



*Developing Attunement through the Experience of Joy*

# Kutatási jelentés a JOY modell alapjaihoz

## Result 1

Authors: Eva Virag Suhajda, Kees Shuur,  
Nándor Takács, Antonella Alessi, Giulia  
D'Annibale, Julia Dobay, Katalin Mária  
Lábán

1. Rogers Foundation for Person-Centred Education, Hungary
2. GeSoB - Gesellschaft für Sozialforschung und Bildung, Austria
3. UWEZO GmbH, Germany
4. Astoria Színházi Közművelődési Egyesület, Hungary
5. Centro per lo Sviluppo Creativo Danilo Dolci, Italia

Project ID: 2021-1-HU01-KA220-ADU-000028311



Co-funded by  
the European Union

## Eredményinformációk

Támogatási szerződés szerint	
<b>Projekt rövidítése</b>	JOY
<b>Projekt címe</b>	Óda a derűhöz – a derű megtapasztalásán alapuló érzelmi ráhangolódás fejlesztése
<b>Projekt időkerete és időtartama</b>	2021/11/01 – 2024/05/01 (30 hónap)
<b>Feladat</b>	7
<b>Eredmény</b>	1
<b>Állapot</b>	Végső változat
<b>Verziószám</b>	1.0
<b>Eredményfelelős</b>	GeSoB – Gesellschaft für Sozialforschung und Bildung
<b>Terjesztési szint</b>	Nyilvános
<b>Beadási dátum</b>	

## Projektkoordinátor

Név	
<b>Szervezet</b>	Rogers Személyközpontú Oktatásért Alapítvány
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:aniko.kottes@rogersalapitvany.hu">aniko.kottes@rogersalapitvany.hu</a>
<b>Postacím:</b>	Beethoven u. 6, Budapest 1126, Magyarország

## Szerzők listája

Név	Szervezet
Suhajda Éva Virág	GeSoB - Gesellschaft für Sozialforschung und Bildung
Takács Nándor	Rogers Személyközpontú Oktatásért Alapítvány
Kees Shuur	Uwezo – Gmbh
Dobay Júlia	Astoria Színházi Közművelődési Egyesület

Lábán Katali Márís	Astoria Színházi Közművelődési Egyesület
Antonella Alessi	Centro per lo Sviluppo Creativo Danilo Dolci
Giulia D'Annibale	Centro per lo Sviluppo Creativo Danilo Dolci

## A projekt összefoglalása

<b>Cím:</b>	<i>R1 – Kutatási jelentés</i>
<b>Leírás:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Biztosítja azt a kutatási előfeltevéseket és bizonyításokat, amelyek a JOY keretrendszer, modell és módszertan alapját képező <u>feltételek kidolgozásához</u> szükségesek, lefektetve a JOY beavatkozások kialakításának alapjait.</li> <li>• A fejlesztés alapját a jelenlegi gyakorlatok, a NEET személyek körében végzett legfrissebb kutatás, valamint a meglévő kompetenciák érvényesítésének és értékelésének egyesítésére irányuló lehetőségek képezik a <u>CH-Q eljárás segítségével</u> – ez lehet az alapja az érzelemalapú módszerekkel, pl. drámával, testmunkával, történetmeséléssel, tánccal, ill. a természettel való újrakapcsolódással végzett munkának.</li> <li>• A központban a pozitív érzelmek, pl. a derű, büszkeség, ill. kitartás hatásai állnak a negatív érzelmekre, pl. a dühre vagy a félelemre: az elemzésnek része a megvalósítás <u>esetleges korlátok leküzdési lehetőségeinek bővebb kidolgozása</u>.</li> </ul>
<b>Partnerszervezet:</b>	GeSoB
<b>A dokumentum kitöltéséért felelős kutató(k):</b>	Suhajda Virág Éva, Paul Schober, Karin Lackner, Kees Schuur, Margitta Glawe, Takács Nándor,
<b>Esedékességi dátum:</b>	2022. november
<b>Nyelv:</b>	EN

