



ROMA SZAKKOLLÉGIUM
ESZTERHÁZY KÁROLY KATOLIKUS EGYETEM

2023

Betekintés az EKKE- Roma Szakkollégium tudományos munkásságába VII.



EKKE RSZK A BELÜGYMINISZTERIUM
TÁMOGATÁSÁVAL.



BELÜGYMINISZTERIUM



ROMA SZAKKOLLÉGIUM
ESZTERHÁZY KÁROLY KATOLIKUS EGYETEM

Betekintés az EKKE-Roma Szakkollégium tudományos munkásságába VII.

Szerkesztette: Pacsuta István



Eger, 2023

Kiadja: Az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem
Roma Szakkollégiuma

Tartalom

Előszó	- 3 -
Pásztor Viktória: Online közösségi kapcsolatok vizsgálata a serdülők körében	- 5 -
Urbán Orsolya: A tudatos nevelés jelentősége és alkalmazása ..	- 55 -
Horváth Ádám: A tanári pálya elhagyásának okai, különös tekintettel a természettudományokra.....	- 90 -

Előszó

Az Egri Roma Szakkollégium alapvető célkitűzése, hogy hozzájáruljon a közéleti feladatvállalás iránt elkötelezett, aktív társadalmi párbeszédet folytató roma értelmiségiek formálódásához, akik a szakmai kiválóságot ötvözik a társadalmi és szociális kérdések iránti érzékenységgel. A magyarországi roma felzárkózás érdekében kiemelt feladat a jövőt építő értelmiség képzése, amely érdekében a szakkollégium hallgatói a „Tudor munkacsoport” keretein belül társadalomtudományi kutatásokat végeznek, aktív közreműködésükkel támogatják kiadványaink megjelenését.

Jelen kötetünk egy újabb lehetőség arra, hogy az olvasó megismerkedjen a Szakkollégium, mint szellemi műhely munkásságával. Hetedik kötetünk jellemzően a végzés előtt álló hallgatók szakdolgozatait mutatja be, vagy teljes terjedelmében, vagy a szerzők által javasolt rövidített formában.

Mivel hallgatóink több karról, számos szakot képviselnek a témaválasztásuk is eltérő. Az első dolgozat a serdülők online viselkedésének vizsgálatával foglalkozik. Az online közösségi oldalakon kialakult interakciók tükrözik és befolyásolják a szélesebb társadalmi kontextust. Így az online közösségi oldalaknak egyaránt lehet pozitív és negatív hatása a serdülők mentális egészségére. A vizsgálatok segíthetik azoknak a tényezőknek a feltárását, amelyek javíthatják vagy ronthatják a serdülők pszichológiai jólétét. A téma azonban nem csak az online tér használatára korlátozódik, hanem átfogó képet nyújt a serdülők szociális, érzelmi és mentális fejlődéséről. Ez a megértés segíthet a szülőknek, tanároknak, szociális szakembereknek és más érintetteknek abban, hogy hatékonyan támogassák a serdülőket az online térben, és elősegítsék egy pozitív és biztonságos online környezet kialakítását.

A második munka a tudatos neveléssel foglalkozik. Lazán, de kapcsolódik az első dolgozathoz, hiszen a tudatos nevelés segíthet a

gyerekeknek az egészséges kapcsolatok kialakításában. A pozitív kommunikáció és a kölcsönös tisztelet alapján kialakuló kapcsolatok elősegítik az egészséges társas kapcsolatok kialakítását. A gyerekek megtanulhatják a felelősségvállalást cselekedeteikért és döntéseikért. Ez hozzájárulhat ahhoz, hogy felelősségteljes felnőtté váljanak, segíti a szülők és a gyerekek jobb megértését. A nyitott kommunikáció és az érzelmek kifejezése révén a gyerekek érzik, hogy számíthatnak a szülőkre, és könnyebben oszthatják meg gondolataikat és érzéseiket. Az utolsó munka tekinthető szakmai önreflexiónak is, hiszen a pedagógus-kutatások egyik kiemelt területe, a pályaelhagyás vizsgálata a dolgozat témája. A tanári pályát elhagyók vizsgálata segíthet az oktatási rendszer számára azonosítani azokat a területeket, ahol hatékonyabbá tehetik a működést. A hatékonyabb működés segíthet az erőforrások optimálisabb felhasználásában és a tanulók számára nyújtott minőségi oktatás biztosításában. A tanároktól származó információk lehetővé teszik az oktatási rendszer számára, hogy megismerjük azokat a kihívásokat és lehetőségeket, amelyekkel a tanárok nap mint nap szembesülnek. Ezáltal a tapasztalatomegosztás révén javíthatjuk a tanárok támogatását és az oktatás minőségét.

Pásztor Viktória: Online közösségi kapcsolatok vizsgálata a serdülők körében

Bevezetés

Dolgozatomban egy olyan jelenséget fogok vizsgálni, mely az emberek mindennapjainak egyre fontosabb részét képezi. Ez pedig nem más, mint az internethasználat. Vizsgálni fogom tehát a serdülők és ifjúkorúak internethasználati szokásait, valamint a közösségi oldalak funkcióival és az online kapcsolatok kialakításával is foglalkozni fogok.

Ezt a témát azért tartom fontosnak, mert napjainkban teljes mértékben beépült az emberek életébe a világháló használata, azonban még mindig találkozunk nehézségekkel az online világ használata és a generációs különbségek összekapcsolódása miatt. Azt gondolom, hogy ez a jelenség még inkább érezhető volt a 2020-as évben, hiszen a COVID19 vírus hatására megvalósult karantén helyzet és online oktatás során mindennappossá váltak az effajta nehézségek.

Napjainkban sok szülőnek és pedagógusnak okoz nehézséget az említett korosztály elérése, hiszen a tapasztalatok azt mutatják, hogy ezek a fiatalok sok időt töltenek az online térben, míg az „X” (1965-1979-ig születettek) és az úgynevezett „Baby boomer” (1945-1964-ig születettek) generáció tagjai jóval kevesebbet használják az online világ nyújtotta lehetőségeket. Az iGeneráció (1995-2012-ig születettek) ezáltal valamilyen szinten elszigetelődik az idősebbektől. Ez azért okozhat problémát, mert a család és az iskola, azaz az elsődleges és másodlagos szocializációs színtér rendkívül meghatározó a serdülő személyiségfejlődésében, s így a társadalmi értékek és normák átadásában is. Az ezredfordulósok (1980-1994) generációja kissé speciálisabb helyzetben van az infokommunikációs eszközök tekintetében, hiszen ez a korosztály már nagy eséllyel

gyermekkorban találkozott a számítógéppel, így könnyebb volt az átállási folyamat az okos telefonnal és az internettel kapcsolatosan. Így tehát egyfajta kommunikációs hídként is funkcionálhatnak a két generáció képviselői között. (Twenge 2017)

Dolgozatomban tehát azon túl, hogy megpróbálom a közösségdefiníciókat összehasonlítani, a közösségről alkotott elméleteket bemutatni, ki fogok térni a célcsoport, azaz a serdülők életkori sajátosságaira is. Mindezeket követően pedig az internethasználati szokásokról fogok bemutatni néhány jelentősebb kutatást, valamint az internethasználat lehetséges veszélyeire is igyekszem felhívni a figyelmet. Végül, de nem utolsó sorban pedig bemutatom kutatásomat, mely a serdülők internethasználati szokásaira és az online kapcsolati hálójukra koncentrálna.

I. Szakirodalmi áttekintés

Ahhoz, hogy megértsük a kutatásban leírtakat, fontosnak tartom, hogy egy átfogó képet kapjunk a közösségekről és a közösségfogalom meghatározásairól, a serdülők fejlődéséről, illetve az internetről. A szakirodalmi áttekintés végéhez közeledve az olvasók betekintést nyerhetnek az utóbbi néhány év kutatási eredményeibe is a témával kapcsolatos friss információszerzés érdekében. Továbbá mivel a kutatásom során a kérdőívet egy 2016-os kutatás alapján készítettem el, így rendkívül hasznos lehet az akkori kutatási eredményeket összevetni a mostani adatokkal. Így tehát dolgozatomban ez is meg fog jelenni.

1. Közösség

A megfelelő közösségdefiníció elengedhetetlen ahhoz, hogy megértsük a továbbiakban leírtakat. Így most azokat a fogalmakat fogom meghatározni, amelyeket a későbbiekben használni fogok. A közösségekre vonatkozóan sokféle definíciót olvashatunk különböző szerzőktől, s mai napig vitatott, hogy mely fogalmat tekinti a szakirodalom helyesnek vagy elfogadottnak. Így tehát én

megpróbálom kiválasztani, avagy a meglévők közül összegyűjteni az általam használt definíciót.

A közösség már az idők kezdete óta megjelenik mind az állatvilágban, mind az emberek világában. A természetből megannyi jelenséget tapasztalhatunk, mely sokszor leképezhető társadalmak működésére is. A közösségiség szintén egy olyan jelenség, mely az állatvilágban is felfedezhető. Például megfigyelhető, hogy a bivalyok falkába verődve mennek legelni, inni azért, hogy a ragadozók elleni védekezés sikeresebben megtörténjen. Az oroszlánok szintúgy falkában vadásznak, mert hatékonyabban el tudják ejteni áldozatukat, mint egyedül. Hasonlóképp működik ez az embervilágban is, hiszen a közösség nem az egyének összessége, hanem sokkal több annál. Hogy miért is több, azt rendkívül jól magyarázza Durkheim hasonlata, melyet a társadalommal összefüggésben használ, de azt gondolom, hogy a közösségekre is értelmezhető. A hasonlat pedig a következő: „a társadalom bronz, azaz nem csupán az alkotóinak (réz és ón) összessége, hanem a létrejövő új anyag egy teljesen önálló tulajdonságokkal bíró entitás. A társadalom nem az emberek összeadása, hisz összességében egy más tulajdonságokkal és jellemzőkkel bíró egység.” (Andorka 2006, 2)

A következőkben azt fogom ismertetni, hogy milyen válaszok születtek még a közösség definiálására.

1.1. A közösség lehetséges értelmezései

A közösség szó hallatán sok minden eszünkbe juthat. Ha ezt a szót használjuk, akkor több jelentést is megkülönböztethetünk, melyek közül néhány tartalom a következő:

- embercsoportot
- képességet az egymással való együttműködésre
- lokalitást

- összetartozást, valahová tartozás érzését, és az ennek hatására kialakult motivációt
- társadalmi struktúra leképződését
- közös célokat és cselekvést
- közös érték és normarendszert

Az előbbiekből láthattuk, hogy milyen nehéz is ezt a fogalmat meghatározni. Ezáltal nem meglepő, hogy a közösségfogalom definiálására számtalan szakember vállalkozott, így sok megközelítés létezik a szó jelentésének meghatározására. Néhányat ezek közül röviden ismertetni fogok, hogy lássuk, miért is bonyolult a szó értelmezése. A fogalom- meghatározásokat úgy fogom vizsgálni, hogy az az online térben működő közösségekre is igaz legyen.

Az első nagy különbség, mely felfedezhető az online és offline térben működő közösségek között az, hogy előbbi esetén nincs személyes interakció a közösségen belül. Természetesen manapság egyre több olyan közösség létezik, melyek online és személyesen is működnek, de most azokat a közösségeket igyekszem szembe állítani egymással, melyek csak egyik, vagy másik térben vannak jelen, hiszen a kettő ötvözete mindkét közösségtípus jellemzőit viselheti.

1.2. Közösség és lokalitás

A lokalitás (földrajzi hely) a közösségfogalom alakulása során egy fontos társfogalomként tartható számon, hiszen az infokommunikációs eszközök megjelenése és elterjedése előtt a helyi tényezők határozták meg legfőképp egy közösség alakulását. Az online közösségek esetében ez persze már nem olyan releváns, hiszen az internet-adta lehetőségek által sokkalta mobilabbá váltunk térben, ennek hatására pedig a közösségi kapcsolataink kialakításában is. Azonban még napjainkban is fontos tényező a közösségek választásában a helyiség, a fizikai távolság, így a lokalitás fogalmát is

fontosnak tartom meghatározni. A fogalmat nem egyszerű definiálni, ezt mutatja az a tény, hogy a lokalitás definíciójával is több szerző próbálkozott, melyek közül néhányat fogok ismertetni.

„A lokalitás, az elhelyezkedés, a földrajzi hely fontos komponense a közösség-eszmének. A német közösség-elméletnek két kifejezése volt a közösségre: a Gemeinde és a Gemeinschaft. Míg előbbi a helyi közösségre vonatkozik, utóbbinak ezen kívüli értelme van. König 1968-ban A közösség című munkájában megállapítja, hogy a fogalom két használata nagyon közeli kapcsolatban volt egymással. A Gemeinde-ben a lokalitás vagy a hely határozza meg a közösséget, mert az a középkorban a földhöz egyenlő jogokat élvező állampolgárok teljességére vonatkozott; s a Gemeinschaft szó, mely szintén használatos volt ebben az időben, egy olyan földdarabra vonatkozott, amelyet szabad emberek közösen birtokoltak. Ez az állapot azóta megváltozott. A Gemeinde megőrizte eredeti értelmét és idiomatikusan úgy fordíthatjuk: neighbourhood = szomszédság; a Gemeinschaft-nak ma szélesebb értelmű vonatkozása van, mint volt: az emberek közötti kapcsolat minőségét jelenti egy adott helyen vagy lokalitásban vagy egy bizonyos csoporthoz tartozva”. (Vercseg 1998, 46)

Hasonlóképpen a német szavak összecsengéséhez, az angol nyelvben is felfedezhető ez a jelenség. Az angol nyelvben a community szóval illetik a közösséget, azonban megkülönböztetik a lakóhelyi közösséget (residence community-Gemeinde) és az erkölcsi közösséget (moral community-Gemeinschaft). (Vercseg 1998)

Warren (1957) úgy vélte, hogy ha a közösség valóban létezik, akkor az a fizikai és lelki biztonságot nyújtó, azonos földrajzi elhelyezkedésű entitás, mely az alábbi öt funkciónak felel meg:

- A szocializáció, melyen keresztül a közösség értékei tovább öröklődnek;

- A gazdasági boldogulás funkciója – a közösség megélhetési lehetőséget biztosít tagjai számára;
- Társadalmi részvétel, a társasági élet iránti általános igény kielégítése;
- Társadalmi kontroll, mely a közösség értékeinek betartására kötelez a közösség szabályrendszerének segítségével;
- Kölcsönös támogatás, mely a közösség tagjait segíti azon feladatok elvégzésében, melyek túl nagyok, vagy túl sürgősek ahhoz, hogy a közösség tagja egymaga hajtsa végre azt. (Vercseg 1998)

1.3. Milgram elmélete a kapcsolódásról

Ha már a lokalitásról esett szó az előbbiekben, érdekesnek tartom megemlíteni Stanley Milgram kutatását, melyben azt vizsgálta, hogy hány interakció szükséges ahhoz, hogy a saját kapcsolati hálónkat használva a világon bárkit elérjünk. Ezt képeslapok segítségével mérte az 1960-as években, mely mérés eredményeként azt a választ kapta, hogy öt emberre van szükség, tehát hat lépés szükséges. Ez természetesen az offline világban végbement kutatás volt. Feltehetően az internet megismerésével és használatával ez a folyamat gyorsabban menne végbe, és kevesebb lépést venne igénybe. (Pacsuta szerk. 2016)

1.4. Társadalmi struktúra megjelenése a közösség által

Vannak elméletek, amelyekben több idea is keresztezi egymást. Így tehát egy olyan elmélet következik, amelyben több tényező is szerepet kap, ez pedig nem más, mint Talcott Parsons közösségekről alkotott elmélete, miszerint a közösség „a társadalmi rendszer szerkezetének egyfajta megjelenése, amelyik vonatkozhat személyek területi elhelyezkedésére és cselekvéseikre is.” (Parsons 1960, idézi: Szelényi 1973, 15)

Parsons elméletében ez a kettősség tehát úgy jelenik meg, hogy még mindig ott van az imént említett lokalitás, azonban a közösségben/ társadalomban való szerepvállalást, a cselekvést is megemlíti definíciójában.

1.5. Társulás vagy közösség

Max Weber Parsonssal ellentétben nem keresztez két megközelítést a közösségfogalom definiálása során, hanem két fogalmat választ ketté, a társulást és a közösséget. Weber kiindulása alapján „Közösségnek nevezük a társadalmi kapcsolatot, ha a társadalmi cselekvést... a résztvevők szubjektíve átértzett – érzelmi-indulati vagy tradicionális – összetartozásán alapuló beállítottság jellemzi. Társulásnak nevezük a társadalmi kapcsolatot, ha a társadalmi cselekvést racionálisan motivált érdekkiegyenlítődesen vagy ugyanígy motivált érdekkapcsolódáson alapuló beállítottság jellemzi.” továbbá, hogy a társadalmi kapcsolatok többsége „részben közösség –, részben társulás jellegű.”. Szerinte sem a tulajdonságok, sem a szituáció vagy a viselkedés közös volta, sem a közös nyelv önmagában nem teremt közösséget, csak akkor, ha „ennek az érzésnek az alapján viselkedésükben valamiképpen egymáshoz igazodnak”. (Vercseg 1998, 45)

1.6. Az életképes közösség alapjai

Az életképes közösségmeghatározás Schoenberg (1979), Schoenberg és Rosenbaum (1980) és Wallman (1982) elgondolásából született. Schoenberg szerint „az életképes helyi közösség az, amelyikben

- a lakosok együttműködnek annak érdekében, hogy a legkülönbözőbb szempontú hatással legyenek a helyi társadalom szabályaira;
- amelyikben a lakosok a közösségi életre vonatkozó célokat tűznek ki maguk elé és
- amelyikben az emberek képesek is e célok megvalósítására.”

(Henderson-Thomas 1987, 6)

Henderson és Thomas úgy egészítik ki – ezzel pontosítva is – ezt az általános közelítést, hogy „a helybeliek akkor tudnak ennek megfelelni, ha

- kialakítják annak mechanizmusát, hogy hogyan lehet meghatározni és érvényesíteni a közéleti szerepek és felelőségek megosztását. Ezeket szomszédságról szomszédságra változtatni-módosítani lehet, de minden bizonnyal mindenütt tartalmaznak pl. a személyes biztonság, az idegenek azonosítása, a közös tulajdonok fenntartása, a gyermekek viselkedése, a személtelshállítás stb. témáit;
- helyi formális és informális szervezeteket alapítanak a kommunikáció, a vezetők megismerése érdekében, új és szükséges készségek meghatározása és kitanulása;
- a szomszédság különböző érdekeinek kifelé való érvényesítése;
- befolyásolják a döntéshozókat és a szomszédságra vonatkozó helyi politikát;
- kapcsolatot tartanak fenn a köz- és magánforrásokat birtoklók között;
- kialakítják a szomszédságon belüli érdekkonfliktusok, szükségletek és csoportok formális és informális cseréjét.

Meglehetősen sok eleme van a közösség életképességének és bizonyos, hogy a legtöbb munkásosztálybeli szomszédságban ezek a mechanizmusok és szervezetek nem alakulnak ki vagy maradnak fenn szomszédsági szakemberek beavatkozása és az alapvető közigazgatási és szolgáltatási forrásokkal való rendelkezés nélkül.” (Henderson-Thomas 1987, 6-7)

1.7. Közösség és csoport

Az előbb említett szerzőktől eltérően, voltak tudósok, akik a közösséget nem a lokalitás összefüggéseiben vizsgálták, hanem egy másik fogalomhoz, és annak tartalmához hasonlították, a csoporthoz. A csoport a szociálpedagógiában rendkívül fontos és gyakran emlegetett fogalom, hiszen a három fő munkaforma (egyénekkel-, csoportokkal-, és közösségekkel végzett szociális munka) egyike. A két fogalom összehasonlítása tehát meglehetősen érdekesnek mondható szociálpedagógus szemmel. A továbbiakban tehát megvizsgáljuk az alábbi szerzők elméleteit.

Kurt Lewin (1935), Mérei Ferenc (1989), valamint az amerikai Robert Merton is értékmentesen használják a közösségfogalmat. Lewin kiindulása a kölcsönhatás, a csoport, mint dinamikus egész. „A csoport lényege nem a tagok hasonlósága vagy különbözősége, hanem kölcsönhatása, egymástól való függése.” (Lewin 1980). Lewinhez hasonlóan Merton (1968) is az interakció kritériumát helyezi középpontba, de ő már a két fogalom, a csoport és közösség megkülönböztetése érdekében. „Természetesen minden csoport egyúttal közösség is, de azok a közösségek, amelyeknek tagjai nincsenek egymással interakcióban, nem tekinthetők csoportoknak.” (Merton 1968, 606). Merton kevésbé szoros köteléknek tartja a közösséget, mint a csoportot, mert azt mondja, hogy gyakran "nagyszámú olyan embert jelölnek vele, akik között az esetek túlnyomó többségében semmiféle társadalmi interakció nem áll fenn, noha egyazon társadalmi normákat tartanak magukra érvényesnek." (Merton 1968, 606 id: Vercseg 1998, 39)

Az előbbieket alapján Merton definíciója szerint a mai online formában működő közösségek ugyan megfelelnek az általa meghatározott kritériumoknak, és csoportként is funkcionálhatnak, amennyiben rendszeres interakcióban állnak egymással, azonban bennem felvetődik a kérdés, hogy Merton az online módon történő interakciókat is interakciónak tekintené-e a csoport- és

közösségdefiníciójában, vagy csak a személyeset. Erre persze már nem kaphatunk választ a szerzőtől, de érdekes felvetésnek gondolom, hiszen a korszak sajátosságai miatt ez a kérdés benne még nem fogalmazódhatott meg.

Természetesen nem csak R. K. Merton és K. Lewin voltak azok, akik a csoport fogalma alapján próbálták megalkotni a közösségdefiníciót. Magyar szociológusként Heller Ágnes is hasonlóképp igyekezett megfogalmazni az általa legpontosabbnak vélt értelmezést.

Heller szerint „A csoport a társadalmi integrációk legalacsonyabb, legkezdetlegesebb, legprimitívebb foka”. „...egy [...] magasabb rendű integráció, a közösség” (Heller 1970, 59)

Heller tehát a közösséget egy hierarchikusan magasabb rendű társadalmi szerveződésnek tartja, mely a csoport dinamikájával egyező elemeket tartalmaz. Azonban lényeges különbségeket vet fel a csoport és a közösség különbségei kapcsán, melyek szerint „A csoportba véletlenszerűen kerülünk, a közösséget tudatosan választjuk... Amennyiben individualitásom és az adott csoport szerves, lényegi és állandó korrelációba kerülnek egymással [...] akkor már nem egyszerűen csoportról, hanem közösségről kell beszélni.” (Heller 1970, 56)

A tudatos választás alapja a „viszonylag homogén értékrendszer, melyet az egyén nem sérthet meg”. (Heller 1970, 63)

Heller szerint a tudatos választás alappillére, hogy a közösség egy egységes értékrendszerrel működik, melyek betartására szabályok és esetlegesen szankciók is érvényesek lehetnek. Azonban számomra kérdés, hogy mit érthetünk különbségként, ha a csoportdinamikában is meghatározó szociális kontroll és a csoportkultúrában is meghatározó normák és értékek is jelen vannak a csoportfejlődés során. Bennem azonban elméletével kapcsolatosan felvetődik az a kérdés is, hogy ha valakit csak a lokalitás kapcsol össze a közösséggel, és azt nem tudatosan választja (mert generációk óta ott élt a családja),

akkor ő bele tartozik-e a közösségbe, illetve közösségnek tekinthető-e az elmélet alapján egy ilyen jellegű közösség.

Még mindig a csoport és közösség kapcsolatát, és a két szerveződésben jelen lévő személyközi kapcsolódást vizsgálják az interakcionista, akik szerint „a kiscsoport olyan személyek csoportja, akik bizonyos ideig kapcsolatban vannak egymással, kölcsönhatásban lévő emberek együttese, akiket közvetlen (személyes) kapcsolat vagy kapcsolatsor fűz össze, mégpedig úgy, hogy a csoport minden egyes tagjának tudomása van a többiről.”(Vercseg 1994, 43)

Petrovskij (1978) szerint „A kollektívában azok az emberek közötti kapcsolatok és viszonyok játszanak meghatározó szerepet, amelyeket a közös tevékenység céljai, feladatai és értékei, tehát reális tartalmi közvetítenek”... „A kollektíva ebből a szempontból olyan csoport, amelyben a személyközi viszonyokat a közös tevékenység társadalmilag értékes és a személyiség számára jelentős tartalma közvetíti.”(Petrovskij 1978, 120 id: Vercseg 1994, 44)

Láthattuk, hogy megannyi fogalom és elmélet született az évek során a közösségekről, melyek mind más-más aspektusból szemlélik azt. A közösségfogalmak közül még a mai napig sincsen egy, a szociológiában elfogadott definíció. Ennek oka pedig az előbb felsorolt elméletek részleteiből jól kiolvasható, hiszen mind a lokalitással kapcsolatos elméletek, mind a társadalommal összefüggő elméletek, s a csoporttal, mint szerveződéssel kapcsolatos elméletek esetében fellelhető egy részizagság, de a nézőpontok különbözőségei miatt az egységes fogalmat még nem sikerült megalkotni. Továbbá a közösségek szerveződési sajátosságai folyamatos változásban vannak, hiszen újabbnál újabb kommunikációs eszközök kerülnek látóterbe, így elképzelhetőnek tartom, hogy évtizedek múltán újabb és újabb szempontok alapján definiálják majd a kutatók a közösség fogalmát.

2. Serdülők és az internet

Ebben a fejezetben a kutatás célcsoportjáról, és annak életkori sajátosságairól fogok írni néhány fontos információt, amivel közelebb juthatunk a kutatásban részt vevő diákok élethelyzetének megismeréséhez.

2.1. A serdülőkor életkori sajátosságai

Az iskoláskorban végbemenő pszichoszociális fejlődésnek egyszerre oka és következménye a kortársak körében és az otthonról távol töltött idő növekedése. A kortárs közeg túlmutat a családon és az iskolán, ahol a felnőttek tekintélye is biztosítja a társas világ rendjét, abban betöltött szerepüket, és amelyek mentén korábban kialakították az önmagukról és a társas kapcsolatok működéséről alkotott elképzeléseiket.

A kortársakkal közös tevékenységek tartalma, valamint a társas befolyásolás formája is alapvetően eltér az iskolai és családi környezettől. A kortárskapcsolatok világa a társas érzelmi fejlődés elengedhetetlen színtere, amely lehetőséget teremt új kognitív és szociális készségek elsajátítására, az önálló felelősségvállalásra. A serdülő számára az identitásformálódás szempontjából is fontos referenciakeretet biztosítanak a kortársak. (Maccoby, 1984).

A barátok egyrészt a társas támogatás forrásaként segítik a serdült az új kihívásokkal és élethelyzetekkel való megküzdésben, egészsége megőrzésében, ugyanakkor a körükben eltöltött idő kockázati tényezőt jelent a különböző deviáns magatartásformák megjelenésére. (Maccoby, 1984).

Iskoláskorban a társas kapcsolatok változása és újjászerveződése a szülő-gyermek kapcsolatra is hatással van. A kortársakkal töltött idő növekedése és a szülőkkel töltött idő csökkenése mögött e kapcsolat számos jellemzőjének változása áll. A szülőktől való eltávolodás, és a kortársak felé fordulás természetes folyamat, azonban rendkívül fontos, hogy a szülők ehhez a megváltozott helyzethez a legnagyobb

elfogadással álljanak, hiszen gyermekük nagyobb önállóságra és szabadságra vágyik. Ennek hatására az életkor növekedésével a szülők egyre inkább megosztják gyermekeikkel a tevékenységeik feletti ellenőrzést, bízva abban, hogy jobban megértik és mérlegelik tetteik következményeit. Serdülőkorban a felelősség együttes megosztásához az ellenőrzés, irányítás és támogatás új formái szükségesek (Maccoby, 1984).

Az iGeneráció és az Alfa generáció tagjaira is jellemző a kutatások alapján, hogy társas kapcsolataikat többnyire az online világban ápolják, és egyre kevesebb a személyes interakciójuk a kortársaikkal. Ez a jelenség az idősebb generációk képviselői számára meglehetősen szokatlan lehet, azonban nem ez az egyetlen változás a digitális bennszülöttek esetében, hiszen a felnőtté válás folyamata is lelassult a többi generációhoz képest. Ezt mutatja az is, hogy kisebb százalékuk kerül ki a munkaerőpiacra iskoláskorban (8., 10., 12. osztály, főiskola), mint az idősebb generáció tagjai esetében, valamint kisebb azoknak az aránya is, akik valamilyen saját jövedelemmel rendelkeznek. (Twenge 2017)

Azokban a területein is megfigyelhető a kitolódás, így például a randevúzás (míg az ezredfordulósok ~85%-a randevúzott már, az iGenerációnak mindössze ~55% vett már részt randevún 12. osztályos korukban) tekintetében, vagy a házasságról és a családalapításról való gondolkodás esetében is. (Twenge 2017)

2.2. Az IKT eszközök hatása

Az internet az egész világot átfogó kommunikációs hálózat, mely mindenkit összeköthet mindenkivel, éljen a világ bármely pontján. Az összeköttetések természetesen nem véletlenszerűek, hanem egyrészt követik a közösségi kapcsolódások tradicionális mintáit, másrészt az új érdeklődéseknek, új típusú vonzásoknak és választásoknak megfelelően új közösségek kialakulását is eredményezhetik. (Csepeli-Prazsák 2008)

Az elmúlt évtizedben a mobileszközök elterjedésének köszönhetően egy új, digitális világ nyílt meg a fiatalok számára. Az IKT eszközök az állandó online jelenlétet biztosítják, amely nélkül a többség már el sem tudja képzelni a mindennapjait. Az internet használata ebben a korosztályban alapvető, hiszen az online jelenlét nem csupán a szórakozást jelenti számukra, hanem a kapcsolattartást, a folyamatos kommunikációt egymás között (Lenhart 2010)

Az IKT (angolul ICT) az információs és kommunikációs technológiákat foglalja magában, tehát nemcsak a számítógépek tartoznak ebbe a körbe, hanem minden digitális technológia. Egyesek szerint az asztali számítógép, notebook, netbook és táblagépek (tablet) és az okostelefonok mellett a mobiltelefonokat is ide sorolhatjuk. (Dorner 2016)

Az előbb említett eszközök egyik fő funkciója tehát, hogy használója könnyedén rá tud kapcsolódni a világhálóra, mely lehetőségek tárházát biztosítja a felhasználónak.

2.3. Az internet veszélyei

Mint ahogyan azt az előbbieken láthattuk, a serdülő korosztály az idejük egy részét rendszeresen az interneten tölti, így fontosnak tartom megemlíteni, hogy milyen veszélyekkel járhat a rendszeres –és kevésbé tudatos- időtöltés az online térben.

Az internet biztonságos használatának megtanítása rendkívül fontos lenne a serdülők számára, azonban ez egy olyan tudás (mármint a digitális tudás), melyet sok esetben az idősebb generációk lassabban sajátítanak el, mint a serdülők. Azonban arra vonatkozóan, hogy hogyan kell biztonságosan használni az online teret, segítséggel lehetnek az idősebb generációk.

Az internetnek számos előnye ismert, azonban rengeteg veszélye is lehet a használatának. A lehetséges veszélyeket én most két kategóriára osztom, hogy átláthatóbb és érthetőbb legyen.

A két kategória pedig:

- az internethasználat gyakoriságából adódó veszélyek
- az internethasználat módjából adódó veszélyek Az internethasználat gyakoriságából adódó veszélyek:

Ebben a kategóriában azokat a veszélyeket fogom röviden ismertetni, melyek az online töltött idő mennyisége miatt alakulhatnak ki.

- függőség kialakulása
- internetes bullying
- agresszív viselkedés megjelenése
- mentális állapot romlása
 - boldogtalanságerzet kialakulás
 - elmagányosodás
 - szorongás
 - álmatlanság
 - depresszió
 - öngyilkosság(Twenge 2017)

Az internethasználat módjából adódó veszélyek:

Ebben a kategóriában azokat a veszélyeket fogom felsorolni, melyek az internethasználat minőségéhez köthetők. A minőségbe bele tartozik az, hogy milyen céllal látogatja a fiatal a világhálót, hogy milyen oldalokról informálódik, összefoglalva, hogy mennyire használja tudatosan az internetet. Minél kevésbé tudatosan használja a serdülő a világhálót, annál nagyobb a valószínűsége a veszélyek megjelenésének.

- adatokkal/ megosztott tartalmakkal való visszaélés
- adathalászok

- félreinformálódás
- nem kívánatos tartalmak megjelenése
- előnytelen képek, videók terjedése
- grooming
- sexting
- hamis weboldalak
- vámpíroidalak

Az előbbieken felsorolt veszélyek esetében természetesen van átfedés egyik, vagy másik kategória esetében, és sajnos jócskán találkozhatunk ezeken kívül is veszéllyel az internet használata során, azonban fontosnak tartottam felhívni a figyelmet a tudatos internethasználatra.

2.4. Internethasználati szokások vizsgálata

Mivel kutatásom során jómagam is vizsgáltam a serdülők online tevékenységrendszerét, így a következőkben arról fogok írni, hogy ők milyen funkciókat használnak rendszeresen a világhálón előzetes kutatások alapján.

Habók 2015-ös kutatásában a közel 1500 vizsgált tanuló jelentős része az alábbi tevékenységeket írta le az internethasználat céljaként:

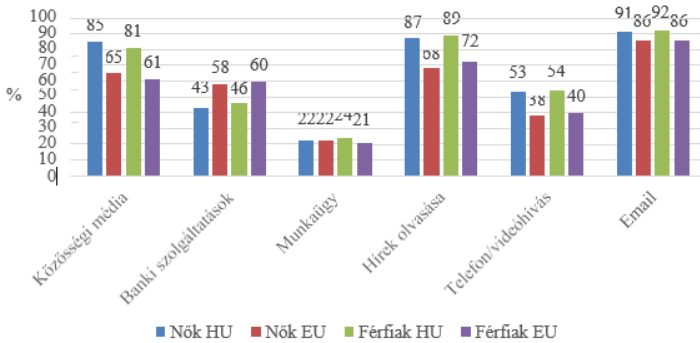
- Munkához, hivatáshoz, szakmához kapcsolódó ismeretek keresése
- Tevékenységek egyszerűsítése (például menetrendben keresés, szerelő keresése)
- Kapcsolatok fenntartása barátokkal, családtagokkal (például közösségi portálok használata, videóhívás, azonnali üzenetküldő alkalmazások)

- Hobbihoz kapcsolódó ismeretek kereséséhez (például főzés, sport, kertészkedés)
- Nem hivatalos ügyintézéshez (például szállásfoglalás, banki ügyek intézése, könyvtári kölcsönzés meghosszabbítása)

A Központi Statisztikai Hivatal adatbázisában található továbbá egy, az internethasználati szokásokkal kapcsolatos 2016-os felmérés, mely az európai országok internethasználatát vizsgálja nemek szerinti eloszlásban. A felmérés hat kategóriát különböztet meg, melyek a következők:

- Közösségi médiában való részvétel
- Internetes banki szolgáltatások
- Munkakeresés vagy munkára jelentkezés
- Online hírek olvasása
- Telefonálás vagy videóhívások
- E-mailek küldése vagy fogadása

A kutatásban részt vevők korosztályi meghatározása 16-74 éves korig terjed, ami számomra azért érdekes, mert a 16 éves kort megelőzően is meglehetősen elterjedt az internethasználat (digitális bennszülöttek). A kutatás a mérés előtti három hónap online tevékenységét vizsgálja.



