.

2. AZ ÚJ PEDAGÓGIAI SZEMLÉBEN MEGJELENT POZITÍV PEDAGÓGIAI ÍRÁSOK, UTALÁSOK VIZSGÁLATA

2.1 A vizsgálat módszertani háttere

A vizsgálatunk keretében a 2011 és 2024 közötti lapszámok kerültek elemzésre, azaz 14 évfolyam cikkeit vizsgáltuk. Vizsgálataink kezdő korszakhatárát az autonóm korszak második szakaszához kapcsoljuk (a 2010 utáni évfolyamok), amikor a PERMA modell létezése már valamennyi lapszámot érinthette.

A 2011 és 2024 közötti időszakban 82 kötetben jelentek meg az Új Pedagógiai Szemle számai, döntő többségében kéthavi duplaszámok formájában. 2017 óta már csak ilyen formában jelenik meg a folyóirat, de korábban találkozhattunk szimpla (egy-havi), tripla (háromhavi), de akár öthavi, összevont számmal is (2011/1–5).

Összesen 1238 írás jelent meg ebben az időszakban az ÚPSz hasábjain, ez kötetenként 15,6 írást jelent, változó terjedelemben (a több tízoldalas tanulmányoktól kezdve az egyoldalas írásokig). A 14 év termése mintegy 13 000 oldalnyi szakanyag, amely kb. 32,5 milliónyi (szóközök nélküli) karaktert tartalmaz.

Az 1238 tartalomjegyzékben feltüntetett, oldalszámozott írás közül négy tanulmány vállalta fel egyértelműen a pozitív pedagógiai tematikát:

- Séllei Beatrix (2014): A változás mint lehetőség;

- Gyarmathy Éva (2019): Öröm és boldogság az iskolában;
- Dibuz-Pávics Judit (2019): Pozitív oktatás, boldogságra nevelés a barcsi Széchenyi Ferenc Gimnáziumban;
- Gyarmathy Éva (2022): Harmónia versus pozitivitás.

A következőkben rövid, áttekintő jellegű kvantitatív szemantikai elemzést végzünk a teljes szövegtörzshöz, majd – elsősorban kvalitatív megközelítést alkalmazva – vesszük górcső alá a kifejezetten pozitív pedagógiai írásokat.

2.2 A pozitív pedagógia és pozitív pszichológia kulcsfogalmai az ÚPSz írásaiban

A *pozitív pszichológia* kifejezés a vizsgált időszakban először *Burián Miklós A motiváció fogalmának újabb megközelítése* című cik-

kében jelent meg a 2012/9–10. számban, amely megvalósítandó, jövőbeli programként utal a pozitív pszichológiára, egyúttal a pozitív

pszichológia egyik magyar úttörőjére, Oláh Attilára is hivatkozik (*Burián, 2012*):

„Tanulmányunk ezért sokszor intuitív útkeresésekkel terhes, de, reményünk szerint, lesznek bátor követőink, akik segídeknek abban, hogy tanuló ifjúságunkat megmentsek a motiválatlanságtól, a kiüresedéstől, és hogy Oláh Attila pozitív pszichológiáját a pedagógiai gyakorlatban is meghonosítsuk (*Oláh 2004*).” (180. o.)

négy tanulmány
vállalta fel egyértelműen

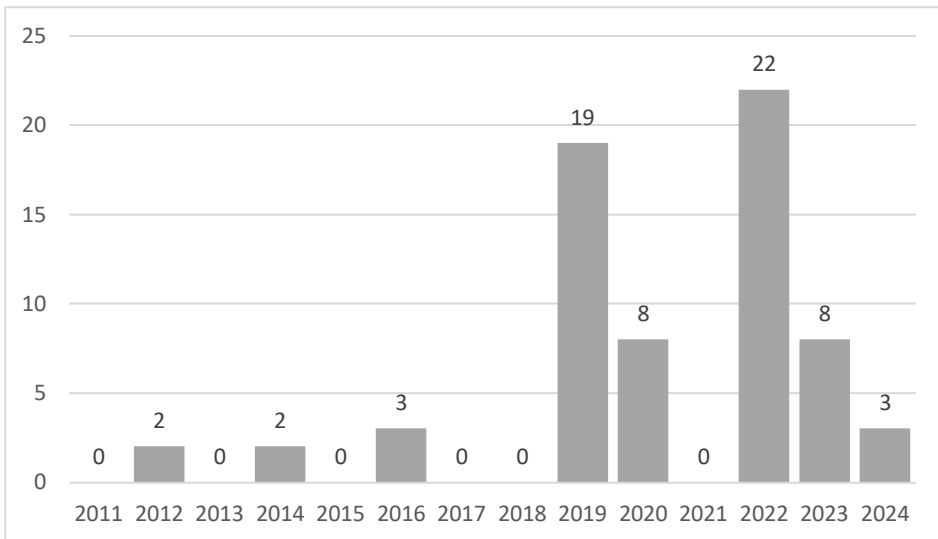
Ezt követően a kifejezés *Séllei Beatrix A változás mint lehetőség* című cikkében fordul ismét elő 2014-ben (2014/7–8). Itt már a kulcsszavak között is megjelenik, és egy egyetemi hallgatók körében lezajlott empirikus kutatáshoz is kapcsolódott a használata. 2015-ben ismét cezúra következik a kifejezés használatában, majd 2016-ban fordul elő először, hogy két lapszámban (2016/3–4 és 2016/7–8) is történik az irányzatra hivatkozás. Ezt azonban újabb „eltűnés” követi,

