

ÚJ

KÖZNEVELÉS

2017. JANUÁR-FEBRUÁR | 73. ÉVF. 1-2. SZÁM | 600 Ft

BIRINYI PÉTER

SZAKGYÓGYSZERÉSSZEL BESZÉLGETTÜNK

**SZOCIÁLIS
ÉRZÉKENYÍTÉS**



OFI
OKTATÁSKUTATÓ
ÉS FEJLESZTŐ
INTÉZET



MI KÉRDEZTÜNK, ÖNÖK VÁLASZOLTAK!

2016 nyarán kérdeztük meg Önöket lapunk olvasási szokásiról, melyben kíváncsiak voltunk véleményükre, illetve javaslataikra is.

**Köszönjük mindenkinek, aki
válaszaival segítette munkánkat!**



A kitöltők között 10 darab éves előfizetést sorsoltunk ki, a szerencsések:

Barabás Károly
Cserhádi Csilla
Csőke Dénes
Dvornitzky Tamásné
Fükéné Walter Mária

Dr. Hotya Jánosné
Dr. Jandóné Bapka Katalin
Ráczné Németh Csilla
Dr. Remzsőné Piti Kata
Tókáné Lengyel Szilvia

**Gratulálunk a
nyerteseknek!**



Önként tessék!

Szöveg: **Balatoni Kinga Cecília** főszerkesztő

Nem szeretjük a kötelező dolgokat. Van valami zsigeri ellenállás az emberben, amikor azt hallja, hogy valamit meg kell tennie. Egyszer azt olvastam egy szülői honlapon, hogy sokkalta előbb célt érhetünk az egészséges táplálkozás irányában, ha a gyerekek nem megtiltjuk az édességet, és kötelezővé tesszük a zöldséget, hanem desszert idején felkínáljuk számára a választás lehetőségét a sárgarépa és a karalábé között. Valahogy így van ez a közösségi szolgálattal is.

Mert hát ki vonná kétségbe, hogy míg a kereskedelmi médiából a „minden rólam szól” és a „mindennek ára van” életszabályok zúdulnak a fiatalokra, addig nekünk, értékalapon gondolkodó felnőtteknek kell alternatívát nyújtanunk a kamaszoknak: „Nézz fel a kutyüdből, és vedd észre a melletted ülőt, legyél rá kíváncsi, és ha szükséges, tegyél érte valamit... ingyen... és ez neki is, sőt neked is jó lesz!” Senki sem vonja kétségbe, hogy ezt az alternatívát – ami szeretetből táplálkozik, és jó érzést szül – fel kell kínálnunk. Nem lehet, hanem kell.

Az iskolai közösségi szolgálat egy ilyen felkiáltójel a mai pedagógiai nevelési célok között. Valódi lehetőséget és keretet ad ahhoz, hogy a kamasz megtapasztalja az adni tudás örömét. Ám az, hogy az iskola hámozatlanul teszi elé a zöldséget, avagy mosolygó figurát rak ki belőlük, hatalmas különbség.

Mostani lapszámunkban arra keressük a választ, hogy miért fontos a szociális kompetencia, és hogy mit tehetünk az oktatási-nevelési intézményeken belül annak érdekében, hogy a gyermekből nyitott, empatikus és segítőkész felnőtt váljon. Szakemberek segítségével áttekintjük a szociális készségek fejlődésének jellemzőit kisgyermekkortól a fiatal felnőttkorig, majd olyan bevált iskolai jó gyakorlatokat és programokat mutatunk be, amelyeknek a szociális érzékenyítés az elsődleges céljuk, és amelyeket Önök is könnyen megvalósíthatnak saját környezetükben. Végül, de nem utolsósorban pedig a közösségi szolgálatos pedagógus-továbbképzések fontosságára hívjuk fel a pedagógusok és intézményvezetők figyelmét, hiszen az ő motiváltságuk a kulcsa az eredményes nevelőmunkának.

Az egyes cikkek között – téglás háttérrel – diákíráásokat találunk. Az „Írás és szolidaritás – Generációk párbeszéde” című projekt keretében több tíz gyermek vetette papírra gondolatait szegénységről, odafigyelésről, segítségnyújtásról, vagy épp arról, amit a saját bőrén tapasztalt meg a nevelőotthonban. Valós és fiktív történettel egyaránt találkozhatunk a projekt honlapján, melyek közül mi most négyet nyújtunk át Önöknek. Meghatóak, elgondolkodtatóak, meghökkentőek. Egy-egy gyermekírás többet mond ezer tanulmánynál.





BEKÖSZÖNTŐ

- 1 Balatoni Kinga Cecília: Önként tessék!

AKTUÁLIS

- 3 Iskolai közösségi szolgálat

OKTATÁS-NEVELÉS

- 6 Óvodapedagógia: Pozitív pszichológia a nevelésben
8 Múzeumi oktatás vagy oktatási múzeum?
10 Egészségünkrel: A kieső fogtól a rágózásig

A HÓNAP TÉMÁJA:
SZOCIÁLIS ÉRZÉKENYÍTÉS

- 13 Bevezető
14 Szociális érzékenyítés gyermekkorban
18 Diákírási: Balogh Bianka: A nyomor színe
20 Iskolai szeretetszolgálat a miskolci Fényi Gyula Jezsuita Gimnáziumban
25 Diákírási: Stauróczy Vica: Csak beszélgetés...
26 Írás és szolidaritás – Generációk párbeszéde
29 Rövidfilmek az érzékenyítéshez
32 +1 szendvics
34 KÖSZI Program
36 Diákírási: Pszota Dalma: Ketten
38 Munkavállaló fiatalok és fiatal munkavállalók
43 Diákírási: Bánkuti Csenge: Lejtős utca
44 Önkéntesség a Vöröskeresztnél
50 Közösségi szolgálatos pedagógus-továbbképzések
52 Aczél Petra: Készen állunk?
53 Balázs Géza: Mikor esik már egy kis hó?

A MI VILÁGUNK

- 54 Digitális: Játékos tanulás tankockákkal
58 Évfordulók
60 Iránytű
61 Pályázatok
62 Kaleidoszkóp
64 Programajánló

26



20



38



IMPRESSZUM

Főszerkesztő: Balatoni Kinga Cecília • **Szerkesztőbizottsági tagok:** Aczél Petra elnök, Balatoni Monika, Gloviczki Zoltán, Horváth Vanda, Indri Gyula, Ötvös Zoltán • **Tanácsadó testület:** Bagdy Emőke, Gáspár Mihály, Lányi András, Lévai Balázs • **Szerkesztő:** Indri Dániel
Layout-tervek: Salt Communications Kft. • **Tördelés:** Pattantyus Gergely • **Olvasószerkesztő:** Földes Zsuzsanna

Megrendelés/hirdetés: kiado@ofi.hu • **Előfizetés** a folyoiratok.ofi.hu/folyoirat-elofizetes/uj-koznevel-es-elofizetes címen. Az Új Köznevelés lapszámaikat minden iskola egy példányban ingyenesen megkapja. További példányszámok, illetve egyéb megrendelés esetén egy lapszám ára 600 Ft.

Szerkesztőség: Eszterházy Károly Egyetem Oktatókutatási és Fejlesztési Intézet, Tartalomfejlesztési és Tankönyvkiadási Igazgatóság, Pedagógiai Kiadványszerkesztő Központ, felelős igazgató: Kamp Alfréd • **Cím:** 1143 Budapest, Szobránc utca 6-8. • **Telefon:** (06-1) 235-7276 • **E-mail:** koznevel-es@ofi.hu • **Honlap:** folyoiratok.ofi.hu/uj-koznevel-es • **Felelős kiadó:** Dr. Liptai Kálmán, az Eszterházy Károly Egyetem rektora
Nyomda: Alföldi Nyomda Zrt. (4027 Debrecen, Böszörményi út 6.) • **Címoldal:** Birinyi Péter (Fotó: Szidor N. Gábor) • **Fotók:** Europress Fotóügynökség

Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza. Meg nem rendelt cikkekért nem áll módunkban honoráriumot fizetni.

Terjedelem: 4 ív • **Készült:** 5000 példányban • **ISSN 2064-0625**

Iskolai közösségi szolgálat

Ellenőrzés, újdonságok, tapasztalatok

A service-learning és community service programok mintájára és az elemeik ötvözeteként bevezetett, minden érettségiző diákra érvényes magyar közösségi szolgálat program egyedülálló Európában. Az USA-ban és Kanadában elterjedt oktatási-nevelési módszer a pedagógia újfajta, élménypedagógiai alapú, a projektmódszer és a tapasztalati tanulás elemeit használó eszköze. Különös értéke, hogy a tevékenységeken keresztül tanórán kívüli keretek között erősíti a tanulók szociális érzékenységét, állampolgári aktivitását, lehetőséget adva nekik önismeretük fejlesztésére és a pályaorientációra is.

Szöveg: **Bodó Márton**, az EKE Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet munkatársa

Szakmai ellenőrzés az iskolákban

2017. január 2. és március 31. között zajlik a közösségi szolgálatok iskolai ellenőrzése. Ennek részleteiről kérdeztük **Dr. Kovácsné Bodó Gabriellát**, az Oktatási Hivatal Tanügy-igazgatási és Ellenőrzési Osztályának vezetőjét.

– Az Oktatási Hivatal (OH) végzi – a 2016/2017. tanév rendjéről szóló EMMI rendelet értelmében – a közösségi szolgálatok iskolai ellenőrzését. Miért van erre szükség?

– Az emberi erőforrások minisztere minden évben közzéteszi az aktuális szakmai ellenőrzés tárgyát. Ez az idei tanévben a nemzeti köznevelési törvényben meghatározott közösségi szolgálat. Ennek értelmében az OH szakmai ellenőrzés keretében vizsgálja az intézményekben a közösségi szolgálat teljesítését és dokumentálását. Célunk a jogszabályokban foglaltak megvalósulásának feltérképezése, a gyakorlatban előforduló problémák feltárása, jó gyakorlatok felkutatása és bemutatása.

Mint ismeretes, a középiskola elvégzését közvetlenül követő érettségi vizsgaidőszakban az érettségi vizsgák megkezdésének feltétele **50 óra közösségi szolgálat** elvégzése. Ez alól kivételt képeznek a felnőttoktatásban részt vevő és a szakértői bizottság javaslata alapján a közösségi szolgálat alól mentesített sajátos nevelési igényű tanulók.

– Hány iskolát érint az ellenőrzés, és melyik időszakot vizsgálja?

– Az ellenőrzés az OH által véletlenszerűen kiválasztott középiskolák egy vagy több feladatellátási helyére vonatkozik, és a 2015/2016. tanév végén érettségizett tanulók esetében vizsgálja a közösségi szolgálat teljesítését és annak teljes dokumentálását a 2012/2013. tanévig visszamenőleg, tehát a középiskola teljes négy évfolyamán.

– Milyen lépésekben és milyen ütemezéssel zajlik az ellenőrzés?

– A közösségi szolgálat szakmai ellenőrzése két részből tevődik össze. Egy online felületen történő adatszolgáltatásból, melyet a kiválasztott intézmények (120 feladatellátási helyről beszélünk) az OH Köznevelési Információs Rendszerén (KIR) keresztül töltenek ki. Ezt követően az online adatszolgáltatással érintett intézmények közül 50-ben helyszíni ellenőrzésre is sor kerül, melynek során az Országos szakértői névjegyzékről kiválasztott köznevelési szakértők a helyszínen végzik az ellenőrzést.

120 feladatellátási hely

ONLINE ADATSZOLGÁLTATÁS

**50 feladatellátási hely**

HELYSZÍNI ELLENŐRZÉS

A rendeletnek megfelelően az érintett intézményeket és a fenntartót a szakmai ellenőrzés megkezdése előtt legalább hét nappal kell értesítenünk. (A fenntartó jelen lehet az ellenőrzés lefolytatásánál.) Az ellenőrzésben részt vevő intézmények 2017. január elején kapnak értesítést az OH-tól. Az online adatszolgáltatás várhatóan január 16. és február 1. között végezhető el. A helyszíni ellenőrzésekre március 1–31. között kerül sor.

– Milyen dokumentumokat vizsgálnak majd?

– Egyrészt a közösségi szolgálattal kapcsolatosan vezetői kötelező dokumentumokat, úgymint: közösségi szolgálati jelentkezési lap, osztálynapló, törzslap, tanulói jogviszony tanév közbeni megszűnésekor igazolás, együttműködési megállapodás. Másrészt az iratkezelési szabályzatot és a közösségi szolgálat alól mentesített sajátos nevelési igényű tanulókkal kapcsolatos dokumentumokat fogja a helyszínen ellenőrizni a szakértő. Az ellenőrzéssel összefüggésben interjúra is sor kerül – az intézményvezetővel, az iskolai közösségi szolgálatot koordináló pedagógussal, valamint az érintett diákkal.

– Hogyan történik a felmérés kiértékelése? Mi lesz ennek a produktuma?

– Az online és a helyszíni adatok feldolgozása és kiértékelése a TEO munkatársak, valamint szakértők segítségével történik. Az ellenőrzésről jelentés készül, melyet az OH az oktatásért felelős miniszter részére küld meg június 30-ig.

– Milyen következményei lehetnek a szakmai ellenőrzésnek?

– Az esetleges szabálytalanságok előfordulása esetén az intézményekre és a tanulókra nézve nincs semmiféle negatív jogkövetkezmény. Az tehát nem fordulhat elő, hogy egy diákot az OH az érettségi vizsgák újbóli letételére kötelezzék, a közösségi szolgálat során előfordult esetleges szabálytalanságok miatt.

– Milyen hatással számolnak az ellenőrzés kapcsán a közösségi szolgálat programra vonatkozóan? Elképzelhető, hogy az ellenőrzés során feltártak alapján finomodnak majd a szabályozás egyes elemei?

– Mivel jogalkalmazó szervként az is a feladataink közé tartozik, hogy az egyes köznevelést szabályozó jogszabályokat figyelemmel kísérjük, valamint az esetleges módosításokra javaslatot tegyünk a jogalkotó minisztériumnak, így tehát lehetséges ilyen hatása is az ellenőrzésnek.

JOGSZABÁLYI VÁLTOZÁSOK AZ EMMI 20/2012. (VIII. 31.) RENDELETÉBEN

„A gimnázium, a szakgimnázium a 9–12. évfolyamos, a szakközépiskola a 9–13. évfolyamos tanulói számára szervezi meg a legalább ötvenórás közösségi szolgálatot, vagy annak teljesítésére időkeretet biztosít.”

Ez azt jelenti, hogy a szakközépiskoláknak is meg kell szervezniük, időkeretet kell biztosítaniuk a közösségi szolgálat végzésére már 9. osztálytól azon diákok számára, akik érettségit szeretnének a képzést követően szerezni. A most nyári vizsgaidőszakban érettségiző szakközépiskolás diákoknak viszont kevesebb idő áll a rendelkezésére, ha csak a mostani tanévben kezdték el a közösségi szolgálat teljesítését.

„A közösségi szolgálat helyszínén a szolgálattal érintett személy segítése tanítási napokon alkalmanként legkevesebb egy-, legfeljebb háromórás, tanítási napokon kívül alkalmanként legkevesebb egy-, legfeljebb ötórás időkeretben végezhető.”

Ez nagyobb mozgásteret jelent minden tanítás nélküli időszakban, pl. szünidőben, hétvégén a diákoknak, illetve a rendezvényeken, táboroztatásban segíti a valós teljesített tevékenységek elszámolását.

„Az iskolán kívüli külső szervezet és közreműködő mentor bevonásakor az iskola és a felek együttműködéséről megállapodást kell kötni, amelynek tartalmaznia kell a megállapodást aláíró felek adatain és vállalt kötelezettségein túl a foglalkoztatás időtartamát, a végzett tevékenységeket, a mentor nevét és feladatkörét.”

Átláthatóvá és egyértelművé válik ez által a kiéngésítés által az iskola és diákok számára, hogy milyen tevékenységekben vehetnek részt a diákok a fogadó szervezetnél.

47. záradék: „A tanuló teljesítette a rendes érettségi vizsga megkezdéséhez szükséges közösségi szolgálatot” (TI.).

Összhangba került a végrehajtási rendelet a CXK. köznevelésről szóló törvénnyel.

Monitori tapasztalatok

Mivel az Iskolai Közösségi Szolgálat (IKSZ) fejlesztése és bevezetése párhuzamosan zajlott az elmúlt 3 évben, minden mérési eredmény, összegyűjtött tapasztalat nagyban hozzájárulhat a program további tökéletesítéséhez.

A helyzetfelmérő-tanácsadó-támogató célú monitori program során az Oktatókutató és Fejlesztő Intézet (OFI) és a Nemzeti Pedagógus Kar (NPK) szakértői az elmúlt két tanévben összesen 82 középiskolát látogattak meg országszerte, interjút készítve az intézményvezetőkkel, iskolai koordinátorokkal, érintett diákokkal, megvizsgálva a szükséges hivatalos iskolai dokumentumokat.

A látogatások egyik célja az volt, hogy a szakemberek segítséget nyújtsanak az iskoláknak ötletekkel, a jogszabályok gyakorlatias értelmezésével, a másik cél pedig, hogy a tapasztalatok alapján és az iskoláknak írt javaslatokat összegezve ajánlásokat tegyenek a program szabályozásának finomítására. A 2015. évi tapasztalatok alapján a Köznevelésért Felelős Államtitkárság változtatott is a szabályozáson: a tanításon kívüli napokon 5 órára emelte a tevékenység lehetséges időkeretét.



A 2016. évi látogatások megerősítették, hogy a legnagyobb problémát ma az iskolák számára a *koordinátor túlterheltsége* jelenti. A jelenlegi teljes óraszám (26) feletti időszámban szerveződő IKSZ-programok esetén – és a legtöbb intézményben ez a helyzet – a pedagógiai felkészítés és a feldolgozás egyelőre nem vagy csak részben valósul meg. Ebből a leterheltségből fakad az is, hogy a koordinátor fáradtsága, motiválatlansága befolyásolja a diákok motivációját is, ahogy ezt az OFI kutatásokkal is alátámasztotta.

Jól látható az az összefüggés, miszerint ahol a pedagógust nem támogatja az iskolavezetés (pl. órakedvezményen), és nem tudja munkarendjébe hatékonyan beilleszteni és megfelelő módon megszervezni a felkészítést és a feldolgozást, ott sokszor csak a fogadó intézményeken múlik, hogy a pedagógiai tartalom mennyire kap szerepet. Ezen iskolákban nagy a veszélye, hogy a közösségi szolgálat kapcsán az adminisztráción lesz a

hangsúly, és nem a diákok pedagógiai felkészítésére és élményeik feldolgozására fókuszálnak.

A látogatások alapján úgy tűnik, szükség lenne a programnak a szervezést érintő megerősítésére, hiszen ma a pedagógusok – a fenntartó döntése miatt vagy más okból – nem tudnak élni a lehetséges kedvezményekkel, ami lehetővé tenné számukra a felkészítő és feldolgozó óráknak a tantárgyfelosztás keretében való végzését, pedig erre lehetőségük lenne a 326/2013. (VIII. 30.) kormányrendelet 17. § (2) bekezdés i) pontja alapján; illetve lehetővé kellene tenni, hogy a szervezési feladatok munkaidőben (a 22–26. óra közti időszámban) valósulhassanak meg.

További kihívás az iskola és a fogadó szervezetek által szervezett *tevékenységek kiválasztása*, ami sok esetben munkavégzésbe vagy értelmetlen jelenlétbe csúszik, nem produkálja a diákok számára a hasznosság és a tanulás-szolgálat kettősségének érzését. Nem mindig világos, hogy milyen igényre adott válasz a diákok tevékenysége. A fogadó szervezet felkészületlensége esetén a diák sok esetben csak teher, amit ő rögtön megérez. Egyszerre kell tehát az iskoláknak és fogadó intézményeknek felkészülniük ahhoz, hogy a közösségi szolgálat céljai maradéktalanul teljesüljenek.

Ugyanakkor a monitori látogatások arra is alkalmasak, hogy jó gyakorlatok kerüljenek a felszínre, mert van, ahol a koordinátor pedagógus rátermettsége, elkötelezettsége és az iskolavezetés támogatása találkozik, és a diákokat lelkesítve, nagyon hatékonyan szerveződik a közösségi szolgálati program a helyi közösség nem kis örömeire. Idén a Mátészalkai Esze Tamás Gimnázium kapta az NPK által alapított Kiváló Iskolai Közösségi Szolgálatot Teljesítő Iskola díjat a meglátogatott 42 iskola közül.

Hírek

- Az EKE OFI adminisztrációs felületet fejleszt az IKSZ-koordinátorok és a fogadó intézmények adminisztratív terheinek csökkentésére. Reméljük, hogy a második félévben már használni is tudják az iskolák. A felület a kozossegi.ofi.hu oldalról érhető el.
- A „Segítő diákok 2016” pályázat nyerteseinek jó gyakorlatai februártól elérhetővé válnak a kozossegi.ofi.hu oldalon.
- Az EKE OFI-nak idén is lesz online kérdőíve a diákok számára, amely segítheti a 9. évfolyamos diákok felkészítését, a 12. évfolyamos diákok reflexióját. A linkek februártól lesznek elérhetőek, amit az IKSZ februári hírlevele fog tartalmazni.
- Az IKSZ hírlevelére a kozossegi.szolgalat@ofi.hu e-mail-címen lehet feliratkozni.

Erősségek az előtérben



Szöveg: Sződy Judit

Pozitív pszichológia a nevelésben

Nagyapáink még nehezen képzeltek volna el, hogy szigorú büntetés, fegyelmezés nélkül is rendes embert lehet faragni egy gyerekből. Ma már tudjuk, hogy lehet. De ez nem jelenti azt, hogy mindent szabad. A pozitív pszichológia tudománya pontos útmutatót ad a tudatos szülőnek, pedagógusnak.



„A pesszimista minden lehetőségben látja a nehézséget;
az optimista minden nehézségben meglátja a lehetőséget.”
(Winston Churchill)

Ha meghalljuk a pszichológia szót, szinte biztos, hogy negatív előjelű jelenségek jutnak eszünkbe: szorongás, depresszió, trauma... Es persze a titokzatos pszichoterápia, ahol a „léleklátó” hosszú éveken át analizálja a beteget. A pszichológia egészen az ezredfordulóig nagyrészt valóban a hibáinkról szólt, amikor is megfogalmazódott az igény arra, hogy a tudomány egy elkülönült ága ne a negatív irányt kutassa, hanem azt, hogy hogyan kerülhetünk pozitív érzelmi állapotba, hogyan hozhatjuk ki magunkból a legtöbbet, hogyan élhetünk jobban az erősségeinkkel, vagyis azt, hogy a mentálisan egészséges ember hogyan lehetne még boldogabb. A pozitív pszichológia atyjának *Artur Seligman*t és *Csikszentmihályi Mihályt* tartjuk. Kulcsszavaik az önbecsülés, a belső kontroll, a belső motiváció, a hitelesség, a pszichológiai jóllét, ami nem feltétlenül jár együtt az anyagi javak birtoklásával.

Tanult optimizmus

Ma már egyértelmű, hogy nem az lesz boldog és sikeres az életben, aki jó bizonyítványt vagy diplomát szerez azáltal, hogy hihetetlen mennyiségű tárgyi tudást raktároz el a fejében, hanem az, aki rugalmasan képes alkalmazni, amit tud, és bármikor képes új ismereteket szerezni. A pedagógus célja tehát immár nem az, hogy a gyerekek képesek legyenek minél fegyelmezettebben bemagolni a leckét, hanem az, hogy megmaradjon a belső igényük a világ megismerésére és az eléjük kerülő problémák megoldására. Ha ezek a szükségletek élnek, akkor a gyerek külső nyomás, büntetés, jutalmazás nélkül is tanulni fog. Ha megfigyelünk egy kisbabát,

aztán egy totyogót, azt látjuk, hogy végtelenül kitartóan próbálkozik újabb és újabb készségek elsajátításával. *A szülőnek legtöbbször pont emiatt fáj a feje: a gyerek százszor is esik és kel, mire megtanul egyedül járni, százszor is kidobálja a kiságyból a játékeit, mert érdekli, mi történik velük, százszor is megszerzi a távirányítót, kirángatja a polcra a könyveket, megkóstolja a kutyaeledelt és a virágföldet. Mégis mi más ez, mint a kitartás magasiskolája, a tanulni vágyás csúcsa?! Ha a gyerek picikorától támogatást kap, a megismerésre irányuló belső motivációja nem fog elhalni. Természetesen nem arról van szó, hogy mindent megengedünk neki, de arról igen, hogy a tapasztaláshoz megfelelő környezetet teremtsünk számára. Ennél talán még fontosabb a pozitív pszichológiai környezet, vagyis az, hogy a gyerek már picikorától megtanulja, hogy érdemes másokkal kapcsolatot teremtenie, mert figyelnek rá, hogy érdemes megoldásokat keresnie, mert azok beválhatnak. A pszichológia iránt érdeklődők közül sokan ismerik a *tanult tehetetlenség* fogalmát. Ha egy állat vagy egy ember olyan helyzetbe kerül, amelyben átéli, hogy nincs hatással a környezetére (pl. ha egy kutyának figyelmeztető hangjelzés után áramütést adnak, amit nem kerülhet el), akkor később már meg sem próbálkozik azzal, hogy változtasson, még akkor sem, ha alkalom kínálkozna rá (vagyis a kutya a figyelmeztető hangot hallva akkor sem menekül, ha az ajtó nyitva van...). Az átélt kudarcok alapján a jövőben is így viselkedik, és ezzel egyre kilátástalanabb helyzetbe sodorhatja magát. De lássuk az érem másik oldalát! Ahogy a tanult tehetetlenség fogalma megszületett, ugyanúgy a *tanult optimizmus* is. Ha a kisgyerek már az első pillanattól azt éli meg, hogy hatással van a világ folyására, vagyis ha*

sír, fölveszik, megvigasztalják, ha mosolyog, visszamosolyognak rá, akkor ezt az élményt kiterjeszti a jövőre is. Ha a környezete továbbra is megerősíti abban, hogy tehet valamit azért, hogy jobban érezze magát, hogy átélje azt, hogy a problémák megoldhatók, akkor remek útravalót vihet a felnőtt életébe: a tanult optimizmust. Ez persze nem az a típusú optimizmus, amikor reggelente összeszorított foggal azt mormoljuk magunkban, hogy az élet csodálatos, hanem arról szól, hogy a figyelmünket és erőforrásainkat a lehetséges megoldásra összpontosítjuk még nehéz helyzetben is.

Jó tett, rossz tett

Az élethez való pozitív hozzáállást tovább erősíti, ha a gyerek hisz magában, mert a környezete is hisz benne. Az önbecsülést senki sem abból meríti, hogy folyton dicsérik. Az üres dicsérek inflálódhatnak, egy idő múlva már nem jelentenek semmit. Sőt, árthatnak is, hiszen a gyerek azt gondolhatja, hogy őt csak akkor szeretik, ha van miért megdicsérni, vagyis ha mindig száz százaléig teljesít. Ezt a csapdát elkerülhetjük, ha nem őt magát dicsérjük vagy bíráljuk, hanem azt, amit csinált. Kiemeljük az erőfeszítést, amivel eredményt ért el. Ha pedig éppen kritikát érdemel, akkor sem őt szidjuk, nem vágjuk a fejéhez, hogy „rossz”, vagy „soha nem figyel”, hanem elmondjuk, hogy az adott dolgot hogyan lehetne jobban csinálni, és a megoldásra irányítjuk a figyelmét. Ebben a helyzetben is az erősségeire összpontosítunk, miközben tudtára adjuk, hogy be kell tartania bizonyos szabályokat. Így elkerüljük, hogy az önmagát beteljesítő jóslat csapdájába essünk. Ugyanis, ha egy gyerek sokszor hallja, hogy „rossz vagy”, akkor már nem is igyekszik ebből a státuszából kikeveredni, olyan reménytelennek látja a helyzetét.

Áramlatban

A pozitív pszichológia további nagy felfedezése, hogy a boldogabb élet egyik fontos tartozéka, hogy tartalmas legyen. Legyen egy szenvedélyünk, legyen az életünkben valami olyan tevékenység, ami közben nem érzékeljük az időt, ami közben nem foglalkoztatnak az élet egyéb problémái, amiben sodródunk. Amit ilyenkor átélünk, az a *flow* élmény, melynek leírója Csíkszentmihályi Mihály pszichológus. A *flow* hatalmába keríthet tánc, de akár üzleti tárgyalás közben is, vagy amikor egy jó könyvet olvasunk, játszunk valamit, vagy ha egy probléma megoldásán gondolkodunk. Pedagógusként nem ismerős ez valahonnan? Amikor a gyerekek legóznak, vagy éppen összedugják a fejüket, és szabályokat alkotnak a kitalált világhoz, vagy tátott szájjal hallgatják a mesét, se látnak, se hallanak, csak azt, amit éppen csinálnak. Ez mind *flow* élmény, és rajtunk is múlik, hogy újra és újra át tudják élni, ne múljon el a gyermekkorral együtt a lehetősége. Csíkszentmihályi szerint akkor élhetjük át, ha a feladatunk egy hangyányit nagyobb kihívás elé állít bennünket, mint amire erőfeszítés nélkül képesek vagyunk. Vagyis se nem unalmas, se nem túl nehéz. Ilyenkor a képességeink és a feladat nehézsége egyensúlyban áll. Vajon tanulás közben is átélhető a *flow*? Hát persze!

Ha a tanulást élményszerűvé, érdekessé tesszük, ha nem állítjuk vele a gyereket a képességeihez képest megoldhatatlan feladat elé, ugyanakkor nem is túl könnyű számára.

Még valamire tanít minket a pozitív pszichológia: nincs haszontalan szenvedély. Mindenből tanulhatunk valamit, legyen az bélyeggyűjtés, kórusban éneklés, meseírás, sport. A *flow* élmény feltölt, szebbé teszi a mindennapokat, és az így kapott energia boldogabb élethez vezet.

Hogyan segítsünk a gyerekeknek az óvodában?

- Adjunk pozitív visszajelzést a gyerekeknek – de csak olyasmiről, ami tényleg pozitív! Valamiben mindenki jó!
- Ha segítséget kér, ne oldjuk meg a feladatot helyette, csak vezessük rá, vagy biztassuk! Így lesz sikerélménye.
- Találjunk olyan játékokat, feladatokat, amelyek csak egy picit teszik próbára a képességeit! Bátorítsuk!
- Ha valami iránt szenvedélyesen érdeklődik, ne törjük le a lelkesedését, akkor se, ha minket egyáltalán nem hoz lázba a dolog!
- Adjunk a gyerekeknek olyan feladatokat, amelyeket együtt tudnak megoldani, így erősítsük a közösség összetartását!

Hogyan segítsünk a szülőknek?

- Osszuk meg a fenti tanácsokat velük is!
- Javasoljuk nekik, hogy írjanak le mindennap egy pozitív mondatot a gyerekük adott napjáról!
- Ha nehézséget élnek át a gyerekekkel kapcsolatban, írjanak le minden megoldási lehetőséget, ami az eszükbe jut, majd szűkítsék le a megvalósítható megoldások köréig!
- A legjobb tanítás a mintaadás. Ha depresszióra hajlamosak a szülők, keressenek segítséget a kilábaláshoz!

