



Kalandterápia az egyetemen: tapasztalati outdoor módszerek a szociális munkás képzésben

Kosztka Júlia

KOSZTKA JÚLIA: SE EKK Mentálhigiéné Intézet; kosztka.julia@semmelweis.hu

ABSZTRAKT Kutatásom során a tapasztalati tanuláson alapuló természetben zajló vagy más néven outdoor módszerek, mint az élmény- és kalandterápia szociális munkások egyetemi oktatásában való hasznosíthatóságát vizsgáltam. Kutatásom kvalitatív módszertanra épül, feltáró jellegű. Szociális munka alap- és mesterszakos egyetemi hallgatók élmény- és kalandterápiás kurzuson való részvétel után írt reflexiók dolgozatait elemeztem. Az adatok elemzésekor adatvezérelt kategorizációt és szövegelemzést alkalmaztam. Az élmény- és kalandterápiás szabadterén tartott kurzusok a módszertani hasznosulás mellett a kurzusok önismereti, szakmai önismereti és személyiségfejlődést támogató vonatkozása is hasznos része lehet a szociális munkások egyetemi képzésének, jól kiegészítve a szakra jellemző személyiség- és készségfejlesztő kurzusokat. A kinti, „friss levegőn”, természeti környezetben való óratartás hozzájárulhat a hallgatók – és az oktatók – mentális jóllétéhez is, a természeti közeg pozitív hatásaiból adódóan. A természeti környezetben való szociális munka alkalmazása és további kutatása pedig segíthet jobban megérteni a természetnek az emberek fizikai és mentális jóllétében játszott szerepét.

Kulcsszavak: szociális munka oktatása, tapasztalati outdoor módszerek, élmény- és kalandterápia

Adventure therapy at the university: outdoor methods at the social work education

ABSTRACT In my research, I investigated the potential of experiential learning-based outdoor methods, such as adventure therapy, in the university education of social workers. My research is based on qualitative methodology. I analyzed reflective essays written by undergraduate and master's degree students in social work after participating in an experiential and adventure therapy course. I used data-driven categorization and text analysis to analyze the data. In addition to their methodological utility, outdoor courses in experiential and adventure therapy can also be useful parts of the university education of social workers, complementing the personality and skill development courses in the field. Lessons in the open air, in a natural environment, can also contribute to the mental well-being of students and teachers due to the positive effects of the natural environment. Further research into social work in natural environments can help us better understand the role of nature in people's physical and mental well-being.

Keywords: social work education, experiential outdoor methods, adventure therapy

BEVEZETÉS

A tapasztalati outdoor módszerek, mint például az élmény- és kalandterápia szociális szférában való felhasználási, hasznosulási területe széleskörű: nem csak a szociális munka hagyományos értelemben vett klienscsoportjaival, ügyfeleivel alkalmazható, hanem magukkal a szociális munkás szakemberekkel is, például tréningeken, szakmai továbbképzéseken, oktatásban vagy önismereti célú csoportokon. A módszerek egyetemi képzésbe való beillesztésének is



többféle megvalósítása és motivációja lehet. Jelen kutatás célja e módszerek egyetemi környezetben való alkalmazási lehetőségeiknek és céljainak vizsgálata kvalitatív módszerrel, valamint a további hasznosulás lehetőségeinek feltárása.

A szociális munkások egyetemi képzésében fontos helyet kap a különböző gyakorlatban alkalmazható módszerek hallgatók általi megismerése, elsajátítása. Ilyen jellemző módszerek lehetnek többek között a különböző művészetterápiák, resztoratív módszer, mediáció, konfliktuskezelés. Ezek oktatása jellemzően gyakorlati szemináriumok vagy tréning-jellegű kurzusok keretében történik, ahol sok esetben a hallgatók saját élményű gyakorlati tapasztalatokat szerezhetnek az adott módszer használatáról, hatásáról, előnyeiről és a vele kapcsolatosan felmerülő szakmai dilemmákról, felhasználási korlátokról. Ezen módszerek közé illeszkedik az élménypedagógia és a tapasztalati outdoor módszerek, mint az élmény- és kalandterápia. Ezeket egyetemi keretek között oktattva, a többi módszertani kurzushoz hasonlóan, gyakorlatban jól hasznosítható módszereket ismerhetnek meg a hallgatók, elősegítve szakmai eszköztáruk bővülését, későbbi munkájuk sokszínűségét és hatékonyságát.

Felmerül a kérdés, hogy hasznosulhatnak-e más módon is a különböző módszerek, beépülhetnek-e más formában és céllal is a szociális munkások képzésébe, a felsőoktatás keretrendszerén belül. Jelen dolgozatban az élmény- és kalandterápiás módszerekre fókuszálva tárom fel ezen esetleges felhasználási lehetőségeket, hasznosulási módokat.

ELMÉLETI HÁTTÉR, ALAPFOGALMAK

A magyarországi egyetemeken a szociális munkás-képzések alapelveikben és alapfelépítésükben megegyeznek, az egységes központi szabályozásra támaszkodva. A szakmai gyakorlat szerves része a képzéseknek, lévén az alapképzés gyakorlat-orientált, a mesterképzés pedig kiegyensúlyozott szak (Budai 2006).

A kutatásom alapjául szolgáló kurzusok megtartásához az Eötvös Loránd Tudományegyetem Társadalomtudományi Kar Szociális Munka Tanszékétől kaptam lehetőséget, a tanszékhez tartozó Szociális munka BA és Szociális munka MA szakokon. Az ELTE TáTK szociális munka képzéseinek célja jól körül határolt és illeszkedik a szociális munka gyakorlati praxisához, valamint a Szociális munka globális definíciójához (IFSW 2014), és a Szociálismunkás-képzés Globális Irányelveihez (Budai – Toldiné 2020, Bulyáki et al. 2021).

A tapasztalati outdoor módszerek egy gyűjtőfogalom, melybe beletartozik többek között a tapasztalati oktatás vagy élménypedagógia, a vadon- és természetterápia, az élmény- és kalandterápiás módszerek és a természetben zajló/outdoor tréningek. Közös jellemzőik, hogy változatos célokkal és klienscsoportokkal alkalmazhatóak, a tapasztalati tanulás elméletére épülnek, természeti környezetben valósulnak meg és fontos elemük a reflexió. A tapasztalati tanulás egy olyan folyamat, amely során a tudás a tapasztalat átalakulása által jön létre. Leírható egy ciklikusan ismétlődő négyfázisú folyamatként is, ahol az egyes fázisok a tapasztalat-szerzés, a megfigyelés és reflexió, az elvont fogalmak alkotása és az újracselekvés (Kolb 1984).

E módszerek jellemző eszközei lehetnek a csoportos problémamegoldó feladatok, élménypedagógiai játékok, alacsony és magas kötőpályák alkalmazásai, természeti metaforákkal való munka, különböző sportokra és aktivitásokra épülő módszerek is (Kosztka – Rádkár-Szabó 2019).



Az élménypedagógia vagy tapasztalati oktatás olyan cselekvésorientált módszer, ahol a résztvevőket különböző szociális, fizikai és lelki kihívások elé állítjuk, hogy mintaszerű tanulási folyamatok segítségével fejlődhessen a személyiségük és különböző készségeik (Michl 2017).