és csak 2019-ben bukkan fel ismét a terminus technicus, utána azonban (2021 kivételével) már minden évfolyamban találkozhatunk legalább egy, de inkább már két lapszámban is a használatával.

Maga a „pozitív pszichológia” kifejezés összesen 14 írásban, 67 alkalommal jelenik meg valamilyen kontextusban az ÚPSz hasábjain 2011 és 2024 között. A konkrét szógyakoriságokat az 1. ábrán jelenítettük meg:

1. ÁBRA

A pozitív pszichológia kifejezés szógyakorisága az Új Pedagógiai Szemle egyes évfolyamaiban



FORRÁS: saját szerkesztés

Össességében elmondhatjuk, hogy a 2012 és 2018 közötti éveket egy lassú erőgyűjtés jellemzi, a kifejezés esetlegesebb megjelenésével, majd 2019-től rendszerebb, nagyobb arányú előfordulást figyelhetünk meg, amely jelezheti azt, hogy az irányzat lassan gyökeret ver nem csak az

ÚPSZ hasábjain, de a szakmai gondolkodásban is.

A pozitív pszichológia kifejezés előfordulása ($n = 67$) nem tűnik gyakorinak, de összehasonlítva más irányzatokkal korántsem mondható rossznak a terminus helyzete. A *humanisztikus pszichológia* kifejezés

például 13 alkalommal található meg a 2011 és 2024 közötti időszakban, a *kognitív pszichológia* is csak 20 esetben olvasható, míg az olyan nagy múltú irányzat, mint a *behaviorizmus/behaviorista pszichológia* is csak tizennégyyszer került leírásra az ÚPSz tanulmányaiban.

A *pozitív pszichológia* kifejezést használó tanulmányok (n = 14) szerzői között csak ketten vannak, akik két cikkel is képviselték magukat ebben a listában, ami arra mutat rá, hogy nem két-három lelkes szerző írásairól beszélhetünk a témában, hanem a pozitív pszichológia szemléletmódja szélesebb ismertségnek örvend.

A *pozitív pedagógia* szókapcsolat már a vizsgált időszak legelején is megjelent az ÚPSz hasábjain. *Zsubrits Attila* 2011-ben a pedagógiai kötődés kapcsán így ír:

„...kihangsúlyozva a pozitív pedagógiai orientációt, azt mondhatjuk, hogy a gyermekvédelmi pedagógiai hatás eredményességéhez mindenképpen összpontosítani kell a nevelő és a gyermek között szövőddő kapcsolatban rejlő lehetőségekre.” (57. o.)

A korábban már említett *Burián*-cikken is megjelenik a kifejezés 2012-ben, utána azonban hosszú szünet következik, és 2022-ig egyetlenegyszer sem olvashatjuk a szaklap hasábjain a szak kifejezést.

2022-ben azonban rögtön a címlapra kerül, és alaposabb, bár távolságtartó, már-már kritikus elemzést olvashatunk róla *Gyarmathy Éva* tollából a *Harmónia versus pozitivitás. A pozitív pedagógiáról* című írásban (2022). Ezután már csak egyetlen

cikkben találkozhatunk a kifejezéssel, a 2023. évi 7–8-as számban megjelent, *Az egészségnevelés mérésének, mérhetőségének kérdései. Komplex mérőeszköz összeállítása első osztályos gyermekek és nevelőik számára* című tanulmányban (*Kós, Beregi, Molnár és Suszter*, 2023).

A *pozitív pedagógia* kifejezéssel összesen 30 alkalommal találkozhatunk a 2011 és 2024 közötti időszakban, de ha a tanulmánycíméből fakadó megjelenéseket (címlap, tanulmánycím, élőfejek) levesszük, ez a szám is 20-ra csökken. Míg a *pozitív pszichológia* kifejezést 14 írásban olvashatjuk, addig a *pozitív pedagógiát* már csak 4-ben – noha az Új Pedagógiai Szemle alapvetően neveléstudományi folyóirat.

A *pozitív pedagógia* mint egy pedagógiai törekvés, irányzat elnevezése tehát korántsem honosodott meg olyan mértékben a lap íásaiban, mint a *pozitív pszichológiáé*, holott a vizsgált időszak elején is ugyanúgy jelen volt már.