## Tartalom

Bevezetés a JOY projektbe és a JOY kutatásba.....	6
<i>A NEET fiatalok – a fő célcsoportunk.....</i>	<i>7</i>
Mi az a NEET?.....	7
Miért maradnak vagy válnak a fiatalok NEET-té?.....	8
A NEET-ek helyzetére vonatkozó vizsgálat eredményei országokénti bontásban.....	9
Magyarország.....	9
Ausztria.....	10
Olaszország.....	12
Németország.....	13
<i>Pozitív pedagógia és tanulás.....</i>	<i>14</i>
A pozitív pedagógia története.....	14
Újabb tudományos fejlemények.....	16
A pozitív pszichológia bevált gyakorlata.....	18
Narratív megközelítési módok:.....	18
Történetmesélés.....	18
Kreatív könyvterápia.....	19
Költészetterápia.....	20
Szimbólummunka.....	20
Népmesealapú munka / meseterápia.....	21
Szomatikus és táncalapú módszerek.....	21
Terápiás módszerek.....	21
Pszichodinamikus tánc- és mozgásterápia.....	21
Integrált kifejezés- és táncterápia.....	22
Hiteles mozgás.....	22
Nem terápiás szomatikus módszerek.....	22
Test-lélek összehangolás.....	23
5 ritmus.....	23

Természetalapú módszerek:.....	23
Kalandoktatás, -terápia:.....	23
Sinrin joku – Erdei fürdőzés.....	24
Oktatás és terápia terápiás állattal .....	24
Művészet- és drámaalapú módszerek: .....	24
Holisztikus művészetterápia.....	24
Lábán Katalin megközelítése .....	25
Fórumszínház.....	25
Improvizációs színház.....	26
Pszichodráma .....	26
Egyéb módszerek.....	26
Élményalapú oktatás.....	26
Mindfulness.....	27
Rogers-féle egymásra találás.....	27
<i>A helyszínen dolgozók véleménye .....</i>	<i>28</i>
A COVID-19 hatásai a szakmagyakorlók szerint.....	28
A fiatalok által tapasztalt kihívások .....	28
A fiatalok által igényelt képességek a sikeres karrierépítéshez.....	29
Az ifjúsági dolgozók által tapasztalt kihívások.....	30
Hogyan kezelik az ifjúsági dolgozók ezeket a kihívásokat? .....	30
A helyszíni kutatás következtetései .....	31
<i>A korábban tanultak értékelése és annak használata a JOY pedagógiában.....</i>	<i>32</i>
<i>A kutatás következtetései.....</i>	<i>35</i>
<i>Irodalomjegyzék.....</i>	<i>38</i>

## Bevezetés a JOY projektbe és a JOY kutatásba

Az „Óda a derűhöz” elnevezésében az egyik olyan pozitív érzelmet hordozza (a derű, büszkeség, elégedettség és tisztelet közül), amelyek a főszerepet játsszák az ember megelégedés-érzésének növelésében mind a magán-, mind a szakmai életben. A derűs emberek motiváltabbak a cselekvésre és a részvételre, sokkal kisebb eséllyel égnek ki, jobb a mentális és fizikai egészségük, és ellenállóbbak a kellemetlen érzelmekkel szemben. Ezt úgy szeretnénk elérni, hogy egyesítjük az élményalapú módszereket (pl. dráma, testmunka, tánc, zene, szimbólummunka, történetmesélés, természetmunka, kompetenciák érvényesítése, CH-Q eljárás) a formálisabb VPL módszerekkel, és így segítjük a NEET személyeket visszatérni testükhöz és elméjükhöz, javítva derűérzeti képességeiket, és ezen élmények alapján fejlesztve érzéküket a derűre, büszkeségre, elégedettségre és tiszteletre hangolódásra, ez ugyanis mind a munka, mind a magánélet területén javítja a teljesítményüket (pl. siker, minőség, kreativitás).

### **Az Óda a derűhöz projekt célkitűzései a következők:**

- Olyan segédeszközt adni a felnőtt oktatók kezébe, amivel támogathatják célközönségüket a személyes növekedésben a tudatosság, a motiváció és a pozitív érzelmek fokozásával.
- Építő jellegű kapcsolódások támogatása a fiatal (18-29 éves) NEET felnőttek, a munkaerőszektor, valamint a formális és informális tanulókörnyezetek között.
- Egységes irányelvek biztosítása a projekt modelljének megvalósításához, a támogató ráhangolódásra koncentráló megközelítéshez, valamint az érzelmekhez való visszataláláshoz élményalapú módszerekkel.
- Ajánlások kidolgozása az irányelvek alkotói számára a modell és a folyamat integrálásához az aktív munkapiaci irányelvekbe.

