

ÚJ

KÖZNEVELÉS

2026. MÁRCIUS-ÁPRILIS | 82. ÉVF. 3-4. SZÁM

FENNTARTHATÓSÁG



OKTATÁSI
HIVATAL



Felnőttképzési nyilvántartási szám: B/2020/002668

LOVASTERAPEUTA KÉPZÉSEK

2026. OKTÓBER

- Lovasterapeuta képzés gyógypedagógiai lovaglás és lovastorna szakágon
- Lovasterapeuta képzés hippoterápia szakágon
- Lovasterapeuta képzés pszichológiai lovasterápia szakágon

TOVÁBBI KÉPZÉSEK

- Fogyatékos személyek szabadidős- és lovassport oktatójának vagy edzőjének képzése
- Lovasterápiás segítő képzés

Részletes információk:

www.lovasterapia.hu/tevekenysegunk/Kepzesek

MIÉRT MINKET VÁLASSZ?



- képzéseink **megfelelnek** a hazai **jogszabályi előírásoknak**
- az elvégzett képzésnek megfelelő **lovas szolgáltató tevékenység folytatására jogosít** (kivéve segítő képzés)
- nemzetközi és hazai szinten **elismert oktatókkal** dolgozunk egy **kiemelkedő színvonalú Oktató Központban**



[instagram.com/magyarlovasterapiaszovetseg](https://www.instagram.com/magyarlovasterapiaszovetseg)



[facebook.com/Lovasterapia](https://www.facebook.com/Lovasterapia)



www.lovasterapia.hu



Kedves Olvasóink!

Szöveg: **Szabó Dániel** főszerkesztő

Az iskola világa folyamatos változásban van: egyszerre kell választ adnia és lépést tartania a társadalmi kihívásokkal, a tudományos eredményekkel és a gyermekek mindennapi szükségleteivel. Mostani lapszámunk középpontjában a fenntarthatóság áll, mégpedig nem a szűk értelemben vett környezeti kérdésként, hanem egy olyan komplex pedagógiai szemléletként, amely az egészség, a mentális jóllét, a közösségi felelősség és a jövő iránti tudatosság irányába formálja az oktatást. A kérdés ma már nem az, hogy szükség van-e változásra, hanem az, hogy milyen irányba és milyen eszközökkel tudjuk azt felelősen eszközölni. Kiadványunk több nézőpontból igyekszik megközelíteni ezt a komplex témát.

Mostani fő témánk, a fenntarthatóság az iskolában több írásunkban is visszaköszön. A Fenntarthatósági Témahétről, a fenntarthatóság tantárgyról és a Zöld Híd programról szóló beszélgetés azt igyekszik megmutatni, hogy a környezeti nevelés akkor válik igazán hatékonnyá, ha cselekvésre ösztönöz és személyes érintettséget teremt. Ezt a gondolatot erősíti az Orosházi Táncsics Mihály Gimnázium és Kollégium gyakorlatát bemutató interjú is, amely konkrét példákon keresztül mutatja meg a fenntarthatóság pedagógiai lehetőségeit. Lélekbúvár rovatunkban pedig *Molnos Zselyke*, az Ökopszichológiai Intézet vezetője beszél nekünk a természethez való viszony újrarendezéséről az ököpszichológia szemléletén keresztül, amely arra emlékeztet, hogy az emberi fejlődés nem választható el a minket körülvevő élő rendszerektől.

Külön figyelmet fordítunk a tanulók mentális és fizikai jóllétére is. Bemutatunk egy új, hiánypótló mentálhigiénés segédanyagot, amely közvetlenül támogatja a diákokat, továbbá *A Szavak Súlya* című kiadványt, amely segítséget nyújt a pedagógusoknak abban, hogyan formálhatják a fiatalok önértékelését pozitív irányba, miközben egy másik írásunk a mozgás és a tanulási kompetenciák kapcsolatát vizsgálja, hangsúlyozva a játék és az aktív tevékenységek fejlesztő erejét. Emellett a Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Tesztről szóló írásunk annak pedagógiai jelentőségét vizsgálja, bemutatva, hogyan vált a NETFIT a köznevelésben egy egységes, egészségközpontú szemlélet alapjává.

Ezzel párhuzamosan a pedagógus-továbbképzés új rendszerét is górcső alá vesszük, amely strukturáltabb és tudatosabb szakmai fejlődési utat kínál a tanárok számára. Egy másik írásunk a pályaelhagyó pedagógusok tapasztalatait elemzi, rávilágítva azokra a tényezőkre, amelyek a pályán tartás és a pályaelhagyás kérdését ma különösen élessé teszik.

Éves *Pályaorientáció* rovatunkban *Dr. Bihari Péter* a felsőoktatás világába kalauzol bennünket a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem oktatási stratégiájáról szóló interjújában, amely a műszaki és természettudományos képzések jövőjét, valamint a karriertervezés szerepét helyezi új megvilágításba.

Bízunk benne, hogy összeállításunk nemcsak információt ad, hanem párbeszédre is ösztönöz. A fenntarthatóság, az egészség, a mentális jóllét és a tudatos jövőépítés közös metszéspontja a felelősség: annak felismerése, hogy az oktatás nem csupán tudást közvetít, hanem szemléletet formál.

Szerkesztőségünk nevében kellemes olvasást kívánok!



Új Köznevelés magazin

Alapító:

Emberi Erőforrások Minisztériuma

Kiadó:

Oktatási Hivatal (OH)

Felelős kiadó:

Brassói Sándor, az Oktatási Hivatal elnöke

Felelős szerkesztő:

Kiss Gábor László fősztályvezető

Főszerkesztő:

Szabó Dániel

Szerkesztő:

Bodon Gergely Dávid

Szerkesztőbizottsági tagok:

Geröly Noémi Katalin, Kaposi József,
Kóródi Bence, Sipos Imre

Olvasószerkesztő:

Gyimesné Szekeres Ágnes

Tördelőszerkesztő:

Pattantyus Gergely

Hirdetés: koznevelas@oh.gov.hu

Cikkeket az alábbi e-mail-címre várunk:

koznevelas@oh.gov.hu

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

SZERKESZTŐSÉG:

Cím: 1074 Budapest, Rákóczi út 70–72.

E-mail: koznevelas@oh.gov.hu

Honlap: folyoiratok.oh.gov.hu/uj-koznevelas

Layout-tervek: Salt Communications Kft.

Fotók: Shutterstock.com / Freepik

Címoldal fotó:

New Africa / Shutterstock.com

HU ISSN 2939-6050 (Online)

HU ISSN 2064-0625 (Nyomtatott)

[megj.: 2013–2021]

Terjedelem: 3,25 ív

Tartalom

BEKÖSZÖNTŐ

- 1 Szabó Dániel: Beköszöntő

AKTUÁLIS

- 3 A Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt módszertana és pedagógiai relevanciája
- 6 „Nemcsak az számít, hogy mit, hanem hogy miként”
- 10 A szavak súlya – Hogyan formálja a pedagógusi-kommunikáció a gyermek önértékelését, identitását és lelki biztonságát
- 12 Idén is folytatódnak a pedagógus-továbbképzések, április végéig választhatnak képzéseket a tanárok

PÁLYAORIENTÁCIÓ

- 13 Papírtigrisek helyett valódi problémák – Az MTMI felsőoktatási szakok vonzereje és a BME szerepe a jövő szakembereinek képzésében
- 18 Gyors elhelyezkedés, eltérő pályaképek – Mit mutatnak a számok a diplomások jövőjéről?

OKTATÁS-NEVELÉS

- 22 Kilépő pedagógusokkal készített interjúk tapasztalatai
- 23 Mentálhigiénés segédanyag iskolásoknak – Egy hiánypótló kiadvány az NKP oldalán
- 26 A Heves megyében sajátos nevelési igényűnek minősített, percepció alapján cigánynak tekinthető iskolaköteles gyermekek száma – 2025
- 28 A mozgás öröme, az öröm pedig élet
- 30 **LÉLEKBÚVÁR**
A több-mint-emberi természet újrafelfedezése – Az ököpszichológia szemlélete és gyakorlata

A HÓNAP TÉMÁJA: FENNTARTHATÓSÁG

- 36 Diákok támogatásával a bolygó jövőjéért
- 41 Ha teszel valamit a környezetedért, kevesebbet szorongsz

A MI VILÁGUNK

- 44 Kulturális ajánló
- 46 Hazai ízek – Gasztrokulturális összeállítás
- 48 Évfordulók
- 50 Iránytű
- 52 Pályázatok

A Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt módszertana és pedagógiai relevanciája



A NETFIT (Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt) 2014 óta a magyar köznevelés egészségfejlesztési rendszerének sarokköve. Bevezetése előtt Magyarországon is léteztek fizikai állapotfelmérési hagyományok az iskolai testnevelésben, ezek azonban két alapvető problémával küzdöttek. Egyrészt normaorientáltak voltak: a tanuló teljesítményét kortársaihoz viszonyítva értékelték, ami versenyszellemet teremtett, de semmit sem mondott az egészségi szempontból releváns küszöbértékek teljesítéséről. Másrészt nem voltak egységesek: iskolánként, sőt pedagógusonként eltérő mérési protokollok és értékelési elvek érvényesültek, ami megakadályozta az érdemi összehasonlítást és az intézményi szintű tanulást. Ezzel a kettős hiányossággal szemben a NETFIT egyetlen egységes, tudományosan validált, egészségközpontú mérési keretrendszert kínál – és ezáltal nemcsak a hazai, hanem a nemzetközi szakmai elvárásoknak is megfelel. Ismeretterjesztő cikkünkben bemutatjuk a NETFIT mögött álló HELP-szemléletet, kitérünk a 2025/2026-os tanévtől életbe lépő módszertani újításokra, továbbá megvizsgáljuk az implementáció kihívásait és a jövőbeli fejlesztési irányokat is.

Szerző: Szabó Dániel



A NETFIT mögött nem csupán mérési technika, hanem markáns értékrendi állásfoglalás is meghúzódik: a HELP-szemlélet. A mozaikszó négy elvet sűrít: **H** – Health (egészség), **E** – Everybody (mindenkinek), **L** – Lifetime (élethosszig) **P** – Personal (személyre szabottan).

Tehát elsődleges célja az egészségközpontú fittség fejlesztése, nem pedig a versenysport-teljesítmények hajszolása. A program befogadó szemléletű, azaz a mérés minden tanulóra vonatkozik, fizikai adottságtól, edzettségi szinttől függetlenül. Feladata a rendszeres testmozgás iránti igény kialakítása, amely élethosszig tartó, egészségtudatos életvezetéshez vezet. A fittségi profil értékelése egyéni szinten történik, az eredményeket a tanuló saját korábbi eredményeihez és az egészségzónákhoz méri. (A NETFIT egészségzóna az a sáv, amely jelzi, hogy a tanuló fizikai teljesítménye – aerob fittség, izomerő, hajlékonyság, testösszetétel – egészségügyi szempontból megfelelő. Ez a normatív érték a célkitűzés a fittség mérésakor. A szemlélet lényege, hogy nem az a kérdés, hogy a tanuló jobb-e a szomszédjánál, hanem az, hogy egészséges-e, és ha nem, mit lehet tenni az egészségéért.

Ez az értékrend alapvetően különbözik a hagyományos sportpedagógiától, amely sok esetben a teljesítményt és a versengést helyezte középpontba. A NETFIT az iskola testnevelési kultúráját kívánja átalakítani: a fizikai nevelést az egészségnevelés részévé tenni.



Maga a NETFIT-felmérés kilenc különálló mérési feladaton keresztül valósul meg:

1 Testtömegindex (BMI)

Mérési eszköz: kalibrált személymérleg és falra rögzített magasságmérő. A tanuló cipő nélkül, minimális öltözköztetésben áll a mérlegen. A BMI értékét a testsúly (kg) és a testmagasság négyzetének (m²) hányadosaként számítják. Gyermekek esetében az abszolút BMI-érték önmagában félrevezető lehet, ezért a NETFIT a korszpecifikus és nemspecifikus percentilis-alapú referenciaértékeket alkalmazza.

2 Testzsírszázalék mérése

A NETFIT két módszert fogad el: a BIA-t (Bioelektromos Impedancia Analízis) és a kaliperes bőrredőmérést, amely a testzsírszázalék meghatározásának egy fizikai módszere egy speciális, csipeszszerű eszköz segítségével. BIA esetén az eszköz által generált alacsony frekvenciájú elektromos impulzus a szövetek eltérő ellenállása alapján becsüli meg a zsírszövet arányát. Kaliper esetén a mérés négy testponton (triceps, lapocka alatti terület, csípő feletti terület, has) végzett kettős bőrredőmérés átlagára épül. Az eredményt standardizált képletek segítségével testzsírszázalékkra konvertálják. A testtömegindex és testzsírszázalék mérésekor problémát okozhat, ha ez az osztálytársak előtt történik, hiszen bullyingot, ellenséges légkört teremthet egy alaptól kiszolgáltatott helyzetben.

3 Állóképességi ingafutás

A tanuló két, egymástól 20 méterre lévő vonal között fut oda-vissza; a tempót egy hangjelzés diktálja, amelynek kezdeti 8,5 km/h-s sebessége percenként fokozódik. A teszt addig tart, amíg a tanuló kétszer nem ér el a vonalra a jelzéssel egyidejűleg, vagy nem érzi magát képesnek a folytatásra. A NETFIT a nyers fordulósámot önálló mutatóként kezeli. Az ingafutás protokollja precíz helyszíni előkészítést igényel: a padlót meg kell jelölni, a hangjelzés forrásának jó akusztikájú teremben kell működnie, és a testnevelőnek ismernie kell a befejezés kritériumait.

4 Fekvőtámasz

A NETFIT standardizált metronómos tempót (20 ütem/perc) alkalmaz a szubjektív végrehajtási eltérések minimalizálása érdekében. A tanuló mélyített kiindulólé helyzetet alkalmaz, ha a standard kivitelezés nem lehetséges – ezt az értékelési rendszer figyelembe veszi. A helyes testtartás kritériumait (egyenes törzs, könyök teljes nyújtása) a pedagógus valós időben ellenőrzi.

5 Módosított felülés

A tanuló 75 fokos térdszöggel hanyatt fekve, karjait mellkasán keresztbe rakva végez ritmikus felüléseket, a lapockákat teljesen felemelve az alaptól. A NETFIT



szintén metronómos (20 ütem/perc) tempót ír elő. A maximálisan elvégezhető ismétlésszámot rögzíti a tanár, de a teszt legfeljebb 75 ismétlésig tart.

6 Törzsemelés

A tanuló hason fekve, kezét halántékára téve emeli fel a törzsét, miközben csípője az alapon marad. A maximálisan emelt magasságot (cm-ben) rögzítik, a felső korlát 30 cm.

7 Kézi szorítóerő

A szorítóerő mérése kézi dinamométerrel történik. Mindkét kéz eredményét rögzítik (a domináns kéz kiemelt súllyal szerepel az értékelésben), és a legjobb kísérlet számít. A szorítóerő korrelációt mutat az általános izomstátusszal, ezért számos kutatásban a vázizomzat egészének indikátoraként alkalmazzák.

8 Helyből távolugrás

A tanuló mindkét lábbal egyszerre rugaszkodik el, karlengetéssel segíti a teljesítményt, és mindkét lábbal egyidejűleg érkezik. A legjobb kísérletet méterben és centiméterben rögzítik.

9 Hajlékonysági teszt

A tanuló nyújtott lábakkal ül, és mindkét kezét egyszerre tolja előre egy mérődoboz tetején anélkül, hogy térdét behajlítaná. A maximálisan elért pontot rögzítik.

A NETFIT értékelési kerete alapjaiban különbözik a hagyományos osztályozástól. Minden mérési mutatóhoz három kategóriát (zónát) definiálnak, amelyek egészségügyi referenciákon (nem pedig tanulói átlagteljesítményen) alapulnak. A zónarendszer az értékelést a versengésből az önfejlesztés irányába tereli. Az egészségzóna nem azt jelenti, hogy valaki „jeles”, hanem azt, hogy egészséges – és ez az üzenet pedagógiai alapvető különbség. A küszöbértékek nem egységesek, hanem koronként és nemenként változnak, tükrözve a biológiai fejlődés eltérő ütemét. Például egy 10 éves lány és egy 17 éves fiú fekvőtámasz-eltérő elvárásai egymástól lényegesen különböznek. A zónahatárok ezt a különbséget érzékenyen kezelik.

A normaorientált értékelés egyik velejárója, hogy a gyengébb teljesítményű tanulók motivációját csökkenti, hiszen az összehasonlítás logikájában a fiatal a saját „rossz” eredményét a rendszer tanulságaként érzékeli: „nem vagyok sportos típus.” A NETFIT zónarendszere ezt a mechanizmust képes részlegesen megtörni. Empirikus vizsgálatok azt mutatják, hogy a kritériumorientált visszajelzés növeli a tanulók önhatékonyság-érzetét, különösen azon diákok körében, akik korábban szégyenérzetet éltek át a testnevelésórán. Ha a visszajelzés üzenete nem az, hogy a „legrosszabb vagy az osztályban”, hanem a „még nem éred el az egészségzónát, de megmutatjuk, hogyan juthatsz el oda”, akkor az alapvetően más tanulói reakciót vált ki. Ugyanakkor fontos megjegyezni: a zóna önmagában nem motiváló, ha a pedagógus nem közvetíti aktívan



a rendszer mögötti szemléletet. A NETFIT pedagógiai hatékonysága ezért nagymértékben függ a testnevelők felkészültségétől, elköteleződésétől és kommunikációs kompetenciájától.

Azt azonban fontos még tisztázni, hogy a NETFIT eredménye nem kötelezően azonos a testnevelés tantárgy osztályzatával. A jogszabályi keretek lehetővé teszik, hogy az iskola a NETFIT-eredményeket beépítse az értékelési rendszerébe, de a konkrét súlyozás és a végső osztályzat meghatározása pedagógiai döntés. Ez egyrészt rugalmasságot biztosít, másrészt inkonzisztenciát is szülhet: előfordulhat, hogy ugyanaz a NETFIT-profil különböző iskolákban eltérő osztályzatot eredményez. A szakmai konszenzus szerint a NETFIT-et nem osztályozási eszközként, hanem visszajelzési és fejlesztési platformként érdemes alkalmazni. A testnevelő dolga az, hogy a mérési eredményeket értelmezze, fejlesztési célokká alakítsa, és a tanulót aktívan bevonja saját fittségi útjának megtervezésébe.

A rendszer egyik legfontosabb infrastrukturális eleme a központi adatbázis és az ahhoz tartozó online felület. A testnevelők a mérési adatokat közvetlenül a NETFIT platformra viszik fel, ahol az algoritmusok automatikusan kiszámítják a zónabesorolásokat és generálják az egyéni visszajelző lapokat. Ez csökkenti a számítási hibák kockázatát és egységesíti az adatminőséget. A diákok hozzáférést kapnak a saját adataikhoz. Az egyéni visszajelző lapon nemcsak a zónabesorolás jelenik meg, hanem rövid magyarázat is, amely értelmezi az eredményt és javaslatokat tesz a fejlesztés irányára. Ez az a pont, ahol a NETFIT kilép az iskola falai közül, és potenciálisan a szülők, sőt a gyermekorvos számára is releváns üzenetet és információt hordoz.

Az évente több mint 600 ezer tanulóra kiterjedő adatgyűjtés egyedülálló adatmennyiséget halmaz fel. Ez az adatbázis számos kutatási kérdés megválaszolásához nyújthat alapot. A statisztikák felhasználásának egyik kiemelkedő példája az a vizsgálat, amely a fittség és az iskolai akadémiai teljesítmény közötti kapcsolatot elemzi.

Bár a NETFIT-adatbázis elemzése nem publikus, szakértői becslések és részleges kutatási eredmények alapján egyértelmű, hogy a fittségi profilok szignifikánsan különböznek szocioökonómiai státusz, lakóhely és az iskolatípus szerint. A hátrányos helyzetű, kistelepülésen élő gyermekek körében az aerob kapacitás és a testösszetétel mutatói átlagosan rosszabbak – ez

részben a szabadidős sportlehetőségekhez való hozzáférés különbségéből, részben a táplálkozási szokások eltéréseiből, részben a fizikai aktivitásmintákat alakító szülői modell különbségeiből fakad. A NETFIT ebből a szempontból nem csupán oktatási adatot, hanem társadalmi egyenlőtlenségi térképet is rajzol.

A NETFIT fejlesztőcsapata a pedagógusok és iskolák visszajelzései, valamint az aktualizált nemzetközi szakirodalom alapján több fontos változtatást vezet be a 2025/2026-os tanévtől:

Tesztek opcionálissá tétele

A korábbi évek tapasztalatai alapján egyes tesztek kivitelezése a valóságos iskolai körülmények között – különösen kis tornatermek, korlátozott eszközök, nagy osztálylétszám esetén – komoly logisztikai nehézségeket okoz. Az újítás értelmében néhány mérési feladat opcionálissá válik: a pedagógusok dönthetnek arról, hogy az adott tesztet elvégzik-e, vagy a profilt alternatív módon értékelik. Ez növeli a rendszer rugalmasságát, ugyanakkor kihívást jelent az adatösszehasonlíthatóság szempontjából.

Sztenderdek frissítése

Az egészségzóna küszöbértékeit a legfrissebb epidemiológiai és sportélettani kutatások alapján felülvizsgálták. A frissítés két irányban hathat: egyes mutatóknál a jobb egészségügyi evidenciák szigorúbb elvárásokat indokolnak, más mutatóknál pedig az elvárások realisztikusabb kalibrálása javítja a rendszer motiváló hatását. A sztenderdek frissítése egyébként szükségszerű: a referenciapopuláció fizikai jellemzői évtizedes léptékben változnak, és a statikus küszöbértékek idővel érvénytelenné válnak.

Az értékelési rendszer finomítása

A visszajelzési mechanizmus is pontosításon esik át: a diákok és pedagógusok számára generált visszajelző lapok részletesebb, érthetőbb és cselekvésorientáltabb üzeneteket fogalmaznak meg. Az egyéni visszajelzés hatékonyságát javítja, ha a tanuló nemcsak azt tudja meg, hogy melyik zónában van, hanem konkrét, megvalósítható célokat és útmutatókat is kap a fejlesztéshez.

A NETFIT mára a magyar köznevelés egyik legfontosabb egészségfejlesztési eszközévé vált. Egységes, tudományosan megalapozott mérési keretet biztosít, amelynek révén évente több százezer tanuló fittségi állapotáról keletkezik összehasonlítható, strukturált adat. A zónarendszer és a HELP-szemlélet alapjain újrafogalmazza a testnevelési értékelés logikáját: a versengés helyett az egyéni fejlesztés, az önkifejezés és az egészségközpontúság kerül előtérbe.

A NETFIT tehát nem csupán egy mérőeszköz. Szemléletformáló kezdeményezés, amely akkor teljesíti igazi misszióját, ha az iskola falain túl is mozgásba hozza a gondolkodást: a gyermek egészségi állapotáért viselt felelősség nem csupán a testnevelőé, hanem a szülőké, az egészségügyi rendszeré és a társadalom egészéé is.

„Nemcsak az számít, hogy mit, hanem hogy miként”



Fotó: Majoros Tamás

A Kulturális és Innovációs Minisztérium (KIM) és a Nemzeti Pedagógus Kar (NPK) 2025. április 22-én kötött stratégiai megállapodása keretében számos szakmai konferenciát rendezett a szakképzés, a tanárképzés és a tehetséggondozás témájában. 2025 szeptembere és 2026 februárja között az ország valamennyi vármegyeszékhelyén folyamatosan zajlottak a szakmai események: a helyi szakképzési centrumok jóvoltából összesen húsz szakmai konferencián volt lehetősége a pedagógusoknak, oktatásirányítási, támogatási és vállalati szakembereknek a tapasztalatcserére. A konferenciasorozat eredményeiről, konklúzióiról, valamint az ünnepélyes ceglédi záróeseményen szerzett tapasztalatairól **Horváth Péterrel**, az NPK elnökével beszélgettünk.

Szöveg: **Bodon Gergely Dávid**



Milyen megfontolások és stratégiai célok mentén jött létre tavaly áprilisban az NPK és a KIM közötti megállapodás? Milyen eszközökkel képes segíteni egymást a Pedagógus Kar és a Minisztérium?

Az NPK és a Minisztérium kapcsolata régire visszanyúlik, hiszen amikor 2014-ben megalakult a Nemzeti Pedagógus Kar, akkor még egy rendszerbe tartozott a klaszter köznevelés és a szakképzés. Utóbbi később az Innovációs és Technológiai Minisztérium (ITM), majd pedig a Kulturális és Innovációs Minisztérium (KIM) irányítása alá került. (Ettől függetlenül persze a szakképzésben dolgozó pedagógusok és oktatók folyamatosan tagjai maradtak az NPK-nak.) A KIM-mel kötött megállapodásunk még egy korábbi konferenciasorozattal vette kezdetét, amelyet a szakképzésben végbement változások számbavételének, valamint a problématerületek lokalizálásának és a problémák monitorozásának szenteltünk, azt vizsgálva, hogy mi okoz nehézséget az új rendszer bevezetésénél, illetve mi az, ami könnyen átment, és ami jó. Így jutottunk el a „szakképzés 4.0”-hoz. Persze továbbra is fontosnak tartjuk, hogy fenntartsunk egy konstruktív párbeszédet a Minisztériummal, hogy ne egy íróasztal mögött dőljenek el a folyamatok, hanem egy élő, partneri viszony legyen köztünk és a döntéshozók között. Az évek során ennek megfelelően szoros kapcsolat alakult ki a Minisztérium Nemzeti Szakképzésfejlesztési Hivatalával is mint a honi szakképzés fenntartójával. A sikeres együttműködéshez elengedhetetlen, hogy ők is folyamatában lássák az általunk leszűrt tapasztalatokat.

Legutóbbi egyeztetésünk során három olyan pontot sikerült azonosítani, amely kapcsán az NPK és a KIM segíthet egymásnak: az egyik továbbra is a szakképzés helyzete. Fontos kérdés, hogy miként működik, beválik-e a duális rendszer; hogy az intézmények és a partnerek valóban tudnak-e élni azokkal a lehetőségekkel, amelyeket megteremtteni hivatott ez a konstrukció; és hogy átlátható-e, átadható-e, például az általános iskolai pályaválasztási felelősök számára, hogy miről is szól ez az újfajta szakképzés, hogyan működik ez a rendszer és milyen lehetőségeket kínál – nem hiába, hiszen a szakképzés mélyen összefügg a pályaeorientáció kérdésével. A következő a tehetséggondozás, ami a mostani konferencián is központi helyen állt. A harmadik

pedig a pedagógusképzés, ami már a KIM irányítása alá tartozó felsőoktatás területére esik. Mivel ők adják ki a különböző akkreditációkat, fontos, hogy felerősítsük és képviseljük a pedagógusképzésben részt vevő, diplomát szerző tanárok véleményét. A mostani konferencián e három területből kimondottan az első kettő, tehát a szakképzés és a tehetséggondozás került a fókuszba – jöllehet, a szakképzésen belül a pályaorientációnak is igyekeztünk kiemelt figyelmet szentelni, ezért is hívtuk meg az általános iskolák pályaválasztási felelőseit.

Hogyan értékeli a ceglédi zárókonferenciát? Milyen tanulságokat emelne ki az eseménysorozat egészéből? Mi volt a konferenciasorozat legfontosabb hozzáadott értéke a pedagógusok számára?

Azt gondolom, hogy a Pedagógus Karnak a jogszabály-veleményezés mellett az egyik legfontosabb dolga a mindkét irányba terjedő információáramlás elősegítése. Hiszen éppolyan fontos, hogy legyen lehetősége a kormányzati szereplőknek elmondani, hogy az egyes jogszabályok mögött milyen stratégiai megfontolások húzódnak, mint az, hogy a pedagógusok is elmondhassák, hogyan érintik őket ezek a változások. Tapasztalatból tudom, mennyivel könnyebb úgy elfogadni valamit, ha értjük, mi van a háttérben; másfelől pedig mindig reagál a rendszer a változásokra. Ezért is fontos, hogy azok, akik meghozzák ezeket a döntéseket, pontos visszajelzést kapjanak arról, hogy mi az, ami bevált és mi az, ami nem. Sokat jelentett ebből a szempontból, hogy minden megyébe eljutottunk, hiszen így derülhetett fény például arra is, hogy az a fajta duális képzési modell, ami sok területen remekel – annak köszönhetően, hogy több olyan nagy munkaadó is van az adott területen, amely felveszi és képezni tudja a diákokat, megismertette velük a szakma valódi világát –, kevésbé működik olyan környezetben, ahol nincsen ilyen jellegű piaci felszívóerő.