Érdekes módon még a kifejezetten pozitív pedagógiai gyakorlatokat bemutató (pl. *Dibuz-Pávics*, 2019) írások vagy az azokra reflektáló tanulmányok esetében sem nevesítik ilyen formában az irányzatot (pl. *Gyarmathy*, 2019). A *pozitív pszichológia* kifejezés használata más pszichológiai irányzatokhoz képest jónak ítéltető, a *pozitív pedagógiáról* már ez sem mondható el. Például a *reformpedagógia* szót 148 alkalommal írták le, vagy a *projektpedagógiát* 55 esetben használták a szerzők a vizsgált időszakban.

Ha a két kulcskifejezést (*pozitív pszichológia*, *pozitív pedagógia*) nézzük, akkor egyértelműen kijelenthetjük, hogy a *pozitív*

nem két-három lelkes szerző
írásairól beszélhetünk

pszichológia kifejezés gyökeret vert az ÚPSz szakcikkeiben, ugyanakkor a *pozitív pedagógia* megjelenése egyelőre inkább csak esetlegesnek tűnik.

A következőkben röviden áttekintjük a pozitív pedagógia néhány kulcsfogalmát is az ÚPSz hasábjain. Ez egyrészt rámutathat arra, hogy a pozitív pszichológia, pozitív pedagógia mennyire hatja át a folyóiratban megjelenő írásokat – függetlenül attól, hogy direkt módon hivatkoznak-e ezekre az irányzatokra –, másrészt a pozitív pszichológia, pedagógia egyes elemei mennyire jelenhetnek meg a teljes elméleti keret nélkül, mennyire függnek, vagy éppen függetlenek a seligmani úttól.

Ladnai Attiláné Tartalmi szabályozók vizsgálata a Positive Education modell alapján a hazai közoktatás egy szegmensében

című doktori értekezésében a Seligman és munkatársai által kidolgozott PE (Positive Education) modell 25 indikátorát fogalmazta át a magyar szaknyelv követelményeinek megfelelően (Ladnai, 2020, 49–51. o.). A modellben szereplő kifejezések egy része (pl. *motiváció, hatékony kommunikáció [és hallgatás]*) a pozitív pedagógián kívül is gyakori kifejezés, gyakran találkozhatunk velük más, akár a PE elveihez nem igazodó koncepciókhoz kapcsolódóan is, így ezeket nem emeltük be a vizsgálatunkba.

A 25 tételből 12 olyan kifejezést választottunk ki, amelyek nem csak alkifejezései a pozitív pedagógiának, de önmagukban is pozitív pszichológiai, pedagógiai hatásmechanizmusokhoz járulnak hozzá. Mindezt

kiegészítettük két olyan kifejezéssel (*jól-lét/ wellbeing, boldogság*), amelyek nem külön indikátorok, de az indikátorok leírásában szerepelnek, és gyakran dolgoznak velük a pozitív pedagógiában. Tizenötödik elemként még a PERMA kifejezést is vizsgáltuk. A PERMA modell külön nincs nevesítve az indikátorlistában, azonban megkerülhetetlen, globális eleme a pozitív pedagógiának. Bizonyos esetekben az eredeti angol kifejezést használtuk a keresés során, ugyanis az az általánosan használt kifejezés a magyar nyelvű szakirodalomban is (pl. *savoring*), vagy pedig a magyar fordítás (pl. *virágzás [flourish], áramlat [flow]*) túl változatos, gyakran nem pedagógiai vagy pszichológiai értelemben szerepel a vizsgált tanulmányokban.

A 15 kifejezés teljes előfordulási gyakoriságát az 1. táblázatban foglaltuk össze (egyes kifejezések jelentése szövegtől függően változhat). Az első számadatokat tartalmazó oszlop a teljes szövegtörzshöz

a pozitív pszichológia, pozitív pedagógia mennyire hatja át a megjelenő írásokat

vonatkozik. A második oszlopban szereplő értékek azt mutatják, hogy a négy pozitív pedagógiai ($n = 4$; PP-vel rövidítve a *pozitív pedagógia*) tanulmányban mennyi lenne a várható gyakorisága az adott kifejezésnek abban az esetben, ha a szavak egyenletesen oszlanának meg a tanulmányok között. A harmadik számadatot tartalmazó oszlop a négy PP-tanulmányban szereplő valós szógyakoriságot mutatja, az utolsó oszlop pedig azt, hogy hány-szoros az eltérés a várt és a valós szógyakorisági értékek között.