1. ábra: Online tevékenységek vizsgálata (saját ábra a 2016-os KSH adatbázis alapján)

Ahogy a fent használt ábra is mutatja, a KSH adatbázisból azokat az adatokat használtam fel, melyek Magyarország vizsgált személyeit, illetve az európai átlagot hasonlítja össze. A felmérés alapján az látszik, hogy a magyar kitöltők által leginkább preferált tevékenység az e-mailes kommunikációs hálózat használata (90% feletti eredmények). Ennél a tevékenységhez képest nagyon kis eltérések mutatkoznak mind a nemek között, mind pedig magyar és európai viszonylatban (6%-os eltérés). A másik hasonlóan egyező kategória a munkával kapcsolatos ügyintézés, azaz a munkakeresés vagy a munkára való jelentkezés. Ebben a kategóriában azonban az látható, hogy az internetezőik rendkívül kis hányada, európai viszonylatban mindössze 21-22%, míg magyar viszonylatban 22-24% használja a világhálózat a munkavállalással kapcsolatos feladatok elvégzésére. Ennek természetesen több oka is lehet, többek között például, hogy a fiatalok zöme még diák, így számukra ez az opció még nem releváns, a felnőttek többsége munkavállaló már, s csak egy bizonyos százalékuk keres éppen munkát, valamint sokkalta ritkább tevékenység az előbb említett okok miatt, mint az előbb említett e-mailes kommunikációs rendszer. A harmadik korosztály pedig az

időskorúak, akik nagy része szintén nem munkakereső nyugdíjas mivoltuknak köszönhetően. Így tehát érthető, hogy ez a kategória mind az EU-s átlag, mind a magyarok tekintetében alulmaradt a többihez képest.

Az adatbázis alapján továbbá a magyarok az európai átlaghoz képest többet használják az internetet a telefonos és videóhívás általi kapcsolattartásra, az online hírek olvasására, valamint a közösségi oldalakon való megjelenésre. Ezutóbbi esetben az összes európai ország közül a magyar nők első helyen (85%-al), a férfiak megosztott első helyen végeztek (Málta a másik olyan ország, ahol a férfiak 81%-on teljesítettek). Utóbbi két kategóriában kb 20%-os emelkedés látható az európai átlaghoz képest. Az adatbázis szerint a magyar internethasználók között a második legkevésbé preferált online tevékenység a banki szolgáltatások igénybevétele, mely esetén az európai átlagtól kb. 15%-al maradtunk el.

Egy másik, viszonylag nagy mintájú lekérdezés, a 2016-os magyar ifjúságkutatás során többek között a fiatalok digitális eszközhasználatát is vizsgálták. A 2016-os évben a 2011-es népszámlálás adatai alapján a 15-29 éves korosztályba tartozók 1.701.837 fő volt Magyarországon. Természetesen ez a létszám változhatott a népességvándorlás, illetve az elhalálozások következtében.

A felmérés 8000 fiatal bevonásával készült, mely során a nemek szerinti eloszlás meglehetősen kiegyensúlyozott volt (nő:49%, férfi:50%). A kor szerinti eloszlás alapján három csoportot különböztet meg a felmérés, melyek a következők:

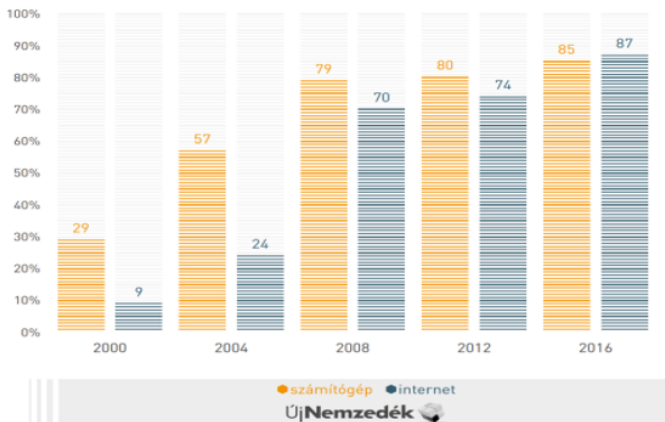
- 15-19: 29%
- 20-24: 35%
- 25-29: 36%

A képzettség szerinti eloszlás is rendkívül szerteágazónak mutatkozott, hiszen a 8 általánostól a felsőfokú végzettségig besorolhatók a diákok.

- legfeljebb 8 általános: 31%
- szakmunkás: 19%
- középfok: 38%
- felsőfok: 12%

A kutatás a 2000 és 2016-os felmérés adatait veti össze, ezáltal rendkívül jól szemlélteti, hogy mennyit változott a fiatalok digitális világhoz való kapcsolódása. Ezt mutatja meg az alábbi diagram is, mely a számítógép és az internet elterjedését mutatja a be.

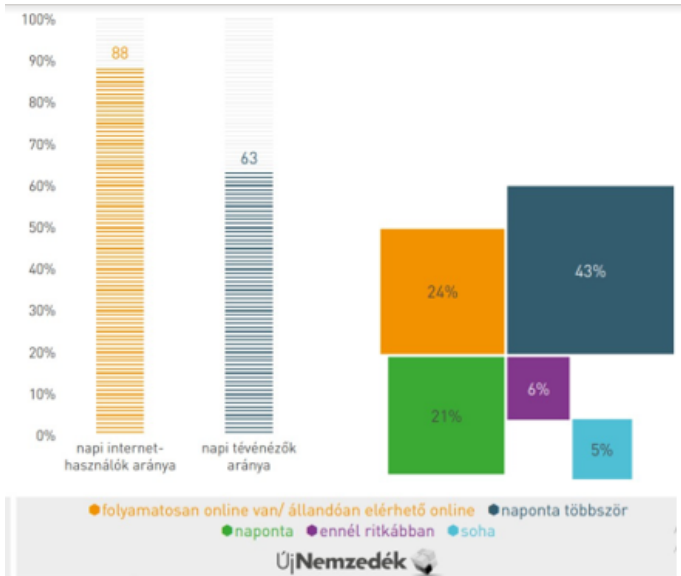
Fontosnak tartom azonban annak a tényezőnek a kihangsúlyozását, hogy az ifjúságkutatás nem kizárólag a serdülő korosztályt vizsgálja, míg jelen kutatás kifejezetten ennek az életkornak a képviselőire koncentrálna.



2. ábra: A számítógép és az internet használatának elterjedése a magyar háztartásokban 2000-2016-ig (forrás: Magyar Ifjúságkutatás 2016)

A fenti ábrán jól látszik, hogy a 2000-2004-ig terjedő időszakban a számítógépek használata jelentős mértékben népszerűbb volt az internetnél. 2004 és 2008 között történt egy nagy ugrás mind a számítógépek elterjedését illetően, s még nagyobb ugrás - majdnem háromszoros - tapasztalható az internet megjelenése terén. 2008-tól 2016-ig lassú növekedés figyelhető meg mindkét eszközknél, azonban az utolsó négy évben az internet elterjedése gyorsabban növekedett, így 2016-ra az internet nagyobb számban vált elterjedté, mint a számítógép. Ebben az időszakban természetesen a PC-n kívül egyéb, az internethez kapcsolódó eszközök is rendelkezésre álltak, mint például az okostelefonok, laptopok, tabletek stb.

A következő ábrán a 2016-os év internet- és televízióhasználat gyakoriságát láthatjuk napi rendszerességre lebontva. Az mutatkozik meg, hogy a televízió-nézés kevésbé népszerű az internethasználatához viszonyítva (25 százalékos eltérés). Az internethasználók napi szokásait tovább bontja az ábra, így jól látható, hogy a fiatalok majdnem egynegyede folyamatosan elérhető online, míg egy nagyobb részük, összesen 43% naponta többször jelen van az online térben. A kitöltők kicsivel több, mint 10%-a internetezik napi rendszerességnél ritkábban. Jól látszik tehát, hogy az online világban való jelenlét beépült a fiatalok nagy részének napi rutinjába, és a napi használók száma feltehetően még inkább emelkedett az elmúlt négy év során.



3. ábra: Az internet és a televízió napi használatának összehasonlítása, valamint az online jelenlét gyakorisága a 2016-os évben (forrás: Magyar Ifjúságkutatás 2016)

Ahogy az internethasználatnak számtalan előnyét ismerjük és tapasztaljuk, úgy hátrányai is megmutatkoznak. A legszembetűnőbb változás, melyet az internet nagyfokú elterjedése váltott ki, a személyes kontaktusok számának folyamatos csökkenése. Ez természetesen olykor lehet előnyös is (például az idejű vírushelyzet során), azonban a személyes kapcsolódásnak és az online térben való kapcsolattartásnak teljesen más sajátosságai figyelhetők meg, így funkciójukat tekintve sem megegyező a két kommunikációs forma. A személyes kapcsolattartás során sokkalta jobban megjelenik az idő- és térérzékelés, valamint a testi jelenlét által intimebb légkör alakul ki, mint az online kommunikáció során. Az offline világban továbbá megjelenik a „visszafordíthatatlanság” jelensége, mely az online világban gyakran nincs, vagy másképp van jelen. (Csepeli 2012)

Az utóbbi évtized kutatásai alapján az figyelhető meg, hogy az emberek egyre több időt töltenek az online térben, míg a személyes találkozásokkal töltött idő mennyisége csökkenni látszik. Ez a jelenség a serdülőkre fokozottan igaz, amit alátámaszt egy 2015- ben végzett amerikai kutatás is, mely során az mutatkozott meg, hogy a 8., 10., és 12. osztályos válaszadók mindössze kb. 30%-a találkozik naponta személyesen a barátaival, míg ez az arány 1990-ben kb. 50% volt. A legnagyobb csökkenés 2010 után figyelhető meg, mely jelenség többek közt az internet elterjedésével, valamint az okostelefonok használatának népszerűségével is magyarázható.

Összességében tehát az mondható el, hogy a digitális világ elterjedésének sok előnye és hátránya mutatkozik, melyek leginkább annál a korosztálynál jelennek meg, amelyik legtöbb időt tölt a világhálón. Ez pedig az iGeneráció, és az Alfa generáció, azaz a digitális bennszülöttek. Mivel ezen generációk képviselői rendkívül más módon élték meg a különböző életkorok eseményeit, mint az előző generációk, ezért az idősebb korosztály számára a fiatalok viselkedésének és gondolkodásának megértése neheztette vált. A kutatás eredményeinek megismerésével remélem, hogy az olvasó közelebb kerül a serdülők megértéséhez.

II. Kutatás

1. A kutatás célja

A kutatás célja a lekérdézésben résztvevő serdülők internethasználati szokásainak vizsgálata, azon belül is a különböző kommunikációs platformokon való részvétel sajátosságainak bemutatása.

2. Hipotézisek

A hipotézisek megalkotásakor meglehetősen nehéz helyzetbe kerültem, hiszen a téma rengeteg olyan kérdést vet fel, melyet érdemes lenne vizsgálni. Azonban annak ellenére, hogy kutatásomban szereplő

hipotézisekhez kapcsolódó válaszokon kívül is rengeteg információ került birtokomba egyéb, számomra érdekesnek bizonyuló kérdések esetében. A három hipotézisem kiválasztásakor azonban igyekeztem azt előtérbe helyezni, hogy olyan állításokat fogalmazzak meg, melyek elősegítik a serdülők internethasználati szokásainak felmérését, valamint az online kapcsolati hálójuk sajátosságait feltérképezem általuk.

2.1. A hipotézisek bemutatása:

► A serdülők az elérni kívánt célhoz választják meg a kommunikációs platformot. A

hivatalos/ szakmai tevékenységekhez e-mailes rendszert, a kortársaikkal való kapcsolattartásra közösségi oldalakat használnak.

► Azok a serdülők, akik egész nap elérhetőek az online térben, több kapcsolattal rendelkeznek a közösségi oldalakon, és kevésbé szűrik ismerőseiket, mint azok, akik kevesebbet vannak online.

► A serdülők a közösségi oldalakat kevésbé használják a kapcsolati háló bővítésére, inkább az offline térben meglévő kapcsolataik ápolására használják ezeket a

platformokat.

3. A kutatás mérőeszközének bemutatása

A kutatás alapsokasága a magyarországi serdülők és ifjúkorúak. A kutatás során kérdőíves lekérdezési módszerrel dolgoztam, hiszen témám nem indokolta a személyesebb lekérdezési formák (interjú) használatát. A kérdőív alapjaként egy 2016-os kutatáshoz használt kérdőív volt (TÁMOP-4.2.2.C-11/1/KONV), mely korosztályi meghatározás nélkül vizsgálta az internethasználati szokásokat, így tehát a korosztályi sajátosságok és a négy év alatt végbement változásoknak megfelelően némiképp átalakítottam a kérdőívet. Sokat

gondolkoztam a kérdőív megalkotását követően, hogy nyomtatott formában töltessem ki, avagy az online térben próbáljak eljutni a fiatalokhoz. Végül úgy döntöttem, hogy az online teret választom, hiszen témámhoz igencsak kapcsolódik annak a tapasztalata, hogy milyen mértékben tudom elérni a vizsgált korosztályt az online térben. A másik oka ennek a döntésnek pedig az volt, hogy a COVID19 vírusnak köszönhetően előrelátható volt, hogy idővel távoktatási formára áll át az oktatási rendszer, így hatékonyabbnak véltem ezt a lekérdezési formát választani.

A mintavétel egyszerűen elérhető alanyok körében történt, hiszen az egyik legnépszerűbb közösségi oldalon, a Facebookon osztottam meg ismerőseimmel, majd ők tovább osztották saját ismerőseiknek és így tovább. A vizsgálat fókuszcsoportha cselekvéses, hiszen internethasználati szokásokat és közösségi kapcsolatok kialakítását vizsgálja. A kutatás idődimenziója keresztmetszeti, hiszen nem vizsgálok változást, csak a jelenlegi válaszok alapján vonok le következtetéseket.

3.1. A kérdőív felépítése

1. Demográfiai adatok
2. Internethasználatra vonatkozó adatok
3. Közösségi oldalak használatára vonatkozó adatok
 - a. Használat gyakorisága
 - b. Használat időtartama
 - c. Preferált közösségi oldalak
 - d. Online kapcsolati hálók kiterjedése a különböző közösségi oldalakon
 - e. Közösségi oldalak használatának funkciói
 - f. Online kapcsolati háló funkciói a felhasználó számára

g. Különböző módon működő kapcsolati hálókat alakító tényezők

i. Személyes

ii. Telefonos

iii. Közösségi oldalakon működő

iv. E-mailes

h. Közösségi oldalak használati szokásaira vonatkozó adatok

4. Operacionalizálás

Kutatásom során a kérdéseket az előbbieken említett hipotézisekhez csatolom, igazolva vagy cáfolva azokat.

► A serdülők az elérni kívánt célhoz választják meg a kommunikációs platformot. A hivatalos/ szakmai tevékenységekhez e-mailes rendszert, a kortársaikkal való

kapcsolattartásra közösségi oldalakat használnak. Ezt a hipotézist a következő kérdésekkel fogom vizsgálni:

Válassza ki KÖZÖSSÉGI OLDALAKON létrejött kapcsolati rendszerének a három legfontosabb alakító tényezőjét, majd ezt a hármat rangsorolja fontosság szerint a négyzetek megjelölésével.

- Hasonlóak vagyunk
- Közös érdeklődés
- Közös szabadidő eltöltés
- Szimpátia
- Rokoni kapcsolatok
- Munkahelyi/ iskolai kapcsolatok

- Egy lakóközösséghez tartozás
- Mindkét fél számára közös érdek
- Kapcsolataim előnyt is hoznak

Ezt a kérdést az E-MAILES kapcsolatrendszerére vonatkozóan is feltettem, hogy lássam, tapasztalható-e kiugró eltérés a két közösségi kapcsolódásra alkalmas platform használati sajátosságai között.

► Azok a serdülők, akik egész nap elérhetőek az online térben, több kapcsolattal rendelkeznek a közösségi oldalakon, és kevésbé szűrik ismerőseiket, mint azok, akik kevesebbet vannak online.

Ehhez a hipotézishez kimutatást fogok végezni a közösségi oldalakon való megjelenés időtartamát, illetve a kapcsolatok számát felhasználva. Ezek után pedig azt fonom vizsgálni, hogy a közösségi oldalakon töltött idő nagysága milyen mértékben befolyásolja a kapcsolati hálójuk szűrését. Ezt az utolsó kérdésblokk segítségével fogom megtenni, melyben olyan állításokat kell 1-5 skálán besorolniuk, mint:

- A saját közösségi oldalamra mindenkit felveszek, aki engem bejelöl.
- Fontos, hogy minél több ismerősöm legyen a közösségi oldalamon.
- Csak azokat jelölöm vissza a közösségi oldalakon, akikkel rendszeres kapcsolatot szeretnék tartani.
- Nem jelölöm vissza azt a személyt, szervezetet vagy közösséget, aki látszólag nagyon eltérő.
- Válogatok azok közül, akik bejelölnek, hogy kit vegyek fel ismerősként.

Úgy vélem, hogy ezen állítások alapján választ kaphatok arra, hogy a hipotézisem helytálló, avagy az ellenkezője jellemző a serdülő korosztályra.

► A serdülők a közösségi oldalakat kevésbé használják a kapcsolati háló bővítésére, inkább az offline térben meglévő kapcsolataik ápolására használják ezeket a platformokat.

Ehhez a hipotézishez az alábbi kérdéseket/ állításokat fogom használni:

Mire használja leginkább a közösségi oldalakat? Válassza ki azt a hármat az alábbi listából, amely Önre leginkább jellemző, majd ezt a hármat rangsorolja fontosság szerint a négyzetek megjelölésével.

- Vásárlás
- Ügyintézés
- Baráti kapcsolattartás
- Kapcsolatépítés
- Önmagam megjelenítése
- Iskolához kapcsolódó feladatok elvégzése
- Játék
- Információk szerzése
- Szórakozás
- Hírek információk gyűjtése a világról

Ezen felül az internet használatára vonatkozó kérdéseket is megvizsgálom, hiszen ott is megjelenik a baráti kapcsolatok ápolása, párkapcsolat fenntartása stb., valamint az új kapcsolatok kialakítására vonatkozóan is megfogalmazódott néhány kérdés.

5. A kutatás eredményeinek bemutatása

A kutatáshoz használt kérdőívet 128 válaszadó töltötte ki, azonban a kutatás leírásában szereplő korosztályi meghatározást többen figyelmen kívül hagyták, így a felhasznált mintám 115 főre csökkent.

A minta nemek szerinti eloszlása rendkívül egyenlőtlen, hiszen a kitöltők ~72.5%-a nő nemű, míg összesen 27.5% volt férfi. A lakóhely településtípusa szintén rendkívül változatosnak mutatkozott, így ebből a szempontból mindenképpen heterogénnek mondható a kutatás során használt minta.



4. ábra: A kutatásban részt vevő serdülők lakóhelyének településtípusa (forrás: saját ábra a kutatás eredményei alapján)

Ez számszerűsített formában az alábbi diagramon jól látható, miszerint a kitöltők több, mint fele városi lakos (39% város,

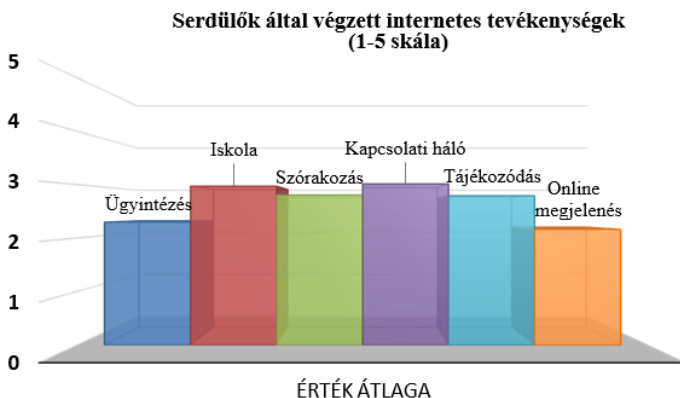
16% megyeszékhely), a válaszadók másik része pedig valamilyen kisebb településen (34% falu, 11% község) él.

A válaszadókat képzettség szerint is megvizsgáltam, melyet a következő kategóriák szerint csoportosítottam:

- Általános iskola
- Szakiskola
- Szakközépiskola
- Gimnázium
- Szakgimnázium

A minta nagy arányban gimnáziumi képzésben tanuló diákokból áll, hiszen a válaszadók 61%-a jár ilyen típusú intézménybe. Továbbá az is megfigyelhető, hogy a szakiskolában tanuló diákok rendkívül alulreprezentáltak, hiszen a kitöltők mindössze 1%-a jár ilyen oktatási- nevelési intézménybe. Így tehát azt mondhatjuk, hogy a képzés típusa szerint a minta meglehetősen egyenlőtlen. Ennek okai közt szerepelhet az a tényező, hogy a kutatást a saját kapcsolati hálómat felhasználva végeztem, így lehetséges, hogy kevesebb olyan diákhöz jutott el a kérdőív, aki szakiskolában tanul, mivel jómagam is gimnáziumi oktatásban vettem részt felsőfokú tanulmányaim megkezdése előtt. Ugyanez vonatkozik az általános iskola alulreprezentáltságára is, hiszen ebben az esetben a nagy korkülönbség és a kevés kapcsolat az, ami befolyásolhatta a kutatásban résztvevő általános iskolások számát. Ezekon kívül természetesen számtalan más oka is lehet az egyenlőtlen eloszlásnak, azonban úgy véltem, hogy érdemes lehet megosztani egy kutatás-módszertani szempontból fontos tényezőt.

Az előbbieken megmutattam néhány információt a mintám demográfiai adataiból, így következő néhány oldalban már azt fogom megvizsgálni, hogy a fiatalok az internetet milyen funkciók miatt használják. Ehhez a kérdéseket kategóriákba csoportosítottam, és az alapján alkottam meg az alábbi diagramot.



6. ábra: A kutatásban részt vevő serdülők által leggyakrabban végzett internetes tevékenységek átlaga 1-5 skálájú kérdéssor alapján (forrás: saját ábra a kutatás eredményei alapján)

A fenti ábrán tehát az internetes tevékenységekre irányuló kérdések válaszai alapján alkottam kategóriákat. A kérdéseket aszerint csoportosítottam, hogy az adott tevékenységek között milyen összefüggések, egyezések figyelhetők meg. A következőkben azt fogom ismertetni, hogy melyik kérdés végül melyik halmazba került, hiszen a kategóriák közt meglehetősen sok átfedés tapasztalható. A kérdésblokk során a kitöltőknek 1-5 skálán kellett pontozniuk az alábbi állításokat az alapján, hogy milyen mértékben vélik azt saját magukra vonatkozóan igaznak. Az 1-es volt a legkevésbé jellemző, az 5-ös a teljes mértékben jellemző.

Ügyintézés

- Az interneten keresek orvost, egészségügyi szolgáltatásokat.
- Pénzügyeimet interneten intézem.
- Vásárlásra használom.
- Színház, vagy mozijegyet rendelek.

- Az internetet inkább ügyintézésre használom.

Iskola

- Az internetet az iskolai eredményeim nyomon követésére használom.
- Az internetet pályaválasztási ismeretek megszerzésére használom.
- Az internetet az iskolára, iskolaválasztásra vonatkozó információk megszerzésére használom.
- Az iskolai feladataimhoz használom.
- Tanárokkal való kapcsolattartásra használom.

Szórakozás

- Az internetet „influcerek” követésére használom.
- Az internetet újságolvasásra használom.
- Az internetet videók, filmek nézésére használom.
- Az internetet inkább játéokra használom.

Kapcsolati háló

- Közösségi oldalakat használok.
- Társkeresésére használom az internetet.
- Baráti kapcsolat fenntartására használom.
- Új baráti kapcsolat kialakítására használom.
- Párkapcsolat kialakítására használom.
- Rokoni kapcsolat fenntartására használom.
- Párkapcsolat fenntartására használom.
- Az internetet inkább kapcsolattartásra használom.

Tájékozódás

- Az internetet hírek olvasására használom.
- Az internetet politikai témájú tájékozódásra használom.
- Az interneten követem a divatot.
- Az időjárásról szóló információt keresem.
- A kapcsolati hálomba tartozó személyekről szóló információk megszerzésére használom.
- Az internetet arra használom, hogy bővítsem a tudásomat a világról.

Online megjelenés

- A rólam szóló információk továbbítására használom a kapcsolati hálomba tartozó személyek között.
- Az internetet valamilyen saját gyártású tartalom megosztására használom.

Láthattuk tehát, hogy az egyes kategóriák milyen állítások mentén épülnek fel, így tehát kirajzolódik a diagramon látható adathalmaz jelentősége. Az ábráról könnyen leolvasható, hogy a fiatalok körében a legpreferáltabb internetes funkció a kapcsolatépítés. Nagyon hasonló eredmény érkezett az iskolához köthető tevékenységek esetében, mely különbség szabad szemmel nehezen észrevehető az előbbi ábrán. Fontos megemlíteni a két kategória közti hatalmas különbséget a tekintetben, hogy az iskolai tevékenységek esetében rendkívül kis szórás (0,4838) figyelhető meg, így az állításokra adott besorolás meglehetősen homogén, ellenben a kapcsolati háló fenntartásával és alakításával kapcsolatos tevékenységek halmaza a nagy szórásból (1,0793) adódóan heterogénnek mondható.

A kutatás szerint a legkevésbé preferált tevékenységek közé az ügyintézési funkciók tartoznak, illetve a serdülő saját maga általi megjelenítése.

Térjünk is át a közösségi oldalak használatára vonatkozó információkra, hiszen ezen tevékenység volt a legpreferáltabb a válaszadók körében. A közösségi oldalakon való megjelenés a serdülők életébe meglehetősen beépült. Ezért fontosnak tartom, hogy lássuk, milyen gyakran és mennyi időt töltenek a fiatalok ezeken a felületeken, pontosan melyik felületet használják leggyakrabban, és milyen célból teszik ezt.

A social mediában való jelenlét manapság teljesen magától értetődőnek látszik a serdülők körében. Ezt jól szemlélteti a bal oldali ábra, melyen a naponta közösségi oldalakat használók aránya magasan felülmúlja az ennél ritkábban jelen lévő felhasználókat. A napi rendszerességgel jelen lévő felhasználók 93%-ban vannak jelen a kutatási mintában, míg mindösszesen 7%-uk tartózkodik ritkábban közösségi kapcsolódásra alkalmas felületen. Ezen felületek közül is rendkívül nagy népszerűségnek örvend a Messenger, az Instagram és a Facebook. Korábbi kutatási eredményektől eltérően a Facebook használata csak a harmadik legnépszerűbb a fiatalok körében. Ezt a platformot a kutatásban részt vevők ~73%-a napi rendszerességgel használja, közülük is ~74% napi többször megjelenik ezen a felületen.

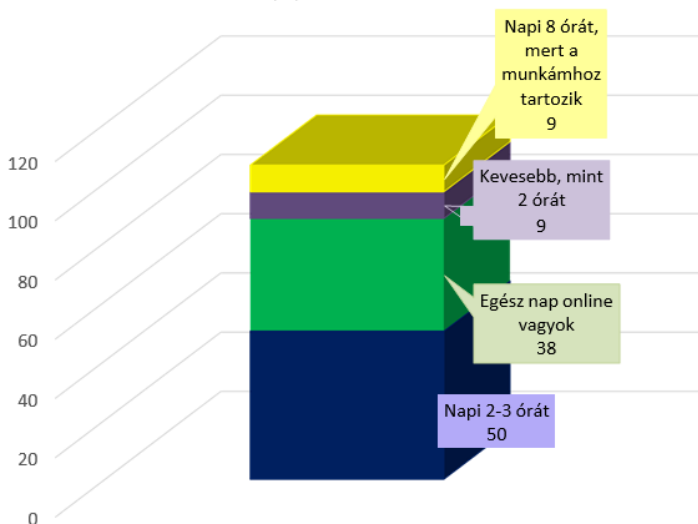
A második legnépszerűbb oldal a kutatás szerint az Instagram, melyen a kutatásban részt vevő fiatalok 81%-a napi szinten megjelenik. Közülük naponta többször megfordul az oldalon az előbb említettek 85%-a. Ez azt jelenti, hogy a 2016-os ifjúságkutatás óta átrendeződtek az online közösségi kapcsolódások terei, hiszen akkor a Facebook volt a legközkedveltebb közösségi oldal (napi szinten a minta 80%-a használta), az Instagramot pedig csupán a minta 18%-a használta napi rendszerességgel.

A legtöbbet használt platformmá pedig egy olyan alkalmazás vált, amely a 2016-os ifjúságkutatásba még csak nem is szerepelhetett,

hiszen csak azt követően jött létre, ez pedig nem más, mint a Messenger. A Messenger a Facebook egy olyan kiegészítő alkalmazása, melyen üzenetküldési funkció érhető el. Ez a Messenger megalkotása előtt a Facebookon is elérhető funkció volt, azonban a Messenger létrejöttét és elterjedését követően az anyoldal ezen funkcióját megszüntették a könnyebb felhasználás érdekében. Így mondhatjuk, hogy társoldal, azonban más tevékenységre alkalmas, mint a Facebook. A Messenger használata rendkívül elterjedt az internetezők körében, mely megmutatkozik jelen kutatásban is, hiszen a kitöltők 96%-a napi rendszerességgel, ezen belül pedig 95% napi többször használja az alkalmazás nyújtotta lehetőségeket.

Azt, hogy mennyi időt töltenek a fiatalok a közösségi oldalakon, a következő ábrán szeretném szemléltetni.

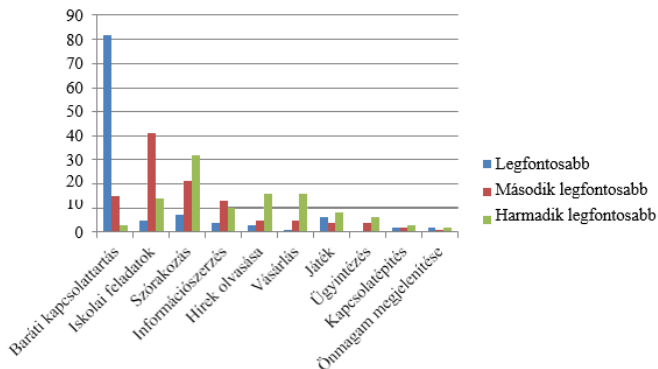
A serdülők napi social media használatának időtartama (fő)



8. ábra: A social mediában napi rendszerességgel jelen lévő serdülők online időtartama (forrás: saját ábra a kutatás eredményei alapján)

Az ábrán az előzőekben említett napi rendszerességgel közösségi oldalakat használók (minta 93%-a) eloszlása látható aszerint, hogy mennyi időt töltenek a szocial mediában. Ezen felhasználók ~47%-a napi 2-3 órát látogatja a közösségi oldalak valamelyikét, valamint ~36%-a egész nap jelen van a szocial mediában. A naponta közösségi oldalakat használók rendkívül kis aránya, mindössze ~17%-a tér el ettől, melynek fele a munkavégzés/iskolai tevékenység miatt van jelen 8 órát napi szinten a közösségi médiában, míg másik fele két óránál kevesebbet van jelen. A munkahelyi-, illetve iskolai tevékenység miatt online jelenlévők esetében azonban lehetségesnek tartom, hogy a kitöltés idejére vonatkozik az állítás, ugyanis néhány válaszadó a digitális munkarend során töltötte ki a kérdőívet, mely során az oktatás és a munkavégzés fontos platformjává váltak a közösségi oldalak.

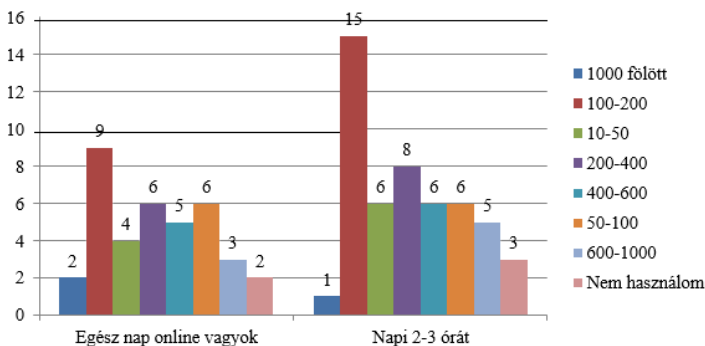
Eddig sok szó esett a közösségi oldalak használatának gyakoriságáról, és az ott töltött idő nagyságáról, azonban úgy vélem, hogy hasznos lenne megismerni azokat a célokat, amelyek miatt a serdülők oly sok időt töltenek ezeken a felületeken. Így tehát a következőkben azt fogom bemutatni, hogy milyen funkciókat preferálnak a serdülők a közösségi oldalak esetében.



9. ábra: A vizsgált serdülők válasza arra vonatkozóan, hogy mely tevékenységeket preferálják leginkább a közösségi oldalakon. (forrás: saját ábra a kutatás adatainak felhasználásával)

A fenti ábrán az látható, hogy a serdülők mely három funkciót preferálnak leginkább a közösségi oldalak használata esetében. A diagramon a jelölések darabszáma jelenik meg, azaz, hogy hányan jelölték azt, hogy a legfontosabb funkció a játék (láthatjuk, hogy meglehetősen kevesen jelölték ezt legfontosabb funkciónak). A diagramon az látható, hogy a baráti kapcsolattartás óriási kiugrást mutat a legpreferáltabb kategóriában, hiszen a minta ~72%-a (82 fő) választotta ezt a funkciót. A második leginkább használt funkció az iskolai feladatokkal kapcsolatos tevékenységek elvégzése, mely a távoktatás során még inkább beépült a diákok mindennapjaiba. A harmadik legfontosabb tevékenység, melyre lehetőséget adnak a közösségi oldalak, az a szórakozás, azonban a harmadik helyen több tevékenység is megjelenik emellett, mint a hírek olvasása, a vásárlás, vagy az információszerzés. Érdekes, hogy a legkevésbé használt funkciók között az önmaguk megjelenítése és a kapcsolatépítés helyet kapott. Ez számomra azért különös, mert sokszor tapasztaljuk, hogy a serdülő korosztály mindent kipakol a saját felületére/profiljára, azonban mégis elmaradni látszik a többi tevékenységtől. A kapcsolatépítés pedig azért fontos, mert az egyik hipotézisem ezzel

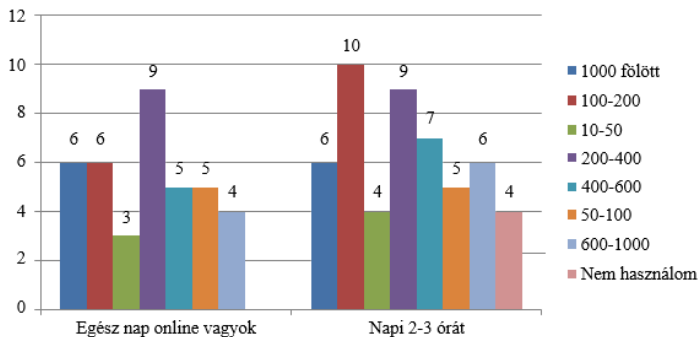
beigazolódni látszik. A baráti kapcsolattartás elsődleges fontosságnak örvend, azonban a kapcsolatépítés nem jellemző a közösségi oldalak segítségével a vizsgált korosztály esetében.



10. ábra: A közösségi oldalakon való jelenlét időtartamának és az online kapcsolati háló kiterjedésének összefüggései az Instagramon. (forrás: saját ábra a kutatás eredményeinek felhasználásával)

Az előbbi diagramon az látható, hogy azok a serdülők, akik egész nap online tartózkodnak, és azok, akik csak napi két-három órát tartózkodnak a közösségi oldalakon milyen kiterjedésű kapcsolati hálóval rendelkeznek a legpreferáltabb social media felületen, az Instagramon. A két blokkot nehéz összehasonlítani, hiszen a válaszadók száma nem egyezik meg (egész nap online 38-an vannak, 2-3 órát online 51-en). Az azonban kirajzolódik, hogy a serdülők kapcsolati hálóját kis mértékben határozza meg a social mediában töltött idő mennyisége. Az Instagramon mindkét csoport esetében 100 és 200 közötti ismerősszám fedezhető fel, míg második helyen is a környező számhalmazok, azaz az 50 és 100 közötti, illetve a 200 és 400 közötti kategóriák jellemzők.