Olvasnivalók, néznivalók

- Csíkszentmihályi Mihály: *Az öröm művészete. Flow a mindennapokban*. Budapest: Libri, 2013.
- Csíkszentmihályi Mihály: *Flow. Az áramlat. A tökéletes élmény pszichológiája*. Budapest: Akadémiai, 2010.
- Mischel, Walter: *Pillecukorteszt. Hogyan fejleszteszük önuralmunkat?* Budapest: HVG Könyvek, 2015.
- Döbrentei Ildikó: A hajómanó meséje. In: *Égbőlpottyant mesék*. leventepeter.hu/ildiko/konyv1.htm
- Ádám almái, 2006. Rendezte: Anders Thomas Jensen.

Múzeumi oktatás vagy oktatási múzeum?

A MOKK lehetőségei

Vajon hogyan tudnánk az iskolás korosztályt becsalogatni a múzeumokba, illetve egyéb kulturális intézményekbe, ahol megannyi izgalmas és tanulást segítő program várja őket? Ez a kérdés már régóta válaszra vár, bár a múzeumi szakemberek és a pedagógusok között elindult egy diskurzus, amely a fejlődés irányába mutat.

Szöveg: **Purgel Zsuzsa**



A múzeumok feladata az idők során igen sokat változott. Kezdetben a műtárgyak, nemzeti, történelmi, régészeti értékek tárházaként funkcionáltak, amely többnyire elemzés céljára szolgált. A 20. században egy új, korszerű kibontakozása figyelhető meg a múzeumi szférának: a múzeum immár nemcsak tárház, hanem bemutatóközpont, amely szolgáltatásaival a kulturális piacra is betört. Rohanó világunkban a bemutatást is az emberek ingerküszöbéhez kell igazítani. Nem tehetjük meg, hogy a múzeumokban csupán vitrinekben állítjuk ki a tárgyakat; újra kell értelmezni őket, különböző történetekbe ágyazni, hogy mindenki számára érdekes, érthetővé váljanak. Ehhez manapság szinte minden adott, csupán a képzeletünk szabhat határt. Hisz rengeteg digitális eszköz áll a rendelkezésünkre, amelyek a fiatalabb korosztály számára is közelebb hozhatják a múzeumok világát. *De hogyan lehet rávenni a fiatalokat, hogy egyáltalán belépjenek az intézménybe?* Ehhez van szükség egy jól felépített programtervre, amelyben a múzeumi szakemberek és a pedagógusok egyaránt részt vesznek, közösen gondolkodva.

Kezdeményezések – a MOKK célja

A Szabadtéri Néprajzi Múzeum 2006-ban felkérésre kapott a kulturális tárcától, hogy állami feladatként egy olyan országos képzési-módszertani központot hozzon létre, amely új irányt nyit meg a közoktatási és közgyűjteményi szakemberek számára. Ennek keretében jött létre a *Múzeumi Oktatási és Képzési Központ* (MOKK), amely 2015-től *Múzeumi Oktatási és Módszertani Központ* néven működik.

A MOKK célja, hogy a múzeumot az iskolán kívüli legfontosabb oktatási intézmény szintjére emelje, azaz az iskolai formális oktatási rendszert a múzeumi élményszerű, informális tanítással egészítse ki. Ehhez olyan képzési rendszert állítottak fel, amelyben mindkét

oldal szakemberei bővíthetik ismereteiket úgy, hogy az oktatási intézmények és közgyűjtemények között egyfajta együttműködési hálózatot alakítanak ki.

Tevékenységi köre igen széles körű: akkreditált pedagógus-továbbképzések, akkreditált múzeumszakemberképzések, kihelyezett képzések, kutatási lehetőségek, módszertani fejlesztések, illetve különböző kulturális rendezvények szervezése, valamint a *Múzeumi a'la carte*. A különböző képzéseken kívül további lehetőség nyílik az ismeretek elsajátítására az ingyenes *szaktanácsadáson*, illetve a honlapon *e-learning* anyagok is találhatóak, amelyek beszámolnak az eddigi kutatási eredményekről és a további fejlesztési lehetőségekről.

Segédanyagok az együttes oktatáshoz

A *Múzeumi a'la carte* segíti a közoktatásban dolgozókat, hogy az adott régió szerint kiválaszthassák a témakörnek megfelelő kiállításokat, foglalkozásokat. Az „étlapra” felkerülhet minden olyan esemény, amely működési engedéllyel rendelkező muzeális intézmény szervezésében jön létre. A mokk.skanzen.hu/muzeumi-a-la-carte.html honlapon van lehetőség a böngészésre. Ne tévesszen meg senkit, hogy ez a keresőfunkció a skanzen oldalán található, hiszen az ország minden régiójára kiterjedően indíthatunk el kereséseket, különválasztva a kiállításokat a foglalkozásoktól.

A kiállítás- és foglalkozáskereső esetében nyolc régió különül el, amelyek a következők: Közép-Dunántúl, Közép-Magyarország, Észak-Magyarország, Nyugat-Dunántúl, Észak-Alföld, Dél-Dunántúl, Dél-Alföld és Budapest. A kiállítások a múzeumok tematikus felosztásában vannak feltüntetve, viszont a foglalkozásokat tantárgy szerint közlik a honlapon, ezzel is megkönnyítve a tananyagba való beépítést.

► A kiállításkeresőben régió, dátum és kategóriák alapján kereshetünk.



Kategóriák:

- Természettudomány
- Régészet
- Képző- és iparművészet
- Építészet
- Történettudomány, numizmatika
- Néprajz, népművészet
- Mezőgazdaság- és agrártörténet
- Műszaki és technikatörténet
- Irodalom-, színház- és zenetörténet
- Életmód, életvitel és sport
- Helytörténet
- Társadalomtudomány

► A foglalkozáskeresőben tantárgyak, korcsoportok és régió alapján kereshetünk.



Tantárgyak:

- Magyar nyelv és irodalom
- Történelem
- Matematika/Informatika
- Biológia
- Fizika
- Kémia
- Földrajz, környezet
- Művészetek
- Technika/Életvitel
- Testnevelés/Sport
- Idegen nyelv / Nemzetiség
- Honismeret/Helytörténet

A honlapon *ingyenesen letölthető segédanyagok* is segítséget nyújtanak a pedagógusok számára. Hiszen ha egy élményszerű látogatást szeretnénk megvalósítani, akkor mindkét oldalon jó felkészültségű szakemberekre van szükség. A múzeum feladata ebben a helyzetben, hogy egy olyan kiállítási és bemutatási élményt adjon a különböző korosztályoknak, amely megérinti őket, és amelynek hatására a későbbiekben is lelkesen látogatnak el a múzeumokba. Ezt sajnos még napjainkban sem sikerült minden múzeumnak magáévá tennie, pedig nagy szükség lenne rá, ugyanis enélkül megszűnik a múzeumlátogatás, ami az élethosszig való tanulás egyik színhelye. Viszont, hogy ezt az élményszerűséget megismerje a fiatal korosztály, nagy szükség van a pedagógusokra is. A látogatás előtt kellő ismeretet kell szereznük ahhoz, hogy a kiállításhoz, foglalkozáshoz kedvet csináljanak a gyerekeknek. A múzeumlátogatás után érdemes időt szentelni annak, hogy a megszerzett tudást a tanórán elmélyítsék. Ez több módon is történhet egy élménybeszámoló, fogalmazás megírásával, egy beszélgetéssel vagy akár a kirándulás játékos formában való újraélésével. Ez természetesen függ a tanár és a gyermekek közötti kapcsolattól, illetve a habitusuktól is.

A kezdeményezés lényege és célja, hogy a fiatalok tanulását segítő kapcsolatháló alakuljon ki a muzeális és a közoktatási intézmények között. A szoros formális keretek mellett jelenjen meg egy olyan lehetőség, amely nem kötött szabályokon alapul. Ismerjék meg a könyvekben leírt tartalmakat, tárgyakat új kontextusban. Ezek az élmények gyakorlatiasabb gondolkodásra serkentik őket, segítségükkel elmélyíthetik ismereteiket.

Felhasznált és ajánlott irodalom:

MúzeumIskola füzetek (mukk.skanzen.hu/oktatasi-segedanyagok1.html)

Hasznos weboldalak a múzeumpedagógia témakörében:

- mukk.skanzen.hu
- mnm.hu ► Múzeum ► Múzeumi információk ► Múzeumpedagógia
- nhmus.hu ► Pedagógusoknak
- pim.hu ► Tanulás ► Tárlatvezetések, foglalkozások
- ludwigmuseum.hu ► Oktatás ► Múzeumpedagógia

Fogas kérdés 2.

A kieső fogtól a rágózásig

Szöveg: **Dr. Schatz Balázs** orvosigazgató, Dentálkópé

> Milyen a jó fogkefe, és mik a kezelésének a higiénias szabályai?

Ha manuális fogkefe mellett döntünk, akkor mindenképpen „soft”-ot, azaz puha sörtéjűt, de legalábbis „medium”-ot – közepes erősségűt – válasszunk, hiszen az védi a fogakat és az ínyt. Ám ahogy a legtöbb fogorvos, úgy én is inkább az elektromos fogkefét ajánlom, azon belül is az ultrahangos készüléket. Hiszen a fogmosás technikája fontosabb, mint maga a fogkefe, az elengedhetetlen, tökéletes körkörös mozdulatokat pedig az elektromos fogkefénél jobban semmi nem tudja produkálni. Méretét tekintve fontos, hogy minél kisebb fejű legyen, akár manuális, akár elektromos készülékről beszélünk, hiszen azzal a hátsó fogak hátsó felszínét is könnyedén elérjük. Talán az a legegyszerűbb, ha otthon elektromos, az óvodában-iskolában pedig manuális fogkefét használ a gyermek. A higiénias szabályok betartása viszont minden esetben nagyon fontos: fogkefét soha sem szabad kölcsönadni (nemcsak az iskolában, de még családtagoknak sem), mivel a rajta lévő baktériumokkal és vírusokkal megfertőzhetjük a másik gyereket, családtagot.





Mennyire lényeges, hogy milyen fogkrémet választunk?

Kisgyermekkorban a genetikán, a megfelelő fogkeféen és a helyes fogmosási technikán kívül még a fogkrémnek is nagy szerepe van. Mindig az életkornak megfelelő fogkrémet válasszunk. Ameddig a gyermek még nem tudja maradéktalanul kiöblíteni a száját, addig a fluoridmentes fogkrém használata javasolt. 6 éves kortól egy alacsonyabb, 12 éves kor felett pedig már magasabb fluoridtartalmú, felnőttfogkrémet szükséges használni. Tapasztalataink szerint nagyobb korban a fluoridmentes krém használata előbb vezethet fogromláshoz.

Elegendő-e a jó szájhigiénéhez a fogkefe és a fogkrém?

A fogmosást kiegészítő termékeket akár már a tejfogaknál is használhatják a gyerekek, de igazán a vegyes, illetve maradó fogazatnál fontosak, tehát kb. 10 éves kortól ajánlott az egyéb eszközökkel ismerkedni, hogy felnőttkorra készségszerű legyen az alkalmazásuk. Fogmosáskor a fogak külső, belső és rágófelszínét tisztítjuk meg, a fogak közötti területeket azonban egyikkel sem érjük el igazán. Erre alkalmas a fogselyem, amit gyógyszerháznál vagy drogériákban kaphatunk. Lehetőség szerint viasszal bevontat vegyünk, mert az könnyebben és sérülésmentesen csúsztható a fogközökbe. Kb. alkarnyi hosszúságú selymet tépjünk, majd tekerjük fel mindkét kezünk középső ujjára, míg 8-10 cm nem marad. Ezzel a résszel két ujjunk között fogról fogra haladunk, egészen a fognyakig betolva az íny alá, majd ugyanott kihúzva. Az esti fogmosás kiegészítéseként alkalmazzuk mindennap, de legalább hetente háromszor. A szintén gyógyszerháznál és drogériákban kapható fogköztisztító kefe is kiegészítője lehet az esti fogmosásnak, amely leginkább egy mini üvegmosó kefére hasonlít. A kefe különböző méretekből vásárolható attól függően, hogy mekkora rések vannak a fogak között. A megfelelő méretű kefével – amit legkönnyebben egy fogorvos vagy szájhigiénikus tud meghatározni – az orcától befelé vagy a nyelv felőli oldalról kifelé megtisztítjuk a fogközöket a lepedéktől és az ételmaredektől. Használata sokaknak sokkal könnyebb, mint a fogselyemé, mert a hátsó, nehezen elérhető területekre is jól odaér. Egy kefét csak addig szabad használni, míg meg nem gyengül, és szét nem esik. De jó tudni, hogy leginkább felnőttkorban javasolt, mert az íny visszahúzódása miatt a fogközök megnyílnak.

Javasolt-e gyermekkorban a szájvíz használata?

Míg az előző két eszközt mindennapos használatra javasoljuk, addig a szájvizet csak időszakosan, néhány hétig alkalmazzuk folyamatosan – leginkább terápiás céllal. Okot adhat a használatára pl. az ínygyulladás, ínyvérzés, szájüregi műtéti beavatkozás utókezelése, nyálkahártyán lévő seb, afta stb. Kisebb gyerekeknek válasszunk alkoholmentes változatot. Azonban hosszú távon a szájvíz megváltoztathatja a száj természetes baktériumflóráját, elszínezheti a fogakat, és átmenetileg csökkentheti az ízérzékenységet. Ha nincs a szájüregben, nyálkahártyán probléma, akkor főleg a használata.

Tényleg minden étkezés után fogat kellene mosni?

Persze a legjobb, ha minden étkezés után fogat mosunk, de erre, ahogy nekünk, felnőtteknek, úgy a gyerekeknek sincs mindig alkalmuk. Mindenképpen jót teszünk azal, ha ebéd után is megmosatjuk a gyerekekkel a fogakat, de a rövid szünetekben erre nincs idő, és a legtöbb iskolában a fogmosó eszközök tárolása sem megoldott. Egy szekrényben lenne a legideálisabb, ügyelve arra, hogy a fogkefe legyen mindig alaposan kiöblítve, fejfelé felfelé elhelyezve, és mindenki tudja, hogy melyik az övé. Felső tagozattól az is megoldás lehet, ha mindenki magával hordja a táskájában a saját fogmosó szettjét – este otthon pedig kiszellőztetve hagyja megszáradni. Ha így sem oldható meg, akkor reggel és este otthon mossanak fogat a gyerekek, a kettő közül is az esti az, ami semmiképpen ne maradjon el.

A manapság divatos színes tömés miatt tényleg együttműködőbbek a gyerekek a fogorvosnál?

Ha már elkerülhetetlen a baj, és tömésre kerül a sor, a kisebb gyerekek választhatnak a már régen bevált és népszerű színes tejfogszín tömések közül. Lehet az bármilyen a szívtárgy minden színe közül, akár csillámos is. Egy rózsaszín vagy kék tömésnél – tapasztalatok szerint – együttműködőbbek a gyerekek, ami nagy öröm a szülő számára. ▶



Fotó: Dentálkópé

Milyen ajánlások vonatkoznak a fogszabályozós gyerekekre?

A fogszabályozót viselő gyermekeknek fokozottan kell ügyelniük a foguk tisztán tartására, mivel a fogszabályozó készülékre könnyebben rátapad az étel. Emiatt fokozottan hajlamosak a fogszuvasodásra. Nekik kimondottan ajánlatos az iskolában is minden étkezés után fogat mosni az arra kialakított speciális fogkefével. Időszükében mindenkinek átmeneti megoldást nyújthat a rágógumizás, hiszen serkenti a nyáltermelést, ami pedig tisztítja a fogakat. (Rágógumizásnál azonban vegyük figyelembe, hogy mivel beindítja az emésztést, ám a várt táplálék elmarad, az így a gyomorban keletkező gyomorsav hosszabb távon károsíthatja a gyomor nyálkahártyáját. – A szerk.)

Mi a teendő, ha a gyermeknek az iskolában esik ki a foga?

Amennyiben egy mozgó tejfog esik ki, akkor egy zseb-kendőbe csomagolva küldje haza a pedagógus a gyermekkel. Ha baleset történik, és a maradék fog esik/törik ki, akkor azt egy zárható üveg tejbe vagy vízbe kell tenni úgy, hogy nem szabad előtte megdörzsölni, csak folyó vízben lemosni. Ezután minél előbb fogorvoshoz kell küldeni/vinni a gyermeket, aki – ha esélyét látja a fog megmentésének – megpróbálja visszahelyezni a kitorrt fogat a fogágyba, és valamilyen módszerrel rögzíteni.

Nem ártalmas tinédzserkorban a fogfehérítés?

Kamaszkorban – akár fogszabályozás után – gyakran felmerül a szépülni vágyó fiatalokban a fogfehérítés gondolata. Ennek módja lehet az otthon alkalmazható és a rendelői fogfehérítés is, ám 18 éves kor alatt egyiket sem ajánljuk. Ilyenkor ugyanis egy olyan hatékonyságú anyagot (peroxidot) juttatunk a fog felületére, amely oxidáció útján bontja a fogak elszíneződéséért felelős festékanyagokat (pigmenteket). Tehát elsősorban az étkezési szokásaink (színezékekkel teli ételek, italok – tea, kávé, cékla, vörösbors, curry, paprikás és paradicsomos szószok) és a dohányzás színezik el idővel a fogainkat, amin a fogfehérítés a fent említett módon segíthet. Kamaszoknál ideális esetben még nem áll fenn annyira az erős elszíneződés. Fontos megemlíteni, hogy a fehérítés csupán esztétikai kérdés és eljárás, nincs összefüggés a fog színe és egészsége között. A veleszületett sárgás, szürkés fogakat sokkal kevésbé lehet fehérítéssel világosítani, mint az életmód okozta fogszínt. A fehérítés nem rontja a fogak szerkezetét, de legfeljebb évente egyszer ajánlatos elvégezni. Ebből is látható, hogy a kezelés nem örök életre szól, idővel újra elszíneződnek a fogak. Az, hogy az eredeti szín kinek milyen gyorsan áll vissza, egyénileg eltérő lehet. Sokszor nem is sejti a páciens, de elegendő egy fogkő-eltávolítás is az egy árnyalatnyival fehérebb szín eléréséhez.

Szociális érzékenyítés

„Ha úgy vesszük az embereket,
amilyenek, akkor rosszabbá tesszük őket.

Ha úgy kezeljük őket, mintha
azok lennének, akiknek kellene lenniük,
akkor segítjük őket azzá válni,
akivé válni képesek.”

Johann Wolfgang Goethe





Szociális érzékenyítés gyermekkorban

Szöveg: **Dr. Kissné Kálmán Marianna** klinikai gyermek-szakpszichológus

Gyermekpszichológusként tapasztalom, hogy az utóbbi években folyamatosan emelkedik azoknak a gyermekeknek a száma, akiket beilleszkedési, magatartási, alkalmazkodási nehézségek miatt hoznak a szülők vizsgálatra, terápiára. Gyakori panasz az indulatkezelési probléma, az akaratosság, dacosság, öntörvényűség, impulzivitás, a konfliktusok nem megfelelő megoldása, agresszió. Máskor a képességektől elmaradó iskolai teljesítményt, a tanulási motiváció, kitartás, elköteleződés és figyelem hiányát emelik ki a vizsgálatkérők.

Felgyorsult, teljesítménycentrikus világunkban mint ha kevesebb idő jutna az érzelmek kifejezésére, átélésére. Bal féltekés, racionális világunkból egyre jobban kiszorulnak az ún. jobb féltekés tevékenységek (éneklés, festés, rajzolás, belső képek felidézése), és csökken a gyermekek szabad játékra, mozgásra fordított ideje is. Keveset beszélgetünk, és aránytalanul sok időt töltenek már a kicsik is a TV, a számítógép vagy az okostelefon társaságában. Jellemző ez a korai fejlődés idején ugyanúgy, mint később, az óvodás- és iskoláskorban.

A szociális készségek fejlődése

Már az anyaméhben fejlődő magzatról elmondható, hogy rendkívül érzékenyen reagál a környezet hirtelen változásaira, s ezt tapasztaljuk a csecsemők megfigyelése során is. A pár napos kisbabák hamar hozzászoknak az ismétlődő eseményekhez, és rögtön felfigyelnek rá, ha valami megváltozik körülöttük. Kimondhatjuk, hogy születésüinktől fogva megvan bennünk a szociális érzékenység, mely a változó környezet függvényében alakul, fejlődik tovább. A korai élmények – mármint az a tapasztalat, hogy a világ alapvetően megbízható-e,

és a világ dolgait én befolyásolom-e, vagy sem – alapvetően meghatározzák a későbbi társas környezethez való viszonyulást. Az anya-gyermek korai kötődési mintázatának jellegzetességei jelennek meg ugyanis a későbbi életkorban minden társas helyzetben.

Kétéves kor körül a gyermekek egyre többet utánozzák a felnőtteket. Úgy érzik, hogy elvárják tőlük, így ők is azt csinálják, amit a felnőttek. Kísérletek sora mutatja, hogy a 1,5-2 évesek már felismerik és megértik a felnőtt normákat, és meg is próbálják teljesíteni az elvárásokat. A normál fejlődésű 2-2,5 évesek, ha korábban a felnőttek megmutatták nekik, kitartóan építenek tornyot, próbálgatják a különböző formákat a helyükre rakni. Addig próbálkoznak, míg nem sikerül minden kockát felrakni, minden formát a helyére tenni. Vannak azonban gyerekek, akik valamiért nem követik a felnőttek elvárásait. Inkább eldobálják a kockákat, vagy ha elkezdik is az építést, hamar félbemarad a játék. Nem tudnak elmélyülni, kitartóan dolgozni, nem akarnak megfelelni a külső elvárásnak.

Szándékosan a játékhelyzetből merítettem példát, hiszen a vizsgálati szituációban ez a legegyszerűbb próba számunkra. Ha kikérdezzük a szülőket, kiderül, hogy a normál fejlődésmentől eltérő gyermekeknek nem csak a játék területén van gondjuk a kitartással és a szülői elvárásoknak való megfeleléssel. Gondjuk van az étkezéssel, az alvással, az öltözködéssel és az óvodai beszokással is. Nehezen fogadják el a családon kívüli személyeket, bizalmatlanok, elutasítók. Ekkor még könnyedén rámondjuk: kicsi még, dackorszakban van, akaratos, makacs. Véleményem szerint azonban nem szabad ennyire leegyszerűsíteni ezt a problémakört.



Az óvodában

Ma már minden 3 éves bekerül az óvodai környezetbe, ahol alkalmazkodnia kell a gyermekekhez és a felnőttek elvárásaihoz, közösségi szabályokhoz. Sok gyermek esetében ez az első élethelyzet, amikor kiderül, hogy a társas érintkezés területén nehézségei vannak. Sokféle oka lehet ennek. Az érzékenyebb gyermekek pl. nehezen viselik az emelkedett zajszintet, hamar kimerülnek, ilyenkor ingerültek, néha agresszívek lesznek. Ebben az életkorban még nincsenek egyensúlyban az idegrendszer ingerületi és gátló folyamatai, így a normál fejlődésű kicsiknél is sokkal szélsőségesebb érzelmi kitöréseket láthatunk. Nem tudják még a másik gyermek szempontjait mérlegelni, nehezükre esik a várakozás. Többnyire még egymás mellett játszanak. A magasabb szociális intelligenciájú gyermekek azonban már itt is kitűnnek. Ilyen pl. az a hároméves kisfiú, aki miközben első nap az óvodában együtt sírdogál az udvaron egy kislánnyal, elővesz egy zsebkendőt, és a társa felé nyújtja. Túl azon, hogy szomorkodik, képes észrevenni, hogy a hasonló helyzetben lévő társának mire van szüksége.

Az első óvodai év után általában már várják a gyerekek, hogy találkozzanak társaikkal, és egyre többet játszanak párokban. Vannak közöttük kezdeményezőbbek, és vannak a háttérben szemlélődők. Ekkor már egyértelműen kiderül, kik azok, akik kezdeményeznek, kik azok, akik könnyebben tudják saját akaratukat érvényesíteni, és kik lesznek a követők. Az önértékelés, az önbizalom, az empátia készség és a kudarcátűrő képesség milyen mértékben az életkorban jelzi, mennyire tudnak együttműködni, alkalmazkodni, és milyen gyakran kerülnek összetűzésbe környezetükkel. Négyéves korban az is látható már, mennyire képesek várakozni, saját elsődleges igényüket háttérbe szorítani. Ez a tulajdon-

ságuk kihat majd későbbi életükre is, hiszen a várakozás képességével együtt jár majd a kitartás, a célszerű viselkedés megtervezésének képessége. Vannak olyan gyerekek, akik idegrendszeri sajátosságaik miatt a pillanatnak élnek, gyakran váltogatják tevékenységüket, folyamatosan új ingereket keresnek, nem képesek várakozni, és látszólag nincsenek tekintettel másokra. Jóságú, elfogadó, segítőkész gyerekek, mégis úgy tűnik, hogy nem tudják betartani a társas viselkedés szabályait, pedig a háttérben sokkal inkább az impulzuskontroll zavara áll. Esetükben fontos a szenzoros integrációs terápia mielőbbi elkezdése.

Iskolaérettség

Hat-hét éves korban részben az idegrendszer érése, részben a mentális fejlődésnek, részben a szocializáció és a következtetés nevelés eredményének köszönhetően minőségi változás tapasztalható a viselkedésben. Nyugodtabbak, érzelmileg kiegyensúlyozottabbak már a gyerekek, és az empátia készség, a mások szempontjainak megértése és átérzése területén is fejlettebbek. Egyre nyitottabbak, a kortársak között felszabadultan játszanak. A szerepjátékok mellett már a szabályjátékokba is bekapcsolódnak. Mire iskolába mennek, normál fejlődés esetén általában elsajátítják a közösségi szabályokat is: köszönés, ha valahova megérkezünk, megköszönni, ha valamit kapunk, elkérni, ha szükségünk van valamire, bocsánatot kérni, ha valakit megbántunk. Nagyon fontos a közösségi életben, hogy a versengő magatartással szemben fokozatosan előtérbe kerüljön az együttműködés. Ehhez fel kell tudni ismerni a társak érzéseit, rendelkezni kell az elfogadás és az altruizmus érzésével, valamint a várakozás és a késleltetés képességével.



Az iskolában csak azok a gyerekek boldogulnak megfelelően, akik testi és szellemi érettségük mellett a szociális készségek terén is megfelelően fejlettek. Amikor tehát az iskolai életre készítik az óvónők a gyermekeket, fontos pl. arról is beszélgetni, mit lehet tenni a különböző konfliktushelyzetekben. Ösztönözzük őket a versengés helyett az együttműködésre! Fontos a gyerekek önbizalmának erősítése, helyes önértékelésének kialakítása is, hiszen ez is befolyásolja, milyen módon tudják saját érdekeiket képviselni.

Helytelen szülői magatartásminták

A problémás gyermekek szüleinek egy jó része állandó készenlétben van, folyamatosan attól tart, mikor történik valami baj. Nem tudnak megbízni a gyermekben. Öröködnék fölötte, kiszolgálják, s mindent a gyermek igényeihez igazítanak. Ők a türelmes és túl engedékeny szülők, akik nem szólnak rá a gyermekre, nem állítanak fel korlátokat.

A szülők másik része az elhanyagoló típushoz tartozik. Ők éppen ellentétei a túlféltő, túlszerető szülőknek. Nem figyelnek a gyermekre, figyelmen kívül hagyják az igényeit, így a kicsi már nagyon korán apátiába esik. Vannak közöttük, akik visszahúzódnak, nem kezdeményeznek, megtanulták, hogy jobb, ha csendben vannak. A másik csoport viszont örökösen magára vonja a figyelmet. Mindig csinál valamit, lehetőleg valami veszélyeset, bántót, tiltott dolgot, csak azért, hogy végre észrevegyék, hogy ő is ott van.

Mindkét szülői hozzáállás esetén elmondhatjuk, hogy a baj a biztonságot adó korlátok hiányában keresendő. A korlátok ugyanis nem csupán határt szabnak, hanem kereteket, kapaszkodókat is adnak. Fontos az is, hogy elég tág és a gyermek fejlődéséhez igazodóan elég rugalmas legyen a kijelölt mozgástér. A közösségbe kerülést követően az óvodapedagógusok és az iskolai pedagógusok is sokat segíthetnek a szülőknek a következetes nevelői attitűd kialakításában.

Vajon meddig és mennyire fejleszthetőek a szociális készségek?

Általánosságban azt láthatjuk, hogy a közösségbe kerülést követően a gyermek beilleszkedése, elfogadottsága, sikeressége és ennek megfelelően általános közérzete is attól függ, mennyire elégedett magával, a világgal és másokkal, mennyire kitartó, mennyire lelkes, és mennyire tud másokkal együttműködni. Minél idősebb egy gyermek, annál nehezebb dolgunk van a fejlesztés tekintetében, hiszen ebben az esetben is működik az önbeteljesítő jóslat és az önrontó kör.

A fejlett szociális készségű gyermekeket a pedagógusok jobban kedvelik, hiszen már az óvodában ők az alkalmazkodó, mosolygós, érdeklődő gyerekek, az iskolában pedig az együttműködő, szorgalmas diákok.

Ők azok, akik mindig hozzászólnak az órához, érdekes, gondolatébresztő kérdéseik vannak, segítőkészek, és ha hibáznak, tudni akarják, mit rontottak el. Őket a pedagógusok hamar elfogadják, folyamatosan megerősítik, ezzel továbbblendítik őket a helyes viselkedés felé. Az alacsony szintű szociális készségekkel rendelkező gyerekekkel ugyanakkor kevés a pedagógus sikerélménye, hiszen nehéz velük dolgozni. Amikor egy gyermek nehezen fogadja el a szabályokat, nyafog a feladatok miatt, kifogásokat keres, viselkedésével eltereli a figyelmet a munkáról. Mind a társaiban, mind a felnőttekben indulatokat ébreszt, így sokszor kiváló képességeik ellenére sem tudják őket megdicsérni. Konfliktusaik miatt gyakran elmarasztalják őket, s egy idő után már a negatív énképüknek próbálnak megfelelni.

A beiskolázás előtti vizsgálatok alkalmával különös figyelmet fordítunk arra, hogy a testi és értelmi fejlettségen kívül a gyerekek érzelmi érettsége is megfelelő szintű legyen. Ha nem tud kitartóan elmélyülni, ha nem tudja kívánni, hogy sorra kerüljön, ha impulzív, ha nehezebbre esik mások kérését teljesíteni, ha nehezen lehet megnyugtatni, javasoljuk a beiskolázás elhalasztását, és egyúttal a pszichés támogatást is felajánljuk. Fontos hangsúlyozni, hogy a szociális érzékenység nemcsak a szocializációval, hanem a gyermek idegrendszeri sajátosságaival is összefüggésben van. A megfelelő érést az optimális környezeti ingerek segítik elő, melyek közül óvodáskorban a nagymozgások jelentőségét kell kiemelnünk.

Ha a szülői nevelői attitűdökre gondolunk, azt mondhatjuk, hogy soha nem késő beavatkozni, hiszen a generációkon átívelő helytelen mintákat valahol meg kell szakítanunk. Ha a családon belül ez nem lehetséges, akkor kívülről, az óvodából, az iskolából, a különböző ellátó intézményekből érkezik a segítség annak érdekében, hogy az új generáció szociális készségei megfelelően fejlődjenek.

Mit tehetünk?