A másik nagy tapasztalat az, hogy még mindig elég távol van az általános iskolás korosztály szakképzésről alkotott képe attól, ami felé a képzés törekszik. A legkisebbek tájékoztatása és a szakmáról alkotott képük árnyalása az egész ország érdeke. Csupán egy megfelelő minőségű és időben elkezdett pályaorientációval lehet lebontani azt a káros tévhitet, hogy csak azok mennek szakképzésre, akiket nem vettek fel gimnáziumba. Jó példával állnak előttünk azok a szakképző technikumok, amelyek igenis felveszik a versenyt a gimnáziumokkal. A győri Révai Miklós Gimnázium és Kollégium igazgatójaként megelégedéssel mondhatom, hogy egy jó nevű reális iskola a miénk: több (például az **Oktatási Hivatal** vagy a **HVG** által összeállított) országos ranglistán is az első 20-ba tartozunk; mégis van több olyan szakképzéssel foglalkozó, építész vagy informatikai profilú iskola a környezetünkben, amely bizony túlünk is elszív néhány diákot a régi beiskolázási számainkhoz képest. A konkurenciaharc ellenére fontosnak tartom és örömmel látom, hogy végre a szakképzések is kezdik elérni azt a presztízszt, ami igenis megilleti őket. Nagy szükség van a jó szakemberekre. Az évek alatt szinte teljesen átalakult a szakmák eszközrendszere és bizony lépést kell tartani az új technológiákkal,

amihez körültekintő módon kell tudni tájékozódni – vagyis soha ilyen fontos nem volt még az értő olvasás és a biztos szövegtérítés. Az eszmecsere során pedig arról is bizonyosságot szereztünk, hogy a szakképző iskolák egyre inkább elvárják, hogy olyan képességű gyerekek menjenek oda, akik meg tudnak felelni ezeknek a követelményeknek.

A tehetséggondozással kapcsolatban pedig nem lehet túlhangsúlyozni az országos pályázati lehetőségek ismertetésének fontosságát. Ezért is öröm, hogy a konferenciasorozat több pontján is felszólalt *Nagy-Vargha Zsófia* fiatalokért felelős helyettes államtitkár, *Bajor Péter*, a Magyar Tehetségsegítő Szervezetek Szövetségének (MATEHETSZ) ügyvezető elnöke vagy *Veres Pál*, a Miskolci Egyetemért Alapítvány kuratóriumi tagja, akik előadásaikkal mind árnyalni tudták, milyen sokféle lehetőség van e téren. További lényeges belátás, hogy a tehetség fogalma sokkal szélesebb, mintsem azt elsőre gondolnánk. A tehetséget köznapi értelemben leggyakrabban a sporttal, a művészetekkel vagy a tudományokkal szokás összekötni, pedig még számtalan formája lehet. A szakképzés vonatkozásában tehetség az, aki képes a kitartás, a lelkiismeretesség és a precizitás erényeit naprakész szakmai ismeretekkel ötvözni; az ilyen tehetséget nevezzük mesterembernek. A pályaorientáció terén pedig az oktatási szereplők (így a szakszolgálatok, a szülők, a pedagógusok és bizony a gyerekek) közös felelőssége, hogy lehetőség szerint minél hamarabb és minél pontosabban beazonosítsuk, hogy ki miben tudja leginkább kiteljesíteni önmagát, és ezzel az egész társadalom számára hasznossá válni.

Milyen eszközökkel lehet a mai általános iskolásokat megszólítani, és egy valóban kamatoztatható, gyümölcsöző tevékenységgé varázsolni a pályaorientációs foglalkozásokat?

Összevetve például a saját tapasztalatainkkal, az egészen biztos, hogy a mai általános iskolások már szinte nem is látják a szüleiket munkavégzés közben, ezért nem is igazán tudják, hogy a szülők mit csinálnak pontosan. Míg régebben – főleg a vidéki gazdaságokban – minden gyerek látta, miről szól az aratás, a cséplés, magától értetődő volt, hogy abban nekik is részt kell venni, ezért reális képük is volt arról, hogy a kétkezi munka mivel jár, mennyi munkát jelent, mennyi belőle a haszon. Arról, mit jelent manapság, hogy valaki „közgazdász”, szerintem nincs sok fogalma a gyerekeknek – mégis rengetegen mennek gazdasági pálya felé. Ezért is olyan fontos, hogy az osztályfőnökök hetedikétől balra egészen rendszeresen hívják meg különböző szakmák képviselőit. A szülők között is mindig vannak olyanok, akik tudnak beszélni a saját szakmájukról vagy szakterületükről. Lehessen tőlük kérdezni, hogy pontosan mit is csinálnak és mit jelent ez a számukra! Mivel az emberek alapvetően empirikusan – tehát tapasztalat útján – szerzik a tudásukat, szükség van a tapasztalatcserére; erre vannak a szakszolgálatok, amelyek központi feladatai közé tartozik a pályaorientáció. Léteznek különböző mérőtesztek, amelyek nagyban segíthetnek annak azonosításában, hogy mely területeken számíthatnak későbbi életükben a gyerekek nagyobb sikerre.



Veres Pál, NPK szakmai koordinátor; Szeleczi János, NPK főtitkár; Kovács Andrea, NPK területi elnök – Pest vármegye; Horváth Péter, NPK elnök; Bajor Péter, MATEHETSZ ügyvezető elnök; Asztalos Zoltán, NPK tagozati elnök – Szakképzés (fotó: NPK)

A konferenciasorozat egyik alapvetése, hogy a fiatalok támogatása túlmutat az intézményi kereteken. Mit jelent ez a gyakorlatban? Milyen szerepet játszhatnak a helyi közösségek és önkormányzatok ebben a folyamatban?

Amióta nem az önkormányzatok felelnek a köznevelési és szakképzési intézmények fenntartásáért, azóta megszűntek a helyi önkormányzati feladatellátástól. Ebből azonban még nem következik, hogy többé nem is tartozik egy önkormányzatra a területén élő pedagógiai közösségek helyzete. Úgy vélem, helyes volna – és szerencsére vannak is előtűnk erre vonatkozó jó példák –, hogy az önkormányzatok bizonyos városi szakköröket nemcsak tantárgyakhoz, hanem mondjuk képzőművészettel vagy tánccal, zenével kapcsolatban is elindítsanak. Annál is inkább, mert azáltal, hogy a 6–8 osztályos gimnáziumokba menet a gyerekek (hol a 4., hol a 6. osztály után) kilépnek az általános iskolából, ez óhatatlanul azt is jelenti, hogy az iskolák nehezebben tudnak saját szakköri foglalkozásokat fenntartani, lévén, hogy a tehetséges gyerekek jó része elmegy. Egy önkormányzati fenntartású szakkör esetében már sokkal nagyobb esély van arra, hogy a gyerekek az iskolaváltás ellenére is kitartanak a szakkörük mellett. Fontos szempont az is, hogy a tehetséges gyerekekkel való foglalkozás komoly többletmunkát jelent, hiszen egészen más felkészültséget jelent a pedagógusok részéről egy sima órához képest. Igenis jelentős szerepe van tehát – és kell, hogy legyen – a városvezetőknek a tehetséggondozásban.

Mindennek fontos részét képezi azoknak a szakembereknek a segítése, akik ilyen színvonalas foglalkozásokat tudnak tartani. Ehhez nyújt kiváló segítséget például

a KIM-mel együttműködésben megalapított **Köbükői Ösztöndíj**, ami a tehetséges gyerekekkel foglalkozó pedagógusokat 10 hónapon át, havi 75 ezer forintos ösztöndíjjal támogatja. Mára már 3000 pedagógus nyerte el az ösztöndíjat. Tapasztalatból tudom, milyen nehézséget jelent a tehetséggondozásban a leterheltség: amikor 1995-ben igazgató lettem, akkor még heti 18 volt a kötelező óraszám és a gyerekek is alapvetően kevesebb volt. Ilyen körülmények között még volt ideje a pedagógusoknak valóban megismerni a gyerekeket, különböző foglalkozásokat szervezni nekik, beszélgetni velük. Jelen pillanatban heti 24 óránál tartunk, ami azt jelenti, hogy '95-óta egyharmadával emelkedett a kötelező óraszám, vagyis sokkal kevesebb idő és energia jut arra, hogy a gyerekeket jobban megismerjük és felfedezzük a tehetségeket.

A szakmai kerekasztalokon és a zárókonferencián is központi szerep jutott a szakképzés és a piaci szféra találkozásának. Hol tart ma ez a kapcsolat Magyarországon? Hogyan lehet hatékony hídát képezni a szakképzésben tanulók, illetve a gazdasági, vállalati szereplők között? Milyen reményekkel tekint a két szféra együttműködésének jövője felé?

Szerintem nem lehet elvitatni, hogy a szakképzés jövője egy szoros együttműködés irányába mutat. Hogy a szakképzés és az ipar egymásra vannak utalva, úgy hiszem, megkérdőjelezhetetlen. Ezért is fontos, hogy ne egy íróasztal mögül találják ki, hogy egy adott szakma képviselőinek mi volna a legjobb – ezt mondja meg az iparkamara, gyűjtse össze saját területükön a szakembereket és mondják el ők, nekik mire van szükségük. Alapvetően fontos tehát a folyamatos párbeszéd

és a szakmai eszmecsere, főleg tekintve, hogy milyen gyorsan változnak az egyes szektorok. Ugyanígy mindannyiunk érdeke a pedagógusképzés terén, hogy ha valaki egy hosszú gyakorlatra látogat el hozzánk, minél több órára belátogathasson, minél több tanár módszerét megismerhesse és minél több diákkal találkozhasson. Ezért is örültünk, hogy az iparkamarák képviselői, vezetői is nagy számban jelen voltak ezeken a megbeszéléseken, pódium- és kerekasztal-beszélgetéseken.

A zárókonferencián kiemelt téma volt a tehetségek azonosítása és fejlesztése is. Miben látja ennek legnagyobb kihívását ma az iskolákban? Mennyire áll rendelkezésre egységes és hatékony támogatórendszer ezen a területen?

A tehetséggondozásban részt vevő diákoknak sok esetben nagy energiákat kell kifejtetniük; ha nem érzik úgy, hogy ez számukra hasznos, nagyon nehéz elvárni ezt a fajta erőfeszítést. Fontos, hogy hozzásegítsük őket ahhoz a felismeréshez, hogy a folyamat révén nem csupán többet fognak tudni, de magukat is jobban megismerik: azt, hogy milyen erőforrásokat tudnak felszabadítani magukban a számukra fontos dolgokért. Úgy hiszem, ez a köznevelés egyik nagy feladata. A tanulás ugyan kevésbé látványos módon fejleszti a gondolkodási képességünket, mint mondjuk a karizmunkát a súlyozás – az életben mégis a gondolkodás erejére van tán a legnagyobb szükségünk. Ezért is fontos a nyilvánosság visszahódítása a gondolkodás számára: az, hogy igenis halljunk, beszéljünk a tudományos sikerekről és a tudás bajnokairól! Nagyon örülök például annak, hogy milyen nagy nyilvánosságot kap a két Nobel-díjasunk: *Karikó Katalin* és *Krausz Ferenc* [Karikó Katalinnal készült korábbi interjúnkat [ide kattintva](#) olvashatják – a szerk.].

A bérhelyzet szintén nagy hatással van a tehetséggondozásra. Tapasztalom, milyen jelentős mértékben javította a pedagógus-béremelés a közhangulatot. A bérek rendezése nem csupán ideológiai vagy morális kérdés: korántsem mindegy ugyanis, hogy egy pedagógusnak kell-e egyáltalán és milyen más munkát vállalnia a tanítás mellett, hogy kijöjjön a pénzéből. A magasabb bér tehermentesíti a pedagógusokat és felszabadítja azokat az energiáikat, amit a hivatásukra: a tanításra és a tehetségek gondozására tudnak szánni. Bízom benne, hogy az eddig megtett lépések is közelebb visznek ahhoz, hogy jobban tudjunk koncentrálni az iskolai munkára. Hiszen nemcsak az számít, hogy mit, hanem hogy miként tudjuk átadni mindazt, amit szeretnénk.

A pedagógus – legfőképp kisiskoláskorban – még példa a gyerekek előtt. Egy diák sok esetben jóval kevesebb időt tölt a szüleivel, mint a tanáraival. Sajnos nagyon le tudnak szűkülni a találkozási felületek és a kommunikációs lehetőségek gyerekek és szülők között, ezért komoly kihívást jelent jól megismerni a saját gyermekünket. Négy gyermek apjaként pontosan tudom, micsoda érték az együtt töltött idő. Ez az egyenlőtlenség ugyanakkor a pedagógusokat is komoly felelősség elé állítja: nekünk is fel kell tudnunk ismerni, ha egy tanítványunknak tanácsra van szüksége vagy segítségre szorul. Az ehhez szükséges bizalomhoz pedig az kell, hogy a tananyag leadásán túl is beszéljünk a gyere-

kekkel, mi is megismerjük a tanítványainkat – hiszen a tehetségeket is csak így tudjuk felfedezni.

A konferenciasorozat fókuszterületein belül kirajzolódó megoldási lehetőségek hogyan képezhetők le az NPK szakmai feladatellátásában és a stratégiaalkotásban? Milyen irányba szeretné továbbfejleszteni a Nemzeti Pedagógus Kar működését a következő időszakban?

A találkozás, az egyeztetés, a problématerületek kijelölése és a stratégiaalkotás szempontjából nagy szükség van az ilyen konferenciákra, viszont félreértenénk ezek szerepét, ha rögtön megoldásokat remélnénk a felvetett kérdésekre. A legfontosabb hozadéka az lehet egy ilyen eseménynek, ha sikerül elültetni egy magot – a pedagógusokban éppúgy, mint a döntéshozókban. Fontos, hogy megmutassuk magunkat és kifejezzük a véleményünket, és bár ez elkerülhetetlenné tesz bizonyos nézetkülönbségeket, fontos, hogy vállaljuk ezeket, hiszen csak így alakíthatunk ki és tarthatunk fenn egy aktív párbeszédet. Ennek pedig, úgy vélem, eleget is tett a konferenciasorozat. Maradtak persze kérdések, amiket a jövőben még érdemes lesz felvetni: ilyen például a pedagógusképzés, ami ezúttal ugyan nem szerepelt a témáink között, de részét képezi az együttműködési megállapodásunknak. Némi változás is volt ebben: mostantól hat év helyett már csak öt évet fog igénybe venni a képzés, oly módon, hogy a gyakorlat már az első négy évben, félévekre bontva megkezdődik, elosztva ezzel a képzés utolsó évére hagyott egész éves gyakorlatot. Kíváncsian várjuk ezzel kapcsolatban is a visszajelzéseket. Addig pedig arra buzdítanánk mindenkit, vállaljon olyan iskolai szerepet, hogy mehessenek hozzá az új pedagógusjelöltek, hadd költsöljanak bele a tanítás valóságába, hisz mindenkinek az a legjobb, ha a leendő kollégák minél többféle típusú iskolával és tanítási módszertannal megismerkednek.

Mindent egybevetve abban bízom, hogy aki tényleg a mélyére néz a javaslatainknak, az láthatja, hogy minden döntésünk mögött olyan komoly és jobbító szándékú szakmai megfontolások és érvek állnak, amelyek valódi társadalmi egyeztetéseket tükröznek. Ahogy eddig, a továbbiakban is nagy szükségünk lesz arra, hogy a kollégák figyelemmel kísérjék a változásokat és elmondják róluk a véleményüket – még akkor is, ha ezek feldolgozása sokszor lassabban is megy, mint azt sokan látni szeretnék. Törekedni fogunk arra, hogy nagyobb szabadságot biztosítsunk a helyi szereplőknek, hogy a saját igényeiknek megfelelően a lehető legjobb irányba fejlesszék a saját intézményüket. Komoly célunk a kapacitásbővítés terén, hogy 24-ről legfeljebb 22-re csökkenjenek az óraszámok. Üdvös lenne, ha a tananyagok kapcsán is nőne az intézményi szabadság, de a mesterséges intelligencia és a mobil eszközök használatáról is komoly szakmai párbeszédre van szükség. Rengeteg problématerület van tehát még, ami feladatot adhat a jövőre nézve. Júniusban lesz az NPK alakuló országos küldöttgyűlése, ahol újra kiírják az elnökség tagjainak – így az elnök, az alelnök és a tisztségviselők – választását. Bízom benne, hogy a megalakuló új küldöttgyűléssel sok hasznos dolgot fogunk tudni még tenni!

A szavak súlya

Hogyan formálja a pedagógusi kommunikáció a gyermek önértékelését, identitását és lelki biztonságát?

A **Szalai Zoltán** iskolapszichológus által összeállított **A Szavak Súlya** kiadvány nem tantételegyűjtemény, és nem is neveléstudományi értekezés. Elsősorban pedagógusoknak szánt, használható vezérfonal, amelynek célja, hogy segítse a mindennapi osztálytermi kommunikáció tudatossá, érzékenyebbé, szemléletileg megalapozottabbá tételét. A szerző bevezetőjében világossá is teszi: a kiadvány „tükör, nem számonkérés”. Ez a nyitány meghatározza a teljes mű hangnemét: őszinte, önreflexióra hívó, de sehol sem vádoló.

Szerző: **Szabó Dániel**



Az anyag öt fő fejezetre tagolódik. Az első fejezet a kommunikáció pszichológiai alapjairól szól: azt mutatja be, miért működik a tanár „külső én-tükröként”, hogyan hat a verbális és nonverbális üzenet együttesen, és mikor válik a kritika megalázássá. A második fejezet a kisiskoláskorral (6–10 év) foglalkozik, a harmadik a serdülőkkel (11–18 év). A negyedik fejezet a tanári határátlépéseket veszi sorra, a verbálistól a fizikain át a digitálisig. Az ötödik fejezet gyakorlati összefoglaló, amely korosztályonként tár elénk konkrét javaslatokat arról, mit tegyünk, és miket kerüljünk el. A kötet szerkezete logikus és áttekinthető: előbb elméleti háttérrel kapunk, majd korosztályos bontásban alkalmazható szempontokat és végül egy összesítést.

A kiadvány egyik legfőbb tézise, hogy a pedagógus több információt közvetít tudásnál, mélyebb benyomást kelt, mint azt gondolnánk: visszatükrözi a diák értékét, képességeit, az iskolai közeghez való tartozást. A szerző *Bandura* (1977) szociális tanuláselméletére támaszkodva bizonyítja, hogy a gyerekek nem csak ismereteket sajátítanak el a pedagógusoktól, hanem véleményeket is önmagukról. Minden visszajelzés befolyásolhatja a gyermek külső megnyilvánulásait, és emellett még évek múlva is formálhatja, hogy milyen módon fog önmagához és önmagáról beszélni.

Szalai következetesen tesz különbséget a személyre irányuló minősítés és a viselkedésre irányuló visszajelzés között. *Dweck* (2006) fejlődéses szemléletmód-elméletre hagyatkozva (growth mindset) mutatja be, hogy a rögzülés jellegű megnyilvánulások („Tőled nem is vártam jobbat”, „Belőled sosem lesz semmi”) miként akadályozzák a tanulási motiváció kibontakozását, míg ellenben a viselkedésre reflektáló, alternatívát kínáló visszajelzések felépítik a gyerekek cselekvési önbizalmát.



A kiadvány egyik legprominensebb része az, amely konkrét, gyakorlati példákat is kínál: mit mondjunk egy elrontott feladat után; hogyan szóljunk egy figyelmetlen vagy fegyelmezetlen diákhoz; milyen módon lehet négy szemközt, félrevonulva kezelni egy kellemetlen szituációt. Ez a pragmatikus hozzáállás teszi a kiadványt a gyakorlatban is felhasználhatóvá.

Külön alfejezet foglalkozik a nyilvános megszégyenítéssel és annak sokszorozó hatásával. A szerző itt személyes tapasztalatát is megosztja: végzős gimnazistaként egy felkészítő tanfolyamon az oktató nyilvánosan olvasott fel eredményeket, minősítő megjegyzéseket fűzve hozzájuk. A rá vonatkozó mondat – „*Magánál a tudás csíráját sem érzem. Nem gondolkodott el azon, hogy más pályát válasszon?*” – évekig kísértette. Ez a személyes kiegészítés tükrözi a kiadvány hitelességét: nem kívülállóként ír a témáról, hanem empirikus módon, annak megélt, lelki súlya alapján.

[A nyilvános minősítés] nem nevel, hanem megaláz; nem fegyelmez, hanem megsebez; nem ösztönöz, hanem visszahúzódsra tanít. És ami talán a leg-szomorúbb: mindezt úgy, hogy a pedagógus sokszor észre sem veszi, mit okozott.

A mű egyik legértékesebb vonása, hogy külön fejti ki az ajánlásokat kisiskoláskorban (6–10 év) és serdülőkornál (11–18 év). Előbbinél az Erikson-féle „szorgalom és kisebbségi érzés” fejlődési fázisa kap értelmezési keretként helyet; utóbbinál az identitásépítés és autonómiakeresés kerül előtérbe. A serdülőkkel való kommunikációról szóló 3. fejezet külön kitér az ironia és a szarkazmus hatásaira, az autonómia iránti igényre és arra, hogy a lázadásként értelmezett viselkedés sokszor az egészséges fejlődési folyamat része. Ebbe a fejezetbe Juul (2006) tömör megfigyelése is beépül: „A kamasz nem hallgat, csak más nyelven beszél.”

A negyedik fejezet a szakterület részletesebben tárgyalta, de az iskolás segédanyagokban általában elkerült területébe lép: a tanári határátlépések tipológiájába. A verbális és nem verbális határátlépések tárgyalásán túl a kiadvány foglalkozik a túlzott érzelmi közelség pszichológiai veszélyeivel, a fizikai érintés etikai dimenziójával, a hatalmi aszimmetria rejtett formáival, és – korántsem mellékesen – a digitális határátlépésekkel. Ez utóbbi téma (privát csatornán történő tanár-diák kommunikáció, közösségimédia-használat stb.) a jelenlegi iskolai valóságban égető kérdés, és ritkán kerül ilyen nyíltsággal terítékre pedagógusoknak szánt anyagokban. A fejezet zárlatként önvizsgálati kérdéseket kínál a pedagógusoknak („Volt ma olyan mondatom, amit visszavonnék?”, „Mikor éreztem, hogy elborít a tehetetlenség?”), és felhívja a figyelmet arra, hogy a szupervízió és az iskolapszichológusi konzultáció „nem luxus, hanem prevenció”.

A kiadvány stílusát az olvasóközönség határozza meg: hétköznapi pedagógusokat kíván megszólítani, nem szakirodalomban járatókat. Ezért a könyv erősen különbözik a tudományos szövegektől: közérthető megfogalmazásban íródott, képeket használ és személyes hangon szól. A számos kiemelés, táblázat-szerű szembeállítás („mit tegyünk / mit kerüljünk”) és az idézett mondatok elkülönítése vizuálisan is tagolt, áttekinthető anyaggá teszi a szöveget.



A hangnem egyrészt egyenes és nyílt, ugyanakkor mély empátiát sugároz. A szerző nem elmarasztalja a pedagógust, hanem tükröt tart elé. A kiadvány elején és végén egyaránt hangsúlyozza: ez nem számonkérés, hanem támogatás. Ez a hozzáállás végigvonul az egész szövegen, és vélhetően nagymértékben hozzájárul ahhoz, hogy a kiadvány bevonzza, ne pedig kizárja a befogadót.

A kiadvány megalapozottan járja be a pszichoedukációs műfaj határterületét: elméleti háttérrel nyújt, de nem szándékozik pótolni a terápiás, diagnosztikai és pszichológiai vizsgálatot. A szerző ezt a végsőben és a szakmai és etikai nyilatkozatában is egyaránt hangsúlyozza.

A szavak súlya lényegét tekintve egy empatikus figyelemzetítő üzenet a pedagógus-diák kommunikációról – abból a perspektívából, amelyből egy pszichológus hallja naponta, hogy mit hordoznak magukban a gyerekek, mit visznek az osztályteremből az otthonukba. Nem kínál csodaszert, nem ígér azonnali változást. Inkább arról beszél, hogy az apró váltás is számít: egy másképpen elmondott mondat; egy négy szemközti visszajelzés az egész osztály előtt elmondott helyett; egy olyan tanóra, ahol a gyerek érezheti, hogy biztonságban van.

A kiadvány külön erénye, hogy a serdülőkkel foglalkozó fejezet, illetve a határátlépések elemzése terjedelemben és mélységben is meghaladja, amit pedagógusok számára szánt hasonló anyagok általában tárgyalnak. Például a digitális kommunikációs határok szisztematikus felvázolása aktuális és részkitöltő hozzájárulás.

„Ha e sorok akár egyetlen pedagógust is segítenek abban, hogy egy mondatát máshogy mondja ki, egy gyereket másként hallgasson meg, vagy egy helyzetet empatikusabban kezeljen, akkor már betöltötte a célját.”

Ez a szerényen megfogalmazott mondat a kiadvány reális célkitűzése. A szavak súlya több mint alkalmas arra, hogy pedagógusképzésben, iskolai továbbképzésben, szupervíziós csoportokban, de egyéni önreflexió keretében is használják.



Idén is folytatódnak a pedagógus-továbbképzések, április végéig választhattak képzéseket a tanárok

A tavalyi év elejétől hatályos, a pedagógus-továbbképzés rendszeréről szóló 419/2024. (XII.23) Korm. rendelet új pedagógus-továbbképzési rendszert vezetett be. Az új továbbképzési rendszerben a pedagógusoknak ötéves ciklusonként 120 óra kreditet kell teljesíteni. A képzési portfólió két részből áll. Az egyik a tartalmi megújító képzések, amelyek a pedagógusok szakképzettségének megújításához járulnak hozzá, ezeket a képzéseket a Nemzeti Közszerződési Egyetem szervezi. A másik része a továbbképzéseknek a pedagógus által szabadon választható módszertani képzések, amiket az Oktatási Hivatal szervez.

Szöveg: **Belügyminisztérium**



A képzések március 31-i határidőre felkerültek az Oktatási Hivatal oldalára, mely az alábbi [linken](#) érhető el.

A pedagógusoknak április folyamán volt lehetőségük képzéseket választani, az iskolák igazgatóinak pedig április 30-ig kellett elkészíteniük a 2026/27-es tanévi pedagógus-továbbképzési intézményi programot.

A tavalyi évben – ebben az új rendszerben – 26.128 pedagógus jelentkezett az Oktatási Hivatal által szervezett képzésekre. Várhatóan idén is ilyen magas lesz a jelentkezések száma.

A továbbképzések a szakmai fejlődés eszközei, felkészítik a pedagógusokat a digitális és módszertani megújításra. Ugyanakkor a 2025-től megújult továbbképzési rendszer megalapozza a pedagógus-előmeneteli rendszerben való előrejutást is, a naprakész tudás szinten tartásával.

A szakmai továbbképzések rendszere tovább erősíti a pedagóguspálya vonzerejét, melyet a 2024-ben indult bérfejlesztés alapozott meg. 2024-ben 32,2%-os, 2025-ben 21,2%-os és idén pedig további intézményi szinten átlagos 10%-os béremelésben részesültek a pedagógusok.

Az Európai Unió több mint 700 milliárd forinttal támogatja a béremelést az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program Plusz (EFOP Plusz) keretében megvalósuló *Pedagógus életpályamodell* című, és a *Pedagógus életpálya modell – hátrányos helyzetű tanulókkal foglalkozó pedagógusokat érintően* című projektek keretében az Európai Szociális Alap Pluszból.

Az EFOP_PLUSZ-2.1.1-24-2024-00001 *Pedagógus életpályamodell* és az EFOP_PLUSZ-2.2.1-24-2024-00001 *Pedagógus életpálya modell – hátrányos helyzetű tanulókkal foglalkozó pedagógusokat érintően* című projektek Magyarország által kijelölt stratégiai fontosságú műveletek, úgynevezett Pillérek közé tartoznak. A Pillérek kiemelt szerepet játszanak a fejlesztéspolitikai célok elérésében, az adott operatív program sikeres végrehajtásában, valamint az uniós támogatások eredményes és átlátható felhasználásában.



Papírtigrisek helyett valódi problémákat!

Az elmúlt években temérdek belső és külső változás formálta a felsőoktatás „széljárását”, az egyetemek számára pedig stratégiai kérdéssé vált, hogy milyen gyorsan és mekkora hatékonysággal képesek reagálni az innovációs és piaci trendek alakulására. A felsőoktatási képzésválasztás és a munka világába való becsatlakozás kapcsán fontossá váló pályaaorientáció kérdéséről, valamint a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem (BME) oktatásstratégiai szemléletéről **Dr. Bihari Péterrel**, a BME oktatási rektorhelyettesével beszélgettünk.

Szöveg: **Bodon Gergely Dávid**



Fotó: Geberle Bertalan



Hogyan tehető a tudomány élményszerűvé és vonzóvá a fiatalok számára? Milyen szerepe van ebben a középiskolásoknak szóló pályaaorientációs foglalkozásoknak, nyílt napoknak?