1. TÁBLÁZAT

A pozitív pedagógiai kifejezések szógyakorisága az ÚPSz tanulmányaiban

	kifejezés	teljes szógyakoriság a tanulmányokban (n = 1238)	Várt szógyakoriság a PP tanulmányokban (n = 4)	Valós szógyakoriság a PP tanulmányokban (n=4)	O/E ratio
1	hála	66	0,21	37	176,19
2	boldogság	286	0,92	162	176,09
3	optimizmus	66	0,21	17	80,95
4	megbocsátás	17	0,05	3	60,00
5	reziliencia	140	0,45	13	28,74
6	flourish(ing)	11	0,04	1	25,00
7	flow	110	0,36	9	25,00
8	erősségek	52	0,17	4	23,53
9	jólét/well-being	312	1,01	8	7,92
10	empátia	222	0,72	2	2,78
11	remény (tartalmazza a reménytelenséget is mint ellentétet)	618	2,00	5	2,50
12	mindfulness	2	0,01	0	0,00
13	PERMA (a PERMA modell értelmében)	9	0,03	0	0,00
14	érzelmi intelligencia	71	0,23	0	0,00
15	savoring	0	0,00	0	N/A

FORRÁS: saját szerkesztés

Az 1. táblázat alapján azt látjuk, hogy a PP-kifejezések közül a legnépszerűbbek a *remény* (n = 618), a *jólét/wellbeing* (n = 312), a *boldogság* (n = 286), az *empátia* (n = 222), a *reziliencia* (n = 140) és a *flow* (n = 110).

Ezek azok, amelyeket száznál is több alkalommal használtak a szerzők valamilyen szövegösszefüggésben. Teljesen ismeretlen azonban a *savoring* (n = 0), de a *mindfulness* (n = 2), sőt a *PERMA modell* (n = 9) és a

flourishing (n = 11) is éppen csak hogy megjelenik az írásokban.

A vizsgált 15 pozitív pedagógiai kifejezésből 11 ténylegesen erősen kötődik a PP-központú tanulmányokhoz. A *boldogság* és a *hála* kifejezések – ahogy a fenti táblázat várt és valós gyakoriságra vonatkozó oszlopainak összevetésével látjuk – több mint százhetvenszer többször fordulnak elő a PP-tanulmányokban, mint amennyire az statisztikailag várható lenne. Az *optimizmus* közel nyolcvanszor, a *megbocsátás* majdnem ötvenöt-ször gyakoribb ezekben az írásokban, de még a más pedagógiai koncepciókban is gyakran hivatkozott *empátia* vagy az általános használatú *remény* is két és félszer gyakoribbak a vártnál. Négy olyan kifejezés van, ahol a PP-tanulmányok gyengébben „teljesítenek”. Némileg meglepő módon nem nevesítik a *PERMA*

modellt, míg más szövegekben időnként (n = 9) találkozhatunk vele. A *mindfulness* a teljes vizsgált ÚPSz évfolyamokban

rendkívül ritka (n = 2), a PP-tanulmányokban pedig egyáltalán nem szerepel. Az *érzelmi intelligencia* fogalomköre korántsem ismeretlen (n = 71) az ÚPSz-ban, de a PP-tanulmányoktól független, míg a *savoring* (pozitív élmények megélése, élvezete) egyáltalán nem jelenik meg az írásokban.

Összefoglalva elmondhatjuk, hogy a vizsgált pozitív pedagógiai szakkifejezések a pozitív pedagógiától függetlenül is jelen vannak az ÚPSz hasábjain, azonban a megjelenésükön érdemben erősítenek a pozitív-pedagógia-központú írások.

2.3 A pozitív pedagógiával foglalkozó írások az Új Pedagógiai Szemlében

A pozitív pedagógia témáját érintő vagy ezzel foglalkozó tanulmányok (n = 4) kvalitatív elemzésének célja a tanulmányunkban annak feltárása, hogy a kutatók milyen szemlélettel, véleménnyel szólnak meg az Új Pedagógiai Szemle oldalain erről a tudományterületről. Nem célunk a tanulmányok bírálata, megítélése; objektíven kívánjuk ismertetni az írások által közölt kontextust. Elemzésünkben vizsgáltuk a szerzők szövegekből kiolvasható szemléletét, a pozitív pedagógiával kapcsolatos látásmódjukat. Vizsgáltuk a tanulmányok irodalomjegyzékét is, amely adalékkal szolgál a kutató beállítódásáról a témával kapcsolatban.

Az első pozitív pedagógiát középpontba állító tanulmány *Séllei Beatrix A változás mint lehetőség* című munkája (2014), amely közvetlen módon nem a pozitív pedagógiáról vagy az

ún. boldogságórákról szól, hanem a változás megjelenésére adott válaszreakciókról. A szerző tanulmányában az elméleti részt követően, a közoktatásvezetői szakképzésében részt vevő hallgatónak a változásokra, elsősorban a köznevelésben bekövetkező változásokra adott reakcióit, a változáshoz való hozzáállásukat vizsgálta.

A tanulmány világosan, precízen, szakirodalom felhasználásával fejt ki álláspontját a változások hatásairól, a változásmenedzsment egyes kérdéseiről. Mi indítja el a változásra való reakciót? Milyen szemlélet szükséges ahhoz, hogy hatékonyan reagáljunk egy újonnan megjelenő helyzetre?

Mi indítja el a változásra való reakciót?