Ugyanezt a jelenséget megvizsgálhatjuk a Facebook esetében is, hogy még pontosabb képet kapjunk a serdülők online kapcsolatainak alakulásáról.

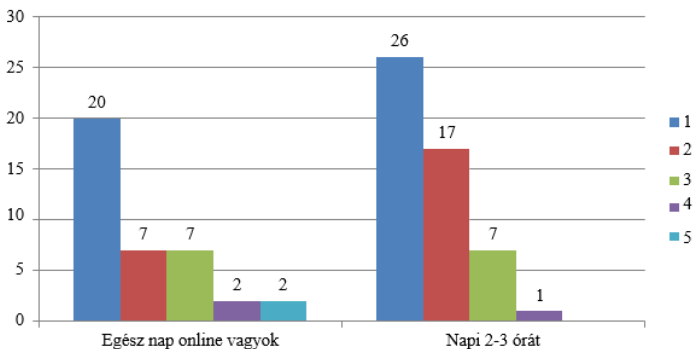


11. ábra A közösségi oldalakon való jelenlét időtartamának és az online kapcsolati háló kiterjedésének összefüggései a Facebookon. (forrás: saját ábra a kutatás eredményeinek felhasználásával)

A Facebook esetében is hasonló eredményeket kapunk, hiszen ezen a közösségi oldalon is leginkább 100 és 200 közötti ismerősszám tapasztalható. Egy eltérés azonban megmutatkozik, mégpedig az, hogy az egész nap online jelenlévő fiatalok esetében többen jelölték, hogy ezen a felületen 200 és 400 fő közötti a kapcsolati hálójuk kiterjedése, míg csak kisebb arányban jelölték az alacsonyabb ismerősszámot. Érdekes még, hogy míg az Instagramon nem jellemző az 1000 fő feletti kapcsolati háló, a Facebook esetében ez a jelenség többeknél is megfigyelhető.

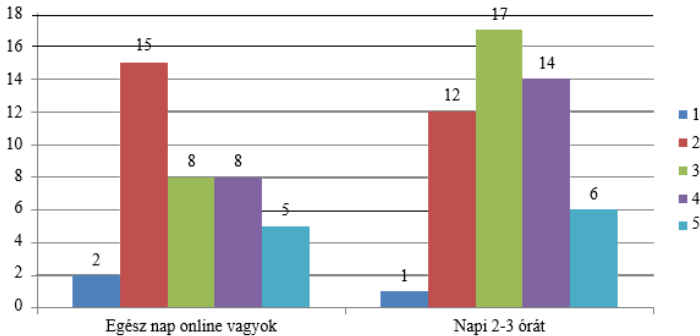
Így tehát az mondható el, hogy az online töltött időtartam hosszúsága nem befolyásolja meghatározó mértékben a kapcsolati háló kiterjedését, azonban a közösségi kapcsolódásra alkalmas platformok más sajátosságokkal bírnak a kapcsolati háló kiterjedését illetően.

Ahhoz azonban, hogy a hipotézisem második felére is választ kapjunk, meg kell vizsgálnunk, hogy a fiatalok mennyire szűrik ismerőseiket a közösségi oldalakon. Ezt úgy fogom tenni, hogy az online töltött idő szerint megvizsgálom, hogy a két kategória képviselői mennyire szűrik tudatosan a leendő ismerőseiket.



12. ábra: A „Mindenkit felveszek a közösségi oldalamba, aki bejelöl.” állításra adott válaszok 1-5 skála alkalmazásával. Az eredmények a jelölő serdülőt mutatják. (forrás: saját ábra az adatok felhasználásával)

A fenti ábrán az látható, hogy az ötös skálán a válaszadók mindkét kategória esetében az egyes pontszámot jelölték, ami azt jelenti, hogy egyáltalán nem jellemző rájuk az az állítás, hogy bárkit felvonnának a közösségi oldalukra, aki ismerősnek jelöli őket. Ez alapján az mondható el, hogy a serdülők szűrik ismerőseiket. Jelentős különbség azonban e tekintetben a válaszadó online időtöltésével összefüggésben nem tapasztalható. Ezt azonban egy kérdés alapján nem jelenteném ki, így megvizsgálom egy másik, erre irányuló kérdés válaszainak segítségével.

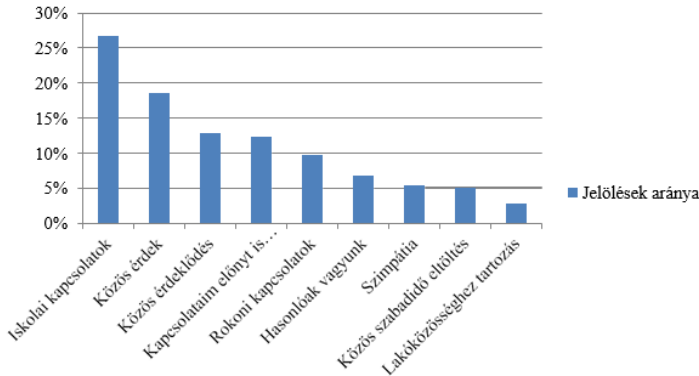


13. ábra: A „Csak azokat veszem fel, akivel rendszeresen akarom tartani a kapcsolatot.” állításra adott válaszok 1-5 skála alkalmazásával. Az eredmények a jelölő serdülőt mutatják. (forrás: saját ábra az adatok felhasználásával) (1-5 skála)

Az előző ábrán némi eltérést tapasztalhatunk az előbbiekhöz képest, hiszen ez a kérdés azt vizsgálja, hogy a serdülők csak azokat veszik-e be a kapcsolati hálójukba, akivel rendszeresen tartani szeretnék a kapcsolatot. Annak ellenére, hogy az előző kérdés esetén meglehetősen sokan választották azt, hogy nem vesznek fel mindenkit az ismerősei közül, itt az tapasztalható, hogy mégsem szűrik meg annyira kapcsolataikat, mint amennyire gondolhattuk előzőleg. A diagramon ugyanis rendkívül jól megjelenik, hogy a válaszadók mindkét csoport esetében beengedik kapcsolati hálójukba azokat is, akikkel nem szeretnék a későbbiekben rendszeres kapcsolatot tartani. A két csoport között e tekintetben azonban különbség mutatkozik, hiszen az egész nap online tartózkodó serdülők nagy részére eme állítás nem jellemző, míg a napi 2-3 órát közösségi oldalt használókra inkább jellemző.

Így tehát azt mondhatjuk, hogy a két kérdés során megkapott adatokat tekintve az online töltött idő befolyásolhatja a kapcsolatok szűrését, miszerint azok, akik kevesebb időt töltenek a közösségi oldalakon jobban szűrik ismerőseiket, mint azok, aki egész nap online vannak.

Azonban az online töltött idő mennyisége nem befolyásolja nagy mértékben a kapcsolati háló kiterjedését.



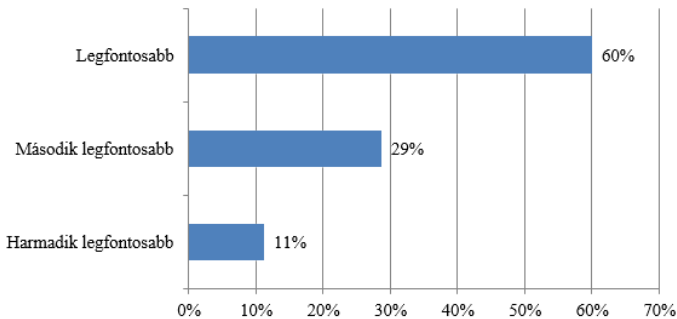
14. ábra: Az e-mailes levelező rendszerben létrejött kapcsolati hálót befolyásoló tényezők százalékos ábrázolásban (forrás: saját ábra a kutatás adatai alapján)

Ahogy a fenti ábrán jól látszik, az e-mailes levelező rendszer kapcsolati hálójának legfontosabb alakító tényezői közé az iskolai kapcsolatok, a mindkét fél számára közös érdek, az azonos érdeklődési kör, illetve mindössze egy százalékos lemaradással a kapcsolatok általi előnyökhöz való hozzájutás tartozik. Megfigyelhető, hogy ezt a rendszert a fiatalok elsősorban olyan kapcsolati háló működtetésére használják, mely hozzásegítheti őket céljaik eléréséhez, így a serdülők ezen kapcsolati hálójára sokkal inkább a racionalitáson alapszik, mint az emóción.

Az iskolai kapcsolatok például sok esetben nem a kortársakat, hanem sokkal inkább tanáraikat takarja, amely az iskolai feladatok elvégzése kapcsán lehet fontos. A közös érdek mentén szerveződő kapcsolatok is inkább racionális eredetűek, mintsem emocionálisak.

Bár az első hipotézisem ezzel az eredménnyel már beigazolódott, hiszen azt láthattuk, hogy a baráti kapcsolattartás a közösségi oldalak leginkább preferált funkciója, valamint az is megmutatkozott, hogy az e-mailes rendszert sokkal inkább a hivatalosabb kapcsolódásra használják (iskolai kapcsolattartás), én mégis fontosnak tartom azt, hogy az előzőekben bemutatott eredményeket kissé lebontsuk. Így tehát részletesebb eredményeket fogunk látni.

A következő ábrán az előbb leginkább befolyásoló tényezőt, az iskolai kapcsolatokat fogom tovább bontani az alapján, hogy hány szavazat érkezett az első, második és harmadik legfontosabb tényezőként erre a kategóriára.



15. ábra: Az e-mailes rendszerben létrejött kapcsolati hálót leginkább befolyásoló tényező, az iskolai kapcsolat preferenciájának eloszlása három szintben megjelenítve (forrás: saját ábra a kutatási eredmények felhasználásával)

Az előbbi diagramon az látható, hogy az iskolai kapcsolatok (mely az előző diagramon a legmagasabb eredményt érte el) preferencia szerinti eloszlása milyen a kategóriát jelölők szavazatai alapján. A kategóriát jelölők 60%-a gondolja a legfontosabb funkciónak az iskolai kapcsolattartást, míg összesen csupán 40% gondolja kevésbé fontosnak (második és harmadik helyen jelölték). Ez azért fontos, mert így láthatjuk, hogy a serdülők az e-mailes rendszert az iskolai

kapcsolattartásra használják leginkább, ami azt jelenti, hogy ezen a felületen a pedagógusok könnyedén elérhetik diákjaikat.

6. Reagálás a hipotézisekre

A kutatás eredményei alapján a felvetett hipotézisek a következőképpen alakultak. Beigazolódott az első felvetés, miszerint a serdülők az elérni kívánt célhoz választják meg a kommunikációs platformot, így tehát elmondhatjuk, hogy az e-mailes rendszert a hivatalos jellegű kommunikációra, míg a közösségi oldalakat leginkább a kortársaikkal való kapcsolattartásra használják.

A közösségi oldalak tekintetében azonban hipotézisünk tévesnek bizonyult, hiszen az eredmények alapján a serdülők kapcsolati hálójának kiterjedését nem, vagy csak kis mértékben befolyásolja az online töltött időtartam hosszúsága. A felvetés második fele azonban helyállónak mutatkozott, hiszen a kutatásban részvevők válaszai alapján azok a fiatalok, akik kevesebbet használják a közösségi oldalak nyújtotta lehetőségeket, jobban szűrik ismerőseiket, mint azok, akik egész nap online vannak.

A harmadik hipotézis is a közösségi oldalakra vonatkozott, miszerint a serdülők ezeket a felületeket kevésbé használják kapcsolatépítésre, hiszen inkább a meglévő személyes kapcsolataikat viszik át az online térbe. Ez a felvetés beigazolódott.

III. Összegzés

Ahogy a kutatás során említettem, a céloom a vizsgálatban részt vett serdülők internethasználati szokásainak és online kapcsolati hálójuk alakulásának feltérképezése volt, mely az eredmények bemutatásával teljesült is. Mivel a kutatás alapjául egy 2016-os tanulmány szolgált, így a 2016-os év kutatásait állítottam szembe a jelen kutatás eredményeivel, azonban a fókusz azon volt, hogy az általam végzett

vizsgálat eredményeit mutassam be, és reagáljak a korábban felvetett hipotézisekre. Ezek valamelyike végül sikeresen beigazolódott, azonban némelyik cáfolásra került. A témám alaposabb körbejárása érdekében a szakirodalmi áttekintéssel kezdtem a munkám, hogy a dolgozat alapjait jelentő kulcsfontosságú részeket átfogóbban lássam. Így először a már meglévő elméleteket ismertettem, mely során a közösségekről kaphattunk globális képet, valamint a vizsgált korosztály és az internethasználat összefüggéseibe is betekintést nyerhettek az olvasók.

Láthattuk, hogy a közösségfogalom meghatározása mind a mai napig nehézséget okoz a tudományok képviselőinek, melyből remekül megmutatkozik, hogy ez a téma milyen sokszínű. A közösségelméletek közül több nézettel is megismerkedhettek az olvasók, hiszen megjelentek a csoport és közösség összefüggéseikhez kapcsolódó elképzelések, az integrációs elméletek, a lokalitással kapcsolatos nézetek, valamint a társadalom és közösség kapcsolódásának tézisei is.

A közösségelméletek ismertetése után is tartogatott érdekességeket a téma, hiszen a vizsgált korosztály sajátosságait, valamint az internethez való viszonyát vettük szemügyre. A serdülők életkori sajátosságai során azt a felfedezést tettem, hogy a korosztály jellegzetességei sok esetben kitolódnak az ifjúkorúakra is, így a kutatásba az ifjúkor elején járó fiatalokat is bevontam.

A serdülők sajátosságainak leírását követően az infokommunikációs eszközökről és az internethasználatról szóló irodalmakat ismertettem átfogóan, mely során kitértem az internet használatával járó veszélyeket. Ezeket azért tartottam fontosnak megemlíteni, mert a serdülő korosztály mindennapjaiba teljes mértékben beépült az online világban való jelenlét, azonban sok esetben azzal nincsenek teljes mértékben tisztában, hogy mely veszélyeknek vannak kitéve, ha nem tudatosan használják a világhálót. Ezt követően néhány kutatást mutattam be, melyek az internethasználati szokásokkal foglalkoznak.

Megismerhettük a Központi Statisztikai Hivatal 2016-os vizsgálatának eredményei egy részét, valamint a szintén 2016-os Magyar ifjúságkutatásba is betekinthtünk.

Jelen kutatásban ismertettem a mintavételi eljárást és annak felépítését, a kutatás mintáját, valamint bemutattam a bennem megfogalmazódott hipotéziseket. Mindezek után az operacionalizálás is megtörtént, mely során a hipotézisekhez a kérdőívben megtalálható kérdéseket párosítottam, melyeket felhasználtam az elemzéskor. Ezt követően a kutatás eredményeinek bemutatása következett.

A kutatás során több olyan megállapításra jutottam, melyek a jövőben mankóként szolgálhatnak a pedagógusoknak a serdülőkkel végzett oktatási és nevelési folyamatok során. A korábbi kutatásokkal ellentétben az figyelhető meg, hogy a serdülők közösségi oldalakon való jelenléte átrendeződni látszik, hiszen azok a social media felületek, melyek eddig a legnagyobb népszerűségnek örvendtek, mára már ritkább látogatást érnek el, mint azok, amelyek néhány évvel ezelőtt kevés felhasználóval rendelkeztek (Facebook és Instagram látogatottságának változása). Továbbá az figyelhető meg, hogy a fiatalok rendkívül gyorsan állnak át egyik felület használatáról a másikra, hiszen a Messengeren való jelenlét az elmúlt pár év alatt nőtte ki magát olyannyira, hogy a legnépszerűbb felületté vált.

Mindezen túl azt mondhatjuk, hogy az online töltött idő nem befolyásolja nagymértékben a kapcsolati háló kiterjedését, azonban megfigyelhető, hogy azok, akik több időt töltenek a social mediában, kevésbé szűrik meg azokat, akik az online kapcsolati hálójukat alkotják. Ezekre azért érdemes odafigyelni pedagógusként, mert a korosztály rendkívül sok időt tölt a világhálón, nagyon tág ismerettel rendelkeznek az informatika világában, azonban arról kevés szó esik, hogy hogyan kell tudatosan jelen lenni ezeken a platformokon. Pedagógusként sokszor nem tudunk módszertanilag újat mondani a fiataloknak, hiszen ők beleszülettek ebbe a világba, azonban abban tudjuk segíteni a diákokat, hogy képesek legyenek mérlegelni egy-egy

információ megosztása kapcsán. Fel tudjuk hívni a figyelmüket az online világ veszélyeire, és át tudunk adni egy szemléletet, ami megszólal bennük, mielőtt kiszolgáltatott helyzetbe sodornák magukat.

Dolgozatomat Anthony Giddens (1995) hasonlatával zárom, mely szerint „a társadalmi struktúra... egy lakóház, amelynek falai, mennyezete, ajtói és ablakai meghatározzák a benne lakók mindennapi tevékenységeit. Hozzá kell azonban ehhez tenni, hogy a társadalmi struktúra nem örökre épült ház, mert a benne lakók folyamatosan átépítik (azt).”(Giddens 1995 id: Andorka 2006, 2)

Bár Giddens a társadalomra használja a lakóház hasonlatot, azt gondolom, hogy átértelmezhető a serdülőkorúak nevelésével kapcsolatosan is. Eszerint a pedagógusok és a szülők a lakóház, melynek falai (szocializációs minták, átadott normák és értékek) meghatározzák a serdülő gondolkodását, viselkedését. A serdülők pedig a ház lakói, akik folyamatosan formálják a lakóházat. Így tehát a ház és lakója (a két generáció képviselői) közti folyamatos kölcsönhatás szépíti a lakóházat, és teszi boldogabbá a benne lakókat. Fontos azonban, hogy adjunk teret a serdülőknek, hogy megmutassák világukat, annak érdekében, hogy hatékonyabban formáljuk mi, pedagógusok, szociálpedagógusok is őket.

Felhasznált irodalom

Andorka Rudolf (2006): Bevezetés a szociológiába Budapest, Osiris Kiadó Kft.

Csepeli György – Prazsák Gergő (2008): eKultúra. In: Társadalmi Riport 2008. szerk. Kolosi Tamás – Tóth István György. Budapest: TÁRKI.

Csepeli György (2012): Egy közösségben élünk? – Az online és az offline világok összehasonlítása. Evolution Konferencia

Dorner László – Hatvani Andrea et al. (2016): Az IKT hatása a kognitív működésekre iskoláskorban. In: Magyar Pszichológiai Szemle. 2016. 71. 1/9. p. 165–195.

Giddens, Anthony (1995): Szociológia. Budapest, Osiris Kiadó.

Hadnagy József (2016): Közösségi kapcsolatok szerveződési sajátosságai a digitális térben, és ami mögötte van. - Elméleti alapok a közösségi munka, közösségi kapcsolatok modelljéhez In: Pacsuta István (Szerk.): IKT eszközök szociálpedagógiai vonatkozásai. Eger, Líceum Kiadó

Heller Ágnes (1970) A mindennapi élet. Budapest, Akadémiai Kiadó, p.56-70.

Henderson, Paul - Thomas N. David (1987): Skills in Neighbourhood Work National Institute Social Services Library No. 39. London, Allen and Unwin, Boston and Sidney

Klement Marian (2016): Online és offline közösségek szerveződésének sajátosságai egy kutatás tükrében. In: Pacsuta István (Szerk.): IKT eszközök szociálpedagógiai vonatkozásai. Eger, Líceum Kiadó

László M. – Danó, Gy. (2015): Akik példaképek és akik nem. In: Kósa É. & Berta J. (Szerk.): Média szocializáció. Budapest, Wolters Kluwer. pp. 179–216.

Lenhart, Amanda – Purcell, Kristen et al.(2010): Social Media & Internet Use Among Teens and Young Adults. Washington, Pew Internet & American Life Project.

Lewin, Kurt (1935): A dynamic theory of personality – selected papers. New York and London, McGraw-Hill Book Company, Inc.

Maccoby, E.E. (1984): Socialization and Developmental Change. In: Child Development Vol. 55, No. 2. pp: 312-328.

Mérei Ferenc (1989): Társ és csoport. Budapest, Akadémiai Kiadó, p. 370.

Merton, Robert K. (1969): Social theory and social structure. New York, A Division of Macmillan Publishing Co., Inc.

Merton, Robert K.(1980): Társadalomelmélet és társadalmi struktúra. Budapest, Gondolat Kiadó. 811 p

Nicholas A. Christakis - James H. Fowler (2010): Kapcsolatok Hálójában. Mire képesek a közösségi hálózatok és hogyan alakítják a sorsukat. Budapest, Typotex.

Parsons, Talcott (1960): The Principle Structure of Community: A Sociological View. In: Structure and Process in Modern Societies (Glencoe, Ill.: Free Press) p. 153

Petrovskij, Artur Vladimirovics (1978): A kollektíva szociálpszichológiai elméletéről. Ford. Láng Rózsa. Szerk. Huszár Tibor. In: Tudomány-közösség-művészet, 106–130 p. Budapest, Gondolat Kiadó, 242 p.

Sárvári György (2016): Tudatváltás - Az éber átkapcsolás művészete. Budapest, Akadémiai Kiadó Zrt.

Stanley Milgram (1967): „The Small World Problem” Psychology Today, Vol. 2

Szelényi Iván (1973): Bevezető tanulmány a „Városshociológia” kötethez Budapest, Közgazdasági és Jogi Kiadó p.15, 16

Tóth Péter (2017): Fogyasztás: kultúra, média, IKT, online lét, számítógépes játék. In: Nagy Ádám (2017): Margón kívül - magyar ifjúságkutatás 2016. Budapest, Excenter Kutatóközpont

Twenge, Jean M. (2017): iGeneráció - Akik közösségi médián és okostelefonon nevelkedtek. Budapest, Édesvíz Kiadó

Varga A. Tamás - Vercseg Ilona (1998): Közösségfejlesztés Budapest, NKA és Közösségfejlesztők Egyesülete, p.15-49.

Vercseg Ilona (2018): Közösségelmélet. Budapest, Közösségfejlesztők Egyesülete (Parola-füzetek)

Vukovich Gabriella (2017): Magyarország, 2016. Budapest, Központi Statisztikai Hivatal.

Warren, R.L.(xxxx): Towards a Reformulation of Community Theory In Human Organisation, vol. XV. pp. 8–11.

Zsolnai Anikó (2017): A média hatása a szociális viselkedésre és a társas kapcsolatok alakulására serdülőkorban. In: Educatio2017. 26 (2), pp. 24

Urbán Orsolya: A tudatos nevelés jelentősége és alkalmazása

I. Bevezetés

Gyakorlataim, illetve más alkalmak során is találkoztam több gyermekkel, akikkel a szülő nem foglalkozott eleget, vagy éppen a minden -féle külön órákat a gyermekre kényszerítve túlzásba vitte azt. Így még ha úgy is tűnt, hogy foglalkozik a gyermekével, sokkal inkább leterhelte és nem maradt idejük minőségi tevékenységekre közösen. Tanulmányaim során rengeteg ismeretet szereztem a neveléstudomány által, arról, hogy milyen nevelési stílusok léteznek, melyeket érdemes gyerekek nevelése során alkalmazni. Továbbá arról is, hogy különböző helyzeteket miképpen lehet megoldani, hogy mennyire fontos, hogy következetesek legyünk és nem utolsósorban, arról, hogy oda kell figyelni a gyermek a testi-lelki fejlődésére. Azonban a nevelés elsősorban, már kisgyermekkortól a szülők feladata.

Már az ókorban is foglalkoztak a családi nevelés fontosságával, Aranyszájú Szent János is kifejtette ebben a témában a nézeteit. „Szerinte a család a nevelés helye és bölcsője, vagyis a nevelés folyamatában az első és a legfontosabb tényező. A család joga és kötelessége a morális, erkölcsi és vallásos nevelés.” (Bara, 2010, 4.).

Ezen megfogalmazás alapján a nevelés a szülőknek nem csak a joga, de a kötelessége is, hiszen a gyermekek otthoni nevelése nélkülözhetetlen, hiszen ahogy már említettem meghatározó igen fiatalkortól kezdve. Így, habár nincsen a gyermeknevelésre egy tökéletes séma, melyet követhetünk és minden problémára megoldást nyújt, mégis vannak a neveléstudományon belül segítséget nyújtó

gondolatok. Hiszen nem csak a tevékenység a fontos, de annak a minősége és mennyisége is.

A tanítási gyakorlatok folyamán erre is láttam példát, hogy ezek mennyire jelentősek, már alsó tagozatban észrevehető, hogy ki az, a gyermek, akivel rendszeren foglalkoznak és időt szánnak a nevelésére, illetve a közös pillanatokra. Továbbá több pedagógussal beszélgetve, több alkalommal került szóba, hogy mennyire fontosnak találják, hogy a szülők is edukálódjanak gyermekük nevelésével kapcsolatban. Így elgondolkoztam rajta, vajon milyen a jó nevelés? Mit is jelent valójában a „tudatos nevelés” kifejezés?

Mindazonáltal azon is, hogy mennyit segíthetne a szülőkön a neveléstudomány ismerete.

Kutatásom fő célja, hogy felmérjem mennyire nevelik gyermekeiket tudatosan az emberek. Rávilágítani, hogy mennyire tudatos vagy épp csak ösztönös a nevelési stílusuk. Mindenképpen szeretném feltérképezni, hogy a gyerek megszületése előtt/után olvastak-e a gyereknevelés témában, vagy inkább a felmenőiktől kaptak-e tanácsokat, esetleg valamilyen formában tanulták életük folyamán (például a pedagógia végzettséggel rendelkező szülők).

Véleményem szerint a gyermekek otthoni nevelése egy állandó és fontos téma, azonban talán még aktuálisabb napjainkban, még inkább, amiért a gyermekeknek otthonról kellett tanulniuk és a kisebb korosztály számára mindenképpen segítenie kellett a szülőknél, ami miatt új, ismeretlen nevelési problémákba ütköztek. Úgy gondolom, hogy olyan kihívásokkal kellett szembe nézniük, melyhez szükségesnek érezték, hogy kicsit többet tudjanak a gyermeknevelésről és az iskolában alkalmazandó módszerekről. Hiszen részben egy fajta 'tanítói' szerepbe kellett helyezkedniük, amikor a különböző feladatokban kellett segíteni, ami mellé magatartási problémák is társulhattak.

Kvalitatív és kvantitatív módszereket egyaránt alkalmazok a kutatás folyamán. Kvalitatív módszerek közül a félig strukturált interjú keretein belül kérdezem ki egy, a témában jártas személy

véleményét és gondolatait, azzal kapcsolatban, hogy mennyire fontos, hogy a szülők tudatában legyenek a megfelelő otthoni nevelés fontosságával és hogy miképpen tudják ezeket bennük tudatosítani. Továbbá a kvantitatív módszerek közül kérdőív formájában szülőktől informálódok nevelési stílusukról.

Hipotéziseim:

- H1 Minden ember számára oktatni kellene a neveléstudomány egy részét, hogy tudatában legyenek a gyermekek megfelelő fejlődéséhez szükséges nevelési ismeretekkel.
 - Neveléstudomány hiányában más szülőktől és különböző könyvekből informálódnak, melyek nem feltétlen megbízható források.
- H2 Véleményem szerint egyre kevesebben informálódnak akár könyvből, akár felmenőktől, inkább ösztönösen nevelnek.
- H3 A digitális oktatás folyamán új nevelési kihívásokkal kellett szembenéznük a szülők számára.

II. Szakirodalmi áttekintés

II.1 A nevelés meghatározása

Már az őskor óta létezik a nevelés, mint emberi tevékenység. Azonban idő múlásával mindig változott és habár bizonyos területeken azonosságot fedezhetünk fel, különböző formái alakultak ki. Ami, azt is jelentette, hogy más és más megfogalmazást alkottak a nevelés meghatározására. Hiszen nevelés gyakorlati szempontból fontos tisztázni a nevelés fogalmát (Gombocz, 2014).

Ezen tevékenységgel a felnőtt társadalom a fiatal generációt segíti a társadalomba való beilleszkedésében, olyan személyiségjegyeket alakítanak ki, melyekkel képesek lesznek a társadalom folytonosságának, fejlődésének biztosítására. Ebből adódhat az a változás, mely a nevelés meghatározásában történt a kezdetektől fogva. Hiszen az emberiség is folyamatosan átalakul. Az eddig írtakból össze is áll a legáltalánosabb meghatározása a nevelésnek, ami szerint ez egy konkrét emberi tevékenység során történő személyiség alakítása, formálása (Gombocz, 2014).

Wolfgang Brezinka hasonlóképpen vélekedett róla: „Nevelés alatt azok a társadalmi cselekvések értendők, amelyek által az emberek megkísérlik más emberek pszichikai diszpozícióinak rendszerét valamely tekintetben tartósan javítani, az értékesnek ítélt összetevőket megőrizni. A fogalom tartalmát legrövidebben így lehetne meghatározni: Nevelésként értelmezhetőek azok a cselekvések, melyek által az emberek megkísérlik, hogy valamilyen módon befolyásolják a másik ember személyiségfejlődését” (Gombocz-Trencsényi, 2007).

II.2 A nevelés alkalmazása, jelentősége a történelem során

Ahogy már említettem az ősidők óta jelen van a nevelés, mint emberi tevékenység. Ekkor még a hagyományörzés, a tapasztalatok átadása volt a fő cél. Az ember a természettel összefonódva élt és nevelődött, a gyakorlati készségeket a gyerekeket anyjukat, apjukat utánozva sajátították el. „A nevelés alapformái az élet egészébe integrálódtak. Kezdetben nem létezett elkülönült oktatás nevelés; a tanításnak, tapasztalatátadásnak ezt a primitív formáját maga a társas élet kényszerítette ki.”

Az ókortól számítva már egyre változatosabb nevelési formák alakultak ki világszerte. Egyiptomban a gyerekeknek minél gyorsabban, az örökkévaló normák szerint felnőtté kellett válniuk.

Ebbe beletartozott az istenektől származó igazság ismerete, a művelt beszéd és a művészet tudása is.

Kínában a hagyományoknak volt nagy kultusza. A lakosság nagy százalékának a családi neveléssel kellett beérnie, mivel nem tudták megfizetni az iskoláztatást. Így otthon a szülők, feltétlen engedelmességet tanítottak a gyerekeknek a feljebbvalók és idősebbekkel szemben.

Az antik görögök is otthon nevelték gyermekeiket, és itt is fontos volt az idősebbek tisztelete. A fiúk számára a legfontosabb az volt, hogy jól küzdjenek és a szónoki képességük is megfelelő legyen. A lányokat pedig állhatatosságra és házastársi hűségre nevelték elsősorban.

A spártai és athéni nevelés számottevő volt ezekben az időkben. Spártában csak az erős csecsemőket nevelték fel, mert úgy gondolták csak belőlük válhat jó harcos. Az egyéniséget teljes mértékben elnyomták és fanatizmusra nevelték a gyermekeket. Azonban itt még felnőttkorban is folytatódott a nevelés és a lányokat is szinte egyenértékűen nevelték. A spártaiak egy zárt életmódra és állandó harci készülségre tanították a fiúkat, lányokat egyaránt.

Athénban is nagy hangsúlyt fektettek a testi nevelésnek, hiszen a görögök azt vallották, hogy ép testben ép lélek. Ezenfelül minden gyermeket jó poliszpolgárrá neveltek, amihez hozzátartozott a szakmai és az általános műveltség, melyek apáról fiúra szálltak, illetve a lányok csupán a háztartási és gazdasági ismereteket tanulhatták el az anyjuktól. Továbbá 7 éves kortól már magántanítókhoz kerültek a gyerekek, hogy a családi nevelést folytassák és plusz képzésben részesítsék tanítványaikat. Fontos volt a jellemnek a formálása is, nem csak a tanított anyag gépies ismerete.

Az ókori Rómában kezdetekben a család nevelte a gyermekeket. Születése után az édesanya kezdte el nevelni, egészen 7 éves koráig. Ez idő alatt tanult vallásról, ősi hagyományokról és a fegyelmezett magatartás normáit is. Mindezt természetesen egy anyai, szeretetteljes, gondoskodó légkörben. Hét éves kora után az édesapja

vette át a nevelést, oktatást. Az íráson, olvasáson és számoláson túl szabályokat és római kötelességet tartalmazó törvényeket sajátítottak el ekkor a gyermekek. Ekkor a családi nevelés mellett két másik színtere is volt a fiúk nevelésének, az egyik a Fórum volt, ahova a serdültebbeket vitték el az apák, hogy bevezessék őket a politikai életbe. A másik színtér a katonaság volt, ahol a katonai kötelességeket tanulták meg.

A középkorban jelent meg a lovagok nevelése. A nemesi származású lovas katonákat nevezték lovagoknak, akik a hűbérúrnak felajánlott hűségért cserébe földbirtokot kapott.

Habár az őskeresztények elutasították a testi erőt, a harcedzettséget, ismét érték lett. Egy jó lovag lelki tulajdonságai hasonlítottak a spártai férfiak esetében ismert erényekhez, mint például a kitartás vagy a halál megvetése. De ezeken túl jellemezte őket a hűség, nagylelkűség/lovagiasság és a nők feltétlen tisztelete. A leánygyermek többsége apácakolostorban vagy fűúri lovagvárban nevelkedett már fiatalkorától. Mivel 12 esztendő körül már férjhez adták őket, így hamar meg kellett tanulniuk a várúr nő vezetésével mindent egy feudális udvarház vezetéséhez.

A reneszánsz megtartotta a skolasztikusok organikus világgképét, azonban a középkorhoz képest átértelmezte, más hangsúlyokkal látta el és az embert tette középpontba. Ez az irányzat a humanizmus volt. Több humanista gondolkodónak meg volt a véleménye arról, hogy hogyan is kellene nevelni a gyermekeket és mikre fontos figyelni közben. Egy volt közülük az itáliai származású Rotterdami Erasmus, aki úgy vélte, hogy a kisgyermek nevelésében való felelősségét a szülők másnak át nem adhatják. Szerinte a gyermek- és az ifjúkorban a legalkalmasabb nevelni, mivel egy potenciális alaktalanság korszaknak vélte. Ugyanis úgy vélte, hogy a nevelő formálja a kisgyermeket, hiszen ebben a korban még sok mindent utánzással tanul. Továbbá az ismeret átadásán túl, erkölcsi gyarapítást is jelentett neki a nevelés.

A 17. században többféle gyermekfelfogást határoztak meg, a neveléstörténetéből kiemelkedő személyek. Az egyik ilyen gondolkodó Comenius volt. Aki hangsúlyozta, hogy az ember nevelhető és nevelni is kell már ifjúkortól kezdve. Fontosnak tartotta a szülők szerepét is, azonban úgy vélte, hogy mihamarabb képzett tanítók kezébe kell adni a gyermeket, mert kevesen értenek a gyermekneveléshez. Mindamellett, olyan alapelveket határozott meg, melyeket mai napig követnek a nevelés során. Ezek a szemléletesség, a tudatosság, a következetesség, a rendszeresség és a fokozatosság. Az egyik legjelentősebbnek az érzékszerveken alapuló nevelést tartotta. Tehát azt vallotta, hogy a gyermekeknek maguknak kell megtapasztalniuk, érzékelniük a körülöttük lévő világot és a természetet.

Jacqueline Pascal a bentlakó iskolások (Port Royal iskola) számára írt szabályzatban fogalmazott meg egy lényeges dolgot, mellyel kapcsolatban már őt megelőzve Comenius és Montaigne is szót emelt. Ez pedig a gyermekek babusgatása volt, melyet kifejezetten elleneztek.