Ami leginkább képes vonzóvá tenni a mérnöki és általában az MTMI-szakokat (matematikai, természettudományi, műszaki és informatikai tudományterületek), az az érdekesség, és ezzel szoros összefüggésben abbéli előnyük, hogy képesek válaszokat adni az élet hétköznapi kihívásaira. Ha körülnézünk a világban és megfigyeljük, milyen változásokat tapasztalunk és milyen nehézségek állnak előttünk – legyen szó akár a fenntarthatóságról, a mesterséges intelligenciáról



(MI), a zöld átállásról, vagy legújabban az energiaárak emelkedéséről és az energiahatékonyságról (amelyek mind-mind szorosan összefüggnek a gazdaságfejlesztés kérdésével), olyan távolba mutató problémákkal találkozunk, amelyek gyökerénél bizony mérnöki tevékenységekbe botlunk. A hatékonyság növelése, a reakciós képesség fejlesztése vagy a nagy monotonitású rutinfeladatok automatizálása mind olyan kihívások elé állítják a különböző mérnöki szakmákat, amelyek egyúttal mélységet és szépséget is kölcsönöznek azoknak.

A BME egészen széles képzési portfóliót kínál az MTMI-területen, sőt újabb szakokat is hirdetünk – épp azért, hogy reagáljunk a világ változásaira. Büszkék vagyunk rá, hogy a BME-s hallgatók a legkülönbözőbb mérnöki területeken próbálhatják ki magukat: több mint 10 MTMI-területre fókuszáló szakkollégiumunk van, de a versenycsapatok is (beszéljünk akár a **Formula Studentesek**,  akár a rakétás csapatok, mint a **Suborbitals**  vagy az **Aerospace Team**,  akár a **Solar Boat Team**  munkájáról), csupa olyan izgalmas mérnöki problémát oldanak meg, amelyek vonzóak a hallgatók számára. Nem is beszélve arról, hogy e csapatok munkáját és eredményeit mind remekül lehet prezentálni a pályaaorientációs eseményeken, példázva, hogy aki mérnöki vagy valamilyen más MTMI-szakot választ, az nem csupán iskolapadban ülve tud ismereteket, készségeket, kompetenciákat szerezni, hanem azokat szinte azonnal, hallgatóként is ki tudja próbálni – és mindezt a középiskolások is jónéven veszik az egyes pályaaorientációs rendezvényeken. Ma már kevésbé kecsegtető ajánlat a fiatalok számára, ha egy-egy nyílt nap



alkalmával órák hosszat ücsöröghetnek egy nagy tudású professzor előadásán – az alkotás öröme, a tudomány kézzelfoghatóvá tétele viszont már annál inkább.

A BME több karán is tartanak iskolai csoportoknak szóló nyílt laborbemutatókat. Milyen jellegű foglalkozásokkal várják az érdeklődőket? Melyek a legnépszerűbb bemutatók?

Mivel a középiskolában főként a fakultációválasztás jelenti a specializálódást, kimondottan a még ez előtt álló tanulókat célozzuk meg a gimnazistáknak szóló nyitott laborprogramunkkal. A laborok többségében gépészeti, mechatronikai, energetikai, villamosmérnöki, informatikai, vegyészmérnöki, biomérnöki, a természettudományi vonalon pedig legtöbbször nukleáris tevékenységhez kapcsolódó nyílt laborbemutatókat tartunk. Az egyetemnek saját tanreaktora is van, ami egyedülálló lehetőséget kínál az ilyen egyetemlátogatások során. Mindazonáltal más formában is szervezünk tudománynépszerűsítő, pályaaorientáló célú eseményeket, kimondottan a nyári szünidő idején. Már az általános iskolásokat is igyekszünk megszólítani **Gyerekegyetem** programunk keretében, ami egy egyhetes nyári táborot kínál, amely során szervezett körülmények között nyílik lehetőségük a kisebbeknek olyan laborlátogatásokon részt venni, amelyeket ilyen fiatalon is veszélytelenül lehet élvezni. Szintén a szünidőben rendezzük középiskolások számára a **Science**

Campet, frissen felvett hallgatóink számára pedig a Kémszámtábort [a tavalyi rendezvény honlapja **ezen a linken** érhető el – a szerk.], ahol már azért szabadban mozoghatnak a résztvevők. Ezeken kívül pedig számtalan eseti látogatás is zajlik, amikor középiskolák keresik meg azzal az egyetemmel, hogy szívesen részt vennének egy intézménylátogatáson vagy laborbemutatóon.

Noha az egyetem nagy, központi nyílt napján a BME tudományos portfóliójának csupán félnapos áttekintésére, pusztá felvillantására van lehetőség, már ez is rengeteget jelenthet, mivel (éppen e szűk időkeret miatt) kimondottan csupa érdekességgel készülnek a kollégák. Az itt szerzett élményekből születnek aztán később az eseti megkeresések a részletesebb laborlátogatások reményével. Amikor meg mi megyünk ki középiskolákhoz pályaaorientációs napokra, minden olyan mozdítható eszközt magunkkal viszünk, ami figyelemfelhívó és érdekes lehet a fiatalok számára – és még hozzá is tudnak nyúlni ezekhez, kézbe vehetik őket, személyes benyomást szerezve arról, mennyi mindennel lehet foglalkozni később az egyetemi képzés keretében. Ezek a programok nagyon fontosak a hallgatói utánpótlás szempontjából is: a tapasztalatok azt mutatják, hogy az általában 7–8 ezer fős résztvevői számmal zajló nyílt napok után 30–40, akár 50%-os arányban köszönthetünk újra egykori érdeklődőket a gólyáink között. A 10–11.-es korosztályból is sokan



jönnek el ezekre a nyílt napokra, akik számára az esemény még inkább a korai érdeklődés kialakításában és a fakultációválasztásban segíthet. A több mint 10 éve útnak indított Gyerekegyetem programunk egykori résztvevői közül például már többen is kézbe vehették az alapszakos oklevelüket.

Hogyan kapcsolódik a BME az MTMI Iskola Program küldetéséhez? Hogyan támogatja egymást az egyetem és a program?

Az MTMI Iskola Program egy nagyon friss kezdeményezés, így még folyamatban van az egyeztetés az MTMI-iskolák vezetőivel, hogy miként is alakuljon ez az együttműködés. Annyi viszont biztos, hogy a már említetteken kívül az egyetem módszertani támogatást is tud nyújtani az MTMI-területen oktató pedagógusoknak, illetve fontos megemlíteni, hogy már több mint 10 éves az egyetemünk által alapított Pécsi Eszter Tanári Díj, amit minden évben 10, MTMI-területen (tehát a matematika, fizika, kémia, biológia vagy informatika terén) oktató középiskolás tanárnak adnak át. [Pécsi Eszter életéről, tudományos örökségéről és a róla elnevezett díjról a 2025/9–10-es számunkban **bővebben is írtunk**.] Öröm számunkra látni, milyen sok és kiváló pályázati anyag érkezik be hozzánk. A díjat elnyerő legkiválóbb tanárkollégákkal pedig az egyetem hosszabb távú együttműködést is kialakít azzal a céllal, hogy rajtuk keresztül a középiskolás tanulókat is megszólíthassuk, orientálva őket az MTMI-terület, ne adj' Isten, a BME-n való továbbtanulás felé. Ugyanakkor a középiskolák felől is megfogalmazódott az igény, hogy szívesen vennék, ha az egyetem tudna nekik módszertani segítséget nyújtani az MTMI-tárgyak oktatásában oktatástechnikai eszközök formájában, olyan kurrens kérdésekkel kapcsolatban például, mint az MI.

Az elmúlt 10 évben tehát egy nagyon jó kettőirányú együttműködés alakult ki a középfokú oktatással, legújabbán pedig a szakképzéssel: a *Pálmai Gergely* helyettes államtitkár által bejelentett és a BME-vel szoros együttműködésben megvalósuló „három az egyben” program gyorsítópályás továbbtanulást biztosít azok számára, akik az okleveles technikusképzésben kiváló eredményeket érnek el és továbbtanulnának, mivel a program végére egy teljes felsőoktatási tanévet el tudnak ismertetni a középiskolában megszerzett és az egyetem által minőségbiztosított képzés alapján. Mindez annyit jelent, hogy a hároméves felsőfokú mérnökképzést akár már két év alatt is el lehet végezni, ha minden rendben megy. Mostanra már három szakképzési centrummal és közel 10 technikummal egyeztetünk azzal a céllal, hogy összehangoljuk ezt a képzési programot.

Újabbán viszont az az egyik legnagyobb kérdés, hogy miként lehetne csökkenteni a középfokú oktatásból kikerülő kompetenciakészlete, tudása és a felsőoktatási intézmények elvárásai közötti űrt. Az új NAT bevezetése óta jelentős távolság alakult ki a kettő között. Válaszul a „három az egyben” program keretében a szakképzésben oktató pedagógusok módszertani továbbképzését is igyekszünk megvalósítani. Ez leginkább azokat a közismereti tantárgyakat érinti,

mint a matematika és a fizika, de szaktárgyi fejlesztés is zajlik. Mivel manapság leginkább az informatikán van a hangsúly, ezért mára már idetartozik a digitális technika és a hardveres ismeretek is. A gimnáziumi közoktatás esetén ugyanakkor a BME szempontjából leginkább a matematika, a fizika és a kémia számít meghatározó területnek, hiszen a mérnökképzésben a matematika és a fizika, míg a vegyész és biomérnöki szakirányoknál a kémia bizonyul elengedhetetlenné. A cél tehát az, hogy igény esetén tartalmi jellegű továbbképzésekkel lehessünk a középiskolai oktatás segítségére, hogy a tanárok támogatásán keresztül már a középiskolában megalapozhassuk a továbbtanulók sikerességét. Ilyen középiskola-egyetem együttműködést valósít meg például a **Lendületvétel programunk**, ami egy részben középiskolai tanárok által tartott, érettségi előtt álló középiskolásoknak szóló négyhónapos felkészítő program.

Túl az elméleti ismeretek átadásán milyen eszközökkel tudják felkészíteni a hallgatóikat a munkaerőpiacon való helytállásra? Hogyan képez híd az egyetem a hallgatók és a piaci szereplők között?

A BME-n – az üzem-mérnök-informatikus szakot leszámítva – az alapképzések kínálatában nincsen duális képzésünk, a mesterszakok vonatkozásában pedig mára az MSc-s hallgatók több mint 80%-a (de van olyan szak, ahol a 95–100%-a) dolgozik a képzése mellett; vagyis tapasztalataink szerint a leggyakrabban egy természetes folyamat eredményeképp alakul ki párhuzamosan a tanulás és a munkavégzés. Mindazonáltal épp ebben a félévben indítottunk el egy átfogó képzésfelülvizsgálatot az egyetemen, amelynek az egyik fő célja a szakok munkaerőpiaci relevanciájának a növelése. Már korábban is voltak ennek előképei, méghozzá a projektalapú oktatás lassú beemelése, beszívargása a képzési programokba. Ez azt jelenti, hogy a mostani, sokszor egyirányú ismeretátadás helyett egy menedzselt ismeretszerzés, felfedező-felfedezettő tanulás irányába igyekszünk elvinni a képzéseket. Nyilván nem lehet egy alapképzésben teljesen elhagyni az egyirányú ismeretátadást, hiszen ki kell alakítani bizonyos alapkészségeket és meg kell tanítani alapinformációkat, ami nem megy felfedezés útján. De később, hasonlóan a versenycsapatokhoz, a laborban való foglalatosság, az alkotás és a felfedezés öröme olyan plusz élményeket visz be a képzési folyamatba, ami sokkal hatékonyabban rögzíti és teszi elsajátíthatóbbá az ismereteket, mintha kizárólag tankönyvből vagy előadásokból kéne megtanulni, megérteni az egészet.

A már említett üzem-mérnök-informatikus szakon működő klasszikus kooperatív képzésünk (ami a duális képzés egy picit rugalmasabb változata) például egy nagyon jól bevált képzési modell. Ebből kívánjuk átemelni a sikeres elemeket azokon az alapképzési szakokon, ahol ez megvalósítható. A projektfeladatoknál egyfelől célkitűzés, hogy ne művi, egyetemi környezetben születt feladatokat adjunk a hallgatóknak, hanem lehetőség szerint minél több valós ipari környezetből eredő és részben ott megvalósuló



projektlehetőséget. Másrészt fontosnak tartjuk, hogy a szakdolgozatok és a diplomamunkák a lehető legnagyobb számban ipari környezetben szülessenek, valós munkahelyi, gazdasági, gazdálkodó szervezeti problémát megoldva az ipari partnerek közreműködésével. Ezzel kívánjuk elkerülni, hogy a diplomamunkával egy olyan papírtigris alakuljon ki a képzés végén, amit kényelmes érdektelenséggel lehet őrizni a fiókban, hanem olyan, konkrét gazdasági szereplők részéről felvetett problémát oldjanak meg a hallgatók, ami akár a későbbi munkaerőpiaci sikerességüket, sőt akár a jövőendő állásukat is megalapozhatja.

Sok esetben persze a diplomamunka már a hallgatóink meglévő foglalkoztatását is képes megerősíteni. Különösen a mesterszakoknál jellemző, hogy a hallgatók egyenesen onnan hozzák a szakdolgozatuk, diplomamunkájuk témáját, ahol dolgoznak. Rengeteg lehet tanulni ezekből – és nemcsak a hallgatónak, hanem a témavezetőnek is, hiszen ilyenkor szembesül az egyetemi oldal, hogy mi mindent volna még érdemes beépíteni a képzésbe a munkaerőpiaci elvárások és fókuszok alapján. A hallgatókon keresztül tehát sok esetben már arra is rálát egy jó témavezető, hogy mi érdekl manapság a munkaadókat, ennek megfelelően pedig akár kisebb tantervi korrekciókat, tantárgy-fejlesztéseket is körvonalazni lehet. Olyan modernizációs cikluson megy épp keresztül tehát a képzési program, amely során az iparral való intenzív kap-

csolattartásból tartalmilag is rengeteget profitálnak a képzéseink.

Melyek a BME képzés kínálatában a legkeresettebb szakok? Milyen mutatók alapján lehet megállapítani egy egyetemi szak sikerességét? Az ezeken végzők tudnak a leghamarabb elhelyezkedni?

Most egy nagyon jó felvételi időszak előtt állunk, mert a 2026-os általános eljárásban majdnem 10%-os növekedést látunk a jelentkezők számában. Viszonylag régen volt, hogy ilyen nagy ugrás lett volna a jelentkezőszámban, és az alapszakoknál is erőteljes emelkedést tapasztalunk. Azt vettük észre, hogy ha a sajtóban valamely terület sokat szerepel – vagy azért, mert kurrens és fejlődő, vagy mert izgalmas kihívásokat rejt –, akkor az ahhoz kapcsolódó szakok iránt is megnő az érdeklődés. Például az MI most nagyon sokat forgott a közbeszédben, így érdemesnek láttunk meghirdetni egy MI mesterképzési szakot, amire a várakozásokat meghaladó módon érkeztek a jelentkezések. Nagy örömmünkre azonban ez mégsem „kannibalizálta” a többi informatikai szakot – vagyis nem egymás elől szívták el a jelentkezőket a rivális képzési lehetőségek.

Ugyanezt tapasztaljuk a gazdaságinformatikus alapképzési szakunkkal is: mivel az informatika és a digitalizáció is állandó része ma már a közbeszédnek, ez a szakunk is anélkül remekel, hogy más informatikai



szaktól szívná el a jelentkezőket. Abban, hogy a kínálatbővítés egyik esetben sem megy a meglévő képzések rovására, döntő szerepet játszik, hogy csak akkor hirdetünk meg új szakot egy adott képzési területen, ha egyúttal ajtót is sikerül nyitnunk egy új piacra a hallgatóinknak. De az olyan kurrens témák kapcsán, mint az önvezető autók, az energetika, a gépgyártás vagy a feldolgozóipar, hasonlóképp nagyot ugrott a gépészmérnöki kar és a közlekedés- és járműmérnöki kar által kínált szakok portfóliója, így a gépészmérnök, a mechatronikai mérnök, az energetikai mérnök, a járműmérnök, a közlekedésmérnök vagy a logisztikai mérnök képzéseink. Jelentős érdeklődést tapasztaltunk ugyanakkor az építőmérnöki szak iránt is, pont azért, mivel jelentős infrastruktúra-építések zajlanak vagy várhatók az országban: vasút, közút, és más nagyobb építkezési beruházások.

Milyen módon tudják nyomon követni az itt végzők karriergörbjét? Milyen visszajelzések érkeznek az egyes képzésekről a már végzett hallgatóktól? Hogyan építik be ezeket az oktatásszervezés és a stratégiaalkotás folyamatába?

Két nagy felmérésből táplálkozunk. Az egyik az Oktatási Hivatal által készített **Diplomás Pályakövetési Rendszer (DPR)**, amely részletes adatokkal szolgál az intézmények számára, és ebből nagyon sok és hasznos következtetést le tudunk vonni. Nyomon tudjuk követni például egykori hallgatóink jövedelmi pályáját, azt, hogy a BME-s diploma jelent-e munkaerőpiaci előnyt – szerencsére jelent –, és ezt a kommunikációnkba is be tudjuk építeni. A másik fontos szempont, hogy a volt hallgatóink a végzettségüknek megfelelő munkakörben dolgoznak. A Foglalkozások Egységes Osztályozási Rendszerének (FEOR) és a gazdasági Tevékenységek Egységes Ágazati Osztályozási Rendszerének (TEÁOR) besorolása alapján tehát azt is monitorozni tudjuk, hogy valóban oda képezzük-e a leendő mérnököket, gazdasági, természettudományos és informatikai szakembereket, amire a végzettségük képesíti őket.

Mindazonáltal különböző nagymintás felmérésekre is támaszkodunk: most például a 2026-os képzésfelülvizsgálat kapcsán kerestünk meg több mint 21000 egykori és jelenlegi, aktív hallgatót, hogy mondják el a véleményüket a képzésekkel kapcsolatban. A felmérésben kitértünk a munkaerőpiaci kompetenciákra is: hogy mennyi hasznosítható, mennyi kevésbé hasznosítható kompetenciát kaptak a képzésük alatt, és mi az, ami hiányzik. A válaszaikat pedig igyekszünk visszacsatolni a képzés-felülvizsgálatba. Az élő visszacsatolásra nagyon nagy szükség van, hisz ezáltal tudjuk biztosítani a képzéseink sikerességét. A képzési és kimeneti követelmények kellően rugalmasak ahhoz, hogy átfogóbb fejlesztéseket is meg tudjunk valósítani, és hogy folyamatosan adaptáljuk a szakjainkat a változó külső körülményekhez, ezzel is biztosítva a vonzóképeségüket és a későbbi munkaerőpiaci sikerességét.

A Diplomás Pályakövetési Rendszer (DPR) adatai szerint az utóbbi években a műszaki felsőoktatási területek iránti érdeklődés és a diplomaszerezés mutatói csökkenő tendenciát mutatnak. Meglátása szerint mi állhat a mutatók romlása mögött – egyúttal mi nyújthatna rá megoldást?

Bizony, mi is észleltük ezt a csökkenést. A BME a 2012–14 közötti időszakban érte el a hallgatói csúcslétszámát. A mi képzési profilunk döntően az MTMI területére fókuszál, ez határozza meg a hallgatóink közel háromnegyedének preferenciáit is. Tény ugyanakkor, hogy megindult egy jelentős csökkenés, ami nagyjából a pandémia és az utána következő egy-két évben végig kitartott. Ebben benne volt a közoktatás, a felvételi rendszer és a közbeszéd turbulens alakulása, ami a mi fókuszterületeink piaci szegmensében is éreztette a hatását; ennek ellenére a mérnöki területeken és különösen az informatika és a mérnökinformatika terén induló szakok viszonylag „jól muzsikáltak”. A trendfordulót pedig a 2022–23-as évektől kezdve már általánosan érezni lehet. Azóta a BME ismét növekedési pályára lépett, aminek az egyik hajtóereje a megváltozott felvételi és intézményfinanszírozási rendszer, amely az utóbbi időben kimondottan kedvez az MTMI-területeknek. Másrészt az intenzív technológiai fejlődés is érezteti a hatását: hogy az újabb és újabb innovációk, kérdések és kihívások már a középiskolás tanulókhoz és szüleikhez is eljutnak. A pályaválasztásnál pedig meghatározó szempont, hogy ezeken a területeken igenis vannak lehetőségek és a fizetések is egész magasak.

Sokat segít ugyanakkor az OH DPR-portálja is, ami jelentős mennyiségű adattal támogatja a pályaeorientációt azáltal, hogy megmutatja azokat a területeket, ahol a befektetett szakmai tudással és munkával jó fizetéseket is lehet szerezni. Az elsőéves hallgatók körében végzett golya kérdőíves felmérésünkben például arra a kérdésre, hogy miért ezt a szakot választottad, legtöbb esetben az a válasz, hogy egyrészt, mert érdekel, másrészt, mert jól lehet vele keresni. Vagyis az elsőéveseknek, de már a pályaválasztás előtt álló középiskolásoknak is erős elvárásaik vannak a megszerezhető tudás anyagi megtérülésével szemben, mert hisz ők is szeretnének jól élni, és a jó élethez jó fizetés is kell. Ebben a népszerűsödési folyamatban persze nem lehet túlbecsülni a szakképzés fellendülését sem, hiszen a szakképzési rendszer átalakulásával egy olyan terület is megjelenhetett a felsőoktatás bemeneti oldalán, ami nagyon jó kimenetet ígér, és azzal kecsegtet, hogy akik erre az útra adják a fejüket, azok utána a felsőoktatásban is jól fognak tudni érvényesülni, hiszen egyszerre rendelkeznek majd kiváló közismereti alapokkal és szakmai ismeretekkel, aminek köszönhetően jó eséllyel könnyebben és gyorsabban haladnak majd előre az egyetemi képzésben, mint mondjuk egy normál gimnáziumból érkező elsőéves hallgató.

Gyors elhelyezkedés, eltérő pályaképek

Mit mutatnak a számok a diplomások jövőjéről?

Fontos kérdés, hogy milyen referenciapontok mentén lehet és érdemes tájékozódni szak-, egyetem-, és végső soron a karrierválasztás idején. A Diplomás Pályakövetési Rendszer – Adminisztratív Adatbázisok Egyesítése (DPR AAE) kiváló lehetőséget nyújt arra, hogy képet kaphassunk az elhelyezkedés, a munkába állás és a várható jövedelem különféle mutatóiról az elmúlt években végzettek szinte teljes körére kiterjedő adatösszekapcsolás alapján. Meghatározó szempont lehet a választásban az egyes szakok továbbtanulási aránya vagy a diplomások mobilitási trendjeinek ismerete. Nem kevésbé lényeges a diplomaszertést követő elhelyezkedés üteme, vagy az, hogy a végzettek milyen arányban tudnak a végzettségüknek megfelelő diplomás munkakörben elhelyezkedni. A következőkben az MTMI-területek közül a matematikai, természettudományi és mérnöki képzések részterületeit vizsgálva kívánunk rövid áttekintést adni az adatfelvételek alapján kirajzolódó összefüggésekről, tendenciákról [az **informatikusképzés**ről soron következő számunkban olvashatnak majd bővebben – a szerk.].

Szöveg: **Bodon Gergely Dávid**



Különbségek a munkába állás idejében képzési területenként és képzési szint (vagyis alap- és mesterszak) szerint

Az első munkába állás átlagos ideje minden vizsgált képzési területen és képzési szinten alacsony: egyik évfolyamban sem éri el a 3 hónapot – jóllehet, a mesterképzések esetében rövidebb átlagos elhelyezkedési idő figyelhető meg, mint az alapképzések esetében, amit befolyásolhat az is, hogy mesterképzés mellett többen dolgoznak a tanulmányaik mellett a végzés előtti időszakban. Az átlagos elhelyezkedési idő alapvetően csökkenő tendenciát mutat a végzés tanévét vizsgálva, lévén az utolsó hónapban munkát végzők aránya folyamatosan növekszik. A műszaki alapképzésen a 2016–17-es tanévben végzettek átlagosan 2 hónap alatt helyezkedtek el, ami a 2022–23-as tanévben végzettek esetén valamivel több mint 1 hónapra csökkent. A műszaki mesterképzésen végzettek esetében 1,5 hónapról kevesebb mint 1 hónapra mérséklődött az átlagos elhelyezkedési idő. A természettudományi alapképzésen végzettek 2,5 hónap alatt találtak munkát a 2016–17-es tanévben végzetteket vizsgálva, ami 2 hónapra csökkent a 2022–23-as tanévben végzettek esetén. A természettudományi mesterképzésen végzettek esetében pedig kicsivel több mint 2 hónapról nagyjából 1,5 hónapra mérséklődött az átlagos elhelyezkedési idő.

Általánosan elmondható, hogy **az MTMI-területen végzettek túlnyomó többsége diplomás munkakörben dolgozik**, ugyanakkor a megszerzett legmagasabb végzettség szerint látható némi eltérés. Azok, akik később elérték a doktori fokozatot, 99%-ban diplomás munkakörben dolgoznak, a mesterképzésben is részt vettek esetében azonban ez már csak a hallgatók 96%-ára, alapképzésen pedig csak a diplomát szerzők átlagosan 86%-ára

igaz. A képzési területek és szintek kombinációját vizsgálva a természettudományi alapképzés esetében a legalacsonyabb a diplomás munkakört betöltők aránya, esetükben ugyanis 7,5 év után is csak átlagosan 74%-ban tudnak a végzettségüknek megfelelő munkakörben elhelyezkedni. Köztük is legkevésbé a földrajz, a földtudomány és a környezettudomány szakoknak kedvez a felvevőpiac. A mérnöki képzést végzettek közül azonban átlagosan 90%-ban diplomás munkakörben találják meg a boldogulásukat a végzettek (köztük legalacsonyabb arányban a logisztika, faipari, formatervező és földtudományi mérnökök), míg a vonatkozó mesterképzések esetében 6%-kal magasabb az átlagérték az alapképzéshez képest. Azok a természettudományos alapképzésen abszolváltak pedig, akik később nem szereztek magasabb végzettséget, 67–77%-ban végeznek diplomás munkát. Minden más vizsgált területen az abszolutórium megszerzésének évétől függetlenül 87% fölötti az arány.

Továbbtanulási és elhelyezkedési tendenciák az MTMI-területeken

A diplomaszerezés utáni továbbtanulási arány tekintetében a természettudományi alapképzés jár élen, amely esetében 2017-től minden évben a végzettek több mint 65%-a folytatja tanulmányait mesterképzésen. A műszaki alapképzésen végzettek 49% és 54% közötti arányban tanulnak tovább mesterszinten, míg informatikai képzéseken az arány 30% körüli. A doktori képzésben való továbbtanulás a természettudományi mesterképzéseknél a legjellemzőbb, átlagosan 40%, míg a műszaki mesterképzéseken végzettek 10–14%-a folytatja tanulmányait doktori képzésen.

Izgalmas összefüggéseket látunk az adott képzések elvégzése és a későbbi munkavállalás helye kapcsán is. 2024 decemberében a természettudományi képzések esetében a végzettek 58%-a, műszaki képzésen pedig 55%-a lakott a diplomaszerezést követően az egykori képzési helyszínnel azonos régióban. Műszaki területen az Észak-Alföld és az Észak-Magyarország régiókban látszódik jelentősebb csoportosulás: 71% körüli mérőszámokkal egészen magasnak bizonyult az adott helyen diplomát szerző és később munkába álló mérnökök száma. A természettudományok esetében ugyanakkor Budapest és Pest megye, továbbá a Nyugat-Dunántúl vezet 71–72%-kal.

A 2024 decemberi adatok alapján jól kivehető Budapest vonzereje a képzést megelőző lakóhely és a jelenlegi lakóhely régióját vizsgálva: szinte minden régióból a diplomát szerzők 15–20%-a (esetenként akár 25% is) Budapesten próbál szerencsét a munka világában. Egyes képzések esetében azonban izgalmas gravitációs pontok rajzolódnak ki országszerte: a természettudományos területen végzők például kimondottan a Dél-Alföld, míg a műszaki területen diplomát szerzők a Nyugat-Dunántúl felé vándorolnak szakértelmükhöz illő álláslehetőségek reményében, amíg az átlagosnál jól láthatóan kisebb megtartó ereje van a Dél-Dunántúl és az Észak-Magyarország régióknak.

A matematikai, természettudományi és műszaki képzési területeken összesített jelentkezési számok alapján a műszaki területet lehet kiemelni, ahol az összesített jelentkezések száma 2013 és 2025 között 53 694 főről 62 276-ra emelkedett, ami 16%-os növekedést mutatott. A természettudományok terén ugyanebben az időszakban 5 722 jelentkezésszámú visszaesést lehetett mérni, ami 35,8 százaléknak felel meg, és a három terület közül egyedülként mutat tartós csökkenést. Az éves sorokból ugyanakkor az is látszik, hogy mivel 2020 és 2022 között felvételi követelményként minden képzésen kötelező volt teljesíteni legalább egy emelt szintű érettségit, 2020-ban mindhárom területen megfigyelhető volt egy visszaesés, amit erős korrekció követett 2023-ban. A legnagyobb egyéves abszolút növekedés 2022-ről 2023-ra a műszaki területen történt, ahol 15 128 többletjelentkezést számoltunk. Ezt követi 2024-ről 2025-re szintén a műszaki terület 7 877 fővel. Képzési szintre bontva mindazonáltal az is látszik, hogy a műszaki képzések mindkét szinten mérsékelt növekedést mutatnak, amíg a természettudományi képzési területen – különösen alapképzésben – csökken a jelentkezések száma.