A szerző említést tesz a belső és külső indíttatású motivációról, a Maslow-piramisról, a stresszel való megküzdésről, a tanulható optimizmusról, a kultúránkból hiányzó dicséretéről. Hivatkozik Martin Seligmanra, Csíkszentmihályi Mihályra, Sonja Lyubomirskyre, Oláh Attilára is, tehát a pozitív pszichológia és pedagógia hazai diskurzusban bevett szakirodalmi háttére jól megjelenik az írásban.

Kronológiailag a következő, a pozitív pedagógiát hangsúlyosan tárgyaló írás az ÚPSz hasábjain *Gyarmathy Éva Öröm és boldogság az iskolában* (2019) című tanulmánya.

A szerzőnek a bevezetőben megfogalmazott kritikája szerint a *Boldogságóra Program* úgy kerül be az iskolákba, óvodákba, hogy a pedagógusok nincsenek felkészítve a „21.

századi gyerekek” megfelelő fejlesztésére, nem ismerik jellemvonásait. Felveti problémaként, hogy a tanárképzés nem nyújt megfelelő mentálhigiéniai felkészítést a tanároknak, pedig ebben a gyors ütemben változó világban igen nagy lelki megterhelést jelent tanárként illeszkedni a körülményekhez.

A következő részben a *boldogság* témáját mutatja be röviden, majd az ezt követő alfejezet „Az értelmes élet keresése” címet kapta. Gyarmathy Éva megállapítja, hogy a boldogság és az élet értelmének keresése és megőrzése „erősen korrelál”, és a pozitív érzelmek erősítése, a negatív érzések tagadása hosszú távon kontraproduktív.

A következő alfejezetben, mely a pozitív pszichológiát veszi górcső alá, a szerző kritikát fogalmaz meg. „A Seligman indította

mozgalom olyan hatalmas port kavart, hogy elhomályosította a látást.” Bírálatát arra alapozza, hogy a pozitív pszichológia „figyelman kívül hagyja a negatív érzelmek és tapasztalatok létezését és előnyeit”, ugyanakkor elismeri azt is, hogy a pozitív pszichológia fejlődik, így kezdi kinőni kezdeti gyermekbetegségeit is: „A ’pozitív pszichológia 2.0’ törekszik egy kiegyensúlyozottabb megközelítésre, hogy kiaknázza a negatív érzelmekben és helyzetekben rejlő pozitív potenciált.”

A szerző kritikus hangnemet üt meg a pozitív pszichológia és pozitív pedagógia leegyszerűsítő értelmezéseivel kapcsolatban, amelyekhez a Boldogságóra Programot is odasorolja. Azt vallja, hogy a mai magyar oktatásnak nem „boldogságórákra” lenne szüksége, hanem olyan változtatásokra,

amelyek a diákok kiegyensúlyozott örömszerzésére („dopamintermelésére”), mentálhigiénéjére és a technológiai fejlődésre reagál.

Tanulmányában a pozitív pszichológia leggyakrabban hivatkozott

nemzetközi és hazai képviselői kevésbé jelennek meg. Martin Seligman egy tanulmánnyal képviselteti magát, Csíkszentmihályi Mihály, Sonja Lyubomirsky nem jelenik meg a hivatkozott szerzők között, Bagdy Emőke, Bagdi Bella, Kopp Mária, Oláh Attila írásai sem szerepelnek a hivatkozáslistában; a Boldogságóra Programmal kapcsolatban a mindenki számára elérhető honlapra találhatunk hivatkozást. A tanulmányt vita-indítóknak szánta a szerző.

Ugyanebben az évben jelent meg *Dibuz-Pávics Judit Pozitív oktatás, boldogságra*

bírálatát arra alapozza, hogy a pozitív pszichológia „figyelman kívül hagyja a negatív érzelmek és tapasztalatok létezését és előnyeit”

nevelés a barcsi Széchenyi Ferenc Gimnáziumban című írása (2019), amely reagál Gyarmathy cikkére. A szerkesztőség által írt felvezetésben olvasható, hogy az összeállítást a szerző Gyarmathy Éva *Öröm és boldogság az iskolában* című véleménycikkére reflektálva teszi közzé – mint saját magától válogatott szövegeket, melyek a boldogságórák gyakorlatáról szólnak.

Az írás alapvetően esettanulmány egy középiskolai tanár tollából, amelyben részletesen taglalja, hogy a boldogságórák során mit tapasztalt a gyerekek, kollégák hozzáállásán és viselkedésén. Dilemmaként jelent meg számára, hogy a kamasz gyerekek, a középiskolás korosztály hogyan fogadja majd a rajzolást, „kreatívkodást”, azonban nagyfokú nyitottságot és együttműködést tapasztalt a részükről. Nagyon elgondolkodtató kijelentést tesz a szerző: a középiskolás korosztálytól elvárjuk, hogy már „felelősségteljes felnőttként” viselkedjenek, ugyanakkor iskolai környezetben nagyon kevés lehetőséget kapnak arra, hogy önállóan hozzanak döntést. A boldogságóra – számos más fejlesztő hatása mellett – ebben is segíti a diákok fejlődését. Összességében pozitív hangvételű, a Boldogságóra Program kedvezői hatásairól szóló írásról van szó.