Rövid meghatározását tekintve az élmény- és kalandterápia a tapasztalati terápiák egy fajtája, melyek olykor az élménypedagógia terápiás megvalósulásaként is szoktak említeni. Elsősorban természeti környezetben (de bizonyos körülmények között beltéri megvalósítással is) kaland alapú aktivitásokat kínál, melyeket egyéni vagy csoportos reflektálás, feldolgozás kísér. A kalandterápiás programokat jellemzően rekreációs, személyiség- és készségfejlesztési, rehabilitációs vagy terápiás céllal alkalmazzák, a különböző célcsoportok igényére és a beavatkozás lehetőségeire való tekintettel (Rákár-Szabó – Kenézlői 2019). Az utóbbi években egyre elterjedtebbek például a traumafeldolgozás vagy szenvedélybeteg rehabilitációs célú terápiás alkalmazások is (Gillis 1992, Gass 1993, Crisp 1998, Bandoroff – Newes 2004). Az élmény- és kalandterápia egy fajtája a vadonterápia, amely nagyobb fókuszot helyez a természetkapcsolatra, természeti szimbólummunkára, mint a problémamegoldó és kihívás szerű gyakorlatokra.

A természeti környezetben végzett tapasztalat alapú módszerek – mint amilyen az élmény- és kalandterápia – a szociális munka gyakorlatában is jól alkalmazhatók, annak céljaihoz, alapelveihez és hagyományos eszköztárhoz jól illeszkednek. A tapasztalati tanulás intenzívebben és hatékonyabban valósulhat meg kinti környezetben, a természet kitágítja a módszer lehetőségeit, segíti a fókuszálást és elmélyülést, a természetes következmények miatt a (terápiás) folyamat jelentőségteljes és valóságos lesz a résztvevő számára (Gass 1993).

MÓDSZERTAN

E kutatás adatforrását az általam az ELTE TáTK szociális munkás képzésében tartott Élmény- és kalandterápia, illetve Élmény- és kalandterápia módszerei és alkalmazása kurzusokon résztvevő hallgatók által irt önreflexiós dolgozatok adták. A kurzusokon résztvevő alap- és mester szakos hallgatóknak lehetősége volt sajátélményű betekintésre az élmény és kalandterápiás módszerek gyakorlati alkalmazásába és azok szociális munkában való alkalmazási lehetőségeibe. A kurzusok egyfajta módszertani fejlesztésként valósultak meg, magyarországi viszonylatban elsőként. Ebből kiindulva releváns a kurzusok empirikus kutatással való kísérése, mely elősegíti a módszertan szociális munkások képzésében való helyének és szerepének vizsgálatát. A kutatás során elemzett szabad keretű, formai megkötés nélküli önreflexiók használata lehetővé teszi a hallgatók saját megéléseinek, gondolatainak, témáinak kevésbé irányított formában való megjelenését, ami a kutatás feltáró jellege miatt indokolt. A reflexió megírása a kurzus teljesítésének feltétele volt, annak tartalma azonban nem befolyásolta a hallgató érdemjegyét, hiszen elsődleges célja egy – a tapasztalati tanulás körkörös modelljébe is illeszkedő – újabb önreflexiós lehetőség biztosítása volt. Másodlagos célja volt a jelen kutatás számára való adatgyűjtés, melyhez a hallgatók engedélyét a kurzus értékelése után kértem ki, elkerülve ezzel mindenfajta befolyásolást.

A reflexiókat az Atlas.ti kvalitatív adatelemző szoftver segítségével elemeztem. Adatvezérelt kategorizációval (Kuckartz 2019) dolgoztam, vagyis nem határoztam meg előre a használandó kódokat, kódcsoportokat, mert a hallgatók személyes tapasztalataira, saját fogalmaira szerettem volna építeni az adatgyűjtést. A kódolás adatvezérelt mivolta kétlépcsőssé tette az



elemzési folyamat e részét. Az első elemzés során induktív kódolás történt tartalmi összefoglalás alapján. A második elemzéskor történt meg a kódok rendszerezése, csoportokba rendezése és a szakirodalommal, a téma alapfogalmaival való összevetés. Az eredményeket is e kód-csoportok mentén mutatom be, ahogyan az 1. ábrán is látható.

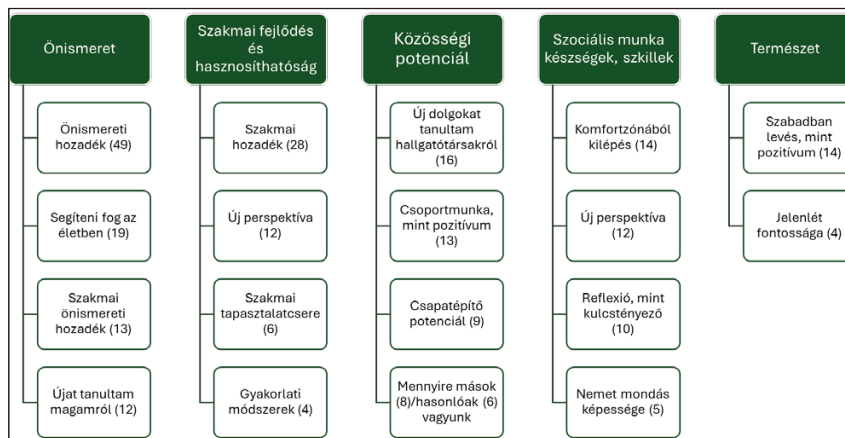
EREDMÉNYEK

A kutatás adatait szolgáltató reflexiókat négy kurzus hallgatói készítették, 56 dolgozat került elemzésre: harmincnyet alapszakos hallgató készített, huszonkettőt pedig mesterszakra járó. A kurzusok 2019 szeptembere és 2024 januárja között valósultak meg az ELTE TÁTK Szociális Munka Tanszék által meghirdetett választható vagy kötelezően választható kurzusként.¹ Az elemzett dolgozatok száma és minősége lehetővé teszi a kurzussal és a módszerrel kapcsolatos tanulságok, következtetések levonását.

A hallgatók életkora változó, az alapszakosok nagyrészt a húszas éveik elején járnak, a mesterképzéses hallgatók esetében nagyobb a szórás. Mesterképzésre egyaránt járnak az alapszak után rögtön továbbtanuló huszonevesek és már hosszú évek óta a szakmában dolgozó idősebb szociális munkások is. A hallgatók nemek szerinti megoszlása megítélésem szerint beleillik abba a képbe, amit általában a szociális munkában és képzésben – és jellemzően egyéb szociális szakmákban – tapasztalhatunk, vagyis a nők magasan felülreprezentáltak a férfiakhoz képest.

A reflexiók elemzése során azonosított témákat gyakoriság szerint és tematikus csoportokba rendezve mutatja be az 1. ábra, ahol zárójelben látható a megjelenések száma is.

1. ábra Hallgatói reflexiókban azonosított témakörök



Forrás: Saját szerkesztés

¹ Egy alapképzéses és egy mesterképzéses kurzus is a Covid-19 világjárvány korlátozásokkal terhelt időszakában valósult meg, így a tanórák egy része – más lehetőség híján – online került megtartásra. Jelen kutatásnak nem célja az online oktatással kapcsolatos kérdések vizsgálata. Mivel ezeken a kurzusokon is legalább fele a tematika szerint, személyes jelenléttel valósult meg és a reflexiók is a személyes alkalmakra fókuszálnak, nem volt szükség alcsoport létrehozására a mintában, a reflexiók összevethetők, egy csoportban elemezhetők.