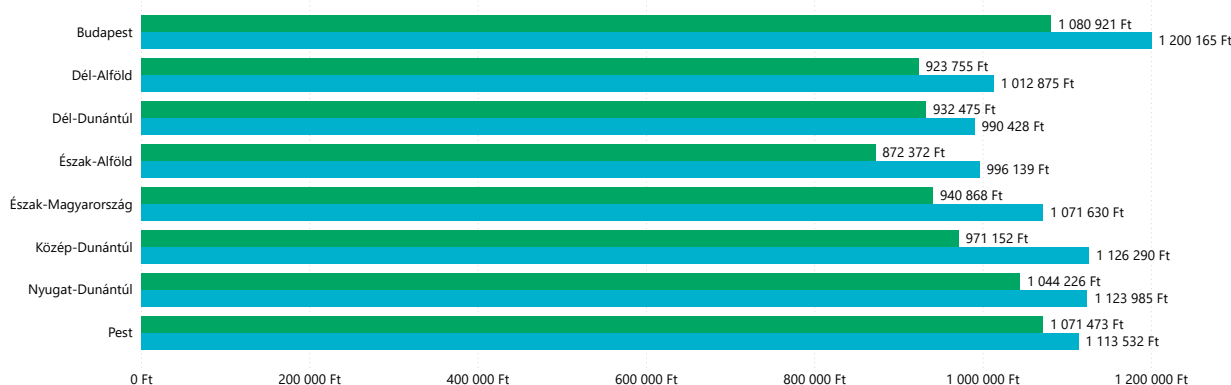
Átlagos és medián bruttó jövedelem az MTMI-területeken a végzés után

A legfrissebb, 2024 decemberéből származó adatok szerint **az életpályán előrehaladva jelentősen növekszik mind a bruttó átlagjövedelem, mind a havi bruttó jövedelem mediánértéke**. A 7,5 éve (vagyis a 2016–17-es tanévben) alapképzésen végzettek átlagos jövedelme közel másfélszerese azokénak, akik a 2022–23 tanévben végeztek, még abban az esetben is, ha közben nem szereztek magasabb szintű végzettséget. Azonban amennyiben szereztek ilyen, akkor a különbség még inkább kimutatható. Képzési területek szerint is nyilvánvaló eltérés mutatkozik a kezdőbérekben és a jövedelemnövekedés mértékében: 1,5 évvel az abszolutórium megszerzése után átlagbér szempontjából az informatika képzési területen végzettek vannak a legkedvezőbb helyzetben, de csaknem hasonló értéket mutatnak a műszaki területen végzettek béradatai is (720 ezer–742 ezer Ft). A természettudományi képzési területek végzettjei ennél szerényebb, átlagosan 500 ezer forintos bruttó kezdőbérré számíthattak 2024 végén. Pár év elteltével ugyanakkor ez utóbbi csoport esetében is kimutatható közel másfélszeres emelkedés. Általánosságban megállapítható, hogy **a mesterdiplomások átlagosan magasabb jövedelemmel és magasabb arányban dolgoznak diplomás munkakörben, mint a csak alapképzést végzettek**, ami különösen a pálya kezdetén jelenthet relatíve magasabb kezdőbért. A későbbiekben a különbség valamelyest mérséklődik, de mindvégig fennmarad egy kb. 20%-os többlet mind az átlagbér, mind a mediánbér tekintetében. (1. ábra)

A műszaki képzési területek közül alapképzésben a jármű-, villamos- és gépészmérnöki képzések stabilan kiszámítható, magas kezdőjövedelemmel

Átlagos bruttó jövedelem nagysága a 2016/17 tanévben végzetek esetén 2024. decemberében (műszaki képzési terület)

Végzettség szintje ● alapképzés (BA/BSc/BProf) ● mesterképzés (MA/MSc/MProf)



1. ábra: Természettudományi alapképzés – átlagos bérjövedelem nagysága (2024 decemberében)

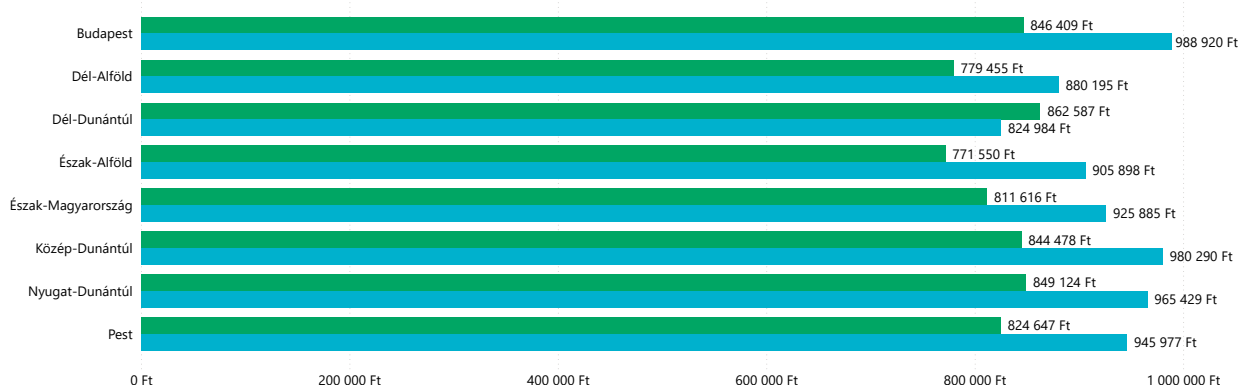
jellemezhetőek (bruttó 800 ezer Ft körüli, vagy azt meghaladó átlagértékekkel), de a többi mérnöki képzés is pozitív jövedelmi lehetőségekkel kecsegtet. 7,5 évvel a végzés után már csaknem minden mérnöki képzés esetében általános a legalább 700–800 ezer forintos bruttó átlagbér, de a 21 felmért alapképzési szak közül 9 esetben 2024 decemberében az 1 millió forintot is meghaladta. A természettudományi képzések közé 7 szak tartozik, amelyek közül **a fizika és a matematika szakok az átlagosnál valamivel magasabb jövedelmi szinttel jellemezhetőek**, mint a többi természettudományi képzés. A bérnövekedés ütemét tekintve pedig összességében nem állapítható meg jelentős eltérés az egyes képzések között; a kezdőbér nagyjából minden esetben jól látható módon vetíti előre a várható béreket. (2. ábra)

Mindezek alapján **kiemelkedően kedvező munkaerőpiaci megtérülésről beszélhetünk az informatikai képzési területen végzetek esetében, ugyanakkor a műszaki képzési területek is jó**

jövedelmi lehetőségeket kínálnak. Alapképzésben a jármű-, villamos- és gépészmérnöki képzések jellemezhetőek stabilan kiszámítható magas kezdőjövedelemmel (bruttó 800 ezer forint körüli, vagy azt meghaladó átlagértékekkel). Nagyobb körületekintés indokolt viszont a természettudományi alapképzési területeken, itt jelentkeznek ugyanis a legalacsonyabb jövedelmek: átlagosan 500 ezer forintos bruttó kezdőbérre számíthattak a végzetek 2024 végén. Fontos azonban megjegyezni, hogy a természettudományi képzésekben diplomát szerzők jelentős része nem feltétlenül a magánszektorban helyezkedik el, sokan tanulnak tovább közülük és a későbbiekben magasabb végzettséget, nem ritkán doktori fokozatot szereznek, ami az elhelyezkedési lehetőségeiket tovább bővíti, ez pedig a későbbiekben valamelyest a bérekben is megmutatkozik. Így **pár év elteltével, mesterképzés birtokában több képzés esetében már itt is általánosnak tekinthető az 1 millió forint körüli, vagy azt meghaladó jövedelem.**

Átlagos bruttó jövedelem nagysága a 2020/21 tanévben végzetek esetén 2024. decemberében (műszaki képzési terület)

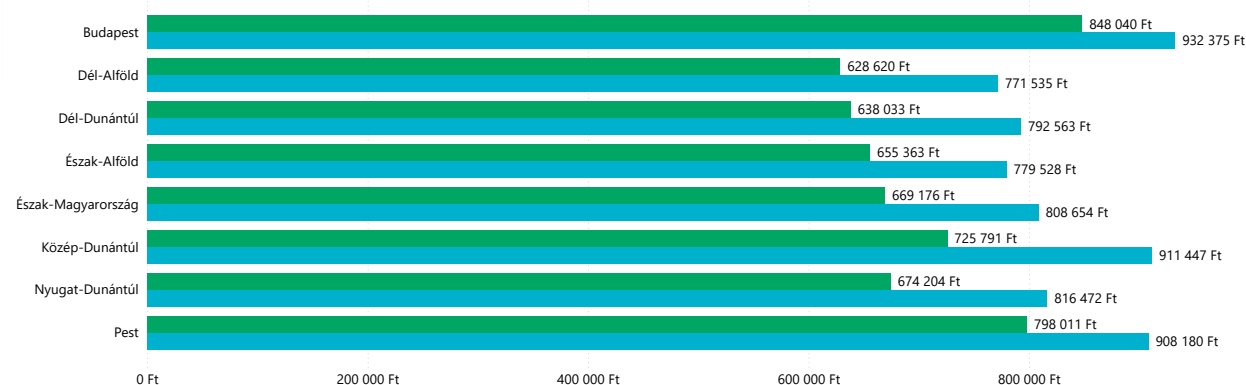
Végzettség szintje ● alapképzés (BA/BSc/BProf) ● mesterképzés (MA/MSc/MProf)



2. ábra: Természettudományi mesterképzés – átlagos bérjövedelem nagysága (2024 decemberében)

Átlagos bruttó jövedelem nagysága a 2016/17 tanévben végzettek esetén 2024. decemberében (természettudomány képzési terület)

Végzettség szintje ● alapképzés (BA/BSc/BProf) ● mesterképzés (MA/MSc/MProf)



3. ábra: Műszaki alapképzés – átlagos bérjövedelem nagysága (2024 decemberében)

Elhelyezkedési esélyek és átlagjövedelem régióként

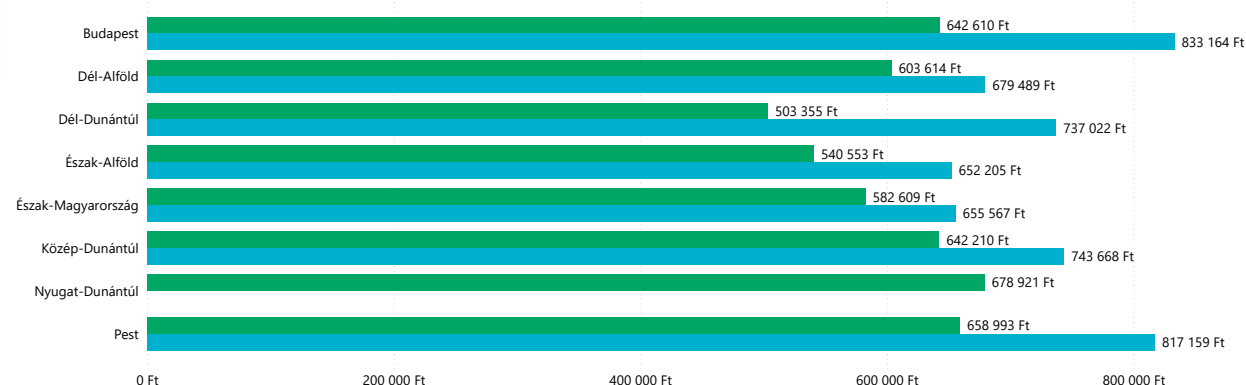
A legmagasabb átlagjövedelmek a matematikai, természettudományi és mérnöki területeken végzettek körében Budapesten, Pest megyében és a Nyugat-Dunántúl régióban vannak. A DPR adatai alapján az informatikai alapképzésben végzettek átlagjövedelme a legnagyobb, és a jövedelemnövekedés nagysága is kimagasló. A műszaki területen végzettek esetén, bár nem kiemelkedő mértékű a kezdő jövedelem, a természettudományi ágénál magasabb, és csak kismértékben marad el az informatikai szegmensétől. A természettudományi alapképzések esetében Budapest után a Dél-Alföld régióban a legmagasabbak a kezdő fizetések, jöllehet a fizetés várható növekedése ezeken a területeken jóval elmarad a többi régióban remélhető növekményekhez képest. A legnagyobb jövedelemnövekedés az Észak-Magyarország régióban mérhető a természettudományos alapképzési szakon végzett hallgatók körében;

itt azonban a kezdő fizetés ehhez mérten rendkívül alacsony is. (3. ábra)

Természetesen nagy átlagban elmondható, hogy a természettudományi fizetések sajnos jóval elmaradnak az informatikai és a műszaki fizetésektől: 2024 végén például a természettudományi képzések végzettjei átlagosan csupán 500 ezer forintos bruttó kezdőbérre számíthattak. Az átlagjövedelem ugyanakkor egyik képzés végzettjei esetében sem haladja meg az 1 millió forintot, még 7,5 év távlatában sem. Valószínűsíthetően ezért is magas a továbbtanulási arány ebben a szegmensben, mivel ezeken a területeken mester- illetve doktori fokozat birtokában várható csak magasabb átlagjövedelem. (4. ábra)

Átlagos bruttó jövedelem nagysága a 2020/2021 tanévben végzettek esetén 2024. decemberében (természettudomány képzési terület)

Végzettség szintje ● alapképzés (BA/BSc/BProf) ● mesterképzés (MA/MSc/MProf)



4. ábra: Műszaki mesterképzés – átlagos bérjövedelem nagysága (2024 decemberében)

Kilépő pedagógusokkal készített interjúk tapasztalatai

A Klebelsberg Központ 2023 októberében és 2026 januárjában is személyes kérdőív kitöltésével vizsgálta azon pedagógusok döntésének hátterét, akik a munkáltatójuknál kezdeményezték jogviszonyuk megszüntetését. 2023 októberében 79, 2026 januárjában pedig 359 pedagógus válaszolt a kérdésekre.

Szerző: Klebelsberg Központ

A két felmérés körülményei között lényeges eltérés, hogy az első kérdőív abban az időszakban készült, amikor a pedagógus új életpályáról szóló 2023. évi LII. törvény hatályba lépését követően bármely pedagógusnak módjában állt arról nyilatkoznia, hogy a közalkalmazotti jogviszonyának köznevelési foglalkoztatotti jogviszonnyá történő átalakulását nem fogadja el. Ebben az esetben az érintett jogviszonya 2023. november 30-ával megszűnt. 2026 januárjában ilyen speciális körülmény nem állt fenn. Fontos különbség még, hogy 2023 őszén nem volt ismert a várható béremelés pontos mértéke, továbbá annak ütemezése, különös tekintettel a teljesítményértékelésre. Ezek az eltérések nagyban meghatározták a kilépők profilját: míg 2023 októberében vegyes életkorú volt a kilépők köre, addig 2026 januárjában elsődlegesen nyugdíjba vonuló pedagógusok töltötték ki a kérdőíveket. A különbségek ellenére érdemes volt megvizsgálni azt is, hogy a 2023 őszi időszakban vajon mindenki a pedagógusok új életpályáról szóló törvény bevezetése miatt hagyta-e el a pályát az ekként döntők közül, illetve mi változott a kilépők motivációjában a béremelések végrehajtását követően.

2023 őszén a válaszadók több lehetséges választ is megjelölhettek, így 79 fő összesen 111 választ adott, amelyek megoszlása a következőképpen alakult:

nem értek egyet a pedagógusok új életpályájáról szóló törvény bevezetésével	21 (18,9%)
elégedetlen vagyok a 2024 januárjában várható illetményemmel	32 (28,8%)
elégedetlen vagyok a jelenlegi munkakörülményeimmel	22 (19,8%)
régóta tervezem, hogy pályát módosítok	13 (11,7%)
váratlanul kaptam egy jobb lehetőséget	5 (4,5%)
egyéb	18 (16,3%)

Az egyéb indok megjelölése esetén fennállt a szabad mezős válaszadás lehetősége, az így érkezett válaszok közül a leggyakoribbak az ismétlődés sorrendjében az alábbiak voltak: 1. közelgő nyugdíjazás miatt, 2. szociális szférában való elhelyezkedés miatt, 3. elhamarkodva hozott döntés miatt, 4. egészségügyi állapot következtében, 5. életkörülményeiben történt változás miatt, 6. családi okok miatt, 7. külföldre költözés miatt.

A kérdőív arra is rákérdezett, hogy az érintett pedagógus a későbbiekben kíván-e újra a köznevelés rendszerében dolgozni, erre a kérdésre 21 fő nyilatkozott úgy, hogy igen (26,5%), 24 fő nem kíván (30,3%), 36 fő (45,5%) pedig még nem döntötte el.

2026 januárjában a kérdőívben az előző felmérés tapasztalatai alapján a nyugállományba vonulás kiemelésre került az egyéb kategóriából, és minden kilépő pedagógusnak egy elsődleges indokot kellett kiválasztania. Mivel aktualitását veszítette, a kérdőívben már nem szerepelt a „nem értek egyet a pedagógusok új életpályájáról szóló törvény bevezetésével” válasz lehetősége. A 359 fő az alábbi válaszokat adta:

elégedetlen vagyok a jelenlegi illetményemmel	2 (0,6%)
elégedetlen vagyok a jelenlegi munkakörülményekkel	4 (1,1%)
régóta tervezem, hogy pályát módosítok	2 (0,6 %)
váratlanul kaptam egy jobb lehetőséget egy másik köznevelési intézménytől	6 (1,7%)
váratlanul kaptam egy jobb lehetőséget más szektorban	5 (1,4%)
nyugállományba vonulok	311 (86,6%)
egyéb	29 (8%)

Az egyéb indok megjelölése esetén fennállt a szabad mezős válaszadás lehetősége, az így érkezett válaszok közül a leggyakoribbak az ismétlődés sorrendjében: 1. lakóhelyváltozás, 2. közelebbi munkavégzési hely megtalálása (itt nem volt kizáró tényező az sem, ha valaki közelebbi intézményben kívánt köznevelési jogviszonyt létesíteni), 3. egyéni vállalkozóként kíván dolgozni, 4. egészségi állapotban beállt változás, 5. családi ok, 6. gyermek születése.

A kérdőív arra is rákérdezett, hogy az érintett pedagógus a későbbiekben kíván-e újra a köznevelés rendszerében dolgozni, erre a kérdésre 103 fő nyilatkozott úgy, hogy igen (28,7 %), 123 fő nem kíván (34,3%), 133 fő (37%) pedig még nem döntötte el.

A kérdőíves kutatás tapasztalatai azt mutatják, hogy 2023 őszén a kilépők körében kisebbségben voltak azok, akik a pedagógus új életpályáról szóló törvényt nevezték meg távozásuk okául (18,9%), meg kell ugyanakkor állapítani, hogy a leggyakoribb megadott kilépési indok a bérezéssel való elégedetlenség volt (28,8%). 2026 januárjára a kép gyökeresen megváltozott: a kilépők körében a nyugdíjba vonulók voltak abszolút többségben (86,6%), a bérezéssel való elégedetlenséget pedig a válaszadóknak mindössze a 0,6%-a jelölte meg a kilépése elsődleges indokaként. Tanulságos, hogy a kilépők egynegyede mindkét kérdőívezés során akként nyilatkozott, hogy a későbbiekben újra kíván még a köznevelés rendszerében dolgozni. Ez is megerősíti azt, hogy helyes döntés volt a Kormány részéről egy újabb béremelési program beindítása.

Mentálhigiénés segédanyag iskolásoknak

Egy hiánypótló kiadvány az NKP oldalán

A magyar közoktatásban régóta fennáll egy feszítő ellentmondás: miközben a diákok mentális egészsége egyre komolyabb társadalmi figyelmet kap, a fiatalok jelentős része még mindig nem rendelkezik azokkal az eszközökkel, ismeretekkel és biztonságos terekhez való hozzáféréssel, amelyek segítenék őket a lelki nehézségeik felismerésében és kezelésében. Ebben a kontextusban különösen figyelemre méltó az a segédanyag, amely nemrég vált elérhetővé az NKP (Nemzeti Köznevelési Portál) platformján, és amelyet **Molnár Viktória** iskolapszichológus írt az Országos Diákönkormányzat felkérésére. A kiadvány egy önálló, digitálisan elérhető, ingyenes forrás, amelynek elsődleges célja, hogy azoknak a tanulóknak nyújtson segítséget, akik lelki, mentális problémákkal küzdenek, de félnek, vagy egyéb okból nehezen tudnak ezekről a nehézségeikről másokkal nyíltan beszélni. A célcsoport a köznevelés széles spektrumát lefedi: az 5–6., 7–8., 9–10. és 11–12. évfolyamos tanulókat egyaránt megszólítja, azaz a 10–12 éves korosztálytól egészen az érettségi előtt álló fiatalokig segítséget találhatnak a diákok a kiadványban.

Szerző: Szabó Dániel



A segédanyag létrejötte mögött konkrét intézményi kezdeményezés áll: az Országos Diákönkormányzat kérte fel **Molnár Viktória** iskolapszichológust, hogy hozzon létre egy olyan gyűjteményt, amely ténylegesen eljuthat azokhoz a fiatalokhoz, akik a hagyományos segítségkérési csatornákat – legyen az szülő, tanár vagy iskolapszichológus – valamilyen okból nem tudják vagy nem merik igénybe venni. Ez az indíttatás önmagában sokat elárul a kiadvány szemléletéről: nem felülről lefelé közvetített, didaktikus egészségnevelési anyagról van szó, hanem egy olyan forrásról, amelynek megszületését maguk a diákok képviseletében eljáró szervezetek igényelték. Az NKP-n való elérhetőség is tudatos döntés: a platform az egyik legelterjedtebb, tanulók és pedagógusok által egyaránt használt digitális oktatási felület Magyarországon, ahol a tartalmak szabadon elérhetőek, ami alapvetően meghatározza a kiadvány potenciális hatókörét.

A kiadvány felépítése egyedi és tudatosan konstruált. Négy nagy fejezetre tagolódik, amelyek mindegyike egy-egy iskolai korosztályhoz igazodik. Ez a struktúra nem pusztán formalizmus: minden fejezet az adott életkorban tipikusan előforduló lelki és mentális kihívásokat tárgyalja, figyelembe véve a kognitív fejlődés, az identitás-alakulás és a szociális helyzet életkori sajátosságait.

Az 5–6. évfolyam fejezete, az alsó tagozatból a felső tagozatba lépő, 10–12 éves korosztály számára írt rész

Az Országos Diákparlament javaslatai alapján az Oktatási Hivatal több új digitális tartalomfejlesztést valósított meg a Nemzeti Köznevelési Portálon, elsősorban a Közösségi nevelés csempé alatt elérhető gyűjtemények bővítésével. A fejlesztések célja az volt, hogy a pedagógusok és diákok számára korszerű, gyakorlatias és élményalapú segédanyagok készüljenek, amelyek támogatják az iskolai nevelő-oktató munkát. Az elkészült tartalmak között megtalálhatók mentálhigiénés tananyagok, animációk, az allergiás reakciók felismerését és kezelését segítő oktatóanyagok, a diákjogokat bemutató, képregényes formátumú leckék, valamint pályaaorientációt és karrierépítést támogató edukatív kurzusok is. Jelen lapszámunkban ezek közül a mentálhigiénés modul egyik kiemelt elemét mutatjuk be részletesebben.

három fő kérdés köré szerveződik: *Hogyan kezeld az érzelmeidet? Mit tehetsz, ha mások nyomást gyakorolnak rád? Mit csinálj, ha azt látod, hogy valakit bántalmaznak?* Ezek a témák pontosan azt a korszakot tükrözik, amelyben a gyerekek intenzívebb kortárskapcsolatokba kerülnek, és amelyben az érzelmi szabályozás, a csoportdinamika és a konfliktusmegoldás képességei különösen sokat fejlődnek – vagy éppen, kellő támogatás hiányában, sérülnek.



A 7–8. évfolyam fejezetében a serdülőkor kezdetével összefüggő kihívások kerülnek előtérbe: *Hogyan kezeld, ha elégedetlen vagy a testeddel? Hogyan kerülheted el, hogy internetes bántalmazás áldozatává válj? Mit tehetsz, ha feszültség támad közted és a közösség között?* A testképpel való elégedetlenség, az online bántalmazás és a közösségi konfliktusok éppen azok a területek, amelyek az elmúlt évtizedben – különösen a közösségi média elterjedésével – drámaian felértékelődtek a serdülőkori mentálhigiéne szempontjából.

A 9–10. évfolyamnak szóló rész a középiskolás évek első szakaszát meghatározó identitáskeresést, teljesítménynyomást és az összetettebb szociális helyzetek kezelését tárgyalja: *Mi segíthet annak a kérdésnek a megválaszolásában, hogy ki is vagy? Hogyan kezelheted a félelmet, hogy kimaradsz valamiből (FOMO)? Mit tegyél, ha úgy érzed, túl sok terhet cipelsz egyszerre?*

Az érettségi előtt álló diákok helyzetét a felnőtté válás, a kapcsolatrendszerek összetettsége és a vizsgastressz határozza meg. Ezért a 11–12. évfolyam fejezete az alábbi kérdéseket tárgyalja: *Hogyan lehet könnyebben megélni a felnőtté válást? Hogyan találhatod meg az egyensúlyt a kapcsolatok hálójában? Mi segíthet az érettségi okozta stressz kezelésében?*

A kiadvány egyik legfontosabb módszertani döntése, hogy minden tematikus egység egy rövid, kortárs fiatalokat ábrázoló fikciós történettel kezdődik. Ez a narratív megközelítés nem véletlen, és pszichológiai szempontból is megalapozott. Az elbeszélések olvasója azonosulhat a szereplőkkel, felismerheti saját helyzetét, érzéseit, dilemmáit – és mindezt anélkül teheti meg, hogy közvetlenül önmagáról kellene nyilatkoznia. Ez különösen fontos olyan célcsoport esetén, amelynek tagjai – ahogy a kiadvány bevezetője is hangsúlyozza – éppen azért kérnek nehezebben segítséget, mert szégyénérzetük van, vagy nem tudják, hogyan fogalmazzák meg a problémájukat. A **Történet** után következő **Háttér** és **Segítség** szekciók fokozatosan vezetnek át a konkrét pszichológiai ismeretekhez és a gyakorlati tanácsokhoz. Ez a felépítés megfelel az evidenciaalapú egészségpedagógia azon alapelvének, miszerint a fiatalok befogadóképessége nagyobb, ha az információ egy azonosítható narratív kontextusba ágyazódik, nem pedig elvont szakmai tételként jelenik meg.

Szemléltetésképpen nézzük meg az 5–6. évfolyamnak szóló, érzelemkezeléssel foglalkozó részt. A **Történet** főhőse Beni, egy általános iskolás fiú, akinek iskolájában bombariadó volt. A vészhelyzet utáni szorongás feldolgozatlanul marad benne: nem beszél róla sem a szüleivel, sem a barátaival, mert úgy érzi, ez fiúként nem illik hozzá. A szorongás testi tünetekben – hasfájás, hányinger, lábremegés – manifesztálódik, amit az orvos vírusfertőzésként diagnosztizál. A valódi probléma azonban lélektani természetű.

Ez a történet több fontos jelenséget is illusztrál egyszerre. Egyrészt szemléletes példája a *szomatizációnak*: annak, hogy a feldolgozatlan, kimondatlan érzelmi tartalmak testi tünetekbe fordulnak át. Másrészt rámutat a nemi szerepeltvárások káros hatásaira: Beni azért nem mer segítséget kérni, mert a fiúk nem sírnak, a fiúk nem félnek – ezt üzeni neki a környezete, közvetve vagy közvetlenül. Harmadrészt megmutatja a szülői kommunikáció hiányának következményeit is: az apja megtiltotta, hogy otthon kimondják a 'bomba' szót, így Beninek a biztonságos otthoni tér sem áll rendelkezésére az élmény feldolgozásához.

A **Háttér** és **Segítség** szekció ezekre a jelenségekre kínál pszichológiailag pontos, ugyanakkor közérthető magyarázatot. Elmagyarázza, hogy az érzelmek az emberi szervezet jelzőrendszereként működnek, hogy az érzelmek hatnak a gondolkodásra és a testre, és hogy az érzelmi elrejtés – különösen, ha rendszerszerű – hosszabb távon súlyos következményekkel járhat.

Ezt követően a kiadvány **Óravázlat**ot is kínál pedagógusoknak, hogy a fejezetben foglaltakat tematizálhassák a tanórákon. A kötet tehát nemcsak egyéni, önálló olvasásra, hanem pedagógiai keretek között való felhasználásra is alkalmas. Minden fejezet tartalmaz óravázlatot is, amely az iskolai mentálhigiéne foglalkozások tervezéséhez kínál strukturált keretet. Ez azt jelenti, hogy az anyag osztályfőnöki órákon, iskolapszichológusi foglalkozásokon és egészségnevelési tevékenységek részeként egyaránt alkalmazható – egyedi erőforrásként a pedagógusok számára is.