Mivel esetleírást olvashatunk, hivatkozások nincsenek

benne. A cikk a tanárno tapasztalataiból, megfigyeléseiből épül fel.

A negyedik pozitív pedagógiával foglalkozó írás Gyarmathy Éva 2022-ben megjelent *Harmónia versus pozitivitás* című tanulmánya. A szerző ebben a munkájában folytatja a 2019-es cikkében elkezdett

gondolatmenetét. Kritikai hangja mögött olyan felvetések fogalmazódnak meg, mint:

- a pozitív pszichológia „piedesztálra emeli” a pozitív érzelmeket és „hamis rózsaszín szemüvegeket” oszt szét;
- állítása szerint a „csekély tudományos alappal” rendelkező pozitív pedagógia félreértéseknek van kitéve;
- a negatív érzelmek elfojtása ártalmas lehet;
- a *boldogság* fogalmának kérdése tisztázatlan: „melyik boldogságot szánjuk a boldogságra tanítani kívánt gyerekeknek” – hedonikus, prudenciális, eudaimonikus, chironikus boldogságról van-e szó;
- a boldogság útjának megtalálását a szerző egyéni élménynek véli, és – dilemmája szerint – a boldogság „tanterv szerinti tanítása már-már térítésnek minősül”;
- „a program mind minőségben, mind szellemiségben eltér az európai/keresztény értékektől, és talmi dalocskákkal, New Age-es tanításokkal, szakmailag kifogásolható felkészültségű énekesnő által vezetve sok kétséget támaszt a kimenetel tekintetében [...]”

A szerző a reziliencia fejlesztését tartja

megfelelő célkitűzésnek a gyermekek mentális állapotának karbantartására. Azt vallja, hogy a boldogságórák túl egyszerű és túl gyors „megoldást” kínálnak, amely „zavart okozhat a gyermek fejlődésében”, ugyanakkor a tanulási környezet változatlan marad. Véleménye szerint olyan hatékony iskolai

nagyon kevés lehetőséget kapnak arra, hogy önállóan hozzanak döntést

hat a gyermek fejlődésében”, ugyanakkor a tanulási környezet változatlan marad. Véleménye szerint olyan hatékony iskolai

környezetet kell kialakítani, ami biztosítja a gyermekek optimális fejlődését.

A tanulmány összefoglalásában olvasható a szerző összegző gondolata, miszerint a pozitív pszichológiát azért veti el, mert a fókusz az egyén megváltoztatásán van („...nem sikerült még eléggé elrugaszkodni attól a céltételezéstől, hogy az egyént kell megváltoztatni a környezeti hatások befolyásolása helyett”), és nem a környezet fejlesztésén. A pozitív pedagógiáról összegezve a véleménye az, hogy nagy lehetőség az oktatás számára, viszont rossz irány, ha a tudományterület ugyanazon úton halad, mint a pozitív pszichológia, törekedni kell, hogy a pozitív pedagógiában „nem elvárásokat, hanem lehetőségeket kell teremteni”.

A tanulmány végén említésre kerül a pedagógusképzés fontossága, vagyis az, hogy csak azok a pedagógusok lesznek képesek „új” szemléletben tanítani, akik maguk is megtapasztalták ezt a szemléletet diákként.

A felhasznált szakirodalomban – hasonlóan a 2019-es tanulmányához (Gyarmathy, 2019) – a pozitív pszichológia és pedagógia elsődleges forrása-ira itt is kevésbé épít a szerző.

A négy pozitív pedagógiai fókuszú tanulmányból kettő kedvezően, kettő pedig inkább kritikus hangvétellel közelíti meg az irányzatot. A szakirodalmi háttér esetében pedig csak egy olyan tanulmányt találtunk (Séllei, 2014), amelyben erőteljesebben jelennek meg a pozitív pszichológia és pedagógia jelentős szerzői.

ÖSSZEGZÉS

Az Új Pedagógiai Szemle kétségtelenül az egyik legnépszerűbb neveléssel-oktatással foglalkozó szakmai folyóirat Magyarországon, amely kiegyensúlyozottan mutatja be a pedagógia elméleti, tudományos oldalát és a szakmai gyakorlatot is. Egyfajta tükröként is használható folyóirat, amelyben a gyakorló pedagógusok és a tudományos kutatók is megtalálják a számukra vonzó írásokat. Ezért is különösen érdekes megvizsgálni, hogy miként jelenik meg az oldalain a pozitív pedagógia.

Az elmúlt 14 év szakmai termését átvizsgálva azt láthatjuk, hogy a pozitív pszichológia és pozitív pedagógia egyes részművei polgárjogot nyertek a megjelent írásokban.