Az 1. ábrán is látszik, a hallgatók jelentős többsége érezte úgy, hogy a kurzuson való részvételének volt valamifajta önismereti hozadéka, vagyis tapasztalt személyes vagy szakmai jellegű önismereti vonatkozású fejlődést, fejlődési lehetőséget az órai gyakorlatok, reflexiók vagy azok tovább gondolása kapcsán. A mesterképzéses hallgatók közül mindenki megemlítette az önismereti vonatkozást, és az alapképzéses hallgatóknak is több, mint háromnegyede.

A *szakmai önismeret* külön említése az alapszakosoknál kevésbé volt jellemző, a mesterszakosok fele viszont ezt is kiemelte, mint külön aspektust. A szakmai önismeret talán nem minden esetben választható el teljesen a személyes önismerettől. A szakmával, szakmai személyiséggel összefüggő felismerések és fejlődési lehetőségek sorolhatók ide az értelmezésemben, az a terület, amit a szakmai szupervízió is megcéloz.

„A másik feladat, ami sokáig foglalkoztatott és dolgozott még bennem, az a szakmai folyó ábrázolása volt, amit a természetben talált termékekből, ágakból, kövekből alkottam meg. Még sosem gondoltam így végig a szakmai pályafutásomat, a jelenemet és jövőképeimet. Mintha egyet hátra léptem volna és elkezdtem kívülről szemlélni a szakmai életemet. Kis kavicsokat helyeztem el a folyó elejére, ez jelképezte a nehéz elindulást...” (13. számú mesterképzéses hallgató)

A kurzus gyakorlatai és reflexiók körei célzottan a szakmai önismeretre fókuszáltak, a szakmai személyiség fejlesztése volt a központban. A dolgozatokra és a szemináriumok reflexiók köreiből visszatekintve látható, hogy a szakmai fókusz mellett is sok magánéleti vonatkozás merül fel, sokszor párhuzamosan vagy összefonódva egymással. A fenti, szakmai folyóépítéssel kapcsolatos idézet esetében is megjelenik (kavicsokkal ábrázolva) a szakmai életút elején lévő nehéz indulás, melynek magánéleti és szakmai elemei is vannak.

Megoszlanak a hallgatók tapasztalásai azzal kapcsolatban, hogy a kurzus során új dolgokat tanult-e valaki önmagáról, vagy pedig megerősítést nyert valamilyen magával kapcsolatos önismereti vonatkozásban. Mindkét felismerés fontos önismereti lépcsőfok, és kellő nyitottságot igényel. A mesterképzéses hallgatók közel fele ír arról, hogy *megerősítést nyert önmagával kapcsolatos már meglévő tudásáról, új felismerésekről vagy a magukról alkotott kép megváltozásáról* is írnak néhányan. Az alapszakos hallgatók esetében arányaiban is kevesebben térnek ki mindkét témára: kilencen tanultak új dolgokat és öten erősödtek meg magukkal kapcsolatos tudásban a dolgozataik alapján.

Mindkét alcsoportban több hallgatónál is felmerül, hogy *segíteni fogják őket a kurzuson tanultak*, tapasztaltak, illetve, hogy *sokáig foglalkoztatta őket* valamely gyakorlat vagy reflexiók beszélgetés, felmerült téma. Felfedezhetjük a tanulás körkörös megvalósulását a hallgatói reflexiókon keresztül. A tapasztalati tanulás elmélete (Kolb 1984) szerint a tanulás első fázisa maga a cselekvés, a tapasztalatszerzés, jelen esetben az órai egyéni vagy csoportos gyakorlat. Ezt követi a reflexió vagy feldolgozás fázisa, vagyis az órán megvalósult páros vagy csoportos reflexiók kör. A harmadik fázis a reflektált tapasztalat tovább gondolása, mindennapi életese-ményekkel való összekötése, amely fázisnak megfeleltethető az a visszajelzés, hogy sokáig foglalkoztatta a hallgatókat egy adott élmény vagy téma. A kör negyedik fázisa az újracselekvés, nyilvánvalóan már a tapasztaltakkal és tanultakkal felvértezve. Ehhez a negyedik fázishoz kapcsolható az a gondolat, hogy segíteni fogják őket az életben, vagyis tulajdonképpen egy hasonló helyzetben való újbóli cselekvésben a kurzuson tanultak, tapasztaltak. E gondolat mentén látható, hogy míg a kurzuson a Kolb-féle modell első két fázisára van lehetőség fókuszálni,



a hallgatókban megvalósulhat a harmadik és negyedik fázishoz való elérés. Hogy ezt a folyamatot a reflexiós dolgozatok megírása elősegíti, vagy csak rávilágít azok megvalósulására, e kutatás alapján nem lehet megállapítani.

„Az első óra végén egy csalánt választottam, ami jelképezte, hogy milyen érzéseket váltott ki belőlem az élmény és kalandterápiás kurzus. A csalán, ami eleinte csíp és viszketést okoz, de ha türelmesek vagyunk, akkor idővel kifejti a gyógyító hatását. Számomra azt a felismerést hozta az élményterápiás kurzus, hogyha eleinte nehéz is, de lépjek ki a komfortzónámból, higgyek magamban és merjem megmutatni magamat, mert ez a fejlődésemet fogja elősegíteni.” (15. számú mesterképzéses hallgató)

Valamely, a közösségi potenciál csoportba tartozó téma szinte az összes hallgató írásában megjelent. A hallgatók több, mint egyharmada írta, hogy az órán *ismerte meg csoporttársait, vagy pedig tanult róluk új dolgokat*, jobban meg tudta ismerni őket. A kurzusnak nem volt kifejezett célja a közösségépítés, a tematikába beépített gyakorlatok is inkább a résztvevők szakmai önismeretére, személyes fejlődésére fókuszáltak. Megjelentek persze bemelegítő ismerkedő és bizalomkialakító gyakorlatok is az alkalmak elején, de a reflexiós körök fókuszába a személyes vonatkozások, szakmai önismeret került, valamint a gyakorlatok és módszerek szakmai felhasználási lehetőségei. Ennek ellenére a közösségi fókusz hangsúlyos volt mind a reflexiós dolgozatokban, mind az órai visszajelző körök során.

„Az óra a szabadban volt tartva és elég interaktív módon zajlott. Ez azért is volt jó, mert segített – az önismeret elmélyítése mellett – megismerni a csoporttársainkat is. Mivel mi levelező szakra jelentkezünk és nem voltunk gólyatáborban, így ezen az órán találkoztunk először. Én egy introvertált és kissé szociálisan szorongó személyként kicsit féltem ettől az első találkozástól, de nagyon jól telt, hogy ezen a kurzuson volt lehetőségünk először találkozni egymással.” (14. számú mesterképzéses hallgató)

„A tantárgy során tanult játékok és feladatok felületet meg keretet adtak annak, hogy kontaktusba kerüljek a csoporttársaimmal, ami így magamtól nem megy túl egyszerűen, az órát megelőző szünetet például egy biztonságosan eldugott padon ülve töltöttem.” (18. számú mesterszakos hallgató)

E két mesterszakos hallgatótól származó idézet hasonló gondolatokra épül, mégpedig, hogy a levelező egyetemi képzésen szükségét érzi a közösségépítő, ismerkedési fókuszú képzési elemek vagy gyakorlatok meglétének, például a képzés elején, amely egyfajta közös alapozást teremthetne a későbbi tabuláshoz, csoportos munkákhoz és szakmai beszélgetésekhez. Felmerült a reflexiókban a különböző szakos hallgatók egymás megismerésének a lehetősége is, amely új szakmai és személyes kapcsolódásokra adhat lehetőséget. A több szak hallgatóit is fogadó interaktív szemináriumok alapot adhatnak a szakmai kapcsolathálózat kialakítására is.