Ezeket követően a felvilágosodás (empirizmus, szentimentalizmus és racionalizmus) korában jelent meg a gentleman-nevelés, melyet John Locke fogalmazott meg. Egy úriember nevelésének nem az volt a célja, hogy egy külső megfelelést érjenek el, a társasági kapcsolatok szabályainak megfelelően, sokkal inkább egy sajátos belső indítást alakítottak ki. Fő célok voltak a praktikus ismeretek megszerzése, az erős és egészséges test, illetve az erényes, vallásos lélek. A Gondolatok a nevelésről című könyvében bontakoztatja ki ezen célokat. Az elején a szülőknek részletes gyakorlati tanácsot ad, hogyan őrizhetik meg gyermekük egészségét. Legfőképpen a dédelgetés ellen szólalt fel, ahogy azt már őt megelőzve többen is megtették. Ő azért hangsúlyozta ezt nagyon, mert úgy vélte, hogy a testi egészség úgy őrizhető meg a legkönnyebben, ha nevelés során nincs a gyermek babusgatva és megszokja például a lyukas cipő segítségével megszokja a nedvességet a lába. A testi nevelést követően az erkölcsi nevelést is kiemelkedően fontosnak találta.

Azonban úgy vélte, hogy a megfelelő tisztességes gyermek nevelése magánnevelővel lehetséges, mivel nyilvános iskoláztatás során a társaiktól durvaságot tanulhatnak. Fontosnak találta a lélek megerősítését és a szigorú nevelést. A verést elítélte és csak a legvégső esetben találta alkalmazhatónak, de a fegyelmezett nevelés híve volt, mivel úgy tartotta, hogy még fiatalkorban lehet a legtöbbet formálni a gyerekekben és ehhez szükséges ez a stílus. Továbbá kiemelkedő volt számára, hogy személyes példaadás módszerét alkalmazzák, hiszen a cselekedetekkel is hatni kell a gyermekekre nem csak szavakkal.

Rousseau elhatárolja magát Locke gondolataitól, azonban mind a ketten a gyermek megfigyelésére alapozzák a pedagógiájukat. Az *Emil*, avagy a nevelésről című regényéről sokan azt gondolják, hogy útmutató a neveléshez, azonban maga is elismerte, hogy ezek csak eszmények és nincs rá esély, hogy Emilt neveljünk. Azonban ezen eszmények alapján az egyik legfontosabb, hogy a gyerek, gyerek lehessen és legfőbb cél, hogy boldog legyen. Ebben a regényében csúcspontot ki a reneszánszban kezdődő folyamat, már nem az elsajátítandó műveltség volt a középpontban, hanem a gyerek. Éppen ezért fontosnak tartotta, hogy ismereteket kellene szerezni a neveltjeikről a nevelőknek és valakinek arról írni egy értekezletet (Pukanszky-Németh, 1996). Mindemellett fontosnak találta, hogy ne racionális érvekkel, hanem érzésekkel hasson rá, melyet a következő soraiban kibontakoztat: "A szellem hangja a szíven keresztül szóljon, mert csak így talál meghallgatásra. A hideg érvek meghatározhatják véleményeinket, de cselekedeteinket nem; elérhetik, hogy higgyünk, de azt nem, hogy cselekedjünk." (Rousseau, 1957, 380.).

Továbbá a külső hatásokat károsnak ítéli meg, ezért úgy véli, hogy egy „fallal” kell körbe venni a gyermeket, mely megvédi őt ezektől.

Regényében öt részre osztja a fejlődés szakaszait. Az első a testi nevelés, körülbelül 2 éves korig. Ekkor meghatározónak tartja, hogy az édesanyák gondozzák és táplálják kicsinyüket, ne adják dajkák kezébe. Illetve az apák feladata nevelni őket. A következő az érzékszervek nevelése, mely során magánnevelőt javasol a gyermek számára, amennyiben az édesapa nem vállalja a nevelő szerepét. A

magántanítóra a beszéd megjelenésétől fogva van szükség, azonban az erkölcsi nevelést csupán a konkrétum szinten kell tartani. A büntetés is mindig az elkövetett tett következménye legyen.

12 és 15 éves kora között az értelmi nevelés kerül előtérbe. Hiszen ekkora felébred bennük a kíváncsiság a körülöttük lévő világ iránt. Mindazonáltal fontos, hogy tapasztalat útján ismerjék meg a természetet és a tudományokat. A negyedik rész az erkölcsi nevelés, melyet házasságkötésig javasol. Eddig a társadalomtól elszigetelve nevelődött, azonban 15 éves korától vissza kell neki térnie és megtanulnia közöttük is élnie, amihez továbbra is szüksége van a nevelőjére. Az utolsó szakaszban a nőnevelésről ír. Ebben a tekintetben elmaradott módon gondolkozott, a meghatározása alapján kicsit mindig kiskorú marad a nő. Hiszen eleinte apjának, majd később a férjének lesz alárendelve (Pukanszky-Németh, 1996).

II.3 A nevelés lélektana

A neveléslélektan az egyik legfontosabb terület a pszichológián belül. Több mindent tárgyal, ezek között a nevelést és a felnevelkedést, a szocializációt és az utat, mely a gyerekeknek a felnőttiséghez vezetnek. Így feladatai közé tartozik a különböző emberek vizsgálata, akik valamilyen szocializációs szerepet töltenek be a gyermek életében. Azonban tágabb értelemben a neveléslélektan a felnőttek viselkedéskorrekciójára is kiterjedhet.

Bár különböző módokon, de minden szülő az általa megítélt legjobb elveket próbálja érvényesíteni a gyermeke nevelése közben. Fontos, hogy a szülői bánásmód különböző elemei kihatással lehetnek a gyerek fejlődésére és szocializációjára.

A szülői attitűdöket nevelés terén különböző kérdőívek és interjúk segítségével mérték. Interjúk módszert alkalmazott például Sears és a munkatársai. Az ő feltárásuk mai napig kimagasló, melyben az adatok segítségével tudtak meghatározni kategóriákat, mint például a

büntetéssel kapcsolatos vélemények (Vajda-Kósa, 2005). A korai vizsgálatok során összefüggéseket írtak le a szülő által nyújtott szeretett és az általa alkalmazott büntetési módok között. Az elutasító szülőt hatalomhangsúlyozóként, míg az elfogadó szülőt szeretetre irányuló figyelmezőként jellemezték (Becker, 1964).

A továbbiakban három gyermeknevelési modellről írok részletesebben. Az első a Becker -féle modell, melyet Becker és Schaefer serdülőkkel készített interjúk alapján készítették. Így fogalmazták meg az érzelmi és kontrolldimenziót, a szülői attitúd és magatartás alapvető két tényezőjét elkülönítve.

Az érzelmi dimenzióban a már említett két szülőtypus a két végpont. Az egyik az elfogadó, szerető szülő, a másik pedig az elutasító szülő. Nem számított újdonságnak, hogy a szülői szeretetnek része van a nevelés hatékonyságában, de az már igen, hogy a meglétét vagy hiányát a büntetés módjával hozta kapcsolatba. A hideg, elutasító szülő hatalomhangsúlyozó büntetést alkalmaz, mely során az érzelmi zsarolástól a kiabáláson keresztül a fizikai büntetés bármely válfajáig bármilyen lekicsinylő, megszegyenítő büntetésről beszélhetünk. Ezzel szemben az elfogadó szülő érvel és/vagy megmagyarázza rosszallását és a tetteket minősíti, nem pedig a személyét a gyermeknek. A hatalomhangsúlyozó és a szeretet hasznosító büntetés is kihatással van a szocializációra. Az előbbi esetében a gyermek minél inkább próbálja kerülni a büntetést, azonban az agresszió megjelenhet és minél kisebb eséllyel van büntetve, annál jobban nő a szabályszegés valószínűsége. Azonban amikor nem a gyermek személye, hanem a tettei ellen irányul a büntetés és mindez szeretetteljesen, akkor a gyermekben nő az önkritika, a felelősségvállalás és kevésbé valószínű az agresszió megjelenése.

A másik dimenzió, a kontrolldimenzió az engedékenységet és a korlátozást veti össze. A korlátozó szülő gátlásokat épít a gyermek viselkedésébe, amíg az engedékeny szülői magatartás gátlástalanítja a gyermek hozzáállását. Ezeknek a mértéke különböző következményekkel járhatnak. Illetve habár egymástól független a két dimenzió, abban a tekintetben, hogy egy elfogadó szülő, lehet

kontrolláló vagy engedékeny is, mégis a gyermek fejlődésében együtt nézve más-más hatásai lehetnek. Ez alapján a beckeri modellben a következőket írták le várható hatásként: egy kontrolláló, szerető szülő egy tekintélytiszteelő, nem agresszív, lelkiismeretes és jól nevelt, konformista gyermeket nevel nagy valószínűséggel. Egy engedékeny, szerető szülő egy kezdeményező, barátságos, kreatív és vezető személyiséget fog nagy eséllyel nevelni. Az elutasító szülő esetén mindenképpen megjelenik az agresszió, amíg az engedékeny típusal keveredik a gyermek feltételezhetően nyíltan lesz erőszakos, továbbá az antiszociális viselkedés és a bűnözői magatartás jellemezheti. Viszont a kontrolláló szülő típussal keveredve a gyermek szorongóvá válhat, jellemzően barátságatlan és boldogtalan, illetve a szuicid hajlam is megjelenhet.

Becker modelljét követően több új modell is készült, melyekben a szülő válaszolókészségének lényegességéről írtak. Ilyen volt például a Baumrind modell is, amikor is vizsgálsorozatokból vontak le következtetéseket. Négy szempontot vizsgálva (mennyire érzelmentelen gondoskodnak, mennyire kontrollálóak, mennyire várják el az érett viselkedést és milyen a kommunikációjuk gyerekükkel), állapítottak meg háromféle típust. Az első a tekintélyelvű, aki elvárja a szabályok betartását. Szerinte a gyerekeknek kötelességei vannak, a szülőnek pedig jogai. A második típus az engedékeny, aki szerint a gyerekeknek vannak jogaik, így nem követel meg felelős viselkedést és elfogadja gyermeke óhajait. Végül a harmadik gyerekcentrikus és követelő egyben, ők a mérvadó szülő. Ő megköveteli az otthoni szabályok betartását, de hajlik az engedékenységre. Ebben az esetben úgy vélik, hogy a gyerekek és a szülőknek egyaránt vannak kötelességeik és jogaik. Baumrind gondolatai arra engednek következtetni, hogy a melegségnek és a kontrollnak egy harmonikus párosítása egészséges szocializálódáshoz vezethet. Önmagában egyik sem vezethet kedvező következményhez.

Az utolsó modell, Maccoby és Martin komplex modellje. Ők Baumrind -féle gondolatokat kiegészítették a beckeri dimenziókkal, így alkotva egy negyedik -féle szülő típust. Ez az elhanyagoló szülő,

akik mindent megtesznek, hogy minimális energiabefektetéssel neveljék gyermekeiket. Ők teljesen szülőközpontúak és általában nem sok mindent tudnak a gyermekükről.

Ezen modellek egyirányúan, a szülő jellemvonásait vizsgálva mutatták meg, hogy milyen hatással lehetnek a gyermekek szocializálódására, fejlődésére.

Ahogy az már az előzőekben is olvashatóak voltak, kiemelkedően fontos szerepet játszanak a szülői attitűdök a gyermek fejlődésében. Most nézzük meg részletesebben, hogy konkrétan milyen szerepet játszanak az anyák és az apák a gyermeknevelésben.

Először az anya, akinek már a gyermek megszületése előtt is fizikai kapcsolata van vele és születés után a csecsemő tehetetlenségéből adódóan ragaszkodik édesanyjához. Az anya szerep fontosságát mérő kutatások eredményei arra engednek következtetni, hogy az anyai interakciók nagyobb hatást gyakorolnak a gyermekek értelmi fejlődésére, mint az apai interakciók (Vajda-Kósa, 2005). Brody és Shaffer vizsgálták, hogy az anyai fegyelmezési módszerek milyen hatással vannak a gyermek erkölcsi viselkedésének egyes aspektusaival. A szeretetmegvonást, a hatalomgyakorlást és a magyarázatot öt csoportban vizsgálták: az erkölcsi érvek érettsége, a kihágás bevallása, büntudat, ellenállás a kísértésnek és a nagylelkű késztetések. A hatalmi fellépés esetében nem volt összefüggés az erkölcsi érettséggel, viszont a szeretetmegvonás esetében már összetettebb helyzet állt fel, mindazonáltal itt sem volt számottevőek az összefüggések. Ugyanakkor a magyarázat módszert alkalmazva (az ellenállást a kísértésnek kivételével), magas szinten összefüggést tanúsított az érett viselkedéssel (Shaffer – Brody, 1984).

Megfigyelések erősítik meg, hogy az anyáknál a támogató, megerősítő attitűd dominál, míg az apák stimuláló szerepet töltenek be (Roediger et al. 1984). Azonban az anyai és apai magatartás a gyermek teljesítménymotivációjára is kihatással van. Egy kísérlet során gyerekek nyomasztóan nehéz feladatokat kaptak, a szülők jelenlétében. Amikor az anya láthatóan a teljesítést tartotta fontosnak,

és az édesapa barátságos támogatást nyújtott, a gyermek motivált volt és jól teljesített. Azonban amikor az apát szemmel láthatóan zavarta, hogy a gyermek nem teljesít megfelelően, azok a gyerekek rosszabbul is teljesítettek, sőt az apák hajlamosak voltak a gyermek helyett megoldani a feladatokat (Shaffer, 1985).

Egy kutatás bizonyította, hogy az anyák közel háromszor annyi időt töltenek gyermekeikkel, mint az apák. Az eredmények azt mutatták, hogy az apák bevonódása a nevelésbe függött a házasságuk egyéb tényállításaitól. Mindazonáltal kiemelkedő szülői érték volt az 1900-as évek elején az apák példamutatása fiaik számára (Vajda – Kósa, 2005).

A lelki egészség védelmére szakosodott emberek már többször felvetették, hogy házaspárokat a családi életre, kifejezetten a gyermeknevelésre fel kellene készíteni, mert sok zavar és feszültség miatt a gyermek fejlődése láthatja kárát. Nehéz megtalálni az egyensúlyt a túl óvás és a szabadság, rugalmasság között.

A gyerekek szerepet tanulnak a körülöttük lévőkötől, elsősorban a szülőkötől. Ez a legjelentősebb szocializáló erő. Ez egy automatikus, észrevétlen folyamat, mely során a gyermek kialakítja a saját szerepvitelkedés készletési szerkezetét és formai mintáit. Ez az azonosulás, úgymond a szülői személyiségnek egyfajta reprodukálása, 4-7. életév között a legintenzívebb, idősebb korban a már meglévő személyiségjegyek fejlődnek tovább.

Ezen szerepek elsajátítása során sokféle zavaró tényező is felléphet. Ilyen például, ha a szülő is tökéletlenül sajátította el az adott szerepeket vagy ha csonka családban nevelkedik a gyermek és nem lát egy mintát. Továbbá sokat számít, hogy mennyire nyitottak vagy zártak a családok. A szocializálódás kárára mehet, ha túlságosan elzárkóznak és csak a szülők jelentenek modellt a gyermek számára. Azonban a másik véglet se kedvező, így a kettő között átlagosan nyitott családok jelentik az egészséges szocializálódást.

Már az első években kifejezetten fontos a kommunikáció, (részben a beszédtanulás miatt) a gyermek megfelelő fejlődéséhez. De

nem csak a verbális kommunikáció, ugyanis a nonverbális kommunikációval is sok mindent ki lehet fejteni és később a gyermek ezek által tanul attitűdöket és értékeket, illetve felnőtt viselkedésmintákkal fog tudni megtanulni új szociális szerepeket. A nonverbális kommunikáció megfelelő ismeretével válhat igazán empatikussá a gyermek. Hiszen, ha eléggé érzékeny mások metakommunikációjára, nemverbális jelzéseire, akkor képes magában rekonstruálni a másik érzelmi állapotát (Buda, 1995).

II.4 Dr. Shefali Tsabary: A tudatos szülő

Tsabary (2013) már az előszó során kifejti, hogy tökéletes nevelés nem létezik. Továbbá, hogy egy tudatos szülő minden tőle telhetőt megtesz, és az eredményes gyereknevelés érdekében a saját fejlődéséért is tesz.

Elsősorban arra hívja fel a szülők figyelmét, hogy sokan képesek saját elvárásukat a gyermekbe nevelni, gondolataikat rájuk erőltetni ahelyett, hogy a gyermek szükségleteit vennék figyelembe. Ezenfelül hajlamosak a szülők a saját teljesítésüket elvárni gyermeküktől, vagy abba az irányba orientálni gyermeküket, amiket ők szeretnek és amikben ők jól teljesítenek. Mindazonáltal, ha valamiben nem teljesítettek jól fiatalkorukban, saját gyereküket is féltik attól a tevékenységtől és mindent megtesznek, hogy az általa elképzelt kudarctól megvédje gyermekét. Azonban mindezt nem a szeretet hiánya miatt tesszük, a legtöbb szülő valóban jót akar, viszont a tudatosság megléte nélkül saját akarataikat erőltetik gyermekükre. Ezek a tudatlanságból eredő tettek nemzedékről nemzedékre öröklődhetnek, amíg meg nem szakítják azt.

A szülő egy tükörként szolgál a gyerek számára, ugyanis akár egy szivacs mindent magukba szívnak és azokat az attitűdöket veszik át, melyek a szülőkből formálódtak az évek alatt és ezeket a magatartási formákat akár egész életükön át hordozni fogják. Ez miatt

képesnek kell lenniük az önvizsgálatra és végig gondolni, hogy mit is szeretne csemetéje irányába tükrözni, vagy mi az amit ne vegyen át tőle. Az író meglátása szerint nem a gyermek nevelése az elsődleges, sokkal inkább a szülők önfejlesztése, saját gondjaikkal való szembe nézés. Véleménye szerint ahhoz, hogy valaki tudatos szülővé válhasson nem a gyors eredményt ígérő könyvekben kell keresni. Sokkal inkább a szülő-gyermek kapcsolaton belül kell keresni a válaszokat és a mindennapi interakciókban meg kell látni a lehetőséget, hogy előrehaladást érjen el az önmeghatározás, a rugalmasság és a tolerancia terén.

Vannak szülők, akik hajlamosak rá, hogy mindenképpen valami miatt különlegessé neveljék gyerekeiket, hogy aztán ők is különlegesnek érezzék magukat. Ezt a kiváló teljesítést egyfajta elvárásként állítják a gyerekek előtt, melynek ők feltétlen szeretnének eleget tenni. Ez főképpen azért lehet, mert képesek mások gyerekeihez hasonlítani, saját csemetéjüket és így egy versengésbe helyezik gyermekeiket. Amikor egy ilyen teljesítés orientált világba nevelik őket, a gyermekkor elveszik és nem tudnak gyerekek lenni.

Kiemeli azt is, hogy a szülőknek fontos lenne megtanítania a hétköznapiságot szeretni, mert hatalmas nyomást helyez azzal a gyerekekre, ha mindig kimagaslót kell nyújtania. Hiszen így a gyerek minid csak a jobbat és a nagyobbbat hajszojja majd és a későbbiekben mindig azt figyelni majd, hogy mi az, ami nincs előtte, nem pedig azt, hogy mi az, ami már megvan neki.

Ahogy már korábban is említettem, a gyerekekkel szemben képesek a szülők irreális elvárásokat állítani, amiket mellőzni kellene. Mivel, ha ezeket az elvárásokat érzékeltetik a gyermekkel vagy sokkal inkább a csalódottságot, amit azért éreztetnek, mert a csemete nem úgy teljesít valamiben, ahogy ők azt megálmodták, megkövetelnék, akkor arra kondicionálják őket, hogy tetteikben mindig a hiányosságot keressék. Így alakulhat ki bennük az önbizalomhiány, a nyugtalanság és a tétovaság. Ezért fontos, hogyha vannak is elvárásaik, azokat tartásukban és ne erőltessenek olyanokat a gyerekekre, amiktől szorongás alakulhat ki benne, mert lehet nem úgy teljesít, ahogy azt

elvárják, vagy mert egyáltalán nem is szereti csinálni az adott tevékenységet, csak próbál megfelelni. Ugyanis ilyenkor olyan irreális elvárások elé állítják a gyermeket, amitől azt érezheti a tökéletességre kell hajtania. Pedig nem létezik tökéletes ember és fontos megmutatni a gyerek számára, hogy nem baj, ha nem mindenben hibátlan.

A gyermek hatéves koráig nem kell, hogy mással foglalkozzon, csak a játékkal és a kalandokkal. Tehát azzal, hogy gyerekek legyenek. Hagyni kell őket rajzolni, barátokkal lenni, gyurmázni vagy homokozni. Engedni, hogy a fantázia világában barangoljanak, hadd kövessenek el hibákat, hadd lehessenek szabadok.

Kifejezetten fontosnak találja Tsabary a mesélést. Nem csupán a felolvasást, ami már előzőekben előkerült, mivel a beszédtanulásban is meghatározó. Azonban azt hangsúlyozza a könyvben, hogy a gyerekeknek sokat segít az érzelmi fejlődésben, ha olyan történeteket mesélünk nekik, amikben ők a szereplők. Ezzel hatékonyabban értik meg a történetek tanulságát, másrészt a családban és az életben betöltött szerepükben is segítünk narratívát alkotni.

Azt is kiemeli, hogy mennyire fontosak a bizonyos korlátozások, itt értve például az otthoni szabályokat, illetve az, hogy a nevelésnek ennek a részénél késlekedés nélkül, ellentmondást el nem tűrő módjára kell fellépni a gyerekekkel szemben. Ezzel őt is védeni, hiszen a szabályok nem véletlenül léteznek.

„A tudatos nevelés nem a folytonos édelgésről és a túláradó érzelmekről szól. Nem jelenti azt, hogy zöld utat adunk gyermekünknek helytelen viselkedéséhez és nem kell automatikusan a sajátunk elé helyezni az érdekeit. Ugyanakkor fontos megtanítani, hogyan kell megfelelő módon kordában tartani önmagát és kezelni érzelmeit. Határozottnak lenni, nemet mondani, s ezzel kijelölni a határokat éppúgy része a jó nevelésnek, mint gyermekeink elfogadása, magunkhoz ölelése” (Tsabary, 2013, 223.).

Fontos a fegyelmezés megfelelő módja, higgadtnak kell maradni és azonnal reagálni, amennyiben valamilyen konfliktus van

kialakulóban. Ezzel formálják a gyermekek viselkedését, attitűdjét, azonban kiemelendő, hogy ezt nem lehet csak néha csinálni. Folyamatosan kell őket formálni és irányt mutatni nekik. Szülő és gyermek között óhatatlanul is alakulhat ki konfliktus, azonban ezek a helyzetek megfelelő alkalmak lehetnek a kompromisszumra nevelésre. Mindazonáltal lényeges megemlíteni, hogy a szülő-gyerek kapcsolat a tudatosság jegyében nem egy hierarchiára épül, így a fegyelmezés során is szem előtt kell tartani, hogy ne büntetés és engedelmesség íze legyen a fegyelmezésnek, hanem a megfelelő ítélőképesség tudjanak általa jutni. Ezért talán jobb elnevezés lenne a magatartás formálás, mely hangzására is pozitívabb hatású (Tsabary, 2013)

II.5 A digitális oktatás, mint új nevelési helyzet

Az elmúlt évek folyamán már több kutatást végeztek, a Covid19-vírus miatt kialakult digitális oktatással kapcsolatban. Hiszen pillanatok alatt változott meg az oktatás, amihez nem csak a pedagógusoknak és a diákoknak, de a szülőknek, a családoknak is alkalmazkodniuk kellett. Mindazonáltal a család szempontjából kevesen vizsgálták a helyzetet.

Az online oktatás előtt a szülők feladata kimerült a törődésben, a kikérdezésben. Azonban ezekhez nem volt szükség digitális kompetenciára (Bencéné, 2021).

2020 áprilisában készült egy reprezentatív kutatás, mely során a családok helyzetét mérték fel a karantén ideje alatt. Ennek a tanulmánynak az eredményei arra is rámutattak, hogy az összezárt családok körében megnőtt a közös programok, étkezés, szabadidős tevékenységek száma. Habár fontosnak találták, hogy nyomon kövessék a gyermek tanulmányait, mégsem ez volt a középpontban. Mindazonáltal a válaszadók 40%-ánál gyakoribb lett a közös tanulás,

habár ez a kisebb gyerekek körében volt jellemzőbb, az idősebb gyerekeknél csökkenést mutatott (Engler, 2020).

Nem csupán a gyermekek számára jelentett nehézséget ez a helyzet, melyre 2020 tavaszán, Szilveszter Áron és munkatársai által végzett kutatás rávilágít, hogy a szülőknek is több szempontból alkalmazkodniuk kellett. Azt kutatták elsősorban mely tényezők jelezhetik előre a tanulás sikerességét (szocioökonómiai státusz, háztartási rendezettség, otthoni rutin vagy az, hogy a gyerekek mennyi energiát ölnek a tanulásba). Arra az eredményre jutottak, hogy a megfelelő adaptáció volt a legfontosabb a digitális oktatás során. Azonban arra is rámutattak, hogy a családoknak rugalmasnak kellett lenniük, hogy ki tudják alakítani az új szokásrendszert, hiszen ez kihatással volt a gyerekek motivációjára és a tanulásba fektetett energia mértékére (Szilágyi et al, 2021).

A hazai és külföldi kutatásokat nézve, egyértelművé válik, hogy aktív tagjai lettek a szülők a távoktatásnak. Azonban az is kirajzolódik, hogy a szülők számára egy nagy kihívás volt több szempontból is ez az új szerep (Bencéné, 2021).

Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért felmérésében, melyet 2020 januárjában végeztek, arra is fény derül, hogy a szülők mely téren fogadnának el esetleg plusz segítséget, amit a gyermekükkel kapcsolatos tevékenységek miatt igényelnek. A leginkább a média használatban való segítséget és a pedagógusokkal való több kommunikációra volna szükségük. Továbbá az otthoni tanulásban is örülnének a segítségnek, mely a módszertani ismeretek hiánya miatt jelenthet számukra problémát.

Egy a jelenléti oktatás alatt készült vizsgálat alapján, kijelenthető, hogy a kutatásban részt vett szülők, sok időt fordítanak, hogy segítség gyermekeik tanulmányait. Rendszerint segítenek nekik tanulni, azonban az önálló tanulásra nevelik őket.

Ahogy már korábban is említettem, fontos, hogy minél több, minőségi időt töltsenek a szülők gyerekeikkel. Ennek a kutatásnak az eredménye azt mutatja, hogy a válaszadó szülők, nem csak a

tanulmányok miatt töltenek időt gyermekeikkel, de a családi beszélgetések is teret kapnak, az egyéb közös programokkal (olvasás, játék, szabadidős programok) együtt (Engler, 2021).

A fenti kutatások alapján elmondhatjuk, hogy a családok számára a digitális oktatás megjelenése, egy olyan új kihívás volt, melyhez nem csak alkalmazkodniuk kellett, de szükségességét érezték a szülők a saját kompetenciájuknak a fejlesztésére, hogy tudjanak segíteni a gyermekek számára és az otthoni nevelő szerepbe bele tudjanak illeszkedni. Másrészt a bezártság segített egy nagyobb problémán, melyet már Dr. Buda Béla is említett A személyiségfejlődés és a nevelés szociálpszichológiája című könyvében. Mely a gyerekkel töltött idő volt, hiszen könyvében is részletezte, hogy habár az anyák több időt töltenek gyerekeikkel, az akkor se feltétlen elegendő és minőségi időtöltés. Azonban a fenti kutatások alapján a bezártság során ez is megváltozott és egyre többször étkeztek együtt, vagy csináltak valamilyen szabadidős programot.

III. A kutatás bemutatása

Ebben a fejezetben a kutatásom eredményeit fogom részletezni. Kutatásom során kvantitatív és kvalitatív módszereket is alkalmaztam. Globális szinten vizsgáltam online kérdőív formájában a szülők tudatosságát, felmértem, hogy ki és milyen úton informálódott a gyermeknevelésről és mennyire hatékony a módszere. A mintavétel nem reprezentatív (n=50).

A másik kutatási módszerem a félig strukturált interjú volt, melyet az egyik helyi óvodai intézményvezetőjével készítettem, aki több, a tudatos neveléssel kapcsolatos továbbképzést végzett el. Az interjú folyamán kifejti többek között, hogy számára mit is jelent a tudatos nevelés, a gyerek-szülő kapcsolatról és a gyermek fejlődéséről is.

III.1. A szülői kérdőívek

III.1.1 A válaszadók

A kérdőívet 50 ember töltötte ki. A válaszadókat nem, életkor, végzettség és a gyermekek száma alapján csoportoztam. Ezek alapján elmondható, hogy többségében nők töltötték ki (58%), azonban férfi kitöltő is volt szép számmal (42%). Az életkor egy kicsit jobban megoszlik, a kitöltők fele 41-50 év közötti, azonban 31-40 év közötti (30%) és 50 év feletti (12%) is többen kitöltötték. Illetve volt 4 személy, aki 20-30 év közötti.

A válaszadók többségének (82%) érettségije vagy magasabb végzettsége van. A szakmunkásképző és a technikum 8-8%-kal oszlik meg, azonban volt egy kitöltő, akinek a képzettsége 8 általános.

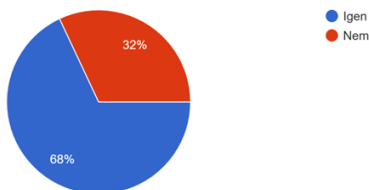
Zömében egy (28%) vagy két (50%) gyerekük van, viszont az 50-ből 11 embernek 3 vagy több gyermeke van.

III.1.2 A szülői kérdőív eredményei

Először arra kérdeztem rá, hogy informálódtak-e a gyermeknevelésről a gyermekük születése előtt vagy éppen utána. Továbbá amennyiben igen, akkor milyen módon tették azt. A válaszadók nagyobb százaléka, egészen pontosan 68%-uk igennel válaszolt (1.ábra). Így elmondhatjuk, hogy a többség fontosnak találja, hogy tájékozódjon a témában.

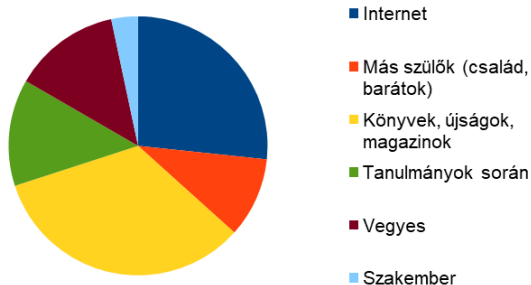
Gyermeke születése előtt/után olvasott-e gyermek nevelési könyvet vagy próbált-e más módon több ismeretet szerezni a nevelésről?*

50 válasz



Arra a kérdésemre, hogy mit olvastak, vagy kiket kérdeztek a gyermekneveléssel kapcsolatban 34-ből, csak 30 válasz érkezett, de így is változatos eredményeket kaptam (2.ábra).

Kategóriákra bontva a legtöbb szülő, egészen pontosan a kitöltők 33,3%-a könyvekből, újságcikkekből vagy pedig magazinokból tudakozódik. Több könyvet is megneveztek, melyekből nevelési tanácsokat szereztek. Többen írták Dr. Benjamin Spock, Csecsemőgondozás, gyermeknevelés (1973) című könyvét. Az amerikai gyermekorvos és szakíró 759 oldalon keresztül ír egészen a csecsemő kortól fogva, a legfontosabb tudnivalókról, melyről egy szülőnek nem árt tudnia.



A WMN oldalán megjelentetett Dr. Gyurkó Szilvia cikke alapján, Spock nevelési gondolatai között vannak, melyek mai napig megállják a helyüket, azonban olyanokat is fogalmazott meg, amik nem feltétlen megfelelőek. Amiket kiemelt, hogy ő volt az, aki először buzdította a szülőket, hogy a gyerekeket szeretni kell és biztosságérzetet nyújtani nekik. Azonban nem ért egyet például azzal a gondolatával, hogy ő csak az anyákat tartotta szülőnek és apák szerepét nem vette olyan fontosnak a könyv első kiadásában (1976-ig).

Habár, csupán 4 ember tartozik bele, fontosnak tartom a vegyes kategóriát (ahova, azokat a személyeket soroltam, akik azt nyilatkozták, hogy több helyről is próbáltak információt gyűjteni), mert volt egy személy, aki könyvek és az internet segítségével is igénybe vette, továbbá egy tanító szakos hallgató, aki kifejezetten kiemelte a szakkönyveket, illetve két konkrét példát is írt. Az egyik Vekerdy Tamás: Jól szeretni, továbbá a másik Richárd Templer: Gyermeknevelés szabályai című könyve.

A második legtöbbet használt forrás az internet, melyen a válaszadók 26,7%-a nézett utána nevelési praktikáknak. Sajnos, arról nem kaptam információkat, hogy egészen pontosan milyen oldalakat találtak, így nem tudtam róla megbizonyosodni, hogy mennyire hitelesek ezek az oldalak.

Ezt követően a vegyes kategóriához hasonlóan a kitöltők 13,3%-a válaszolta azt, hogy valamely pedagógiai szakon tanul vagy tanult és

azt ott szerzett ismeretét használják. Így tehát ha hozzá adjuk azt az egy személyt, akit a vegyes csoportba soroltam, 5 emberről (a válaszadók 16,7%-a) mondható el biztosan, hogy a tanulmányaik során szerzett ismeretek segítették őket, ezáltal ismertek meg különböző nevelési szakkönyveket, módszereket.

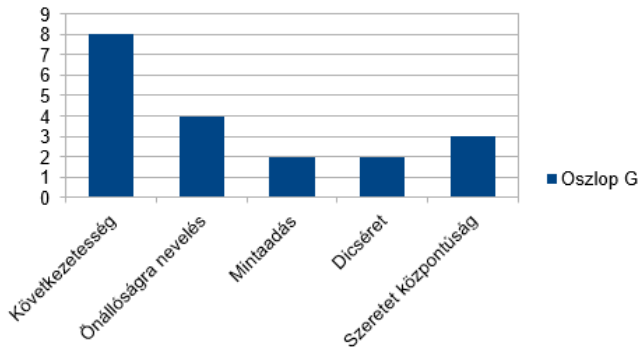
A következő az a csoport, akik sokkal inkább a családtagoktól próbálták tanulni (10%) és praktikákat eltanulni. Mely nem egy rossz dolog, azonban, ahogy már a szakirodalmi áttekintés során is előkerült, így maradhat fent több nemzedéken át egy olyan nevelési forma is, mely nem feltétlen a gyermek javát szolgálja.

Végül készítettem egy szakember kategóriát is, melybe csak egy ember tartozik. Azonban lényegesnek tartottam külön feltüntetni, ugyanis ő volt az egyetlen, aki a védőnőt is feltüntette, mint segítségnyújtó személy.

A következő két kérdésben arra szerettem volna fényt deríteni, hogy vajon a 34 emberből, akik utána jártak a gyermeknevelésnek, hány százaléka tudta hasznosítani is, illetve akiknek beváltak ezen módszerek. Illetve egészen pontosan mely módszereket építette be ezek által a nevelési stílusába. Szerencsére az igennel válaszoló kitöltők 94,1%-a alkalmazhatónak, praktikusnak ítélte meg (3.ábra). Ez azt jelenti, hogy csupán 2 ember nyilatkozta azt, hogy nem voltak hasznosíthatóak. A kérdőíveik alapján ez a két ember internetes oldalakról, cikkekből próbáltak informálódni, mellyel kapcsolatban már említettem, hogy nem feltétlen megbízhatóak ezek az oldalak.

Felsorolás szinten több mindent írtak a kitöltők, de a legjellemzőbbek a következetesség, az önállóságra nevelés, a mintaadás, a dicséret és a szeretet központúság volt. Melyek közül a következetesség volt a legkiemelkedőbb (4.ábra).