A kiadvány záró egységét egy úgynevezett **Praktikák stresszoldásra** alkotja, amely konkrét, tudományosan megalapozott, de könnyen érthető és azonnal alkalmazható önszabályozási technikákat mutat be rövid szövegek, illetve videók formájában:

Önismeret: A kiadvány az önismeretet nem elvont fogalomként, hanem konkrét gyakorlatokon keresztül értelmezi: naplóvezetés, önkérdezés, mindfulness-alapú megfigyelés. Hangsúlyozza, hogy az önismeret nem teljesítmény, hanem folyamat.

Grounding: A „födelés” technikája – különösen az „5-4-3-2-1” módszer – a szorongás és a disszociáció kezelésének egyik leggyakrabban alkalmazott, evidenciaalapú módszere. A kiadvány ezt a fiatalok nyelvén, könnyen megérthető formában közvetíti.

Légzőgyakorlatok: A tudatos légzés a paraszimpatikus idegrendszer aktiválásán keresztül hat a stresszválaszra. A kiadvány nem mélyül el a fiziológiai háttérben, de világosan elmagyarázza a hatásmechanizmust.



Relaxáció: A progresszív izomrelaxáció és a vezetett relaxáció bemutatása segít a diákoknak megérteni, hogy a fizikai feszültség és a lelkiállapot szorosan összefügg és aktívan befolyásolható.

Rendszeres mozgás: A fizikai aktivitás mentálhigiénés hatásait a segédanyag külön részletezi, tudományos alapossággal, de érthető nyelven. Szó esik az endorfinfelszabadulásról, a kortizolszint csökkenéséről, az alvásminőség javulásáról és az önbizalom erősödéséről – mindez egy serdülőkorú olvasó számára is befogadható formában.

A kiadvány egyik legkiemelkedőbb erénye a hangneme. Sem nem lekezelő, sem nem túlzottan klinikai: egyrangú félként szólítja meg a fiatal olvasót, elismeri a nehézségeit, és nem bagatellizálja az érzéseit. Az előszó mottója: *„A bölcsek köve minden valószínűség szerint nem létezik, vagy ha igen, akkor több is van belőle, és ezek a bölcsek kövei egymástól nagyon különbözhetnek.”* Ez önmagában jelzi, hogy a szerzők tudatosan nem akartak sem didaktikus tankönyvet, sem „széplelkű” önségítő irodalmat alkotni. *Mérő László* matematikus és pszichológus bevezető szövege egyenesen kimondja: *„Normális tehát, hogy mindenkinek lehetnek lelki problémái...”* Ez a mondat látszólag egyszerű, valójában azonban komoly normatív munkát végez: destigmatizálja a lelki szenvedést, és azt üzeni, hogy a segítségkérés nem a gyengeség jele.

A kiadvány nem zárt rendszerként gondolkodik önmagáról. Egyértelműen felhívja a figyelmet arra, hogy a benne tárgyalt problémák csupán töredékét teszik ki a fiatalokat érintő lelki nehézségeknek, és bátorítja

az olvasókat arra, hogy forduljanak megbízható felnőttekhez – szülőkhöz, tanárokhoz, iskolapszichológushoz. Külön megemlíti a telefonos és online lelki segítségnyújtásokat is, köztük az Ifjúsági Lelki Elsősegélyt (137-000) és a LESZ szervezetet, illetve az egyházi lelki segélyvonalakat.

A mentálhigiénés segédanyag, amelyet Molnár Viktória iskolapszichológus alkotott az Országos Diákönkormányzat kérésére, és amely az NKP platformján ingyenesen elérhető, valódi hiányt pótol a magyar közoktatás eszköztárában. Egy olyan kiadvány ez, amely: életkori szempontból differenciált, azaz minden korosztályt a maga sajátosságaihoz illesztett tartalommal szólít meg; narratív módszertanra épít, ezzel csökkentve az önreflexió és a segítségkérés lélektani küszöbét; tudományosan megalapozott, de közérthető technikákat közvetít; destigmatizáló szemléletű, és nem a patológiára, hanem a normális emberi tapasztalatra helyezi a hangsúlyt; továbbá nem helyettesíti, hanem kiegészíti a szakszerű segítségnyújtást, és aktívan irányítja a diákokat a rendelkezésre álló humán és intézményi erőforrások felé.

Egy olyan korszakban, amelyben a fiatalok mentális egészsége egyre komolyabb közüggé válik, különösen értékes minden olyan kezdeményezés, amely a megelőzés és az önségítés kultúráját erősíti. Ez a kiadvány pontosan ezt teszi – hozzáférhető, empátikus és szakmailag megalapozott formában.

Az anyag az NKP portálján érhető el:

<https://www.nkp.hu/tankonyv/mentalhigiene>

A Heves megyében sajátos nevelési igényűnek minősített, percepció alapján cigánynak tekinthető iskolaköteles gyermekek száma – 2025

A Debreceni Ítéltábla Pf.I.20.214/2020/10. számú II. fokú ítéletével (II. fok az Egri Törvényszék 12.P.20.166/2014/96. számú ítélete) arra kötelezte az Emberi Erőforrások Minisztériumát, hogy „2021. január 1. napjától kezdődően öt éven keresztül minden naptári évben vizsgálja meg a Heves megyében sajátos nevelési igényűnek minősített, percepció alapján cigánynak tekinthető iskolaköteles gyermekek számát, az adott naptári évben elvégzett vizsgálat eredményét és a jogsértés megszüntetése érdekében meghozott intézkedéseit pedig a következő naptári év március 31. napjáig tegye közzé a honlapján.”

Szerző: **Dr. Kiss László** pedagógiai szakszolgálati és gyógypedagógiai referens, Belügyminisztérium Köznevelési Államtitkárság



Az adatgyűjtés és adatelemzés módszertanát a megelőző évek publikációi tartalmazzák. A fentiek alapján az alábbiak állapíthatók meg (jelezve a Debreceni Ítéltábla (D) ítéletében hivatkozott és az Emberi Jogok Európai Bírósága (EJEB) előtt folyt Horváth és Kiss kontra Magyarország per ítéletében elhangzott állításokat és az adatok alapján arra adott válaszainkat):

Állítás: „1993-ban a speciális oktatásban gyermekeknek legalább a **42%-a** roma származású volt.” (D)

Válasz: Jelenleg a sajátos nevelési igényű tanulóknak **26%-a** roma származású (a 2429 sajátos nevelési igényű tanulóból becsülten 631 tanuló).

Megjegyzés: az elmúlt év méréséhez képest 3%-kal magasabb adat, mely eltérés nem szignifikáns.

Állítás: „A Hazai térségfejlesztő Rt. ... 2003 decemberében Stratégiai Programot készített a Heves megyei cigány társadalom fejlődéséért, amelyben kitért arra, hogy a jogszabályi rendelkezések ellenére olyan roma gyermekek is kisegítő iskolákba, osztályokba kerültek, akikről szakmailag megnyugtató módon nem bizonyosodott be, hogy értelmi fogyatékosok. Emiatt a vizsgálattal érintett időszakban a megyében működő speciális iskolákban **80%**, a speciális osztályokban **98%** volt a romák aránya.” (D)

Válasz: Jelenleg az enyhe értelmi fogyatékos tanulóknak **38%-a** roma származású (az 556 enyhe értelmi fogyatékos tanulóból becsülten 210 tanuló)

Megjegyzés: az elmúlt év méréséhez képest 2%-kal alacsonyabb adat, mely eltérés nem szignifikáns

Állítás: „Az Európa Tanács emberi jogi biztosa azonban 2006-ban megállapította, hogy a roma gyermekek **20%-át** továbbra is speciális osztályokba irányítják, ezzel szemben a többségi gyermekeknek mindössze **2%-át**.” (EJEB)

Válasz: Jelenleg a roma tanulók **14%-a**, a „többségi” tanulók **4%-a** sajátos nevelési igényű (becsült adatok).

Megjegyzés: A roma tanulók esetében az elmúlt évhez képest 2%-kal magasabb adat, amely a középsúlyos értelmi fogyatékosok és az egyéb pszichés fejlődési zavar adataira vezethető vissza. Az 2% eltérés nem szignifikáns.

A jelzett 14%, illetve 4% becsült adathoz még az alábbiakat kell megjeleníteni. A 2021. évi és a 2022. évi adatelemzéskor a 2011. évi népszámlálás Heves vármegyei 6–23 éves kohorsz adatait vettük alapul a becslésen alapuló eredményeinknél. A 2011. évi népszámláláskor a Heves vármegyei 6–23 éves teljes kohorszban 7365-en vallották magukat roma nemzetiségűnek.

A 2023. évi, 2024. és 2025. évi adatelemzéskor már a 2022. évi népszámlálás adatait vettük alapul a becslésen alapuló eredményeinknél. 2022-ben a népszámláláskor már csak 4439-en vallották magukat roma nemzetiségűnek (az előző 7365 fő helyett) a 6–23 éves kohorszban Heves vármegyében, mely nem reális, a roma lakosság közel 40%-kal való csökkenése nem alátámasztott. Ez az erőteljesen alacsonyabb népszámlálási adat a roma nemzetiségi önbevallás problémáira vezethető vissza, amely a sajátos nevelési igényű roma és nem roma tanulókra vonatkozó becslésünket is torzítja.

Budapest, 2025. március 3.

A sajátos nevelési igény típusa	A KIRSTAT adatai szerint sajátos nevelési igényű tanuló *	Közüliük a 2025. évben vizsgált sajátos nevelési igényű tanuló	A 2025. évben vizsgált sajátos nevelési igényű tanuló közül alapján nem roma nemzetiségű	A 2025. évben vizsgált sajátos nevelési igényű tanuló közül alapján roma nemzetiségű	Az összes és a 2025. évben vizsgált sajátos nevelési igényű tanuló adatai alapján a nem roma nemzetiségűek becsült száma	Az összes és a 2025. évben vizsgált sajátos nevelési igényű tanuló adatai alapján a roma nemzetiségűek becsült száma	A nem roma nemzetiségű sajátos nevelési igényű tanuló becsült aránya a teljes 6-23 éves nem roma nemzetiségű népességhez viszonyítva **	A roma nemzetiségű sajátos nevelési igényű tanuló becsült aránya a teljes 6-23 éves roma nemzetiségű népességhez viszonyítva **
Enyhe értelmi fogyatékos	556	220	137	83	346	210	1	5
Középsúlyos értelmi fogyatékos	134	37	18	19	65	69	0	2
Hallási fogyatékos ***	81	5	2	3	32	49	0	1
Látási fogyatékos	16	2	2	0	16	0	0	0
Mozgásszervi fogyatékos	41	4	4	0	41	0	0	0
Beszéd-fogyatékos	199	52	48	4	184	15	0	0
Autizmus spektrum zavar	457	128	106	22	378	79	1	2
Egyéb pszichés fejlődési zavar	777	550	412	138	582	195	1	4
Halmazottan fogyatékos, illetve súlyos és halmazottan fogyatékos	168	45	43	2	161	7	0	0
Összesen:	2429	1043	772	271	1798	631	4	14

* 2025. október 1-jei statisztikai adatközlés.

** A jelzés: 0, ahol az arány kevesebb, mint 0,5. A nemzetiségi adatok forrása: népszámlálási adatok (2022)

*** Felülről reprezentált adat, az Egri Mlínkó István EGYMI és Kollégium nemcsak Heves megyei gyermekeket, tanulókat lát el.

A mozgás öröm, az öröm pedig élet

Tanulási kompetenciák mozgással történő fejlesztése alsó tagozaton



A pedagógiai szakirodalom megfogalmazása szerint a kompetencia az alábbiakat foglalja magában: valamire való alkalmasság, rutin, képesség, készség, ismeret, motiváltság. A **tanulási képesség komponensei**, azaz a figyelemkoncentráció, rövid és hosszú távú emlékezet, képzelet, analitikus gondolkodás, problémamegoldás, fogalmi gondolkodás, érdeklődés, lényegkiemelés, szókincs, tanulási stratégiák, stílusok és tanulási motiváció mozgásos tevékenységgel kiválóan fejleszthetők. A mozgás, a játék kulcsfontosságú szerepet játszik a gyermekek mentális, fizikai és érzelmi fejlődésében. Hozzájárul az idegrendszer érésehez, a mozgáskoordináció és az érzelmi képességek fejlődéséhez, valamint a beszéd-készség kialakulásához.

Szerző: **Vertike Anett** tanító, fejlesztőpedagógus

Az Aktív Iskola a Magyar Diáksport Szövetség (MDSZ) által kezdeményezett, önkéntes alapú védjegyrendszer és program, amelynek célja a mozgásszegény iskolai életmód ellensúlyozása. A program arra ösztönzi az intézményeket, hogy a testnevelés-órákon túl – szünetekben, tanórákon – is biztosítsák a gyerekek mindennapos, örömteli mozgását, támogatva ezzel fizikai és mentális egészségüket.

Gyakorlati példák

Tanóra eleji ráhangolódás:

- Just dance (*csak táncolj*): fejleszti az egyensúlyt, az izomtónust, a motoros, koordinációs és koncentrációs készségeket.
- Ugrógyakorlatok: a teremben akár krétával meghúzott egyenes, vagy ragasztószalaggal a padlón jelölt vonal segítségével változatos gyakorlatokat lehet végezteni. Keresztben lépegetés, páros lábbal oldalirányú ugrások, nehezebbek forgásokkal is. Több dologra is fejlesztőleg hat: mozgáskoordináció, térérzékelés, koncentrációs képesség, ezáltal pedig javulást érhetünk el a mozgásos és finommotorikus területeken is. Az írásra, rajzolásra is pozitívan hat.
- Irányokat jelző nyilakat mutatunk fel a gyerekeknek, ezzel vezetjük őket a tanterem különböző pontjaihoz. Ezeket lehet egyszerűen csupán egy lapra felrajzolni, de akár laminált formában is rendszeresen hasznosíthatjuk őket a padlón elhelyezve. A téri tájékozódást, az irányok elsajátítását kiválóan segíti. A betűk, számok írásánál fontos a két dimenzióban (papíron) való tájékozódás. Pl.: p, b, q megkülönböztetése. A betűket, szavakat balról jobbra írjuk, az olvasás iránya is ez. Az irányok rögzülése segíti a szövegen belüli tájékozódást, ezáltal a szövegértést.

Tanóra közben végezhető mozgások:

- Mozgás (ugrás) → Vizuális figyelem (Mi van a földön elhelyezett képen?) → Auditív differenciálás (Melyik hanggal kezdődik?) Természetesen bármilyen feladatot, akár alapműveleteket is gyakorolhatunk, rögzíthetünk ugrások segítségével.



gével. Pl.: páros lábon, vagy egy lábon való váltott szökdelés, páros, páratlan számoknál, szorzótábla rögzítése. A ritmikus mozgások segíthetik a tananyagok elsajátítását.

- Formafelismerés: a formák felismerése a vizuális megkülönböztetés és az absztrakció kulcsfontosságú alapja, ami elengedhetetlen az alapvető fogalmak megértéséhez és a komplexebb ismeretek elsajátításához. Fejleszti a gyermekek gondolkodását és logikai készségeit, amelyek a problémamegoldás és az absztrakt gondolkodás alapjai. Színes papírból kivágott formákat szórunk szét a teremben. Csak a háromszögre stb. lehet lépni, csak a piros kört keressétek, ki talál többet stb. „Ha nagy kék körre lépsz, változz át pingvinné!”

Számtalan lehetőségünk van pedagógusként arra, hogy mosolyt csaljunk tanítványaink arcára, a frontális keretből kilépve örömmé tehetjük a tanulást, hiszen a mozgás öröm, az öröm pedig élet.

A tanórákon akár mentális frissítésként alkalmazott mozgások pozitívan hatnak nemcsak a gyerekek lelkiállapotára, hanem magára a tanulásra, a tananyag elsajátítására is. Élünk velük!

Tanóráim elején a pécsi Cserepka Iskolában ráhangolódásként mozgásos tevékenységeket alkalmazok a 6–10 éves korosztály számára. Ezek a tevékenységek az évek során egyre inkább a tananyaghoz igazodtak, vagyis célirányosan adott részképesség-területeket céloztak meg. A mozgásos feladatok végrehajtása során tapasztalt fejlődés párhuzamot mutat a tantárgyi területeken tapasztalt pozitív változással. A tanórák elején alkalmazott mozgásos feladatok hatására megnő az agyba irányuló vér- és oxigénáramlás, ami serkenti az új idegsejtek képződését és az idegi kapcsolatok megerősödését, ami elengedhetetlen feltétele az információfeldolgozásnak. Fejlődnek a kognitív funkciók, aktiválódnak az érzékszervek, javul a figyelem és koncentráció,

a megnövekedett endorfin szint pozitívan hat a teljesítményre, a célirányos részképesség-fejlesztő feladatok pedig gördülékenyebbé teszik a tananyag elsajátítását.

Iskolánk immár második éve **Aktív Iskola** is. A program nem csupán abban nyújt segítséget, hogy minőségi testnevelés és diáksport valósulhasson meg a részt vevő intézményekben, hanem kiváló ötletekkel, módszertannal szolgál arra vonatkozóan, hogy a diákok tanítás előtt, tanórákon, tanórai szünetekben vagy a délután folyamán hogyan ösztönözhetőek a testmozgásra. Ennek segítségével intézményünk és saját eszköztáram is tovább bővült.

A több-mint-emberi természet újrafelfedezése

Az ököpszichológia szemlélete és gyakorlata



Molnos Zselyke
(Fotó: Katona Tibor)

Mára megkerülhetetlenné vált a természethez fűződő viszonyunk felvetése és tisztázása, ami a pszichológia terén is szükségessé tette új megközelítések és módszertanok kidolgozását. Az ököpszichológia alapvetése szerint az emberi psziché nem érthető meg a természeti rendszerekhez fűződő kapcsolattól elvonatkoztatva. Az ökológiai válság mélyén rejlő problémára, az élővilágtól történő egyéni és társadalmi elidegenedésre pedig csak egy olyan szemléletváltás nyújthat megoldást, amely során az egyén egy nagyobb, összefüggő rendszer részeként ismer magára. Az ököpszichológia szemléletéről és módszertanáról, valamint a természettel való találkozás és a környezeti nevelés szerepéről a gyermekek pszichokognitív fejlődésében **Molnos Zselyke** biológussal, ökológussal és tanácsadó szakpszichológussal, az Ököpszichológiai Intézet vezetőjével beszélgettünk.

Szöveg: **Bodon Gergely Dávid**



Milyen pszichoterápiás módszerekből és természettudományi alapokból merít az ököpszichológia? Miben tér el a szemlélete más pszichológiai módszertanoktól (mint például a relaxációs, szimbólumterápiás módszer, a személyközpontú vagy épp az egzisztenciális pszichológia) közelítésmódjától?

Az ököpszichológia a pszichológiai irányzatok közül elsősorban a humanisztikus pszichológiához és a jungi mélylélektanhoz kapcsolódik, miközben erősen támaszkodik azokra a filozófiai irányokra – például egzisztenciális és fenomenológiai megközelítésekre –, amelyek a tapasztalat és a kapcsolatosság jelentőségét hangsúlyozzák. Természettudományos hátterét elsősorban az ökológia, az evolúcióbiológia, valamint a rendszer- és komplexitáselmélet adja. Ezek a megközelítések arra hívják fel a figyelmet, hogy az élő rendszerek működése nem egyszerű, lineáris ok-okozati viszonyok mentén írható le, hanem összetett kölcsönhatások hálózata alakítja. A komplex rendszerek (s ezáltal minden élő rendszer) sajátossága, hogy bennük úgynevezett emergens jelenségek jelennek meg: olyan új mintázatok és minőségek, amelyek nem vezethetők vissza az egyes elemekre, hanem a kapcsolatokból bontakoznak ki. (Ez a szemlélet egyébként meghatározza azt is, ahogyan az ököpszichológia az emberi pszichét és a változás folyamatait értelmezi.)

Az ököpszichológia azonban nem egyszerűen különböző módszerek keveréke, hanem egy önálló szemléleti keret. Abból indul ki, hogy a lelki működés nem érthető meg kizárólag a belső vagy az emberi kapcsolatokon belüli folyamatok értelmezésével, mivel az ember egyszersmind az őt magába foglaló ökológiai rendszerekhez fűződő viszonyaiba ágyazottan létezik. Ezért kell arra is figyelmet fordítani, hogy miként kapcsolódunk a természethez, és ez hogyan alakítja az önmagunkról és a világról

alkotott képünket – azon túl, hogy mi történik bennünk vagy az emberi kapcsolatainkban. Mindezek pedig eltérést jelentenek más pszichológiai megközelítésektől.

A relaxációs vagy szimbólumterápiás módszerek a természetet gyakran eszközként használják – a megnyugvás vagy belső tartalmak elérésének közegéül. Az ököpszichológia számára viszont nem elsősorban a természet „hatása” a fontos, hanem maga az élővilághoz fűződő viszony, és az, hogy ennek milyen pszichológiai jelentése van. A személyközpontú, illetve egzisztenciális pszichológia hangsúlyozza ugyan a kapcsolatiságot és az autentikus létezést, de ezt jellemzően az emberi kötelek és az egyéni létélmény keretében értelmezi. Az ököpszichológia ezt a nézőpontot tágitja ki azzal, hogy az ember és (Abram fogalmával élve) a „több-mint-emberi” természet kapcsolatát is a pszichológiai megértés részének tekinti. A kérdés tehát nemcsak az, hogy „mi történik bennem” vagy „köztem és mások között”, hanem az is, hogy milyen módon vagyok jelen egy tágabb, élő kapcsolati hálóban, ez hogyan alakítja a pszichés működésemet és hogyan hatok én magam is vissza az élő rendszerekre.

Mit jelent az ököterápia? Milyen jellegű nehézségekre kínálhat választ a módszer? Milyen módon válhat a természettapasztalat terápiás eszközzé, maga a természet pedig a terápiás folyamat közegévé?

Az ököterápia tágabb értelemben az alkalmazott ököpszichológia gyűjtőfogalma: olyan módszerek és gyakorlatok tartoznak ide, amelyek az élő rendszerekkel való kapcsolatunk helyreállításán vagy elmélyítésén keresztül támogatják a jóllétet és a változást. A nemzetközi szakirodalomban ez egy kifejezetten széles ernyőfogalom, amelybe sokféle természethez kapcsolódó (nem pusztán klasszikus segítői) tevékenység is belefér. A hazai értelmezés, amelyet az Ököpszichológiai Intézet képvisel, ennél szűkebb. Itt az ököterápia olyan intervenciót jelent, amelyet megfelelő terápiás végzettséggel rendelkező szakemberek végeznek, a saját kompetenciaterületükön belül.

Az ököpszichoterápia és az ököpszichológiai szemléletű pszichológiai tanácsadás pedig kifejezetten pszichológiai munkamódok. Ezekben a természet több, mint a folyamat helyszíne vagy eszköze, és maga az ember és más élő rendszerek közötti kapcsolat válik a pszichológiai munka tárgyává. Az ököpszichológiai megközelítés akkor valósul meg a pszichológiai munkában, amikor a figyelem ennek a kapcsolatnak a minőségére irányul: arra, hogy az egyén hogyan viszonyul az élővilághoz, és ez a viszony hogyan szervezi az önértelmezést és a működésmódokat. Ebben az értelemben a természettapasztalat nem egyszerűen „hatást gyakorló” inger, ami segíti a kliens önmagához való kapcsolódását, még kevésbé egy pusztán háttérként szolgáló közeg, hanem inkább egy olyan kapcsolati tér, amelyben a pszichológiai folyamatok közvetlenül megjelennek és alakíthatóvá válnak.

A természet jelenléte tehát valóban gyógyító, de nem önmagában, hanem abban az értelemben válik jelentőssé, hogy láthatóvá és átélhetővé teszi azokat a mintázatokat, amelyek a kliens működését szervezik. A természetben zajló folyamatok, például a ciklikusság vagy a kölcsönösség olyan tapasztalatokat kínálnak a kliens témaival való munka során, amelyeken keresztül az ő saját belső működésmódja is felismerhetőbbé és újraszervezhetővé válhat.

Hogyan alkalmazhatók az ököpszichológia felismerései és módszerei a pedagógia gyakorlatában? Miért válhat fontossá az ököpszichológiai közelítés a környezeti nevelésben?

Az ököpszichológia pedagógiai szempontból elsősorban abban hoz új nézőpontot, hogy a tanulást és a fejlődést nem választja el az élővilághoz való viszonytól. A gyermekek pszichés és kognitív fejlődése részben azon keresztül szerveződik, ahogyan kapcsolatba lépnek a környezetükkel: ez hat a viláértelmezésükre, az identitásukra és arra is, hogyan találnak jelentést a tapasztalataikban. Ez a megközelítés nagy hangsúlyt helyez a közvetlen tapasztalatra, az érzékszervi jelenlétre és az érzelmi bevonódásra. A tanulás így nem pusztán ismeretszerzés, hanem élmény és tudás egymást erősítő folyamata, amelyben a természethez való viszony is formálódik.

Fontos ugyanakkor, hogy ez nem egy előre rögzített módszertani eszköztár. A természetben zajló tanulási helyzetek nyitottak és helyzetfüggők, ezért a pedagógus szerepe inkább facilitáló: olyan helyzeteket teremt és kísér, amelyekben kibontakozhat

a tapasztalatból kiinduló tanulás. Az biztos, hogy a pusztá ismeretátadás vagy az élményprogramok önmagukban nem vezetnek tartós változáshoz. Az ököpszichológiai megközelítés ezért az ökológiai identitás alakulására helyezi a hangsúlyt. Ez nem csupán tudást vagy normakövetést jelent, hanem azt, hogy az egyén saját élményén keresztül tapasztalja meg, hogy egy tágabb, élő rendszer része.

Az ököpszichológiai folyamatokban továbbá nemcsak a természet válik megtapasztalhatóvá, hanem maga a tanulási helyzet is a komplex, nemlineáris, kölcsönös működési modellé lesz. Ez teszi lehetővé, hogy a hatás ne egyetlen, például kognitív vagy érzelmi síkon jelenjen meg, hanem egyszerre több szinten alakítsa a percepciót, az identitást és a viselkedést. Így az ököpszichológiai szemléletű környezeti nevelés a természethez való viszony mélyebb átalakulását célozza, azt, hogy a folyamatban részt vevő gyerekek vagy felnőttek ne külső megfigyelőként, hanem résztvevőként érzékeljék saját helyüket az élő rendszerekben.

Ez a szemlélet nemcsak a gyermekek nevelésében releváns. Az élethosszig tartó tanulás jegyében az Ököpszichológiai Intézet munkájában elsősorban felnőttekkel dolgozunk, és olyan szakemberekkel, akik saját tapasztalataikon keresztül mélyítik el a természethez való viszonyukat – és ezt később a saját területükön is alkalmazzák.

Milyen céllal jött létre az Ököpszichológiai Intézet? Milyen eszközökkel és képzéseken keresztül kívánják előmozdítani a bemutatkozójukban is hangsúlyozott ökológiai paradigmaváltást?

Az Ököpszichológiai Intézet azzal a céllal jött létre 2016-ban, hogy az ököpszichológia szemléletét hazai szakmai közegben is megalapozza, és ehhez egy koherens képzési és módszertani rendszert dolgozzon ki.

Az ököpszichológia kiindulópontja az a felismerés, hogy az ökológiai válság nem pusztán környezeti vagy technológiai kérdés, hanem mélyen összefügg azzal, ahogyan az ember a világhoz viszonyul. Ennek a viszonyulásnak az elemei közé tartozik az, ahogyan a természet többi részét észleljük, ahogyan más élőlényekről vagy éppen a saját, természetben elfoglalt helyünkről gondolkodunk, és persze mindaz, amit teszünk. Az élő rendszerektől való elidegenedés megjelenik egyrészt a környezet állapotában, továbbá a gondolkodásban és a mindennapok gyakorlatában is. Ezért a változás nem érhető el pusztán külső beavatkozásokkal, hanem szemléletbeli elmozdulásra is szükség van.

Az alkalmazott ököpszichológia ezt azzal támogatja, hogy az ember és a természet kapcsolatának újragondolására helyezi a hangsúlyt. Az újrapcsolódásnak fontos részét képezi annak megtapasztalása, hogy az ember nem különálló, hanem egy nagyobb élő rendszer része, és hogy a személyes jóllét és a környezeti állapot összefügg. Az ökológiai paradigmaváltás tehát egyszerre jelenti az észlelés, a gondolkodás, a tudás és a viselkedés együttes átalakulását is, nem csupán csak ez utóbbit.