„Lehetne az egyetemen sokkal több ilyen óra, amelyben lehetőség van ilyen szempontból megismerni a hallgatótársunkat. ... Azt hiszem, ez nem csak az én érdekem, hanem mentálhigiénés szempontból az ELTE érdeke is. ... A kutatószemináriumokon például kifejezetten hasznos lenne néhány ilyen játék, és ezek után könnyebben menne a csapatban való munka is.” (20. számú alapszakos hallgató)



A dolgozatok nagy részében, összesen 52 alkalommal jelennek meg a szociális munkás kompetenciák és készségek fejlesztésével kapcsolatos csoporthoz tartozó témakörök. A hallgatók tehát tapasztalták a szociális munkásként hasznos szkilljeik fejlődését vagy fejlődésének lehetőségét a kurzus során. Az egyik ilyen kompetencia a *nemet mondás*, amely érdekes módon az egyik alapszakos kurzus során merült fel hangsúlyosan több esetben, a többi kurzus hallgatóinál nem kapott akkora hangsúlyt. Ennek oka a kutatásból nem derül ki, a téma felvetést mindenestre fontosnak tartom, mivel a nemet mondás a szociális munkában is hangsúlyos lehet. A nemet mondás egyfajta határhúzás is, amit egy szociális szakembernek gyakorolnia kell a mindennapi munkájában, és felvethet különböző etikai és személyes dilemmákat is. A szakmai önismeretnek, érett szakmai személyiségnek része kell, hogy legyen a saját határok ismerete, ideértve mind a kompetenciahatárokat, mind pedig a személyes határok meghúzását is.

„Nem éreztem azt, hogy nekem feltétlenül meg kellene csinálnom, vagy hogy el kellene mondanom, hogy miért nincsen kedvem elvégezni egy feladatot. Ez is szintén egy olyan érzés, amit már olyan régen nem tapasztaltam, hogy el is felejtettem, hogy milyen megnyugtató – valamire, amit nem szeretnénk, vagy nem tudunk megcsinálni – nemet mondani.” (2. számú alapszakos hallgató)

A szociális munkás készségek fejlesztése témacsoportba tartozik a *komfortzónából való kilépés*, a komfortzónán kívüli feladatok megtapasztalásának gyakorlása is. Egy szociális munkás szakemberre sokszor előfordul munkája során, hogy ki kell lépnie a komfortzónájától, és ismeretlen terepen dolgoznia – akár szó szerinti, akár átvitt értelemben, számára kihívást jelentő, olykor ijesztő szakmaterületen kell helyt állnia, nagy kihívást jelentő ügygel vagy ügyféllel dolgoznia. A természetben zajló kurzus, a természetben zajló vagy az élmény- és kalandterápiás módszerekkel való első találkozás is hasonló, komfortzónából kilépést jelentő helyzet lehet. A tanulási zóna elmélet (Luckner – Nadler 1997) szerint a komfort zónát elhagyva lépünk a tanulási vagy fejlődési vagy növekedési zónába, ahol az ember a számára megszokott és kényelmes területen kívül kerül, tehát szükségessé válik új viselkedések és reakciók alkalmazása, új dolgok és helyzetek megtapasztalása, melyek egy idő után ismertté, komfortosabbá válhatnak, vagyis megtörténik a személyes fejlődés, kvázi növekedés. Amikor a hallgató biztonságos körülmények között találkozik a komfortzóna elhagyásával, és tapasztalatot szerez a tanulási zónában való mozgásról, az megerősítheti őt, támogathatja őt egy következő hasonló jellegű kihívás esetén is.

Megjelent a dolgozatokban mind az egymással való hasonlatosság felfedezésének tapasztalata, mind pedig az egyediség és különbözőség értékének artikulálása is. A szociális munkás munkája során rengeteg különböző emberrel, élethelyzettel és életúttal találkozik, szüksége van mind a sokszínűség felismerésére és elismerésére, mind a hasonlóságok, közös tulajdonságok tudatosításának képességére is.

Szociális munkásként, segítő szakemberként rendszeresen kell (vagy legalábbis kellene) különböző, sokszor új perspektívákból szemlélnünk ügyfeleink helyzetét és a szakmánkat is, valamint elengedhetetlen a szakmai folyamatokra és saját munkánkra való folyamatos kritikus rátekintés, *reflexió*. E két téma is megjelent mind az alapszakos, mind a mesterszakos dolgozatok legalább egyötödében.



„A reflexió jelentőségét a kurzus során is hangsúlyoztuk, de igazán csak a magánéletembe történő átvezetést követően jöttem rá, hogy legalább olyan fontos, mint maga a folyamat, amely után alkalmazom.” (13. számú alapszakos hallgató)

A szakmai fejlődés és hasznosíthatóság kódcsoporthoz kapcsolódó témákat jelölő kódok a második legnagyobb gyakorisággal jelentek meg a szövegekben. A *szakmai fejlődést és gyakorlati hasznosíthatóságot* konkrétan megnevezve a mesterszakos hallgatók több, mint fele, az alapszakos hallgatóknak pedig egyharmada. Több hallgató már a kurzus során, illetve a beadott dolgozatában is összekapcsolta a megismert élmény- és kalandterápiás vagy élménypedagógia módszereket valamely más, általa használt szakmai módszerrel, mint kombinálási lehetőség. Nem csak hagyományos értelemben vett szakmai módszerek és eszközök merültek fel, hanem például a sziklamászás, túrázás, cserkészkedés vagy szerepjátékozás is.

A természettel kapcsolatos témakörök kisebb hangsúlyt kaptak a hallgatók reflexióiban. A szabadban levés, mint pozitívum a mesterképzésben részt vevők dolgozatainak felében artikulálódott, míg az alapképzésben lévőké közül csak néhányban jelent meg. Előzetes feltevéseim és a szakirodalom alapján azt vártam, hogy hangsúlyosabban fog megjelenni az egyetem épületén kívüli helyszín, a természeti környezet hallgatókra gyakorolt hatása a reflexiókban.

A reflexiók alapján nagyon különböző megélései voltak a hallgatóknak azzal kapcsolatban, hogy milyen volt a kinti, természeti környezetben lenni, illetve azzal kapcsolatban is, hogy mi számít természetes közegnek. Ugyanúgy megjelent a természet – korábbi tapasztalatokból és szabadtéri hobbikból is következő – nyugtató és otthonos érzést nyújtó hatása, mint a semleges megélés, a kellemetlen érzések, illetve a természeti közeg befelé fordulást és elmélyülést támogató mivolta is.