Azonban ezeken túl említették a montessori szemlélet alapjait, az indulatok, hiszti kezelését. De a beszélgetést is említette egy személy, melyet már az előzőekben több formában kifejtettem, hogy mennyire fontos, meghatározó egy gyermek fejlődésében.



4. Ábra: Hasznosított módszerek

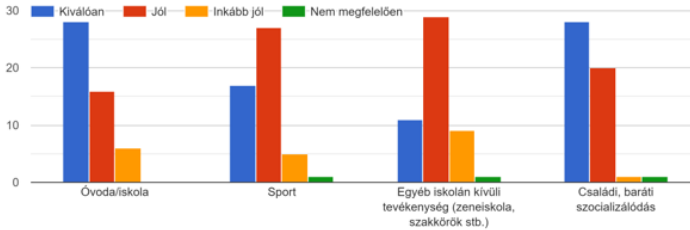
A következő kérdésben a gyermekek teljesítésére voltam kíváncsi, különböző szintereken. Mivel csak a szülők véleményét kértem ki, így nem megkérdőjelezhetetlenek az eredmények. A pontosabb értékek érdekében egy átfogóbb vizsgálatot kellene végezni, melyben nem csak a szülők, hanem pedagógusok, és akár a gyerekek is értékelik a teljesítményt és esetleg néhány gyerek esetében külön esettanulmányokat írnak a személyiségükről és a fejlődésükről.

Azonban jelenlegi kutatásom alapján a válaszadók gyermekei kiválóan vagy jól teljesítenek többségében (5.ábra)

Az óvodában/iskolában 28 kiválóan, 16 jól és 6 gyermek inkább jól teljesít. Ez alapján elmondható, hogy a válaszadók gyermekei sikeresen beilleszkedtek egy közösségbe és az ottani szabályoknak, követelményeknek is eleget tudtak tenni.

Aztán a sportok terén már van egy személy, aki nem megfelelő, azonban 27 szülő jelezte, hogy gyermeke a sportokban is jól helyt áll.

Hogyan teljesít/tejesített gyermeke az élet különböző területein?



5. ábra: A gyermekek teljesítése különböző szintereken

Hasonlóképpen oszlanak meg az arányok, az iskolán kívüli tevékenységek esetében is. Viszont a sportokkal ellentétben 17 helyett csak 11 fő teljesít kiválóan. Ami azért kiváltképp érdekes, mert amíg mozogni és sportokat kipróbálni testnevelés órának a keretei között is kell, addig az iskolán kívüli tevékenységeknek nem kellene kötelezőnek lenniük. Mindazonáltal a válaszok alapján 10 gyermek jár olyan tevékenységre, ahol nem megfelelően vagy inkább jól teljesít. Ezáltal a gyermeknek nem lesznek a tevékenységen belül sikerei. Pedig a sikerélményekre mindig szüksége van a gyerekeknek, egyfajta megerősítésképpen.

Végül arról érdeklődtem, hogy mennyire tud a gyermek szocializálódni. Erre a lehetőségre a többség kiváló (28 fő) vagy a jól opciót (20 fő) választotta. Illetve mindössze 1-1 ember választotta, hogy inkább jól és hogy nem megfelelően.

A továbbiakban arról érdeklődtem, hogy azon nevelési módszereket, melyeket ők elsajátítottak javasolnák-e másoknak és kértem őket, hogy indokolják válaszaikat. Ezáltal próbáltam kicsit mélyebb betekintést tenni, abba, hogy miért tartják ezen nevelési módszereket hasznosnak.

Azon szülők közül, akik hasznosnak találták az általuk olvasott és a saját nevelési stílusukba beépített, elsajátított módszereket, mindannyian azt választották, hogy ők javasolnák más személyek

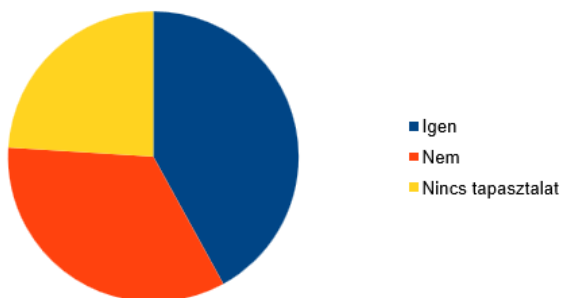
számára is ezeket. Tehát 100%-uk szerint hasznos volna, ha ezeknek mások is tudatában lennének (6.ábra). Így elmondhatjuk, hogy nem csupán beváltak számukra, de kifejezetten fontosnak tarthatják ezen elveket.

Az online kérdőív során, azon emberek is tudtak indoklást írni, akik nem informálódtak a gyermeknevelésről semmilyen úton, illetve akik megtették, de nem találták azt hasznosnak. Így nem csak arra kaptam választ, hogy miért tartják kiváló nevelési módszereknek az általuk használtakat, hanem arra is, hogy miért nem tartják jónak ezeket a nevelési sémákat vagy miért nem ajánlanának másoknak ilyeneket.

Azon szülők, akik hasznosnak és javasolhatónak tartották, ők több mindent is megemlítettek, ami miatt használják és javasolnák ezeket. Többen írták, hogy azért, mert nekik bevált és segítettek ezek a tanácsok. Illetve azt is többen jelezték, hogy mert ezek jó hatással vannak a gyermekre. Azonban vannak, akik kicsit jobban kifejtették és azért ajánlják, mert pozitív a fejlődés, hiszen ezekkel hatással vannak a személyiségfejlődésre, amit szem előtt kell tartani. Azt is kiemelték, hogy azért, mert fontos a következetesség. Mely már csak azért is kiemelendő, mert ahogy már volt róla szó, a gyermek számára a szülő egyfajta tükör, és róla veszi a példát, így a következetességet is tőle tanulja meg, így, ha a szülő nem példamutatóan következetes, akkor a gyermek magatartásával problémák lehetnek majd a későbbiekben, mert az marad meg benne, hogy ha rosszat tesz sincs semmi gond, úgysem lesz belőle büntetés. Továbbá volt egy olyan válaszadó is, aki kiemelte, hogy egy kis tudatosság nélkül nem lehet szabály- és értékrendszert kialakítani. Illetve volt, aki nem hisz a korlátozásokban, és úgy gondolja, hogy a széleskörű látásmód alapja egy megfelelő, képességek szerinti jól működő élet kialakításának. Ehhez látni, tapasztalni kell. A korlátozások ezt nem segítik.

Végül az egyik legérdekesebb és legelgondolkotatóbb válasz, ami arra enged következtetni, hogy nem ártana akár a szülőket is nevelni, az a következő volt: „Szülőknek nem születik az ember, ez is egy tanulási folyamat”.

Azonban 21 ember közül, akiknek nehézséget okozott voltak, akik példát is írtak. Volt, aki úgy érezte, hogy több türelemre volt szüksége a gyermekéhez.



7. ábra: A digitális oktatás megpróbáltatásának arányai

Aztán voltak, akik a munka miatt vagy az időbeosztás miatt tudta nehezebben megoldani ezt az időszakot. Továbbá azt is többen említették, hogy a gyerekeknek a bezártság miatt volt nehéz, ami nekik is nehezített a feladatukon, ugyanis a motiváltságukat is vissza kellett valahogy hozni, ami visszakanyarodhat ahhoz a válaszadóhoz, aki szerint több türelemre volt szükség, hiszen a motiválatlan gyermek nem szívesen ül neki az iskolai feladatoknak és ha nincs is motiválva, rendetlenkedhet.

Illetve a nemmel válaszolók között is volt egy válaszadó, aki azt jelezte, hogy maga a távoktatás során minden gördülékenyen ment, azonban azóta alakultak ki a viselkedésben problémák, mert a gyermekei azóta sokkal több időt akarnak eltölteni a számítógép előtt.

III.2 Az interjú

III.2.1 Az interjú alanya

Kutatásom során egy helyi óvoda intézményvezetőjét kértem fel egy interjúra. Az alany (továbbiakban: DK) már 40 éve van a pedagógiai pályán, ebből már 30 éve vezeti a saját intézményét.

Azért őt választottam az interjú alanyaként, mert több éves tapasztalata mellett, együtt dolgozott már pszichológusokkal is, és a benne felvetődött kérdések miatt elindult egy a tudatossághoz vezető úton. Továbbá ezen az úton több tanfolyamon is részt vett (többek között a Lélekszerelő, és a Mindfullnes), mely segítette őt a tudatos nevelés elérésében.

III.2.2 Az interjú eredménye

Miután bevezetett a pontos előmenetelébe, ahhoz, hogy hogy került oda, ahol most van és mondhatja, hogy tudatosan neveli a hozzá kerülő és a saját gyermekeit is, DK meghatározta számára mit is jelent a tudatos nevelés. Az általa körbe írt fogalom egy teljesen új és a kutatásom elején megfogalmazott definíciókkal össze sem hasonlítható meghatározás volt. A tudatosság az ő meghatározása alapján a mindenség és egység elfogadása, minden egy egységet képvisel és maga a tudatosság semmit nem ítél meg, nem különít el, nem kritizál, nem véleményez, mert ebben a felfogásban nincs olyan, hogy jó vagy rossz.

Mindazonáltal, ha ő a tudatos nevelésről beszél, akkor ő elsősorban nem a gyermeknevelésre gondol. Ugyanis ő áthelyezte a gyerekekről a hangsúlyt a családokban lévő felnőttekre. Ez azért történt mert arra kellett rádöbennie, hogy minden gyermek a család tükre. Ezért kezdett el minél több figyelmet szentelni a szülőkre, akiknek azt tanácsolja, hogy ne a szakirodalmakhoz forduljanak, előbb magukban tegyenek rendet, önmagukat tudják vezetni, mert ha sikerül, akkor valójában egy modell értékkel fog bírni.

Ahogy már említettem DK, a szakirodalmakat nem preferálja és nem javasolja. Azonban ez azért van, mert úgy véli, ha rugalmatlanul beskatulyázzák a gyerekeket, hogy hány éves korában, milyen fejlődési szakaszban kell tartania, úgy nem engedik, hogy a gyermek a saját útját járja.

Ami mindenképpen kiemelendő, hogy a gyermekek úgymond, egy kiszolgáltatott állapotban van, egészen 7 éves koráig. Ez egészen pontosan azt jelenti, hogy akik kapcsolatba kerülnek a gyerekekkel 7 éves koráig, nekik minden szavuk, viselkedésük igazságként érkezik meg a gyerekekhez, ami beépül az ő világába. Így eszerint kezd felépíteni a személyiségét, ezzel nyer magyarázatot az, hogy a gyermek a család tükre. Ugyanis ahogy otthon viselkednek, beszélgetnek vagy bárki, aki sokat van vele azt a gyerek pontosan másolja.

Ezeket hallván, a következő kérdésem, az volt, hogy így mondhatjuk-e, hogy a szülőket kell előbb edukálni? Amire az interjú alánya egyértelműen, rögtön rávágta, hogy igen. De fontos, hogy nem csak a problémák felmerülésekor kell ezeken elgondolkozni, ez sokkal inkább egy megelőzés kellene, hogy legyen és már minden szülőnek most el kellene kezdenie végig gondolnia.

A továbbiakban arról is beszélgettünk, hogy a gyermekek a körülöttük világból, amiket hallanak abból építik fel a saját valóságukat, amiből kialakul egy személyiség, de ez nem éppen az egyénisége. Ez alatt azt értette, hogy a gyermek sokszor megkapja, hogy hasonlít például az édesapjára és akkor felveszi azt a tulajdonságot. Vagy a szabályok betartatásának módja, amit jutalomrendszere építenek. Ezt a helyzetet egyfajta robot üzemmódnak nevezte, amit azért teszünk meg, hogy megfeleljünk és ahhoz, hogy a tudatossághoz vissza tudjon térni a gyerek vagy éppen a felnőtt, az ilyen fajta hiedelmeket kell lehámozni. Ezeket a pszichológia többféleképpen hívja, például hagymahéjaknak.

DK véleménye szerint, a tudatosságot mindenkinek kötelezővé kellene tenni, azonban hozzátette, hogy ezt nem lehet, mert

ha valaki nem nyitott erre, nem lehet ráerőszakolni és így nem működőképes. Mindazonáltal azért lenne lényeges, mert nagyon kevesen tanítják, hogy hogyan is lehet az ember önmaga, hogyan ismerd meg önmagad és hogyan válj önmagaddá.

Azt is központinak gondolta, hogy a pontozó rendszerek, jutalmazó, büntető rendszereket maguk mögött kellene hagyniuk, mert véleménye szerint, ezek már nem működnek és nem is feltétlen reálisak. Itt példaként arról beszélgettünk, amikor az iskolában ha nem vitt magával valamit, akkor rögtön kap valami büntetést, hiszen a felnőtteknél is előfordul, hogy otthon felejt valamit.

Felhozta azt is, hogy a természettel egyensúlyban kellene élnünk, amiről rögtön Comenius és tanításai jutottak eszembe. Így erről kezdtünk beszélgetni és kicsit kibontakoztatni, hogy mennyire is fontos lenne, hiszen régebben is így éltek, csupán ez eltűnt. Ő Rudolf Steinert hozta föl (Comenius mellett) példának, aki ugye a Waldorf iskola alapítója és hasonló elveket vallt, mint ami a tudatos nevelés is.

Az utolsó kérdéseim között, arról érdeklődtem, hogy miképpen lehetne ebbe a szülőket is bevonni és minél több embert elérni, hogy ismerjék a tudatos nevelést, és annak lényegét. DK, felhívta a figyelmet, hogy a legtöbb szülő esetében lassan kell közelíteni a témában, mert támadásnak vehetnék, hogy ha azt mondja valaki, hogy lehet más módszereket kellene alkalmaznia. Továbbá ő maga szokott tartani képzést, ahol 6 lépésben tud segíteni a tudatos gyereknevelés elérésében. Továbbá megoldásnak tartja, hogy legalább minden pedagógus számára kellene legalább egy ilyen előadást végig hallgatnia, de nem csak a pedagógusok számára, hanem bármilyen ember számára.

Az interjú végén még feltettem azt a kérdést, hogy van-e bármi, amiről még nem volt szó, de úgy gondolja, hogy fontos lenne megemlíteni. A válasza egy elgondolkodtató, mindent kifejező gondolat volt, mely részben a mottója is: „Minden gyermek megérdemli a tudatos szülőt! Váljon minden szülő azzá, amit szeretne megtapasztalni a gyerekeiben”.

IV. Összegzés

A kutatásom célja volt, hogy jobban utána járjak a tudatos nevelésnek és annak, hogy mennyire alkalmazzák azt az emberek. Illetve, egy kis részben, hogy kiderítsem milyen mértékben nehezítette meg a a digitális oktatás szülők eddig jól bevált módszereit.

A szülőktől beérkező kérdőívek és az interjúm alanya által mondottak alapján összefoglalóan a hipotézisekre való tekintve a következő a konklúzióm.

H1 Részben alátámasztott a hipotézis, hiszen a kérdőíveket végig tekintve, a többség valamilyen úton-módon informálódik a nevelésről. Így igényét látják neki, hogy valaki, valami segítsen nekik. Mindazonáltal több esetben feltételezhető volt, hogy nem a hiteles és nem a megfelelő forrásokat találják meg, gondolok itt az internetes oldalakra. Így hasznosabb volna, valamilyen megbízható kereteken belül informálni őket.

Azonban az interjú alapján a tudatos nevelés nem feltétlen a neveléstudomány vagy a pszichológia könyvekben keresendő, sokkal inkább magunkban. Ezért részben meg lett cáfolva a hipotézis, mégha erősen javasolná az interjú alanyom is a szülők számára, hogy előbb ők is edukálódjanak.

H2 A második hipotézist teljesen megcáfolta a kérdőívem eredménye, ugyanis a többség utána olvasott vagy kérdezett a gyermeknevelésnek. Továbbá nem csak, hogy utána jártak, de alkalmazták is, és hasznosítható módszereket szereztek általuk.

H3 Ahogy azt a kérdőívek eredményei során láthattuk, habár nem nagy különbséggel, de nagyobb arányban hozott új kihívásokat magával a digitális oktatás. Amiben a legnagyobb nehézséget a gyerekek motiváltságuknak elvesztése okozta a legnagyobb problémát. Így ezt a hipotézist alátámasztották.

Összességében nézve megállapíthatjuk, hogy a gyerekek nevelése egy elengedhetetlen téma, ami mindig aktualitás lesz és véleményem szerint további kutatásokat is kellene végezni ezzel kapcsolatban. Hiszen rengeteg embernek más a véleménye a nevelésről és annak módszereiről, így egy átfogóbb, mélyebb kutatás során fel lehetne mérni a nevelési módszerek közötti különbségeket.

Így a kérdőív egy válaszadójának a gondolatával zárnám a kutatásomat, mely számomra is annyira elgondolkoztató volt, hogy érdemesnek tartanám egy újabb kutatás alapjaként: „Az ember gyermeke az ember. Amíg nincs sajátja valakinek addig ő maga is csak valaki gyermeke. De ha születik saját, vagy csak nevelt gyermek is kerül valaki felügyelete alá, akkor érdemes körül tekinteni a világban, majd a megszerzett információk és saját gyermeki tapasztalatait összegyűrva, talán sikeresebb szülő lehet, mint az őt felnevelő szülők! Ez pedig így haladhat míg világ a világ...”

V. Irodalomjegyzék

1. Bara Zoltán József (2010): A keresztény hívek Aranyszájú Szent János műveiben

Összefoglalás (ubbcluj.ro)

2. Becker, G. (1964) Human Capital: A Theoretical and Empirical Analysis, with Special Reference to Education. Columbia University Press, New York.

3. Bencéné Fekete Andrea (2021): Digitális oktatás a család szemszögéből

<http://ojs.elte.hu/gyermekneveles/article/view/2566/2296>

4. Buda dr. Béla (1995): A személyiségfejlődés és a nevelés szociálpszichológiája. Nemzeti Tankönyvkiadó Rt., Budapest

5. Engler Ágnes, Markos Valéria – Dusa Ágnes Réka (2020): Szülői segítségnyújtás a jelenléti és távolléti oktatás idején. <https://akjournals.com/view/journals/2063/30/1/article-p72.xml>

6. Gombocz János-Trencsényi László (2007): Változatok a pedagógiára: a nevelés "műkedvelőinek": művelőinek, kedvelőinek. Okker, Budapest

7. Gyurkó dr. Szilvia (2016): Benjamin Spock és a gyereknevelés: elavult vagy aktuális?

<https://wmn.hu/elet/30477-benjamin-spock-es-a-gyerekneveles-elavult-vagy-aktualis>

8. Pukánszky Béla, Németh András (1996): Neveléstörténet. Nemzeti Tankönyvkiadó Rt., Budapest

9. Roediger, H. L. (1984). The use of interference paradigms as a criterion for separating memory stores. Behavioral and Brain Sciences

10. Jean-Jacques Rousseau (1762): Emil, vagy A nevelésről; ford., utószó, jegyz. Győry János; Tankönyvkiadó, Bp., 1957
11. Shaffer, David R. (1985): Developmental psychology Brooks/Cole Pub. Co. in English
12. Tsabary dr. Shefali (2013): A tudatos szülő. Hogyan változhatunk meg és tehetjük erősebbé gyermekünket? Hajja & Fiai Könyvkiadó, Debrecen
13. Vajda Zsuzsanna, Kósa Éva (2005): Osiris kiadó, Budapest

Horváth Ádám: A tanári pálya elhagyásának okai, különös tekintettel a természettudományokra

1. BEVEZETÉS

Céljaim közé tartozik, hogy a kutatásommal rávilágítsak a kezdő és a pályán lévő pedagógusok problémáira, mely okok állnak a tanári pálya elhagyása mögött. Motivációm az adja, hogy a jövőben szeretnék tanár lenni és tervezem, hogy tanári pályán maradjak, de mindezek mellett szeretnék rálátni a tanári hivatás pozitívumaira és negatívumaira egyaránt. A jövőben a társadalmi felzárkózásban szeretnék tevékenykedni. Most is résztvevője vagyok a Tanítsunk Magyarorszáért Mentor Programnak, ahol a szerzett tudást és munkatapasztalataimat tudom kamatoztatni.

Az egyetemi képzés lehetővé teszi a számomra, hogy tapasztalatokat szerezzek és különböző képességekkel vértelődjek fel. Emellett két program is ezt teszi lehetővé a számomra, a Tanítsunk Magyarorszáért Mentor Program, ahol mentori pozíciót töltök be, a másik az Egri Roma Szakkollégium keretei között működő tutorálási munkacsoport, melyben szintén tevékenykedem és a szakkollégiumnak vagyok az elnökségi tagja. A mentorálás során a Kerecsenden lévő Magyary Károly Általános Iskolával állok kapcsolatban, ahol közvetlen tapasztalatokat szerzek több, mint másfél éve. Az Egri Roma Szakkollégium által az Egerben található Szalai szegregátumban lévő közösségi házban végzem a tutorálási tevékenységemet 2,5 éve hátrányos helyzetű (HH) és halmozottan hátrányos helyzetű (HHH), illetve sajátos nevelési igényű (SNI) diákokkal. A Kerecsendi Sólymok Tanodában önkénteskedem, ahol gyerekeket korepetálok. A nyári szünetemet is gyerekekkel szoktam tölteni, pontosabban a Zánkai Erzsébet tábort a TESO program

keretein belül. Ezek mellett az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Gyakorló Általános, Közép-, Alapfokú Művészeti Iskola Pedagógiai Intézetben töltöttem a belső iskolai gyakorlatomat, ahol órákat tartottam mindkét szakomból. Jelenleg a Heves megyében található Hevesi Körzeti Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola Hevesi József Tagiskolájában töltöm. Ebben az általános iskolában is rengeteg tapasztalatot szerzek és szereztem, bizonyos mértékben azért is, mert az itt tanuló diákok többsége hátrányos szociokulturális helyzetben lévő gyerek. Kollégám arról számolt be, hogy a képzésen nem készítették arra fel, hogy a más szociokulturális közegekből érkező gyerekekkel hogyan kell bánni vagy legalább is milyen eszközöket lehet használni. Osztályában, ahol én is tanítok az olyan gyerekek is előfordulnak, akik ADHD-val, hiperaktivitással és intellektuális képességzavarral küzdenek. Mind ezekről elismert papírjaik vannak. Ugyanakkor vannak olyan tanulók is, akik állami intézetben nevelkednek abból kifolyólag, hogy az egyik vagy mindkét szülő drogfüggő vagy fegyházban/börtönben van. Ezen tevékenységek során a gyerekektől és a tanároktól egyaránt olyan beszámolókat hallottam, ami a fenti kijelentéseket csak megerősíteni tudta. Az egyetemünkön jelenlegi és egykori hallgatók beszámolója ismételten csak a fenti állításokat támasztotta alá

A nehézségek oly mértékűek, hogy rengeteg a pályakezdő tanár már az elején ott hagyja a szakmát, a több éve pályán levő tanárok pedig, a nagyfokú leterheltség miatt mondanak fel. Így a jövőre nézve a pedagógusi szakma, hivatás rengeteg értékes pedagógust veszít el és az utánpótlás hiányában nagy lesz a tanárhiány, amely már most sem mondható kicsinek. A tapasztalatok és a kutatások is jól tükrözik, hogy már több évtizede a kezdetektől fogva nehézségekkel küzdenek a pedagógusok. A pályára lépő kezdő pedagógusok nem kapják meg a megfelelő támogatást és segítséget. Nem feltétlenül azért, mert a kollégájuk vagy az iskola nem szeretné megkönnyíteni a helyzetüket, hanem mert számos iskola küzd a szaktanárok hiányával, így az ott dolgozók leterheltek.

Az adminisztratív tevékenységek több órát emésztnek fel. Nem jut idő az új kollégák segítésére és e támogatások, feladatkönnyítések hiányában a kezdő pedagógusok nehéz helyzetbe kerülhetnek és elvérezhetnek. Nagy valószínűséggel, mindennapos stresszel, feszültséggel fognak küzdeni, így könnyen belátható, hogy a kiégés könnyen megtörténhet a kezdő pedagógusok életében, amelynek következtében pályaelhagyók lesznek (Paksi, Veroszta, 2015).

Először Freudenberger (1974) fogalmazta meg szindrómaként a kiégést. Amikor az illető folyamatos és tartós megterhelésnek van alávetve, emocionálisan (érzelmileg) és mentálisan is, megterhelés éri őt a mindennapokban. Ez a szindróma rányomja a bélyegét a tanár személyiségére. A kiégés útján az adott személy reménytelennek érzi a munkáját, valamint sok mindenben inkompetensnek gondolja magát. Az addigi kitűzött céljainak értelmét elveszíti és az ideáljairól is ez mondható el. Belátható, hogy ez meghatározza a mindennapos munkáját és tanári személyét és azt a légkört, amit teremt az osztályteremben (Freudenberger, 1974). Ditsa Kafry úgy határozta meg, hogy a kiégés az lehet tartós és ismételt érzelmi megterhelésnek a következménye. Az adott személy hosszú távon és nagy erővel munkálkodik másokért a munkájában (Kafry, 1981).

Gondoljunk bele, hogy az állam több évnyi iskoláztatást követően államilag finanszírozta a fiatal pedagógust és a későbbiekben ez nem térül meg a társadalmunk számára. Jelentős mennyiségű pénzt áldozott a tanulmányaira, mindezt fölöslegesen és nem beszélve, hogy egy jó szakembert veszített el a pedagógusi szakma (Falus, 2014).

2. CÉLKITŰZÉS

A kutatásom célja a pályaelhagyás okainak minél valóságosabb feltárása. A szakdolgozati kutatásom olyan aktuális kérdéseket tesz fel és keresi a válaszokat, hogy milyen okok állnak a tanári pálya elhagyása mögött. Napjainkban közismert tény, hogy az oktatás több nehézséggel küzd, nem beszélve az oktatási intézményben lévő dolgozókról és az ott tanuló gyerekekről, akiken e-nehézségek csapódnak le. Szeretném felmérni, hogy a leendő tanárok milyen

problémáktól tartanak, illetve a tanári pályán levők miért is hagyják ott a hivatásukat. Úgy gondolom, hogy minden tanár legyen az kezdő vagy több éve a pályán levő pedagógus a nehézségek mindenkit érintenek és gyakran átfedésbe is kerülnek (humán szakos tanár tartaja a reáltantárgyakat). Azonban úgy vélem, hogy a természettudományok bármelyikét tanító tanár nehézségei fokozottan súlyossá váltak az elmúlt évtizedek alatt. Hiányuk nagymértékű, legyen szó fizikáról, kémiáról, biológiáról vagy a földrajzról. Jelenleg a saját iskolában, ahol óraadóként vagyok jelen, ott is én tartom a kémia órákat. Természetesen ez abból fakad, hogy biológia és földrajz szakos vagyok, és a közvélemény alapján a biológia diszciplínához pedig közel áll a kémia. Ugyan akkor a matek felzárkózást, az etika órát és informatikát is tanítok. A helyzetet tovább ronthatja az alacsony óraszám és eszközök, demonstrációs termek hiánya vagy akár felszereltségének állapota. Sajnos ezt a jelenséget saját magam is tapasztalom. Felmerültek bennem azok a kérdések, hogy milyen nehézségek vannak mindezekén kívül. Mi az, ami a legnagyobb problémát jelenti a számukra/számunkra. Hogyan érzik magukat és hivatásuknak érzik-e a pályát? Éreznek-e megbecsültséget? Milyen szerepe van ma egy tanárnak a közoktatásban, a pályaeorientációban és a mindennapokban? Milyen lehetőségek állnak rendelkezésre, hogy valaki sikeres karriert fusson be? Milyen okok vezetnek a pályaelhagyáshoz, valamint hogyan jut el a teljes kiégés fázisába? Melyek, azok a paraméterek, amelyek befolyásolják őket ebben: talán a megbecsültség hiánya, a munkakörülmények, a fizetés alacsony volta, a pályakövetés vagy esetleg a kiégettség. Azért is szeretnék ennek utána járni, mert úgy gondolom, napjainkban foglalkoznunk kell a tanári pálya problémaival. Azonban sok mindent hallunk mik is a gondok, problémák, de azok súlyát, azt nem tudjuk. Sok ember állítja, hogy az irreálisan alacsony bér húzódik mögötte. Azonban lehetséges, hogy megbecsültség hiánya húzódhat a háttérben vagy tanár hiányból fakadó leterheltség. Azonban az is elképzelhető, hogy ezen jelenségek összhatásából fakadnak a problémák. Ezekre a kérdésekre szeretnék válaszokat kapni a kutatásommal, mert ha tudjuk

a legsúlyosabb problémát orvosolni, akkor a későbbiekben javulást hozhatunk a tanárutánpótlás nevelésében.

Feltételezem, hogy a magyar közoktatásban a megbecsültség hiánya vagy annak nagyfoka figyelhető meg. Nagy szerepet játszik az irreálisan alacsony bér abban, hogy a leendő tanárok és a tanári pályán levő pedagógusok tömegesen hagyják ott a hivatásukat, munkájukat. A magyar közoktatás nem helyez elegendő hangsúlyt a kiégéssel (burnout) szembeni preventív megelőzésre sem. A kutatásommal szeretném felmérni az érzelmi kimerültséget, a deperszonalizációt, a teljesítmény csökkenés mennyire jelenik meg az okok között, valamint azt bizonyítani, hogy sokan kiégve is ott maradnak a tanári pályán.

Kutatási kérdések, célok:

Hipotézisek:

1. Tanári pályán lévők nagy arányban elhagyják vagy fontolják a tanári pálya elhagyását.
2. Legnagyobb terhet a helyettesítés és adminisztratív munka jelenti, ellentétben a többi leterheltséggel szemben, a tanárok körében.
3. Burnout vizsgálata során a kimerültség mutatkozik leginkább a tanároknál, ellentétben a deperszonalizációval és teljesítmény csökkenéssel szemben.
4. A társadalmi megbecsültség érzete a tanárok körében rendkívül alacsony.
5. A tanárok a gyerekek felől kapják legkevésbé a megbecsültség érzetét.
6. A tanárok nem elégedettek a fizetésükkel és ez kapcsolatban áll a tanári pálya elhagyásával.

3. MÓDSZEREK ÉS MINTAVÁLASZTÁS

3.1. A KUTATÁS ÜTEMTERVE



1. ábra: A kutatásom előremenetelés

Az első fázisban a szakirodalom összegyűjtése történt meg, amelynek eredményéről a következő fejezetben számolok majd be. Itt a tanárképzés és kiegészítő háttérét és rendszerét vizsgáltam első sorban (1. ábra). A második fázisban a különböző problémafeltevéseket fogalmaztam meg, amelyre voltaképpen a harmadik fázisnak az építése valósult meg. A harmadik fázisban a mintavételezés, a mérőeszköz kidolgozása zajlott. Kialakítottam magának a kérdőívnek a vázát, melyből először pilot mérést végeztem. A végleges kérdőívemet a Google űrlapban tettem elérhetővé a kitöltők számára (1. ábra). A kérdőív létrehozását követően kiküldésre került a tanár szakon lévő hallgatóknak és az egyetemünkön tanult, végzett jelenleg a közoktatásban dolgozó/dolgozott tanároknak. Ezt követően korrigálás (validálás) és végül az adatbázis kiépítése valósult meg. A negyedik fázisban a beérkező kérdőívek kiértékelése, majd konklúziók levonása történt meg.

3.2. A MINTAVÉTEL ÉS MÓDSZER

A kutatás, amelyet végzek annak eszközével a kérdőívet használtam. A kérdőívem nyílt és zárt kérdéseket tesz fel. Összesen öt nagyobb szakaszra különítettem el. Összesen 84 darab kérdést tartalmazott. A skála típusú kérdéseknél Likert-skálát és rangsorolást alkalmaztam. A kérdőív kitöltése online formában tettem elérhetővé, amelyet a Google űrlappal valósítottam meg. A teljes kérdőív megtekinthető a mellékeltben (Hunkár Márta, 2013).

A kérdőív több nagyobb egységre bontható:

- Magát a kérdőívet szociometriai kérdésekkel kezdtem.
- A továbbiakban a tanároknak és tanítási gyakorlatot végző hallgatóknak zárt végű kérdéseket és nyílt végű kérdéseket fogalmaztam meg a kiegészél, a megbecsültséggel;
- a munka körülményekkel és a
- fizetést befolyásoló tényezőkkel kapcsolatosan.

A mintavételezés mechanizmusának kidolgozása hosszú időt vett igénybe, mivel a GDPR szabályok nehezítették az alanyok elérését. A kérdőív dömping miatt a kitöltési kedv is folyamatosan csökken, sokszor érdektelenül megyünk el ilyen lehetőségek mellett.

Így azt választottuk, hogy az Eszterházy Károly Főiskola, majd Egyetem, jelenleg pedig Katolikus Egyetem természettudományos képzésein végzett és jelenleg is hallgató státuszú személyeknek küldtük ki a kérdőívet, hogy így biztosabb eredményekhez jussunk.

Az adatok feldolgozásához az Excel programot használtam. Későbbiekben a pedig az SPSS statisztikai programon fogom futtatni az adatokat, hogy az egyszerű statisztikai mutatókon túl összefüggés vizsgálatokat folytassak. Az adatbázisból kigyűjttem a nappali és levelezős tanár szakos hallgatókat, valamint azokat, akik rövid ciklusban végezték el a tanár szakot. Összesen több száz embernek lett kiküldve az online kérdőív 2022 tavaszán és őszén. Jelenleg a kérdőívemet 176-an töltötték ki.

Érzelmi kimerültség módszere:

Összesen 10 kérdésre kellett választ adniuk a kitöltőknek. Mindegyik kérdés zárt végű, univerzális volt és 1-től 10-ig terjedő Likert-skálán mértem az állítások mértékét. Minden egyes kitöltő válaszait egyesével kellett kiértékelnem. Mivel mindenki egyénileg ért el pontszámokat. A kapott pontokat összeszámoltam. A pontszámokat 10-100 között tudták elérni a kitöltők. A kapott pontszám minél magasabb értéket vett fel annál nagyobb az érzelmi kimerültség szintjének mértéke. Meghatározott értékhatár nincs, amely felett kiégésről beszélhetnénk. Ez azért van, mert a szindróma létrejöttéhez számos más tényező is közre játszik. Tehát a tünet együttesét kell figyelembe venni a megállapításnál. A tapasztalatok alapján elmondható, hogy azon személyek, akik 30 alatt szereztek pontot, ők nem szenvednek a kiégés szindrómától. Azon válaszadók, akik 60 pont alatt vannak nagy mértékben mutatják a jelét a szindrómának. Valamint azon személyek, akik 60 pontot és a felett állnak teljes mértékben érzelmileg kimerültek. Fontos azt is megemlíteni, hogy azok a kitöltők, akik egyetlen kérdésre is 10 pontot adtak a Likert-skálán, fennállhat a burnoutnak a veszélye. Az értékelés esetében, akik 10-es pontot adtak legalább 1 kérdésre, azokat érzelmi kimerültséghez soroltam. Az eredményeket a lentiekben mutatom be.

A deperszonalizáció (elszemélytelenedés) módszere:

Összesen 12 kérdésre kellett választ adniuk a kitöltőknek. Mindegyik kérdés zárt végű, igennel és nemmel kellett válaszolniuk a kitöltőknek. A kérdésekkel az elszemélytelenedés mértékét mértem a tanároknál. Az elszemélytelenedés esetében minden egyes válaszadót külön kellett értékelnem és besorolnom a válaszait. A 12 kérdés esetében megnéztem az igenek és nemek számát. A kiértékelésnél már egy igen is utalhat az elszemélytelenedésre. Azokat a személyeket, akik a kérdések 50%-ra igennel válaszoltak, érinti a deperszonalizáció. Ha az eredeti értékelés módszerét vettem volna alapul, akkor csak egyetlen egy ember lenne az, aki nem mutatná a tüneteket. Így a fentiekben leírt értékelési módszert választottam helyette.