A korai fejlődés lélektani összefüggéseit megismerve elmondható, hogy nincs könnyű helyzetben a pedagógus. Nyilvánvaló, hogy a több év alatt kialakult családi dinamikából következő működésmód nem változik meg varázstsütesre. Aprólékos, tudatosan felépített tréningre van szükség, melynek során mintát mutatunk, alternatívákat kínálunk, és lehetőséget adunk arra, hogy másfajta viselkedésformákat is kipróbáljon a gyermek.

- *A segítő beavatkozás*, akár pedagógiai segítség, akár pszichoterápia, akkor lehet hatékony, ha nem csupán a gyermekkel dolgozunk, hanem a szülőkkel összefogva azonos irányba haladunk.
- Nagy jelentősége van a *prevenciónak*. Hasznosak lehetnek e téren a szülésszek, gyermekorvosok, pszichológusok, védőnők, szociális munkások, pedagógusok által tartott, szülőknek szóló ismeretterjesztő előadások. A gyermeknevelésről szóló beszélgetéseknek óvodák, iskolák is helyet adhatnak.

- Fontos alapelv, hogy *egyszerre mindig csak egy dolgot tűzzünk ki célul*. Pl. a várakozás képességének fejlesztésekor adjanak ötleteket a gyermeknek, mivel tudja magát lekötöni addig, míg nem kerül rá a sor! Tűzzenek ki apró jutalmakat, melyeket összegyűjtve nagyobbakra válthat be! Időről időre fontos, hogy megtanítsák neki, hogy másoknak is vannak érzéseik, s jó, ha ezeket észreveszi, átérzi. Az úgynevezett én-közlések sokat segítenek ilyenkor: „Nehéz nekem elmagyarázni ezt a feladatot, ha közben másfelé is kell figyelnem. Biztosan nem felejtet el, ha közben, míg magyarázok, felírod egy papírlapra, ami most eszedbe jutott.” Így talán a diák megérti, milyen nehézséget okoz a bekiabálásával, másrészt a szidalmazás, rendre utasítás helyett a helyes viselkedés felé tereljük. A tanár által kitalált feladat ötletet és mintát ad neki arra, hogyan lehet kívánnia a sorát.

- A szociális készségek fejlesztésében sokat segít a *pedagógusok módszertani megújulása*. A kooperatív technika, a projekt módszer, a mozaik módszer is az együttműködésen alapul. Amikor pl. a kiscsoportok megalakulnak és nevet választanak maguknak, észrevétlenül gyakorolják az érvelést, a meggyőzést, fejlődik az önismeretük, kommunikációs készségük, vitakultúrájuk. Megállapodnak a szerepekben is. Lehetőség van arra, hogy mindenki megmutassa, miben ügyes. Így javul a munkakedvük, nő az önbizalmuk. Miközben együtt alkotnak, megtanulnak figyelni egymásra, és megtapasztalják, hogy több jó megoldás is lehetséges.

- Figyelni, tanulni, alkotni csak jókedvűen lehet igazán. Az otthonról rosszkedvűen, éhesen, kialvatlanul érkező gyermek nem tud koncentrálni az órán. Mielőtt elkezdjük a munkát, segítsünk a feszültségek levezetésében, teremtsük meg a munkához szükséges *optimális klímát!* Tapasztalataink szerint a különböző érzelmi megterhelést jelentő élethelyzetek esetében óriási segítséget jelent a rendszeres mozgás. A gyerekeknek fontos megtanítanunk a stresszkezelő gyakorlatokat, s tudatosítani kell bennük, hogy maguk is képesek érzelmeiken és viselkedésükön változtatni. Egyszerű, tanteremben is végezhető mozgásgyakorlatokkal – karlendítés, szökdelés, keresztezett mozgások – segíthetünk a fölösleges belső feszültséget levezetni, és a szorongást keltő ingerületi folyamatokat gátlás alá helyezni.

Objektív kutatások igazolják, hogy az egyén sikeressége szempontjából az értelmi képességeknél is fontosabb a szociális készségek fejlettsége. A családok megváltozott szerkezetének, funkciójának és működésének következtében az érzelmi nevelésben és a szociális érzékenyítésben egyre nagyobb szerepe van az óvodának és az iskolának. Ennek alapját a kölcsönös elfogadás, szereteten alapuló gyermek-pedagógus kapcsolat adja. Amikor az érzések, gondolatok és tettek egységben vannak, és a felnőttek és gyermekek egyaránt jól érzik magukat a bőrükben, akkor tudnak egymásra hangolódni, tanulni, alkotni. Az éveken keresztül megtapasztalt kölcsönös bizalom, odafigyelés hozzásegíti a gyermekeket ahhoz, hogy kialakuljon kellő önismeretük, önuralmuk, kitartásuk, folyamatosan fejlődjön beleérző és együttműködő képességük, s ezáltal később tudjanak mások felé fordulni, másoknak is segíteni, a közösségért tevékenykedni.





Balogh Bianka

A NYOMOR SZÍNE

Az egész talán a *nevem miatt* alakult így, de az is lehet, hogy más, apró, jelentéktelen kisgyerekkori élményemnek köszönhető mindez. Mert úgy történt, hogy én világéletemben a fehér színt szerettem, el sem tudok képzelni szebbet, mint egy egyszerű fehér rózsacsokrot vagy mint egy letisztult, klasszikus, hófehér ruhakölteményt. *Bianka-ként* így érzem magam hitelesnek, egyedinek, eredetinek. A személyiségem egyik legfontosabb alkotóeleme, az életem meghatározó, rendkívüli jelentőséggel bíró jellegzetessége ez. Legalábbis eddig az volt. Most, hogy elmúltam tizennyolc éves, történt velem egy-két igen nagy megpróbáltatás, már ebben is kezdek kételkedni, már ebben sem hiszek úgy, mint korábban. Sőt, egyáltalán, nehéz hinnem és bíznom most bármiben.

Nem vagyok ezzel egyedül, tudom jól. *B. falu* utolsó utcája, ahol én is élek, a világnak azon a részén található, ahol nem kell leírni, megfogalmazni az emberek álmait, mert nincsenek ilyenek. Itt senki sem álmodozik arról, hogy pilóta lesz, orvos, tűzoltó vagy világmegváltó feltaláló, esetleg híres filmrendező, mérnök. Itt a kislányok nem ábrándoznak arról, hogy fényes esküvőjük lesz, hófehér homokos tengerparton. Most, hogy már egy hónapja gyakorlatilag mindennap esik, lassan már az életünket is befedi a sár, és még csak járda sincs az utcában, inkább meleg, vízhatlan csizmáról, át nem ázó kabátról, soha be nem piszkolódó ruháról, mert ha azt ki kell mosni, a falu egyetlen közkútja jó két kilométerre van, és elég a főzéshez-fürdéshez telehordani a kannákat.

Sokáig el sem tudtam képzelni, mi az a nincstelenség, és szerencsémre ezt sem a saját bőrömon tapasztaltam meg. Mert bár mi is szegények vagyunk, de édesapám eljár Debrecenbe dolgozni egy építőbrigáddal, árkokat ásni csatornázáshoz, és legalább tavasztól őszig, amíg be nem állnak a fagyok, általában munka is van. Egyszóval, nekünk van áramunk, ellentétben az utca többi lakójával, és van meleg vizünk is. Nagy szó ez itt.

Én világéletemben operatőr szerettem volna lenni, mert imádom a filmeket. Különösen a fények és az árnyékok játéka vonz, nem is maga a történet, hanem az, ahogy a kamera átveszi az érzékszerveink szerepét, és helyettünk lát, hall, néha még érez is. Ezért sem értem azt, hogy sokáig képtelen voltam szembesülni a szomszédomban terjedő mély kilátástalansággal.

Nem volt ugyanis *színem* a nyomorra vonatkozóan. Azt tudtam jól, hogy nem lehet fehér, sejtettem, hogy nem szürke,

és bizony, drágán megfizettem azért, hogy felismerjem a nyomor és a kirekesztettség igazi színét.

Egy novemberi napon betoppant hozzánk Gergő, a második szomszédságunkban lakó kisfiú. Könyvet jött kérni hozzánk, mesekönyvet. Gergő ötödik osztályos volt, tizenkét éves, és nem valami jó tanuló. De olvasni nagyon szeretett, különösen a verseket és a meséket, és egészen szép hangja volt.

– Mesemondó verseny lesz az iskolában – szólalt meg kicsit bátortalanul. – Nem érdekelne az egész, de ez most jó, mert csak cigányok indulhatnak rajta. Te gimnáziumba jársz, okos vagy. Elindulok a versenyen, és ha segítesz, megnyerem. Pénzjutalmat is kap a győztes, és akkor Neked is adok belőle!

Még mindig félénk volt egy kicsit. Korábban is járt már nálunk ezt-azt kölcsönkérni. Általában őt küldte át az édesanyja. Négyen voltak testvérek, az apja elhagyta őket, és nagymamájukkal együtt éltek az egyik omladozó-düledező házban. Gergő volt köztük a legidősebb és a legtalpraesettebb. Segített is az édesanyjának, amiben tudott: télen fát vágott, nyaranta „tallózni” és gyógynövényt gyűjteni járt, és bizony, néha, ha nagyon nagy volt a muszáj, elment lopni is a határba: fát, gyümölcsöt, mikor mi termett.

Sorra vettem elő a meséskönyveket, szép színes fedelüket Gergő csillogó fekete szemmel nézte. Láttam, hogy pillantása egy Benedek Elek-kötetre tévedt.

– Nézd, Gergő, lehetnél akár a csillagszemű juhász is! – próbáltam kicsit oldani a kisfiú szótlanágát. Gergő csak mosolygott, és teljesen belefeledkezett a mesék világába. Egy fél óra is eltelt már, mikor eszembe jutott, hogy szombat van. Nincs iskola, tehát nincs napközi sem. Éhes lehet.

– Nem kérsz valamit enni? Tejberizs van itthon.

Láttam rajta, hogy nem igazán tudja, hogy mit is válaszoljon. De mint mindig, győzött az éhség.

– Nem szeretem a tejberizst – a kisfiú halk volt, megfordult a fejében, hogy talán még nem is evett ilyesmi ételt, hiszen a tej manapság már nagy luxusnak számít errefele.

– Akkor mit szeretnél? Szívesen elkészítem neked.

– Vizes cukros kenyeret, és ha van itthon, szórj rá, kérlek, pirosaprikát. Anya mindig úgy készíti el nekünk.

DIÁKÍRÁS

Furcsának találtam a kérését, de megcsináltam neki. Nagyon éhes lehetett már. Öröm volt nézni, hogy milyen jóízűen fogyaszt el minden egyes falatot.

Egyszer csak felugrott a székből, és nevetve megszólalt.

– A Feketeország! Ez jó lesz, még a címe is jó, lehetne Cigányország is, az is épp olyan fekete.

Az az igazság, hogy örömet leltem a közös felkészülésben. Öt héten keresztül minden szombat délutánt gyakorlással töltöttünk. Időközben a kisfiú egyre inkább a bizalmába fogadott. Annak ellenére, hogy nem volt jó tanuló az iskolában nagyon éles eszű, találékony fiú. Teljes odaadással belebújt a mesebeli Gyurka szerepébe. Volt a hangjában valami veleszületett huncutság. Amikor hallgattam az előadását, úgy tűnt, mintha akkor találta volna ki.

Egy ugyancsak esős délután megkérdeztem tőle, hogy mit szeretne a tízezer forint nyereménnyel kezdeni. A válasza meglepett. Pironkodva mesélte, hogy eddig azt tervezte, vesz egy új focilabdát, mert a testvéreivel régóta erre vágnak, de a minap véletlenül eltörte az egyetlen tükröt a házában. Az édesanyja menten sírva fakadt, mondván hogy bajt hoz a fejükre, hiszen ez sosem jelentett jót. Ezért Gergő megfogadta, hogy egy finom gyümölcstortát készítet a nyereményből, és visszavásárolja a tükröt.

Eljött a december közepe, két nap volt még hátra a versenyig. Tudtam, hogy nincs alkalomhoz illő öltözete. Már napok óta csak ez járt a fejemben, hatalmas tehetetlenséget éreztem. Édesanyám észrevette búskomorságomat, és elmeséltem neki a nagy fájdalmamat. A családom nem tudott a mi kis szövetségünkről a szomszéd fiúval, hiszen szombatonként déltől három óráig mindig a nagymamám-nál töltötték az időt azért, hogy tudjak otthon nyugodtan tanulni.

– Még a végén kis tanár néni leszel! – kacagott fel édesanyám. Szemmel láthatóan viszont öröm töltötte el és talán egy kis büszkeség is. – Na, lányom nem kell búslakodni! Odaadjuk neki az öcséd ünneplőruháját, hasonlóan sovány alkatúak. Nesze, itt van, vidd át neki, és mondd, hogy próbálja fel!

Szinte kettessel szedtem a lépteimet a tocsogó sárban, alig vártam, hogy lássam Gergő reakcióját.

A házuk nem különbözött a környék leromlott, düledező épületeitől. Kerítésük nem volt, mint ahogy zár sem az ajtójukon. Ezért kopogtatás nélkül benyitottam:

– Csókolom, Teréz néni! Itthon van Gergő? – kiáltottam a küszöbről. Meglepetésemre a nagymama sietett elém, és rögtön csendre intett.

– Halkabban, kislányom, alszik a nénéd. Nagyon beteg, három napja lázba fekszik vizes ruhával a fején.

Ahogy beljebb léptem, megcsapott a betegség és a szegénység egészen furcsa, fojtogató, tüdőt színiültig töltő szaga. Gergő két öccse csendben szipogott édesanyjuk betegágya mellett. A legkisebb leány a nagymamája karjába csimpaszkodott. Nem volt több kétévesnél. Az én mesemondómat viszont sehol sem láttam. Kérdeztem ismét, most már jóval halkabban. Rossz érzésem támadt hirtelen.

– Gergő... hm, lányom, a börtönben van. Tegnap éjjel kiment az erdőbe fáért, megfogták. Azonnal el is vitték bilincsben. Haza sem engedik, majd csak a tárgyalás után. Itt mindenki, tudod te is, hogy nagyon szegény. Az önkormányzati erdőben jóformán már nincs is fa. Vannak, akik gépfűrészsel járnak oda. Gergő csak egy kis tűzevalóért ment, de a vadőrök örültek, hogy végre valakit fülön csíphetnek. Ez van, lányom, ez a mi sorsunk.

Hangja szenvtelen volt, szinte már érzelemmentes. Látszott, hogy ez már a sokadik fájdalom az életében. De engem mélységesen megbotránkoztatott, könnyeimet visszafojtva, köszönés nélkül hátat fordítottam.

Az utcára kilépve most már máshogy tekintettem a minket körülvevő sárra. Úgy éreztem, hogy ez egy sokkal valószínűsőbb börtön, mint ahova a kis barátomat bezárták... Tudtam, hogy az én feladatom nem az, hogy operatőr legyek, és filmeket készítek, hanem a valóságot kell szebbé, jobbá tennem. Tanár leszek.

Azóta éjszakánként többször is felriadok, és már tudom, hogy a nyomornak igenis van színe. Van, és ez pedig a piros. Most kezdem megérteni azt, hogy miért kért Gergő a vizes cukros kenyérre annak idején egy kis piros színű paprikát. Egészen biztosan nem az íze miatt, hanem azért, mert minden a világban, ami életre kel, az eleinte még zöld, fénytelen és reménnyel teli. Az életünk, akár a gyümölcs, ha beteljesedik, akkor érett, piros színre vált. Az igazi kilátástalanságban és kirekesztésben élők tudják, hogy ők sosem lesznek képesek „pirossá” válni, ezért csempészik be, amikor csak tudják, mindennapi ételükbe a nyomornak ezt fájdalmas színét, a pirosat.

Balogh Bianka, Berettyóújfalui Arany János Gimnázium, Egészségügyi Szakképző és Közgazdasági Szakközépiskola (tanár: Hevesi Gyula) – III. helyezett.
Válogatás az „Írás és Szolidaritás – Generációs párbeszéd” című programban résztvevő diákok írásai közül.



Ebben egy emberként veszünk részt

Tapasztalatok a miskolci Fényi Gyula Jezsuita Gimnázium és Kollégium iskolai szeretetszolgálatáról

A miskolci gimnáziumban tizennégy éve bevezetett szeretetszolgálati munka szerves része a tanárok és a diákok hétköznapijainak. A program kidolgozói nem tartják iskolájukat mintaintézménynek, és gyakorlatukat sem egyedül üdvözítőnek, de tapasztalataikat szívesen megosztják másokkal. Kérdéseinkre **Velkey Balázs** igazgatóhelyettes, a program vezetőtanára válaszolt.



Szöveg: **Maczák Ibolya** | Fotó: Fényi Gyula Jezsuita Gimnázium és Kollégium, Miskolc

– Mikor milyen indíttatásból hozták létre intézményükben az iskolai szeretetszolgálati programot?

– Iskolánk 1994-ben kezdte meg működését, 2002-ben végzett az első nyolcosztályos évfolyamunk. Ekkor a jezsuita rend oktatási-nevelési hagyományainak megfelelően az intézmény fenntartói megvizsgálták, hogy kitűzött pedagógiai céljait milyen mértékben sikerült elérniük. Azt tapasztalták, hogy az iskola első nyolc éve mind tanulmányi szempontból, mind pedig a lelki és a közösségi nevelés területén igen eredményesnek bizonyult.

A jezsuita pedagógia értelmében azonban az egyéni fejlődés csupán rész cél: számunkra az a legfontosabb, hogy másokért élő embereket neveljünk diákjainkból. Az a fő célunk tehát, hogy *olyan felnőttekké váljanak iskolánk tanulói, akik segítőkészek, empátikusak és tudásukat – dolgozzanak bármilyen területen és munkakörben – készek mások javára fordítani.* Egyértelmű volt számunkra, hogy ennek eléréséhez elsősorban a gyerekek szociális kompetenciáinak fejlesztésére van szükség. Ebből az indíttatásból dolgoztuk ki iskolánk szeretetszolgálati programját, melynek alapelvei megegyeznek a törvényben meghatározott iskolai közösségi szolgálatéival.

– Mik az iskolájuk ilyen irányú tevékenységének sajátosságai?

– A közösségi szolgálat és a mi szeretetszolgálatunk is pedagógiai eszköz: mindkettőnek az a célja, hogy fejlődjön a bennük részt vevő diákok szociális érzékenysége. Programunk megfogalmazásakor fontosnak éreztük, hogy a szeretetszolgálat tartalmára vonatkozó *pedagógiai célokat* és ehhez kapcsolódó *kereteket* határozzunk meg. Úgy gondolom, más intézményekben is hasznos lehet, ha „belső kereteket” adnak közösségi szolgálatuknak (melyeket a törvény természetesen nem követel meg): így nem a feladat kötelező jellegén van a hangsúly – vagyis nem az a fő cél, hogy teljesítsük az előírt óraszámot, „penzumot” –, hanem a szolgálat tartalmán.

A mi iskolánk a személyiségfejlesztést tűzte ki elsődleges céljául, ami leginkább az emberi kapcsolatokon keresztül lehetséges. Ezért határoztunk meg olyan kereteket, amelyek révén diákjaink hosszan tartó, rendszeres és konkrét feladatokat kapnak – kifejezetten olyan intézményekben és területeken, ahol ezek a készségeik fejlődhetnek. Ugyanakkor hangsúlyozni szeretném, hogy bár a szeretetszolgálat iskolánk jó gyakorlata, nem tartom kötelezően követendő mintának. Azt gondolom, minden intézménynek magának kell meghatároznia, hogy milyen pedagógiai célt kíván elérni a közösségi szolgálattal.

– Milyen területeken valósul meg a programjuk?

– A feladatok alapvetően négy munkaterületet érintenek – és mindegyikben másfajta emberi kapcsolat meg tapasztalására van lehetőségük diákjainknak. Olykor szinte eldönthetetlen, hogy a közösen megélt élmények, tapasztalatok révén a segítő vagy a segített ad-e többet a másiknak.

Vannak olyan diákjaink, akik *óvodások, kisiskolások délutáni foglalkozásain segítenek*. Ennek során nemcsak az ő sajátos igényeiket ismerhetik meg, hanem azt is megtapasztalhatják, hogy a kisgyerekek milyen nyitottak a világra. Más tanulóink *kilenc-tizenkét éves diákok korrepetálását végzik*. A gyerekek között lévő kis korkülönbség sajátos motivációt adhat a tanulásban lemaradt kisiskolásoknak – és fontos tapasztalatot a jó tanuló középiskolásoknak. Szeretetszolgálatunk harmadik területe a *fogyatékkal élők segítése*. Ebben az esetben is az emberi kapcsolatot tartjuk a legfontosabbnak: azt, hogy a jó képességű és a hátrányos helyzetű fiatalok együtt töltsék idejüket, és közös élményeik legyenek a délutáni foglalkozásokon, programokon. Sok diákunk végzi a szeretetszolgálatot olyan *idős emberek segítségével*, akik nyitottak arra, hogy idejüket velük töltsék: vannak, akik szociális intézményben élöket, mások otthon lakó, egyedülálló idős embereket látogatnak.

Ezek a leggyakoribb területek, de van kórházi szolgálatunk is, és együttműködünk a miskolci Szent Erzsébet Hospice Szolgálattal is. Az általunk kínált feladatok skálája rendkívül széles: az eddigi gyakorlat szerint mindenki talált habitusának, képességeinek és időbeosztásának megfelelőt. Diákjaink ebben az évben tizennyolc intézmény ötven konkrét feladata közül választhatnak.





1. ELMÉLET

Kiscsoportokban a szolgálathoz kapcsolódó általánosabb kérdésekről beszélgetnek.



2. ELMÉLET

Konkrétan megismerkedhetnek a felkínált tevékenységi formákkal.



3. VÁLASZTÁS

Kiválasztják azt a négy szolgálati területet, ahol szívesen vállalnának feladatot.



4. GYAKORLAT / 5. ELMÉLET

Hét-nyolc hónapot töltenek a szolgálat teljesítésével. Minden feladatot ketten végeznek. Közben reflexiós beszélgetéseken ismerkednek egymás munkájával, tapasztalataival.



6. ELMÉLET

Minden diák beszámol a tapasztalatairól: mit élt meg, és az hogyan hatott rá.



7. ADMINISZTRÁCIÓ

Elvégzik az adminisztrációs feladatokat az iskolai közösségi szolgálati napló kívánalmainak megfelelően.

– Hogyan szervezik meg a feladatokat? Milyen szakaszokból, fázisokból épül fel a program?

– Szeretetszolgálati programunkban elsősorban – hagyományosan – a kilencedik évfolyam diákjai vesznek részt. A gyerekek hét-nyolc hónapon keresztül heti rendszerességgel végzik ehhez kapcsolódó feladataikat. A programot október végén hirdetjük meg: a tanév során összesen tizennégy órás elméleti és húsz-negyven órás gyakorlati foglalkozás tartozik hozzá.

(1) Első alkalommal a diákok kiscsoportos beszélgetésen osztják meg egymással és tanáraikkal a szolgálathoz kapcsolódó, *általánosabb* kérdésekre vonatkozó megfigyeléseiket. Mivel azt szeretnénk, hogy a szeretszolgálat valóban hasson a személyiségükre, nem „előadásokat tartunk” nekik: a bensőséges, bizalmas légkörben alkalom nyílik a véleménycserére, közvetlen reflexiókra is.

(2) Mindez megalapozza a következő alkalmat, amikor tanulóink *konkrétan* megismerkedhetnek a felkínált tevékenységi formákkal. Ilyenkor minden intézményt az előző évben ott szolgálatot teljesítők mutatnak be.

(3) Ezután – a szülőkkel is egyeztetve – három-négy nap múlva kell a lehetséges feladatok közül *kiválasztaniuk* a kilencedikes gyerekeknek azt a négy szolgálati területet, ahol szívesen vállalnának feladatot.

(4) A pontos beosztást követően hét-nyolc hónapot töltenek a diákok a szolgálat *teljesítésével*. Minden feladatot ketten végeznek (a kis létszám egyaránt lehetőséget ad egymás segítésére és a segített személyekkel való bensőséges viszony kialakítására).

(5) A szolgálat közben, másfél-két hónap elteltével a diákok *reflexiós* beszélgetésen vesznek részt, ahol a korábbi alkalmakhoz hasonlóan kiscsoportban ismerkedhetnek meg egymás munkájával, tapasztalataival. Ehhez mindig csatlakozik egy (a programot szintén aktívan végző) idősebb diák és egy beszélgetést irányító tanár is.

(6) A negyedik „elméleti” alkalom a programzárás júniusában, az utolsó két tanítási napon: ezen minden diák részt vesz, és *beszámol* tapasztalatairól – elsősorban arról, hogy mit élt meg a szolgálat során, és ez hogyan hatott rá.

(7) Ezt követik az *adminisztrációs* feladatok az iskolai közösségi szolgálati napló kívánalmainak megfelelően.

A gyerekek hét-nyolc hónapon keresztül heti rendszerességgel végzik a feladataikat. A programhoz a tanév során összesen tizennégy órás elméleti és húsz-negyven órás gyakorlati foglalkozás tartozik.

– Hogyan motiválják a diákokat?

– A szeretetszolgálati program szerves és természetes része iskolánk életének: nem pluszterheként, rendkívüli áldozatként tekintünk rá. Bevallott célunk, hogy természetessé váljon diákjaink számára – és véletlenül se kérdőjeleződjék meg a fontossága. Ugyanakkor elismerjük a gyerekek esetleges erőfeszítéseit és elköteleződésüket egy-egy feladat iránt.

Természetes, hogy a tanárok jelentős része és az *igazgató is figyelemmel kíséri szolgálatukat* – ez azt üzeni a diákoknak, hogy munkájuk figyelmet érdemel, elismerésre méltó, és jelentőséggel bír. Megtapasztalhatják azt is, hogy az ő szolgálatuk a mi számunkra is fontos: ebben a programban közösen veszünk részt.

A gyerekek motiválásának másik kulcsa, hogy a szolgálat során *fontos szerep jut az ő személyes döntésüknek*: maguk választanak a szolgálat területei közül, és azt önállóan végzik el. Tudatosítjuk bennük, hogy – bár minden segítséget megadunk nekik – bízunk bennük, és alkalmasnak érezzük őket a feladatra. Az egyes tanulók motiváltságát nehéz meghatározni – annál is inkább, mert az helyzetektől, tapasztalatoktól függően változhat is.

Természetesnek tartjuk azt is, hogy nem mindenki vesz részt egyforma lelkesedéssel a szolgálatban. Ezekben az esetekben igyekszünk megértőek és rugalmasak lenni. Tanulóink motiváltságáról az „aktuális” élmények megosztása mellett fontos visszajelzés számunkra az is, hogy sok diákunk az előírtnál jóval hosszabb ideig végzi szolgálatát. Ilyenkor részt vesznek a következő évfolyamok mentorálásában is – visszajelzéseik szerint ezt jutalomnak, a bizalom megnyilvánulásának érzik –, sőt más intézményekben is szívesen tartanak beszámolót. Hasonló visszajelzéseket kapunk öregdiákjainktól is. Összességében több mint ezer diákunk vett részt eddig a szolgálatban, elmondásuk szerint sokuk pályáját meghatározták a szolgálat során szerzett tapasztalatok.

– Milyen szerepük van a pedagógusoknak az iskolai szeretetszolgálatban?

– Az iskola igazgatója határozza meg a program kereteit. A *programszervezői team* két-három főből áll. Ők irányítják az adott év szeretetszolgálatával kapcsolatos iskolai feladatokat, és elvégzik a szükséges egyeztetéseket. Kulcsszerepük van a *kilencedikes osztályfőnököknek* is: ők természetesen elsősorban a gyerekekkel tartják a kapcsolatot, és a napi feladatokat koordinálják. Legfőbb feladatuk, hogy támogató kísérést biztosítsanak a diákok számára. A bevezető és reflexiós beszélgetésekbe minden évben legalább *tizenkét további tanár* is bekapcsolódik. Ebből adódóan szeretetszolgálatunk tizennégy éve alatt csaknem minden kolléga vállalt feladatot valamelyik programrészben. Így iskolánkban minden tanárnak van élménye, tapasztalata a diákok szolgálatáról. Ez számunkra is fontos, motiváló erővel bíró tapasztalatokat ad.

Fontos megélnünk például azt, hogy nem mi végezzük a szolgálatot. Támogatjuk, „kísérjük”, segítjük diákjainkat – de nem határozzuk meg pontosan, miként végez-



Bevezetés az első órán

Velkey Balázs tanácsai

A témához kapcsolódó bevezető beszélgetés összességében azt a célt szolgálja, hogy a diákok több szempontból (mások véleményét is figyelembe véve) gondolják át a szociális munka és a segítség témakörét, és érezzék át annak jelentőségét.

Személyes célok megfogalmazása

Fontos, hogy a szolgálatot olyan tevékenységnek érezzék diákjaink, amely nekik is sokat ad. Ezért először arról beszéljünk velük, mik is lehetnek az ő személyes távlati céljai, mit szeretnének elérni az életben. Ne várjunk tőlük nagy szavakat, a valós elképzeléseikre legyünk kíváncsiak. A beszélgetéseken ezért éppúgy megjelenhetnek anyagiakra vonatkozó elképzelések, mint a munkával vagy családalapítással kapcsolatos tervek.

Utak és akadályok

Beszéljük meg, mi mindenre van szükség a személyes célok eléréséhez, és milyen eszközökkel valósíthatók meg. Beszéljünk arról is, hogy mi akadályozhatja meg álmaink megvalósulását: szegénység, betegség, életkor? Ennek kapcsán merül fel kérdésként, hogy kik lehetnek azok a mi környezetünkben, akiknek nincsenek vagy nem is lehetnek ilyen álmaik – hogy vannak emberek, akik betegségüknél, szociális helyzetüknél vagy éppenséggel életkoruknál fogva kiszorultak ebből a társadalomból.

A segítségnyújtás és más pozitívumok

Beszéljünk arról, hogy miként segítik ezeket a „társadalomból kiszorult” embereket a szociális területen dolgozók, és arról is, hogy milyen jelentősége van a szociális hálónak. Gyűjtsük össze közösen azokat a pozitív értékeket, amelyek elengedhetetlenek a másokkal való törődéshez: beszéljünk arról, milyen megértőnek lenni, mi jellemzi a segítőkész embert, mit jelent a felelősség.



Más intézményekben is hasznos lehet, ha „belső kereteket” adnak közösségi szolgálatuknak: így nem a feladat kötelező jellegén van a hangsúly, hanem a szolgálat tartalmán.

Segítő diákok – pályázati tapasztalatok

Velkey Balázs évek óta részt vesz a Segítő diákok pályázatának elbírálásában. Ezzel kapcsolatos tapasztalatait is megosztotta velünk.

– A Segítő diákok pályázatát az Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet – elsősorban Bodó Márton szervezőmunkájának köszönhetően – évek óta sikeresen szervezi. Az első időszakban még csak tanárok és diákok számára írták ki, az elmúlt években már a fogadó intézmények is pályázhattak. A kezdeményezés legfőbb célja az volt, hogy jó gyakorlatokat mutasson be, rávilágítson a közösségi szolgálat hatásaira, fontosságára.