Az Ököpszichológiai Intézet ehhez több szinten járul hozzá. Egyrészt ismeretterjesztő és szakmai programokon keresztül teszi hozzáférhetővé ezt a szemléletet, másrészt képzéseket és műhelyeket szervez, ahol a résztvevők saját tapasztalataikon keresztül dolgoznak. Továbbá hozzájárul az ököpszichológiai szemlélet fejlődéséhez és a hazai szakmai közegben való alkalmazásához. Az elmúlt években olyan fogalmi keretek, modellek, gyakorlatcsaládok és képzési struktúrák jöttek létre, amelyek egymásra épülő, koherens módszertani rendszerként működnek. Ezek közé tartoznak például a természetkapcsolat facilitálásának sajátos megközelítései, a természetészlelés szintjeit leíró modell, valamint olyan gyakorlatrendszerek, amelyek a percepció finomítására és a kapcsolódás mélyítésére épülnek.

A képzések egyik központi sajátossága, hogy a módszertani eszköztár átadása mellett elsősorban a természetkapcsolat facilitálásának képességét fejlesztik. A résztvevők – legyenek pedagógusok, pszichológusok vagy természettudományos végzettségű szakemberek – azt tanulják meg, hogyan tudnak egyéni és csoportos folyamatokat úgy vezetni, hogy azokban a természethez való viszony valóban átalakuljon. Ez a munka érzékszervi tapasztalatra, figyelemre, reflektivitásra és a kapcsolódás élményére épít, és gyakran olyan formákban jelenik meg, mint a részvételi séták vagy más élményalapú, facilitált folyamatok.

A képzések jellemzően hosszabb időtartamúak, mivel az a tapasztalatunk, hogy a szemléletváltás egy időigényes, fokozatosan kibontakozó tanulási és önismerteti folyamat, és a módszerek átadásán túl elengedhetetlen ezek alkalmazásához. A hangsúly itt is a folyamaton van: nem előre meghatározott kimenetek elérésén, hanem olyan komplex, nem lineáris és emergens tanulási és önismereti helyzetek létrehozásán, amelyekben a résztvevők saját tapasztalatukon keresztül jutnak el új felismerésekhez. Ez teszi lehetővé, hogy a változás ne csak kognitív szinten történjen meg, hanem mélyebb, identitás- és viszonyulásszintű átalakulást is eredményezzen.

A képzéseinkhez kapcsolódóan továbbá olyan szakmai közösségeket is építünk, amelyek hozzájárulhatnak egy ökocentrikusabb szemlélet elterjedéséhez – vagyis ahhoz a paradigmaváltáshoz, amelyben az ember saját helyét az élő rendszerek részeként értelmezi.

Az Ökopszichológiai Intézet honlapján olvasható rövid bemutatkozásában megemlékezik a közoktatásban pedagógusként töltött éveiről. Hogyan emlékszik vissza az oktatásban szerzett élményeire? Miben tér el egymástól az intézményi és az iskolán kívüli keretek között megvalósítható környezeti nevelés?

Tizenkét évig tanítottam középiskolában biológiát, és a környezeti nevelés is része volt a munkámnak. Rendszeresen túráztunk a Kárpátokban a diákokkal és a kollégákkal. Emellett egy iskolán kívüli neveléssel foglalkozó civil szervezetben is dolgoztam, így mindkét működésmódot belülről láttam.

Az iskolai keretek egyrészt stabilitást adnak, ugyanakkor erősen szabályozzák a tanulási folyamatokat: a tartalmak kívülről adagoltak, a mozgástér szűk és a tanulás jellemzően zárt térben zajlik. A környezeti nevelés szempontjából ez komoly korlát, mert a természetkapcsolat alakulásához, elmélyítéséhez a közvetlen tapasztalat elengedhetetlen. Azt gondolom, hogy az életről nehezen lehet zárt falak között, információk befogadásával tanulni. Ezzel szemben az iskolán kívüli, természetben zajló helyzetekben a tanulás nyitottabb és élőbb: nem előre strukturált módon történik, hanem a tapasztalatból és a kapcsolódásból bontakozik ki. Ez a különbség nemcsak módszertani, hanem a hatás mélységét is meghatározza.

Mi a jelentősége a természettel való találkozásnak a gyermeki psziché és identitás fejlődésében? Milyen szerep jut a környezeti nevelésnek a természet iránt érzett személyes felelősség felébresztésében?

A természettel való közvetlen találkozás a gyermeki fejlődésben alapvető jelentőségű, mert nemcsak élményeket és ismereteket nyújt, hanem hozzájárul az identitás alakulásához is. A természetben szerzett élmények segítik annak megtapasztalását, hogy az egyén egy tágabb, élő rendszer része, ami erősíti az összekapcsoltság és a helyhez tartozás élményét. Ez a fajta tapasztalat különösen fontos egy olyan környezetben, ahol a gyerekek mindennapi élete egyre inkább elszakad a természeti közegektől. A környezeti nevelés szerepe pedig itt inkább abban rejlik, hogy lehetőséget teremthet a nem humán élőlényekkel való személyes kapcsolat kialakulására. A természet iránt érzett felelősség ugyanis nem pusztán információk vagy normák mentén alakul ki, hanem abból a tapasztalatból, hogy valamivel vagy valakivel személyes kapcsolatunk van. Ha ez a kapcsolat létrejön, a felelősség már belső motivációként jelenik meg, és ez sokkal tartósabb lehet, mint a külső elvárások hatása.

Milyen választ kínálhat az ökopszichológia, éppígy az ilyen szemléletű környezeti nevelés a manapság egyre terjedő – és főként a fiatalságot sújtó – klímaszorongásra és annak kísérőjelenségeire (mint például a solastalgia, az ökokgyász vagy az ökoparalízis)?

Az ökopszichológia a klímaszorongást nem kóros jelenségként, hanem érthető és adekvát válaszként értelmezi egy valós, rendszerszintű krízisre. Az olyan tapasztalatok, mint az ökokgyász, a solastalgia vagy az ökoparalízis azt jelzik, hogy az egyén érzékeli és érzelmileg is feldolgozza az élő rendszerek sérülését – vagyis a kapcsolódás létezik, és éppen ezen keresztül válik láthatóvá. Ezért inadekvát válasz lenne a szorongás pusztá csökkentése, ehelyett érdemes ezt az energiát megtartani és valamilyen környezettudatos cselekvésbe csatornázni. Az ökopszichológiai megközelítés

segíthet abban, hogy ezek az érzések ne izoláló, bénító élményként jelenjenek meg, hanem inkább a jelentéshez, a közösséghez és a cselekvőképességhez való kapcsolódást segítsék.

Ebben egyébként kulcsszerepe van a természetkapcsolatnak és a közös, megtartott folyamatoknak. A közvetlen tapasztalat, a kapcsolódás élménye és a kollektív feldolgozás lehetővé teszik, hogy a szorongás átalakuljon cselekvésre irányuló motivációvá. Az ilyen szemléletű környezeti nevelés ezért nemcsak információt ad a válságról, hanem teret is biztosít ezeknek az élményeknek a megélésére és integrálására. Ennek több, egymástól eltérő ököpszichológiai megközelítése és módszertana is létezik, amelyek közös eleme, hogy a szorongást olyan megtartott folyamatokba ágyazzák, ahol abból fokozatosan cselekvőképesség és részvétel születhet.

Ez különösen fontos a fiatalok esetében, akik gyakran erős érzelmi érintettséggel, ugyanakkor korlátozott cselekvési lehetőségekkel találkoznak a klímaválság kérdésével. Az ököpszichológiai megközelítés abban segíthet, hogy ebből ne bénultság, hanem fokozatosan kiépülő, belülről motivált részvétel alakuljon ki, amely az egyén mozgásterében tud megvalósulni.

Az Ököpszichológiai Intézet által hirdetett programok és képzések:

Képzések:

- Biológiai alapismeretek-képzés;
- Ecotuning – Alkalmazott ököpszichológiai képzés;
- Green-coaching képzés (coachoknak);
- Módszerspecifikus képzés pszichológusoknak;
- Ökoterápia-képzés (terapeutáknak);
- Résztételi sítéta-vezető és természetkapcsolat-facilitátor képzés (természettudományos végzettségűeknek);
- Facilitátorképzés;

Programok:

- Résztételi síták (egyéni és csoportos formában);
- Zöld tanácsadás – önismereti és élményalapú műhelyek:
 - Mindennapi ököpszichológia műhelysorozat;
 - egyéves Zöld önismereti csoport;
 - egyéni pszichológiai tanácsadás;
 - ökológiai gyászfeldolgozó ököpszichológiai műhely

Elérhetőségek:

info@ecopsychology.hu

molnos.zselyke@ecopsychology.hu

[Ököpszichológiai Intézet \(facebook.com\)](https://www.facebook.com/okopsichologiaiintezet)

A HÓNAP TÉMÁJA

Fenntarthatóság





Diákok támogatásával a bolygó jövőjéért

Az utóbbi években egyre több intézményben valósul meg az ökológiai szemléletváltás folyamata. A tapasztalat azt mutatja, hogy a tudatos szemléletformálás és a gyakorlati cselekvés csak kéz a kézben képes valódi változást hozni. A diákok bevonása a környezettudatosság átfogó küldetésébe feltételezi, hogy a pedagógusok személyes példájukkal és kitartásukkal járjanak elől és innovatív módszerekkel inspirálják őket. Ez a közös munka nemcsak a környezeti problémákra hívja fel a figyelmet, hanem hosszú távon is formálja a fiatalok döntéseit, pályaválasztását és életét, hozzájárulva egy tudatosabb, felelősebb és élhetőbb jövő építéséhez. A környezettudatosság átadásának intézményi lehetőségeiről, az ökológiai szemlélet fontosságáról és a Fenntarthatósági Témahétről **Seres Erzsébettel, Gabnai Edittel és Erostyákné Raffai Laurával**, az Orosházi Táncsics Mihály Gimnázium és Kollégium pedagógusaival beszélgettünk.

Szöveg: **Bodon Gergely Dávid** | Fotó: Orosházi Táncsics Mihály Gimnázium és Kollégium



Gabnai Edit, Seres Erzsébet, Erostyákné Raffai Laura



Idén április 20–24. között tartották a programban részt vevő iskolák a Fenntarthatósági Témahétet. Hogyan zajlott intézményükben a felkészülés? Önök milyen módon járultak hozzá a programok szervezéséhez, lebonyolításához?

Gabnai Edit (G. E.): Természetesen mi is részt vettünk a Békéscsabai POK által a Fenntarthatósági Témahét (FTH) kapcsán szervezett pedagógusképzésen. Ökomunkacsoport-vezetőként én regisztráltam iskolánkat a Fenntarthatósági Témahét hivatalos honlapján. Volt lehetőségünk azt is jelezni, hogy kívánunk-e önkéntes szakembereket fogadni, vagy hogy szeretnénk-e külső látogatóhelyszínekre utazni. Ezeken kívül én kísérem figyelemmel az FTH honlapját is, az ott elérhető óraterveket, pályázati lehetőségeket és az iskola pedagógusainak szóló helyi programterv összeállításában is részt vettem.

Seres Erzsébet (S. E.): 2021 óta minden évben ott vagyok a Fenntarthatósági Témahét képzők képzésén. Az ott elhangzott információk alapján készültem a Békéscsabai POK területén szervezett ismeretbővítő programra is, amit kb. 30–30 pedagógus számára tartottam – először egyedül, majd *Rideg Ildikó* szaktanácsadó kolléganőmmel. Az alkalmak online és személyes jelenléti formában zajlottak Orosházán, illetve Kondoroson. Együttműködöm ugyanakkor az ökomunkacsoport vezetőjével, Edittel is a programok intézményi szervezésében, megvalósításában.

Intézményünk az OH Bázisintézménye, így kiemelten fontos számunkra az iskolánkban megvalósított pedagógiai-szakmai innovációk, jó gyakorlatok megosztása. Bázisintézményi koordinátorként az idei Témahéten három szakmai programra is sor került a szervezé-

sembe: a Zöld az ász! A fenntarthatóság az osztálytermen kívül és belül mesterprogramot kolléganőnk, *Erostyákné Raffai Laura* mesterpedagógus mutatta be, majd *Patyiné Bogdánffy Ágnes* mesterpedagógus ismertette *A láb mindig kéznél van!* életmódprogramot, a *Zöld Föld fenntarthatóság és ökopedagógia a gyakorlatban* című program pedig az én vezetésemmel zajlott.

Iskolánk az Európai Parlament Nagykövet Iskolája (European Parliament Ambassador Schools – EPAS) is, ami kiváló lehetőséget teremt ahhoz, hogy szélesítsük a kapcsolati hálónkat. EPAS Szenior nagykövetségként régóta együttműködünk a Europe Direct Békés Irodájával és annak vezetőjével, *Szarka Judittal*. Az Iroda közreműködésével idén például *Soczó Krisztina* környezetvédelmi szakember tartott izgalmas, interaktív tanórát és workshopot olyan globális problémákról mint a hulladék, a nagyüzemi termelés, a munkaerő-kizsákmányolás, a szállítási problémák, a talaj, a levegőszennyezés, az egészség, az öltözködés és divat, a fogyasztási szokások, a tisztítószerek vagy a vizek tisztasága. *Szarka Judit Zölden jobb! Fenntarthatóság és zöld átmenet az EU-ban* címmel tartott előadást. *Laura* szervezésében ugyanakkor a Jane Goodall Intézet munkatársai is remek előadásokat tartottak a Témahét keretében *Fenntartható életmód* és *Ismerd meg a csimpánzok világát!* címmel a tanulóink számára, *Révész Rita* kolléganőnk pedig *El Camino* címmel tartott színes előadást a Világjárók klubja keretében.

Mennyire népszerűek a Fenntarthatósági Témahét kísérő programjai (így a tematikus pályázatok, a Zöld Föld Kupa, a Zöld Híd szakértői program, vagy épp a szülőket is megszólító TeSZEDD program) iskolaközösségük tagjai körében?

S. E.: A diákok egy része mindig nyitott a környezeti problémákra. Az FTH pedig remek lehetőséget nyújt a különféle aktivitásokon, gyakorlati példák, feladatokon keresztül a szemléletformálásra. Az FTH során a tanórákon a tanulók elméleti ismereteket, a tanítási órán kívül pedig gyakorlati tapasztalatokat is szereznek, például a TeSZEDD akciók során. Remek lehetőség van a kapcsolatépítésre is: a Zöld Híd programnak köszönhetően például a legkülönbözőbb szakmai partnerekkel, önkéntes óralátogatókkal vagy külső látogatási helyszínek munkatársaival nyílik lehetőség az együttműködésre. Többek között ezek a szakmai hidak garantálják, hogy a diákok életközeli, valós problémákkal is megismerkedjenek.

A Témahét során szerzett ismeretek és élmények hosszú távon is befolyásolhatják a diákok döntéseit, pályaválasztását, életét. Az FTH tehát nagyon hozzájárul, hogy tudatos, felelős és cselekvő állampolgárokat neveljünk. Diákjaink részt vesznek a Témahét keretében meghirdetett versenyeken és pályázatokon is, mint például a Zöld Föld Kupa. Örömmel töltött el, hogy 2024-ben az én tanítványaim 3 fős csapata, *Illés Édua*, *Madarász Milán* és *Kosztelczki Dalma* nyerte a Zöld Föld Kupa középiskolásoknak szóló fenntarthatósági témájú országos vetélkedőt, *Gellény Eszter* pedig az én mentorálásommal vihette haza a *Mit mesél a vadon?* pályázat első díját. A korábbi években

Kis Jánossal szerveztünk ÖKO-EU versenyt a város általános és középiskolás tanulókból álló 3 fős csapatai számára, de rendeztünk már Ökonapot is *Gabnai Edit* és az Ökoteam munkacsoport közreműködésével *Élő bolygó – élhető bolygó* néven az iskolai Témahét egyik kísérő programjaként.

Erostyákné Raffai Laura (E. R. L.): Voltak évek, amikor az egész iskolánk (minden osztály és minden pedagógus) részt vett a TeSZEDD akcióban *Makuláné Gulicska Valéria*, akkori igazgatóhelyettesünk szervezésében. Az akcióhoz azóta már számos más formában is csatlakoztunk. Jelenleg az általam vezetett Okosan-Ökösan ECO-Club koordinálja az iskolai TeSZEDD akciókat. Tavaly az iskola környéki utcákat jelöltük ki önkéntes, osztályszintű csatlakozási lehetőséggel, idén azonban visszatértünk a korábbi évek sokkal sikeresebb módszeréhez. Ez az esemény teljes értékű közösségi élményt, együttműködést is jelent, hiszen mi tanárok közös célokért dolgozunk a diákokkal és szülőkkel. A tavalyi tanévben pedig részt vettünk a város másik középiskolája által szervezett Restart 2. Fenntarthatósági vetélkedőn is, ahol különféle fenntartható ételeket próbálhattak ki a résztvevők, valamint használt tárgyakból készíthettek dísz tárgyakat. A vetélkedőn iskolánk 11/8. osztályos csapata 1. helyezést ért el az én, *Oroveczné Egervári Zsuzsanna* és *Seres Erzsébet* tanárnők közös mentorálásával.

G. E.: Az évek során a pályázatokon is voltak nyertes diákjaink. 2022-ben *Lustyik Jázmin Helga Zöld fakanál* pályázata és *Melis Fanni Vízcsepp* pályamunkája ért el első helyezést, 2023-ban pedig *Kancsó Hanna* a *Kincsek karnyújtásnyira* pályázaton részesült ezüstéremben a mentorálásommal. Az FTH során ugyanakkor már évek óta részt vesznek diákjaink és tanáraink a fenntarthatósági kutatási programban is. Ennek értelmében minden Témahetet azzal zárunk, hogy közösen összevetjük a hét során megvalósított programokat és az elért eredményeket. Egyaránt remek alkalom ez tanuló és tanárok számára a reflexióra – nem is hiába: iskolánk a Témahéten mutatott tevékenységeivel 2023 és 2025 között minden évben elnyerte a Legaktívabb iskola díjat, valamint az ezzel járó 100 ezer forintos jutalmat.

Iskolájuk oktatási gyakorlatába is beépült a Zöld Föld komplex fenntarthatósági pedagógiai program. Hogyan tudják hasznosítani a tárgy elméleti és módszertani tudásanyagát a mindennapokban és kifejezetten a Témahétben? Milyen a tárgy és a téma fogadtatása a diákok körében?

S. E.: Korábbi igazgatónk, *Dr. Blahó János* és a jelenlegi főigazgatónk, *Arusné Erős Krisztina* is elköteleztettek a fenntarthatóság iránt és támogattak-támogatnak minden ilyen irányú tevékenységet. A diákok túlnyomó többsége komolyan veszi a klímaváltozás kérdését és személyes felelősséget érez a fenntarthatóságért. Sok fiatal szorong a klímaváltozás miatt, ezért kell óvatosan közelítenünk a témához, nehogy túlzott felelősséget hárítsunk rájuk. Azt kell megértetnünk velük, hogy mi emberek kis lépésekben is tehetünk a jövőnk érdekében. Tapasztalataink szerint pedig a fiatalok jelentős



része nemcsak érzelmileg érintett, hanem cselekvésre is kész: például kényelmi szokásaikról is lemondanak a fenntarthatóság érdekében, de más gyakorlati lépéseket is tesznek – akár a fenntarthatóság-órákon hallottak hatására is (ilyen például a szelektív hulladékgyűjtés, az otthoni energiafogyasztás csökkentése, a közösségi közlekedés használata vagy a fogyasztás általános visszafogása). A diákok tudatosak, tetterre készek és elkötelezettek a fenntarthatóság iránt, de igénylik, hogy az oktatási rendszer jobban támogassa őket ebben a törekvésükben.

A fenntarthatóság iránt érdeklődő tanulók részvételével 2018-tól az én irányításommal intézményi szinten működött a Mendöl Tibor Tehetségprogram, amelynek a különféle elméleti ismeretek és gyakorlati tevékenységek révén a környezeti nevelés is fontos része volt. A tapasztalat az, hogy a fenntarthatóság iránt elkötelezett diákok örömmel vesznek részt ilyen témájú versenyeken is. Például 2021-ben és 2023-ban tanítványaim indultak a *Van jövőnk! Kárpát-medencei Kindler-Láng Fenntartható Fejlődés Tanulmányi Versenyen*, ahol egy tanulóm döntőbe is jutott. 2021-ben és 2022-ben csapatban indultak tanítványaim az *Ökocímke* vetélkedőn, illetve a '22-es MTA Fenntarthatósági vetélkedőn. A Ballagók Fasora program keretében pedig a végzős osztályok 1-1 facsemetét ültetnek a jövő nemzedék számára. A humán tagozatos diákjaimmal a Young Innovators program segédanyagait, vásznait felhasználva valósítottunk meg fenntarthatósági projektet.

A kreatív vásznakhoz kapcsolódó kérdések és tartalmak remekül segítették a tanulókat az őket körülvevő, valósághoz kapcsolódó, problémaalapú projekt megvalósításában. A diákok másik része számára azonban nagyobb kihívást jelent az elméletben megszerzett ismeretek gyakorlati alkalmazása. Nem mindig tükröződik a mindennapjaikban a pozitív hozzáállás – ezért is fontos, hogy konkrét cselekvési lehetőségeket ismerjenek meg ezeken az órákon.

Mindazonáltal a 2024–2025. tanévtől a Zöld Föld komplex program és a ráépülő fenntarthatóság tantárgy is jelen van az iskolánkban, két csoportban indult eddig fakultáció. A 11–12. évfolyamosok számára készült *Zöld Föld haladóknak* című tankönyv és munkafüzet használata mellett más aktuális témák is előkerültek. Januártól a projektérettségi-dolgozat kidolgozása is folyamatos elfoglaltságot jelent – nem is hiába: az első év érettségi átlaga 92% lett. Örömkre láttunk már arra is példát, hogy az órán tanultakat többen továbbadták a szüleiknek, de arra is, hogy ilyen témájú kutatásaikba vonták be a családtagjaikat. A téma és a tárgy népszerűségét növeli, hogy az órákra való készülés eltér a hagyományos, szokásos formáktól, lehetőség van arra, hogy például plakát, infografika, fotómontázs, meghívó, interjú, kérdőíves kutatás vagy film készítésére kapjanak a diákok értékelést, de a tanórákon is hasonlóan változatos módszerek fordulnak elő (mint mondjuk a páros munka, a csoportmunka, a vita vagy a szerepjáték).

E. R. L.: A Zöld Föld komplex program 9–10. évfolyamosoknak szóló tananyagának tartalmi elemeit én például angol nyelven valósítom meg, amiben nagy segítség, hogy a Zöld Föld tankönyv és munkafüzet angolul is elérhető, és az ismeretanyag – azon túl, hogy elsősorban a szemléletformálás elméleti alapját adja át – a nyelvi vizsgák követelményrendszerébe is jól beépíthető. Mindazonáltal a mesterprogramom is a fenntarthatósághoz kötődik. A tizedik évfolyamos angol tagozaton heti egy órában foglalkozunk például fenntarthatósággal. Aki pedig a gyakorlatban is tenni szeretne, az csatlakozhat az Okosan-Ökosan ECO-Clubhoz és minden általunk szervezett programhoz, akcióhoz. Aki nyitott szemmel jár, az folyamatosan érzékeli a fenntarthatóságra és a környezettudatosságra törekvést.

Intézményük 2018-ban nyerte el az Örökös Ökoiskola címet. Mi minden változott azóta iskolájuk gyakorlataiban? Hogyan sikerül a megkezdett szemléletformáló tevékenységet megújítani, érvényesíteni a mindennapokban?

G. E.: 11. éve vesz részt az iskolánk a Fenntarthatósági Témahét megvalósításában, de a *Mozdulj a klímáért!* akcióhét, a *Világ legnagyobb tanórája* és az *Állatvédelmi Témahét* is hagyománnyá vált már nálunk. A Témahét során főként olyan gyakorlati tevékenységeket szervezünk, mint például a szárazelem- vagy a mobiltelefon-gyűjtés, különböző fenntarthatósági témájú rajzkészítés, élőképkészítés. Minden évben szervezünk papír- és hulladékgyűjtést is a diákönkormányzat bevonásával, amiben a szülők aktív részvételére is számíthatunk. Remek dolog látni, ahogy tanárok, szülők és az osztályok egymást segítve vesznek részt a papír szállításában, pakolásában. Úgy vélem, ezek a programok segítik a diákokat abban, hogy gyakorlatra váltsák a tanultakat.

A városi általános iskolák által szervezett természettudományos, környezet- és természetvédelmi versenyekre való felkészítés során pedig a kisgimnáziumi korosztály is elmélyedhet egy-egy témában. Ők a plakátkészítés vagy különféle izgalmas környezettani kísérletek elvégzése során szerezhetnek a mindennapokban is hasznosítható tudást. Ezekre a versenyekre Oroveczné Egervári Zsuzsanna és Mikulás Rolandné kolléganők készítették fel a diákokat. Korábban az erdei iskolai program keretében (*Laskovics Julianna* tanárnő szervezésében), újabban pedig a különféle tanulmányi kirándulásokon, terepgyakorlatokon szintén felhívjuk a tanulók figyelmét a környezettudatos gondolkodás és viselkedés fontosságára: pl. a Tisza-tavi Ökocentrum, a Szegedi Tudományegyetem Természettudományi és Informatikai Kar (SZTE-TTIK) Geoinformatikai, Természet- és Környezetföldrajzi Tanszéke, Szarvas, Dévaványa, és Gyula-Városerdő mind kiváló partnereink, helyszíneink a környezeti nevelés terepi megvalósításában.

S. E.: 2021-ben az Ökoiskolák Országos Online Találkozója és 2023-ban az OH Bázisintézmények Országos Konferenciáján én mutathattam be az iskolánkban megvalósított fenntarthatósági programokat. Mindegyiket keressük az új lehetőségeket a szemléletformálás megújítására. Korábbi években például a Középiskolai

MTA Alumni program keretében a Víz világnapjához és az FTH-hoz kapcsolódóan hívtuk meg az SZTE-TTIK Geoinformatikai, Természet- és Környezetföldrajzi Tanszékének oktatóit. *Dr. Szilassi Péter* egyetemi docens *Mire kell készülnünk? A klímaváltozás okai és következményei erdőn, mezőn, városokban*; *Dr. Barta Károly Aszály, aszály, aszály – tudunk-e tenni valamit az égető vízhiány ellen?*; *Dr. Sipos György*, egyetemi docens, tanszékvezető pedig *Klimaváltozás, múlt, jelen, jövő* címmel tartott tudásbővítő, szemléletformáló előadást. Más évben pedig Szarka Judittal együttműködve az Európai Zöld Megállapodásról szerveztünk iskolai ismeretterjesztő előadásokat, de a CSEMETE Természet- és Környezetvédelmi Egyesülettel közösen is volt már lehetőségünk rendhagyó tanórát tartani *Bojtos Ferenc* közreműködésével.

2018 óta vagyunk Örökös ökoiskola, így az ökoiskola kritériumrendszere alapján is minél több tantárgyban törekszünk a zöld tanórák megvalósítására az órák tananyagába integráltan vagy külön. A földrajz, biológia, kémia, etika, állampolgári ismeretek és nyelvórák esetében ez könnyebben megvalósítható, mivel azonban a környezeti nevelés tantárgyközi feladat, így szükség van arra, hogy különböző tantárgyak tanárai együttműködjenek a fenntarthatóság témájának feldolgozásában. Ez elősegíti a diákok komplex gondolkodásának fejlődését, rendszerszemléletének kialakítását és a valós problémák megértését.

A pedagógusok viszonya a fenntarthatósághoz összetett és sokszínű. Nálunk is sokan elkötelezettek és nyitottak a környezeti nevelés iránt, de vannak, akik számára kihívást jelent a témák beillesztése a hagyományos tanítási keretek közé. Némely tantárgy esetében először nehéz lehet helyet találni a fenntarthatósággal kapcsolatos ismereteknek a tananyagban; ezért is olyan fontosak a képzések, hogy ezekben mindnyájan segítséget kapjunk. 2019-ben került be a pedagóguskompetenciák közé a környezeti nevelésben mutatott jártasság, a fenntarthatóság értékrendjének hiteles képviselése és a környezettudatossághoz kapcsolódó attitűdök formálásának módja. Ezáltal minden óvodának és iskolának kötelező foglalkoznia a fenntarthatóságra nevelés témakörével – vagyis a pedagógusok számára elérhető továbbképzések és szakmai támogatások alapvető fontosságúvá váltak.

E. R. L.: A Jane Goodall Intézet „Passzold vissza Tesó!” kampányához csatlakozva nyílt gyűjtőhely lett iskolánk. Télváró és Nyárindító cserebere keretében lehetősége van tanulóinknak a már nem használt ruháik, cipőik, ékszereik elcserélésére. Különböző akciókat is hirdetünk, mint például az elemgyűjtés, a kutyamenhely-látogatás vagy a menhelyek számára való adománygyűjtés, a tanév eleji táskagyűjtés rászorulóknak vagy például a fásítás segítésére rendezett makkgyűjtés. Kialakítottunk egy Zöld oázist is, ahol virágokat gondozunk, és ahol az adományként kapott bútoroknak köszönhetően le is huppanhatunk, lazítani is lehet. Az irodai papírhulladékot és a PET-palackokat is összegyűjtjük: ebből finanszírozzuk a jótehetségi tevékenységünket, a karácsonyi cipősdoboz-akciót és más alapítványok támogatását.