A pozitív pszichológia jelenleg mintha erőteljesebb hivatkozási alapot jelentene, a pozitív pedagógia egyelőre esetlegesebben jelenik meg a ta-

nulmányokban, és a fő gyakorlati fókusz – akár pro, akár kontra – a Boldogságóra Program jelenti. Nehéz megjósolni, hogy a pszichológia és pedagógia „pozitív” iskolája milyen jövőbeni karriert fog befutni, de az ÚPSz cikkeiben is tetten érhető a fokozódó érdeklődés, amely remélhetőleg a pozitív pedagógia elméletének és gyakorlatának mind erőteljesebb jelenlétét is magával hozza a megjelenő írásokban.

az ÚPSz cikkeiben is tetten érhető a fokozódó érdeklődés

IRODALOM

- Bagdy E. (2020): Pozitív pedagógia? Avagy a pozitív pszichológia helye és szerepe a nevelésben, a személyiségformálásban. In: Szarka E. (szerk.): *Pozitív pedagógia és nevelés. Konferenciakötet I.* Mental Focus Kft., Budapest. 21–29. Letöltés: https://pozitivpedagogia.hu/wp-content/uploads/2020/12/ppnp_konferenciakotet_2020_bovitett.pdf (2025. 05. 29.).
- Beck-Zaja M. és Zaja R. (2023): A Boldogságóra Program bevezetése és eredményei a tanulásban akadályozott gyermekeknel. In: Medovarszki I. (szerk.): *Tantárgy-pedagógiai kaleidoszkóp: 2022 – Pedagógiai és szakmódszertani tanulmányok az iskola világából.* Líceum, Eger. 177–192.
- Beregi E. és Bognár J. (2021): Egészségközpontú nevelés és oktatás: a fizikai aktivitás növelésének módszerei és a pozitív pedagógiai lehetőségei. In: *Pozitív pedagógia és nevelés. Konferenciakötet II.,* Budapest, Mental Focus Kft., 33–44. Letöltés: https://pozitivpedagogia.hu/wp-content/uploads/2021/11/ppnp_2021_konferenciakotet_2_final.pdf (2025. 05. 29.).
- Burián M. (2012): A motiváció fogalmának újabb megközelítése. *Új Pedagógiai Szemle.* **62.** 9–10. sz., 174–181.
- Csikszentmihályi M. és I. S. Csikszentmihályi (2011): *Élni jól! Tanulmányok a pozitív pszichológiáról.* Akadémiai, Budapest.
- Dibuz-Pávics J. (2019): Pozitív oktatás, boldogságra nevelés a barcsi Széchényi Ferenc Gimnáziumban. *Új Pedagógiai Szemle.* **69.** 11–12. sz. 155–170.
- Fredrickson, B. (2014): *Love 2.0.* Akadémiai, Budapest.
- Fredrickson, B. (2015): *A pozitív érzelmek hatalma.* Akadémiai, Budapest.
- Gyarmathy É. (2019): Öröm és boldogság az iskolában. *Új Pedagógiai Szemle.* **69.** 9–10. sz., 112–121.
- Gyarmathy É. (2022): Harmónia versus pozitivitás. A pozitív pedagógiáról. *Új Pedagógiai Szemle.* **72.** 1–2. sz., 108–122.
- Hamvai Cs. és Pikó B. (2008): Pozitív pszichológiai szempontok a iskola világában: a pozitív pedagógia kihívásai. *Magyar Pedagógia.* **108.** 1. sz., 71–92.
- Horváth R. (2023): Pozitívítás a pedagógiában: A pozitív pedagógia főbb jellemzőinek bemutatása. *Danubius Noster.* **9.** 4. sz., 39–58.
- Hunyadi Gy.-né, M. Nádasi M. és Serfőző M. (2006): *"Fekete pedagógia" – Értékelés az iskolában.* Argumentum, Budapest.
- Kós K., Beregi E., Molnár A. és Suszter L. (2023): Az egészségnevelés mérésének, mérhetőségének kérdései. Komplex mérőeszköz összeállítása első osztályos gyermekek és nevelőik számára. *Új Pedagógiai Szemle.* **73.** 7–8. sz., 76–86.
- Ladnai A.-né (2018): A „Pozitív pedagógia” lehetséges útjai. *Autonómia és Felelősség.* **4.** 1–4. sz., 25–48.
- Ladnai A.-né (2020): *Tartalmi szabályozók vizsgálata a Positive Education modell alapján a hazai közoktatás egy szegmensében.* Doktori értekezés. Kézirat, Pécs. Letöltés: <https://pea.lib.pte.hu/server/api/core/bitstreams/3c2cae1b-6bc1-4add-8fb3-ffb76c02801b/content> (2025. 07. 29.).
- Langerné Buchwald J. (2020): A Rogers Személyközpontú Iskola a neveléstudományi irodalom és a sajtó tükrében. In: Dobos Orsolya (szerk.): *A Rogers Iskola csodája.* Demokratikus Ifjúságért Alapítvány, Budapest.
- Lyubomirsky, S. (2008): *Hogyan legyünk boldogok? Életünk átalakításának útjai tudományos megközelítésben.* Ursus Libris, Budapest.
- Lyubomirsky, S. (2013): *Boldogságmítoszok. Tények és tévhitek.* Ursus Libris, Budapest.
- Magyaródi T. és Harmat L. (2020): A pozitív pedagógia koncepciója és kapcsolódó pozitív pszichológiai eredmények magyar gyerek-, szülő- és pedagóguspopulációkról. *Alkalmazott Pszichológia.* **20.** 3. sz., 79–100.