Jó volt megtapasztalni, hogy sokféle pályázat érkezett be az évek során: nagyvárosokból éppúgy, mint kistelepülésekről, szakiskolákból, gimnáziumokból egyaránt. Fontos, hogy az adott diák vagy intézmény közösségi szolgálatának bemutatása – a pályázati szempontokat figyelembe véve – személyes és konkrét legyen. Hiszen az egyéni élmények, tapasztalatok teszik hitelessé ezt a munkát. Ezért is lenne fontos, hogy lehetőség szerint a későbbiekben minél többen éljenek a pályázati lehetőséggel, hiszen a résztvevők jó gyakorlatai ilyen módon is gazdagíthatnak másokat.

zék el a feladatot, és engedjük, hogy egy adott szituációban ők maguk döntsenek. Ez a magatartás lehetőséget ad arra, hogy más oldalukról is megismerhessük tanítványainkat, és felfedezhessük személyiségük általunk addig nem tapasztalt értékeit. Sokszor meglepődünk, milyen érzékenységgel, odaadással képes részt venni egy-egy diák bizonyos szeretetszolgálati feladatokban – akkor is, ha ezt az elmélyültséget egyébként az órai magatartása nem tükrözi.

– Hogyan vélekednek a szülők az iskolai szeretetszolgálatról? Vannak-e ilyen irányú tapasztalataik?

– Tapasztalatcseréken, élménybeszámolókon gyakran kérdezik tőlünk, mennyiben partnerek a szülők e téren. Ilyenkor el kell mondanom, hogy sajátos helyzetben vagyunk, mivel iskolánk pedagógiai programjának része a szeretetszolgálat. A mi esetünkben tehát eleve ismert a szülők előtt az iskola ilyen irányú elköteleződése, ennek tudatában íratják be intézményünkbe gyermekeiket. Nem is merült fel ellenérzés a szeretetszolgálatkal kapcsolatban, tapasztalataink szerint ezt természetesnek vették.

Ettől függetlenül úgy gondolom, hogy e téren is érdemes bízni a szülőkben. Nem tartom helytállónak azt a nézetet, mely szerint kizárólag gyermekeik továbbtanulásának elősegítését várják a középiskolától. Mi is igyekszünk tenni ezért: széles körű tájékoztatást adunk a szülőknek a szolgálatról. Ennek során azt is egyértelművé tesszük, hogy gyermekeik biztonságos körülmények között végzik szeretetszolgálati feladataikat, s tapasztalataink szerint ez javukra fog válni.

Ha lehetséges, a szülőket is bevonjuk a szeretetszolgálat bizonyos feladataiba: kíváncsiaknak tartjuk például azt, hogy az ő véleményüket, tanácsaikat meghallgatva válasszák ki a diákok szeretetszolgálatban végzendő feladataikat. A szülőktől azt kérjük, hogy beszélgesse- nek gyermekeikkel a végzett szolgálatról, élményeiről, örömeikről, nehézségeikről.

– Mit gondol, kin múlik, hogy a közösségi szolgálat ne csak „letudott” feladat legyen?

– A felelősség itt nagyon tágan értelmezhető. Az iskola igazgatójának feladata a közösségi szolgálat megszervezése. Az ő felelőssége, de meglátásom szerint a közösségi szolgálat csak akkor működik jól, ha az iskola közössége egy emberként vesz részt benne – ki-ki a saját feladatának megfelelően. A program sikere tehát minden résztvevő közös munkájának eredménye – még akkor is, ha ez eltérő mértékben és más-más területeken nyilvánul meg.

Ha az igazgató és a tanári szervezőcsoport, valamint az osztályfőnökök azt képviselik, hogy ez a szolgálat fontos, és odafigyeléssel, jó döntéseket hozva szervezik a feladatokat, napi szinten segítik a tanulók munkáját, akkor joggal számíthatnak a diákok érdeklődő részvételére. Ez azonban nyitott és elkötelezett, empátikus diákokat és támogató családi hátteret feltételez. Az iskolai szeretetszolgálat tehát közös ügyünk, sikerességében valamennyiünknek szerepe van.

Stauróczky Vica

CSAK BESZÉLGETÉS...

Múltkor egy egészen megdöbbentő beszélgetésnek lehettem részese, és eddig ebbe bele sem gondoltam. Csak most, ahogy leültem írni valamit a szolidaritásprojekthez. Elmondom.

A téren ültem egy padon, mert éppen volt szabad másfél órám, és az ilyen lehetőségeket kihasználom, mert ez a legjobb a D-vitamin-gyűjtés szempontjából. Élveztem az egyedüllétet – pedig nem vagyok egy antiszociális személy –, és közben azon méláztam, mennyire szerencsétlen minden. Kaptam egy egyest matekból, elvesztettem az új tollamat, a többit meg már annyira unom, hogy egyikkel sincs kedvem írni. Továbbá borzasztóan fáj a nyakam, mert elfeküdtem az éjjel, és hogy kezdek éhes is lenni.

Ahogy ezeken gondolkodtam, az arckifejezésem lassú világundorba ment át, és ha ez nem lett volna elég, még a fagyaltomból is elfogyott a fagyi, a tölcsért meg nem volt kedvem szétrágdosni, mert néhány helyen ráfolyt az édes, csokis lé, és csíkokban szétáztatta az ostyát. Még ahhoz is lusta voltam, hogy felálljak, lépjek kettőt a kukáig, de aztán egy hatalmas sóhajjal kísérve megemeltem elhízott hátsó feletem. Már dobni készültem a tölcsért, amikor valaki megérintette a hátam.

– Megkaphatom?

Megfordultam. Egy alacsony cigánylány volt, a kezét nyújtotta, várta a válaszat. Kínos érzés fogott el, és hogy ezt enyhítsem, arra gondoltam, veszek neki fagyit. Meg arra, hogy az anyja, akit amúgy nem láttam, odajön, elkezd sipítozni... Láttam már ilyen cigányasszonyt. Végül szó nélkül odaadtam a tölcsért, a lány meg a padomra ült.

Nem az történt, amit vártam, amitől rosszul éreztem magam, nem harapott a tölcsérbe, hanem szerteszét morzsolta, és közben valami madárhangot adott ki. Most értettem meg, hogy a galambetetéshez kellett neki. Kicsit megnyugodtam, bár nyugtalanító volt a hang, amit kiadott. Nem nagyon jöttek a galambok, mert ezt biztosan nem etetésnek érezték, hanem tölcsértámadásnak. Aztán abbahagyta a lány a hiábavaló kísérletezést, fejét leszegte, és azt kérdezgette magától: Hol rontottam el? Odafordultam hozzá, és megkérdeztem, segíthetek-e, és mielőtt bármit válaszolt volna, elvettem tőle a tölcsércafatot, s a morzsákat szabályosan magam elé szórtam. A galambok felfigyeltek rá, és azonnal körénk sereglettek. A kislány arcán szétáradt a mosoly, sikongani, tapsolni kezdett.

– Nyútsd ki a karod! – mondtam neki.

Gondolkodás nélkül megtette, én meg szép óvatosan ráirányítottam egy galambot.

– Juj, ő az enyém!

– De nem viheted magaddal, ugye tudod?! – ezt már nem tudtam visszaszívni, kicsúszott a számon.

– Dehogyan viszem, legalább ő legyen szabad!

– Hogy érted, hogy legalább ő?

– A Szent Terézben lakom, a nevelőintézetben, tudod. Most kimenőnk van.

– Nagyon rossz ott? – kérdeztem, de már megint későn kapcsoltam, mert hogy lehet ilyesmit mondani egy tízévesforma kislánynak!

– Nem, egyáltalán nem. Sok barátnőm van. Bár amúgy ma spenót volt, az rossz. Meg a gombaleves.

– Fúj, nálunk is. Én lenyelni sem tudom.

– Gyorsan kell megenni.

Összemosolyogtunk. Sokat beszélgettünk ezen a délutánon. Mesélt az intézetről, sok vidám dologról. Sugárzott az arca. Egy kicsit sem sajnáltatta magát, csupa vicces, kedves dologról mesélt. Nem fáj a nyakam, a tollam elvesztése, az egyes sem volt már annyira tragikus. Az fáj csak, hogy szégyellni kellett magam.

Elhatároztam, hogy tompítok mostantól a nyafogásaimon és az összes magamat sajnáltató dolgon. Még nem tudom, hogyan, de menni fog.

Stauróczky Vica, Szent Mór Katolikus Óvoda, Általános Iskola, Alapfokú Művészeti Iskola és Gimnázium (tanár: Szakács Emília)
Válogatás az „Írás és Szolidaritás – Generációs párbeszéde” című programban résztvevő diákok írásai közül.



Az irodalomtól a közösségi felelősségvállalás felé

Írás és szolidaritás – Generációk párbeszéde: egy projekt a Szépírók Társasága és a Magyartanárok Egyesülete szervezésében

Szöveg: Hudáky Rita



A közösségi vagy társadalmi felelősségvállalás kérdését többféle oldalról is meg lehet közelíteni az iskolában: akár az irodalom felől is. A Szépírók Társasága és a Magyartanárok Egyesülete 2016-ban abból a felismerésből kiindulva szervezett közös programot, hogy a magyar köztudatban mára bizonyos mértékig elhalványult az írói felelősségvállalás tradíciója. A középiskolai tananyag – személyes tapasztalat vagy odafordulás híján – nem ad elég fogódzót a társadalmi valóság megismeréséhez. Az iskolai olvasnivalók pedig akkor ébresztik fel leghatékonyabban a diákokban a társadalmi szolidaritás érzését, ha – az egyén saját felelősségére is rákérdezve – sikerrel ösztönöznek a világ megismerésére.

A két szervezet a Norvég Civil Alap támogatásával hirdette meg felhívását, amelyben magyar szakos középiskolai tanár kollégákat kerestek az „Írás és szolidaritás – Generációk párbeszéde” című projekt megvalósításához. A négy hónapos program célja az volt, hogy az írói felelősségvállalás tradíciójának újfelfedezésével és felmutatásával bebizonyítsa: a szolidaritás és a felelősségvállalás ma is alapvető értelmiségi feladat. A részt vevő középiskolás diákok a program során széleskörűen tájékozódtak a magyar társadalomról, felismerték és megfogalmazták a szegénység, a társadalmi egyenlőtlenség, a hátrányos megkülönböztetés, a kirekesztés és az erőszak szűkebb vagy tágabb környezetükben tapasztalható jelenségeit.

A program előkészítése során nyolc mai magyar író (Bódis Kriszta, Gergely Ágnes, Háy János, Parti Nagy Lajos, Spiró György, Térey János, Tóth Krisztina és Závada Pál) vállalta, hogy választ egy régebbi magyar szerzőtől származó és a társadalmi szolidaritás témájához kapcsolódó rövid szöveget (verset, novellát, tárcát), majd egy rövid videóban beszél a választásáról. A klasszikus művek között – a kortárs írók döntéseinek megfelelően – Móricz Zsigmond, Tersánszky Józsi Jenő, Hajnóczy Péter, Nagy Lajos, Kosztolányi Dezső, Gelléri Andor Endre és Szép Ernő írásai kaptak helyet.

A téma fontosságát igazolta a jelentkezők magas száma. A program ugyan csak húsz tanárt tudott fogadni, de a nyilvánosan elérhető anyagokat kezdettől minden érdeklődő pedagógus felhasználhatja. A tanárok, iskolák, diákcsoportok kiválasztása során fontos szempont volt, hogy minél több megyét, régiót sikerüljön a projektbe bevonni. A leszakadó régiók és a társadalmi kérdésekkel kapcsolatban változatos tapasztalatokkal rendelkező diákok elérése ugyancsak a prioritások között szerepelt. A bevont tanárok maguk dönthették el, hogy egy-egy kisebb, önként jelentkező csoporttal vagy éppen egész osztállyal vágnak-e bele a projektbe.



A tanárok a diákcsoportjaikkal együtt nézték meg az írókkal felvett videókat, majd a tanítványaikat érintő érdeklő problémakörök ismeretében választották ki az írók által ajánlott irodalmi szövegek közül azokat, amelyeket a közös – tanórai vagy délutáni – foglalkozásokon is feldolgoztak. A beszélgetéshez és a közös munkához a Magyartanárok Egyesülete által készített módszertani anyag adott szempontrendszert, segítséget.

A foglalkozások zárultával a tanárok beszámolókat írtak a feldolgozás közben szerzett tapasztalataikról. A beszámolókból kiderült, hogy a diákok a felvetett témakörök közül egyértelműen a szegénység és a hajléktalanság jelenségére reagáltak a legérzékenyebben. Több csoportban is használták a *Fedél Nélkül* című lapot, és/vagy hívtak meg hajléktalansággal foglalkozó szakembereket a foglalkozásokra. A cigányság helyzetéről is sok helyen szó esett, gyakran épp a szegénység problémájával összekapcsolódva.

A foglalkozásokat követően a diákok az elődök ihletésére – ám a saját tapasztalataik, tájékozódásuk, adatgyűjtésük alapján – maguk is szövegeket írtak a társadalmi szolidaritást érintő kérdésekről. A közvetlen élettapasztalat mellett olyan ismereteiket is írásba foglalhatták, amelyeket interjúzással, önkormányzati illetékesek megkeresésével, környezettanulmánnyal szereztek. Műfaji szempontból bármilyen fikciós szöveget, riportot, elbeszélést, parafrázist alkothattak, és a szövegek terjedelmét illetően sem volt megkötés.

A programban részt vevő csoportok a tanáruk és saját választásaik alapján küldték el a szervezőknek három legjobbnak tartott írásukat, amelyek közül valamennyi

kikerült a projekt honlapjára. A Szépirók Társasága és a Magyartanárok Egyesülete képviselőjéből, valamint a nyilatkozó írók egyikéből álló zsűri választotta ki a díjazottakat.

Az írások többsége műfajilag fikatív elbeszélésként, illetve fikatív vagy valós riportként határozható meg, de volt köztük néhány verses szöveg, illetve a foglalkozáson olvasott klasszikus irodalmi szövegeket értelmező, arra reflektáló, esetleg a videointerjúban hallott felvételekkel foglalkozó fogalmazás is. A diákok témaválasztása ismét sokatmondónak bizonyult azzal kapcsolatban, hogy mit tartottak a projektben részt vevő tizenévesek a társadalmi szolidaritás témakörében relevánsnak. A tizenévesek írásos munkáinak többsége – a foglalkozások témaválasztásához hasonlóan – a szegénységet, a hajléktalanságot és a cigányság helyzetét járta körül, de megjelentek bennük a női sors, az anyaság, az önmegvalósítás, a nemi identitás, az erőszak, az állami gondozás, az iskolai kiközösítés, a pénz, a vidéki élet, a karitatív munka, sőt a családi élet és a szerelem problémái is.

Több tanári beszámolóban is megfogalmazódott az a szándék, hogy a pedagógusok a jövőben is be szeretnék építeni az óráikba a programhoz kapott anyagokat, sőt ajánlani fogják azokat a kollégáiknak, munkaközösségüknek is. Ehhez minden feltétel adott, hiszen a Szépirók Társasága honlapján publikált szövegek és videók, illetve a kapcsolódó módszertani útmutató továbbra is elérhető marad. A program sikere azzal a reménnyel kecsegtet, hogy a kezdeményezés tartósan is hozzájárulhat a magyartanárok tematikus és módszertani készletének bővítéséhez a szociális érzékenységek fejlesztése, valamint a diákok társadalmi érzékenyítése és ezzel kapcsolatos önkifejezése terén.



Részletek a tanári beszámolókból:

Erdélyi Eszter, a Szegedi Deák Ferenc Gimnázium tanára

A téma mindenkit foglalkoztatott, ezért összeszedtük a szegénységről meglévő tapasztalatainkat: van, akinek személyes kapcsolata van hajléktalanokat segítő egyházzal, van, akinek a szülei minden karácsonykor ugyanazt a hajléktalant ajándékozzák meg évek óta, s olyan is van, aki – saját bevallása szerint – még soha nem látott szegényt a környezetében. A témagazdák sok érdekes kérdést tettek fel arról, hogy mit tudunk személyesen tenni mi magunk, akik nem vagyunk sem szociális munkások, sem politikusok vagy egészségügyi dolgozók. Van-e lehetőségünk hozzájárulni ahhoz, hogy a helyzet jobbra forduljon? Összeszedtük, listáztuk a felmerülő lehetőségeket, amelyek közül a gyerekek végül a tájékozottságot, a személyes környezet toleranciára intését és segítségadásra való felhívását tartották legfontosabbnak. Kimondták, hogy minél felkészültebben szeretnének egy lehetséges vitaszituációban érvelni az olyan szélsőséges megnyilvánulásokkal szemben, mint például: „Az ilyen emberek maguk tehetnek arról, hogy idejutottak”; „Ha akarnának, elmehetnének dolgozni”; „Mindenki annyit ér, amennyije van” stb.

Az volt a munkamódszerünk, hogy az előzetes irodalmi felfeztetés után párokban dolgoztak a diákok. Otthon készített prezentációkkal mutattak be egy-egy olyan témát, amely felmerült az alapbeszélgetésben, de jobban utána akartunk járni. Ezek főként arra vonatkoztak, hogy a hajléktalanokkal, a mélyszegénységben élőkkel hogyan bántak más európai országokban, milyen szociális megoldásokat találtak ki máshol. A prezentációkat megbeszéltük, és elgondolkoztunk azon, mit lehetne nálunk is megvalósítani. Voltak olyan kiselőadások, amelyek bemutattak egy-egy civilszervezetet, közösséget, például a Szo-cso-ma csoportot, a *Fedél Nélkül*, a szegedi Ételt adok, ételt kapok csoportot, a Heti betevő akciót, a szegedi Migszolt... Többen csatlakoztak is valamelyik önkéntes szolgálathoz.

A programunk végén ellátogattunk a szegedi „szeretet-ládák” egyikéhez, és mindannyian beletettük az akkor éppen üres tárolóba a hozott élelmiszercsomagjainkat. Többen megígérték, hogy rendszeres támogatói lesznek ennek a lehetőségnek.

Terray-Sógor Csilla, a balatonalmádi Magyar–Angol Tannyelvű Gimnázium és Kollégium tanára

Gelléri Andor Endre *Ház a telepen* című novellájával előzetes megbeszélés alapján otthon ismerkedtek meg a diákok. Az 1934-ben született művet a gazdasági világválság és hatása kontextusában értelmeztük, illetve párhuzamot kerestünk az 1989-es rendszerváltás és a 2008-as válság következményeivel. Ezt követően délutáni foglalkozás keretében – amelyet kolléganőm, Bognárné Fejes Anikó szervezett – az A Város Mindenkié (AVM) három aktivistájával és egy úgynevezett „utcajogással” beszélgethettek a tanulók. Az aktivisták történeteiből kiderült, hogy a történelmi-gazdasági okokon túl az alkoholizmus, a családon belüli erőszak vagy épp a család hiánya hogyan határozta meg utcára kerülésüket. A diákok közül kevesen beszélgettek eddig hajléktalanokkal, ezért általában nehezen fogalmazták meg saját gondolataikat, esetenként előítéleteiket. Sokat segített nekik az utcajogász bemutatkozása, aki elmondta, hogy középosztálybeli jogásként a saját előítéleteivel akart leszámolni, amikor kiment a Blaha Lujza térre a hajléktalan és lakásszegénységben élő embereknek jogi tanácsokat adni. A beszélgetést követő interaktív foglalkozás ugyancsak a hajléktalan emberek helyzetét tette átélhetővé. Másnap spontán beszélgetés alakult ki a diákok között. Immár sokkal bátrabban osztották meg egymással saját tapasztalataikat: például hogy hogyan segített az egyik diák szemetet szedni egy hajléktalannak...

A projekt honlapja:

szepiroktarsasaga.hu/iras_es_szolidaritas

Rövidfilmek az érzékenyítéshez

Az emberek társadalmi érzékenyítése minden korban minden helyen és persze minden életszakaszban fontos szerepet játszik, hogy a számukra idegen, meg nem értett dolgokhoz egészséges gondolkodással és tiszta rálátással viszonyuljanak.

Hogy ez megvalósulhasson, érdemes az oktatásba is beépíteni, s így a gyermekek az egyes társadalmi csoportokhoz és jelenségekhez (idősek, fogyatékkal élők, hátrányos helyzetűek, vallás, szegénység stb.) elfogadóbban tudnak hozzáállni. Ebben a folyamatban nyújt segítséget a Faludi Ferenc Akadémia a honlapján található tanári segédanyaggal, valamint a Szóts István Filmműhelyében készült érzékenyítő kisfilmekkel.



Szöveg: **Purgel Zsuzsa**

> A Faludi Ferenc Akadémiáról

A Faludi Ferenc Akadémia 1994-ben jött létre a Jézus Társasága Magyarországi Rendtartomány keretében. Működésének célja a katolikus egyház iránt elkötelezett értelmiségi szcéna létrehozása, képzése volt. Három fő területen hirdetett meg képzési programokat: kultúra-kommunikáció, társadalomtudomány és teológia. Tevékenységük alappillére az ignáci pedagógia szellemisége, melyet minél szélesebb körben szeretnének megismertetni. Emellett szinte megalakulásuk óta foglalkoznak a filmművészettel. 1996-ban tematikus filmpályázatot és filmfesztivált hoztak létre (eleinte) az amatőr filmesek számára. Kezdetben hazai fesztivál volt, de közel 10 év működés után nemzetközivé nőtte ki magát.

1. Kisfilmek a nagyvilágból – oktatási segédanyag

A Faludi Akadémia filmszemléire az elmúlt húsz évben beérkezett mintegy 1100 film közül választották ki első körben azt a harminc filmet, amelyet témakörönként besorolva, a hozzájuk tartozó segédanyagokkal közzétettek a honlapjukon, hogy segítséget nyújtsanak a tanár kollégáknak. Az Akadémia honlapján nemcsak ezek a háttéranyagok, hanem maguk a filmek is elérhetőek, online vetíthetőek: faludiakademia.hu/rovidfilmes-segedanyag-tanaroknak/. A filmeket különböző tematikai szempontok szerint csoportosították, emellett a korosztályoknak megfelelően is besorolták, így könnyen meg lehet találni, hogy egy-egy film

egy film akár több témakörhöz is kapcsolódhat, és egy témakörhöz több film is tartozik.

A filmek mély emberi érzéseket, nehéz sorsokat, kulturális különbségeket, vallási nézeteket és egyéb nehezebben feldolgozható témákat mutatnak be a fikciós film mellett a dokumentumfilm és az animáció műfajában is. A magyar filmek mellett néhány külföldi munka is feltűnik a palettán. A filmek részben amatőr alkotók munkái, de filmes iskolák hallgatóinak művei is megtalálhatók köztük. Mivel többségében fiatalok készítette alkotásokról van szó, a középiskolás korosztály számára is könnyen befogadhatók; 5–25 perces hosszuk pedig különösen alkalmassá teszi őket iskolai órákon való feldolgozásra. A filmek nem súlykolnak didaktikusan semmilyen nézőpontra, céljuk az elgondolkodtatás. Rövid előkészítéssel kiválóan alkalmasak a különböző témaköröket feldolgozó párbeszéd kialakításához.

A különböző filmekhez tartalmi összefoglalás, a formanyelvi szempontok feltárása, illetve a témában fontosnak vélt fogalmak tisztázása is társul. Az alkotásokat gondolatébresztő kérdések zárják, ezáltal egyfajta óravázlatként is alkalmazható az összeállítás. A filmek jól használhatók hittan- és etikaórákon, tartalommal töltik meg a sokszor ötletek nélküli osztályfőnöki órákat, így módon hozzájárulhatnak a szociális érzékenyítéshez.

Távlati elképzelések

Az eddigi anyag remekül beépíthető az oktatásba, ám Hajnal Gergely, a Faludi Ferenc Akadémia munkatársa arról is beszámolt, hogy ez még nem a végcél, ugyanis vannak ötleteik, hogyan lehetne korsze-



rűbbé, interaktívabbá tenni a módszert. Az akadémia további filmszemléket szervez, így a filmek utánpótlása biztosított; reményeik szerint a témaköröket és a filmlistát is bővíteni tudják majd. Elképzeléseik között szerepel az is, hogy műhelynapokat szervezzenek a tanároknak, akik itt megismerhetnék a módszer alkalmazásának elveit. Távoli tervként felmerült az a lehetőség is, hogy a pedagógusok és diákok által felvetett témákat, kérdéseket egymás között megosztanák az egyes filmekkel kapcsolatban, ezzel bővítve a gondolatébresztő kérdések sorát.

2. Dokumentumfilm a közösségi szolgálatról – Emberöltők (2010)

Az *Emberöltők* című egész estés dokumentumfilm a Fényi Gyula Jezsuita Gimnázium és Kollégium néhány diákjának segítő szolgálati munkával töltött éveit mutatja be. A fiatalok idős asszonyokat látogatnak meg alkalmanként, s így az idős-fiatal sztereotípiáknak ellentmondva, mindkét oldal élményekkel gazdagodik. (Bővebb tartalmi információ a filmről: port.hu/adatlap/film/tv/emberoltok-emberoltok/movie-110385.)



A segítő szolgálat célja, hogy a diákok olyan szociális helyzetet tapasztaljanak meg, amely a saját életükben nincs jelen. Ezzel a programmal segítik a gyerekek önálló munkavégzését, a számukra ismeretlen helyzetek elfogadását, s ezáltal a világban oly gyakori előítéletek kialakulásának esélye is csökken.

A filmet 2007 és 2010 között forgatták az akkor még a miskolci gimnáziumban is csak a 9. évfolyamon működő programról, melynek tapasztalatait később az oktatási törvénybe is bekerülő iskolai közösségi szolgálat kidolgozásánál is felhasználták a minisztérium munkatársai. A 68 perces, csak szituációkból építkező, követéses dokumentumfilm a fiatalok által végzett önkéntes szolgálat egy szegmensén keresztül ad betekintést a szociális kompetenciák fejlesztésének lehetőségeibe. A filmből oktatási célra használható ingyenes példány kérhető a Faludi Ferenc Akadémiától.

3. Huszonévesek visszaemlékezése

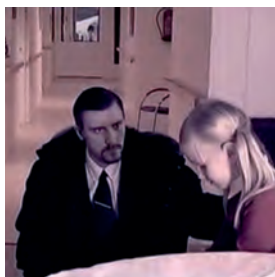
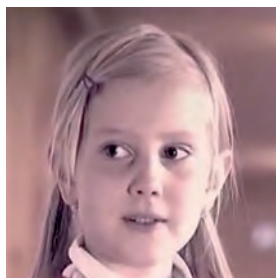
Az Akadémia Szóts István Filmműhelyében három kisfilm készült 2014-ben az OFI felkérésére. A néhány perces kisfilmekben a fent említett dokumentumfilm egykori szereplői 6-7 év távlatából már mint fiatal felnőttek reflektálnak korábbi szolgálatukra. Elmesélik, mennyi pozitív élményt kaptak, illetve azt, hogy mennyiben változtatta meg hozzáállásukat az érzékenyítő program. Hajnal Gergely beszélgetésünk alkalmával arra hívta fel a figyelmet, hogy ezeket a kisfilmeket a tanárok és a diákok mellett a szülők számára is érdemes lenne levetíteni, hogy jobban belelássanak abba, mennyi mindent adhat egy ilyen program a fiataloknak; akiknek mind személyiségük, mind kitartásuk nagy változáson ment keresztül a programnak köszönhetően. (Ezek a filmek – beleértve az *Emberöltők* című filmet is – az alábbi linken tekinthetők meg: kozossegi.ofi.hu/Contents/ShowContentByTitle?title=M%C3%B3dszertani%20anyagok, valamint a youtube-on is megtalálhatóak.)

4. Községi szolgálat Budapesten és Kiskunlacházán

2015-ben, szintén az OFI és a Faludi Akadémia együttműködésében további két film született: a *Közöségi szolgálat a Kiskunlacházi Szakközép- és Szakképző Iskolában* (www.youtube.com/watch?v=D_wqawWpekQ) és a *Közöségi szolgálat Budapesten a Szent László Gimnáziumban* (www.youtube.com/watch?v=g1CrK4voT0g). Ezek a közel negyedórás anyagok szintén a közösségszolgálat fontos és építő szerepét hangsúlyozzák. A filmek bemutatják, milyen lehetőségeket tartogat a közösségi szolgálat egy kisvárosi és egy budapesti középiskolában tanuló diák számára. A filmeket szintén érdemes diákok, tanárok és szülők körében is levetíteni, ugyanis új ötletek, lehetőségek előtt nyitja meg a kaput a kötelező feladatok élményszerűvé tételéhez.

Felhasznált és ajánlott irodalom, online tartalom:

- Bodó Márton, Kamp Alfréd, Kormos József (szerk.): *Iskolai közösségi szolgálat. Társ-program*. Budapest: Nemzeti Erőforrások Minisztériuma, 2011.
- Zöldy Pál: *Módszertani útmutató a rövidfilmes segédanyaghoz*. faludiakademia.hu/zoldy-pal-modszertani-utmutato-a-rovidfilmes-segedanyaghoz/
- faludiakademia.hu/rovidfilmes-segedanyag-tanaroknak/
- kozossegi.ofi.hu ▶ Tanároknak ▶ Módszertani anyagok

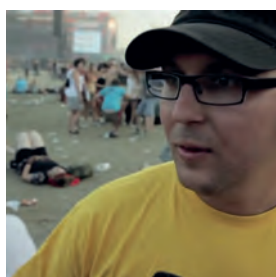
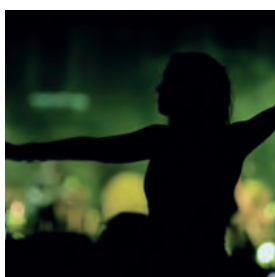
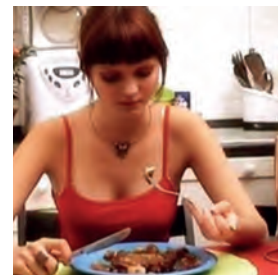


A kislány

Rövidfilm egy emlékeibe tévedt idős aszszonyról. A demenciában vagy Alzheimer-kórban élő idős emberek tudata és belső magánya szinte teljesen felfoghatatlan a környezetükben lévők számára. A film idős főszereplője ismét kislánynak látja magát, emlékeinek abból az időskijából szólítja meg a körülötte lévőket. Csak fia érkezése zök-kenti vissza a valóságba, de csak addig, amíg egyik sorstársában játszótársra nem lel.

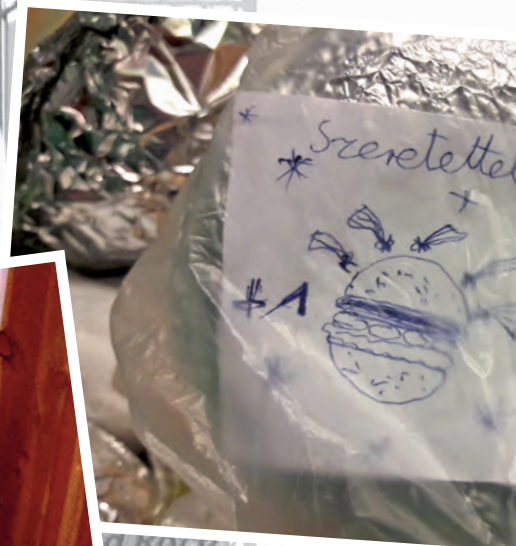
Zsírkiller

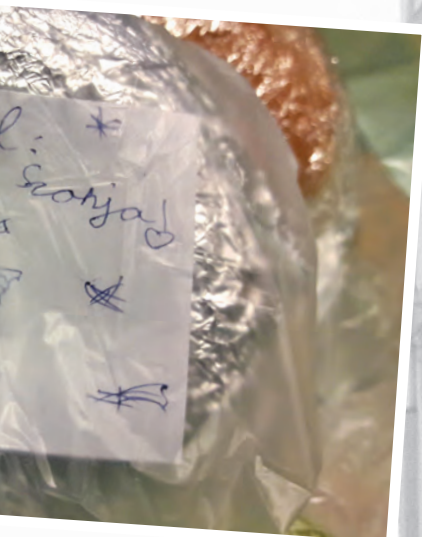
Lili elhatározza, hogy – egyébként nem létező – súlyfeleslegét megpróbálja étrendi megvonással és túlhajszolt testmozgással leadni. Jó úton jár a végkimerülés felé, amikor megismerkedik egy fiúval. Az alkotók így foglalták össze a *Zsírkiller* történetét: plázacicák életre-halálra. Fogyipárbaj a szedett szemöldökű step-pump-spin zsírégető lányok között.



