

RECENZÍÓK

Cikkismertetés: Út az egészség és jóllét felé – a hallgatók és a munkatársak közös stratégiája

Article review: Co-Creating a Health and Wellbeing Strategy for Students and Staff

Ismertető: [Varga Zsuzsanna](#)

Doi: [10.58701/mej.15455](https://doi.org/10.58701/mej.15455)

Ismertetett cikk: Cooper, B., Border, N., & Couperthwaite, F. (2023). Co-Creating a Health and Wellbeing Strategy for Students and Staff. *Student Success*, 14(3), 136–144.

Kulcsszavak: egészség; jóllét; feltáró kutatás; stratégiafejlesztés

Keywords: health; wellbeing; Appreciative Inquiry; strategy development

BEVEZETÉS

Ausztráliában a mentális betegségek és a pszichológiai distressz egyre növekvő szintje – különösen a felsőoktatásban – megerősíti az egészség és jóllét holisztikus megközelítésének szükségességét. Az egyetemi polgárok, mind a hallgatók, mind a munkatársak fokozott pszichológiai kihívásokkal szembesülnek, amelyeket a Covid-19-hez hasonló globális válságok tovább súlyosbítanak.

Az egészség és a jóllét elősegíti az egyének rugalmas alkalmazkodását, a kreativitást és a döntések meghozatalának képességét. Összességében növeli az elégedettséget, ami pozitívan hat az egyén és a szervezet teljesítményére is. A szerzők hangsúlyozzák azt is, hogy a

hallgatók és a munkatársak jólléte szorosan összefügg. A jóllétet befolyásoló tényezők egyéni, interperszonális, közösségi és strukturális szinten jelenhetnek meg. A szerzők úgy látják, hogy Ausztráliában az egyetemek többsége inkább az egyéni szintre fókuszál, kevesebb figyelmet fordítva a strukturális és rendszerszintű tényezőkre.

A tanulmány bemutatja a Queenslandi Műszaki Egyetem (Queensland University of Technology, QUT) egészség és jóllét stratégiáját, valamint azt, hogy a QUT hogyan alkalmazta a feltáró kutatás¹ (FK, Appreciative Inquiry) módszertanát az átfogó stratégia megalkotásában.

¹ A feltáró kutatás (FK), azaz az Appreciative Inquiry (AI) egy olyan módszer, amely a pozitív szervezeti fejlesztés elveire építve segít egyéneknek és csoportoknak felfedezni, megerősíteni és kibővíteni azokat a pozitív erőforrásait és lehetőségeiket, amelyekkel rendelkeznek, ezáltal tudják a fejlődést biztosítani és így egy építkező alapállással fordulnak céljaik megvalósítása felé.

A GYAKORLAT: EGY EGYSÉGES EGYETEMI EGÉSZSÉG-ÉS JÓLLÉT STRATÉGIA KIALAKÍTÁSA

Az 1989-ben alapított QUT az ausztráliai Brisbane-ben található, több mint 50 000 hallgatónak és közel 5000 munkatársnak „ad otthont”. A technológiára és az innovációra összpontosító egyetem vezető intézménnyé nőtte ki magát, így a világ 200 legjobb egyeteme közé rangsorolható.

Az Egészség- és Jólétstratégia projekttel 2021-ben kezdtek el mélyebben foglalkozni. Az egyre növekvő mentális egészséggel kapcsolatos kihívások és a Covid-19 pandémia egyetemi közösséget érintő hatásai miatt a projekt célja egy egységes, átfogó stratégia kialakítása volt. Az egyetemi vezetés által támogatott projektcsapat céljai közé a következők tartoztak: 1) egy egységes, egyetemi szintű megközelítés kialakítása a QUT hallgatói és munkatársai számára, 2) pszichológiailag biztonságos és fizikailag egészséges környezetben történő munkavégzés, és 3) olyan közösség létrehozása, amely aktívan hozzájárul a mentális és fizikai jóléthez egyaránt. A stratégia kialakítása 2021 augusztusa és 2022 augusztusa között zajlott.