Teljesítmény csökkenés módszere:

A teljesítmény csökkenése esetében 3 nagyobb csoportra különíttem el a kérdéseket. Minden kérdés csoporthoz összesen 3 kérdést tettem fel (3. melléklet). A kiértékelésnél el kellett dönteniük a válaszadóknak, hogy az adott állítások, amelyek a kérdés csoportokban szerepeltek, azok jellemzőek-e rájuk vagy sem. Így a kitöltők három kérdéscsoportot válaszoltak meg. A kérdések teljes mértékben a teljesítőképességüket érintette. Ha az egyik csoportban igennel válaszolt a kitöltő, akkor egy + (pozitív) előjelet kapott. Ha nemmel válaszolt akkor értelemszerűen egy - (negatív) előjelet (1. táblázat). Ha egy kérdésre nem válaszolt akkor abban az esetben is – (negatív) előjelet kapott. A három csoportra kapott előjelek alapján soroltam be az adott válaszadót. Tehát a kiértékelés esetében minden egyes kitöltőt egyesével soroltam be az adott kategóriákba. A kategória besorolásra a mellékletben elért táblázatot használtam (4. melléklet).

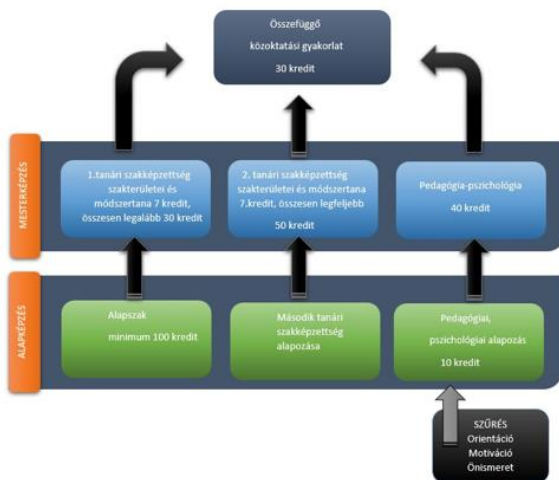
4. IRODALMI ÁTTEKINTÉS

4.1. MAGYARORSZÁG TANÁRKÉPZÉSÉNEK VÁLTOZÁSAI

A tanárképzés jelentős változásokon ment keresztül az elmúlt tizennyolc évben. Mondhatni dinamikusan változik és gyökeresen változtatják meg. Pár éve Bologna rendszerű (osztott) képzés volt. A későbbiek során visszanyúltak a régi osztatlan tanárképzéshez. Régebben én is az osztatlan tanárképzésre nyertem felvételt és ebben a képzésben is veszek részt a mai napig. Mind a kettő teljes mértékben más tanárszerepet célt meg. Az egyik esetben egy tartalomközpontú képzésről van szó, míg a másik képzésen egy módszer központúság figyelhető meg. Az első esetben szakmai diszciplináris tudást szerettek volna hangsúlyozni. Amivel céljuk az volt, hogy a fiatal tanárjelöltek a teljes tudás birtokában legyenek, amelyet majd a tanítványai példaként fognak értelmezni és követni. A másik esetben azonban tárgyidisziplináris tudás átadását helyezték előtérbe. Melyet az új tanárok különböző módszerekkel tudják átadni.

Mindkét képzés hozzá járul a diákok fejlődéséhez, de a hangsúlyok mások vannak (Pukánszky, 2010).

A magyar Bologna-rendszerű tanárképzés



2. ábra: A magyarországi Bologna-rendszer, tanárképzés szerkezeti struktúrája (Pukánszky, 2014)

Nem is olyan rég a Bologna-rendszerű tanárképzés folyt a főiskolákon és az egyetemeken, többek között az akkori Eszterházy Károly Főiskolán is (2. ábra). A régebbi rendszerben is erősen megjelent az, hogy tömegesen képeztek tanárokat, de a diploma szerzést követően nem a tanári pályán helyezkedtek el. Tevékenységre jogosító képesítését „kvalifikációként” használta fel más munkahelyekre. Úgy gondolom, hogy ez napjainkban sem változott. Nagyon sok embert, volt hallgatót ismerek, akik a diplomájukkal más szférában, munkaterületen tudott elhelyezkedni. Hogyan is nézett ki a tanári képzés a Bologna-rendszerben? A felvételiző leendő hallgatónak elsősorban egy szűrőre kellett, hogy átmehessen. Alapképzésben egy alapszakot végez, ezt nevezték úgy, hogy major. Ebben a képzésben legalább 110 kreditet kellett teljesítenie a hallgatónak. Eközben volt

egy másik alapszakja, amelyben legalább 50 kreditet. Ezt nevezték minornak. Valamint volt egy pszichológiai és pedagógiai alapozás, ahol 10 kredit volt teljesítendő. Az alapképzésben résztvevő hallgatók csak szakdiszciplináris képzésre léphetett be. A képzésen van egy úgy nevezett orientációs időszak, amely után eldöntheti, hogy belép-e a tanári képzésbe vagy sem. Ha úgy döntött az egyén, hogy a tanári pályát választja, akkor a 110-120 kredites alapszak mellé fel kellett vennie a második tanári szakképesítést azaz a minort. Ez is összesen 50 kreditet takart. Ha nem a tanári pályát választotta, akkor differenciált szakmai ismereteket tanult tovább. Az alapképzés 3 éves volt és ehhez még fel kellett vennie a hallgatónak a 10 kredites modult, ami a pedagógiai és pszichológiai képzést alapozta meg. A továbbiak során a hallgató eljut a mesterképzésre és további modulokat teljesítve eljut az összefüggő tanítási gyakorlatra. (Előterjesztés a Kormány részére a tanárképzés rendszeréről, a szakosodási rendjéről és a tanárszakok jegyzékéről. 2012)

A Bologna-rendszerű tanárképzés után, osztatlan tanárképzés

2012. október 4-én elérhetővé vált minden ember számára a tanárképzést szabályozó új kormányrendelet Magyarországon. Ezen rendelet teljes mértékben megváltoztatta a tanárképzés struktúráját, rendszerét. Az új rendelet kimondja: A nemzeti felsőoktatásról szóló 2011. évi CCIV törvény. Kettőféle tanárképzést fogalmaz meg. Az egyik az általános iskolai tanárképzés, amelyben két szak esetében 4+1 év illetve a középiskolai tanárképzést, melynek időtartalma 5+1 év.

Két féle tanárképzést ír le.

- Általános iskolai tanárképzés: összesen 5 éves a képzési időszak, pontosabban 4+1 év.
- Középiskolai iskolai tanárképzés: összesen 6 éves a képzési időszak, pontosabban 5+1 év.

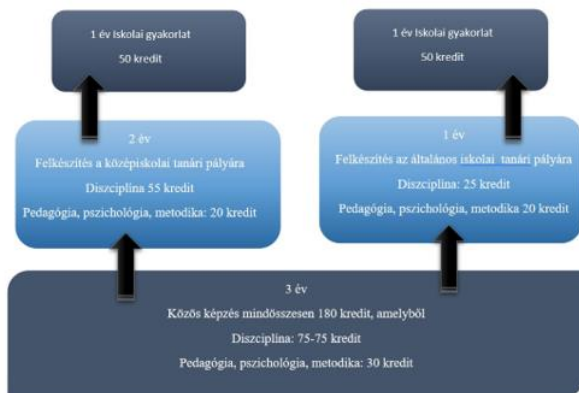
Mind a két tanárképzés esetén az utolsó év egy köznevelési vagy egy felnőttképzési intézetben zajlik. Ezt nevezzük összefüggő külső

tanítási gyakorlatnak vagy „egyéni iskolai gyakorlatnak”. 2013-tól kezdődött el az új képzés (3. ábra). A Bologna képzésben is volt iskolai gyakorlat, de abban a képzésben csak egy félévet ölelt fel. A képzés kidolgozói ennek a gyakorlatnak az időtartalmát megnövelték egy plusz félévvel, így tehát egy éves időtartamot ölel át a külső tanítási gyakorlat, ami nagymértékben megváltozott a képzésben. Azaz, hogy mind a két szak esetében egy szimmetrikusság figyelhető meg, vagyis mindkét szakon azonos kreditet kell teljesíteni. Általános iskolai tanár esetében ez 100-100 kreditet takart, középiskolai tanár esetében 130-130 kreditet. Így próbálták meg kiküszöbölni a bolognai képzés asszimmetriáját. A szakmai krediteken túl a képzésben résztvevőknek teljesíteniük kell: pszichológiai modult, pedagógiai modult, szakmódszertani modult és gyakorlati modult. Ennek összes kreditmennyisége 100 kreditet tesz ki. A külső gyakorlat ebből összesen 50 kredit.

Én úgy gondolom, hogy a képzést szimmetrikussá tették, de a kérdés, ami felmerült bennem, hogy vajon a képzésben résztvevők tudását mennyire tették asszimmetrikussá. Valamint az asszimmetriát növelheti, hogy az egyik diszciplínából valaki 4+1-es képzésen vesz részt, míg a másik esetében 5+1-es képzésen. Amit eddigi tanulmányaim során megtanultam, azaz, hogy minden rendszer valamiben erős és gyenge, vannak jó részei és kevésbé jó részei (Magyar Közlöny, 131. szám).

A képzésünket erősnek tartom, mert három szakterületet ötvöz magába. Ebből kifolyólag sok területen tudjuk hasznosítani a képesítésünket. Ami viszont kevésbé jó vagy mondhatnám rossznak is az nem más, mint a képzés időtartalma, valamint a diszciplínák egyeztetése. Az én rendszerszemléletemben mindenki rendelkezik egy hordóval, ennek a hordónak több komponense van. Vannak dongái (egy lécelelem), különböző abroncsai, az abroncsokat rögzítő csavarok, dugó, valamint a benne levő folyadék. A képzés során a hordó elkezd telítődni folyadékkal, ami a tudást szimbolizálja. Ahogyan a tudás gyarapszik az egyenes aranyossággal hatással van az egyes komponensekre. Az idő előre haladtával meggyengülnek.

Például a képzésen a szorgalom, a türelem, a motiváció folyamatosan csökken az eltelt idő hosszával. Így valaki elhagyja a képzést, valaki bent marad, de kiég vagy akár nem fog a munkaerő piacon tanárként tevékenykedni. A kutatásom Burnout című részében fejtem ki a tanárjelöltekkel, tanárokkal kapcsolatos megfigyeléseimet. Amit rendkívül fontos elemnek tartok a hordóban az a dugó. A dugót, ha kihúzzuk, a felgyülemlett folyadékot(tudást) kitudjuk belőle üríteni. Ez alatt azt értem, hogy a képzés során sokszor én is és más egyetemi hallgatók is alaptudásunkból engedünk ki a hordóból, legyen az akarva vagy akaratlanul. A magasabb szintű tananyagot tudjuk és használjuk, de amit a belső tanítási gyakorlaton vagy külső tanítási gyakorlaton kell használnunk, hasznosítanunk az sokszor az alaptudásunkat igényli és nem az egyetemi szintű tudást. Ez a tanárjelöltekben sok kérdést vett fel. További kérdéseket vet fel a három szakterület összeegyeztetése. Az én esetemben a biológia, a földrajz és pedagógia. Sokszor több óra ütközéssel járt. Leginkább akkor jelentet problémát, ha több gyakorlatom ütközött. Hiányuk ott jelentkezett, amikor egyes gyakorlatokra vagy elméletekre épültek más tantárgyak. Például sejtbiológiára összesen nyolc tantárgyam épült. Ha valamelyik szakterülete természettudomány és a másik humán szakterület az csak tovább nehezíti a történetet. Azonban nem csak a mi egyetemünkönél figyelhető meg ez a jelenség. Vannak olyan hallgatók, akinek történelem és biológia a szakpárja más egyetemeken esetén a tanszékek nem egy iskolaépületben helyezkednek el. Én úgy gondolom, hogy a sokféle szakpárosítás nagyon jó, azonban sok akadályt okoz, okozhat. Összeségében a képzési idő és az tantárgyak összeegyeztetése, miatt a képzés rendkívül bonyolulttá és hosszúra nyúlhat.



3. ábra: A magyarországi osztatlan tanárképzés szerkezeti struktúrája (Pukánszky, 2014)

4.2. KIÉGÉS (BURNOUT)

Az életben nagy gyakorisággal hallhatjuk ezt a szót, hogy kiégés (burnout). Gyakran gyerekként otthon, az iskolában sokszor szó esett róla. Az egyetemi tanulmányaim esetében is sokat hallhattam ezt a furcsa, de nem tisztázott fogalmat. Az egészségügyben rengeteget használták a kollégák és az osztatlan tanári képzésen sokat hallhattuk a tanároktól. Sokat gondolkodtam, hogy a megnevezés találószerű, de mi is valójában a kiégés? Miért kerül elő bizonyos szakmában a kiégés nagyobb valószínűséggel? A kutatás elkezdése előtt érdekelt és sokszor gondolkodtam rajta, hogy a tanárok mitől éghetnek ki pontosan? A vezetőségtől, a megbecsültségtől, a munkatársaktól, a generációs szakadék a kollégák között, a tanár és a tanuló közötti generációs szakadéktól, a szülőktől, az adminisztrációtól vagy a fizetéstől? Természetesen lehetne még sorolni, de ha van, kiégett tanár és még mindig a tanári munkában dolgozik, akkor vajon miért nem vált hivatást, munkahelyet? Elgondolkodtam azon is, hogy biztos van a kiégésnek mértéke és ha van vissza lehet-e hozni az egyént (tanárt,

pedagógust) vagy bármilyen preventív intézkedéseket tenni annak érdekében, hogy mentálisan javuljon a helyzet? Mind ezen kérdések miatt kezdtem sokat olvasni és kutatni a kiégéssel kapcsolatban. Így elengedhetetlennek tartom, hogy a kutatásban, amit végzek, szerepeljen a kiégés témaköre. Az irodalmazás során számos ember kutatását olvastam és sokan többféleképpen értelmezték és tipizálták a folyamatot. Az olvasott irodalmak közül több is nagy hatással volt rám. Példának okán Ónody Sarolta, Katz, de a legnagyobb hatást, amely elérte nálam az nem más, mint Bergner. H.M.T. A kiégés megelőzése 12 lépésben című könyv. A következőkben a kiégés definícióját szeretném taglalni és ismertetni a különböző irodalmak és kutatók alapján.

4.2.1. A KIÉGÉS (BURNOUT) FOGALMÁNAK MEGHATÁROZÁSAI

Ónody Sarolta szerint maga a Burnout elnevezés egy nagyon kedvelt fogalom, amit voltaképpen először a technológiában használtak. Lényegében arról van szó, hogy van egy energiaforrás, ami folyamatosan működik és ez az energiaforrás folyamatosan gyengül mindaddig míg meg nem szűnik. Maga a folyamat nem hirtelen következik be, hanem vannak bizonyos lépései, szakaszai. Az az állapot, ami már helyrehozhatatlan (Ónody, 2001). Herbet J. Freudenberger egy pszichoanalitikus volt. Először ő használta és definiálta a Burnout-ot. Legelőször olyan helyeken pontosabban közösségekben figyelte meg a jelenséget, ahol önségítő emberek voltak (egészségügyi intézményben dolgozóknál: ápolóknál, ápolónőknél). Lényegében a folyamat egy tünetegyüttesként jelenik meg az embereknél. Szerinte „A szindróma krónikus emocionális megterhelések, stresszek nyomán fellépő fizikai, emocionális, mentális kimerülés, mely a reménytelenség és inkompetencia érzésével, célok és ideálok elvesztésével jár, s melyet a saját személyre, munkára, illetve másokra vonatkozó negatív attitűdök jellemeznek” (Freuderberg, 1974). Ditsa Kafry a kaliforniai Berkeley Egyetem munkapszichológia professzora volt az 1990-es években. Közösén Aronson E.-vel adtak ki egy munkát, melynek címe a

következő: Kiegészve az unalomtól az önfejlesztésig (Ausgebrannt- vom Überdrus zur Selbstenfaltung). Szerinte, „ A kiegész tartós vagy ismételt emocionális terhelés eredménye más emberként való hosszú távú, intenzív erőfeszítéssel összefüggésben” (Kafry, 1981).

Barth A. R. szerint a kiegésznek sok oka lehet, de ezek közül hármát emelt ki és tulajdonított nekik nagy jelentőséget. (Barth A. R. 1990)

1. Az első a jelenlevő sok stressz, amelynek eredménye képpen nagyfokú terheltség éri az egyént, így lényegében eljut az érzelmi kimerültségig.

2. A második, amelyet kiemelt az nem más, mint mikor kevés motivációja van az

egyénnek a munkájában. Elégedettsége alacsony, ami a későbbiekben ahhoz vezet, hogy a teljesítménye nagymértékben lecsökken.

3. A harmadik, amelyet kiemelt az az egyén munkahelyén lévő kapcsolatoknak a romlása minőségi szempontból. Lényegében elembertelenedik (dehumanizálódik).

Elmondása szerint a tanárok esetében, akik öt éve dolgoznak a tanári pályán körülbelül a 25%a mutatja a burnout szindróma tünetegyütteseit, jeleit. Bergner. H.M.T szerint a kiegész vagy másnéven burnout egy szindróma és az egyén számára egy menedéket jelent, ami lényegében védelmet ad a szindrómában lévő személy számára. Egy felhívást és lehetőséget kínál arra, hogy valamit felismerjen magában és a későbbiek során valamilyen más szakmát, hivatást végezzen. Ezáltal segít az egyénnek rendezni az életét. Azaz lehetőséget ad arra, hogy pozitív változás érje és a későbbiek folyamán fejlődhessen. A válsághelyzetből, helyzetekből kiutat, mondhatni segítő kezeket nyújt a Burnout. Így a jövőben az egyén újabb örömforrásokhoz jut, újra értékesnek érezheti magát, sikerélményekkel gazdagodhat, fejlődhet. A Burnout másfelől egy visszajelzés „feedback”, magáról a társadalmunkról. Madách gondolatával élve, ha valami a gépezet kapcsán nem működik, pontosabban valami alapvető alkatrész nem megfelelően működik, vagy már túl régi (Madách, 1861). A kiegész

burnout véleményem szerint egy jelenség a társadalmunkban. Ez a jelenség minden szakmában, hivatásban megtalálható. Azonban úgy hiszem, hogy azokban a szakmákban, hivatásokban vesszük leginkább észre, ahol az emberek segítenek a többi embertársaiknak. Az egyén mások jobbulásáért, fejlődéséért tesz különböző tevékenységeket, amit hosszú távon valósít meg.

Példának az egészségügyi dolgozó folyamatosan segíti a beteget, ápolja, gondolja ez alatt értem mind a testi és lelki gondozást. Mégis a visszacsatolásban nem mindig kapják meg az elismerő szavakat, helyette a beteg a kezelő orvosnak adja az elismerést (szavakban, megnyilvánulásokban és plusz pénzbéli juttatásokban). Az egészségügyi dolgozó megbecsültsége csorbul. A tanárok esetén is folyamatos segítségnyújtás történik a tanulók felé. A gyerekeket nevelik, tudásukat gyarapítják. Azonban sokszor a tanulók felől, a szülők felől, a kollégák felől és még a vezetőségtől is rossz visszajelzést kaphatnak. Ezáltal munkáját nem ismerik el, amibe rengeteg energiát bele investáltak. A megbecsültséget nem érzi, hiába fektetett sok energiát a munkájába. Fontos tényező az is, amit a tanárok esetén elengedhetetlen, hogy dicsérjék, elismerjék őket. A pedagógus pályán a befektetett energia, eredmény a kézzel fogható produktum nem azonnal jelenik meg a tanulók életében, hanem akár öt, tíz év múlva látjuk az eredményeket. Így könnyen belátható, hogy nehéz azt megítélni, hogy a tanár által befektetett energia mennyire járult hozzá ahhoz, hogy a tanuló tíz év múlva sikeres legyen. A szindrómáról fontos azt tudni, hogy az egyén mind mentálisan és testileg is szenvedhet. Alapvetően úgy gondolom, hogy a szindróma kialakulását sok minden befolyásolhatja. A szindróma alapját viszont biztosan a stressz még pedig az állandó stressz adja. A stressz szót szinte minden nap használjuk és alkalmazzuk, viszont nagy jelentőséget nem tulajdonítanak neki az emberek. Miért is ezt emelném ki legjobban? A stressz mindenre kihat még pedig az ember testi egészségére és mentalitására is. Az állandó stressz helyzetben lévő személy elveszíti motivációját, ami az elégedetlenségéből fakad. Így könnyen beláthatjuk, hogy a teljesítménye is romlani fog a

személynek, csak idő kérdése. Az emberekkel való kapcsolata megromlik, így újra negatív visszacsatolást szerez az egyén. Azonban teljesen egyetértek Bergner. H.M.T, mert a kiégést nem feltétlenül egy rossz folyamat, hanem egy visszajelzés az egyénnek, hogy valami már nem olyan, mint régen. Fontos, hogy felismerje önmagában a helyzetet és az állapotot. Ezen valahogyan változtatnia kell vagy munkahelyet váltani, amely az egyént visszatereli a megfelelő útra. Ez az út pedig nem más takar, mint a személy új céljait, motivációját, jó kedvét, munkájában szerzet örömet, azaz közelebb kerüljön az önmegvalósításhoz (Bergner, 2012).

4.2.2. A STRESSZ ÉLETTANI HATÁSAI

Régebben az egészségügyben tevékenykedtem és a biológiai diszciplínámból kifolyólag is tudom, hogy milyen hatalmas hatással van az embere az állandó stressz. Magát a stresszt, ha élettanilag nézzük, akkor különböző hatásokat értük alatta. Ez a sok hatás, ami éri az egyént a későbbiekben meg fogja szüntetni a szervezet és környezete közötti egyensúlyt (homeosztázis). A stressz lényegében egy reakció, amit az egyén válaszként ad a különböző hatásokra (stresszorok), amelyek őt érik. A stresszor nem más, mint az egyén számára megterhelő helyzet, ami egy válasz reakciót fog kiváltani. Az egyensúly megbomlásának következménye az lesz, hogy a homeosztatikus szabályozási folyamatok mennek végbe (aktiválódnak). Ennek az aktiválódásnak a célja, hogy a belső környezet állandóságát biztosítsa. Ha a szervezet egyensúlya eltér az optimális állapottól, akkor a szervezetünk annál nagyobb energiát fog fordítani arra, hogy a homeosztázis visszaálljon. Lényegében erősebb lesz a kiváltott stresszválasz az egyénnél (Fonyó Attila, 2011).

Kiváltó tényezőit két nagyobb csoportba lehet sorolni:

a) fizikai behatások:

Különböző sérülések, a különböző toxikus anyagok, az egyéb patogének által kiváltott fertőzések, a szélsőségesen jelenlevő hideg és meleg, valamint a zaj is ide tartozik

b) pszichoszociális megterhelések:

A teljes elkülönítés (izoláció), a túl nagyfokú zsúfoltság, amelyek általánosan keltenek az embernél stresszt. Azonban ide tartozik a tömeg és a magány is. Ez azonban nagyfokú különbségeket mutat az egyéneknél.

Az olyan betegségek, amelyek a stresszel vannak összefüggésben az lehet egy egyszeri vagy intenzív stresszhatásoknak a következménye. Ilyen stressz hatások lehetnek a negatív élmények, de a traumák is. A kisebb intenzitású, de ismétlődő vagy akár állandósult, mindennapi megterhelések is nagy szerepet játszanak (Emri, 2022). A stresszreakció evolúciósan a szerzett fenyegető helyzetekre adott adaptív reagálásnak tekinthető. Élettanilag készíti fel az egyént a harcra és a menekülésre (burnout-ra fordítva: lényegében változtatnia kell az egyénnek valamit vagy munkát kell váltania). Egy úgy nevezett „alarm” állapot van jelen, ami nem más, mint egy idegrendszeri riadó. Milyen szinaptikus hatásokat vált ki? Lényegében a szívritmus és vérnyomás növekedéséhez vezet. Vérellátás fokozódik, mégpedig az izmokban (menekülés biztosítása). Ezzel egyidőben a légutak kitérülnek és maga a légzés is szaporábbá válik (oxigénellátottság biztosítása). Az energiának felszabadítása pontosabban a glükóz felhasználása, ezáltal biztosítva a vércukorszint emelkedését (gyors reakció) (Fonyó, 2011).

a) Hipotalamusz-hipofízis-mellékvesekéreg-tengely:

Hipotalamusz-hipofízis-mellékvesekéreg-tengely, ami a szinaptikus idegrendszert szintén aktiválja, viszont hosszabb távú hatást eredményez (locus coeruleus tartósan aktivált állapotban marad). Ez lehetővé teszi a stresszhelyzethez történő tartós alkalmazkodást.

b) Rövid távú kognitív hatása:

A stressz a tanulási folyamat fontos katalizátoraként van jelen

c) Hosszú távú kognitív hatása:

A krónikusan fennálló szociális stressz hatására csökkeni fog a hipotalamusz mérete. A kortizol állandó magas szintje miatt az emlékezésben is zavart okozhat. Az állandó

stressz veszélyezteti az egészségi állapotot.

Krónikus stresszválasz, amikor a szervezet ellenálló képessége meggyengül. Egészségkárosító magatartás formák ilyen például: dohányzás, kevés testmozgás, alkohol fogyasztás, az egészségtelen táplálkozás (Fonyó, 2011).

A Burnout rizikó csoportjai, foglalkozásai

A kiegészítő lényegében minden foglalkozás esetében előfordulhat. Azonban leginkább olyan foglalkozásoknál, ahol az egyén mások jobbulásáért, fejlődéséért tesz különböző tevékenységeket. Ilyen például:

- 1) orvosok
- 2) idősgondozók
- 3) ápolók, ápolónők
- 4) titkárok
- 5) ügyfélszolgálatban dolgozók
- 6) papok
- 7) pszicho terapeuták
- 8) szociális munkások
- 9) edzők (trénerek)
- 10) pedagógusok

4.2.3. A KIÉGÉS HÁROM ISMERTETŐ JELE

Ha szeretnénk azt megállapítani egy embernél, jelen esetben egy tanárnál, hogy milyen állapotban van, akkor fel kell állítanunk egy

diagnózist a kiégéssel kapcsolatban. Ennek három fő ismertető jele van. Az első az érzelmi kimerültség, a második a deperszonalizáció (elszemélytelenedés), valamint a csökkenő teljesítőképességet.

I) Érzelmi kimerültség

Minden tünet fontos a burnout szempontjából, de az érzelmi kimerültség az egyik legfontosabb. Nagyon sok kijelentésben meg is nyilvánul.

Példának okán a következő mondatokkal támasztanám alá:

- „Én üresnek érzem magam...”
- „Nincs semmilyen erőm”
- „Nekem szabadságra kell mennem, de azonnal”

II) Deperszonalizáció (elszemélytelenedés)

Az egyén elkötelezettségének mértéke másokkal szemben, mint például a családtagokkal, a partnerével, a kollégákkal és a barátokkal drasztikus csökkenést mutat. Ilyenkor a viselkedésében is nagy változások vélhetők fel. A személy elkezd

közömbösen és cinikusan viselkedni. Illetve szarkasztikus hozzászólásokat nyilvánít a külvilág felé. Ezáltal teljes mértékben elszemélytelenedik a körülötte levő személyektől. Kerüli a társaságot és inkább elvonul. Sok emberről a rosszindulatot feltételezi és inkább negatív gondolatai, érzelmei támadnak a körülötte lévő személyekről (Bergner, 2012).

III) Csökkenő teljesítőképesség

A legkevésbé fontos mondhatni, mert a fentiekben írt két fő ismertető jel közül ez érvényesül a legkisebb mértékben. A kezdetekben az egyének nagy hiperaktivitással tevékenykednek. Fontos kiemelni,

hogy ez nem tudatosan történik. Egy folyamatosan ismétlődő hurokba kerülnek, ami miatt nem borulnak, készülnek ki. A csökkenés a kezdeti stádiumban nem igazán észrevehető. A későbbiekben látható az egyén teljesítő képességén, de már akkorra jóval előrehaladottabb állapotban van. Fontos megjegyezni, hogy a tanárok kilógnak, mert náluk már a teljesítő képesség jelei az elején is megmutatkozik és észrevehető. Lényeges, hogy a különböző szakaszok esetén a burnout ismertető jelei közül, mindig más kerül előtérbe és dominál, azaz kijelenthetjük, hogy ingadozik. Azonban fontos azt is megemlíteni, hogy a különböző szakmákban is más ismertető jelek kerülnek előtérbe. Tanárok esetében a deperszonalizáció kerül elsőnek előtérbe (Bergner, 2015). A teljesítményükkel kapcsolatban nem panaszkodnak, mert az elszemélytelenedés erősen jelen van.

4.2.4. BURNOUT FÁZISAI

Összesen három fázist lehet elkülöníteni, de ezek szoros viszonyrendszerben állnak egymással.

I) Agresszió és aktivitás:

Tünete a harag, amelyből az agresszivitás fakad. Nagyon hosszú időintervallumot ölel át, mert akár rövid ideig, de jellemzően több évig is eltarthat. Nem jellemző a rövid időn belüli feladás. Ebbe a kategóriába sorolhatók a tanárok is. Hiszen tudjuk, hogy a társadalomban sok olyan tanár van, aki a burnout nem kezdeti stádiumában van, de még mindig nem hagyta el a tanári pályát, hivatást. Ebbe közre játszik a sok tréning, amelyen részt vesznek a tanárok. Sokszor keresik a célt, hogy újra magukra találjanak. Így csak a legvégső esetben fogják feladni és otthagyni a hivatást. Ebben a fázisban még a stressz sem érinti az egyéneket (Bergner, 2012).

II) Menekülés és visszavonulás:

Ebben a fázisban a rettegés az, amely erősen dominál. Az elején csak bizonyos helyzetekben vélhető fel, de ezt követően folyamatosan előkerül a rettegés, amelyet a menekülés fog kísérni. Amikor ez

bekövetkezik, két dolog történhet. Az egyik esetben az aktivitásuk nagyfokú lesz, túlzásokba esnek. A másik esetben pont ennek az ellenkezője valósul meg, azaz minimálisra fogják csökkenteni.

III) Elszigetelődés és a passzivitás:

Ebben a stádiumban a motiváltság egyre inkább csökken mondhatni, gyengül. Ilyenkor az egyénben tudatosodik, hogy külső segítségre van szüksége. Ez leginkább a végső szakaszban lévő emberekre jellemző. Ilyenkor már valamilyen külső szert használ. Külső szer alatt az alkoholt, a gyógyszert vagy a nikotin tartalmú drogok alkalmazása történik. A külső szemlélők is már látják a személyen a depressziót. Önkielégültség hiánya erősen fennáll és olykor az egyénnél a deviáns viselkedés is megjelenik, értem ez alatt az öngyilkosságot is. Ebben a stádiumban az aktivitás a nullával egyenlő. A szindrómát kezdetekben még könnyű felismerni és kezelni. A későbbiek folyamán depresszió vagy pánikbetegség is felmerülhet így maga a szindróma nehezen válik láthatóvá.

4.2.5. KIÉGÉS HÁROM TERÜLETÉNEK ISMERTETÉSE

Három területet különböztethetünk meg: az érzések, a viselkedés és végül a test (szervezet) (Bergner, 2012).

I) Érzések:

Fontos, hogy nem mindegy milyen stádiumban van az érintett személy, mert annak függvényében változnak az érzelmek. Azt viszont le lehet szögezni, hogy az elején leginkább az időhiány érzése jelenik meg. Ezzel együtt hangulatingadozások, ingerültség, tolerancia csökkenés és az elégedetlenség is előfordulhat. A későbbiek folyamán a munkakedv elvész és magas fokú kimerültség jelentkezik. Pessimistának tűnhet az érintett burnout-szindrómás. A folyamat tovább haladása esetén az üresség érzése elkezdődik, majd túlterheltnek érzi magát, majd egyre inkább jelentkeznek a kudarcélmények. Végül depressziós időszak következik be. Valamint az érzések mértéke egyre inkább fokozódik.

II) Viselkedés:

Magatartásbéli változások is követik a stádiumokat. Elsőnek hiperaktivitás figyelhető meg, majd a későbbiek során csökken a teljesítő képességük, valamint a teljesítményük is azzal együtt romlik. Ezt természetesen nem veszik észre hosszú időn keresztül. A távolságtartás elkezdődik és problémák merülnek fel a körülötte levő személyekkel. Nincs már meg náluk a flexibilitás, céljaik elhalványulnak, majd eltűnnek. Koncentrációbéli problémák is felmerülhetnek. Végül elveszíti mindennel kapcsolatban az érdeklődését és a szabadidős tevékenységeit is feladja. Deviáns viselkedés lép fel.

III) Test (szervezet), a kiégést testi tünetek is kísérhetik.

- 1) fejfájás,
- 2) mellkasifájdalom,
- 3) hátfájdalom,
- 4) fáradtság,
- 5) rosszullet,
- 6) rossz közérzet,
- 7) alvászavar,
- 8) szédülések,
- 9) szexuális étvágy csökkenése,
- 10) fogcsikorgatás.

4.2.6. A BURNOUT MEGELŐZÉSÉNEK 12 SZINTJE

A kiégést többféleképpen osztották fel. Azonban napjainkban a 12 lépés az elfogadottabb. Fontos megemlíteni, hogy a kiégést a külső és

belső környezetek váltják ki, azonban a közties tényezők is kiválthatják a szindrómát. Nehéz őket elválasztani egymástól és véleményem szerint nem is kell, mert az életben és mindennapjainkban sem fordul elő, hogy csak az egyik hat ránk. Hanem ezek együttes hatása ér bennünket. Az elkülönítés leginkább azért kell, hogy jobban megértsük a lezajló folyamatokat, stádiumokat tulajdonképpen magát a szindrómát. A megelőzés során lényeges, hogy az adott személy mit tud az életében megváltoztatni vagy akár annak mértékét hogyan képes alakítani. Ahhoz, hogy a megelőzést el tudjuk kezdeni meg kell állapítanunk az állapotnak az előrehaladottságát. Amikor ez megtörténik, utána tudunk olyan intézkedéseket véghez vinni, amely a gyógyulás útján végig vezet és egészséges állapotot eredményez. A sikeres megelőzéshez viszont fel kell mérnünk az állapotot és a körülményeket is. Egyénre szabottan kell összeállítani a megelőzést vagy kezelést.

A megelőző program ezen fő okokra épül (Bergner, 2012):

- 1) Valóság elfogadása: Elsősorban önmagunkkal kell, egy énkommunikációt végezni. Fel kell tennünk önmagunknak a kérdést, hogy kiegészben szenvedek-e?
- 2) Erőforrásgyűjtés: Meg kell keresnünk az erőforrásainkat. A jó hír, hogy minden egyes embernek van. Ezáltal sokkal könnyebben elindulhatunk a gyógyulás útján.
- 3) Önmegértés: Az önismeret hiánya nagyban segít abban, hogy a kiegész kialakuljon. Ezáltal nem értjük önmagunkat. Meg kell keresnünk mi is az, amit nem értünk önmagunkkal kapcsolatban, mert ez adja a táptalajt. Ha ez sikerül jobban megtudjuk önmagunkat érteni. Így a megelőzés, kezelés előrébb mozdul.
- 4) Időtől való függetlenség: Ez esetben nem az időhiány, ami gondot okoz, hanem a kényszer. Az időkorlátok, határidők betartása. Itt fontos, hogy a határidőkhöz kell tartania magát és nagy fegyelmet kell tanúsítania az egyénnek. Lényegében a napunkat be kell osztanunk és a rendelkezésünkre álló időt megfelelően kell kezelnünk

és felhasználnunk. Tehát fontos az időgazdálkodás és magának a határidőknek a kezelési módja.