A tárgyi tudás átadásán túl milyen szerepet játszik a diákok környezeti nevelésében a példamutatás és a mintaadás? Mit jelent az Önök számára és hogyan jelenik meg személyes életükben a fenntarthatóság és a környezettudatosság?

G. E.: A környezeti nevelés nem pusztán ismeretátadás, hanem szemléletformálás is. A diákok számára mintaként szolgál, amit mondunk és az is, ahogyan élünk. Számomra a fenntarthatóság a tudatos, felelős döntéshozatalt jelenti, amely figyelembe veszi a jövő generációk érdekeit. Ez a mindennapokban a tudatos fogyasztásban, a hulladéksökkentésben és a környezetkímélő szokások gyakorlásában jelenik meg. Például nem vásárolok zöldséget és gyümölcsöt műanyag zacskókban, a felesleges tárgyakat pedig szelektív gyűjtőpontokra viszem vagy felajánlom jótékonysági célra. A háztartási hulladékot is szelektíven gyűjtöm, kerékpárral közlekedek és csak szükséges esetben nyúlok a slusszkulcsért.

S. E.: Azóta veszek részt különböző fenntarthatósági kezdeményezésekben, amióta 1998–1999-ben országos 7. helyezést értek el akkori tanítványaim a Sajó Károly Környezetvédelmi és Természetvédelmi Versenyen. Az ezt követő évek rendkívül tartalmasan teltek. Termékek képzésen és programon volt szerencsém részt venni. 2020-ban pedig elvégeztem az OH által szervezett Ökopedagógia, '21-ben pedig az Ökopedagógia képzők képzése minikurzust és még ebben az évben kaptam a lehetőséget, hogy részt vegyek a Kék Bolygó Klímavédelmi Alapítvány Zöld Föld 9–10. nevelési-oktatási program iskolai szintű alkalmazására című akkreditált, 30 órás továbbképzésén is. 2022-ben az Európai Unió legnagyobb éghajlatváltozással foglalkozó szervezete, az EIT Climate-KIC „Young Innovators”

tanári fórumán vehettem részt, '23-ban pedig a Kék Bolygó Klímavédelmi Alapítvány Zöld Föld-továbbképzésén. Az elsajátított ismeretanyag egyre mélyítette bennem a fenntarthatóságra törekvés fontosságát, ami mára a mindennapjaim részévé vált. Igyekszem egészségesebben táplálkozni, kertészkedni, komposztálni, több időt tölteni a szabadban, többet gyalogolni, kirándulni, megtapasztalni a természet közelségét. Vásárolni mindig bevásárlólistával indulok, és csak azt veszem meg, amire valóban szükségünk van. Háztartásunkban tudatosan lomtalanítunk, szelektíven gyűjtjük a szemetet és ezt a mintát mutatjuk a gyermekünknek is – akitől mi is rengeteg mindent tanulunk.

E. R. L.: Szerintem sem lehet eléggé hangsúlyozni a személyes példa és az együttes cselekvés fontosságát. Nehéz küldetésre vállalkozunk, amihez szükség van egyfajta naiv hitre és kitartásra, de bízunk benne, hogy meghallják a szavunkat, elgondolkodnak és csatlakoznak hozzánk ebben a küldetésben. Én sem élek pazarlóan és ha tehetem, kerékpárral járok a városban, vizet vagy teát iszom a nap folyamán, sok zöldséget eszem és nem ülök fel a fast-fashion üzletek legújabb divathulámainak. Ugyanerre biztatom a gyerekeket is. Gyönyörű iskolakertet hoztunk létre közösen, amit azóta is együtt gazdolunk, gondozunk és élvezzük a közösen ültetett zöldségek termését. Ez is egyfajta alkotás, amit a magam részéről nagyon élvezek – és remélem, hogy minden ilyen példa ragadós!

Ha teszel valamit a környezetedért, kevesebbet szorongsz

Beszélgetés a Fenntarthatósági Témahétről, a fenntarthatóság tantárgyról és a Zöld Híd programról

A fenntarthatóság napjainkban elkoptatott fogalommá vált. A csapból is ez folyik – minden nap belefutunk a médiában, és sajnos nagyon sokszor riogató, világvégeköntösbe csomagolva. A Zöld Föld komplex fenntarthatósági tantárgyi program ettől próbál elszakadni. Igyekszik a valóság talaján maradni, és megmutatni a diákoknak, hogy a fenntarthatóság nem fekete-fehér, nem szűkíthető le egyetlen üzenetre. Egyfajta rendszerszemlélet: minden mindennel összefügg, és ebben a rendszerben nekik is van szerepük. A szorongás ellenszere a cselekvés. A program megmutatja, mi lehet a diák mozgástere egyénként és közösségként – legyen az a család, az osztály, a cserkészkör vagy az iskola. **Matolcsy Miklós, a Zöld Föld Alkotóműhely** projektvezetőjének irányításával hét éve folytatnak kutatássorozatot hat egyetemmel (négy hazai és két határon túli), amelynek keretében évente tízezer diák válaszait dolgozzák fel, melynek egyik legfontosabb tanulsága: akik cselekednek, azoknak a szorongásszintje szignifikánsan alacsonyabb, és nem az a döntő, mekkora hatással jár a tettük. Az, aki csinál valamit, máris más lelkiállapotban van, mint aki csak a képernyő előtt ül és világvége-videókat néz.

Szöveg: Szabó Dániel



Idén 11. alkalommal rendezik meg a Fenntarthatósági Témahetet. Hogyan tudják nyomon követni a diákok és pedagógusok hozzáállásának változását a fenntarthatósághoz?

A témahét sikerét egy három lábon álló mérési rendszerrel követjük. Az első a részvételi szám: ha egy program jó, jönnek rá. Az elmúlt tizenegy évben folyamatosan nőtt a résztvevők száma. Idén még nincsenek végleges adatok, de nagyon úgy néz ki, sikerül megugrani a kétezres regisztrált iskola átlomhatárt, ami körülbelül 420–450 ezer diákot jelent, köztük 100–150 határon túli iskolával.

A második mérőszám a kutatás. Egyértelműen kimutatható, hogy a témahéten részt vevő diákok tudásban és attitűdben szignifikánsan különböznek azoktól, akik nem vesznek részt. Ezt nem mi mondjuk, hanem a számok. Közel nyolcvanezer kitöltött kérdőívvel járunk. Továbbá az is kimutatható, hogy ha valaki egynél több témahéten vett részt, ez a különbség tovább nő.





A harmadik láb a pedagógusok visszajelzése. Évente 800–1200 tanár tölt ki részletes szakmai kérdőívet. Emellett van egy kemény mag – ötven-hatvan úgynevezett „feketeöves kolléga” –, akikkel évente egy zárókonferencián személyesen is értékelünk. Mindhárom mérési irány ugyanazt mutatja: jó úton járunk.

Idén milyen témák kerülnek fókuszba, és miért pont ezek?

Minden évben öt témát járunk körbe. Kettő állandó: a szelektív hulladékgyűjtés, illetve a tudatos vásárlás. Mindkettő lefedi a fenntarthatóság három fő dimenzióját – társadalmi, gazdasági és környezeti. A hulladék-téma jól szemléltethető, mindenki azonnal érti, hogyan adaptálhatja a saját életébe. A tudatos vásárlás hasonló: megveszem-e a száznyolcadik pólómat, amit talán csak egyszer veszek fel – ez a keret is rengeteg valódi kérdést nyit meg a fiatalokban.

A további három téma évente változik – részben, hogy a kollégák se unják el, részben, hogy a fenntarthatóság egyre több szegletét is be tudjuk mutatni. Idén az erdei ökoszisztéma, a fenntartható közlekedés, valamint az egészség és mozgás a három vándortéma.

Ezek feldolgozása és tematizálása több csatornán zajlik. Három korosztálynak – alsó tagozat, felső tagozat, középiskola – és kétféle formátumban készülnek anyagok: óravázlat egy negyvenöt perces tanórára, illetve projektterv, ami egy többórás, elmélyültebb munkát jelent. Összesen körülbelül harminc módszertani segédanyag születik évente; a [honlapon](#) már több száz kereshető és letölthető.

Emellett pályázatok is kapcsolódnak a témákhoz, nagyon széles műfaji palettán. Van klasszikus rajz-, fotó-, filmfelhívás, de vers-, próza- és receptkönyvírásra, tárgyalgatásra, YouTube-videóra és még rapszám írásra is volt már példa – utóbbit mesterséges intelligencia segítségével kellett megírni. Az évente beérkező 1500–2000 pályamunkát szakmai zsűri bírálja, a nyerteseket értékes díjak várják.

A negyedik feldolgozási mód a tudásverseny. A Zöld Föld fenntarthatósági tudásversenyen tavaly több mint harmincezer diák vett részt, négy korosztályban. Ez nem felületes részvételt jelent: a csapatokat tanárok készítik fel, akikkel komoly, elmélyült munka zajlik. Idén elkészültek az SNI-s diákokat tanító pedagógusok számára is a korosztályonkénti óravázlatok – ezzel is igyekszünk mindenkit elérni.

Miben más a Zöld Föld komplex fenntarthatósági tantárgyi program, mint egy hagyományos tankönyv?

Ez nem egyszerűen egy kiadvány, hanem komplex fenntarthatósági tantárgyi program – ez a hivatalos

neve is. Ötödik évfolyamtól tizenkettedikig ér el, tehát nyolc évfolyamon át kíséri a diákot. Szabadon választható tantárgy, ami egyrészt kihívást jelent – az iskola és a fenntartó döntésétől függ, felveszi-e a pedagógiai programba –, másrészt sokkal rugalmasabb, mint a kötelező tárgyak.

Alaptermészetéből fakadóan szintetizáló tárgy. Azokat a tudásmorzsákat, amelyeket a diák fizikából, biológiából, történelemből, földrajzból már ismer, itt rakjuk össze egy koherens, egész képpé. A fenntarthatóság szemüvegén keresztül egyszer csak láthatóvá válik, hogy ezek a puzzledarabkák összeilleszkednek.

Minden korosztályt a saját nyelvén szólítunk meg. Az ötödik-hatodikosoknak képregényszerű kalandtörténet viszi végig a fenntarthatóság kérdéseit – négy főszereplővel, akik közül az egyik kerekesszékes. Hetedik-nyolcadikban ugyanezek a karakterek egy fenntarthatósági tábor krimijébe keverednek. Amikor először olvastam, egy ültő helyemben végigolvastam, annyira magával visz. A kilencedik-tizedik évfolyam anyaga folyóiratszerű: hét lapszám, amelyek mindegyike a diák mindennapi életéből indul ki: hogyan közlekedik, mit eszik, hol lakik, hogyan vásárol, nyaral vagy sportol. Innen általánosítunk a fenntarthatóság nagyobb kérdéseire. A tizenegyedik-tizenkettedik évfolyam tankönyve közelebb áll a hagyományos formához, mert ebből a tárgyból projektérettségi lehet tenni. Decemberben kap a diák három lehetséges témát és feldolgozási módot. A hallgató maga választja ki, majd három hónapon át – tanári segítséggel, dokumentáltan – elkészíti a munkáját. Az érettségi egy kvázi szakdolgozatvédésre hasonlít. Az Oktatási Hivatal komoly követelményeket támaszt, ez nem csapható össze egy óra alatt. A teljes program nem frontális tanításra épül. Nagyon sok cselekvésre ösztönző, közösen gondolkodó, problémát kereső és megoldó feladatot tartalmaz – és ezt a projektérettségi is szimbolizálja.

A projektérettségi formátuma szokatlan a magyar oktatásban. Milyen tapasztalatok vannak eddig?

Idén májusban lesz a harmadik érettségi alkalom a tárgyból. Két érettségi áll mögöttünk, és mindkettő után megkerestük az érintett iskolákat és felkészítő tanárokat, és műhelymunka keretében értékeltünk közösen. Az összkep nagyon pozitív. A tanárok azt mondják, ez a formátum olyan képességeket hoz elő a diákból, amelyeket a négy közös év alatt sem ismertek. Olyanok is beálltak a projektbe, akik nem tartoztak a leglelkesebb diákok közé, és egyszerre egy teljesen más embert ismertek meg a tanár szemével.

A számok is biztatóak. Az első évben körülbelül 220 diák érettségizett, a másodikban már több mint 550. Hat egyetem fogad el pontot a felvételiben erre az érettségire, és ez a szám csak bővül. Ez különösen figyelemre méltó, ha tekintetbe vesszük, hogy ez egy mindössze



öt éve létező tantárgy. Úgy látom, az exponenciális növekedés a jövőben folytatódni fog.

Hogyan segítik a pedagógusokat a felkészülésben és a tantárgy tanításában?

Egy új tantárgy bevezetése nem történhet meg csak úgy, hogy lerakjuk a kollégák elé a tankönyvet. Nagyon sokféle képzést fejlesztettünk ki, melyek három órától egészen két évig terjednek.

Van néhány órás tantestületi „étvágygerjesztő”, amely-lyel iskolákat igyekszünk meggyőzni a bevezetésről. Van az Oktatási Hivatal által akkreditált harminc- és hatvanórás képzésünk is. Két-három éve indult el a két-éves, posztgraduális, szakvizsgás pedagógusképzés több egyetemmel együttműködve, ami gyakorlatilag egy új oklevelet ad. A BME tanár szakával közösen most egy rövidebb ciklus is indul, amely kifejezetten a fenntarthatóság tanítására fókuszál.

Van a Zöld Föld Klubunk is. Ha valaki felkeresi [Facebookon](#), [@](#) egy csoportot talál, ahol havonta-másfél havonta ötven-hetven kolléga gyűlik össze tudásmegosztásra, jógyakorlat-cserére. Ezek az alkalmak nagyon értékesek: nem mi beszélünk, hanem ők adnak egymásnak ötleteket.

A Témahéthez kapcsolódik a Zöld Híd önkéntes szakértői program is. Miről szól ez, és miért tartja különösen fontosnak?

A Zöld Híd önkéntes szakértői program az iskolán kívüli valóságot viszi be az oktatásba; és fordítva, a diákokat viszi ki a külső helyszínekre. Olyan szakembereket szólítunk meg, akik a saját tapasztalatuk és munkájuk révén hitelesen tudnak beszélni a fenntarthatóságról. Lehet ez kutatóegyetem, mezőgazdasági üzem, önkormányzat, vagy akár MÁV-jegyiroda, szennyvíztelep, fatelep és gyár. Egy nagy mátrixot dolgoztunk ki, amely az erdőgazdaságtól a művészeti főiskoláig térképez fel potenciális szereplőket, és tudatosan építjük a kapcsolatrendszert. Nagyon sok irányból lehet ugyanazt megmutatni. A program három pillérre épül: fenntarthatóság, innováció és – a felső tagozatosoktól felfelé – pályaaorientáció. Eddig a Témahét keretében működött ez a program, de az igény – iskolák és külsős partnerek részéről egyaránt – olyan nagy volt, hogy idén háromhetes időkeretre bővítettük: egy héttel a Témahét előtt, alatt és után.

Kik támogatják ezeket a programokat, és miért fontos ezt elmondani?

Minden programunk valamilyen támogatásból fut – nincs más forrásunk. Vannak szervezetek, amelyek fontosnak tartják ezt a munkát, és anyagilag is mel- léállnak. A közigazgatás részéről az oktatási tárca,

az energetikai tárca és az agrártárca is támogat ben-nünket. *Áder János* Kék Bolygó Alapítványa kiemelten mellénk állt. A vállalati oldalon a MÁV és az MVM emelhető ki.

Ezt nem mellékesen emlitem: támogatás nélkül ezek a programok egyszerűen nem létezhetnek. Fizetni kell a kollégák munkáját, az irodát, az eszközöket, a diákok-nak szóló díjakat. Nagyon megnyugtató, hogy eddig sem a közigazgatás, sem a vállalati szektor nem hagyta abba a támogatást. Abban bízunk, hogy ez így marad.

Legalább annyira fontos a másik pillér: a pedagógusok. Tizenöt éve mozgok ezen a területen, és minden évben elcsodálkozom, mennyi energiát, szeretetet, szabadidőt fektetnek bele a kollégák. Mi fejlesztjük az anyagokat, de ők állnak oda a gyerekek elé, és elvégzik azt a mun-kát, amiből ez az egész él. Egy témahétben tizenöt-húsz-ezer tanár érintett valamilyen szinten. Nélkülük mi hiába ugrálnánk.

Ha tíz év múlva visszatekintünk, mi lenne az a konk-rét változás, amit sikernek tartana?

Az első, hogy ezek a programok léteznek. A második maga a Zöld Híd. Ahogy a Témahét tizenegy év alatt 450 ezer diákot ér el évente, szeretném, ha a Zöld Híd program tíz év múlva ugyanilyen számokkal büszkél-kedhetne. Minden megvan hozzá: van honlap, motor, koncepció – most a kapcsolatrendszert kell kiépíteni az iskolák és külső szereplők között. A valóság mindig a legerősebb tanítási eszköz. Ha tíz év múlva a Zöld Híd ugyanolyan számokkal büszkélkedhet, mint a Téma-hét most, az az egyik legnagyobb siker lenne, amire számítok.

A négyes fogat – Témahét, fenntarthatóság tantárgy, Zöld Híd program, kutatás – egy erős és jól működő cso-mag. Ha ez megmarad és növekszik, az igazi siker lesz. És remélem, hogy a kutatás évről évre ugyanazt igazolja majd, amit eddig is: hogy aki aktívan tesz valamit, abból kevésbé lesz szorongó ember.

A fenntarthatóság tantárgy és a Zöld Híd program anyagai, képzési lehetőségei és partnerségi informá-ciói a Zöld Föld Alkotóműhely [honlapján](#) [@](#) érhe-tők el.





Kulturális ajánló

Összeállította:
Szabó Dániel

► PROGRAM

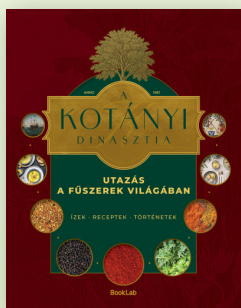
Japán Fesztivál

Május 31-én és június 1-jén egy darabka Japán költözik Budapest szívébe: a KULT7 kulturális központban rendezik meg a különleges Japán Fesztivált, ahol a látogatók két napon át merülhetnek el a Felkelő Nap országának varázslatos kultúrájában. A Magyar–Japán Baráti Társaság szervezésében életre kel egy valódi Natsu Matsuri – azaz japán nyári fesztivál – hangulata, ötvözve a hagyományokat a fiatalos lendülettel és frissességgel.



► KÖNYV

Zirig Árpád: A Kotányi dinasztia – Utazás a fűszerek világában – Ízek, receptek, történetek | Booklab, 2026



A Kotányi dinasztia különleges idő- és ízutazásra hív: Szegedről indulva Budapesten és Bécsen át New Yorkig, majd a Monarchia keleti piacaira – hogy a világháborúk vihara után végül Ausztriába és Magyarországra térjünk vissza. Attól kezdve, hogy *Kotányi János* a Monarchia hadseregének hivatalos paprika-, kávé-, tea-beszállítója lett, a család és a vállalkozás generációkon át meghatározó

szerepet játszott a fűszerek minőségének, alkalmazásának és kulturális jelentőségének alakulásában.

A gazdagon illusztrált, inspiráló kötet feltárja a fűszerek sokszínű és lenyűgöző világát: a paprika karakteres erejét, a bors és a zöldfűszerek meglepő sokszínűségét, a keleti fűszerek gazdag aromáit. A közel harminc, könnyen elkészíthető recept pedig megmutatja a fűszerek helyes használatát, és arra ösztönöz, hogy bátran kísérletezzünk új ízekkel.



► KIÁLLÍTÁS

HALLÓ? HALLÓ!

A telefonálás technika- és kultúrtörténete

Kiscelli Múzeum

Ma már elképzelni sem tudjuk életünket telefon nélkül – miközben magát az eszközt manapság már a legritkábban használjuk a szó szoros értelmében vett telekommunikációra. Pedig a 19. század végén megjelent találmány gyökeres változást hozott a hétköznapi kommunikáció terén. Hogyan jött létre a telefon? Egyáltalán, valós igényre adott választ Bell készüléke? Hogyan jött létre a telefonhálózat, milyen technikai, infrastrukturális újítások kísérték? Hogyan jelent meg a nyilvános telefon a nagyvárosi köztérben? Milyen hatása volt a telekommunikációnak a társadalomra, kultúrára a 20. században? Ilyen és hasonló kérdésekre keressük a választ a BTM Kiscelli Múzeum legújabb időszaki kiállításában.

A kiállítás a 19. század végétől kezdődően, Budapest példáján keresztül követi végig a távbeszélő technika-történetét, a hálózat, a telefonközpontok kialakulását és fejlődését, de ugyanakkor a témakör társadalom- és kultúrtörténeti vonulataira is nagy hangsúlyt fektet.

A kiállítás tárgyi anyagának jelentős részét a Kiscelli Múzeum Műszaki gyűjteményének darabjai mellett gyűjtők által kölcsönzött tárgyak, illetve más közgyűjteményekből (Postamúzeum, Budapest Főváros Levéltára, Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár stb.) származó tárgyak, dokumentumok, plakátok alkotják. A történeti anyagon felül a telefonálást, telefont mint motívumot felvonultató kortárs művészeti alkotásokat, projekteket is bemutatnak a kiállításon.

További információ:

<http://kiscellimuzeum.hu/hallohallo>



► KÖNYV

Jess Henley: Találd meg a kiutat – Imposztorszindróma – Hatékony megoldás az egészséges önbizalomhoz

Scolar Kiadó Kft., 2026

Mindannyiunkkal előfordul néha, hogy alkalmatlannak érezzük magunkat valamire, ám ha ez az érzés állandósul, fogalmunk sincs, merre tovább. Ez a pozitív, közérthető kötet és tapasztalt pszichoterapeuta szerzője rávilágít az imposztorszindróma tüneteire és gondolati sémáira. Segítségével felfedezhetjük, milyen hatással van ránk, és elindulhatunk egy egészségesebb és magabiztosabb élet felé vezető úton.

A *Találd meg a kiutat*-sorozat kötetei a mentális egészségünket befolyásoló hétköznapi problémákra igyekeznek rávilágítani a depressziótól a szorongáson át az imposztorszindrómaig. A könyvekből olyan mindfulness- és EFT-technikákat sajátíthatunk el, amelyek segítenek megbirkózni az élet elkerülhetetlen nehézségeivel.

► FILM

Tyúk

magyar–német–görög játékfilm,
96 perc, 2026

Egy tyúk eldönti, hogy nem törődik bele a sorsába, megszökik a biztos halált jelentő telepről, és mindent megtesz azért, hogy végre anya lehessen. Gyönyörű tengerparti tájakat és kietlen pusztaságokat is keresztező kalandjai során egy olyan igazi emberi dráma bontakozik ki előttünk, amelyet ilyen nézőpontból még biztosan nem láthattunk.

Valószínűleg Pálfi György, a kultikus *Taxidermia* és a *Hukkle* rendezője az egyetlen, aki ezt a vizuálisan lenyűgöző, groteszk humorban bővelkedő és lebilincselően izgalmas filmet el tudta készíteni. A *Tyúk* a világ számos filmfesztiválja után a 45. Magyar Filmszemle nyitófilmjeként mutatkozik be hazánkban. A címszereplőt nyolc különböző, Magyarországon született és kiképzett állat játssza, a lenyűgöző alakítások CGI nélkül születtek, Halász Árpád állatkoordinátor segítségével (*Fehér isten, Szegény párák, Testről és lélekről*). Pálfi ismét együtt dolgozott rendszeres alkotótársaival, többek között Ruttkay Zsófia forgatókönyvíróval és Lemhényi Réka vágóval, a magyar koproducer pedig Muhi András volt. (urania-nf.hu)



► SZÍNHÁZ

Az üvegbúra | Örkény Színház

Esther Greenwood élete a megtestesült amerikai álom. Húszévesen egy híres női magazin ösztöndíjas gyakornoka, és sorra nyílnak előtte a kapuk. New Yorkban szakmai sikerek, fogadások, hírességek forgatagába kerül, ám ő úgy érzi, képtelen megfelelni az elvárásoknak. *Sylvia Plath Az üvegbúra* című regénye – melynek adaptációját láthatják – a huszadik század sokat elemzett és idézett kultuszműve. Az önéletrajzi ihletésű történet egyrészt a nővé válás stációit mutatja be kíméletlen őszinteséggel, másrészt a kamaszkor és a felnőtt lét közti átmenet bizonytalanságokkal teli időszakának lenyomata. A belső félelmek, az önazonosság-keresés elemi erejű megfogalmazása.

További információ: <https://www.orkenyszinhaz.hu/eloadas/az-uvegbura>



Kerttől a tányérig

A bolgár kavarma és sopszka saláta

A világnapok, nemzeti és nemzetiségi ünnepek mellett a népszokások, konyhatradíciók ismerete is kulcsszerepet játszik a társadalmi hídépítésben, az egymás mellett élő, akár egymásnak otthont adó népek és kultúrák találkozásában. **Hazai Ízek** című rovatunk sajátos gasztronómiai hagyományain keresztül mutatja be az egyes szomszédos népek, velünk élő nemzetiségek, valamint azon országok kultúráját és szokásait, ahol nagy lélekszámban élnek honfitársaink. Ezúttal a bolgár konyha kerül terítékre.

Szöveg: Bodon Gergely Dávid



Noha nem ismerek olyat, aki ne ragyogna fel maga is a tavasz első sugaraiba, van egy nép, amely számára tán még örömtelibb a kikelet. Két fontos ünnepüket is márciusban ülik a bolgárok: elsején, *Baba Marta* (Március Anyó) napján martenica néven szentelnek külön ünnepet a tavaszvárásnak, harmadikára eső nemzeti ünnepükön pedig a török rabiga alól való szabadulásra emlékeznek. A bolgár tavasz utolsó jeles eseménye pedig a május hatodikai Szent György-nap, amikor is a katonaság bátor védőszentjét, népi hagyomány szerint pedig a pásztorok és nyájak oltalmazóját ünneplik.

Minden bizonnyal a martenica az egyik legősibb és legkedvesebb hagyománya a bolgárságnak, amelynek elmaradhatatlan kellékei a piros-fehér fonalból készültek, csuklón, mellkasra tűzve vagy épp nyakláncként viselt díszek. Az ünnep színeihez persze jelentés is társul: a piros az életet és az erőt, a fehér pedig a tisztaságot és az újjászületést jelképezi. A hagyomány középpontjában Baba Marta áll, a tavasz szeszélyes megszemélyesítője, aki a néphit szerint egyszemélyben felel a márciusi időjárásért. Egyes történetek szerint a színek mégis inkább a bolgár államalapítás hőse, *Aszparuh kán* legendájával függnek össze, amelyben egy piros-fehér fonál hoz hírt és reményt a kánnak honkereső útja idején. Más értelmezések szerint a színek saját jogukon, a vér vörösét és a fény világosságát idézve szimbolizálják élet és halál körforgását.

A tavaszi frissesség és életigenlés a nemzet ünnepén is hangsúlyossá válik: Bulgária, Szerbia és Montenegró közösen lázadtak a 14. századtól egészen 1878-ig tartó török uralom ellen, amit végül az orosz cári közbeavatkozása segített sikerre vinni. A két nagyhatalom ki-egyeztetésével 1878-ban vált először a természet ébredése e közel 500 évig elnyomott nép kikeletévé is. Nem csoda hát, hogy harmadik nagy tavaszi ünnepükön központi szerep jut a katonai erényeknek (e napot dedikálják ugyanis a hadsereg ünneplésének is), jöllehet május 6-a, Szent György napja ettől még izzig-vérig tavaszünnep: hisz a mezőgazdasági év kezdete is e napra esik.

Maguk a bolgárok persze hazánkban is jól ismertek: kertészeti és piackultúránk rengetegét köszönhet

a főként a 19. században Magyarországra költözött bolgár származású kertészeknek, akik fáradtságot nem ismerő munkamoráljukkal és sajátos kertésztechnikáikkal egyszerre gazdagították a magyar agráriumot és emelték annak színvonalát. A bolgárkertészek többsége Bulgária északi részéről érkezett és kezdetben inkább idénymunkások voltak: tavasszal jöttek, ősszel pedig, a betakarítás végeztével hazatértek családjaikhoz. Életmódjuk puritán és rendkívül dolgozó volt. A kertek alatt felhúzott egyszerű vályogházakban vagy kunyhókban laktak és szinte minden ébren töltött percüket a növények gondozásával töltötték.