SZIGET felett az ég

A budapesti Sziget Fesztiválon vagyunk 2011-ben. A film készítői kérdezzetnek a fiatalokat, ki miben hisz, mit gondol az egyházzal, vallással, mennyországról, poklóról. Az 1997-ben készült *Isten a szigeten* című filmhez képest jelentős különbség, hogy a megszólalók meghatározó része külföldi. A két filmet összehasonlítva a hívők szempontjából romló tendenciát érzékelhetünk. A kárhozattól még félnek, mástól már nem nagyon? A riportok között és alatt némi betekintést kaphatunk a fesztivál életébe, hangulatába. A sok elcsépelet közhely és negatív mondat mellett érdemes figyelni, melyek azok a momentumok, amelyekre még lehet építeni.





+1 szendvics

Diákok és önkéntesek a rászorulókért

Szöveg: **Hudáky Rita** | Fotó: Bike Maffia Egyesület



A Bike Maffia Egyesület egy civilszervezet, amelyet fiatal kerékpárosok hoztak létre néhány évvel ezelőtt, hogy innovatív módon végezzenek közvetlen és hatékony segítő munkát. A szervezet alaptevékenysége az adománygyűjtés és az adományok kiszállítása a szociálisan rászorulóknak. A megvalósítás a szociális munka elemeit ötvözi az önkéntességgel, az adományozással és a kerékpározással.

A Budapest Bike Maffia 2016 áprilisától indította el a +1 szendvics programot, amelynek célja, hogy középiskolákban tanuló diákokkal közösen segítsék az utcán élő hajléktalan embereket, illetve azon átmeneti, nappali vagy éjjeli szállók munkáját, amelyek étkezést nem tudnak biztosítani a náluk tartózkodóknak. Középtávú céljuk ezenfelül a fiatalok érzékenyítése, az iskolákkal való folyamatos kapcsolattartás és az önkéntesség népszerűsítése. Hosszú távon azt is tervezik, hogy a +1 szendvics akcióban aktívan részt vállaló intézményekkel közös elménynapokat szervezve összehozzák, segítő közösséggé követsé a programhoz csatlakozó iskolákat.

Az alapötlet az volt, hogy a programban részt vevő iskolák kiválasztanak egy napot hétfőtől péntekig, amikor a diákjaik a szokásos tízóraijukon kívül adománynak szánt élelmiszert is hoznak magukkal. Öt iskola segítségével minden hétköznapra jut élelem, amit a BBM önkéntesei elszállítanak a megfelelő helyekre. Az elgondolás jelentős visszhangra talált a budapesti iskolákban, így hamarosan minden napra több iskola is jutott.

Az ELTE Radnóti Miklós Gyakorló Általános Iskola és Gyakorló Gimnázium 2016 tavaszán az elsők között csatlakozott a programhoz. Az iskolába járó diákok és pedagógusok a kijelölt napon még otthon beteszik a táskájukba az adománynak szánt „plusz egy szendvicset”. Az iskola évkönyvében megjelent beszámoló szerint mindez a szülőknek – akik egyébként is készítenek tízórait a gyermeküknek – nem okoz jelentős megterhelést. A plusz egy szendvicset (vagy éppen gyümölcsöt, édességet, tartós élelmiszert) az iskolába beérő gyerekek az aulában erre a célra kitett dobozokba tehetik. Az összegyűlt adományokat a Budapest Bike Maffia önkéntes futárai viszik el az intézményből a délelőtti folyamán, és még aznap ebéddőig el is juttatják különböző budapesti hajléktalanszállókra vagy ételosztó helyekre. A Radnótiban az utóbbi időben már csak havonta szerveznek „+1 szendvics-napot”, aminek kettős oka van. Egyrészt a ritkábban megszervezett eseményre nagyobb figyelemmel és odaadással készülnek a diákok, mint ha heti rutinná válik az adományozás, másrészt pedig szerencsére olyan nagy számban kapcsolódtak be más iskolák is a programba, hogy immár a hét minden napjára több intézményi felelős jut. Mindenki egyetért abban, hogy a gyerekeket minél nagyobb körben érdemes már első osztályos koruktól kezdve az önkéntességre és a másokon segítés lehetőségének megtalálására nevelni.





KÖSZ! Program

Szöveg: Új Európa Alapítvány | Fotó: József Otthon Közalapítvány

Az Új Európa Alapítvány az Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet-tel együttműködésben 2014 óta harmadszor hirdette meg KÖSZ! Programját magyarországi nonprofit szervezetek és egyházi szervezetek, intézmények számára. A lehetséges fogadó szervezetek azzal a céllal pályázhatnak, hogy az Iskolai Közösségi Szolgálat előírásainak megfelelő programokat valósítsanak meg a középiskolák 9–12. évfolyamos diákjai számára. A program szeretne ahhoz hozzájárulni, hogy minél több diák végezze el a 2016. évtől az érettségi feltételének számító közösségi szolgálatot, és ennek során olyan élményben legyen része, ami motiválhatja a további önkéntes tevékenységre.

A felhívásra olyan civilszervezetek és egyházak, egyházi szervezetek vagy egyházi fenntartású intézmények nyújthatnak be pályázatot mint fogadó szervezetek, amelyek az egészségügyi, oktatási, szociális és jótékonyági, kulturális és közösségi, környezet- és természetvédelmi, katasztrófavédelmi területek egyikén tevékenykednek, vagy óvodáskorú, sajátos nevelési igényű gyermekek, tanulók, idős emberek számára szerveznek sport- és szabadidős tevékenységet. A pályázat keretében a szervezetek iskolai közösségi szolgálati projektjeikhez nyerhetnek támogatást: anyagköltségre, fogyóeszközökre, kommunikációs és dokumentációs eszközökre, utazási vagy szállítási költségre és a mentor költségeire.

Az Új Európa Alapítvány felhívására 2014-ben 268 pályázat érkezett be, melyek közül 97 szervezet, 2015-ben pedig 313 beérkezett pályázatból 101 szervezet nyert támogatást kis- és nagyprojektjeinek megvalósításához a KÖSZ! Programon keresztül. 2015-ben a támogatás összegéből a pályázatban elvárt legalább 20 óra közösségi szolgálatot a szervezetekkel együttműködésben 1300 diák teljesítette, ami közel 30 000 óra önkéntes munkának felel meg. A pedagógusok és a szakértők tapasztalata szerint a segítő munka a diákokban erősíti a szolidaritás érzését, a nyitottságot és a társadalmi problémák iránti érzékenységet.



Nem csak divatból segítenek

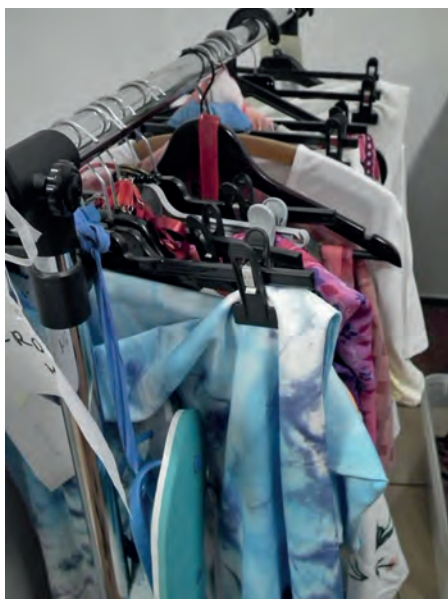
A Jószolgálati Otthon Közalapítvány „Egyenlő eséllyel a divat világában” címmel rendhagyó divatbemutatót rendezett a dunaujvárosi Dózsa Mozicentrumban. Projektjüket a KÖSZ! Programba bevont közösségi szolgálatos diákokkal valósították meg.

A Jószolgálati Otthon fogyatékkal élő fiatalok számára szervezett divatbemutatót Dunaújvárosban, melybe a Lorántffy Szakközépiskolával közös pályázatuk eredményeként közösségi szolgálatukat végző diákokat is bevont. Az „Egyenlő eséllyel a divat világában” mottóval elképzelt bemutatót megelőző felkészülés célja a közös érzékenyítés, az elfogadás-befogadás érzésének megélése, a kiválasztott középiskola tanulóinak aktív részvétele és szakmai tudásának hasznosítása volt.

Az előzetes tervezés és ruhakészítés során kialakult a produkció programja. Az otthon fiataljai elmondták, milyen ruhát, sminket, frizurát szeretnének. Az ehhez kapcsolódó ruhavarrásban, fodrászati, kozmetikai kezelésben és sminkkészítésben a diákok aktív szerepet vállaltak. A ruhákat egy nyári gyakorlaton készítették el, a díszítésben az alapítvány munkatársai és a diákok együtt dolgoztak, a kiegészítőket is közösen fűzték, festették.

A divatbemutatón a Lorántffy Szakközépiskola minden diákja részt vett, a közalapítvány ellátottai, szülők és érdeklődők töltötték meg a mozi nagytermét. A Jószolgálati Otthon Közalapítvány önkéntesei táncos produkciókkal, zenei betétekkel tették teljessé a divatbemutatót, melyről film is készült.

A Jószolgálati Otthon Közalapítvány munkáját 2015-ben az Új Európa Alapítvány KÖSZ! Programja támogatta.





Pszota Dalma KETTEN

Mindig csúfolták az iskolában. Eleinte csak a nem túl divatos ruhái miatt, később Nagymami miatt is. Pedig igazából semmit se tudtak Nagymamiról, csak lopott félinformációkat, amiket Tanítónéni sutyorgott Jolán néninek, aki megértőket mosolygott olyankor, és később, amikor senki sem látta, megsimogatta a kislány fejét, és titokban a zsebébe csúsztatott még egy csokit.

Mindenki kihasználta, hogy nagyobb nála, meglökték, meghúzták a haját, és azt ismételték: flúgos a nagymami, flúgos a nagymami. Senki sem tudta megérteni, hogy neki Nagymami és a kis kopott ház a Rezeda utcában a világ. Minden. Nem is emlékszik már a kis panellakásra, ahol Anyuval laktak, mielőtt kézen fogta és idehozta. Busszal jöttek, kettőt kellett átszállni, és egy hosszabb várakozásnál Anyu almát vett neki egy kendős nénitől. Mikor odaértek Nagymami megmutatta neki a nyuszikát a hátsó kertben, és hozott egy kis lucernát. Azt mondta, etetgesse vele a nyuszikát, mindjárt jönnek, csak megbeszélnek valamit Anyuval. Aztán persze csak Nagymami jött, Anyu soha többé. De előtte ez már csak homályos foltokban rémlik fel néha-néha, annyira régen történt.

Az iskola azonban éles volt és nagyon reális, annyira, mint a színes papírból kivágott felirat az ajtón: 2. A. Kezdetben voltak barátnői, akikkel gyöngyöt fűztek, és beleírták a nevüket egymás emlékkönyvébe. Néhányan elhívták magukhoz a kislányt, aki elámult az óriási, színes lányszobák láttán, a háromféle süteményen, saját tévén és aranyhörcsögön. Neki csak egy kutyája volt, a Csali, de miután egy hétig nem volt mit enni adni neki, Nagymami azt mondta, jobb helye lesz a Molnár néniéknél. Utána mindig arra ment haza, és megvakargatta a mókás kis kutyorrot. Csali meghízott, és látszólag boldog, nincs oka panasza.

Néha ők se vacsoráztak, csak kétnapos kenyér héját, de Nagymami igazi mókamester volt, mindig kitalált valami vidám történetet arról, hogy ők most igazából habos tortát esznek fagyalttal, csak egy gonosz boszorkány elvarázsolta őket. Így lett a kristálpalotából szegényes kis ház az utca végén, egy szobával, fürdőszoba nélkül. Nagymami az utcán is boldogan ugrándozott idős lábaival, ha úgy látta, ezzel jobb kedvre deríti a kislányt. Remek csapat voltak ők ketten: a Nagymami és ő.

Aztán Tanítónénitől és Szociálisnénitől tudta meg, hogy a helyzetük aggasztó. A-g-g-a-sz-t-ó. Számára olyan idegen volt a szó, mint az osztálytársaitól a Rezeda utcai kristálykastély; de Tanítónéni elmagyarázta, hogy Nagymami idős már, az egészsége nem a régi, Anyu pedig ismeretlen helyen tartózkodik. És ebből következik, hogy gondolkozni kell azon, mi lesz, ha esetleg a Nagymamival történik valami. Ő persze azon a véleményen volt, hogy legrosszabb esetben az történhet Nagymamival, hogy leválik a lengyelpiacos téli cipőjének a talpa, és akkor gondolkozhatnak rajta megint, milyen lábravalót viseljen, amíg összegyűlik a kredencben tartott kakaósdozban annyi pénz, amiből újat vehet.

Szeretett iskolába járni, haza a Nagymamihoz pedig még jobban. Év elején Nagymami különféle szép papírokba csomagolta a könyveit, és vett neki egy pár új cipőt. Nagyon boldog volt vele, csodaszép lila cipellő a Rezeda utcai kastély kis úrnőjének. A többiek persze ezt is kigúnyolták, mit képzél ő, kicsoda, valami hercegisasszony?! Putris! Aztán egy óvatlan rajzórai pillanatban festéket locsoltak a cipőre. A kislány egész nap tartotta magát, nyilvánosan nem sírt, de könnyes szemmel szedegette ki a hajába dobált papírgalacsinokat. A gyerekek kegyetlenek, gondolta Tanítónéni, és hátraküldte a kislányt az utolsó padba, ahol nem tudták dobálni. Putris, putris, sziszegték, míg odaért.

*

Zsiráf volt a legrosszabb tanuló az osztályban. Csendes, visszahúzódó kölyök ez – mondta Apa, és belökdöste az ajtón az első iskolai napon. Azóta mindig Dadus hozta, Dadus, aki körmöt lakkozott autóvezetés közben, és mindig volt egy-egy lehetetlen „szerelmi sztorija”, amit „muszáj elmesélni”. Apa és Anya sokat utazott, Dadus rengeteget telefonált és csevegett, Zsiráf pedig naphosszat a számítógép előtt ült. Nem érdekelték igazán a számítógépes játékok, azonban velük nem volt annyira egyedül. A kortársaitól félt, a szüleit alig látta, Dadusnak pedig mindig más dolga volt. Bár mindennel elhalmozták, örökké egyedül volt, így legtöbbször a képzelete szülte álmvilágban élt, ahol ő volt Zsiráf, a hős, az elesettek védelmezője, a legkedvesebb és legokosabb gyerek a világon, akiről Dadus órákig mesélt a barátnőinek, és akinek hőstettei hallatán Apa és Anya a legtávolabbi országból is rögtön hazasietett.

Az iskolában persze sokszor hallotta, hogy a többiek piszkálnak másokat, de sosem mert valódi védelmezővé válni. Sokszor bántották például azt a picinke lányt, aki úgy szeretett iskolába járni, és akinek a nagymamája földig érő virágos szoknyában és bársonykalapban járt, és aki „putriban” lakott. Nem ismerte a szó jelentését, de sokszor megirigyelte az ugrándozó, viccelődő nagymamát ettől a különös kislánytól, aki mindig verset szavalt, gyöngyöt fűzött, énekelt, vagy valami ütött-kopott meséskönyvet lapozgatott magányosan.

Szívesen megnézegette volna ő is azt a meséskönyvet, amire hatalmas betűkkel az volt írva: Grimm. Neki odahaza nem voltak meséskönyvei, Dadus véleménye szerint a tévé nemsokára úgymint kiszorítja a piacról a könyveket, így inkább bekapcsolta neki az egyik mesechatornát, és visszavonult „lebonyolítani egy fontos hívást”.

Ilyesmiken gondolkozott a leghátsó padban, mikor Tanítónéni hangja megütötte a fülét: a kislányt a hátsó padba küldte. Zsiráf zavartan húzódott össze a helyén, és inkább kibámult az ablakon. A pici leányzó zoknis lábával kalimpált mellette, és a könyvét lapozgatta. Zsiráf nem bírta tovább, mohón a színes lapokra pillantott.

– Szeretné megnézni? – kérdezte tőle a kislány. A kislány félénken, majd egyre nagyobb magabiztossággal bólogatni kezdett. És onnantól kezdve nem voltak többé magányosak.

Pszota Dalma, Balassagyarmati Balassi Bálint Gimnázium (tanár: Ádám Klára)
Válogatás az „Írás és Szolidaritás – Generációs párbeszédek” című programban résztvevő diákok írásai közül.



Munkavállaló fiatalok és fiatal munkavállalók

Pszichológus a Z generációról

Melyek azok a készségek, amelyek segítik a munkaerőpiaci beilleszkedést? Fontos-e, hogy a fiatalok már az elhelyezkedéskor munkatapasztalatokkal rendelkezzenek? Miként támogathatja őket ebben környezetük? Írásunkban ilyen és hasonló kérdésekre kerestük a választ **Sass Judit** pszichológussal, a Corvinus Egyetem docensével.

Szöveg: **Maczák Ibolya**

Új generációk a munkaerőpiacon

Ha a fiatalok és a munka viszonyát a pszichológia tükrében vizsgáljuk, célszerű végiggondolni, mi is jellemzi a serdülőket, s mely tulajdonságaik befolyásolhatják őket e téren – jegyzi meg a téma szakértője.

Erik H. Erikson elmélete szerint az identitás alakulása szempontjából azért meghatározó a serdülőkor, mert ekkor zajlik a személyes, a szociális és a testi identitás „összerendeződése”, és ebben az időszakban találunk rá a fiatalok azokra az eszmerendszerekre is, amelyek meghatározzák világlátásukat. Abban többnyire egyetértenek a kutatók, hogy újabban egyre inkább „kitolódik” a serdülőkor – Jeffrey Jensen Arnett kifejezetten elhúzódó időszakról s e sajátos életszakaszban kibontakozó felnőtté válásról beszél. Arról azonban már megoszlanak a vélemények, hogy mi is jellemzi ezt a korosztályt. Jean Twenge kutatásai szerint a szülők engedékenysége „gyümölcsként” egyre gyakoribb az önző, sőt narcisztikus viselkedésmód a serdülők körében. Arnett kutatásai szerint azonban a mai fiatalok gondolkodásmódjában igenis megjelenik a felelősségvállalás, sőt a kutató egyenesen nagylelkűnek látja őket. Megjegyzendő az is, hogy a szülői engedékenység vagy korlátozás országonként is változhat. A „pesszimista” magyar szü-

lőkre – szemben például a hedonisztikusnak mondott amerikai mentalitással – korlátozó attitűd és alacsony engedékenység jellemző: azt sugallják gyermekeiknek, hogy alkalmazkodjanak bizonyos normákhoz, s ne csupán pillanatnyi vágyaiknak éljenek.

Arnett szerint ebben az életszakaszban fontos megismerkedniük a fiataloknak a munkával, mert ennek segítségével fejleszthetők leginkább az olyan tulajdonságaik, mint a lelkiismeretesség, a szociális képességek és az időbeosztás – még akkor is, ha ez a munka távol áll a később választott foglalkozástól.

Természetesen más szempontból is megvizsgálhatjuk a fiatalok és a munka kapcsolatát. Az 1996 és 2007 között születettek korosztálya, az úgynevezett Z-generáció legidősebb tagjai már a felsőoktatásban tanulnak, többségük mostanában lép a munkaerőpiacra.

E fiatalok a globalizáció vonzásában élnek és gondolkodnak – *szögezi le a szakember* –, az internet és az egyéb technikai eszközök révén állandó kapcsolatban vannak saját korosztályukkal. Ez nagyban befolyásolja gondolkodásukat: élményeikre azonnal reflexiókat kapnak, gyakorlatilag folyamatos visszajelzések közt élnek. A megelőző Y-generációhoz hasonlóan erős az önbi-zalmuk, s úgy gondolják, hogy kiemelkedő képességeik

- Erős az önbizalmuk, fontosnak tartják saját gondolataikat, ötleteiket.
- Feladatokat, kihívást és értelmes munkát akarnak.
- Fontos számukra a rendszeres visszajelzés, a karrierlehetőség és a megfelelő fizetés.
- Szívesen dolgoznak csapatban.
- Nem jellemző rájuk az egy munkahelyhez való lojális ragaszkodás.

megléte mások számára is egyértelmű. Fontosnak tartják saját gondolataikat, ötleteiket, elképzeléseiket, ennek megfelelően kezdeményezők, vállalkozó szelleműek: nem véletlen, hogy nagy szerepük van (lehet) a startup cégek alapításában és működtetésében. Főként kihívást, értelmes munkát adó munkahelyeket keresnek – elsősorban tehát feladatokat akarnak, de fontos számukra a rendszeres visszajelzés, a karrierlehetőség és a megfelelő fizetés is. Azokat a munkahelyeket részesítik előnyben, amelyek társadalmi érzékenységgel és felelősségvállalással bírnak, elkötelezettek például a környezettudatosság iránt. A Z-generáció tagjaira nem jellemző az egy munkahelyhez való lojális ragaszkodás. Elgondolásuk szerint ugyanis kulcsfontosságú az egyéni képességek fejlesztése, s amikor erre egy adott helyen már nincs lehetőség, célszerű továbbállni, újabb tapasztalatokat szerezni. Ez a mentalitás azonban nem áll ellentétben a Z-generáció tagjainak együttműködési készségével: a feladat elvégzése érdekében szívesen vállalkoznak csoportban elvégzendő feladatra. Igénylik, hogy munkájuknak „kézzelfogható”, gyakorlati haszna legyen. Éppen ezért az iskolában is az ilyen típusú feladatokat igénylik.

Varázsszó a munkahelyen: a lelkiismeretesség

Megjósolható-e, hogy valaki sikeres lesz-e a munkahelyén? Teljes mértékben természetesen nem. Van azonban néhány tulajdonság, amelynek alapján megalapozott következtetéseket vonhatunk le.

A szakember szerint a kutatások alapján a munkaadók elsősorban olyan munkavállalókat keresnek, akik nyitottak az új tapasztalatokra, energikusak, lelkiismeretesek, barátságosak, és érzelmi stabilitás jellemzi őket. A felsoroltak közül a lelkiismeretesség az egyetlen szignifikánsan előre jelző személyiségjellemző munkahelyi teljesítmény vonatkozásában. Vagyis a munkahelyi sikerességet legbiztosabban az jelzi előre, ha valaki kitartó, és pontosan végzi el a feladatait. (A munkalélektani vizsgálatok szerint a lelkiismeretességnek a legtöbb esetben legalább közepes szintűnek kell lennie ahhoz, hogy valaki hatékony legyen egy adott területen.)

Mindez fordítva is igaz: azokra, akik a munkahelyen pszichológiai értelemben „nem hatékony” viselkedést tanúsítanak (például kárt okoznak), illetve agresszívak





A fiatal maga dönti el, miként hajtsa végre a feladatokat, maga tűz ki célokat, és ő határozza meg azt is, miként dolgozzon együtt másokkal.

Az ilyen hozzáállás rendszerint örömet, elégedettséget és belső motivációt eredményez.



– jellemző a legkevésbé a lelkiismeretesség. A munkahelyi sikerességet olyan tényezők is befolyásolják, mint például hogy mennyire hajlandó valaki munkahelyi szerepén túli viselkedésre, azaz segít-e munkatársainak, hozzájárul-e a közös célok eléréséhez, ha ez nincs előírva számára.

A munkavállaló munkahellyel kapcsolatos elégedettségét az érzelmi stabilitás is valószínűbbé teszi. Ennek jellemzői már serdülőkortól kimutathatóak. Hiányában kevésbé lehet sikeres az illető munkahelyi beilleszkedése. Sőt azok, akiket nem jellemez az érzelmi stabilitás, tehát kiszámíthatatlanul reagálnak bizonyos helyzetekben, könnyebben veszítik el az állásukat. Ezt a tulajdonságot tehát a munkaadók is kevésbé tolerálják.

Öt kulcs a munkahelyi sikerhez

Mi befolyásolja még a munkahelyi sikerességet? Mely tulajdonságok a leghasznosabbak a munkavállalás szempontjából?

Úgy tűnik, manapság sokkal fontosabb az állásajánlatra pályázó viselkedése és attitűdje, mint az elméleti ismeretei – *vélekedik a pszichológus*. Egy 2015-ben készült, 15 és 29 év közötti fiatalokra vonatkozó, áttekintő kutatás arra kereste a választ, hogy miként tud valaki sikeresen navigálni a munka világában – illetve milyen készségek segítik legjobban céljai elérésében. A tapasztalatok szerint – a technikai, szakmai kompetenciát meghatározó, úgynevezett hard skillek (szakmai tudás, képzések) mellett a soft skillek (puha faktorkok, személyes képességek) egyes kutatók szerint akár 80%-ban meghatározhatják a munkahelyi sikerességet. A munkaadók tehát sokszor úgy vélik, hogy az amúgy is gyorsan fejlődő és változó technológia könnyebben elsajátítható, mint egy-egy soft skill. Azaz szívesebben tanítják be azt a jelöltet, akinek jó a kommunikációs készsége, mint azt, aki szakmai szempontból kiváló, de nem kommunikál megfelelően. Az említett vizsgálat során öt alapvető fontosságú, úgynevezett kulcskészséget különítettek el a kutatók:

- Első helyen a **társas készségeket**, amelyek közé a konfliktusmegoldás, mások tisztelete, a másokkal való együttműködés képessége is tartozik. Ha valaki nem rendelkezik ezekkel, eleve hátránnyal indulhat munkakereséskor – ráadásul egyre inkább számolnunk kell a szolgáltató ágazat erősödésével, ahol szintén alapvető fontosságúak a társas készségek. Egy angliai előrejelzés szerint 2020-ra kb. félmillióan nem fognak munkát kapni azért, mert nincsenek meg ezek a skilljeik...
- A kulcskészségek közé tartoznak az úgynevezett **kommunikációs skillek** – azaz a munkahelyi verbális, nonverbális, valamint az írott kommunikációra vonatkozó készségek. Ezek közül különös jelentősége van az aktív odafigyelésnek, amely a karriersikerességet jelzi előre. Kis túlzással azt is mondhatnánk, hogy az számíthat nagyobb valószínűséggel előléptetésre, aki képes másokat meghallgatni.

- A kulcskompetenciák harmadik csoportját a **magasabb szintű gondolkodási készségek** alkotják. Közéjük tartozik a döntéshozatal, a problémamegoldás és a kritikus gondolkodás képessége. A munkaadók meglátása szerint ez utóbbi képességgel rendelkezők tudnak igazán hozzájárulni egy munkacsoport kollektív intelligenciájához.
- A legfontosabb személyes képességek között különös jelentősége van az **önkontrollnak**. Ez ugyanis megalapozó készség, tehát minden más területet meghatározhatnak az arra vonatkozó képességek, hogy valaki mennyire képes szabályozni az érzelmeit, viselkedését – vagy éppen ellenállni a csábításnak, figyelemelterelésnek.
- Az ötödik kulcskompetencia a **pozitív identitás és énkép** – ami az énhatékonyság, önértékelés szempontjából lényeges feltétele a kezdeményezésnek, aktivitásnak és a sikeres társas kapcsolatoknak.

A felsoroltakon kívül természetesen más személyes képességeket is azonosítottak. Ezek közé tartozik a szorongalom, a megbízhatóság, a felelősségvállalás és a csapatmunkakészség is, de a munkaerőpiac szempontjából a részletesen bemutatott öt kulcskompetencia meghatározó.

Édes kitérő: a mályvacukorteszt újabb tanulságai

Ebből a szempontból is igen tanulságos az 1960-as évek közismert mályvacukortesztje – *véli Sass Judit*. Ennek során óvodáskorú gyerekeket hagytak viszonylag hosszú időre egy szem mályvacukor társaságában azzal az utasítással, hogy ha megvárják a felnőttek visszatértét, két édességet kapnak – ha viszont nem tudják megvárni, jelezniük kell, s akkor azonnal megehetik a meglévő egyet. A tapasztalatok szerint azok a gyerekek, akik hatékonyan ellenálltak a csábításnak, azaz erősebb önkontrollal rendelkeztek, serdülőkorukban is jobban teljesítettek az iskolai teszteken, kimagasló volt a tervező- és problémamegoldó készségük, ráadásul az átlagnál hatékonyabban kezelték a stresszhelyzeteket. A 2010-es években – azaz negyvenéves koruk körül – az önkontrolljuk még mindig mérhetően magasabb volt azokénál, akik annak idején könnyebben engedtek a csábításnak. Ezek alapján az önkontroll stabil, velünk született tényezőnek tűnik, amivel egyesek eleve rendelkeznek, míg másoknál hiányzik.

Egy 2012-es, rochesteri felmérés azonban módosította ezt az elgondolást. Ekkor ugyanis egy másik kísérlettel kombinálták a mályvacukortesztet. Ennek során rajzeszközöket kaptak a gyerekek azzal az ígérettel, hogy a felnőtt mindjárt sokkal szebb és több rajzeszközt hoz nekik. A tesztcsoport felénél ezt be is tartották, míg a többiek esetében megbízhatatlannak bizonyult a felnőtt résztvevő: visszatérése után elnézést kért, de nem hozott új íróeszközt. Ezt követően került sor

Szívesebben tanítják be azt a jelöltet, akinek jó a kommunikációs készsége, mint azt, aki szakmailag kiváló, de nem kommunikál megfelelően.

a „hagyományos” mályvacukortesztre, ami igencsak elgondolkodtató eredményt hozott: a megbízható felnőttel találkozó gyerekek 12 percet tudtak várni – a korábbi vizsgálatokban tapasztalt 5-6 perchez képest – a megbízhatatlansággal találkozó alanyok pedig mindössze 3-at. Tanulság: a környezetnek jelentős szerepe van az önkontroll kialakításában. Ha megbízható, stabil környezetet biztosítunk egy gyerek számára, akkor racionális választás lehet számára a várakozás a vázolt helyzetben. Lehet tehát idegrendszeri háttere az önkontrollnak, de úgy tűnik, kulcsfontosságú az is, hogy milyen környezeti hatások érik.

„Ideális” környezet, „ideális” felnőttek

De miként valósulhat meg ez a gyakorlatban? Milyen környezeti hatások segíthetik a fiatalok munkavállalását – pszichológiai szempontból?

Az úgynevezett *pozitív fiatalkori fejlődés* elmélete szerint minden gyerekben van tehetség, érdeklődés és erő is ahhoz, hogy sikeres legyen – ezt vonatkoztathatjuk akár a munkavállalásra is. Maga az elmélet a gyermek- és serdülőkori képességek és erősségek változását vizsgálja, valamint azt is, hogy milyen feltételek szükségesek a sikeres fejlődéshez, a kibontakozáshoz és a növekedéshez. Három irányzata (modellje) különböző szempontból határozza meg ezeket. Az egyik az ehhez szükséges egyéni képességeket azonosítja, a másik a fejlődési forrásokra fókuszál, a harmadik pedig azt hangsúlyozza, hogy az unalommal és motivátlansággal szemben a kezdeményezés képessége segíti leginkább a folyamatot.