„Alapvetően szeretek a természetben lenni, viszont ennél az elemnél nem éreztem, hogy hatott volna rám bárhogy is, de lehet ennek oka a rossz időjárás és a helyszín volt; az egyetempark nem nevezhető kellemes természetes környezetnek.” (28. számú alapszakos hallgató)

Az egyetemi park, mint természetes közeg meghatározása, ahogyan a fenti idézetben is megjelenik, vitatható. Ideális természeti közegnek semmiképpen nem neveznék egy autóutakkal és nagy épületekkel körül határolt, mesterséges elemekkel is telepakolt egyetemi park. Más nézőpontból viszont, ahogyan az több kurzus záró körében is artikulálódott a hallgatók részéről, a város közepén, a komor egyetemi épület helyett egy fás, füves, viszonylag nagyobb és nyugodtabb területen voltunk. Többeknek ez maga volt a megnyugtató és szokatlan természeti közeg. Másoknak a város zajos része, ami messze van a természettől.

A természetben levéshez szervesen kapcsolódik a jelenlét, fókuszált jelenlét – vagy divatosabb szóval a mindfulness – témaköre, amely szintén megjelent a dolgozatokban. A mindfulness tudatos jelenlétet jelent, vagyis, hogy tudatosan fókuszálunk arra az egy dologra, amit csinálunk, lehet ez bármilyen hétköznapi vagy különleges tevékenység.² Ennek gyakorlásához segítségül hívható a meditáció egyes eszközei, a légzésre való figyelem vagy a természet is. Ez természetesen nem csak a természetben levéssel valósulhat meg, ahogyan az idézetekből is

² Forrás: Mi a mindfulness? – Mindfulness Egyesület (mindfulnessesgyesulet.hu) (Utoljára letöltve: 2024. 04. 20.)



látszik, hanem következhet a módszer gyakorlati, sajátélményű jellegéből, a tapasztalati tanulás módszertanából.

Mindegyik kurzuson – és korábbi általam szabadterén vagy erdős környezetben tartott önismereti programok során – volt olyan résztvevő, aki valamelyik reflexiós körben kifejezte ellenérzéseit a kintléttel, zavaró rovarokkal és számára kellemetlen növényzettel kapcsolatban. Ők jellemzően arra is panaszkodtak, hogy nem tudnak a gyakorlatokra, kérdésekre koncentrálni, mert zavarja őket az outdoor környezet. Számukra nehezebb volt elmélyülni és befelé figyelni, mindfulness állapotba kerülni, pont a környezet miatt. Önismereti, fejlődési szempontból szakmai véleményem szerint ezek az esetleges kellemetlen érzések és feszültségek is fontosak és jól használhatók egy feldolgozó kör során. Az azonban tény, hogy egy módszer sem megoldás mindenre, nincs mindenki számára egyformán hatékony módszer sem az oktatásban, sem a segítő munkában.

DISZKUSSZIÓ

Az élmény- és kalandterápiás módszerek egyik kulcseleme, hogy a tapasztalati tanulás (Kolb 1984) módszertanára épülnek. Eltérnek tehát az egyetemi oktatásban hagyományosnak mondható frontális oktatási formáktól - mint például egy előadás -, és középpontba helyezik a hallgatók aktív részvételét, sajátélményű tapasztalását és az ezt követő reflexiós folyamatokat.

Kóbor (2021) amellet érvel, hogy a tapasztalati tanulás alapú módszerek hozzájárulnak a szociális munkás szkiltek, készségek elsajátításához. Kozma (2002) nyomán Bulyáki és munkatársai (2021) kiemelik, hogy a szociális munkásoknak különböző és változatos problémákkal küzdő klienseiknek való adekvát segítségnyújtáshoz és megfelelő beavatkozási stratégiák kialakításához széleskörű módszertani eszköztárra van szükségük. Az élmény- és kalandterápiás módszerek – kezdve a kurzus során elsajátított gyakorlatokkal, csoportvezetési technikákkal és feldolgozási módszerekkel – hasznos részeivé válhatnak ennek a szakmai eszköztárnak. Az élmény- és kalandterápiát komplett kiegészítő módszerként is lehet alkalmazni a szociális munkában. Nem kell azonban feltétlenül teljes módszertant alkalmazni, mivel egyes elemeit, megközelítéseit átvéve, akár megfelelően a célcsoportra adaptálva is beépíthető egy „hagyományos” praxisba is, kihasználva például a véletlenül rendelkezésre álló szabadtéri, zöld területeket. A módszertani hasznosulás mellett a kurzusok önismereti, szakmai önismereti és személyiségfejlődést támogató vonatkozása is hasznos része lehet a szociális munkások egyetemi képzésének. Az ELTE TáTK szociális munkás alapképzésén a hallgatók személyiségfejlesztő és készségfejlesztő gyakorlatokon vesznek részt, melyek hozzájárulnak önismeretük fejlődéséhez, szakmai identitásuk stabilitásának kialakításához, az önreflektív szakmai személyiség kialakításához és megerősítéséhez (Bulyáki et al. 2021). Hasonló személyiség- és készségfejlesztő képzési elemek, tapasztalati tanulás-alapú vagy tréning-jellegű képzési blokkok más egyetemeken szociális munkás képzésein is megjelennek, például a Szent István Egyetem szociális munka alapképzésének is évek óta hangsúlyos részei ezek (Kóbor 2021). Az élmény- és kalandterápiás kurzus módszertanából és szakmai önismeretre helyezett hangsúlyából adódóan jól kiegészítheti a személyiség- és készségfejlesztő kurzusokat, és az egyéb, szakmai személyiség fejlődésére pozitívan ható képzési elemeket, akár tovább mélyítve, akár más fókuszpontot adva az önismereti munkának.



Fontos kiemelni, hogy a tapasztalati tanulásra alapuló módszerek, tréningek nem csodaszerek és nem jelentenek megoldást mindenre, és nem lehetnek hatékonyak minden hallgató számára. Nem pótolhatják például az elméleti tudás megszerzését, de segíthetik az előadáson megszerzett ismeretek elmélyítését, illetve jól alkalmazhatók a készségfejlesztés területén és bizonyos témakörök gyakorlatokon keresztüli feldolgozásához (Kóbor 2021). Kóbor (2021) felhívja a figyelmet arra, hogy ha a hagyományos oktatói szerep tréneri vagy facilitátori szereppé alakul át, akkor a hallgatók részéről nagyobb bizalom alakulhat ki az oktató felé, másfajta módon kitárulkozhatnak előtte a problémáik megosztásával. Ezen a ponton, érvel a szerző, fontos a határok egyértelmű meghúása és annak megakadályozása, hogy a készségfejlesztő csoportból segítő csoport legyen. Ez a határhúzás és oktatói-tréneri szerepkonfliktussal kapcsolatban felmerülő dilemma a vizsgált élmény- és kalandterápiás kurzusok esetében is releváns. Főleg, hogy itt egy módszertani kurzusról van szó, tehát a tudásátadás is cél, nem csak személyiség- és készségfejlesztés. E szerepkonfliktus és a csoporthatárok elmosódásának elkerülésére szolgált a szakmai önismeretre való fókuszálás mellett a feldolgozó körök felépítésének és mélységének tudatos megtervezése. Folyamatos facilitátori/tréneri/csoportvezetői munkát és folyamatos önreflexiót igényel ez a kurzus oktatója részéről, hogy megmaradjon az egyensúly az ismeretátadás és az önismereti vonatkozások, a csoportmunka és az egyetemi oktatási keretek között.