FELTÁRÓ KUTATÁS (FK) MÓDSZERTANA

Felismerve a meglévő, de gyakran elszigetelt, önállóan működő egészségre fókuszáló és jóléti szolgáltatások sokaságát, a projektcsapat arra mutatott rá, hogy a szervezeti kultúra változása is szükséges ahhoz, hogy eredményeket érjenek el. Ez egyúttal azt is jelenti, hogy az individualista megközelítésről az egyetem egészét átfogó megközelítésre helyezték a fókuszot. A feltáró kutatás (FK) módszertanát alkalmazva a projektcsapat célja az volt, hogy a problémák helyett az

erősségekre építsen. Az FK elvei (együttműködés, a társadalmi konstruktivitás és az egyidejűség) összhangban voltak a projekt céljaival, azaz mindkettő hangsúlyozza a közösség bevonását és a pozitív gondolkodást.

Az FK 5 fázisból (meghatározás (*define*), feltárás (*discover*), álmodás (*dream*), tervezés (*design*), megvalósítás (*deliver*)) álló ciklusát alkalmazva a csapat elkezdte feltárni a QUT erősségeit, erőforrásait. A módszertan segítségével nemcsak a stratégia kialakításának folyamatát irányította a csapat, hanem e módszertan használata elősegítette egy befogadóbb, pozitívabb, közösen kidolgozott és az egyetemi közösség fejlesztésének irányába mutató stratégia megfogalmazását is.

MEGHATÁROZÁS, FELTÁRÁS: AZ EGÉSZSÉG ÉS A JÓLLÉT HELYI AKADÁLYAINAK ÉS ERŐSSÉGEINEK FELTÁRÁSA

A QUT az Egészség- és Jólétstratégiajának kidolgozása során a helyi akadályok és erősségek azonosítása érdekében az átfogó közösségi szerepvállalásra épített. A projektet megvalósítók a feltáró kutatás (FK) elveit használva törekedtek arra, hogy a különböző érdekelt feleket bevonják. Összesen 131 hallgató és munkatárs vett részt a személyes találkozókon, műhely-, kerekasztal-beszélgetéseken és felméréseken.

Az FK beszélgetéseken 12 erősségen alapuló és megoldásorientált kérdést, témát azonosítottak, amelyek pozitívan fogalmazták meg az észlelt akadályokat.

ÁLMODÁS ÉS TERVEZÉS

A beszélgetéseket követően egy Jóléti Csúcstalálkozót tartottak 77 résztvevővel

két egymást követő fél napon át. Az első napon előadásokat hallgattak a résztvevők, a második napon pedig ötletbörzét szerveztek, ahol a rendszerszintű, jóllétet befolyásoló, a feltáró szakaszban kialakított 12 kérdés vonatkozásában vetettek fel ötleteket. Emellett egy online fórumon 52 résztvevő 54 hozzászólása és 30 észrevétele gyűlt össze, tovább gazdagítva a folyamatot.

TERVEZÉS ÉS MEGVALÓSÍTÁS: VÉGKIFEJLET - A STRATÉGIA ELSŐ VÁZLATA

A projektcsapat a vélemények összegzésével készítette el a stratégia első változatát, amelyet két héten keresztül véleményezhettek az egyetemi polgárok. Összesen 42 vélemény érkezett be. A visszajelzések szinte mindegyike pozitív és támogató volt az egyetem egészére kiterjedő megközelítés és a közös - minden érintettet bevonó - tervezési folyamat vonatkozásában. Néhány visszajelzést kaptak a tekintetben is, hogy egyfajta feszültség érzékelhető az individuális és a közösségi, egyetemi szintű törekvések között.