5) Önbizonyosság: Folyamatos önbizonyosságunkat kell erősíteniük.

6) Tartós elégedettség: A tartós elégedettség esetében az önismeretünkkel kell tisztában lennünk. Teljes mértékben őszintének kell lennünk magunkkal, mert csak ez által tudunk tartós elégedettséget fenntartani. Ellenkező esetben kérdések merülnek fel, ami

ismételten a stressz és egyéb más tünetet erősíthet.

7) Stressztolerancia: Eltérő, mindenkit másképpen ér egy adott stresszt kiváltó dolog.

Lényegében egyéneként eltérő. Önmagunkban egyensúlyba kell hoznunk, ami jó és rossz. Ezáltal érzük el az összhangot.

8) Kettős kompetencia: Az érzelmi kompetenciára kell összpontosítanunk. Ha ez sikerül újra kapcsolatot tudunk teremteni másokkal.

9) Helyzettolerancia: Az elviselhetetlen helyzeteket meg kell tanulnunk kezelni. Azaz különböző körülményekhez, helyzetekhez jó módszert kell alkalmaznunk.

10) Szerepbiztonság: A magunk által választott szerepet, ha nem tudjuk betölteni, akkor van probléma. Tehát rá kell jönnünk, hogy hogyan tudjuk az általunk választott szerepet betölteni, ami biztonsággal fogja eltölteni az egyént.

11) Célfelismerés: A kiégés nagy összefüggést mutat azzal, hogy az általunk kitűzött cél nem érhető el. A belső valódi céljainkat kell megtalálni, valamint olyanokat, amelyek elérhetőek és megvalósíthatók.

12) Célmegközelítés: Az előző 11 szint segít bennünket, hogy a célt meg tudjuk határozni, ami lényegében értelmet ad az életünknek.

5. EREDMÉNYEK

5.1. DEMOGRÁFIAI ÉS SZOCIOMETRIAI VIZSGÁLATOK

A válaszadók területi eloszlása

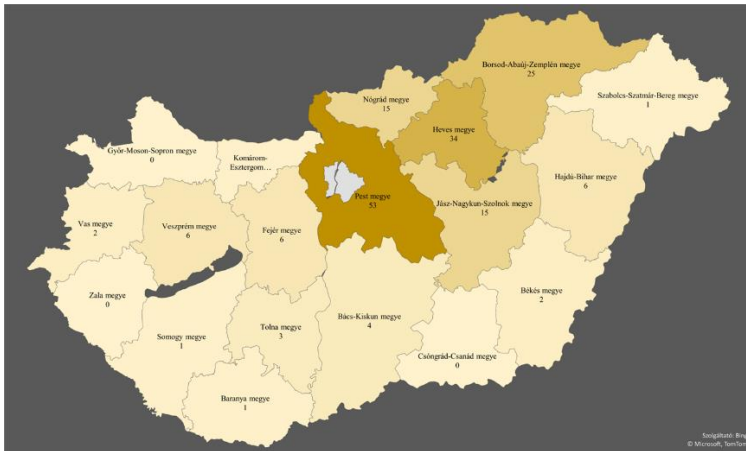
A kérdőív kitöltőinek területi eloszlását láthatjuk a térképen. (4. ábra) Ezen válaszadók mind az Eszterházy Károly Főiskolára, az Eszterházy Károly Egyetemre, valamint az Eszterházy Károly Katolikus Egyetemre jártak vagy éppen végzik a tanulmányaikat (az intézmény az elmúlt 10-évben kétszer is névváltozáson esett át). A válaszadók többsége 3 vármegyére koncentrálódik. A legtöbb válaszadó Pest vármegyére tehető 30%-os (54 fő), ezen vármegyét követi Heves vármegye 19,3%-kal (34 fő) és harmadik helyen követi Borsod-Abaúj-Zemplén vármegye 14,2%-kal (25 fő).

Ezen három vármegyét Nógrád vármegye és Jász-Nagykun-Szolnok vármegye azonos kitöltő számmal követi 8,5%-kal (15-15 fő). A többi vármegyéből beérkező válaszok csekélyek. Ezen válaszadók száma 0-6-ig terjed. A kitöltők eloszlása nem volt meglepő számomra, erre az eredményre számítottam. Úgy gondolom, hogy a felsorolt első öt vármegyéből, azért érkeztek többségében válaszok, mert Heves vármegye szomszédságában vannak.

Az egyetemekre való jelentkezésnél a választás során a távolság meghatározó szempont. Többségében elmondható, hogy a válaszadók a főiskolai vagy egyetemi tanulmányaik után visszatértek a szülővárosukba és annak környezetében vállaltak munkát. Így többségében a kérdőívem eredményei leginkább az öt vármegyét fogják reprezentatívan bemutatni és csak kis százalékban a többi vármegyét. A válaszadók többségének a szülővárosa, vagy ahonnan érkeztek, azok többségében megyeszékhelyek, nagyvárosok. Így leginkább azok aktuális oktatási helyzetét, a tanárok kiégéssel kapcsolatos véleményét és állapotát mutatják meg az eredmények. Lényegében a kisebb településekről és falvokról csak csekély mértékben kaptam információt.

A válaszadók nemének és életkorának eloszlása

A nemek arányának megoszlása egyezik az én előfeltételezésemmel, hiszen a tanári pálya napjainkban nagy mértékben el van nőiesedve. Tehát többségében női tanítók és női tanárok vannak jelen, a férfi tanítók és férfi tanárokkal szemben. A kérdőívem igazolta is ezt a feltételezést. A valóságban a nők aránya még nagyobb mértékű, mint amit eredményként kaptam. A természettudományos szakok miatt a mintámban magasabb a férfiak aránya.



4. ábra: A kitöltők megoszlása Magyarországon (fő)

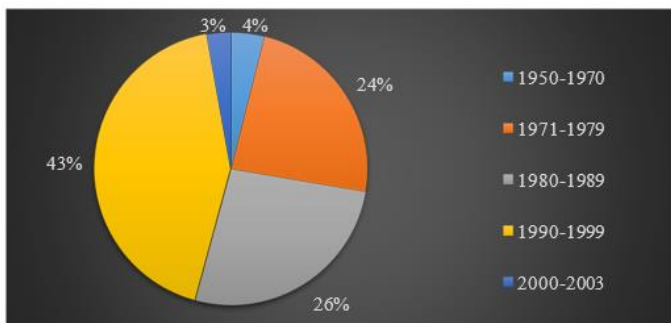
Személyes tapasztalatom, hogy a tagiskolában, ahol tanítok, összesen a tanári kar 50 főből áll. 4 férfi tanár van jelen az iskolában, ebből az egyik én vagyok. Lényegében az iskolában, ahol tanítok, a férfitanárok a tanári karnak 8%-át teszik ki. A belső tanítási gyakorlatom során hasonló tapasztaltot szereztem, valamint a volt iskolai éveimre is visszatekintve ez az állítás állja meg a helyét.

A mintában a válaszadók 53%-a nő volt (94 fő). A férfiak pedig 47%-ot tesznek ki (83 fő). A saját véleményem az, hogy nagyon fontos a

férfi tanárok jelenléte az oktatásban. Egyrészt azért, mert a társadalmunkban nagyon sok gyerek van, akiknek a szülei elváltak, így többségében az édesanyjukkal maradnak és nevelkednek a gyerekek. Így kevesebb olyan inger éri őket, amely az édesapjuktól származik, teljesen más szocializációs térben nőnek fel (elsődleges szintér). De miért fontos ez? Lényegében a férfi tanárok mondhatni kis mértékben pótolják a férfiak (apától kapott) által nyújtott értékeket. Még pedig úgy, hogy a különböző normákat, értékeket, attitűdöket és szemléleteket átadják a gyerekek számára.

Javaslatom az, hogy az oktatási rendszerben, valahogyan több férfi tanító bácsit és férfi tanárt kellene bevonítani és benntartani. Ennek megvalósítását egy kutatással kellene kezdeni, ahol felmérjük az igényeket és mások javaslatait összegyűjtjük.

A válaszadók korának eloszlása nagy terjedelmet mutat, az 1950-es évektől a 2003-as évig előfordult alany a mintában. Az egyszerűség és az átláthatóság érdekében időintervallumokra osztottam a születési éveket (5. ábra). Többségében (43%) az 1990-1999 között születettek töltötték ki a kérdőívet. A második koresoport az 1980-1989-es években születettek (26%) és 24%-os a 1971-1979-ben született kitöltők aránya. A fennmaradt 3% és 4% mutatja nekünk az 1950-1970-es és a 2000-2003-as születésű kitöltők arányát.

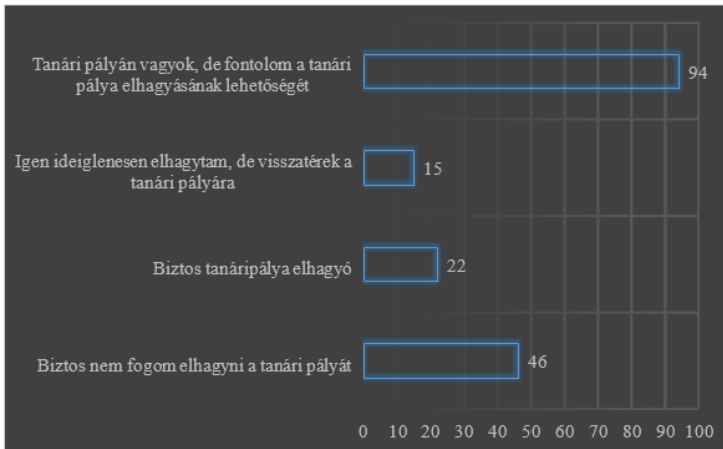


5. ábra: Kitöltők életkor szerinti megoszlása (%)

A vizsgálatokból készített kördiagram, azt a tényt mutatja, hogy a kérdőívet 23-éves korosztálytól az 50-éves korosztály töltötte ki. Lényegében olyan személyek, akik legalább 30 éve a tanári pályán vannak jelen. Illetve a pályakezdő tanárok és körülbelül 10-20 éve a tanári pályán levő pedagógusok. Így a kérdőívből kapott eredmények ezen korosztály fedik le és mutatják be.

A tanári pályáról alkotott vélemény alapján a kérdőív összeállításánál négy nagyobb kategóriát hoztam létre (6. ábra).

A válaszok eredménye képen azt a megállapítást vontam le, hogy a 176 emberből összesen 94-en (53%-a) fontolják, hogy otthagyják a tanári pályát (6. ábra). Ez a minta több mint fele. Ha hozzáadjuk a maradék 22 főt (a biztos tanáripálya elhagyókat), akkor összesen a 176 válaszdoból 116-an nem lesznek a tanári pályán, illetve a maradék 15 fő (9%) otthagya ideiglenesen. Ennek oka egyrészt a gyermek vállalás a női tanárok esetében. Ez körülbelül 1-3 év amíg GYED-en vagy GYES-en vannak. A válaszadók kicsivel több mint negyede, pontosabban 46 fő (26%-a), nyilatkozott arról, hogy nem hagyják ott a tanári pályát. Ezen kitöltők leginkább a női tanárok voltak.



6. ábra: Tanári pályán lévők (fő)

A férfi tanárok esetében a pálya elhagyásának oka az alacsony jövedelem, amely a családalapítás esetében nem elegendő, így a jövedelmezőbb munkák keresése és vállalása mellett döntenek.

A tanári pályát elhagyó személyek és azok, akik a tanári pályán vannak, de fontolják, hogy ott hagyják a hivatást, leginkább a közép korosztály és a fiatal pályakezdő tanárok voltak.

Ebből a konklúziót levonva nagyon sokan ott hagyják, vagy ott fogják hagyni a tanári pályát és ami leginkább elgondolkodtató, hogy nem lesznek fiatal tanárok és a magyar oktatásban kérdéses lesz az utánpótlás. További kérdéseket vet fel, mi lesz akkor, ha a későbbiek folyamán tanárhiánnyal fogunk küszködni és nem csak a vidéki városokban, a falvakban, a kisvárosokban, hanem a nagyvárosokban is. Bennem az a kérdés fogalmazódott meg, hogy 10-20 év múlva a minőségi állami oktatást meg kell-e fizetni?

Ez alatt azt értem, hogy a gyermekemet vagy gyermekeimet, annak érdekében, hogy szakos tanár tanítsa, magán iskolába kell majd íratnom? Emellett az a kérdés is megfogalmazódott bennem, hogy a

későbbiek folyamán a magyar oktatás hogyan lesz képes orvosolni a nyilvánvaló problémákat.

A vizsgálat nagyon sok előfeltevésemet igazolta. Többek között azt, hogy sokan nem is állnak munkába vagy viszonylag rövid időn belül otthagyják a tanári pályát. Illetve, akik még is ezen a szép pályán szeretnének maradni, nagyon kevés korabeli munkatárs lesz a környezetükben.

Én erről úgy vélekedem, hogy a túl nagy korkülönbség kellemetlen légkört okozhat egyes embereknél és sok nézeteltérést. Egy 3-4 éve pályán lévő pedagógusnak nem feltétlen lesz ugyan akkora tekintélye, mint aki már 20-30 éve a pályán dolgozik, valamint a nézetek és gondolkodásmódok miatt is nagy szakadék alakulhat ki.

Azonban úgy vélem, ha van egy probléma, akkor annak a megoldását kell keresnünk és azt, hogy minél kevesebb időn belül orvosolni tudjuk a helyzetet. Illetve, akik a munkában tevékenykednek azok a későbbiek folyamán ne hagyják ott a szakmát.

Összeségében egy komplex problémáról beszélhetünk, hiszen ez a probléma még nem mindenhol érzékelhető és figyelhető meg, de ha bekövetkezik a még erőteljesebb megjelenése, akkor kihatással lesz minden gazdasági szektorra. A következőkre lesz hatással:

A primer (első) szektor esetén a mezőgazdaságra és a bányászatra. A szekunder (második) szektor esetén az alapanyagokra és késztermékekre, mint például a kohászatra, gépiparra vagy gyógyszergyártásra. A terciér (harmadik) szektor esetén a kereskedelmet, a bankokat, az oktatást érinti. Végül a kvarternert (negyedik) szektorra, ahol kutatás-fejlesztés, szoftver fejlesztések zajlanak.

Nem lesz elég jelentkező a szakiskolákba, egyetemekre, így a társadalom számára nem fognak „kitermelődni” a szakemberek, akik a vérkeringés fontos komponenseit képviselik. Gondoljuk a villanszerelőkre, a vízszerelőkre, a szobafestőkre. Ha mégis akkor milyen minőségi oktatásban fognak részesülni?

Ma már nagy gondot jelent találni egy jó szakembert. Vagy akár az egyetemeken nem lesz elég hallgató. Jelenleg is nagy változásokon megy át minden egyetem a felvételi pontrendszerüket tekintve. Számos hallgató lemorzsolódik és a követelményi szintek érettségig és az egyetemeken is egyre kisebb mértéket vesznek fel. A jövőre nézve én azt feltételezem, hogy egy olyan folyamatot indít el, amelynek eredménye az, hogy a képzések nagyrésze megszűnik vagy megváltozik akár teljes mértékben. Így nem lesz, ami kiszolgálja a fogasztói társadalmat és mindenek felett a társadalmi jóllétet.

Ehhez kapcsolódóan hasonló forrást találtam pontosabban egy videót, amelyben a Stanford Egyetem Hoover Intézetének munkatársa tartott előadást a Magyar Tudományos Akadémián. Név szerint Hanushek Eric kutató és közgazdász. Az ő előadásában is szó volt az oktatás és a gazdaság kapcsolatáról. Az előadásában arról számolt be, hogy maguk az egyének képességei befolyásolják a gazdaság jövőjét. A társadalom készségei nagy mértékben meghatározzák az országunk gazdasági fejlődését, növekedését ((117) Education in a Changing World – Eric Hanushek (2023.02.27.) - YouTube).

Tanári végzettség nélkül tanít/tanított kérdés esetében a válaszadók kevesebb, mint a fele pontosabban 81 fő (45%) úgy tanított vagy tanít, hogy nem volt meg vagy még nincs meg a végzettsége. Ez az érték számottevően magas. Így számomra több kérdés merül fel.

- Tényleges tanárhiány áll fenn?
- Ha a tanárhiány jelen van az oktatási rendszerben, akkor ezáltal próbálják pótolni és mérsékelni az oktatási rendszert?
- Végzettség nélkül is lehet huzamos ideig tanítani?
- Ha végzettség nélkül is lehet tanítani, akkor van-e értelme elvégezni az 5 és 6 éves képzést az egyetemeken?
- Van-e vagy lesz-e értéke a tanári diplomának, ha minden más végzettségű személy taníthat?

➤ Mennyire sérti és rontja a tanárok megbecsültségét ez az intézkedés?

➤ Illetve ezen személyek ugyan azt a jövedelmet kapják, mint akik főiskolai vagy egyetemi végzettséggel rendelkeznek?

➤ Sok kérdés merült fel, de ami leginkább elgondolkodtatott, hogy ezek a rövid távú megoldások a későbbiek folyamán milyen hatással lesznek a gyerekek életére és tanulmányaikra egyaránt?

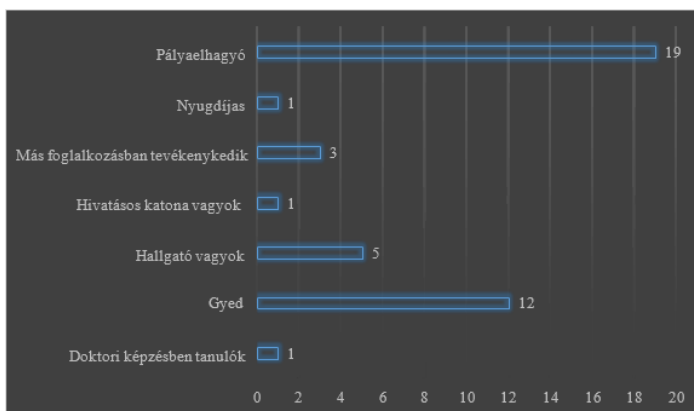
A legnagyobb probléma a végzettség nélküli emberek alkalmazásával, hogy nem ismernek módszertant. Nem tudnak olyan feladatokat összeállítani, amelyek a gyerekek szintjének megfelelő lenne. Így a tanulók tudása nem lesz megfelelő. Az első lépés a gyerekeknél az, hogy megtanítsuk őket a tanulás módszertanára, hogy a későbbiek során a megtanult ismereteket magukévá tudják tenni és ezáltal a gyakorlatban tudják használni, kamatoztatni. Fontos, hogy az önálló munkavégzés, tanulást ismerjék egy bizonyos szinten. A jövőre nézve nem lesznek mellettük szülők, tanárok, akik segíteni tudnának. A lényeg képesség tételre való nevelés és rendszer szemlélet. Így a nagybetűs életben bármilyen probléma is kerül elő és árnyékolja be az illető életútját, a megfelelő tudással, megvilágosodással könnyen eltudja majd oszlatni.

Javaslatom, hogy a végzettség nélküliek alkalmazása ne legyen hosszútávú. Valamilyen tanfolyam vagy kurzusok keretein belül a módszertannak a megismerése és elsajátítása történjen meg. Így a gyerekek tudásának mérése reális lesz és számos differenciálást tud majd alkalmazni a munkája során. Több siker élménye lehet a pedagógusnak és gyerekeknek egyaránt.

A válaszadók tanítanak-e kérdésre a megkérdezettek 76 %-a (134 fő) azt válaszolta, hogy tanít valamilyen típusú iskolában, legyen az általános iskola, középiskola, gimnázium, szakgimnázium, szakképzőiskola, technikum vagy szakiskola. A maradék 24 % (42 fő) nem tanít különböző okokból kifolyólag. Ezen okokat a következő oldali hisztogramon mutatom majd be.

5.2. OKOK, AMI MIATT ELHAGYJÁK A TANÁRI PÁLYÁT

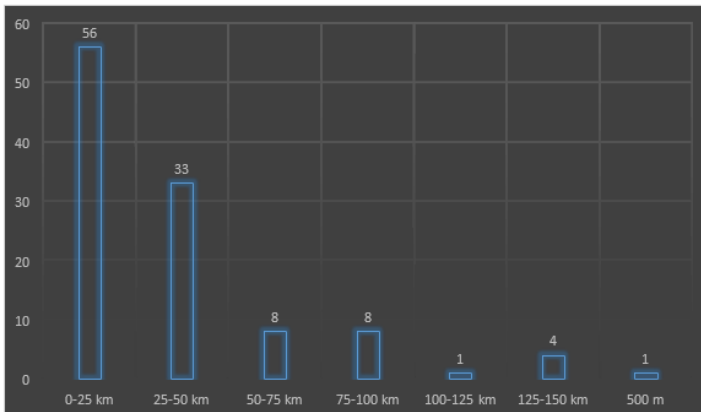
A válaszadók közül az alábbi okok miatt hagyták el a pedagógusi pályát (7. ábra). Van, aki nem nevezte meg, csak a fogalmat jelölte, illetve mellette a második helyen a GYED-en lévők szerepelnek, akik talán csak ideiglenesen pályaelhagyók. Más okok közé tartozik, hogy valamilyen képzésben még részt vesz az egyetemen vagy valamilyen más foglalkoztatásban van jelen. Ebből kifolyólag is látszik, hogy a válaszadók leginkább női tanítók vagy női tanárok.



7. ábra: Különböző okok, amelyek miatt nem dolgoznak a tanári pályán (fő)

A napi vagy heti ingázás kérdésre a 176 kitöltő közül 164-en válaszoltak (8. ábra). Összesen 111 fő (56,3%) volt az, aki ingázott napi vagy heti szinten az otthonától a munkahelyéig és 53 fő (43,6%), aki nem ingázott. Az ingázók esetében nagy változatosságot mutatott a megtett kilométerek száma. Összesen 53 fő (30%) teljes mértékben nem ingázott (0 km), akik ingáztak azok leginkább 0-25 km, valamint 25-50 km között ingáztak naponta vagy hetente. Összesen 92 főt (52,8%) érintett a viszonylag kis mértékű ingázás (Kismértékű ingázás 0-50km-ig). Voltak olyan személyek, akik 50-150 km-t is ingáztak, de ennek száma elenyésző a többihez képest viszonyítva 12%-ot tesznek ki. Összesen a nagy mértékű ingázás 20 főt (11%)

érint. A kismértékű ingázás időtartamát nézve tömegközlekedéssel körülbelül 1,5-2 óra közé esik, ha autóval közlekednek akkor 1 óra időt vesz igénybe az ingázásra fordított idő. A nagymértékű ingázás esetében az utazási idő 2-4 óra közé esik tömegközlekedéssel. Ha pedig autóval közlekedve teszik meg a távolságot akkor 3 óras utat jelent a tanárok napi vagy heti ingázását nézve derült ki a válaszokból. Úgy gondolom, hogy az ingázásokból azt a következtetést lehet levonni, hogy a tanárok leginkább otthonaik közelében keresnek iskolát és ott is vállalnak munkát. Elvértve vannak közöttük olyan személyek, akik a többórányi utazást mellett döntöttek. A tanári pálya elhagyása mögött úgy gondolom, hogy nem az ingázás áll vagy ha igen is akkor nem az dominál a döntés meghozatalában.



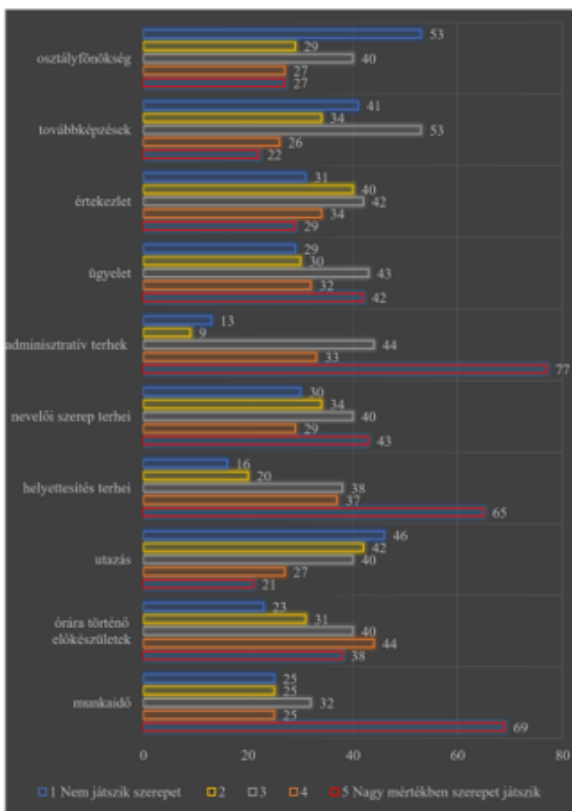
8. ábra: A tanárok ingázásának távolság szerinti megoszlása (fő)

Próbáltam felmérni a tanárok leterheltségének okát, amelyek közre játszanak a tanári pálya elhagyásában. A kérdőíves felmérésem kapcsán számos tényezőt vizsgáltam meg, amely eredményezheti a pálya elhagyását (9. ábra). A kérdés a következő volt: Ön szerint mennyire játszik szerepet a leterheltség a tanári pálya elhagyásában? A fentiekben felsorolt tényezőket egy 1-5-ig terjedő Likert-skálán kellett megválaszolniuk. Az egyes szám az jelentette, hogy nem

játszik szerepet, míg az ötös szám azt jelentette, hogy nagy mértékben szerepet játszik. Az elkészített sávdiaagramon 3 jelentősebb tényezőt emelnék ki. A legnagyobb értéket az adminisztratív terhek érte el (43,7%). Ezt követi a munkaidő (39,2%) és a helyettesítés terhei

(36,9%). Számomra nem volt meglepő, hogy ezen tényezők szerepelnek kimagasló helyen a leterheltségek között. Személyesen tapasztalom munkahelyemen is ezeket. A helyettesítések száma rengeteg hétről hétre. Sokszor a napjain kiszámíthatatlanok a helyettesítések miatt. A legnagyobb probléma egy-egy bakteriális vagy vírusos megbetegedési időszakban volt. A helyettesítések sok esetben nincsenek kifizetve és a saját óráink minőségére is hatással vannak.

Az adminisztratív terhek nagyon széles spektrumot ölelnek át. A munkában való adminisztráció több tényezőtől is függhet. Például az osztályfőnökségtől vagy akár az iskola típusától is. Ha egy jó szituált iskolában vagyunk osztályfőnökök, akkor annak az adminisztrációs munkája nem egyenértékű egy hátrányos helyzetű iskolában betöltött osztályfőnökséggel.



9. ábra: Különböző teherkategóriák, melyek szerepet játszanak a tanári pálya elhagyásában (fő)

Gondoljunk csak a hiányzásokra. Az igazolatlan órákat szintén le kell dokumentálni, illetve a megfelelő szervezetet értesíteni kell, amelyek további papírmunkát rónak az adott személyre. Valamint vannak olyan iskolák is, ahol a diszfunkcióban szenvedők papírjait adminisztrálni kell, jellemzést írni. Ezen terhek mellett a hiányzások vezetése, féléves értékelés, év végi értékelés is jelen van illetve a gyerekek jegyeinek, magatartásának, szorgalmának az egyeztetése és

megállapítása a testület által. Ezekről mind dokumentációt kell vezetni. Valamint az iskolai műsorokról, kirándulásokról, bejegyző nyilatkozatokat kell kiküldeni a szülőknek. Számos más adminisztratív tevékenységet írhatnék, de a lényeg, hogy sok ideje és energiája fordítódik a tanároknak erre a területre.

5.3. A KIÉGÉS „BOURNOUT” VIZSGÁLAT EREDMÉNYEI

A kutatásom során kíváncsi voltam, arra, hogy a kiégés meghatározó tényező a hivatás

elhagyásában. Ezért ezt a területet is elkezdtem vizsgálni több módszerrel is. A kérdőívem során zárt végű kérdéseket tettem fel a kitöltő tanárok számára. A burnout diagnózisának felállítására három nagyobb területet vizsgáltam meg (Bergner, 2015)

Az ismertető jegyek a következők:

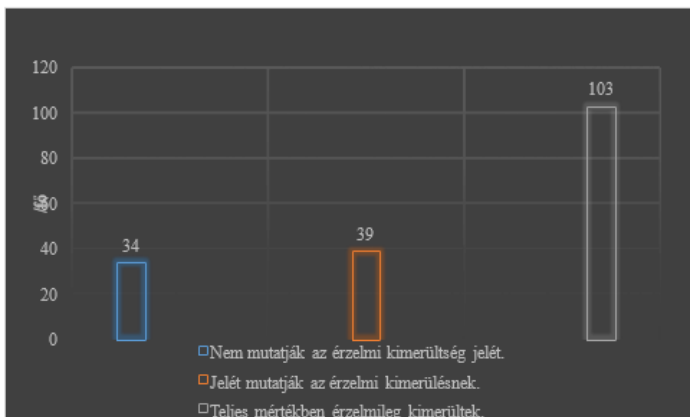
1. Első terület az érzelmi kimerültség.
2. Második terület a deperszonalizáció vagy másnéven elszemélytelenedés.
3. Harmadik a csökkenő teljesítőképesség.

5.3.1. ÉRZELMI KIMERÜLTSG EREDMÉNYE:

Összesen az Érzelmi kimerültségi tesztnél 176 ember adott választ. A válaszadókat három nagyobb kategóriába soroltam a fenti leírások alapján (10. ábra). A kézzel jelölt oszlop mutatja

számunkra azokat a válaszadókat, akik nem mutatják az érzelmi kimerülés jeleit. A 176 válaszadóból 34 főt (19,3%) nem érint az érzelmi kimerültség. Közel hasonló eredményt kaptam a narancssárgával jelölt jelét mutatják az érzelmi kimerülésnek kategóriában is (22,1%). Végül az utolsó kategória nem más, mint azok a kitöltő személyek, akik teljes mértékben érzelmileg kimerültek, valamint a kimerültség több jelét is észlelték magukon. A szürkével (fehér) jelzett oszlop 103-as értéket mutat (58,5%). A másik két értékhez képest ez az érték a háromszorosa az előzőknek. A gyűjtött

adatok esetében ezen személyek 70 vagy a feletti pontot érték el. Egyes személyek a 10 kérdésből 7 vagy 8 kérdésnél is 10-es értéket jelöltek a Likertskálán. A fentiekben leírtak esetében már egy kérdésnél jelölt 10-es pont mutathatja az érzelmi kimerülést. Összeségében leírható, hogy a válaszadók többsége az érzelmi kimerüléstől szenved (Bergner, 2015).



10. ábra: Érzelmi kimerültség mértéke a válaszadónál

5.3.2. A DEPERSZONALIZÁCIÓ (ELSZEMÉLYTELENEDEDÉS) EREDMÉNYE:

Összesen 176-en töltötték ki a burnout második területét. A felmérés alapján 103 (58,5%) válaszadót nem érint a deperszonalizáció. A fennmaradó 73 (41,5%) ember távolságot tart a családjától, barátoktól, kollégáktól. Összeségében a válaszadók több mint 40 %-a valamilyen mértékben mutatja a tünetegyütteseket (Bergner, 2015).

5.3.3. TELJESÍTMÉNY CSÖKKENÉS EREDMÉNYE

A teljesítmény csökkenés vizsgálatában összesen 176-an vettek részt. A kitöltők esetében nem volt olyan kérdés, amelyet nem válaszoltak

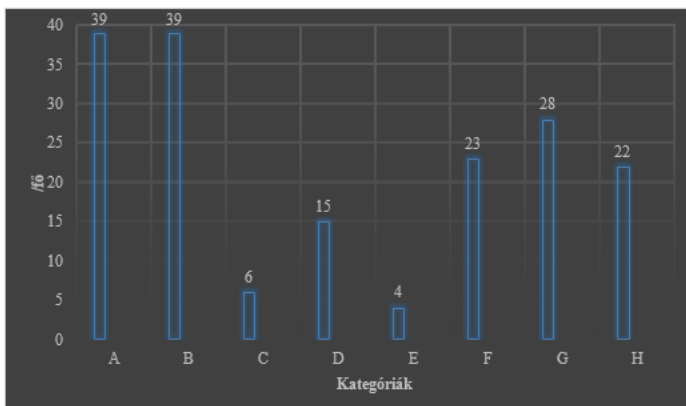
meg. Tehát a kiértékelés esetében senki nem kapott negatív előjelet, hogy nem válaszolt egy kérdésre. A szemléltetés érdekében egy oszlop diagramot készítettem. A kitöltők többsége az A és B kategóriába kerültek. Mind a két csoport 39-39 (22%) főt tesz ki. Tehát kijelenthetjük, hogy a kitöltők többsége nem szenved burnout szindrómában, mivel az A és B kategóriába tartozókra nem jellemző a diagnózis (1. táblázat).

A három további kategória (G, F, H) közel hasonló értéket vett fel. A 176 emberből összesen 28 főt (16%) tudtam a G kategóriába sorolni. Így ezen emberek esetében fennállhat a burnout szindróma előrehaladott állapota. 23 főnél (13%) a szindróma már folyamatban van F kategória és 22-nél (12,5) pedig nem mutatkozik a teljesítményében.

A C kategóriába összesen 6 fő (3,4%) került. Ebben az esetben a válaszadó fokozott aktivitást végez vagy pont az ellenkezőjét (C: Ez a válaszadási kombináció őszinte válaszadásánál nem lehetséges, hiszen Ön vagy teljesen aktív, vagy kimerült. Mindkettő egy időben csak nehezen elképzelhető). A D kategóriákba 15 főt (8,5%) tudtam besorolni, amely esetében a válaszadáskor sok ellentét fordult elő, így újbóli vizsgálást igényelne (D: Ez a kombináció is sok ellentmondást tartogat. Kérem ellenőrizze a válaszait!).

Azon személyek, akik az E kategóriába kerültek a kiértékelésnél jeleit adják a szindrómának és annak előrehaladott állapotában lehetnek (E: Fennáll a gyanúja, hogy burnout-betegsége előrehaladott állapotban van).

Összeségében elmondható, hogy a vizsgált minta heterogén. A kitöltők többségénél nem mutatkozik a teljesítménycsökkenés. Leginkább a szindróma kezdeti fázisában járnak. Kevés válaszadó esetében áll fent, hogy előre haladót állapotban vannak (Bergner, 2015).



11. ábra: Teljesítménycsökkenés kategóriáinak megoszlása a mintában

A három paraméter alapján azt az eredményt kaptam, hogy a 176 emberből 103-an kiégtek a munkájuk során. Százalékos értékben ez összesen 58,5%-ot jelent, azaz több mint a fele válaszadó burnout-ban szenved.

Javaslatot is megfogalmaztam, miszerint a tanári szakmában számos tényező szerepet játszik abban, hogy valaki a bournout útjára léphet. Úgy gondolom, hogy a jövőben nagyobb hangsúlyt kellene fektetni a tanárok bournout elleni prevenciójára. Az oktatási rendszerbe valamilyen utón-módon be kell integrálni a prevenciót. Fontosnak tartom, hogy a szindróma útjára való lépést előzzük meg. Hiszen, ha valaki már a kiégés útjára lépett, vagy már egyes tüneteket, tünetegyütteseket produkál, illetve előre haladott stádiumban van, akkor sokkal nehezebb kezelni magát a problémát. Fontos, hogy a tanárok megelőzzék a kiégést. Ha fordítanánk időt a kiégés ellen, akkor javulhat a probléma, ami jelen van a tanári pályán. Pontosabban véleményem szerint csökkenő tendenciát lehetne elérni a pályaelhagyók esetében. Ezáltal a fiatal tanárok bent maradnának az iskolai vérkeringésben, melynek hatása pozitív előre lépés hozna a jövőre nézve. A fiatal tanárok teljesen más értékeket, attitűdöket,

mentalitást képviselnek és adnak át a gyerekek számára. Korban közelebb állnak a diákokhoz, így nagyobb eséllyel megtudják

nyerni a tanulókat. A külső tanítási gyakorlat során is többször feltettem azt a kérdést a diákok számára, hogy velünk fiatal pályakezdőkkel miért jönnek ki jobban? A tanulók válaszai a következők voltak:

- „Tanárúrék jobban megértenek bennünket.”
- „Másabb hangulatban telik az óra”
- „Kevésbé szigorúak és nem teherként éljük meg az egyes tanórákat”

Tehát az elmondottakból én azt szűrtem le, hogy a társadalmi generációs különbség miatt sokszor a diákok, de fordítva a tanárok sem értik a fiatal tanulókat. Összeségében a pályakezdők számának növelése elengedhetetlen a tanári pálya során. Mely úgy gondolom, hogy pozitív hatást gyakorolhat a diákok tanulmányaira és személyiségükre egyaránt. A vizsgálatok során arra következtetésre jutottam, hogy a kiegészék háttérben döntően az érzelmi kimerültség és az elszemélytelenedés áll. A válaszadóim legnagyobb százalékánál mutatkoznak a burnout jelei, illetve a szindróma újtára léptek. Úgy gondolom, hogy nagyban megalapozza a tanári pálya elhagyását a szindróma jelenléte a pedagógusok életében.