A „bolgárkertész” szó hamarosan fogalommal vált: nem egyszerűen a bolgár származású és kertész foglalkozású embereket jelentette, hanem egy konkrét, fejlett kertészeti tudás birtokosait jelölte. Öntözéses zöldszélettermesztési eljárásuk időigényes, intenzív módszernek számított, amelyet részben a török uralom idején sajátítottak el. Idehaza addig kevésbé volt elterjedt az ilyen jellegű, kis területen, de nagy hozammal dolgozó kertgazdálkodás, így tevékenységük valóságos agrárforradalmat indított el. Módszerük hatékonyságának alapját a földeket átszelő öntözőárkok képezték, amelyek lehetővé tették, hogy árasztásos módon juttassák el a vizet a növényekhez, egyszerre olcsó és eredményes megoldást nyújtva az öntözésre. Ehhez persze bizonyos környezeti feltételeknek is adottaknak kellett lenniük: főként folyók, patakok vizét használták, amelyekből különleges vízemelő szerkezettel, az úgynevezett bolgárkerékkel nyerték ki a vizet. Emellett melegágyakat is előszeretettel használtak, amelyek segítségével más gazdákhoz képest már jóval korábban és nagyobb mennyiségben tudtak termelni. Paprika, paradicsom, uborka és különféle káposztafélék voltak a bolgárkertészek slágerterményei, de a padlizsánt, a spárgatököt, a póréhagymát és a fekete babot is ők honosították meg hazánkban.

A munkaközösségek tagjai közül később sokan letelepedtek és családot alapítottak. A nagyvárosok – különösen Budapest – környékén pedig egészen nélkülözhetetlen szereplőivé váltak a piackultúrának: a 20. század



Hozzávalók négy adag kavarmához:

- 60 dkg sertéslapocka;
- 20 dkg gomba;
- 1 szép fej vörshagyma;
- 20 dkg póréhagyma;
- 4 szép paradicsom;
- 4 db kápia paprika;
- 4–5 szem aszalt szilva;
- olaj;
- só;
- bors;
- borsikafű ízlés szerint.

elejére már szinte elképzelhetetlen volt nélkülük egy zöldségvásár. A főváros több helyszíne is őrzi emléküket: így a zuglói Bolgárkertész, Bolgárkerék vagy Padlizsán utca, de híres kertészeteik működtek a Bosnyák tér és a Mészáros utca közelében is, nagy mennyiségben látva el a lakosságot friss zöldséggel. Hatásukra a magyar parasztgazdaságok is átvették az öntözési technikát és az intenzív kertművelést, így a bolgárkertészek tudása fokozatosan beépült a hazai agrárkultúrába. Nem véletlen, hogy a bolgár kertészeti hagyomány ma már a kulturális örökség részének számít.

Megidézve e dolgos kertészbereket szellemét és kultúráját, nézzünk is egy-egy példát legnépszerűbb nemzeti ételükre, a kavarmára és a tudományukat friss ízeivel dicséző sopszka salátára!

Egy magasfalú serpenyőben vagy egy közepes lábosban kezdjük el kevés olajon vagy más zsiradékon pirítani a szép kockákra vágott lapockát. Ha már szépen kipirultak a kis darabok, szórjuk hozzájuk a csíkokra szeccskázott vörshagymát, a póréhagymát és a nagyobb részekre vágott gombát. Ekkor jöhetnek a fűszerek is: a só, a bors és a borsikafű; majd pedig a maradék zöldség: a kockára vágott paradicsom és a félkarikákra szelt kápia paprika. Forgassuk át szépen készülő kavarmánkat, majd legvégül, közvetlenül tálalás előtt szórjuk meg kisebb darabokra vágott aszaltszilvával



Hozzávalók négy adag bolgár sopszka salátához:

- 2 db kígyóuborka;
- 2 db tv-paprika;
- 4 db paradicsom;
- 1 fej lila hagyma;
- 4 ek borecet;
- 6 ek olívaolaj;
- 100 g juhsajt (vagy, ha nem: ugyanennyi bryndza vagy fetasajt);
- só, bors ízlés szerint.

is. Bolgár barátaink csak így magában, legfeljebb pár szelet finom kovászos kenyérral fogyasztják – jóllehet, legjobban egy friss adag sopszka salátával csúszik!

Vágjuk a zöldségeket szép, villahegyre való kockákra, majd öntsük hozzá salátánkhoz az olajat, a borecet, és szórjuk meg a fűszerekkel. Ha tehetjük, hagyjuk 1–2 órát állni a hűtőben, persze frissen se kevésbé finom. Tálalás előtt azonban mindenképp morzsoljuk hozzá választott sajtkezdményünket! Fogyasszuk sopszka salátánkat szeretteink körében, egy tál finom kavarma mellé!

Források:

<https://hu.wikipedia.org/wiki/Port%C3%A1l:Bulg%C3%A1ria>

<https://www.bolgaregyesulet.hu/index.php?id=61>

<https://welovebudapest.com/cikk/2025/10/05/bolgarkerteszek-budapesten-bosnyak-ter-meszaros-utca/?token=8faacd60a1994cf5a745406eb60f3d66>

<https://www.facebook.com/share/v/1DYBBQHkp8/>

<https://streetkitchen.hu/receptek/sopszka-salata>



Janikovszky Éva: Egy évszázad hangja, ami ma is megszólít

Idén ünnepeljük születése 100. évfordulóját annak az írónőnek, akinek művei generációk gondolkodását, nyelvhasználatát és önmagukhoz való viszonyát formálták. **Janikovszky Éva** neve mára nem csupán a magyar gyermekirodalom egyik legfontosabb alakját jelenti, hanem egy sajátos látásmódot is: a világ megértésének azt a humorral, empátiával és finom íroniával átszőtt módját, amely egyszerre szól gyerekekhez és felnőttekhez. Születésnapja, április 23. egyúttal a könyvek és a szerzői jogok világnapja is.

Szerző: Szabó Dániel

Janikovszky Éva 1926. április 23-án született Szegeden. Gyermekkorát dédapja, *Bartos Lipót* szegedi papír- és könyvkereskedésében töltötte, ahol a könyvek illata és világa már kiskorától körülvette, és ahol maga Móra Ferenc is gyakran megfordult. Ez a korai találkozás az irodalommal meghatározó nyomot hagyott benne, még ha akkoriban eszébe sem jutott, hogy egyszer ő maga is író lesz.

Szülei válása után nevelőapja dr. *Donászy Kálmán* újságíró lett, aki bátorításával sokat tett azért, hogy Éva napló- és cikkírásba kezdjen. A szegedi egyetemen filozófiát, néprajzot, magyar és német irodalmat hallgatott, majd 1948-tól Budapesten, az ELTE Bölcsészettudományi Karán folytatta tanulmányait. 1950-ben szerzett ott tanári diplomát.

Janikovszky Éva 1953-tól a Móra (korábban Ifjúsági) Könyvkiadó szerkesztője lett, 1964-től 1987-ig (egészen nyugdíjazásáig) pedig főszerkesztője. Neve az irodalom számára fontos névváltozással csatlakozott a köztudathoz: első könyve, a *Csíp-csup* 1957-ben még *Kispál Éva* névvel jelent meg, s csak 1960-ban, a *Szalmaláng* című lányregénnyel mutatkozott be először Janikovszky Éva néven.

Am hatása korántsem merül ki saját írói munkásságában. Szerkesztőként és főszerkesztőként a Móra Kiadónál kulcsfontosságú szerepet játszott abban, hogy a 20. századi magyar gyermekirodalom olyan kiemelkedő minőségű lehessen, amilyen valójában volt. Kezei alatt bontakozhatott ki és érlelhetette meg munkásságát számos ikonikus szerző: *Fekete István*, *Bálint Ágnes*, *Csukás István*, *Szabó Magda*, *Békés Pál* és *Lázár Ervin*. Szerkesztői munkája épp annyira meghatározó a magyar irodalom szempontjából, mint a saját írói életműve.

Az IBBY (Gyermekkönyvek Nemzetközi Tanácsa) magyar bizottságának alapításakor elnökévé választották, s ezt a tisztséget 1995-ig viselte. Elnökségi tagja volt az UNICEF Magyar Bizottságának, 1991-től elnöke a Staféta Alapítvány kuratóriumának és 1996-tól elnöke az Írószövetség Gyermekirodalmi szakosztályának. Tevékenysége tehát messze túlmutatott az íróasztalnál töltött órákon; közéleti, pedagógiai és szociális szerepvállalása egyaránt meghatározó volt.

Műveivel Janikovszky Éva saját műfajt teremtett: a gyerekmonológot. Ezekben a rövid, ironikus hangvételű szövegekben egy gyermek nézőpontjából tekintünk a világra, ám úgy, hogy a kimondott szavak mögött mindig ott rejlik a ki nem mondott felnőtt valóság is. Ezek a monológok valójában rejtett párbeszéddek: gyermek és felnőtt, egyén és társadalom, jelen és jövő között. Az állandó szereplő – akinek nevét sosem ismerjük meg – hol kíváncsi óvodás, hol kalandkereső iskolás, hol gyermekkorát kinövő kamasz.

Az igazi áttörést az 1965-ben megjelent *Ha én felnőtt volnék* hozta. Ez lett a legtöbb nyelvre lefordított Janikovszky-kötet, és egyben az a mű, amely a nemzetközi porondra is feltette a nevét. A *Kire ütött ez a gyerek?* (1974) különösen személyes ihletésű: abban az időszakban született, amikor fia, János kamasz volt. A könyv kiindulópontja kettejük kapcsolata lett, Janikovszky megpróbálta beleképzelni magát fia helyzetébe. Ez a fajta belső hitelességigény egész életműnek alapköve.

Nyelvezete egyedülálló: kevés szóval, néhány mondattal volt képes megragadni olyan helyzeteket, amelyekben a gyerek- és felnőttvilág találkozik – vagy épp félreérti egymást. Egyik legidézettebb mondata így szól: „Amikor apukám azt mondja, hogy gyere csak ide, kisfiam, beszélni akarok veled, akkor már biztos, hogy baj van. Mert ha nincs baj, akkor nem mondja, hogy beszélni akar velem, hanem mindjárt beszél.”

Janikovszky Éva összesen 32 könyvet írt, amelyek 35 különböző nyelven, 40 különböző kiadásban jelentek meg. Magyar nyelvű könyveiből eddig több mint kétmillió példányt adtak el. Műveiből számos rajzfilm és televíziós játékfilm is készült.

Az egyik legjelentősebb nemzetközi elismerése a Deutscher Jugendbuchpreis (az NSZK Gyermekkönyv-díja) volt: 1973-ban mintegy ötszáz nevezett könyv közül a *Ha én felnőtt volnék* nyerte el a díjat. Számos más elismerés is kísérté életútját: József Attila-díj (1977), Gyermekekért Díj (1986), a lengyel Mosolyrend lovagja kitüntetés (1988), Greve-díj (1990), Budapesti díj (1993), a Magyar Alkotóművészek Országos Egyesületének gyermekirodalmi díja (1994), Magyar Köztársasági Érdemrend tisztikeresztje (1996), Móra



Fotó: Rendes-Szabó Gabriella

Ferenc irodalmi díj (2001), A Magyar Köztársaság Szent Imre-díja (2002), és végül 2003-ban – már súlyos betegen, a ceremónia előtti napon, otthonában átvéve – a Kossuth-díj.

Élete legnagyobb elismerésének mégsem ezeket tartotta. Ő maga így fogalmazott: az igazi jutalom az volt, amikor egy kislány megkérdezte tőle: „Éva néni, hogy tetszett arra rájönni, hogy a gyerekek csak kicsik, de nem buták?”

Élete során mély baráti és szakmai kapcsolatokat ápolt kortárs írókkal. Pályatársa, Szabó Magda az *Abigél* című regényében Horn Micit mintázta róla. Ez az irodalmi tiszteletadás jól jelzi, milyen erős személyiség és mély emberi jelenlét sugárzott belőle. A szerkesztői és írói szerep nála sohasem vált el egymástól, hanem kölcsönösen erősítette egymást.

Janikovszky Éva 2003. július 14-én hunyt el Budapesten, 77 éves korában, hosszú betegség után. Neve ma számos intézményt fémjelez: egy X. kerületi kéttannyelvű általános iskolát, egy hódmezővásárhelyi óvodát, egy kozármislenyi általános művelődési központot és egy szegedi kollégiumot neveztek el róla. Szegedi otthonában és budapesti lakóházán emléktábla áll. 2019-ben Erzsébetváros díszpolgáráról közparkot neveztek el: a Kazinczy utca, a Dob utca és a Nagy Diófa utca által határolt terület viseli nevét.

Korunkban, amikor a generációk közötti kommunikáció egyre nehezebbé és töredezettebbé válik – amikor a szülők és gyerekek sokszor más digitális világban élnek, más nyelven beszélnek –, az író szövegei emlékeztetnek arra, hogy a megértés alapja nem a technológia, hanem a figyelem, az empátia és a humor. Könyvei nem kínálnak kész megoldásokat, de segítenek másképp látni. Talán ez az irodalom egyik legfontosabb feladata.

Janikovszky Éva öröksége ezért nem csupán irodalmi, hanem szemléleti is: annak a képessége, hogy tudjunk egymás nézőpontjából látni. A gyerek a felnőtt szemével, a felnőtt a gyerek szemével, mindkét irányban megértéssel, türelemmel, néha önironikus mosollyal. Ez az a tudás, amely nem avul el, és amely miatt munkái ma is ugyanúgy megszólítanak bennünket, mint évtizedekkel ezelőtt.

Ahogy az író maga fogalmazott egyik utolsó nyilatkozatában: a gyerekeknek azt kívánja, hogy „békében és boldog világban nőjenek fel”.

Megjegyzés: A Janikovszky Éváról készült képet a Creative Commons Nevezd meg! – Így add tovább! 4.0 Nemzetközi licenc alapján használtuk fel.

Források:

ekultura.hu

janikovszkyeva.hu

szombat.org – 20 éve távozott Janikovszky Éva c. cikk

kultura.hu – Éva néni, hogy tetszett arra rájönni, hogy a gyerekek csak kicsik, de nem buták? c. cikk

konyvesmagazin.hu – Idén 100 éve született Janikovszky Éva c. cikk

telex.hu – A száz éve született Janikovszky Évát ünneplik c. cikk

mora.hu – Millió könyvvel a Föld körül – Generációkat kötnek össze a 100 éve született Janikovszky Éva írásai c. cikk

momkult.hu – 100 éve született Janikovszky Éva c. írás

index.hu – Elhunyt Janikovszky Éva író c. nekrológ

wikipedia.org – Janikovszky Éva szócikk

delmagyar.hu – Szeged nagy lánya, Janikovszky Éva, most új oldaláról mutatkozik meg c. cikk



Iránytű

Összeállította:
Bodon Gergely Dávid

Minden, amit az idei érettségiről tudni kell – röviden

A 2026-os érettségi vizsgák alapvető követelménye, hogy az elégséges osztályzathoz minden vizsgarészen legalább 12%-ot, az összesített pontszám tekintetében pedig minimum 25%-ot kell elérni. Középszinten a jeles (5) határértéke 80–100%, a jó (4) 60–79%, a közepes (3) 40–59%, az elégséges (2) pedig 25–39%. Emelt szinten már kedvezőbbek a ponthatárok: a jeles már 60–100% közötti eredménytől jár, a jó 47–59%, a közepes 33–46%, míg az elégséges szinthez 25–32% szükséges.

A vizsgatárgyak ponteloszlása hasonlóképp függ az érettségi szintjétől és az adott részegységtől: magyar nyelv és irodalomból középszinten az írásbeli 100 pont (40+20+40 pontos felosztásban), a szóbeli pedig 40 pont (15+25). Emelt szinten az írásbeli szintén 100 pont (40+60), a szóbeli pedig 40 pont. Matematikából középszinten az írásbeli két részből áll (30+70 pont), a szóbeli (amennyiben szükséges) 50 pont, míg emelt szinten az írásbeli 51+64 pontos, a szóbeli pedig 35 pontos egységekből épül fel. Az élő idegen nyelvi vizsgák mindkét szinten összesen 150 pontosak: középszinten az írásbeli részei 33, 18, 33 és 33 pontosak, a szóbeli pedig 33 pont, míg emelt szinten mind az öt vizsgarész egységesen 30–30 pontot ér.

A 2026. évi május–júniusi vizsgák pontos időpontjai [ezen a linken](#), míg a kétszintű érettségi vizsgatárgyak nyilvánosságra hozott anyagai [ide kattintva](#) érhetők el, az egyes konkrét vizsgakövetelményeket pedig [erre a linkre](#) kattintva olvashatják.

Bővebb információ: https://eduline.hu/erettsegi-felveteli/20260314_erettsegi-2026-pontozas-osztalyozas

Digitális Országos Kompetenciamérés 2026: Időpontok, mérési területek és az értékelés szabályai

Az OH koordinálásában 2026. március 23. és május 29. között zajlik a digitális országos kompetenciamérés, amelyben 3131 iskola több mint 600 000 tanulója vesz részt. A mérések ütemezése évfolyamonként eltérő: a 6–7. és

a 10–11. évfolyamosok március 23. és április 30. között, a 9. évfolyamon tanulók április 2–30., valamint május 11–29. között, míg a 4–5. és 8. évfolyamon április 27. és május 29. között töltik ki a teszteket. Fontos változás az értékelés menetében, hogy mostantól az iskolák saját hatáskörben dönthetnek arról, hogy a mérés eredményére adnak-e érdemjegyet a diákoknak (bár a szakmai visszajelzések szerint ez nehezítheti az intézményi teljesítmények objektív összehasonlítását).

A felmérés teljes mértékben digitális, így a tanulók az iskolák által biztosított számítógépeken, egyéni mérési azonosítóval dolgoznak. A 4. évfolyamon egy mérési napon szövegértést és matematikát, az 5. évfolyamon két napon ezek mellett digitális kultúrát és történelmet mérnek, míg a 6–11. évfolyamon három mérési nap alatt természettudomány és az idegen nyelv is bekerül a vizsgált területek közé. A matematikai feladatoknál a 6. évfolyamtól kezdve beépített digitális számológép használható, a nyelvi mérésekhez pedig fülhallgató szükséges. A folyamatot a 4., 6., 8. és 10. évfolyamosok szülei számára kiküldött önkéntes és anonim családháttérkérdőív egészíti ki, amely segít az eredmények szociokulturális kontextusba helyezésében.

Bővebb információ: https://eduline.hu/kozoktatasi/20260323_orzagos-digitalis-kompetenciameres-2026-osztalyzas-feladatok-fontos-infok

A Négy évtized a magyar fejlődés szolgálatában – Innovációs Életműdíjjal tüntették ki Dr. Pakucs Jánost

A Magyar Innovációs Szövetség (MISZ) a 2025. évi Magyar Innovációs Díjak gálavacsoráján Innovációs Életműdíjjal tüntette ki alapítóját és tiszteletbeli elnökét, a mérnök-közgazdász végzettségű *Dr. Pakucs Jánost* több mint 40 éves szakmai munkásságáért. Pályafutása során meghatározó szerepet töltött be a hazai kutatás-fejlesztésben: 1980 és 1990 között a Magyar Szénhidrogénipari Kutató Fejlesztő Intézet egyik létrehozója és ügyvezetője volt, majd 1990-től 2010-ig az Olajterv vezetőjeként ért el sikereket. Közéleti tevékenysége is kiemelkedő, hiszen 1991-től az Országos Műszaki Fejlesztési Bizottság



tagja, 2015-től a Nemzeti Kutatási, Fejlesztési és Innovációs Hivatal Innovációs Testületének elnöke, korábban pedig a BME meghívott előadója (1987–1997) és Társadalmi Szenátusának alapító elnöke (1994–) volt.

1990-ben Dr. Pakucs János kezdeményezésére jött létre a MISZ, 1991-ben (az Országos Tudományos és Innovációs Olimpia – vagyis az OTIO – elődjeként) az Országos Ifjúsági Tudományos és Innovációs Verseny, 1992-ben pedig a Magyar Innovációs Nagydíj, melyet az általa alapított Magyar Innovációs Alapítvány először 1993. január 21-én hirdetett meg. Azóta az 1574 benyújtott pályaműből 1411 sikeres innováció valósult meg és 265 kapott díjat; emellett az 1995-ben általa alapított Pro Progressio Alapítvány évente 1000–1500 tehetséges hallgatót és oktatót támogat ösztöndíjjal. A több mint 110 publikációt jegyző szakember elismerései közé tartozik a Hevesi Gyula-díj (1984), a Gábor Dénes-díj (1994), a GENIUS-díj (1996), a Köztársasági Elnöki Érdemérem (2005) és a Magyar Köztársasági Érdemrend középkeresztje (2010). A díjazottal készült korábbi interjúinkat [ide kattintva](#), [ezen a linken](#), továbbá [itt olvashatják](#).

Bővebb információ: <https://innovacio.hu/innovacios-eletmudijat-kapott-dr-pakucs-janos/>

Nekrológ Ritoók Zsigmond (1929–2026) emlékére



Életének 97. évében, 2026 március 13-án elhunyt *Ritoók Zsigmond*, a nemzetközileg elismert Széchenyi- és Bolyai-díjas ókortudós, klasszika-filológus, a Magyar Corvin-lánc tulajdonosa, az MTA rendes tagja. Tanulmányait az ELTE-n végezte, ahol 1952-ben

görög–latin, 1965-ben pedig magyar szakos diplomát szerzett. Pályája kezdetén az egyetemen dolgozott, ám az 1956-os forradalom után a kivégzett *Brusznai Árpád* melletti kiállása miatt eltávolították a felsőoktatásból; ezután 12 évig az óbudai Martos Flóra Gimnáziumban tanított. Csak 1970-ben térhetett vissza az ELTE-re, ahol 1985-ben az irodalomtudomány doktora lett *A korai görög epika* című értekezésével, majd 1987 és 1993 között a latin nyelvi és irodalmi tanszék vezetőjeként, később professor emeritusként formálta a hazai tudományos életet.

Tudományos munkássága a homéroszi epika, az ókori zeneesztétika és a klasszika-filológ-

gia történetének témakörében írt számtalan megkerülhetetlen fontosságú tanulmányt foglal magában, emellett tíz éven át volt az *Acta Antiqua* folyóirat főszerkesztője és számos alapvető tankönyv szerzője. Jelen-tős szerepet vállalt a közéletben is: az MTA Nyelv- és Irodalomtudományi Osztályának elnöke (1996–1999), a Magyar Ókortudományi Társaság elnöke (1991–1997), valamint a református egyház elkötelezett tagja, a Kálvin téri egyházközösség presbitere és a Magyar Református Presbiteri Szövetség elnöke volt. Életművét többek között Szent-Györgyi Albert-díjjal (1992), a Magyar Köztársasági Érdemrend középkeresztjével (1995, 2008), Prima-díjjal (2012) és Magyar Örökség Díjjal (2016) ismerték el, emellett az ELTE, a Károli Gáspár Református Egyetem és a Debreceni Református Hittudományi Egyetem díszdoktora volt.

Nekrológ Nádasy Ádám (1947–2026) emlékére



2026. március 30-án, 79 éves korában hunyt el *Nádasy Ádám* nyelvész, költő, műfordító, az ELTE BTK Angol–Amerikai Intézetének professor emeritusa. Az 1947. február 15-én Budapesten született alkotó a magyar szellemi élet egyik legsokoldalúbb alakjaként vált ismertté. Nyelvészként a *Modern Talking* című sorozatával és az élő nyelv változásait elfogadó szemléletével tette közérthetővé a tudományt, miközben évtizedekig oktatott az egyetemen, és vezette az ELTE Angol Nyelvészeti Tanszékét.

Irodalmi és fordítói munkássága alapjaiban formálta és formálja a klasszikus irodalom hazai befogadaskultúráját és olvasói attitűdjét: újrafordította *Dante Isteni színjátékát*, valamint *Shakespeare* legjelentősebb drámáit (köztük a *Hamletet*, a *Lear királyt* és a *Vihart*), modern, érthető nyelvezettel hozva közelebb őket a mai olvasókhoz. Verseskötetei, mint a *Komolyabb versek* (1984), a *Soválynak kéne lenni* (2005) vagy a *Billeg a csónak* (2024), a keresetlenség, a lesmirglizett, finomra csiszolt ironia és a személyes szabadságvágy örökérvényű példázói. Munkásságát számos kitüntetéssel ismerték el, többek között Déry Tibor-díjjal (1990), Graves-díjjal (1993), Füst Milán-díjjal (2005), a Magyar Köztársasági Érdemrend lovagkeresztjével (2007), Budapest díszpolgári címével (2020) és az ugyanabban az évben elnyert Kossuth-díjjal.





Pályázatok

Összeállította: Szabó Dániel

Természetvédelmi-irodalmi vers-, próza-, meseíró pályázat

A Debreceni Nagyerdőért Természetvédelmi és Kulturális Egyesület természetvédelmi-irodalmi vers-, próza-, meseíró pályázatot hirdet a TERMÉSZET jegyében általános és középiskolások részére *Árnyas fák, élő vizek...* címmel, melyre a határon túli iskolások írásait is várják.

A témaválasztás szabad, de a pályaműnek valamilyen formában mindenképpen kapcsolatban kell lennie az erdővel, a vizekkel, a természetes környezettel.

A beérkezett műveket nyolc kategóriában ismert szakemberekből álló zsűri bírálja el.

Minden kategória első három helyezettje értékes jutalomban részesül.

Mivel a helyezett pályaműveket megjelentetik az ez alkalomra kiadott könyvben is, így a jelentkezéssel a pályázó elfogadja, hogy ha a pályaműve helyezést ér el, akkor a mű és az adatai (név, iskola, arckép) megjelennek a kiadványban.

Kategóriák és korosztályok:

- **6–9 éves** korosztály (2017 és 2020 között születettek) mese
- **10–14 éves** korosztály (2012 és 2016 között születettek) vers / próza / mese
- **15–19 éves** korosztály (2007 és 2011 között születettek) vers / próza / mese

Feltételek:

- Minden pályázó kategóriánként egy-egy művel pályázhat, és minden pályaműnek csak egy szerzője lehet
- A pályaművek nyelve: magyar
- A pályamű formátumai a következők lehetnek: Open dokumentum, Microsoft Word vagy Text formátum
- A maximális terjedelem: vers esetében legfeljebb (versciklus esetében versenként) 48 verssor, próza és mese esetében legfeljebb 3 oldal: Times New Roman betűtípus, 12 pontos betűnagyság, szimpla sorköz, 2 cm-es margók
- *Árnyas fák, élő vizek...* a pályázat címe, és nem a pályamunkák kötelező címe!
A pályamű címe NEM LEHET azonos a pályázat címével!
- A helyesírási hibákért pontlevonás jár!

- PDF-formátumot nem fogadnak el, és a dokumentumok nem tartalmazhatnak rajzokat, fotókat!
- A kiírásnak nem megfelelő pályaműveket kizárják a versenyből!
- Nem értékeli továbbá az egyértelműen felnőtt segítséggel készült írásokat!

Beküldési határidő: 2026. 06. 21. éjfélig

Bővebb leírás: <https://www.nagyerdoertegyesulet.hu/palyazatok/irodalmi/palyazati-felhivas> 📧

A pályázattal kapcsolatos kérdések esetén a következő e-mail címre várják a leveleket:

nagyerdoert.palyazat.info@gmail.com 📧

7. Cinemira Gyerek- és Ifjúsági Film Pitch forgatókönyv-pályázat

A Cinemira Nemzetközi Gyerek- és Ifjúsági Filmfesztivál 2026-ban hetedik alkalommal rendezi meg Pitch Fórumát, azzal a céllal, hogy a hazai forgatókönyvírók, írók és kreatív gondolkodók lehetőséget kapjanak a fiatal közönség számára írt filmes terveik bemutatására, és terveikhez rendezőket, producereket, szakmai partnereket, támogatókat találjanak.

A Pitch Fórumra az alábbi tervekkel lehet jelentkezni:

- Élőszereplős vagy animációs egész estés filmterv
- Élőszereplős vagy animációs rövidfilmterv
- Élőszereplős vagy animációs sorozat-terv
- Egész estés dokumentumfilm-terv
- Rövid dokumentumfilm-terv

A rendezvényen szakmai zsűri, ifjúsági zsűri, valamint a közönség is díjazza a filmterveket!

Így tudsz jelentkezni:

- Háromsoros logline
- Minimum egy, maximum két oldal terjedelmű szinopszis (a történet rövid leírása)
- Vizuális koncepció (moodboard)
- Írói önéletrajz vagy motivációs levél
- A jelentkezéshez csatolj egy nyilatkozatot arról, hogy a pályamunka az alkotó saját szerzői műve, és nem sérti más szerzői jogait!

Határidő: 2026. május 31. éjfélig

A benyújtás módja: A pályázati anyagokat e-mail csatolmányként küldjétek PDF-formátumban a következő email címre: gyerekfilmpitch@gmail.com 📧

#EGYÜTT MOZGUNK!

Kihívás napja

MÁJUS
27.

#települések
#tanintézmények
#nyugdíjas szervezetek
#közösségek



www.kihivasnapja.hu



Régebbi lapszámainkat, cikkeinket megtalálják a



folyoiratok.oh.gov.hu
weboldalon



OKTATÁSI
HIVATAL