Különbségei mellett mindhárom irányzat kiemeli a közeg (család, iskola) fontosságát. Ennek alapján jól körülhatárolhatjuk, hogyan támogathatják leghatékonyabban a felnőttek a fiatalokat a munkaerőpiac számára fontos készségek kibontakoztatásában. Az idősebb generáció képviselőjére ilyenkor rendszerint mentori, facilitátori feladat hárul – biztosítani a rábízott fiatal számára azt, hogy megfelelő mértékű irányítás mellett értelmes feladaton dolgozhasson lehetőleg másokkal együtt. Ez utóbbi lényege, hogy bár a felnőtt „terelgeti” a fiatalot, adott esetben figyelmezteti is az esetleges problémákra, sőt bátorítja kudarc esetén, nem old meg mindent helyette. Például nem strukturálja helyette a feladatokat, és nem mondja meg pontosan, mit kell tennie. A fiatal tehát maga dönti el, miként hajtsa végre a feladatokat, maga tűz ki célokat, és ő határozza meg



azt is, miként dolgozzon együtt másokkal. Az ilyen hozzáállás rendszerint örömet, elégedettséget és belső motivációt eredményez – lényegében meghozza a fiatalok kedvét a munkához.

Kutatások igazolják, hogy a nem kognitív készségek erősítésébe fektetett energia a kognitív előrehaladást is támogatja, erősíti. Ebben kulcsszerepük van a különböző útmutatásoknak, mentoráló programoknak – melyek keretében a fejlesztések a szociális skillekre is fókuszálnak. Igen hatékonyak a mentori programmal kiegészített gyakornoki lehetőségek, melyek során egyaránt megtapasztalható az értelmes munkavégzés és a munkahelyi felelősségvállalás. Mivel ezekkel a lehetőségekkel elsősorban azok a gyerekek élnek, akiknek eleve jobbak a szociális képességeik, célszerű ezeket minél hamarabb fejleszteni és így csökkenteni az esetleges hiányosságokat is.

**A munkahelyi sikerességet
legbiztosabban az jelzi előre, ha
valaki kitartó, és pontosan végzi el
a feladatait.**

Iskolai helyzetek – evolúciós tanulságok

Az ideális környezet szempontjából különleges, összetett feladata lehet az iskolának. Ezt erősíti meg szakértőnk is.

Ebben a megközelítésben különösen nagy szerepe van az iskola kétféle funkciójának: az intézmény ugyanis egyrészt a tanulás, a kognitív képességek elsajátításának a helye, másrészt itt találkozhatnak a kamaszok a számukra oly fontos kortársi referenciacsoporttal is. Ebből adódóan az iskola alapvető élményforrássá válik az érzelmek tekintetében is. Mindkét szempontból fontosak az önértékelést befolyásoló visszajelzések. A tanár egy felelősnél a tanulást értékeli, a társak elfogadása azonban nem feltétlenül az iskolai teljesítményen múlik. Mindkét visszajelzés igen fontos az önértékelés szempontjából, ezért könnyen belátható, milyen nehéz helyzetbe kerül egy fiatal, ha az iskola által közvetített értékek eltérnek a referenciacsoportétól. Például az osztályközösség által strébernek tartott jó tanuló, ha jól

felel, kiközösítik, ha rosszul, a tanár előtt szégyelli magát. Ebben az esetben az hozhat megoldást, ha az iskola tudatosan, a gyerekek bevonásával alakít ki olyan normarendszert, amely „mindkét fél” számára elfogadható. Ezek alapvetően befolyásolják a munkaerőpiaci szempontból igen fontos társas készségeket is. Iskolai környezetben leginkább az elfogadás, illetve kizárás horizontján figyelhetők meg. Ennek megfelelően a csoport kiközösítéssel jelzi, ha valaki nem tartozik tagjai közé. A kirekesztéssel élmény evolúciósan megalapozott érzelmi reakciókat előhívó helyzet (hiszen a valahová tartozás az ősidőkben a túlélés forrása volt), ezért nagyon érzékenyen reagálunk rá. Idegrendszeri kutatások igazolják, hogy egy fogfájásnál erősebb fájdalomnak megfelelő negatív érzélem lesz úrrá rajtunk – függetlenül attól, hogy valódi-e, szándékos-e a kirekesztés (vagy csak félreértünk egy adott helyzetet). Ezt ösztönösen is elnyomni igyekszünk, s mindenképpen tenni próbálunk azért, hogy visszafogadjon a közösség. A helyzettől függően rendszerint kétféle stratégiával élünk. Az első esetben sokkal konformabbá válunk, szinte bármit megteszünk, hogy a csoport visszafogadjon – például olyan véleményt is elfogadunk, amivel nem értünk egyet. Ha a kontrollérzetünket fenyegeti a kiközösítés, agresszívvé válhatunk – azaz minden módon igyekszünk felhívni a közösség figyelmét arra, hogy ez a viselkedés nem helyes velünk szemben. (Sajnos ez nem túl hatékony stratégia.)

Ezzel szemben a csoporthoz tartozás, a „közösségi érzés” önmagában is támogathatja a mentális jóllétet, hiszen társas támaszt és kontrollérzetet jelenthet. A csoport tagjai tehát biztonságban érzik magukat, mert van kihez fordulniuk szükség esetén, a közösségben egyfajta – ugyancsak megnyugvást jelentő – kontrollérzet is nyerne. Ideális esetben ezt az iskolai környezetben is megtapasztalják a diákok. Mindezek alapján érdemes elgondolkodni azon, hogy a hagyományosan kognitív készségekre fókuszáló hazai közoktatás mekkora hangsúlyt helyez a „soft” készségekre, amelyeket a társadalom és a gazdaság elvár az új generációtól – mondja Sass Judit. – Saját oktatási tapasztalatom alapján is azt mondhatom, hogy bizonyos készségek fejlesztése a felsőoktatás számára is feladat: oktatótársaim és a hallgatók is jelzik, hogy az együttműködést tanítani, tanulni kell az egyetemen is. Többször előfordult, hogy a hallgatók kérték, hogy inkább egyedül készíthessék el a csoportmunkát, mivel az „kevesebb stresszel jár”. Az is látható, hogy a gyakorlatban kipróbálható, a munka során érvényesnek talált tudás motiválja leginkább a hallgatókat, hiszen az elméleti ismeret mindenki számára hozzáférhető.

Bánkuti Csenge LEJTŐS UTCA

Hazafelé mentem az iskolából. Az utcánk, ahol lakom, nem túl hosszú. A Főnix pizzériától az árvaházig tart, ez a távolság nem lehet több kétszáz méternél. Mégis, rendkívül érdekes, hogy milyen sokféle ember lakik vagy jár-kel ebben a kis utcában.

Ezen persze magamtól sosem gondolkodtam volna el. Amikor hazafelé megyek, általában csak bámulok magam elé, az utam zavartalan, hacsak közbe nem jön egy hirtelen ajtócsapódás, egy nyitott ablakon kiszűrődő tévéműsor hangja, esetleg a szomszéd néni morgása, miközben kiviszi a szemetet.

De ezekre általában ügyet sem vetek. Sokszor észre sem veszem, mi történik körülöttem, csak bambulok ki a fejemből, és ha még egy fülhallgató is van nálam, akkor végképp ki tudok zárni mindenféle jelzést, amivel a külvilág magára vonná a figyelmemet. Ám ezen a napon valami mégis behatolt a tudatomba, szemfülessé tett.

Kivételesen másik irányt választottam, nem a Főnix pizzeria felől indultam el, hanem az árvaháztól. (Tudom, gyereknevelő intézet vagy valami ilyesmi hivatalosan, de mindenki csak árvaháznak mondja.) Ezt a környéket sosem szerettem, kifejezetten nem jó hely ez, ráadásul itt van a börtön is, pontosan az árvaházzal szemben. Általában néptelen itt minden, de most két, pontosabban három ember is tartózkodott a börtön előtt: egy nő meg egy férfi, a húszas éveikben járhattak, fiatalok és egy négy-öt éves kisfiú, aki a nő hátán csimpaszkodott. Beszélgettek egy férfival, aki kihajolt a börtönablakon.

- Mióta vagy bent? – kérdezte a nő.
- Á ... pár napja.
- Na! Hónap nekünk is lesz ítélet.
- Má' meg micsinátá?!

A nő válaszát már nem hallottam, ahhoz meg kellett volna állnom vagy feltűnően lassítani, de bennem ragadt a jelenet. Szegény gyerek – gondoltam –, esélye sem lesz meg tapasztalni, milyen egy normális vagy legalábbis szerintem normális élet! Nem is tudom, miért, de most elkezdtem alaposabban szemügyre venni a környéket, ahol lakom. Pont az árvaház előtt haladtam el, rapzene szűrődött ki az ablakokon, a szöveg magyar, de nem ismertem, nem is tetszett, túlságosan erőltetettnek, közhelyesnek találtam. Két megtermett fiú lépett ki éppen az épületből, csak a túloldalra mentek, a kukákhoz, cigizni. Nap mint nap látom őket. Egyébként kedvesek. Amikor ideköltöztünk, segítettek behurcolkodni.

Kicsivel arrébb egy romos ház áll. Régebben az alagsorában egy nagyon szegény család lakott. Anya ismerte őket valahonnan, de lehet, hogy csak az anyát. Gyakran vittünk nekik ételt vagy kinőtt ruhákat, de azóta már elköltöztek egy közeli faluba. A szülők kaptak ott valami munkát is. Kíváncsi lennék, mi van most velük.

Ahogy továbbhaladtam, hirtelen észrevettem, hogy ez a ház, ez a halott ház mintha valamiféle választóvonal lenne. Utána rendezett, gondozott épületek következnek, családok otthonai, kicsi üzletek. Ott van például a Coco Szalon, szemben a romos házzal. Egy nő lép ki éppen az ajtaján, tökéletes, friss frizurával, csillogó hajjal, mellette egy idősebb hölgy, aki láthatóan bosszús, folyamatosan beszél, azt panaszkodik, hogy elképzelni sem lehet, mennyi kellemetlenséget okozott a rövid vízszünet neki meg a szomszédjának.

Utána a Belvárosi Iskola, a kapun kilépő tízéves kissrác az apjával vitázik, új telefont szeretne, és úgy tűnik, az apa beadja a derekát, könnyen meggyőzhető. Ezer meg ezer érv, hogy ezt, ami van, igenis ki kell dobni, mert vacak, és persze már mindenkinek jobb van.

Mi a Belvárosi Iskolával szemben lakunk. Egyszerű, sárga ház. Előkeresem a kulcsomat, kinyitom a kaput. Ismerős illat csapja meg az orromat, anya vár, süti valamit. Mielőtt belépnék, visszatekintek az utca tetejére. Az árvaház előtti kukáknál már csak az egyik fiú áll. Fázósan toporog, és elnyomja a csikket.

Bánkuti Csenge, Szent Mór Katolikus Óvoda, Általános Iskola, Alapfokú Művészeti Iskola és Gimnázium (tanár: Szakács Emília)
Válogatás az „Írás és Szolidaritás – Generációs párbeszédek” című programban résztvevő diákok írásai közül.



Önkéntesség a Vöröskeresztnél

A Magyar Vöröskereszt két tisztségviselője saját életén keresztül mutatja be az önkéntes munka szépségét és lendületet adó szerepét. **Dr. Birinyi Péter** szakgyógyszerésszel, a Budapesti Vöröskereszt elnökével és **Horváth Péter Zsolt** civil szakmai igazgatóhelyetttel beszélgettünk.

Szöveg: **Sallai Éva** | Fotó: Kaliczka Gabriella



Az „év gyógyszerésze” segíti a szociálisan rászorultakat

– Az önkéntességre nemcsak a Vöröskereszt jó példa, hanem Ön is, hiszen önkéntes munkában végzi elnöki tevékenységét, tehát nem kap érte fizetést. Miért vállalta el ezt a nagy munkával járó tisztséget?

Birinyi Péter: – Valóban sok a feladat. Lassan tíz éve vagyok kapcsolatban a Magyar Vöröskereszttel, elsősorban a budapesti szervezettel. Amikor adódott valamilyen feladat, és segíteni kellett, mindig jelentkeztem. Így például volt olyan józsefvárosi óvoda, amit kifestettünk a Vöröskereszt szervezésében, én a külső kerítést festettem. Amikor a menekült-krizishelyzet volt Budapesten, akkor segítettem megszervezni a gyógyszerellátást mind a Nyugati, mind a Keleti pályaudvaron a tranzitzőnákban. Most pedig a hidegre való tekintettel a hajléktalanok ellátását támogatom vitaminadományokkal. Mindezt jó szívvvel és önzetlenül teszem, mert tudom, hogy ez egy olyan hiteles szervezet, melyen keresztül a rászoruló embereken segíthetek. Tavaly ősszel volt a Magyar Vöröskereszt tisztújító közgyűlése, ahol jelöltek, majd megválasztottak budapesti elnöknek. Azért vállaltam el ezt a nagy megtiszteltetést, mert úgy gondolom, hogy vezetőként még többet tehetek az emberekért. Így meg tudom valósítani a szervezeten belül azon elképzeléseimet, melyek a köz javát szolgálják.

– Mit ad Önnek lelkileg, emberileg az önkéntesség, amiért megéri csinálni?

B. P.: – Jó érzés másokon segíteni. Minden egyes cselekedet, amellyel szociálisan vagy bármilyen szempontból rászoruló embereken segítünk, pozitív töltetet ad a mindennapokban. Úgy gondolom, hogy az önkéntesség minden ember életének a részét kellene, hogy képezze.

– Ön a budapesti Mikszáth Gyógyszertár vezetője. Mit tapasztal a mindennapokban, mire van leginkább szükségük az embereknek?

B. P.: – Egy szóval válaszolva: élelmiszerre. Ismerek olyan nagymamát, aki egyedül neveli a három unokáját, mert a szülők autóbalesetben meghaltak. Ismerek olyan asszonyt, aki egyedül nevel négy gyermeket, mert a férje meghalt. És ismerek olyan családot, akiknél kikapcsolták az áramot, egy alagsori szükséglakásban laknak, és egy gyertyát gyújtanak meg, hogy lássanak valamit a sötétben. Mivel a Józsefvárosban dolgozom, találkozom velük nap mint nap. Több olyan családdal vagyok kapcsolatban, akiknek élelmiszert viszek. A környező utcákban laknak, ezért bevásárolók nekik apróbb dolgokat. Ők rendezett körülmények között élnek, de nagyon kevés pénzből kell gazdálkodniuk, és sok az éhes száj, sok gyermek van a családban. Rajtuk próbálunk elsősorban napi szinten segíteni. A környező pékségek is támogatnak ebben, mert zárás után vagy nyitáskor felajánlják a másnapos pékárut, ami teljesen jó még két-három napig, de eladni már nem tudják. A járókelők sokszor megnézik, mit cipelek. Az idős embereket meg szoktam kérdezni: „Kér egyet?”, és gyakran mondják, hogy: „Igen, köszönöm szépen, mert nem ettem két napja.” Most nem hajléktalanokról beszélek, hanem rendezett külsejű emberekről, akikről senki sem gondolná, hogy éheznek. Kinyitom nekik a zsákot, és választanak maguknak. Mindig mondom, hogy vegyenek nyugodtan többet is, hiszen van bőven. Tízből tíz azt mondja: „Nem, köszönöm, egy vagy kettő elég, jusson másnak is.” Ez annyira jó érzés, hogy a szegényebb emberek mennyire gondolnak a másikra, mennyire bennük van az, hogy bár ők is rászorulnak, most kapnak egy kis segítséget, és jusson másnak is, másnak is legyen kicsivel jobb, ne csak nekik. Ez nagyon pozitív visszajelzés a mai világban. Örülök, hogy így gondolkodnak a körülöttem élő nehéz sorsú emberek. És annak is örülök, hogy a Magyar Vöröskereszt munkájába bekapcsolódó fiatal önkénteseink ezt látják, tapasztalják, amikor velünk együtt segítenek a nehéz körülmények között élő embertársaiknak.





Fiatal önkéntesek, akik életet is tudnak menteni

– Hogyan segíti elő a Vöröskereszt szervezete a fiatalok bevonását az önkéntes munkába?

Horváth Péter Zsolt: – Van Ifjúsági Tagozatunk, a benne dolgozó munkatársak nagyon aktív munkát végeznek az oktatási intézményekben. Törekednünk kell rá, hogy a fiatalok, akik a Vöröskereszttel kapcsolatba kerülnek, ne csak képzéseken és rendezvényeken vegyenek részt, hanem kapjanak lehetőséget arra is, hogy vöröskeresztes dolgozóként tevékenykedjenek. Nyilván sok önkéntesünk választ más, például pénzügyi pályát, de ők majd partnereink, adományozóink vagy véradóink lesznek. Mi szeretjük hosszú távon „működtetni” azokkal a kapcsolatot, akiket gyermekkorban vagy fiatalkorban megtaláltunk, és megszerettek minket. A fiatalok nálunk is a jövő letéteményesei, tehát nélkülük nincs mozgalom, nincs vöröskeresztes élet.

– A Vöröskereszt Budapesti Ifjúsági Szervezetének honlapján is szerepel, hogy várják a fiatalokat önkéntes munkára. Mi a teendőjük, és hol jelentkezhetnek az érdeklődők?

H. P. Zs.: – Azt szoktuk mondani, hogy mindenki tökéletes önkéntes, és minden embernek, minden diáknak megvan az az érdeklődési köre, amit szívesen csinálna egy szervezetben. Van, aki ételt szeretne osztani, vagy ruhát szeretne válogatni, és van, aki előadást szeretne tartani, de nagyon sok fiataalt az elsősegélynyújtás is vonz. Mindenkit várunk, bárki jöhet hozzánk önkéntesnek. Van több kerületi irodánk, ott lehet jelentkezni, illetve a honlapunkon megadott központi elérhetőségünkön is. Minden jelentkezővel röviden elbeszélgetünk, hogy megtaláljuk a hozzá illő tevékenységet.

– Ön hogyan került kapcsolatba a Vöröskereszttel?

H. P. Zs.: – 2003-ban mentőápoló-hallgatóként beneveztek egy vöröskeresztes elsősegélynyújtó versenyre, ahol annyira jól szerepeltem, hogy a kerületi munkatárs felkért, tartsak előadásokat, bemutatókat gyerekeknek, fiataloknak vöröskeresztes rendezvényeken. Rövidesen felvettek ifjúsági szervezőnek, aztán ifjúsági referens lettem, most pedig már igazgatóhelyettes vagyok. A saját példámon is jól látszik, hogy az önkéntes tevékenységnek egy nagyon jó útja a Vöröskereszt munkájába való bekapcsolódás és a részvétel.

Fontosnak tartom, hogy van egy országos, felmenő rendszerű elsősegélynyújtó versenyünk, amelyen kifejezetten általános és középiskolás korú gyerekek és felnőttek indulhatnak, akik a verseny során az elmélet mellett a gyakorlatban is összemérhetik a tudásukat. A nyáron is volt két olyan önkéntesünk, aki életet mentett a gyakorlati tudásának köszönhetően.

– Szerveznek iskolákban elsősegélynyújtó tanfolyamokat? Lehet-e ilyen igény-nyel a Vöröskereszthez fordulni?

H.P.Zs.: – Az iskolákba – tekintve, hogy az egyik fontos feladatunk az elsősegélynyújtás népszerűsítése – rendszeresen kijárnak az Ifjúsági Tagozat önkéntesei. Két-három órás felkészítő tréningeket tartanak azzal a céllal, hogy az a fiatal, akit ez a tudás jobban vonz, jöjjön be hozzánk egy önkéntes képzésre, tanulja meg, legyen önkéntesünk, és ezt a tudást széles körben kamatoztassa. Sok olyan önkéntesünk van, aki most már mentőápoló, mentőorvos, védőnő vagy sebészorvos. Mindig azt mondom, hogy az elsősegélynyújtó tudás megszerzése egyfajta pályaorientációt ad a fiataloknak, és segíti, hogy az érettségi idejére már tudják, milyen irányban szeretnének továbbtanulni. Bátran keressenek minket az iskolák, mi boldogan állunk rendelkezésükre nemcsak Budapesten, hanem az egész országban.



NÉVJEGY

Dr. Birinyi Péter PhD, szakgyógyszerész 1981-ben született Debrecenben. 2005-ben szerzett diplomát a Debreceni Egyetem Gyógyszerésztudományi Karán, majd 2008-ban PhD-fokozatot az egyetem Élettani Intézetében. Jelenleg a budapesti Mikszáth Gyógyszertár vezetője, a Semmelweis Egyetem oktatója, valamint a Pécsi Tudományegyetem Gyógyszerésztudományi Karának meghívott oktatója. A Magyar Gyógyszerésztudományi Társaság Budapesti Szervezetének és a Magyar Vöröskereszt Budapesti Szervezetének elnöke. 2015-ben szakmai irányelvet írt „Várandósgondozás” címmel, amelyet elfogadtak, és alkalmazást nyert a hazai egészségügyben.

Díjak, elismerések: Az Év Gyógyszerésze különdíj (2016), Az Év Patikája díj (2015), Az Év Gyógyszerésze díj (2014), Pro Praxis Pharmaciae kitüntetés (2014), Rozsnyay Mátyás-émlékérem (2013)

Nem csak télen kell a segítség

– Valamennyien tudjuk, hogy a téli időszakban többszörösére nő a segítséget kérők száma. Milyen eredménnyel zárult az év legnagyobb szabású adománygyűjtő akciója, a Mikulásgyár, melyet a Magyar Vöröskereszt és partnerei a karácsony előtti hetekben valósítottak meg?

Birinyi Péter: – A téli időszakot hívjuk szociális szempontból krízisidőszaknak, amikor nagyon sok rászoruló emberen kell segítenünk. A Mikulásgyár valóban az év legnagyobb szabású adománygyűjtő akciója. Az ország tizenhét pontján várták hivatásos és önkéntes munkatársaink az egyéni és vállalati felajánlásokat, melyeket a legrászorultabbaknak juttatunk el. A budapesti gyűjtőpontokon a Vöröskereszt munkatársai és közel 400 fős önkéntes csapat fogadta és válogatta a beérkezett adományokat. Az idei évben is nagy mennyiségben érkeztek a felajánlások: a két budapesti helyszínen 14 251 doboz, 115 417,6 kg adomány gyűlt össze, amiből 3675 doboz, 41 478,2 kg tartós élelmiszer volt.

Szeretném azonban felhívni a figyelmet arra, hogy nemcsak karácsonykor, hanem egész évben segíteni kell rászoruló embertársainkat. Minden adományt elfogadunk, így élelmiszer-adományokat (elsősorban tartós élelmiszereket) vagy ruha-adományokat, melyeket ki tudunk osztani az általunk felkarolt családoknak.

– Melyek a 2017-re szóló tervei elnökként?

B.P.: – A „Játszóteri hősök” például egy nagyon jó kezdeményezés, melyet 2017-ben mindenképpen folytatni szeretnénk, sőt több budapesti kerületre is szeretnénk kiterjeszteni. Ez arról szól, hogy vöröskeresztes önkéntesek segítenek játszva megtanítani a gyerekeknek, hogy mit kell tenniük a sebellátás vagy a kisebb balesetek ellátása során. Nagyon fontos szerintem a Magyar Vöröskereszt folyamatos fejlődése, az innováció. Lényeges, hogy minél több oktatási intézményt tudjunk megszólítani, és minél több óvoda, iskola bekerüljön alapszervezeteink közé. Szeretném, hogy a gyerekek kicsi koruktól kezdve így szocializálódjanak, ebben nőjenek fel, tehát már kisgyermekkortól meglegyen az érzékenyítés arra, mennyire fontos az önkéntesség és a társadalmi szerepvállalás a mindennapi munkánkon, a mindennapi elfoglaltságainkon túl.



Önkéntesség az Ifjúsági Tagozatnál

Önkéntes munkájuk során a fiatalok sok tapasztalatra tehetnek szert, mely megalapozza a felnőttkorban elengedhetetlen felelősségtudat kialakulását, és felkészíti őket a nagykorú életre. Az Ifjúsági Vöröskereszt a **valahová tartozás érzését** biztosítja, elősegíti egy segítő kortárs közösség létrejöttét, a szabadidő hasznos és tevékeny módon való eltöltését.

A Magyar Vöröskereszt ifjúságpolitikája meghatározza a szervezet **tevékenységi körét**: az élet- és egészségvédelmi ismeretek elsajátítása, a családi életre való felkészítés, az egészséges életmódra nevelés, a humanitárius eszmeiség terjesztése, az ifjúsági vezetőképzés. A fiatalok felkészítésében azoknak az ismereteknek az elsajátítását tűztük ki célul, amelyeket ma egy karitatív szervezet fiataljaitól elvár a társadalom:

- véradásszervezés
- prevenciók előadások, foglalkozások lebonyolítása és szervezése (drogprevenció; AIDS-prevenció; szexuális felvilágosítás; alkohol- és dohányzásprevenció; családi életre nevelés; csecsemőgondozás)
- sebimitációs, baleseti szimulációs tevékenységek
- elsősegélynyújtó előadások, rendezvények lebonyolítása; ügyletek biztosítása
- arcfestés, kreatív foglalkozások (origami, gyöngyfűzés stb.)
- eszmeterjesztés, a vöröskeresztes ismeretek átadása
- foglalkozások tartása (szociális érzékenyítés, csoportkohézió kialakítása, kommunikációs tréningek)
- versenyszervezés és lebonyolítás (Elsősegélyverseny, Csecsemőgondozási Verseny, Környezetvédelmi és Egészségnevelési Verseny, Társasjáték Bajnokság)
- Budapesti Óvodai Program (foglalkozás 3–6 évesekkel)
- önkéntességgel összeegyeztethető tevékenységek, pl. hőségriadó és vízosztás, perselyezés, kitelepítés (bombariadók), logisztikai segédkezés, katasztrófavédelmi tevékenység (kitelepítés, gyakorlatok stb.)
- önállóan szervezett közösségi programok (ünnepségek, találkozók, kirándulások stb.)
- kapcsolatépítés, promóció.

Az ismeretek átadása érdekében 16-féle ifjúsági önkéntes képzést valósítunk meg:

Prevenciók (kortárselőadó) képzések

- **Hagyományos prevenciók képzések (szexuális felvilágosítás; AIDS-, drog-, dohányzás- és alkoholprevenció):** A képzések/előadások elsődleges célja a fiatalok felvilágosítása; másodlagos célja, hogy a kiképzettek prevenciók előadásokat tartsanak iskolákban, hogy az általános és középiskolás fiatalok olyan tudással rendelkezzenek az adott témában, ami lehetővé teszi kortársaik korrekt felvilágosítását, hiszen információik naprakészsége biztosítja tanácsadásuk hitelességét.

(Társadalmi) prevenciók képzések

- **A családi életre nevelés:** A képzésen a család szerepének erősítése, a családi konfliktushelyzetek megoldási módjai, valamint a családban történő kommunikációs technikák kerülnek előtérbe. A képzés elsősorban a fiatalokat készíti fel a szülői szerepre.
- **Csecsemőgondozás:** A képzés a csecsemőgondozás témakörben elsődlegesen a gyermekek és fiatalok elméleti tudásának, gyakorlati ismereteinek fejlesztését, a résztvevők szülői szerepre való felkészítését tűzi ki célul.

Egészségügyi képzések

- **Elsősegélynyújtás:** A képzés célja, hogy a fiatalok elsajátítsák a téma leg-alapvetőbb gyakorlati tevékenységeit – kiemelve az életmentés fontosságát –, megismerjék az ember anatómiai felépítését, felismerjék a sérülések fajtáit és minőségét, valamint mélyebb betekintést kapjanak az elsősegélynyújtás jogi hátterébe.
- **Sebimitáció (baleseti szimuláció, sebimitáció):** A fiatalok ezen a képzésen sajátíthatják el a sebimitáció legalapvetőbb gyakorlati tevékenységeit, a sérülések fajtáit és minőségét. A baleseti szimuláció a sérülés megszerzését követő ellátás során történő mozdulatok, kommunikáció elsajátítása.
- **Véradásszervezés:** A képzés a vér élettani, biológiai szerepével ismerteti meg a hallgatókat, majd a véradás szervezésének hátterébe, kiemelt egészségügyi fontosságába vezeti be a fiatalokat.
- **Egészséges életmódra nevelés:** A képzés átfogóan kimeríti az egészséges életmódra nevelést, melyben kiemelt szerepet kap a helyes táplálkozás, a személyi higiénia, a fogápolás, valamint a minimálisan szükséges mozgás, illetve mozgásgyakorlatok elsajátítása.

Kreatív képzések

- **Arcfestés:** Leginkább gyakorlati képzés, ahol az érdeklődők kreatív és művészi képességét, valamint az önmegvalósítást fejlesztjük. A résztvevők elsajátíthatják a kisgyermekek kezelésének módjait, a velük való kommunikáció stílusait.
- **Kreatív mester:** A kreatív mester olyan fiatal, aki elsajátította azokat a gyakorlati technikákat, melyek képessé teszik őt arra, hogy levezessen olyan kreatív foglalkozásokat, melyek a gyerekek alkotótevékenységét és fantáziáját fejlesztik. A képzésen a fiatalok elsajátíthatják többek közt a szövés-fonás, a gyöngyfűzés, az origamizás, a rajzolás-festés legelemibb technikáit.

Vezetőképzések

- **Csoportvezetés:** A képzésen a fiatalok olyan általános ismereteket szerezhetnek, amelyekkel erősíthetik a közösségi összetartozást, ezáltal a későbbiekben csoportvezetők, -irányítók lehetnek, megtanulják a programszervezés alapvető kritériumait, megismerhetik a szponzorkeresés módjait. A képzés célja olyan fiatalok kinevelése, akik hatékonyan és diplomatikusan képesek fiatalokat irányítani, nagy játékkismerettel, megfelelő határozottsággal és magabiztossággal rendelkeznek.
- **Játékmester:** Ezen a képzésen a jelentkezők rengeteg rekreációs, logikai, készség- és képességfejlesztő játékot sajátíthatnak el, melyeket a későbbiekben szinte bárhol alkalmazni tudnak a közösségi összetartozás kialakításához.

Egyéb vöröskeresztes képzések

- **Eszmesterjesztés:** A képzés a Vöröskereszt mozgalom történetéről és megalapítójáról, a szervezet felépítéséről, tevékenységeiről, feladatairól és céljairól, a Nemzetközi Vöröskeresztről, az emblémáról, az alapelvekről, a humanitárius jogrendszerrel nyújt átfogó ismereteket. A képzés kiemelt része a fiatalok empátiájának, toleranciájának fejlesztése, a segítő hozzáállás elsajátítása.
- **Szociális érzékenyítés:** A képzésen a Vöröskereszt kiemelt szociális feladataival és tevékenységével ismerkedhetnek meg. Legfontosabb célja egymás megértése, elfogadása, a szociális készség kialakítása, az egymáson való segítség, az önzetlenség tudatosítása.