A természeti közeg egyfajta plusz dimenziót adhat a tapasztalati tanulás alapú módszerekhez, nem elvitatva a tanteremben végzett tapasztalati tanulás alapú kurzusok, képzési elemek létjogosultságát és hasznosságát. A megszokott tantermi, sokszor kötött széksoros környezet-től eltérő helyszín, a fizikai elmozdulás és aktivitás elősegítheti az új nézőpontból, másfajta perspektívából való munkavégzést, motiválva ezzel a nyitottságot és a komfortzónából való kilépést. Az egyetemi épületen kívüli terek, zöld területek használata nem példa nélküli, de kevésbé jellemző. Érdemes meggondolni a speciális tantermi felszerelést – pl. okostábla, számítógépek, szemléltető és kísérleti eszközök – nem igénylő kurzusok más környezetben való megtartását akár alkalmi szinten.

A kinti, „friss levegőn”, természeti környezetben való óratartás hozzájárulhat a hallgatók – és az oktatók – mentális jóllétéhez is, a természeti közeg pozitív hatásaiból adódóan. A biofilia hipotézis (Wilson 1984) szerint az emberiség nem csak fizikailag függ a természettől, hanem igénye van esztétikai, intellektuális, kognitív és spirituális kapcsolódásokra is a természettel. Ebből kiindulva a természeti környezetben való tartózkodás, így a szabadtéren megtartott egyetemi kurzus is hozzájárul a mentális és fizikai egészség megőrzéséhez és növelheti a jóllét érzését. Kaplan és Kaplan (1989) kutatásai arra az eredményre jutottak, hogy a természeti környezettel való kapcsolat megnyugvást, örömet és akár stresszcsökkenést is eredményezhet. Felmerül itt is a kérdés, hogy mi is számít természeti közegnek és mennyire nevezhető annak egy kisméretű, város közepén álló egyetemi park. Feltételezhető, hogy minél inkább érintetlenebb, „vadabb” egy zöldterület, annál inkább érvényesülnek a fentebb említett hatások, azonban ez nem jelenti azt, hogy a kevésbé természetes parkok, zöld területek ne járnának pozitív hatásokkal. Az élmény- és kalandterápia módszerei és eszközei, amelyeket ízelítő jelleggel a kurzus során is alkalmazunk, segíthetnek a természeti környezetre való figyelésben, az azzal való kapcsolódásban, a személyes természet-kapcsolatra való reflektálásban és a minket körülvevő környezet tudatosításában.



Az egyetem környezetében levő külső terek jobb kihasználása egy nyitva álló lehetőség a kurzustervezés során. Az oktatási helyszín és környezet olyan tényezők, amelynek tudatos használatával elősegíthetjük az oktatási folyamatot és a hallgatók és oktatók jóllétét is.

A tapasztalati tanulásra alapuló, személyiségfejlesztést célzó kurzusok megvalósítása idő- és erőforrásigényes, csoporttartásra megfelelő helyszínre, eszközökre és módszertanilag felkészült szakemberre van szükség, emeli ki tanulmányában Kóbor (2021). Hozzáteszi azt is, hogy a mai magyar felsőoktatásban dolgozó oktatók többségének nincs meg a módszertani háttere egy ilyen, nem frontális kurzus megtartásához, valamint a Covid-19 járvány miatti online oktatás időszaka is inkább a frontális előadások felé billentette az egyetemi oktatást. A szerző számos jó tapasztalatot is lát a tapasztalati tanulásra alapuló kurzusokkal kapcsolatban, melyek segítik a hallgatók önismeretének fejlődését, új tanulási módszereket nyitnak előttük, ezáltal változást generálhatnak életükben (Kóbor 2021).

KÖVETKEZTETÉSEK

Az élmény- és kalandterápiás módszerek alapelemeinek tekinthető tapasztalati tanulás (Kolb 1984) és tanulási zóna (Luckner – Nadler 1997) elméletekre alapozva állítható, hogy érdemes a szociális munkások egyetemi képzésébe is beépíteni természeti környezetben zajló képzési elemeket, szabadtéren megtartott kurzusokat, tanórákat, programokat. Ha a hallgatók lehetőséget kapnak rá, hogy kapcsolódjanak a természethez, komfortosabban érezhetik magukat. Kevésbé lesz ismeretlen és esetleg kényelmetlen vagy félelmet keltő egy szabadtéri helyszín, mintha sohasem találkoztak volna a külső helyszínen való csoportmunkával, gyakorlatokkal. Amit ismerünk, azt talán bátrabban használjuk a munkánk során is. Ahogyan azt tudományos vizsgálat (Alcock et al. 2020) is alátámasztja, ha a természetben eltöltött idő mennyisége növekszik, növekszik a természeti környezetre való tudatos odafigyelés, annak megóvása is. A szociális munka, a szociális munkások feladata a társadalmi problémákra való reagálás, a társadalmi egyenlőtlenségek és krízisek mérséklése és megszüntetése, valamint a társadalmi jóllét érdekében való aktív fellépés. Ez nem lehetséges a társadalomnak helyet adó környezetnek, természetnek a megóvása, a bioszféra sokféleségének és élhetőségének fenntartása nélkül. A szociális munkás, aki az embert a környezetében és rendszerekben szemléli, nem hagyhatja figyelmen kívül az ember környezetéhez és rendszereihez tartozó természetes környezetet sem.

A kutatás gyakorlati hasznosulásaként, kvázi oktatásmódszertani újításként megvalósult két konkrét tematika és kurzusterv kidolgozása, valamint folyamatos fejlesztése a hallgatói visszajelzések és oktatói tapasztalatok alapján. A visszajelzések és a hallgatók kurzus iránt tanúsított érdeklődése jelzi, hogy van igény az ilyen sajátélményű, szakmai önismereti fókusszal zajló módszertani kurzusra, mint az élmény- és kalandterápiás kurzus. Érdemes lehet továbbra is folyamatosan értékelni a hallgatók visszajelzéseit és az oktatói tapasztalatokat és ezek alapján fejleszteni a tematikát.

Kutatási eredményeimre, a szakirodalomra és külföldi jó gyakorlatokra alapozva úgy vélem, hogy további alkalmazási lehetőségei is lehetnek az élmény- és kalandterápiás módszereknek egyetemi keretek között. Az egyik ilyen lehetőség egy *alapozó önismereti és/vagy közösségépítő tréning*, amely adott szak első félévében valósulhat meg, optimális esetben az egyetemen kívüli, természeti környezetben. Egy ilyen tréning célja a hallgatói csoport egymással való