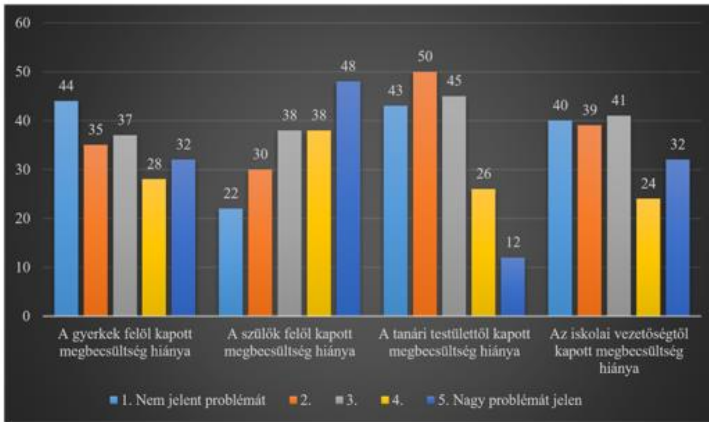
5.4. MEGBECSÜLTSG SZEREPÉNEK VIZSGÁLATA

A kérdőívem esetében a tanárok megbecsültségét is megvizsgáltam. A vizsgálat során több tényezőt is figyelembe vettem. A tanári munka esetében a megbecsültséget több helyről is kapják a tanárok (12. ábra). Egyrészt a vezetőség felől, a szülők felől, a munkaközösség felől, illetve a gyerekek felől, akikkel a tanárok dolgoznak. A kérdőívemben számos kérdéstettem fel a különböző csoportoknak. A kutatásom során kíváncsi voltam arra, hogy a kérdezett tanárok és a leendő tanárok mennyire érzik úgy, hogy a társadalom megbecsüli őket. Számomra ez a kérdés nagyon fontos volt a diplomamunkám kapcsán,

hiszen az, hogy egy szakma/hivatás mennyire van megbecsülve nagy mértékben befolyásolhatja az érintetteket, hogy a pályán maradnak-e vagy sem, valamint a pályára való jelentkezésre is nagy hatást gyakorol. Így az utánpótlás elfogyásának a veszélye is fennáll. Napjainkban a megbecsültséget és elismerést a mérnökök, az orvosok, a jogászok, és informatikusokat kapják a társadalmunktól. A médiában és a mindennapi életben is az tapasztaltam, hogy a pedagógiai pályát nem becsüli meg a társadalmunk. Sokan kérdezték tőlem, mit tanulok az egyetemen. Válaszadásomkor ledöböntek, és megkérdezték miért választottam ezt a hivatást, hiszen alacsony a fizetés és alul van értékelve a tanárok munkája. A gyerekekkel töltött időm során is többször felmerült ez a kérdéskör, mert nem keresnek sokat a tanárok és a diákok sok problémát észlelnek az oktatási rendszerben.

A megbecsültség esetében összesen 176 válaszadó volt. Minden kitöltő válaszolt a megbecsültséget felmérő kérdésekre. Ezen kérdések zárt típusúak voltak. A kérdéseket 1-5-ig terjedő Likert-skálán mértem, minden egy csoportban.

1. Mi jelenti a legnagyobb problémát a tanári pályán? (csoportokra vetítve.)
2. Mennyire érzi/ érezte magát megbecsülve a tanári pályán?
3. Mennyire érzi/érezte úgy, hogy a társadalmunk megbecsüli a tanárokat?

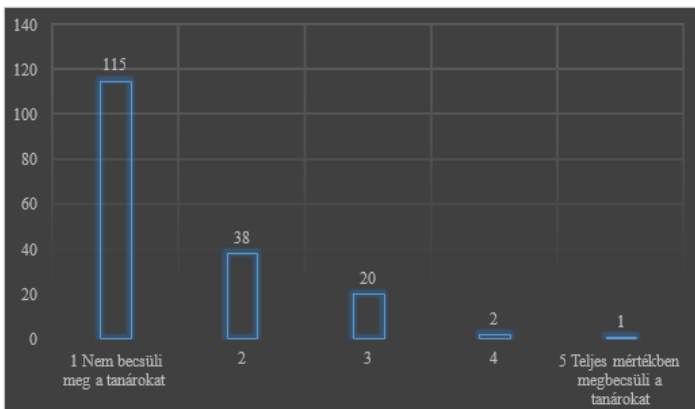


12. ábra: A kapott megbecsülés az egyes kategóriáktól

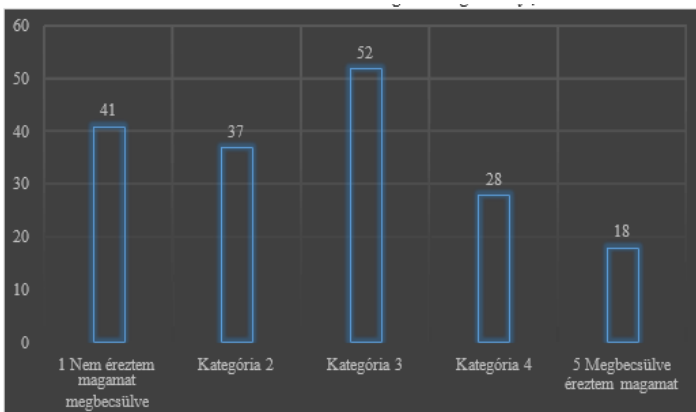
A 12. ábrán a különböző kategóriák vannak feltüntetve és azt mutatják meg számunkra, hogy a tanárok melyik kategória csoporttól kapják a legkisebb megbecsülést. Az első kategóriában viszonylag közel azonos eredmény látható, kisebb eltérésekkel. A tanárok gyerekektől kapott megbecsülése megoszló. A következő jelentős kategória a szülők felőli megbecsülést reprezentálja. A sötétkék, illetve a citromsárga oszlop mutatja számunkra, hogy a tanárok jelentős többsége úgy gondolja, hogy nagy problémát jelent, ha a szülők nem becsülik meg őket. Fontosnak tartom, hogy a tanár és szülő kapcsolata megfelelő legyen, hiszen a szülő nagy hatást gyakorol a gyermekére. Ha a pedagógus és a szülő kapcsolata nem megfelelő, az kihat a gyermek munkájára is (Mészáros, 2004). A tanári testülettől kapott megbecsülés kevésbé jelent problémát a tanárok számára. A kérdőívet kitöltő pedagógusok a vezetőségtől kapott megbecsülésről megoszlóan vélekednek. Az egyik nagyobb halmaznak nem jelent gondot, míg a másoknak nagy problémát jelent. A kapott eredmények alapján arra a következtetésre jutottam, hogy ha az összkategóriákat összevettem, akkor a tanárokat leginkább a szülőktől felől kapott megbecsülés hiánya zavarja. Én is hasonlóan vélekedem erről,

hiszen, ha a szülővel nem megfelelő a kapcsolat akkor a gyerekekkel való munka is sok problémába ütközhet. Illetve a gyerekekre a szülő lesz a legnagyobb hatással (elsődleges szocializációs tér). Arra a kérdésre, hogy Mennyire érzi/érezte magát megbecsülve a tanári pályán? a társadalom oldaláról a 13. ábra adatai mutatják az eredményeket. A 176 kitöltő adott vissza jelzést arra vonatkozóan, hogy társadalmunk megbecsüli-e őket. A döntő többség úgy érzi, nincs a tanári szakmának megbecsültsége napjainkban. A 176 válaszból 115-en válaszolták a Likert- skálán, hogy a társadalom nem becsüli meg őket. Lényegében a kérdezők több mint 65,3%-át érinti ez az érzet. A továbbiakban 38 személy válaszolta azt, hogy kevésbé érzik megbecsülve magukat a pályán. Ez százalékban 21,6%-ot tesz ki. Ha az első két adatot összevonnak, akkor több mint a válaszadók 4/5-e érzi azt, hogy társadalmunk nem becsüli meg őket. A fennmaradó kitöltők esetében 20-an tartózkodtak. A kitöltők közül összesen hárman érzik azt, hogy a Magyartársadalom megbecsült tagjai. Összeségében kijelenthetem, hogy a kérdezettek döntő többsége nem érzi a társadalmi megbecsültséget a szakmájára vonatkozóan.

Arra a kérdésre, hogy Mennyire érzi/érezte magát megbecsülve a tanári pályán? A14. ábra adatai mutatják az eredményeket. Ez a megbecsültség jóval másabb, mint az előző. Mivel ennél a kérdésnél több tényezőt is figyelembe vettek a válaszadók. Lényegében a munkájuk során kapott megbecsüléseket. Míg a társadalmi megbecsültségre vonatkozó kérdésnél, arra adtak választ, hogy ők hogyan érzik magukat, amikor a társadalom ad vissza jelzést a munkájukra vonatkozóan. A 176 válaszból 41 ember (23%) nem érezte, illetve nem érzi azt, hogy megbecsülve lenne a tanári pályán. A kitöltők közül 37-en (21%) kevésbé érezték a megbecsültséget. Összesen 52 (29,5%) személy adott semleges választ. A kitöltők kis arányban érezték azt, hogy megbecsülve vannak a pályán.



13. ábra: A tanárok társadalmi megbecsültség érzete (fő)



14. ábra: A tanárok megbecsültségi érzete (fő)

5.5. FIZETÉS SZEREPÉNEK VIZSGÁLATA A TANÁRI PÁLYÁN

A tanári fizetés úgy gondolom nehezen vizsgálható, hiszen több tényező is befolyásolja azt, hogy egy tanárnak mennyi a fizetése.

Többek között befolyásolja az, hogy állami fenntartású iskolában dolgozik, egyházi iskolában dolgozik vagy magán iskolában dolgozik. Illetve fontos tényező az is, hogy a pedagógus bértáblában hol helyezkedik el, bár itt nagy összevonások voltak (Pedagógus bértábla 2023- HR Portál (hrportal.hu)).

Pontosabban az adott személy, tanár a pedagógus I. bértáblába vagy pedagógus II. bértáblába esetleg mesterpedagógus bértáblába sorolható. Illetve főiskolai vagy egyetemi végzettséggel rendelkezik és mennyi ideje van a tanári pályán. Az adott személy teljes állásban dolgozik-e, illetve határozott vagy határozatlan idejű a szerződése, amelyet az iskolával kötött.

Ezért a felmérés során a kérdőívet kitöltők bruttó alapbérére kérdeztem rá (15. ábra). Illetve arra, hogy elégedettek-e a fizetéssel. Valamint ezen személyeket mennyire befolyásolja a fizetés abban, hogy elhagyják a tanári pályát.

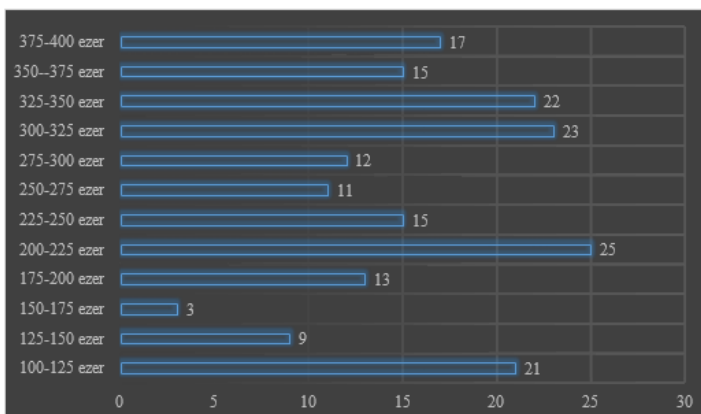
A bruttó alapbér esetén nyitott kérdést tettem fel, így a válaszadók beírhatták a bruttó alapbérüket. Felmértem az elégedettséget a fizetéssel kapcsolatban. Illetve azt, hogy a kapott fizetés mennyire befolyásolta a válaszadó pedagógusokat a pálya elhagyásban. Ezt 1-5-ig terjedő Likert-skálával mértem.

A tanárok bruttó alapbére kérdést 176-an válaszolták meg. A felmérésem esetében 100.000400.000 Ft-ig terjedt a bruttó alapbér. Ennek eredményét egy sávdiagramon mutatom be. A beérkezett válaszok bruttó alapberek értékei nagyon változatosak, amelyet a baloldali oszlopban láthatunk. A diagramon 200000-225000 bruttó alapért válaszolták a legtöbben. Összesen 25 főt érint ez a kapott bér. Ezt követi a 300000-325000 (23fő), majd a 325000-350000 (22 fő) bruttó alapbér. Számomra meglepő volt, hogy a 375000-400000 bruttó alapbér kategóriát ennyien válaszolták meg. Azonban ezen válaszok, mint a címből is kiderül a bruttó alapbére vonatkozik. Ha a legmagasabb értékből számolunk egy nettó alapbért, amelyből él minden ember akkor elkeserítően alacsony a kapott bér összege. A számítást egy bér kalkulátor segítségével végeztem. Melyben nem kap

az adott illető semmilyen adókedvezményt. A bevitt összeg szándékosan a legnagyobb érték volt. Pontosán 400.000 forint. Ha levonásokat nézzük a munkavállalótól, akkor az SZJA:60.000 Ft, a társadalombiztosítási járulék 74.000. Ft tesz ki. Összesen a levont adó 134.000 Ft. Így az a tanár, aki legtöbb összeget kapja és legtöbb éve van a tanári pályán az összesen 266.000 Ft nettó fizetést kap havonta. A pedagógus bértábla alapján is a teljes állásban dolgozó pedagógusok minimális fizetését nézve a 2023-ban 391.248 Ft tesz ki pedagógus I. fokozatban és legyen az illető tanár főiskolai vagy egyetemi képesítéssel. Ez az érték pedagógus II.-es fokozatban 401.940 Ft -ot tesz ki. Ehhez viszont minimum 9 és 11 éve kell a tanári pályán lennie az érintett pedagógusnak. A két bér közötti különbség 10.692 Ft -ot jelent. Ez a különbség nem számottevő. Főleg akkor, ha a 2023-as évi infláció növekedést nézzük. Úgy gondolom, hogy maga a bér alacsony. Valamint a későbbiekben sem javult a helyzete azoknak a pedagógusoknak, akik több évig a pályán maradtak (Pedagógus bértábla 2023- HR Portál (hrportal.hu)). Illetve fontos megemlíteni, hogy az érvényben lévő bértábla feszültséget szül a most a pályára kerülő és a már rég a pályán lévő pedagógusok között.

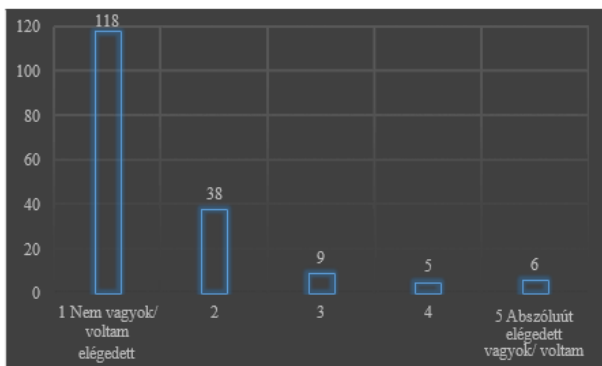
Számomra elkésérítő a helyzet és érthetetlen, hogy egy tanult értelmiségi embereknek, akik a jövő generációit tanítják, nevelik ennyi a kapott bérük. Ehhez pedig hozzá jön a hatalmas felelősség, amit a gyerekekért vállalnak. Úgy gondolom, hogy napjainkban az infláció gyors változása és a megélhetés, miatt minden pedagógus nettó alaphérének el kellene érnie a 350.000 Ft -ot. Pedagógusok alatt értem a tanítókat, alsós tanárokat, gimnáziumi tanárokat egyaránt. Én úgy gondolom, hogy a tanári szakma tényleg szép és csodálatos hivatás. Tapasztalom nap mint nap a saját munkahelyemen. Viszont a megélhetés szempontjából nem jövedelmez megfelelően. A befektetett energia sem az illetőnek sem pedig az államnak nem térül meg a későbbiek során. A frissen végzett tanárok nem fognak munkába állni vagy ha igen, mind addig, míg családot nem szeretnének alapítani. Ez kifejezetten igaz a férfi pedagógusokra. Valamint nagyban hozzá járul a Klebelsberg ösztöndíj ahhoz, hogy a

fiatalok 4-5 évig tanítsanak, de később kiesnek a rendszerből. A rövid távú megoldás helyett hosszú távú megoldást kellene keresni, ami a tanárok bérének emelése.



15. ábra: A tanárok bruttó alapbére

Az elégedettség a fizetéssel kérdésre 176 személy válaszolt összesen. Az egyes szám jelentette azt, hogy nem volt/nincs megelégedve a tanári fizetéssel, míg az ötös szám azt jelentette, hogy abszolút meg van/volt elégedve a tanári bérral. Ehhez készítettem egy hisztogramot, amely reálisan ábrázolja a bruttó alapbérré vonatkozó elégedettségi szinteket a válaszadókra vonatkozóan (16. ábra).

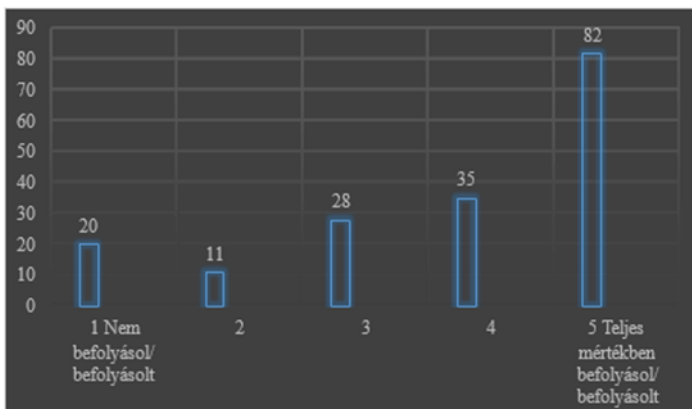


16. ábra: Elégedettség a tanári fizetéssel

Az oszlopdiagram kimagaslóan azt mutatja, hogy a tanárok 67%-a (118 fő) nincs megelégedve a tanári bruttó alpbérével. A második helyen azon személyek állnak, akik kevésbé vannak/voltak megelégedve a bruttó alpbérükkel. Ez pontosan 21,6 %-ot (38 fő) takar. A többi válasz lehetőséget a megkérdezett pedagógusok nagyon alacsony százalékban jelölték meg.

Ha az első kettőt összevonjuk (1 és 2 válaszlehetőség), akkor ez százalékban 88,8 %-ot tesz ki. Azt a következtetést vontam le, hogy a válaszadók több mint 4/5-e nincs megelégedve a tanári fizetésével, ami nagy mértékben befolyásolhatja őket a pálya elhagyásában, ahogyan ezt Chrappán (2010) tanulmánya is megírja.

A következő kérdésem az volt, hogy „Mennyire befolyásolja/befolyásolta Önt a fizetése a tanári pálya elhagyásában?” A kitöltők 15, 9%-át (28 fő) nem befolyásolja/befolyásolta a fizetés abban, hogy a tanári pályát elhagyja. Míg döntő többségben a kérdőívet kitöltő pedagógusok 66,5%-a (117 fő) nyilatkozott arról, hogy a fizetés nagy mértékben vagy teljes mértékben befolyásolja/befolyásolta. Ez a válaszadók 2/3-át jelenti (17. ábra).



17. ábra: A fizetés, mint befolyásoló tényező

A kapott eredmények alapján arra a konklúzióra jutottam, hogy az alacsony pedagógusi fizetés befolyásolja/ befolyásolta a volt/ pályán lévő pedagógusokat abban, hogy a hivatás elhagyása mellett döntsenek. Úgy gondolom, hogy ha pedagógusi alapbérek nem rendezik, akkor a már most is tapasztalható tanárihiány még ennél is súlyosabb problémát fog okozni.

6. ÖSSZEGZÉS

A diplomamunkám során azt az aktuális kérdéskört jártam körbe, hogy a tanári pályaelhagyás mögött milyen okok állnak. Számos szempontot vettem alapul, hogy hogyan is szeretném megvizsgálni ezt a témát. Egyrészt a pályakövetést, amely során szociometriai és demográfiai vizsgálatokat végeztem. Ezt követően felmértem a megbecsültség mértékét különböző kategóriák szempontjából (gyerekek, szülők, vezetőség, kollégák). Vizsgálatot végeztem a fizetéssel kapcsolatban, hogy napjainkban milyen bruttó alapbér között mozognak a tanárok bérei, valamint, hogy mennyire elégedettek a kapott fizetésükkel. Azt is szemügyre vettem a tanárok

körében, hogy a leterheltségek (adminisztráció, helyettesítés, ingázás stb.) milyen mértékben viselik és terhelik őket le a munkájuk során. Az utolsó vizsgálat a kiégésre koncentrált, amely kapcsán három részterületet mértem és értékeltem ki. Ezen területek az érzelmi kimerültségre, a deperszonalizációra és a teljesítmény csökkenésre terjedtek ki. A diplomamunkán kapcsán kvalitatív kutatást végeztem, amelyben kérdőíves módszert használtam. A kiválasztott mintám, nem más, mint az elmúlt 10 évben ide járt természettudományos hallgatók, ezért a kérdőívemben úgy nevezet univerzális kérdéseket tettem fel. Az adatbázisból kigyűjtöttem a nappali és levelezős tanár szakos hallgatókat, valamint azokat, akik rövid ciklusban végezték el a tanár szakot. Összesen 1312 embernek lett kiküldve a kérdőív. A kérdőívemet összesen 176 ember töltötte ki, amely nyílt és zárt kérdéseket tartalmazott. Likert-skálát és rangsorolást használtam. A kérdőív kitöltése online formában volt elérhető, amelyet a Google űrlappal valósítottam meg. A fentiekben felsorolt vizsgálati területeket elemeztem és kiértékeltem, majd ennek kapcsán a következőkre jutottam.

Válaszaim a kutatási kérdésekre:

1. Tanári pályán lévők nagy arányban elhagyják vagy fontolják a tanári pálya elhagyását. A vizsgáltom eredményei is a fentiekben leírt előfeltételezést erősítették meg. A felmérés kapcsán a 176 válaszadóból összesen 22-en biztosan elhagyják a tanári pályát. Ehhez kapcsolódóan 94-en fontolják annak lehetőségét, hogy el fogják hagyni a hivatást. Ha a kettő értéket összevonjuk akkor döntő többségben a válaszadók 66%-a nyilatkozott arról, hogy elhagyja a tanári pályát vagy fontolja a pályaelhagyás lehetőségét.

2. Legnagyobb terhet a helyettesítés és adminisztratív munka jelenti, ellentétben a többi leterheltséggel szemben, a tanárok körében.

A hipotézisemet a kiértékelések eredménye alátámasztotta. Számos leterheltségi tényező (osztály főnökség, ügyelet, értekezlet, utazás, továbbképzés stb.) mellett a helyettesítés és adminisztratív

tevékenységek jelentették a legnagyobb problémát a tanárok körében. Az eredményeket tekintve a Likert-skálán ötös értéket vettek fel és a válaszok többsége is erre a két leterheltségi kategóriára esett. A legnagyobb értéket az adminisztratív terhek érték el

43,7%-kal. Ezt követte a munkaidő 39,2%-kal és a helyettesítés terhei 36,9%-kal.

3. Burnout vizsgálata során a kimerültség mutatkozik leginkább a tanároknál, ellentétben a deperszonalizációval és teljesítmény csökkenéssel szemben.

A vizsgálatok kapcsán három területet mértem fel. A kiértékelés eredménye során arra a konklúzióra jutottam, hogy a tanárok körében a kimerültség jelentősebb mértékben mutatkozik a másik két ismertetőjegyhez képest.

A vizsgált minta 58,5%-a kiégett állapotban van. A három mért paraméterek alapján.

4. A társadalmi megbecsültség érzete a tanárok körében rendkívül alacsony.

A kiértékelés kapcsán azt az eredményt kaptam, hogy a vizsgált tanárok körében a társadalmi megbecsültségnek az érzete rendkívül alacsony. A 176 válaszadóból 86,9 %-a nyilatkozott arról, hogy nem érzik a társadalom által megbecsülve magukat.

5. A tanárok a gyerekek felől kapják legkevésbé a megbecsültség érzetét.

A felmérés kapcsán több kategória területet mértem meg megbecsültség szempontjából. Ezen kategóriák a gyerekek, a szülők, a kollégák és végezetül az iskolai vezetőség. A hipotézisem során azt feltételeztem, hogy a tanári pályán a gyerekek felől kapott

megbecsülés aránya okozza a legnagyobb problémát a pedagógusok körében. Azonban a kiértékelések végeztével azt az eredményt kaptam, hogy amíg a diákok felől kapott megbecsülés is jelentős mértékben okoz problémát, az eredmények kimagaslóan mutatják, hogy a szülők felől érkezik a legkevesebb megbecsültség. Véleményem szerint ebből is fakad, hogy a második legnagyobb problémát a gyerekek felőli megbecsültség okozza, hiszen a szülő az elsődleges szocializációs szintér a gyerek számára.

6. A tanárok nem elégedettek a fizetésükkel és ez kapcsolatban áll a tanári pálya elhagyásával.

A fizetéssel kapcsolatos hipotézisem megállta a helyét. Az eredmények is ezt a kijelentést támasztották alá. A kitöltőktől 88,6%-a elégedetlen a tanári fizetésével, valamint a kitöltők

66,5%-a arról nyilatkozott, hogy az alacsony pedagógusi jövedelem befolyásolja/befolyásolta a tanári pálya elhagyásában.

Az első javaslatom az, hogy a kiegészítés mellett megelőző lépéseket tenni. Az iskolákban a tanárok igénybe vehessék a pszichológusok segítségét (kötetlenül). Úgy gondolom, hogyha egy olyan személlyel megbeszélhetnék a gondolataikat, hogy annak bármilyen következménye nem lenne, az nagy segítséget nyújtana számukra. A későbbiek során a kezdeti szindrómák csökkenéséhez vezetne. Így megelőznénk magának a kiegészítés megjelenését az oktatásban. A tanári pályán lévők segítése annak érdekében, hogy ne hagyják el a hivatást. Ezt, hogyan is lehetne elérni? A helyettesítések számát csökkenteni kellene az iskolákban, vagy akár minden helyettesítést pótlékkal (magasabb pótlékkal) számoljanak el. A tanárok fizetését rövid időn belül emelni kell! Valamint a szakmai fejlődést, előrejutást díjazni (fizetés vagy pótlék emelésével). A bértáblázatban szereplő kezdő pedagógus bruttó alapbérének az emelése. Ennek összege bruttó 550.000.Ft. Úgy vélem a későbbiek során sokkal nagyobb lenne a tanárok megbecsültsége

minden tekintetben. Kevesebb lenne a pálya elhagyó. Újból népszerű lenne a tanári pálya a fiatalok körében. Ezáltal mérséklődne a tanárháány. Az iskolák nem kényszerülnének rá olyan emberek alkalmazására, akiknek nincs megfelelő pedagógiai végzettségük. Így a tanulók is jobban és megfelelően fejlődnének. Ezzel pedig a tanárok megbecsültségének érzete és megtétele minden tekintetben javulna. A képzési idő rövidítése az egyetemi képzés esetén. Túl hosszú a képzés és a tanárjelöltek elveszítik motivációjukat. Valamint más képzésekre is jutna állami félévük. Úgy vélem napjainkban sok változtatáson kell, hogy átessen az oktatási rendszer, viszont ezt meg kell előznie különböző méréseknek, amelyet a tanárok válaszolnak meg. Valamint ezen válaszoknak hatása is legyen a későbbiek folyamán. A felméréseket követően kell hozni döntéseket és változásokat az oktatási rendszerben.

A kutatásomat szeretném a későbbiekben folytatni. A jövőben interjúkat lebonyolítani a tanárokkal, annak érdekében, hogy a kérdőívemben kapott válaszokkal összevethessem. Az adatbázis teljes feldolgozása és annak SPSS rendszerben való futtatása, annak érdekében, hogy az egyszerű statisztikai mutatókon túl összefüggési vizsgálatokat folytathassak. Szeretnék további kérdéseket megválaszolni a természettudományos tanárokkal kapcsolatosan.

7. KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Köszönöm témavezetőmnek, Homoki Erikának, hogy hagyta megvalósítani a saját témámat.

Több hónapon keresztül segítette a szervezési feladatokat és azok megoldását.

Valamint Sütő László tanárúrnak, aki többször is biztatott, hogy induljak a házi TDK-n.

Az Erasmus diákjainak, akik brainstorm keretein belül megalapozták a diplomamunkán témáját és annak sok színűségét. Valamint Simonyi Sándor Rajmundnak, aki a kezdetekben segítséget nyújtott és motivációt adott a számomra.

Köszönöm az egyetemi hallgató társaimnak a sok beszélgetést és tanácsot, amely hozzá segített a témám le szűkítésében és körvonalazódásában.

Külön köszönettel tartozom Pacsuta Istvánnak, Ludányi Ágnesnek és végezetül Bogárdi Tündének.

Hálás köszönettel tartozom Filkor Grétának, Justyák Brigittának és végezetül Kása Dominiknak, hogy kitartó munkájukkal segítettek a szakdolgozatom helyesírási nyelvezetének ellenőrzésében.

8. FELHASZNÁLT IRODALOM

(117) Education in a Changing World – Eric Hanushek (2023.02.27.)
- YouTube

11/1997. (VI. 27.) Korm. rendelet a tanári képesítés követelményeiről.
77/2002. (IV. 13.) Korm.

rendelet a felsőoktatási alapképzési szakok képesítési követelményeinek kreditrendszerű képzéshez illeszkedő kiegészítéséről (12. melléklet).

15/2006. (IV. 3.) OM rendelet az alap- és mesterképzési szakok képzési és kimeneti követelményeiről. Letöltés: (2022.11.29.)
<https://adoc.pub/2006-iv-3-om-rendelet-az-alap-es-mesterkepzesi-szakokkepzes09669f520213df2a6af7f94239f735a644185.html>

2011. évi CCIV. törvény a nemzeti felsőoktatásról. 283/2012. (X. 4.)
Korm. rendelet a tanárképzés rendszeréről, a szakosodás rendjéről és a tanárszakok jegyzékéről.

283/2012. (X. 4.) Korm. rendelet a tanárképzés rendszeréről, a szakosodás rendjéről és a tanárszakok jegyzékéről. Letöltve: (2022.11.29.)

<https://net.jogtar.hu/getpdf?docid=a1200283.kor&targetdate=20171223&printTitle=283/2012.+%28X.+4.%29+Korm.+rendelet>

Antalka, Á. (2015). A tanári kiegészítő felkészítése Kovászna megye középiskolai tanárainak körében. (Kézirat, PhD értekezés). Budapest: ELTE, Pszichológiai és Pedagógiai Kar, Neveléstudományi Doktori Iskola.

Antalné Szabó, Á. (2013). Útmutató a pedagógusok minősítési rendszeréhez. Budapest: Oktatási Hivatal.

Barth A.R. (1990). Burnout bei Lehrern-unveröffentlichte. (Dissertation). Nürnberg.

Bergner, H.M.T. (2015) Burnout A kiégés megelőzése 12 lépésben. Miskolc: Z-press Kiadó.

Boncz, I. (2015). Kutatásmódszertani Alapismeretek. Pécs: Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar.

Chrappán, M. (2010). Pályaelégedettség és karriertervek a pedagógus képzettségű hallgatók körében. Budapest: Oktatási Hivatal.

Emri, Zs. Stressz. Eger. http://zsuzsanna.emri.uni-eger.hu/public/uploads/stressz_5f624d7923877.pdf

Falus, I. (2014). Bevezetés a pedagógiai kutatás módszereibe. Budapest: Műszaki Könyvkiadó Kft.

Farkas, A. (2004). A tanári kiégés. Szerk: Mayer József, Singer Péter
A tanuló felnőtt-A felnőtt tanuló. Felnőtt oktatási akadémia. Gyula:
Országos Közoktatási Intézet.

<http://ofi.oh.gov.hu/tudastar/tanulo-felnott-felnott/tanari-kieges>

Fonyó, A. (2011). Az orvosi élettan tankönyve. Budapest: Medicina Könyvkiadó Zrt.

https://regi.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/2011_0001_524_Elettan/adatok.html

Freudenberger J.H. (1974). Staff Burn-out, Journal of Social Issues. New York.

Freudenberger J.H. (1980). Staff Burn-out: How to beat the high Cost of Success. New York.

Halász, G. (2015). Pedagógusszakma, pedagógusmunka és személyiség adottságok. Budapest: Oktatási Hivatal.

Hanushek, E. (2023). Education in a Changing World.

Hunkár, M. (2013). A kutatás módszertana (Gyakorlati jegyzet). Debrecen: Debreceni Egyetem

Karácsony, Z. (2023). Pedagógus bértábla 2023. HRportal.

<https://www.hrportal.hu/hr/pedagogus-bertabla-2023-20221221.html>

Madách, I. (1862). Az ember tragédiája. Kaposvár: Holló és Társa Könyvkiadó.

Mészáros, A. (2004). Az iskola szociálpszichológiai jelenségvilága. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.

Nagy, K. (2020). A mentorok tanulását és folyamatos szakmai fejlődését meghatározó tényezők. (Kézirat, PhD értekezés). Budapest: ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Neveléstudomány Doktori Iskola.

Neveléstudományi MA. A tanári pálya és a kiegész.
<https://sites.google.com/site/nevtudma2011tr/neveleslelektan-modul/5-2-a-tanari-palyaes-a-kieges>

Ónody, S. (2001). Kiegész tünetek (burnout szindróma) keletkezése és megoldási lehetőségei, Újpedagógiai Szemle, (51.évf.) 5.sz. 80-85.

Paksi, B. Veroszta, Zs. (2015). Pedagógus-pálya-motiváció. Budapest: Oktatási Hivatal, 22-23.

Pukánszky, B. (2010). Paradigmák a magyar pedagógusképzés történetében. Debrecen: Csokonai Kiadó, 11-24.

Pukánszky, B. (2014). A magyar iskolatörténet és pedagógusképzés paradigmái. Komárom: Cool Design.

Pukánszky, B. (2012). A magyarországi Bologna-rendszer, tanárképzés szerkezeti struktúrája. Letöltve: (2022.11.29.) <http://postbologna.pdf> (pukanszky.hu)

Széll, K. (2018). Iskolai Léggör és Eredményesség, Fókuszban a Reziliens és a Veszélyeztetett Iskolák. Szeged: Belvedere Meridionale Kiadó.

Szénási, Sz. (2017). Az iskola réme: a tanári kiegész. Letöltés: (2022.11.29.) <https://mindsetpszichologia.hu/az-iskola-reme-a-tanari-kieges>

Vámos, Á. (2016). Tanuló pedagógusok és az iskola szakmai tőkéje.
Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.