Elérhetőségek:

- Honlap: voroskeresztbp.hu/content_29-hu.html
- Telefon: (06-1) 311-3660
- www.facebook.com/MIVKBP/
- www.facebook.com/groups/MIVKBP/

Iskolai előadásokkal, rendezvényekkel a területileg illetékes kollégák, bármilyen más jellegű programmal kapcsolatban az ifjúsági referens az illetékes. Az ő közvetlen elérhetőségük a honlapon található.



A tanároknak is kell a támogatás

Miért hasznosak a közösségi szolgálatos pedagógus-továbbképzések?

Szöveg: **Mézes József** intézményvezető pedagógus



Az iskolai közösségi szolgálatnak az a célja – és azért is tették kötelezővé –, hogy az élménypedagógia módszereinek segítségével a diákokat olyan pozitív élményekhez juttassa, amelyek formálják a személyiségüket, és gazdagítják az élettapasztalatukat. A program keretében a diákok olyan tevékenységeket próbálhatnak ki, amelyek során hasznosnak érezhetik magukat, ugyanakkor a pedagógiai cél, a szociális érzékenyítés is megvalósul. Ehhez azonban szükség van a támogató pedagógusi és intézményi háttérre. Akik koordinátorként szeretnének jobban megismerni a program pedagógiai céljával, szeretnének motivációt szerezni, ötleteket és valós segítséget kapni a programszervezéshez és az adminisztrációhoz, azokat többféle továbbképzés is várja országszerte. Az IKSZ-koordinátor motiváltsága alapvető fontosságú, hiszen elsősorban ezen áll vagy bukik a program hatékony megvalósulása.

Miért hasznos a képzés?

Az OFI által akkreditált 30 órás képzések elsődleges célja a szemléletformálás. Oktatóként sokszor találkozom olyan kollégákkal, akik rengeteg panasszal érkeznek a képzésekre: gondjuk van a dokumentációk naprakésziségeivel, iskolai koordinátorként idő hiányában nincs energiájuk pontosítani a konkrét feladatokat a fogadó intézményekkel; sokszor tanácsstalanok, és külön harcot kell vívniuk a fogadó intézményekkel. Talán a kollégák értetlensége és közönye a legfájdalmasabb a számukra. Sajnos még mindig akadnak olyan iskolák, ahol nem értették meg a közösségi szolgálat kötelezettségen túlmutató szellemiségét és valódi szerepét. Itt szeretném kiemelni az intézményvezető szerepét, aki támogató hozzáállásával segíthet túljutni a kezdeti nehézségeken.

A képzés további célja, hogy bemutassuk azokat a módszereket, szervezési módokat, ötleteket, gyakorlati praktikákat, melyek segítségével sikeresen és hatékonyan szervezhető, kiépíthető, működtethető, lebonyolítható ez a „kötelezően végrehajtandó feladat”.

A képzés lehetőséget biztosít a tapasztalatcserére is, hogy az iskolák kapcsolatokat építsenek, megismerkedjenek más intézmények jó gyakorlataival, nehézségekre adott válaszaival, és így lássák, miként tud jól működni a program, aminek eredményeként talán nagyobb kedvvel, a diákok örömeire végzik majd a munkájukat.

A képzés a fogadó intézmények pedagógiai végzettségű szakemberei számára is sok segítséget nyújt. Általános iskolák pedagógusai is jönnek, hogy felkészüljenek fogadó szervezeti szerepükre.

Miről szól egy képzés?

A képzésen a kollégák részletes tájékoztatást kapnak a hatályos jogszabályokról, amelyek alapján kell az iskolai közösségi szolgálatot megszervezni. Igényként merült fel, hogy a praktikus bevált dokumentumokat részletesen mutassuk be – ezt be is építettük a képzésbe, ezzel is segítve a koordinátorok munkáját. Előadóként igyekszem a résztvevőkkel olyan programokat megismertetni, amelyek könnyen és jól működtethetőek, és adaptálhatóak más intézmények számára is. A képzésen mindenki a saját iskolája számára dolgoz ki érzékenyítő foglalkozást, tervez programokat, majd ezeket közösen megvitatjuk. Nagy hangsúlyt fektetünk arra, hogy az iskolák profiljának és a kollégák érdeklődési körének megfelelő, az iskola életébe integrálható programokat ajánljunk, ezekre hívjuk fel a koordinátorok figyelmét. A legfontosabb, hogy a kollégák megértsék a reflektálás, az események feldolgozásának szerepét és fontosságát. Terepgyakorlatként fogadó intézményeknél is látogatást tesznek, hogy a „másik oldalt” is megismerjék, és azokkal a feladatokkal, problémákkal is tisztában legyenek, amelyekkel a fogadó intézmények küzdenek. Szeretnénk a teljes folyamatra rálátást biztosítani, így a szervezés is hatékonyabb lesz. A terepgyakorlat hozza meg általában az igazi áttörést, a résztvevők szemléletváltását, mert közvetlen tapasztalatuk lesz a közösségi szolgálat értelméről, hatásáról. Már nem kötelezettséggént tekintenek rá, hanem hasznos, embert formáló feladatra, amihez nekik nemcsak szervező tanárként, hanem állampolgárként is közük van.



Kiknek ajánljuk?

A képzésekre általában a koordinátori feladatokkal megbízott pedagógusok és osztályfőnökök jönnek el. Véleményem szerint azonban – mivel a közösségi szolgálat szervezése intézményszintű feladat – egy közép fokú oktatási intézmény minden pedagógusának (beleértve az osztályfőnököket, gyógypedagógusokat, ifjúságvédelmi felelősöket, szociálpedagógusokat is) és a vezetőjének is helye lenne a képzésen.

Ahhoz, hogy a tanulók megérezhessék a közösségi szolgálat élménypedagógiai jellegét, nélkülözhetetlen a motivált, elhivatott és felkészült pedagógus, aki szívesen végzi ezt a feladatot, és rendelkezik az iskolai közösségi szolgálat céljainak megvalósításához szükséges kompetenciákkal, készségekkel. Az elhivatott pedagógust nem lehet túlbecsülni. Az ilyen pedagógus szán időt arra, hogy személyesen figyelemmel kísérje, „koordinálja” a diákokat, aminek köszönhetően nő a diákok biztonságérzete, érzik, hogy megbecsülik őket. Akaratlanul is magukévá teszik a koordináló pedagógus értékrendjét, és a közösségi szolgálathoz is másképpen viszonyulnak. A közösségi szolgálat teljesítését immár nem kötelességként, hanem lehetőségként élik meg.

Kedves pedagógusok, amennyiben tehetik, éljenek a képzés adta lehetőséggel! Kedves intézményvezetők, Önök pedig támogassák, segítsék a koordinátorok mindennapi munkáját!

Tanácsaim intézményvezetőknek:

- Első lépésben a tantestületet kell érzékennyé tenni a közösségi szolgálat iránt, nem egy amúgy is túlterhelt kollégára rálócsólni a feladatot.
- A közösségi szolgálat megszervezése kapcsán mindenki tud a saját önkéntes élményeiből táplálkozni. A tanári kar együtt is önkénteskedhet (pl. egy közösségi tér kifestése kapcsán), rögtön érteni fogják, hogy mi a célja az IKSZ-nek.
- A kollégák mindenre képesek, ha a hobbijukkal összeegyeztethető a feladat. A kutya barátokat kell kérni az állatmenhellyel való kapcsolattartásra, a testnevelőt a sportversenyeken való részvételre az IKSZ-esekkel, az informatikatanárt az idősek informatikaoktatásának felügyeletére...
- A rendszeres tevékenységeken túl szükség van egész iskolát megmozgató akcióprogramokra is. Ez hírért viszi az iskolának, és az iskolán belül is erősíti, hogy ez egy hasznos feladat. Pl. a TeSzedd! akciónak köszönhetően az iskola környezetében élők megtapasztalhatják, hogy a környékbeli diákok nemcsak zajosak, de hasznossá is tudják tenni magukat a környezetük rendbetételéért.
- Meg kell találni az eszközöket a diákok elérésére. Csak az a jó recept, ami náluk is működik. Például létre lehet hozni egy zárt Facebook-csoportot minden osztály egy-egy diákjának a részvételével, aki az osztályfőnöki órán kap három percet, hogy az IKSZ-es új feladatokról informálja társait. Van, ahol más működik, érdemes kísérletezni!
- El kell ismerni a szervező IKSZ-koordinátor erőfeszítéseit, akár az egész iskola előtt.



2011-ben egy gazdasági szaklapban jelent meg hat amerikai kutató iskolai neveléssel kapcsolatos vizsgálati eredménye. Gazdasági lapban az iskolai nevelésről? – kérdezhetnénk. A választ a kutatás célja adja meg, ugyanis a tudósok arra voltak kíváncsiak, hogyan hat a korai iskolai nevelés, a jó tanár, a jó osztály a felnőttkori boldogulásra. Miként befolyásolja mindez a későbbi jövedelmet, a karriercélok teljesülését? Vagyis mekkora gazdasági ereje van a tanárnak és a tanításnak egy ember életében? Azt már korábban sejtettük, hogy nagy. Mi, tanárok különösen. De eddig még senki nem „árazta be” a különbséget jobb és rosszabb alsós osztály vagy tanári munka között (a kutatásban ezek kritériumai pontosan körvonalazva voltak). Most viszont kiszámolták, 12 ezer amerikai diákot követve hosszan, az iskola utáni években is. Az eredmény inkább mértékét tekintve meglepő: diákonként átlagosan 4,4 millió forintos többlet-életpályajövedelmet jelent a jó alapoktatás. Ez egy osztály esetében eléri a közel százmilliós nagyságrendet.

Azonban a kutatás egyik ennél is fontosabb felfedezése az volt, hogy a jobb osztály és tanár a diákok 8. osztályos teszteredményeiben nem tükröződött. Vagyis nem az ismeretek számon kérése mutatta meg az előnyt. Hanem későbbi karrierjük, életpályájuk sikere. Ebből pedig arra következtettek a kutatók, hogy a valódi többletet nem a kognitív készségek, hanem a szociális készségek elsajátítása jelenti. A figyelem képességének, a problémamegoldásnak, a kritikai gondolkodásnak és a magabiztos kommunikációnak az elsajátítása. Azaz, aki tud koncentrálni, kapcsolatot teremteni, kérdezni, aki képes artikulálni érzéseit, gondolatait, az sokkal sikeresebb lesz a pályáján, mint aki híján van mindezeknek. És az eredmény nem csak erkölcsi haszonban „mérhető”, nem. Várhatóan a pénzből is több jut majd.



Készen állunk?

Szöveg: **Aczél Petra** | Fotó: Nagy Gábor

2015-ben a *World Economic Forum* jelentette meg hatalmas adatbázison nyugvó kutatásának eredményeit azzal kapcsolatban, mely emberi készségekre lesz leginkább szükség öt éven belül a piacon. Ez érdekli a világgazdaság elemzőit? – kérdezhetnénk újra. A választ ezúttal a 4. ipari forradalommal kapcsolatos előrejelzések kínálják. Ez a kifejezés azt a folyamatot jelöli, amelyben egyre elterjedtebbé válik a robotizáció és az automatizáció, amelyben a digitális technológia és az ember fúziója egy újfajta gazdasági-társadalmi működéshez vezet. A gazdasági világszervezet vállalatvezetőket kérdezett meg arról, szerintük mely emberi képességek iránti igény fog már nagyon rövid távon felerősödni a munkaerőpiacon. Az első négy helyen a következők szerepeltek: komplex problémamegoldó képesség, aktív figyelem, kreativitás, kritikai gondolkodás.

A gazdaság szereplőit meggyőzte ez a két kutatás. Most tehát rajtunk a sor: meg tudjuk-e látni ebben saját magunkat és a feladatunkat? Újraértékeljük-e végre a társas készségek oktatásának hatását, jelentőségét tanári munkánkban? Tudunk-e minden tantárgyban Babits útmutatása szerint gondolkodni és beszélni tanítani? Ez ma is a tanári pálya legfontosabb kihívása – embert nevelni, „minden eshetőségre”. Készen állunk?

Altalános iskolánkban volt iskolakertünk. Igaz, mi otthon is kertészkedtünk. Gimnazista osztálytársaimmal földet egyengettünk, gereblyéztünk a Csajkovszkij és az Óhegy parkban. Tanévkezdéskor egy-egy hetet töltöttünk a konzervgyárban, sörgyárban. Üveget mostunk, konzervdoboz-alapanyagot pattintottunk, rendeztünk. Hajnali hatkor kezdtünk. Nógrádi asszonyokkal ismerkedtem meg, akik már háromkor keltek. Egyetemistaként Nyíregyházán, Pócspetriben almát szedtünk. Siófok mellett almát válogattunk. Nem maradtam ki az építőtáborozásból. Lakiteleken kukoricát címerezünk, almát szedtünk. Agárdon a strandot tartottuk rendben (szemetet szedtünk). Miskolcon az Avason kertészkedtünk, s a vadasparkban dolgoztunk. Ezek az emlékeim a közösségi (akkor úgy nevezték: társadalmi) munkáról. Persze sokan lázadoztak ellene. Egy barátomat meglátogatta az édesanyja a lakiteleki építőtáborban. A fiú panaszkodott a munkára. Az édesanyja ezt mondta: Fiam, ki kell ezt bírni, lesz még katona is. Katonaként, parancsra valóban sokféle munkát kellett végeznünk. Két hónapig mezőgazdasági munka a Hódmezővásárhely környéki földeken. Cukorrépaszedés, műtrágyázás. Novemberben, fagyos hajnalokon, nyitott teherautón utazva a földekre... Aki nem hozta a normát, nem mehetett haza.

Ma azt mondanák, hogy munkatapasztalatot szereztünk. Még divatosabb kifejezéssel: bevezettek bennünket a munka világába. Én egyszerűbben fogalmaznék: felkészültünk az életre. Nem volt kibírhatatlan, sőt, rengeteg tapasztalattal járt. Ha ezt hozom fel, egyesek odavágják: könnyen beszélek, könnyű munkát végezek. Pedig én úgy emlékszem, hogy ezek a munkák, amelyeket persze kötelességből (egyes esetekben parancsra) kellett végezni, bár nehezek voltak, mindenhol emberi-közösségi kapcsolatokkal, élményekkel

Mikor esik már egy kis hó?

Szöveg: **Balázs Géza** | Fotó: Nagy Gábor

jártak együtt. A konzervgyárban megismert nógrádi asszonyokat meglátogattam egy hétvégén. Vásárhelyi honvédségi gépkocsivezetőnkkel, Palival és családjával a katonaság után hosszú évekig tartottuk a kapcsolatot. Erre is hoznak ellenérveket: könnyű úgy kemény fizikai munkát végezni, ha tudod, hogy csak egy hétig tart... Erre már nem tudok válaszolni. Nem lehet úgy élni, hogy minden rossz. Placid atya (nem társadalmi munkán, hanem a szovjet munkatáborban megfogalmazott) két élettanácsa: a szenvedést nem szabad dramatizálni, az csak gyengíti az embert; észre kell venni és tudatosan keresni az élet apró örömeit, ez az élet művészete...

Értesültem a középiskolákban bevezetett közösségi szolgálatról. A közösségi munka egyik iskolai tanár felelőse mesélte: szívesen mennek a diákok idősek otthonába felolvasni, múzeumba, állatkertbe kiegészítő munkát végezni. Nemrég egy vidéki múzeumban volt rendezvényünk. A nyilvános előadásokra alig érkezett helyi érdeklődő, viszont az előtérben ott ücsörgött, tétlenkedett öt diák. Naivan felajánlottam nekik, hogy üljenek be az előadásra. Azt nem, hárítottak rögtön, ők közösségi munkán vannak (ücsörögnek) itt. Nem hagytam annyiban. Kitaláltam, hogy délután legyen nyilvános tárlatvezetés, múzeumi foglalkozás a város diákjainak. A tétlenül ücsörgő diákok azt a feladatot kapták, hogy minél több osztálytársat, barátot verbuváljanak. Rögvest aktivizálták magukat, előkapták a mobiltelefonokat, és délutánra összeszedtek egy tucat diákot. Lehetett volna több is, de csak néhány óra állt a rendelkezésükre, s ez is több volt, mint a semmi.

Én ma is rögtön nekifogok kertet ásni, a ház előtt szemetet szedni... Mikor esik már egy kis hó, hogy ellapátolhassam? Természetesen a szomszéd ház előtt is, merthogy ott egy ideje nem lakik senki...



Játékos tanulás tankockákkal

Szöveg: **Király Sándor**, az Eszterházy Károly Egyetem Információtechnológiai Tanszék vezetője

Ha diákjaink már unják a feleletválasztós teszteket, az igaz-hamis kérdéseket, mi viszont szeretnénk, ha mégis gyakorolnának, tesztelnék a tudásukat, csak szórakoztatóbb formában, akkor az interaktív tankockák jelenthetik a megoldást. Segítségükkel a diákok kirakózhatnak egyénileg, vagy akár csapaversenyt is rendezhetünk az adott tantárgy adott témájából, és mindezt nemcsak otthon, hanem az órán, a tanteremben is, ha van a diákoknál okostelefon vagy egy táblagép interneteléréssel.



LearningApps – interaktív tankockák

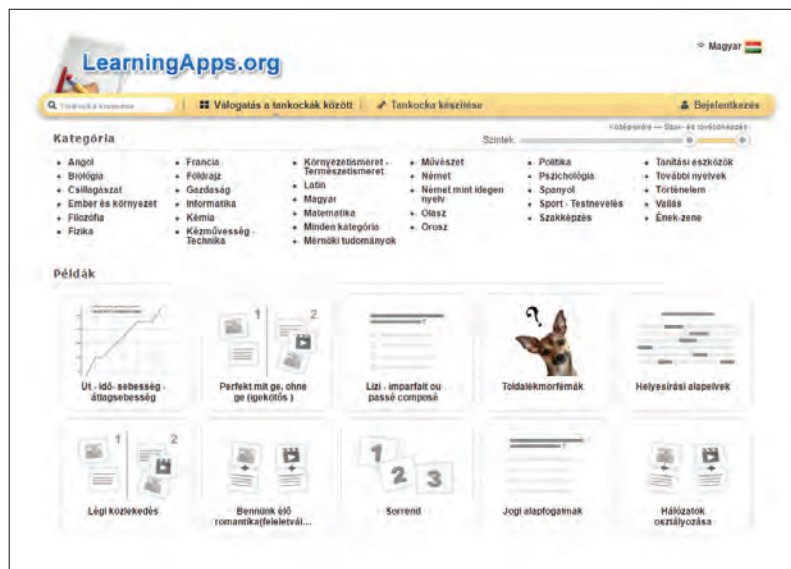
Mindenki ismeri az akasztófajátékot, a *Legyen Ön is milliomos!* vetélkedőt, az asztali játékokat, és valószínűleg mindenki játszott már puzzle-lal. Ezeket a játékokat – és még sok mást is – beépíthetjük a tanulási és tanítási folyamatokba a LearningApps.org alkalmazást felhasználva. Mi is ez LearningApps.org? Látogassunk el az oldalra (<https://learningapps.org/>), majd kattintsunk a **Mi az a LearningApps.org?** linkre! Ha az oldal nem magyarul jelenik meg, akkor a jobb felső részen válasszuk ki a nyelvek közül a magyart (1. ábra)!



1. ábra

A leírásból kiderül: „A LearningApps.org egy webkettes alkalmazás, mely kis, interaktív építő-kockák segítségével támogatja a tanulási és tanítási folyamatokat. A már meglévő építő-kockák közvetlenül is kapcsolódhatnak tananyagokhoz, illetve a felhasználók saját maguk is készíthetik vagy megváltoztathatják őket.”

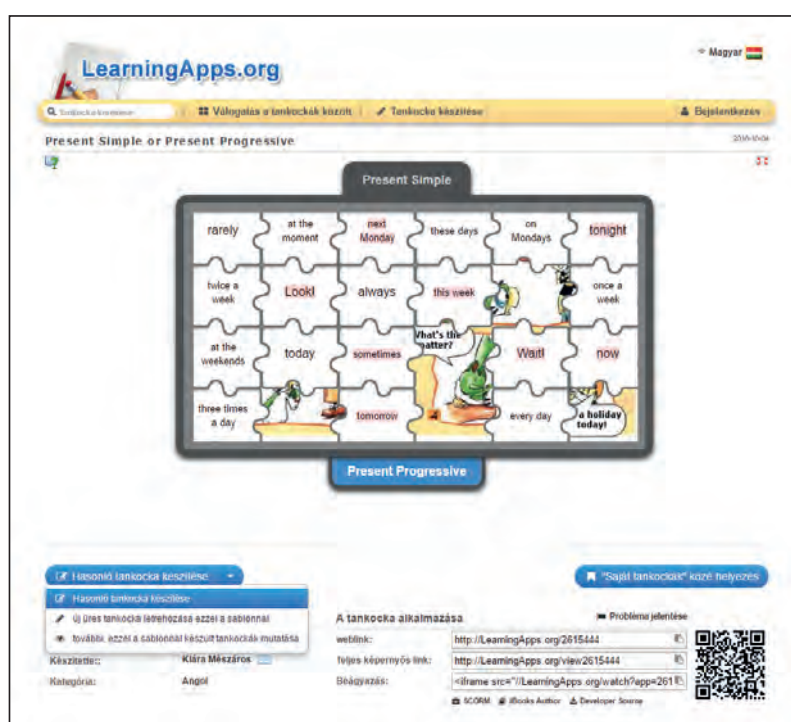
Az elkészített tankockákat megosztás után bárki használhatja. Ha rákattintunk a **Válogatás a tankockák között** menüpontra (1. ábra), máris megnézhetünk egyet a mások által készített, de publikussá tett tankockák közül (2. ábra), de a kategória kiválasztásával, valamint a jobb felső sarokban látható csúszka segítségével a nehézségi szint megadásával le is szűkíthetjük a választható tankockák körét.



2. ábra

Ha valamelyik fölé visszük az egérkurzort, akkor láthatjuk, ki készítette, milyen típusú a kocka (például párkere-ső, csoportba rendezős stb.), valamint azt is, hogy hány-szor nézték meg eddig. Ha rákattintunk egy tankockára, megkapjuk az elérhetőségét (jobb alsó sarok), továbbá lehetőségünk van hasonló, illetve az általa használt sablont használva saját, új tankocka készítésére is (3. ábra).

Ahogy a 3. ábrán is látszik, a most kiválasztott egy csoportosító feladat, sikeres választás esetén a puzzle darabka alatt látszik egy kép. Ha a **Hasonló tankocka készítését** választjuk, akkor megkapjuk az aktuális tankocka forrását, és nekünk a feladat címén, leírásán és a visszajelzésen túl csak ki kell cserélnünk a háttérképet, megadni a csoportokat, a csoportba tartozó szavakat, illetve megadhatunk még esetleg másik puzzle-méretet. **Új, üres tankocka létrehozása ezzel a sablonnal** választása esetén ugyanazt az oldalt kapjuk, csak ekkor az üres sablon jelenik meg.



3. ábra



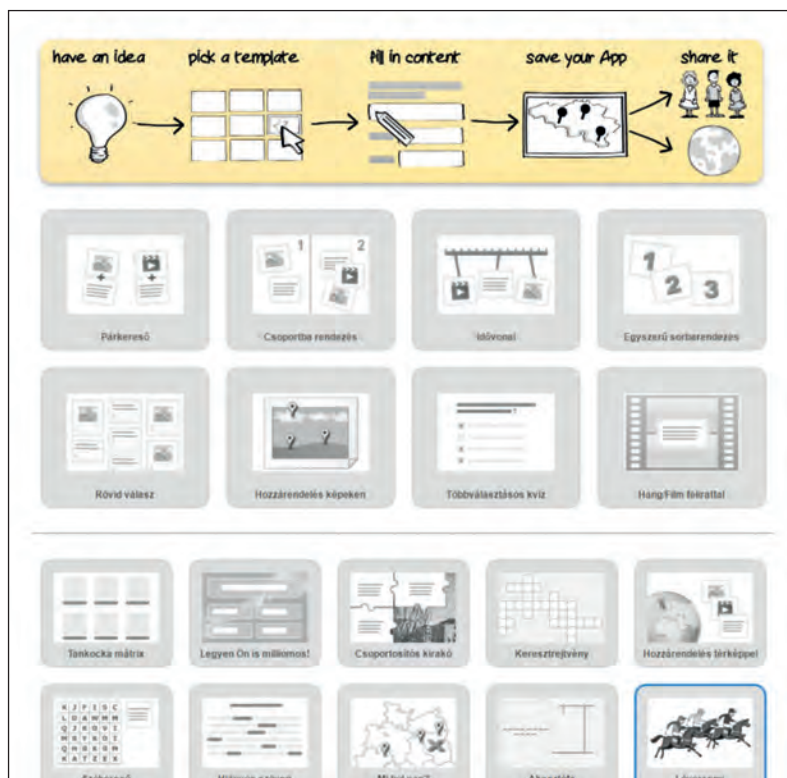
Saját tankocka készítése

Ha tárolni is szeretnénk a munkákat, valamint megosztani őket diákjainkkal, akkor regisztrálnunk kell az oldalon. Ehhez kattintsunk a jobb felső sarokban látható **Bejelentkezés** menüpontra, és ha még nincs saját fiókunk, akkor válasszuk az **Új fiók létrehozása** menüpontot, egyébként adjuk meg a felhasználói nevünket és jelszavunkat (4. ábra).

Ha sikerült, akkor új képernyőtartalom jelenik meg a felső részen új menüsorral (5. ábra). Itt lehetőségünk van arra, hogy saját osztályokat hozzunk létre saját tanulóinkkal, akikkel megoszthatjuk a saját tankockáinkat, sőt, láthatjuk, hogy melyiküknek hogyan sikerült a feladatok megoldása.

Ha a **Tankocka készítése** menüpontot választjuk, akkor egyrészt kapunk egy összefoglaló ábrát a készítés menetéről (felső sor, sárga háttér), másrészt megkapjuk a sablonokat, amelyekből felépítve elkészíthetők saját tankockáink. Válasszuk ki az egyik legérdekesebbet, a **Lóverseny** t (6. ábra)!

4. ábra



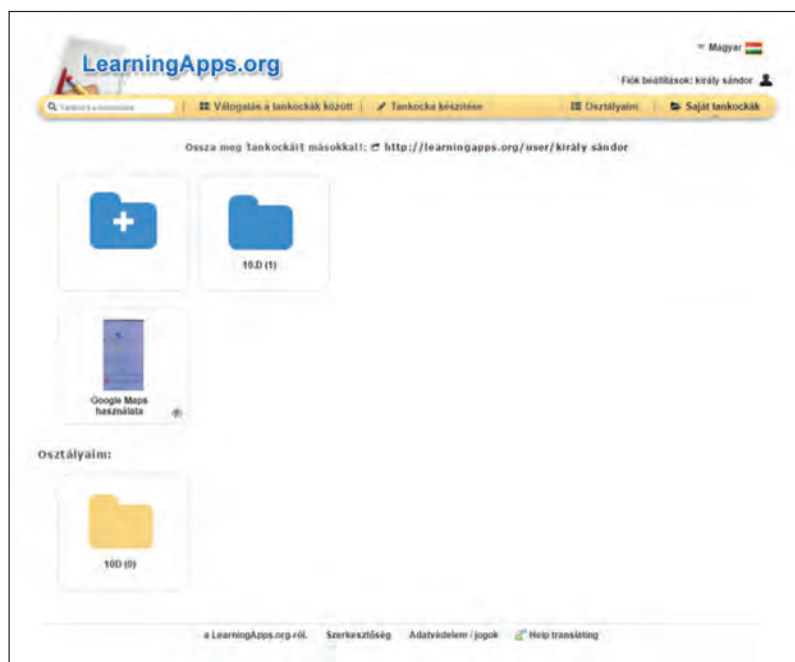
6. ábra

7. ábra

5. ábra



8. ábra



9. ábra

A kiválasztás után azonnal kapunk néhány példát, amely megmutatja, hogyan és mire lehet használni ezt a sablont. Ha van már osztályunk diákokkal, akkor akár egymás ellen is játszhatnak, egyébként a számítógép lesz az ellenfél. Ha ezeket tanulmányoztuk, akkor a jobb felső sarokban látható **Új tankocka készítésével** tudjuk elkezdni a munkát.

Először a tankocka címét és a feladatleírást kell megadni (7. ábra). Majd jöhetnek a kérdések, a helyes és hibás válaszok. A kérdésekhez multimédia-elemeket is választhatunk. Azt is beállíthatjuk, hogy a kérdések hogyan jelenjenek meg. A 7. ábrán látható, hogy a helyes válaszhoz egy képet adunk meg a diáknak, amit többféleképpen is megtehetünk, például egyszerűen ráhúzzuk a megfelelő képet a felületre, vagy rákattintva a területre tallózással megkeressük a merevlemezen.

Ha elkészültünk, akkor kattintsunk a **Befejezés és előnézet** gombra! Lehet egyedül játszani és társaságban is. Utóbbi esetben meg kell adni egy nevet és egy bábút. Ha nincs társ, akkor a gép lesz a partner (8. ábra). Helyesen megválaszolt kérdés után a lovak a lovasokkal elindulnak a cél felé. Aki rosszul válaszol, az lemarad.

Ezután két lehetőségünk van. Vagy módosítjuk a tankockát, vagy mentjük. Mentés esetén bekerül a saját tankockáink közé, ahol bármikor elérhető, módosítható. Megkapjuk még a tankocka webes elérhetőségét, amit elküldhetünk a diákjainknak, így a számukra is elérhetővé válik a játék. Alapértelmezésben az elkészült mű nem publikus, de ezen egy gombnyomással bármikor változtathatunk.

Ha a **Saját tankockák** gombra kattintunk, akkor láthatjuk az eddig elkészült játékos feladatainkat. Itt saját mappákat hozhatunk létre, amelyekre ráhúzva a tankockáinkat rendezetten tárolhatjuk a munkánkat (9. ábra).

A cikkben egy sablon használatát mutattuk be részletesen, de ne feledjük, a portál nagyon sok sablont és eszközt (például szavazógép) ad a kezünkbe, ráadásul ezeket a tankockákat akár egy moodle-os tananyagba is beilleszthetjük.



MOLNÁR FERENC

▶ január 12.



„A feleség olyan, mint a monokli. Elegáns viselet, de nélküle jobban lát az ember.”

Ez a szellemes mondás Molnár Ferencről származik, aki 1878. január 12-én született, a véleménye ellenére bizony háromszor nősült, és állandóan monoklit viselt. Jogásznak készült, de 22 éves korában megunta a paragrafusok szigorú világát, és felcsapott újságírónak. Már cikkeiben

is feltűnt remek humora és élvezetes stílusa, nem csoda hát, hogy hamarosan novellákkal, sőt regényekkel is kopogtatott a kiadónknál. Mindmáig legolvasottabb írása, a világszerte ismert és elismert *A Pál utcai fiúk* 29 éves korában jelent meg. Ez volt egyetlen szomorúan végződő műve, de élete végéig a kedvence is, hiszen a gyerekkorára emlékeztette.

A színház iránti vonzalma is már kamaszkorában elkezdődött. Önéletrajzában így emlékezett erre: „Első nagyobb színpadi munkám a *Kék barlang* című látványos dráma volt, amely a József körút 68. III. emelet 17. ajtó alatt, barátom házi színpadán került színre szép sikerrel. Tartalma az volt, hogy – atyám orvos lévén – házi gyógyszerárunkban eltörött egy sötétkék orvosságosüveg, s annak egy darabja mögé égő gyertyát állítva kék fényt voltunk képesek színpadunkon előállítani, miközben drámám alakjai »Huj, huj, most gyövkén!« kiáltásokkal ugráltak a kék fényben. Sokkal többet nem is mondtak, akkor még nem helyeztem nagy súlyt a dialógra.”