EREDMÉNYEK

Az elkészült, végleges stratégia legfontosabb elemeit az 1. ábra foglalja össze, amely megmutatja a hallgatók és munkatársak számára az egész egyetemre vonatkozó megközelítést. Nyolc beavatkozási területet azonosítottak: (1) egyén (tudás, készségfejlesztés és szolgáltatásnyújtás); (2) közösség (kapcsolatok és kultúra); (3) munka és (4) tanulás területei;

(5) fizikai és (6) digitális terek; (7) irányelvek, gyakorlatok és folyamatok, valamint (8) kutatás. Továbbá az egész stratégia a betegségek kezelésére, az ártalmak csökkentésére és az egyéni és szervezeti boldogulás elősegítésére fókuszál. Hat alapelve épít (bizonyítékon alapul, együttműködő, erősségekre építő, fenntartható, bevonó, együttérző - 1. az ábra alsó sorában nevesítettek), amelyek az összes, egészségre fókuszáló és jólléti kezdeményezéshez alapul szolgálnak. Az alapelvekre épülő nyolc beavatkozási területet hangsúlyozó stratégiát a projektcsapat egyhangúlag támogatta.

KÖVETKEZTETÉSEK

Az egész egyetemre kiterjedő egészség- és jóllétstratégia sikere az egyetemi polgárok közös munkájában rejlik. A projektcsapat érdeme annak felismerése, hogy az egészséget az egyéni jóllétben túlmenően számos tényező befolyásolja, például a fizikai környezet, a munkahelyi, szervezeti kultúra, de emellett hangsúlyozza az egyetemi polgárok bevonásának szükségességét. Ezen érdekelttek széleskörű bevonása már a feltárási fázistól kezdve biztosítja a valódi részvételt, hatékonyan alakítja, formálja a stratégiát, és megteremti a végrehajtás alapját. Az FK módszertanának alkalmazása összehangolta az egészség és jólét területén a különböző szolgáltatásokat, elősegítette a kohéziót és a meglévő erősségek kiaknázását. Erre a sikerre építve a csapat továbbra is alkalmazza az FK elveit a stratégia folyamatos megvalósítása során, ezzel is elősegítve a valódi egészséget és jóllétet az egész QUT-ban.

1. ábra: A QUT Egészség- és jóllétstratégiája (Forrás: saját fordítás)



AJÁNLÁS

A cikk bemutatja, hogyan lehet egyetemi szinten hatékonyan kezelni és előmozdítani a hallgatók és munkatársak egészségét és jóllétét, valamint kiemeli a feltáró kutatás, mint módszertan hatékonyságát, amely az erősségekre építve segít megteremteni egy átfogó és közösségi alapokon nyugvó stratégia kialakítását. A magyar szakemberek számára értékes

lehet ez a cikk, mivel betekintést nyerhetünk egy sikeres stratégiafejlesztési folyamatba, amelyben a teljes egyetemi közösség részt vett. Ezáltal segíthet abban, hogy saját intézményeinkben vagy közösségeinkben hasonló célokat érjünk el az egészség és jóllétstratégiák terén, ami hosszú távon pozitív hatással lehet az egyén és az intézmény teljesítményére egyaránt.

HIVATKOZÁSOK

Cooper, B., Border, N., & Couperthwaite, F. (2023). Co-Creating a Health and Wellbeing Strategy for Students and Staff. *Student Success*, 14(3), 136–144.

INFORMÁCIÓK A SZERZŐRŐL

Varga Zsuzsanna
Pécsi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Kar, Pécs
zsuzsanna.varga@aok.pte.hu

CIKKINFORMÁCIÓK

Beküldve: 2024. 03. 24.
Elfogadva: 2024. 03. 27.
Megjelentetve: 2024. 06. 12.

Copyright © 2024 Varga Zsuzsanna. Kiadó: Magyar Népegészségügy Megújításáért Egyesület. Ez egy nyílt hozzáférésű cikk a CC-BY-SA-4.0 licenstszerződés alapján.