- Neill, A. S. (2004): *Summerhill. A pedagógia csendes forradalma*. Kétezerregy, Budapest.
- Oláh A. (2004): Mi a pozitívuma a pozitív pszichológiának? *Iskolakultúra*. **14.** 11. sz., 39–47.
- Oláh A. (2021): A pozitív pszichológia térhódítása Magyarországon. *Magyar Pszichológiai Szemle*. **76.** 3–4. sz., 803–808. DOI: 10.1556/0016.2021.00060
- Pénzes D. (2016): A hazai pedagógia szaksajtó-kutatás történetéhez: a Pedagógiai Szemle genezise. *Neveléstudomány*. **4.** 3. sz., 36–48.
- Pikó B. (2004): A pozitív pszichológia missziója a modern társadalomban. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*. **5.** 4. sz., 289–299.
- Pléh Cs. (2004): A pozitív pszichológiai hagyományok Európában. *Iskolakultúra*. **14.** 5. sz., 57–61.
- Schüttler T. (2005): Hídverés a neveléstudomány és a gyakorlat között; A Pedagógiai Szemléből az Új Pedagógiai Szemléig. *Iskolakultúra*. **15.** 4. sz., 11–15.
- Seligman, M. E. P. és Csíkszentmihályi, M. (2000): Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*. **55.** sz., 5–14.
- Seligman, M. E. P. (2012): *Az optimista gyermek: véd meg a depressziótól, legyen boldog élet*. Akadémiai, Budapest.
- Seligman, M. E. P. (2011): *Flourish – élj boldogan! A boldogság és a jól-lét radikálisan új értelmezése*. Akadémiai, Budapest.
- Seligman, M. E. P. (2010a): *Flourish: Positive Psychology and Positive Interventions*. The University of Michigan.
- Seligman, M. E. P. (2010b): *Amin változtathatsz... és amin nem: átfogó kalauz a sikeres önfejlesztéshez*. Akadémiai, Budapest.
- Seligman, M. E. P. (2008): *Autentikus életöröm – A teljes élet titka*. Laurus, Győr.
- Seligman, M. E. P. (2002): *Authentic happiness*. Free Press, New York.
- Seligman, M. E., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K. és Linkins, M. (2009): Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*. **35.** 3. sz., 293–311.
- Séllei B. (2014): A változás mint lehetőség. *Új Pedagógiai Szemle*. **64.** 7–8. sz., 27–37.
- White, M. A., Murray, S. A. (2015): *Evidence-Based Approaches in Positive Education Implementing a Strategic Framework for Well-being in Schools*. Springer. DOI: <https://doi.org/10.1007/978-94-017-9667-5>
- Wissing, M. P. (2022): Beyond the „third wave of positive psychology”: Challenges and opportunities for future research. *Frontiers in Psychology*. **12.** (795067). DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.795067>
- Zsubrits A. (2011): Az érem két oldala: gyermekvédelmi átmeneti ellátásban részesülő fiatalok és nevelőik kapcsolatának összetevői. *Új Pedagógiai Szemle*. **61.** 1–5. sz., 55–68.

ONLINE HIVATKOZÁSOK

- Bagdy E. (2021): Pozitív pszichológia és a hitélet viszonya (konferenciaelőadás). Letöltés: <https://www.youtube.com/watch?v=P6ZjZ4y6XE4> (2025. 05. 28.).
- A depresszió lett a csendes pandémia. Letöltés: <https://www.vg.hu/kozelet/2022/06/a-depresszio-lett-a-csendes-pandemia> (letöltés: 2025. 05. 26.).
- Magyarországon a felnőttek 7 százaléka él depresszióval. Letöltés: <https://index.hu/tudomany/2022/07/16/magyarorszagon-a-felnottek-7-szazaleka-el-depresszioval/> (2025. 05. 26.).
- Újabb vészjelzés – Ez a betegség minden hatodik magyart érinti. Letöltés: <https://www.economx.hu/magyar-gazdasag/ongyilkosság-zold-recept-termeszet-mentalis-egeszseg-depresszio.770789.html> (2025. 05. 26.).
- Minden ötödik magyar fiatal felnőtt depressziós vagy szorong. Letöltés: <https://www.nn.hu/sajto/-/content/M5mewRibyh3R/2024-08-12-minden-otodik-magyar-fiatal-felnott-depressziós-vagy-szorog> (2025. 05. 26.).