Alig telt el egy évtized, és Molnár Ferenc a színpadok ünnepelt csillaga lett. Gördülékeny párbeszédeivel, sziporkázó és csipkelődő közhelyeivel, vígjátékainak fordulatos cselekményével az egész világot meghódította. *A Liliom*, *Az ördög*, a *Játék a kastélyban* és sok más jellegzetes budapesti szalondráma szerzője minden magyar írónál népszerűbb lett Európában és Amerikában. Nemcsak darabjait, de őt magát is jól ismerték külföldön. 1925-ben Bécsben telepedett le, majd Svájcban élt. A második világháború kitörése után a zsidóüldözés elől Amerikába menekült. Éppen 62. születésnapján érkezett New Yorkba, és ott is halt meg 74 éves korában. Bár élete végéig sikeres maradt, a felhőkarcolók között egyre magányosabbnak érezte magát. Álmaiban minduntalan a századforduló Pestje, a Pál utca, a Fűvészkert és a grund jelent meg előtte.

AMADEO MODIGLIANI

▶ január 24.



326 festmény: köztük mindössze 3 tájkép, a többi mind emberalak, még inkább portré. Jellegzetes, megnyújtott arcok, pupilla nélküli szemek, összekulcsolt kezek, élénk színek jellemzik ezeket a képeket. Festőjük, Amadeo Modigliani 1920. január 24-én halt meg Párizsban. Négygyerekes livornói család utolsó fiaként született 1884-ben. Anyja, aki őt szerette legjobban, egyszer ezt írta

a naplójába: „Bárcsak művész lenne belőle!” Ő pedig beváltotta a hozzá fűzött reményeket.

Egy helybéli festőnél tanulta meg a piktúra alapjait, majd bejárta Olaszország nagy múzeumait, hogy megismerkedjen a régi mesterek alkotásaival. A legnagyobb hatást Botticelli karcsú alakjai és káprázatos színei tették rá. 18 éves korában beiratkozott a Firenzei Akadémia aktrajztanfolyamára, de a következő évtől a Velencei Akadémián folytatta tanulmányait. Közben arról álmodozott, hogy szobraival majdan meghódítja Párizst. Nem tévedés, valóban szobrásznak készült.





A festést sem hagyta abba, de az afrikai és távol-keleti primitív szobrok látványa annyira megragadta a képzeletét, hogy elhatározta, ő is ilyeneket fog alkotni. 1905-ben érkezett Párizsba, s mivel állandóan verses-köteteket hordott magával, eleinte csak úgy emlegették: „az olasz, aki mindig verseket szaval”. Hamarosan beilleszkedett a párizsi bohémvilágba, és Apollinaire, Picasso, Czóbel Béla baráti köréhez tartozott. Ekkoriban még inkább csak vonzó megjelenésével, pózoló magatartásával, kisebb botrányaival keltett feltűnést, egyéni stílusa még nem alakult ki. Az első világháború azonban őt is megváltoztatta. Megismerte a nyomort, az alkoholt és a hasis önámító vigaszát. Alkotókedve viszont egyre magasabbra szökött, műveire pedig felfigyelt a közönség és a kritika egyaránt.

A Montparnasse 19. számú ház lakója ismert és elismert festő lett. Gyerekkora óta többször kiújuló tüdőbaja és káros szenvedélyei azonban a legsikeresebb életszakaszában törték ketté pályáját: 36 éves korában ragadta el a halál. Felesége, aki második gyerekük születését várta, másnap öngyilkos lett. Modiglianit, az olasz származású párizsi festőt halála után megismerte az egész világ, s ezzel valóra vált az álma, amelyről egyszer egy levelében írt: „Látom az életem: olyan lesz, mint a medréből kilépő folyó, amely boldogan árad szét a földön.”

MARY és CHARLES LAMB

▶ február 10.

1807-ben került a londoni könyvesboltokba egy testvérpár kötete, címe: *Shakespeare-mesék*. A szerzők célja az volt, hogy a gyerekekkel minél korábban megismertessék a drámaíró zseni alkotásait. A siker nem maradt el, sőt: Charles és Mary Lamb feldolgozásai azóta bekerültek az angol iskolai tananyagba, és ami még nagyobb

elismerés, a felnőttek sem szégyellik olvasni. Kár, hogy Shakespeare nem ismerhette a Lamb testvéreket, hiszen élettörténetük olyan valódi dráma volt, amely az ő tollára kívánczolt volna.



Charles Lamb 1775. február 10-én született, tíz évvel nővére után. Már 15 éves korában munkába állt, és attól kezdve – több mint három évtizeden át – a hivatalnokok hétköznapi életét élte. Legalábbis munkaidejében. A fennmaradó órák ugyanis egészen más irányba terelték a figyelmét. A tragikus fordulat 21 éves korában következett be. Nővére, akinek elméje időközben elborult, egy öntudatlan pillanatában leszúrta édesanyjukat. Charles akkor megfogadta, hogy sohasem nősül meg, hanem minden szabad percét nővére ápolására fordítja. Ez sikerült is neki, bár nem kis áron. Testvérét valóban talpra állította, ő maga azonban egyre inkább rettegett a gondolattól, hogy az örület egyszer rajta is kitör. Eleinte alkohollal próbálta csillapítani lázálmain, később már a szellemi szpiritusz is elég volt. Elvárásolta a reneszánsz kor, különösen az Erzsébet-kori drámák. Egy évtized sem telt bele, s esszéivel a legnevesebb Shakespeare-szakértők sorába emelkedett. Rajongásával nővérét is megfertőzte, így akárcsak a német Grimm testvérek, ők is együtt láttak munkához. Húsz Shakespeare-darab meséjét vetették papírra; érdekes módon (vagy tán jó pszichológiai érzéssel) a szelíd lelkű, remek humorú Charles a tragédiákat választotta, a vígjátékokat pedig átengedte hányatott sorsú Mary nővérének. Aztán Charles Lamb újabb mesébe kezdett, s egy évvel később az *Odüsszeia* feldolgozása is megjelent. Népszerű író volt, de magánemberként egyre jobban hiányzott neki a család. Egykori fogadalmát nem szegte meg; feleséget nem vitt a házhoz, de örökbe fogadott egy árva kislányt. Tíz évig érezhette magát apának. Aztán a lánya férjhez ment, ő pedig belehalt – no nem a bánatba, hanem – egy sétán szerzett és elfertőződött sebbe. Nővére 13 évvel élte túl, a Shakespeare-mesék azonban mindkettőjüket halhatatlanná tették.



Iránytű

Összeállította: **Indri Dániel**

Elkészültek a Fejlesszünk együtt! program digitális eszközcsomagjai

Az Eszterházy Károly Egyetem Oktáskutató és Fejlesztő Intézete (EKE OFI) speciális digitális tanítási segédanyagokkal (eszközcsomagokkal) is támogatja a szakgimnáziumok 9. évfolyamán bevezetett komplex természettudomány tantárgyat. Az intézet Fejlesszünk együtt! aloldalán elérhetővé vált mind a 22 témakörhöz kidolgozott digitális eszközcsomag, melyek megtalálhatók a Nemzeti Köznevelési Portálon (NKP; www.nkp.hu) is.

A tárgyat tanító tanároknak lehetőségük van továbbá csatlakozni az NKP-n a Fejlesszünk együtt! néven elindított fórumhoz, ahol többek között a tanítási tapasztalataikat (jó gyakorlatokat) is meg tudják osztani egymással a pedagógusok. Az OFI által javasolt 22 témakört és az eszközcsomagokat a www.ofi.hu/komplex-termeszettudomany-tantargy-temai oldalon lehet megtekinteni. 2017 februárjától kezdve további lehetőségük nyílik a pedagógusoknak bekapcsolódni a közös fejlesztésbe, melynek módjáról a hamarosan megjelenő pályázati kiírásból tájékozódhatnak majd.



A komplex természettudomány tárgy oktatásáról kutatási összefoglaló olvasható a www.ofi.hu/hir/komplex-termeszettudomany-targy-oktatasa-szakgimnaziumokban-kutatasi-osszefoglalo oldalon. (ofi.hu)



Mintegy 13 ezer pedagógus töltötte fel portfólióját az Oktatási Hivatal elektronikus rendszerébe

A 2017. évi pedagógusminősítési eljárásban részt vevő pedagógusok e-portfólió-feltöltési határideje 2016. november 25-én lezárult. A 2017. évi minősítési tervbe az oktatásért felelős miniszter felhívása alapján összesen 35 ezer pedagógusnak lett volna lehetősége jelentkezni, a lehetséges érintettek közül mintegy 22 ezer pedagógus került be végül a minősítési eljárásba. A minősítési eljárásokban szereplő ideiglenes Pedagógus II. minősítésű, valamint a 2016. szeptember 1-jén 7 évvel az öregségi nyugdíj előtt álló pedagógusokat (akiknek nem volt sikertelen minősítési eljárásuk) törölték a minősítési tervből, és a jogszabályok alapján 2017. január 1-jével minősítés nélkül átkerültek a magasabb Pedagógus II. fokozatba. A korábbi eljárást sikertelen eredménnyel záró pedagógusok részére rendkívüli eljárást szervez az Oktatási Hivatal (OH), melynek keretében 287 pedagógus tölti jelenleg az e-portfólióját.

A portfóliója feltöltését 2016. október 12-én így 12 991 fő pedagógus kezdhette meg. Az OH elektronikus felületére feltöltött dokumentumok elsődleges ellenőrzését követően az érintett pedagógusok 93%-a véglegesítette portfólióját, számukra a portfólióvédelem a 2017. évre szóló időpontja már nagyrészt publikálásra is került. Az érintett pedagógusokat, intézményeket és a minősítések lebonyolításában közreműködő szakértőket, intézményvezetőket az OH folyamatosan tájékoztatja a feladataikról. (oktatas.hu)



Pályázatok

Összeállította: **Balatoni Kinga Cecília**

Nemzet Fiatal Tehetségeiért Ösztöndíj / NTP-NFTÖ-16

Kiíró: Emberi Erőforrás Támogatáskezelő • **Határidő:** 2017. 03. 15. • **A pályázat célja:** A kiemelkedően tehetséges fiatalok egyedi fejlesztésének ösztönzése ösztöndíj-támogatás formájában • **Támogatható tevékenységek:** **A)** 8–21 éves, kiemelkedően tehetséges általános és középiskolai tanulók egyedi fejlesztésének ösztönzése; **B)** 18–35 éves, saját tudományos kutató-munkájukban kiemelkedő teljesítményt nyújtó BSc-, MSc-, PhD- vagy osztatlan képzésben részt vevő hallgatók, oktatók, kutatók, felsőfokú végzettséggel rendelkezők tudományos fejlődésének ösztönzése; **C)** 16–35 éves, a pályázat benyújtásakor tanulói jogviszonnyal nem rendelkező, kiemelkedően tehetséges fiatalok és fiatal felnőttek egyedi fejlesztésének ösztönzése; **D)** 15–19 éves, saját tudományos kutató-munkájukban kiemelkedő eredményeket elérő, ezen eredményeket közérthetően publikáló magyarországi középiskolai tanulók egyedi fejlesztésének ösztönzése • **Az ösztöndíj az alábbi kiadásokra igényelhető:** utazási költség, szállásköltség; önfenntartás (étkezés, lakhatás); tandíj; tankönyvek, oktatási segédletek beszerzésének költségei; nyomdaköltség (kiadvány esetében); tárgyi eszközök. A pályázat útján igényelhető támogatás 100% intenzitású, vissza nem térítendő támogatás. • **Részletek:** goo.gl/OtXMyJ

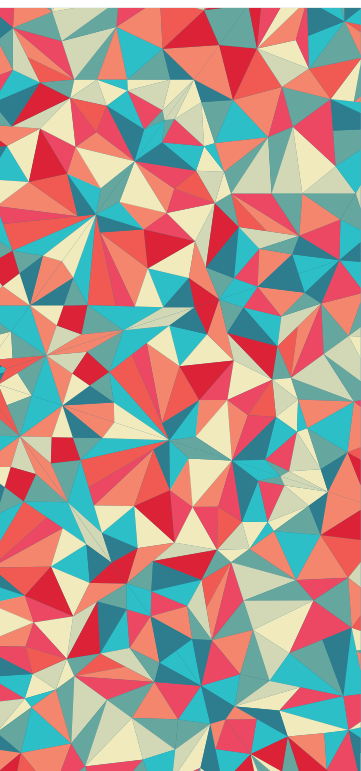
DUE Tehetségkutató Diákmédia Pályázat 2017

Kiíró: Diák- és Ifjúsági Újságírók Országos Egyesülete • **Határidő:** 2017. 03. 15. • **Tárgy:** A DUE Médiahálózat, a diákújságíró egyesület 27. alkalommal kiírt Tehetségkutató Diákmédia Pályázatán bármelyik iskolatípus tanulói, szerkesztősegei indulhatnak. Pályázni kizárólag saját munkával lehet, a részvétel felső korhatára 25 év. A pályaműveket a kategóriákon belül három korcsoportban értékelik: általános iskola, középiskola és felsőoktatás. A következő kategóriákban lehet nevezni: 1. Az év diákújságírója; 2. Az év diákrádiós, diákrádiója; 3. Az év diákvideoújságírója; 4. Az év diáklapja; 5. Az év diákfotós; 6. Az év online diákmédiuma; 7. Az év mentora. • **Részletek:** www.due.hu

Köznevelési stratégiai partnerségek – nemzetközi

Kiíró: Tempus Közalapítvány • **Határidő:** 2017. 03. 29. • **Tárgy:** A pályázat célja, hogy a köznevelésben lehetőséget biztosítson új és innovatív gyakorlatok, módszerek kidolgozására, terjesztésére és alkalmazására különféle nemzetközi partnerségi projektek keretében. Bármilyen témájú projekt megvalósítható, ami kapcsolódik a közneveléshez, óvodai vagy iskolai keretek között elvégezhető tevékenységekre épül, és összhangban van a Stratégiai partnerségek pályázattípus célkitűzéseivel. A projektekben rövid vagy hosszú távú külföldi tanári és tanulói tevékenységek is megvalósíthatók. A partnerség keretében minimum 3 programország egy-egy intézményének kell együttműködnie. A projektek időtartama 12 és 36 hónap között lehet. Az Erasmus+ stratégiai partnerségek pályázattípus köznevelési szektora megkülönböztetett figyelemben részesíti a különböző régiók oktatási hatásai által létrehozott együttműködéseket. • **Részletek:** goo.gl/Xk1gmm





Kaleidoszkóp

Szöveg: **Sallai Éva**

Százak Tanácsa

A Százak Tanácsa 1996-os létrehozásakor Fekete Gyula író elképzelése az volt, hogy különböző szervezetek által javasolt, országosan ismert embereket hívjanak össze, mondván: „Nehéz helyzetben az ország. Követelő szükség a java erők minél teljesebb összefogása.” 150 szervezet 2500 nevet ajánlott. A legtöbb szavazatot kapott száz tagból jött létre a Százak Tanácsa azzal a céllal, hogy „nemzeti sorskérdésekben, a legfontosabb közéleti ügyekben-gondokban nyilatkozataival, állásfoglalásaival legjobb tudása, jó lelkiismerete szerint hitelesen képviselje a civil társadalmat”. A szervezet honlapján bővebben (www.szazaktanacs.hu) olvashatunk létrejöttéről, szellemiségéről, legfontosabb állásfoglalásairól, és megtalálhatjuk a tagok, valamint az örökös tagok névsorát. Rendszeresen tartott tanácskozásai, konferenciái nyilvánosak. Most a legutóbbi tanácskozások témáit mutatjuk be.

Összetartozás és nemzettudat

A Százak Tanácsa 2016. december 1-jén, a Magyarország Házában tartott tanácskozáson dr. Andrásfalvy Bertalan professzor adta át dr. Balogh Júliának a „Haza Emberre” oklevelet, amelyet posztumusz Csoóri Sándornak, a világban élő magyarok örökös elnökének szavaztak meg a Százak Tanácsa tagjai. Gyimesi János kosárlabda-mesteredző a résztvevők figyelmébe ajánlotta Judik Zoltán mérnök, a nagy magyar kosárlabda-válogatott tagja javaslatát: „Tegyük ki házainkra mindennap a nemzeti zászlót!”, ami összetartozásunkat és magyarságtudatunkat erősíti.

A népesedéspolitikai kérdésekhez többen hozzászóltak, hangsúlyozva dr. Kopp Máriának, a 2012-ben elhunyt orvos-pszichológusnak a társadalmi kohézió kiemelt szerepére és erősítésének lehetőségeire vonatkozó megállapítását. Dr. Kopp Mária

szerint a társadalmi kohézió, a társadalmi tőke csökkenése, tehát a lelkiállapot változásai a magyar demográfiai krízis alapvető meghatározói. Az 1956 utáni rezsim felismerte, hogy számára a legnagyobb veszély az összetartozás, a nemzettudat. Fokozatosan létrehozták a legvidámabb barakkot, ahol kiskaput nyitottak az anyagi előrejutás, a kocsis, a külföldi utak felé. Ebből az időből származik a „kicsi vagy kocsis” tragikus szójáték. A társadalom értékrendjének ilyen irányú átalakulását hatékonyan erősítette azoknak a reklámoknak a betörése, amelyek az anyagi előrejutást vetítették az emberek elé mint egyetlen értékmercét. A tanácskozáson hozzászólók véleménye szerint tanulnunk kellene Svédországtól, Finnországtól, ahol sikeres a társadalmi tőke megerősítése, amelynek legfontosabb színterei a család, az óvodai és az iskolai nevelés.

Második agy?

Január 5-én dr. Bardócz Zsuzsanna, a táplálkozástudomány professzora tartott izgalmas előadást arról, hogy a tudományos kísérletek megállapítása szerint tulajdonképpen két agyunk van. Az utóbbi három-öt évben sokasodtak meg azok a kutatási eredmények, amelyek azt bizonyítják, hogy a bélrendszerünk egyfajta második agyként működik.

Általában egy ember testén és testében minimum ezerféle mikroba, vírus, baktérium, gomba él – legtöbbjük a bélrendszerünkben. Ezeknek a bélrendszerünkben élő mikrobáknak a közössége jelentősen befolyásolja az életünket. Azzal, hogy sokféle mikroba van a szervezetünkben, tulajdonképpen az immunrendszerünket is állandóan tréningezzük és stimuláljuk. Ha nincs elég stimulus, akkor az immunrendszer nem fejlődik ki jól kisgyermekkorban, és ez később különböző immunológiai problémákhoz vezethet.

A belünkben élő mikrobióta (a mikrobák összessége) körülbelül másfél kilót tesz ki, ugyanannyit, mint az agyunk, és háromféle módon is üzen az agynak. Közvetlen kapcsolatot biztosít a *vagus*

ideg. Az immunrendszer is üzen az agynak a bélen keresztül. A harmadik, legérdekesebb kapcsolat a mikrobióta termelte neurotranszmittereken (ingerületátvivő anyagokon) keresztül történik. Ez egy teljesen tudat alatti, kémiai kapcsolat. Bizonyos dolgokról már tudjuk, hogy a tudatos agyunk helyett tulajdonképpen a bélbaktériumaink döntenek róluk, vagyis a mikrobiótánk valójában egy „második” agyként funkcionál.

Dr. Bardócz Zsuzsanna példaként említette, hogy ételválasztásunkat is főként a bélbaktériumaink befolyásolják, mert kikövetelik a maguk részét a táplálékból. Ugyanakkor az általunk elfogyasztott ételek nagymértékben befolyásolják azt, hogy milyen a mikrobiótánk összetétele. Nagyon komoly kapcsolat van a táplálékunk, a bélrendszerünk szerkezete és a mikrobáink között. Az emberi emésztőrendszerben élő mikroorganizmusok genetikai anyagának összessége, a mikrobiom kölcsönhatásban áll emberi génjeinkkel, és azokat sokféle módon befolyásolja.

A professzor asszony elmondta, hogy a táplálkozással befolyásolhatjuk a szervezetünkben élő baktériumok és gombák milyenségét. Ugyanakkor nagyon fontos az is, hogyan alakul ki az eredeti mikroflóránk, amely a születéskor már jelen van. Az ember a születésekor meglévő mikrobiótát elsősorban az édesanyjától öröklí; a magzatvízből, a méhlepényből, a szülőcsatornából szedjük fel az első mikrobagyűjteményt. Ehhez járul a szoptatás alatt és a családtagoktól egy újabb adag mikroba, majd pedig a környezetből. Tulajdonképpen úgy alkalmazkodunk a környezetünkhöz, hogy át vesszük ezeket a mikroorganizmusokat. Amikor aztán az ember elkezd saját maga táplálkozni, az elfogyasztott táplálék, az utazásaink, emberi kapcsolataink és környezetünk változása befolyásolja a mikroflóránkat. Minél változatosabb a mikroflóránk, annál biztosabb védeltséget nyújt a betegségek, fertőzések ellen. Ezért is fontos, hogy az embernek egészséges külső-belső mikroflórája legyen.

A professzor asszony arra is felhívta a hallgatóság figyelmét, hogy az orvosilag nem indokolt császármetszés, a túlsterilizálás káros lehet, mert eltünteti a mikrobákat vagy egy részüket. Mára már az is kiderült, hogy a bélflóra összetétele és a kövérségsóváányosság között kapcsolat van. Ez attól is függ, hogy milyen ételt kívántat meg a mikroflóra az emberrel.

A stressz elkerülése rendkívül fontos lenne, mert a stressz is hat a mikrobiótánkra. A stressz leszűkíti a bél felé menő ereket, a második agyunkban, a bélrendszerben lelassul az emésztés, lelassulnak az ürítési, méregtelenítési folyamatok. Sajnos vannak olyan vegyszerek a táplálékban, amelyek szintén hatnak a mikroflóránkra. Célszerű lenne stresszmentesen, nyugodt körülmények között étkezni, hogy azonkívül, hogy az étel tápláló és egészséges, a környezet is kellemes legyen. A téli táplálkozásban rendkívül fontos volna, hogy rengeteg nyers zöldséget és sok egészséges, zöldséggel teli levest fogyasszunk.

Bardócz Zsuzsanna professzor asszonyal egy hosszabb interjút olvashatnak a táplálkozásról az *Új Köznevelés* 2013/6–7. számában (folyoiratok.ofi.hu/uj-kozneveles/taplalkozas-egeszseg-vidекfejlesztес), amelyben így összegzi véleményét: „Az egészséges táplálkozáshoz arra volna szükség, hogy amennyire csak meg tudjuk magunknak engedni, minden élelemből vegyszermentes változatot vásároljunk. Menjünk el a termelői piacokra, ismerkedjünk meg a termelőkkel: ki milyen ember, milyen módszerrel állítja elő az élelmiszert; csak akkor használ-e vegyszert, amikor muszáj. Vásároljunk olyan emberektől, akikben megbízunk. Tehát, hogy próbáljunk vegyszermentes táplálékot fogyasztani, tiszta artézi vizet igyunk, és igyekezzünk kirándulni a hétvégeken, kint lenni, amennyit csak lehet, a természetben, a tiszta levegőn.”



Programajánló

Összeállította: **Balatoni Kinga Cecília**



Írói fogások – Terítéken az irodalom

2017. március 31-ig – Budapest, Petőfi Irodalmi Múzeum

A sokszínű magyar irodalom gasztronómiai gazdagságát olyan kiemelt témákon keresztül mutatja be a kiállítás, mint például az étkezés és a szakralitás vagy az ételek és a nemzeti identitás viszonya. Bemutatjuk az irodalmi értékű szakácskönyveket: Emma asszony receptgyűjteményét, Móra Ferencné és Polcz Alaine könyveit. Kiállítunk néhány olyan fontos szépirodalmi munkát is, mely erősen magán viseli az elmúlt évtizedben bekövetkezett gasztroforradalom nyomát. Csokonai Vitéz Mihály étkezési jegyzetei, József Attila éhezéséről szóló megrázó levele, Jókai regényrészletének kézírata mellett kiállítjuk Kosztolányiné diétás füzetét, Lénárd Sándor szakácskönyvének kéziratát, Lesznai Anna süteményes receptfüzeteit, Ady édesanyjának konyhai jegyzeteit és Petri egyik menülapját is. Könyvek, kéziratok, fotók és szövegidézetek mellett személyes tárgyakat is láthat a látogató. Kiállításunkban magyar irodalmi szövegek segítségével reflektálunk napjaink gasztróörületére. Interaktív játékok segítségével pedig bárki kifőzhet egy jó mondatot, vagy feltálalhatja a legmagyarosabb vasárnapi menüt.

pim.hu/hu/kiallitas/iroi-fogasok



Tettek ideje – Lakhatási mozgalmak a 20. században

2017. április 2-ig – Budapest, Kassák Múzeum

A Kassák Múzeum és a Közélet Iskolája részvételi alapú kiállítása a huszadik század elejétől az 1989-es rendszerváltásig terjedő időszak lakhatásért folytatott küzdelmeit tekinti át, bemutatva az érintettek közös cselekvési stratégiáit, a megélhetésért folytatott praktikáikat, megoldási kísérleteiket és önszerveződésüket. A Kassák Múzeum munkatársai és a Közélet Iskolája kutatói 2016 januárja óta közel egy éven át intenzív közös munkát folytattak, hogy bemutassák a tömeges lakhatási problémák megoldására törekvő közösségi és önszerveződő kezdeményezéseket. A kiállítás kuriózum abban a tekintetben, hogy nem múzeumi szakemberek válogatását láthatjuk, hanem a hajléktalanságot megtapasztalt kutatókkal közös munka során kristályosodott ki a kiállítás koncepciója és a dokumentumok bemutatási módja. A cél tehát az volt, hogy a társadalom peremén élők szemszögéből láttassák a szegénységet.

kassakmuzeum.hu



Budapest Art Week

2017. április 18–23.

A Budapest Art Week egy Magyarországon egyedülálló, klasszikus és kortárs képzőművészeti eseményeket összefogó fesztivál, mely 2016-ban indult útjára. A programsorozat új lendületet, iránytűt kíván adni a képzőművészet kedvelőinek a Budapesti Tavasz Fesztivál klasszikus művészeti programsorozatának esszenciális kiegészítőjeként. A világ kulturális csomópontjaiban – Londontól Berlinen és Bécsen át Szingapúrig és Sydney-ig – évek óta rendeznek hasonló, nagy sikerű eseménysorozatokat, hogy közösségi élmény keretei közt adjanak lehetőséget a képzőművészet iránt érdeklődőknek a helyi művészeti irányzatok, alkotók és munkáik jobb megismerésére. A hatnapos rendezvény keretében több mint 60 helyszínen (a város vezető múzeumaiban, galériáiban és egyéb kiállítótereiben) 70 kiállítás és hozzájuk kapcsolódó program (tárlatvezetés, előadás, performance, múzeumpedagógia) látogatható – mindez egyetlen belépővel.

bpartweek.hu

Ingyenes felkészítések



Az NKP intézményi adminisztrátorainak



Az Eszterházy Károly Egyetem Oktatókutatató és Fejlesztő Intézet ingyenes felkészítéseket szervez intézményi adminisztrátoroknak az EFOP-3.2.2-VEKOP-15-2016-00001 A köznevelés tartalmi szabályozóinak megfelelő tankönyvek, taneszközök fejlesztése és digitális tartalomfejlesztés elnevezésű projekt keretében.

A Nemzeti Köznevelési Portál (NKP) intézményi adminisztrátoraként egy hiánypótló továbbképzési lehetőségre hívjuk fel a figyelmét.

Az NKP felületével intézménye szakmai munkáját színesebbé tudja tenni, ehhez nyújtanak segítséget a felkészítések. Annak érdekében, hogy az Ön munkáját segítsük, felkészítést szervezünk, amelyen részletesen megismerkedhet az NKP használatával, kérdéseket tehet fel szakértő munkatársainknak.

A helyszíni felkészítés időtartama hozzávetőleg 2 óra, melyet további 3 óra egyéni távmunka követ.

Várjuk jelentkezését!

A következő felkészítések időpontja,
illetve regisztráció az alábbi linken: goo.gl/4WXsYy

**A felkészítésen való részvétel ingyenes, feltétele
a regisztrált intézményi adminisztrátor státusz!**

A felkészítések helyszíne:
1143 Budapest, Szobránc utca 6–8.
411-es tárgyaló



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

SZÉCHENYI 2020

2020

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Múzeumi program? Rendhagyó órák? Osztálykirándulás?
Játék, tudás, élmény • mindezt megtalálod a Mi, magyarok kiállításban



MI, MAGYAROK KIÁLLÍTÁS

Látogassatok el hozzánk! A tárlat célja, hogy bemutassa azokat a kulturális, tudományos, történelmi értékeket, amelyekre magyarként büszkék lehetünk.

Rendhagyó órák, tárlatvezetések

JANUÁR

22. vasárnap, 10.00 – 18.00 óra

A magyar kultúra napja alkalmából
a kiállítás egész nap ingyenes!

24. kedd, 10.00 óra

Híres magyarok – Körösi Csoma Sándor nyomában
Dr. Kubassek János rendhagyó órája.

FEBRUÁR

14. kedd, 10.00 óra

Te is a része vagy! rendhagyó természetrajz
Múzeumpedagógiai foglalkozás – biológiaóra

21. kedd, 10.00 és 11.30 óra

Mesterségem címere: nyelvész – mit csinálnak a nyelvészek?
Interaktív élményóra nyelvészekkel

28. kedd, 10.00 óra

Művészet és/vagy vandalizmus?
Festményektől a graffitiig
Múzeumpedagógiai foglalkozás – művészettörténet óra

MÁRCIUS

2. csütörtök, 11.00 óra

Rendhagyó irodalomóra – Arany János születésnapján
Dsupin Pál és Csergő-Herczeg László muzikusok közreműködésével

15. szerda, 10.00, 11.30, 14.00 óra

Az íjtól a kardig – ingyenes tárlatvezetések

22. szerda, 10.00 – 18.00 óra

Közös kincsünk: a víz – kísérletek, 3D vetítések
és egyéb interaktív érdekességek a víz világnapja alkalmából

ÁPRILIS

11. kedd, 10.00 óra

Trendhagyó irodalomóra a Kávészünet zenekarral
a magyar költészet napja alkalmából

12. szerda, 10.00 óra

Mesél a történelem – ismerd meg a Felvidékről kitelepített magyarok történetét egy kivételes történelemórán

25. kedd, 10.00 – 18.00 óra

Nyomozás az elveszett szavak nyomában
Múzeumpedagógiai foglalkozás

MÁJUS

9. kedd, 10.00 óra

Mesterségem címere: biológus – mit csinál egy botanikus?
Interaktív élményóra

JÚNIUS

4. vasárnap, 10.00 – 18.00 óra

Ingyenes tárlatvezetések és foglalkozások
a **Nemzeti Összetartozás Napja** alkalmából

24. szerda, 18.00 – 24.00 óra

Múzeumok Éjszakája

A programok ingyenesen látogathatóak, de előzetes bejelentkezés szükséges!
A kiállításról és programjairól bővebb információ a www.mimagyarok.hu oldalon található.

OSZTÁLYKIRÁNDULÁS: Tölts egy napot a Várban!

Vegyél részt rendhagyó órán, ismerd meg a kiállítást, majd történelem segítségével a budai Várat!