megismerkedése, a közös tanulási folyamat alapjainak lefektetése mellett szakmai önismeret-fejlesztés, szakmai célokkal való munka lehetne. Egy ilyen kurzus nem példa nélküli, az ELTE TáTK szociális munkás alapképzésén például több féléves kiscsoportos személyiségfejlesztő és készségfejlesztő kurzus van a képzés elején (Bulyáki et al. 2021), illetve más egyetemek szociális munka és szociálpedagógia alapképzésében is megjelenik a személyiségfejlesztés kiscsoportos kurzusok vagy tréning formájában (Kóbor 2021, Győri-Dani 2021). Találkozhatunk egyéb, nem kurzus formájú, közösségépítést elősegítő képzésindító programokkal is. Az ELTE TáTK humánökológia mesterszakon például az oktatókkal közös évnnyitó kirándulást szerveznek az első évfolyamos hallgatóknak, amely kötetlenebb formában, kevésbé strukturált keretek között ad lehetőséget az ismerkedésre, kapcsolódásra és természeti közegben levésre. Az ELTE TáTK szociális munka alapszak esetében jellemzően az első év végén valósul meg a szociotábor, ami a képzés meghatározó eleme, egy komplex módszertanra épülő etnográfiai terep-kutatás (Bulyáki et al. 2021). E példákhoz képest egy képzés legelejére tervezett, külső helyszínen, természeti környezetben, élmény- és kalandterápiás elemeket is használó önismereti és/vagy közösségépítő tréningen nagyobb hangsúlyt kaphat a személyes fejlődés, a csoportban való működésre való rátekintés, a szakmai célok és dilemmákra való rátekintés és a közös egyetemi munka megalapozása. Egy ilyen szetting pozitívan hatna a hallgatók mentális jóllétére, hallgatói teljesítményére és szakmai önismereti fejlődésére is. Egy ilyen képzésindító tréningjellegű kurzus felfogható akár egyfajta alternatív gólyatáborként is, amely egy adott szak hallgatóinak szól.³ Tovább gondolva a dolgot, a képzés végére beillesztett hasonló csoportos alkalommal keretezhető is a képzés.

Az élmény- és kalandterápiás módszerek egyetemi környezetben való hasznosulása nem csak szociális munka szakos hallgatók körében elképzelhető, például egy szabadon választható *önismereti fókuszú kurzus* keretében. Ha egyértelműen önismereti és/vagy szakmai önismereti fókusszal, a módszertani tudásátadást és az elméleti háttér bemutatását mellőzve kerül kialakításra a kurzusterv vagy tréningterv, bárki számára hasznos lehet szakiránytól, évfolyamtól, képzési szinttől függetlenül. A különböző szakra és képzési szintre járó, eltérő életkorú és tapasztalattal rendelkező hallgatók együttes jelenléte egy ilyen csoportban plusz dimenziót adhat mind az önismereti, személyiségfejlesztő munkához, mind pedig a csoport dinamikájához és az ebből fakadó tanulási, tapasztalási folyamatokhoz. A szabadon választható kurzus-blokk célja elsősorban a hallgatók látókörének szélesítése, lehetőséget adva a saját szakirányuktól eltérő témákba, szakterületekbe való belekóstolásba. Véleményem szerint kitűnően passzol ide az önismereti, személyiség- vagy készségfejlesztő fókuszú kurzus, akár tréning-szerűen meghirdetve. Ez segítheti a résztvevő hallgatók közösségbe való beilleszkedését, megkönnyítve ezzel a csoportos tanulmányi feladatok elvégzését, a hatékonyabb tanórai munkavégzést. Az önismereti fejlődést támogató gyakorlatok és reflexiók körök hozzájárulhatnak a hallgatók személyiségének fejlődéséhez, önmaguk jobb megismeréséhez és megértéséhez. Ezáltal és a természeti, nyugodt környezet kifejtette hatások által pedig javulhat a mentális jóllétük is. Ebből a hasznosulási lehetőségből kiindulva felmerül, hogy nem csak a hallgatók,

³ A Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet Szociális munka mesterképzési szakon curriculumfejlesztés zajlott az elmúlt másfél évben. A megújult, 2024 szeptemberében indult képzés tanulmányi terve tartalmaz egy két napos képzésindító tréninget, mely tartalmaz önismereti és közösségépítő fókuszú elemeket, interaktív és tapasztalati tanulási alapú elemeket. A tréning részben külső helyszínen, egy városi parkban valósult meg.



hanem akár az oktatók és a munkájukat segítő nem oktató egyetemi munkatársak számára is meghirdethetők lennének tapasztalati tanulás alapú természetben zajló módszerekre épülő önismereti, közösségépítési, együttműködést fejlesztő vagy akár kikapcsolódást támogató tréningek, programok. Az természetesen további vizsgálatra szorul, hogy van-e igény és szükséglet ilyen jellegű programokra.

További megfontolandó hasznosulási irány lehet egy élmény- és kalandterápiás módszertani specializáció vagy kiegészítő módszertani képzés létrehozása. Ez azt jelentené, hogy a szociális munkások egyetemi képzése, leginkább a mesterképzés során lehetőség nyílna az okleveles szociális munkás végzettség megszerzésével egyidejűleg egy módszer-specifikus tudás elsajátítására. Egy korábbi, hallgatókkal és oktatókkal készített csoportos interjú alapján arra következtethetünk, hogy az egy módszertanra épülő specializáció megosztó gondolat, interjúalanyaink is inkább a szakterület szerinti specializációt támogatták a módszertanival szemben (Kosztka – Rákár-Szabó 2019). Véleményem szerint nem elvetendő az egy módszerre épülő specializáció gondolata sem, ha a szociális munka különböző szakmaterületein jól alkalmazható módszerről van szó, amelynek magasszintű ismerete hozzájárulhat a végzett szakember hatékony és sikeres munkavégzéséhez az általa választott szociális munka szakterületen. Nem csak az élmény- és kalandterápiát, mint módszert sorolom ide, hanem például a művészetterápiás módszereket is. A módszerspecifikus képzések jellemzően nagy anyagi és időbeli ráfordítást igényelnek, így – a jelenlegi béreket és leterheltséget nézve – nem biztos, hogy elérhetőek egy szociális munkás szakember számára, főleg a pályája elején. Egy korábbi kutatásom (Kosztka 2022) alapján elmondható, hogy a szociális munkások több, a szakmájukban jól alkalmazható módszert ismernek, mint amennyinek az elsajátítására és használatára lehetőségük van. Ennek okaiként megnevezték az anyagi vonzatot, mint jelentős tényezőt, illetve a munkahelyi támogatás szükségességét.

Felmerülhet még egy kreditpontos továbbképzés megvalósításának lehetősége is már egyetemet végzett szakemberek számára. Ez nem feltétlenül az egyetemi képzések körébe tartozó lehetőség, hanem az egyetemi kereteken túli hasznosulás. Elképzelhető lenne akár közösen a még képzésben lévő hallgatókkal, akik a diplomájuk mellett szerzik meg a kiegészítő képesítést. Ezzel tovább erősödhetne az oktatás és a praxis közötti kapcsolódás, a gyakorló és a leendő szakemberek párbeszéde.

A legkomplexebb szakmai tervezési és előkészítési folyamatot, valamint legnagyobb infrastruktúrát és erőforrásokat igénylő élmény- és kalandterápiás módszerekre épülő hasznosulási lehetőség egy felsőfokú szakirányú továbbképzés létrehozása lenne, természetesen együttműködve szakmai szervezetekkel, módszert alkalmazó szakemberekkel és szociális munkásokat képező egyetemekkel. Magyarországon jelenleg nem elérhető akkreditált élmény- és kalandterápiás képzés⁴. Élménypedagógiai szakmai továbbképzéseket, tréningeket és szociális

⁴ A kéTTé Magyar Tapasztalati Tanulás Alapítvány által kidolgozott nemzetközi sztenderdekre épülő élmény- és kalandterápiás fókuszú három féléves képzést eddig két évfolyam végezte el, én az első évfolyamban végeztem 2017-ben. A képzés neve: Tapasztalati / Outdoor Tréner és Tanácsadó Képzés Vadon – Kalandterápiás Specializációval. A képzés megfelel a nemzetközi és a hazai képzési sztenderdeknek is, az akkreditációja ennek ellenére eddig még nem valósult meg, ennél fogva bár magas színvonalú tudást és jól hasznosítható gyakorlati szakkilleteket nyújt a képzés, hivatalosan is elismert végzettséget nem ad.



szférában is elismertethető krediteket érő képzésekből többet is találunk⁵, de ezek nem ugyanazt a módszertani keretet fedik le. Kutatási eredményeim alapján is látszik, hogy a szociális munkás szakemberek és egyetemi hallgatók nyitottak a különböző természetben zajló módszerek iránt és szívesen vesznek részt képzéseken, fejlesztik szakmai eszköztárukat, amennyiben lehetőségeik megengedik ezt.

Az általam kutatott téma számos további vizsgálódási, kutatási lehetőséget rejt magában. Fontos következő lépés lehet a szociális munka és a természeti környezet kapcsolódásának vizsgálatában egy átfogóbb kvantitatív módszertanra épülő kutatás a magyarországi szociális munkások természetel, természeti környezettel való kapcsolatának felmérése, kitérve a rendelkezésre álló outdoor terek és azok használati gyakoriságának feltérképezésével. Ehhez kapcsolódóan további érdekes kutatási irány a szakemberek és/vagy a szociális munka ügyfélkörének mentális és fizikai jóllétének vizsgálata a természetben töltött idő viszonylatában. A természeti környezetben való szociális munka és egyetemi oktatás alkalmazása és további kutatása pedig segíthet jobban megérteni a természetnek az emberek fizikai és mentális jóllétében játszott szerepét, elősegítve az outdoor módszerek minél szélesebb körű tudatos alkalmazását, a segítő munkában való hatékony alkalmazásukat.

IRODALOM

- Alcock, I. – White, M. P. – Pahl, S. – Duarte-Davidson, R. – Flaming, L. E. (2020): Associations between pro-environmental behaviour and neighbourhood nature, nature visit frequency and nature appreciation: Evidence from a nationally representative survey in England. *Environment International*, 136(3). <https://doi.org/10.1016/j.envint.2019.105441> (Utolsó letöltés: 2024. 08. 25.)
- Bandoroff, S. – Neues, S. (2004): *What is Adventure Therapy?* In: *Coming of Age-The Evolving Field of Adventure Therapy*, AEE Publishing, 1–30.
- Budai, I. – Szöllősi, G. (2020): A szociális munka gyakorlati kutatása. *Párbeszéd: Szociális munka folyóirat*, 7(1). <https://doi.org/10.29376/parbeszed.2020.7/1/1> (Utolsó letöltés: 2024. 08. 25.)
- Budai, I. – Toldiné, B. A. (2020). A Szociálismunkás-képzés Globális Alapelvei. *Párbeszéd*, 7(2). <https://doi.org/10.29376/parbeszed.2020.7/2/12> (Utolsó letöltés: 2024. 08. 25.)
- Bulyáki, T. – Mihály, B. – Rácz, A. (2021): Az ELTE szociális munka alapképzés innovatív elemei és útkeresési törekvései. *Párbeszéd: Szociális munka folyóirat*, 8(1). <https://doi.org/10.29376/parbeszed.2021.8/1/7> (Utolsó letöltés: 2024. 08. 25.)
- Gass, M. A. (1993): The evolution of processing adventure therapy experiences. In M. A. Gass (Ed.). *Adventure therapy: Therapeutic applications of adventure programming*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing. 219–230.
- Gass, M. A. – Gillis, H. L. – Russell, K. C. (2012): *Adventure Therapy: Theory, Research, and Practice*. New York: Routledge <https://doi.org/10.4324/9780203136768>

⁵ Kínál ilyen képzéseket többek között a Kalandok és Álmodok Szakmai Műhely, a Katalizátor Pedagógusképző Központ, illetve időszakosan az Élményakadémia Egyesület is.



- Gillis, H. L. – Thomsen, D. (1996): A Research Update of Adventure Therapy (1992–1995): Challenge Activities and Ropes Courses, Wilderness Expeditions, and Residential Camping Programs.
- Györi-Dani, D. (2021): Személyiségfejlesztő tréning és önismeret kurzus szociálpedagógia szakos hallgatóknak – célok, tanulási eredmények, témakörök és gyakorlatok. *Módszertani Közlemények*, 61(1): 97–105.
- IFSW, IAASS (2014): A szociális munka globális definíciója. *Esély*, 6: 96–100. <https://doi.org/10.48007/esely> (Utolsó letöltés: 2024. 08. 25.)
- Kaplan, S. – Talbot, J. F. (1983): Psychological Benefits of Wilderness Experience. In: Altman, I. – Wohlwill, J. F. (szerk.): *Behaviour and Environment*, New York: Plenum Press https://doi.org/10.1007/978-1-4613-3539-9_6
- Kóbor, K. (2021): Tapasztalati tanulási módszerek helye és szerepe a szociális képzésekben. *Párbeszéd: Szociális Munka Folyóirat*, 8(2). <https://doi.org/10.29376/parbeszed.2021.8/2/7> (Utolsó letöltés: 2024. 08. 25.)
- Kolb, D. A. (1984) *Experiential Learning*, Englewood Cliffs, NJ.: Prentice Hall. Kosztka, J. (2022): Kint és bent: Outdoor módszerek és terek használata a magyarországi szociális munkában. *Esély Társadalom- és Szociálpolitikai Folyóirat*, 33(1). <https://doi.org/10.48007/esely.2022.1.4>
- Kosztka, J. – Rákár-Szabó, N. (2019): Tapasztalat – természet – szociális munka: A tapasztalati tanulás alapú természeti környezetben zajló módszerek megjelenése a magyar szociális-munkás-képzésben. Rubeus Egyesület, Budapest: 58. https://rubeus.hu/wpcontent/uploads/2019/12/konyv_termeszettapasztalatszm_FINAL_2019.pdf (Utoljára letöltve: 2024. 11. 01.)
- Kuckartz, U. (2019): Qualitative text analysis: A systematic approach. In: Kaiser, G. – Presmeg, N. (szerk.): *Compendium for early career researchers in mathematics education*. Springer: 181–197. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-15636-7> (Utolsó letöltés: 2024. 08. 25.)
- Luckner, J. L. – Nadler, R. S. (1997): *Processing the experience: Strategies to enhance and generalize learning* (2nd ed.). Dubuque, IA: Kendall Hunt.
- Michl, W. (2017): Élménypedagógia. Budapest: KéTTé Tapasztalati Tanulás Alapítvány. Rákár-Szabó, N. – Kenézlői, E. (2019): A tapasztalati tanulástól a kalandterápiáig. Az 'Adventure Therapy' eredete, kulcsfogalmai és alkalmazásának pszichoterápiás alapja. *Serdülő- és gyermek-pszichoterápia folyóirat*, 12(1): 67–92.
- Wilson, E. O. (1984): *Biophilia. The human bond with other species*. Harvard University Press. <https://doi.org/10.4159/978067404523>