A jelen kutatás fő célja a JOY modell kidolgozásához szükséges alapok lefektetése, beleértve a bizonyítékokon alapuló követelményeket és feltételeket, az általánosított JOY modellt, valamint egy pedagógiai módszertani irányelvet is.

## A NEET fiatalok - a fő célcsoportunk

### Mi az a NEET?

Az angol NEET rövidítés az olyan, 15 és 29 év közötti fiatalokat jelöli, akik sem oktatásban, sem alkalmazásban nem állnak (Mascherini et al., 2012;). A Nemzetközi Munkaügyi Szervezet (ILO) definíciója (ILO, 2020) alapján adott személy akkor tekintendő NEET-nek, ha megfelel a következő két feltételnek: 1) nincsenek alkalmazásban (azaz a Nemzetközi Munkaügyi Szervezet definíciói szerint munkanélküliek vagy inaktívak) (ILO, 2020a); 2) nem vettek részt formális vagy nem formális oktatásban, képzésben a felmérést megelőző négy héten belül. Egy Eurofound elemzés felismeri az eltéréseket a NEET csoportba sorolt személyek között, és az ILO-tól eltérően a 15-34 éves fiatalokat vizsgálja (Eurofound, 2012). A NEET koncepció lehetővé tette az olyan fiatalok bennfoglalását, akik elvesztették bátorságukat és feladták a munkakeresést, valamint az inaktív bennfoglalását is, akik nem tudtak vagy akartak dolgozni. A koncepció elismerte az általuk tapasztalt nehézségeket és a célzott beavatkozás szükségességét. 2010-ben az Európai Bizottság a NEET fiatalokat az aktiválási intézkedések fontos célcsoportjaként azonosította, akikre bizonyos területeken az ifjúsági irányelvek szintén vonatkoznak. A Bizottság egyidejűleg kidolgozta a jelzőszámokat, valamint az adatgyűjtés és számítás módszertanát a NEET helyzetben levő fiatalok létszámára vonatkozóan (Európai Bizottság, 2010).

A „foglalkoztatás” elég szűk értelmű fogalom, mely alatt gyakran csak a fizetett munkákat értik. Egy szélesebb koncepció jobban megérthetővé tenné a NEET személyek szükségleteit. A „munka” fogalma széles területet fed le, és hozzátartozik a (fizetett és fizetetlen) önkéntes tevékenység, az alkotói szabadság, a szociális munka, a saját gyermekek nevelése szülőként, valamint az informális (szürke/fekete) munka is. A választások gyakran jól átgondoltak, és a munkát magas szintű motiváció mellett, felelősségteljesen végzik. A munkanélküli (keres munkát, de nem talál) és az inaktív (saját magukat munkára alkalmasnak tartják, de nem végeznek aktív munkakeresést) fiatalok, valamint a korábban munkakereső, pillanatnyilag azonban munkára nem alkalmas fiatalok (azaz a NEET alcsoport potenciális munkaerőként tekinthető része), ill. azok között, akik nem kerestek munkát, és nem elérhetőek munkára (azaz a nem elérhető NEET alcsoport) között különbség mutatkozik.

Az „oktatás” és „képzés” szintén elég szűk értelmű fogalmak, melyek ténylegesen csak kis részét fedik le az élethossziglani tanulásnak. A „nem vesz részt oktatásban és képzésben” nem azt jelenti, hogy az illető nem tanul. Ellenkezőleg: az oktatás és a képzés a teljes tanulásnak csak egy kis része. Az informális (gyakran a motivációkhoz, érzelmekhez kapcsolódó) tanulás időben és hatékonyságban is kiválthatja az oktatást (általában hosszabb, szervezett, bizonyítványt adott tanulás) és a képzést (általában rövid távú, programszerű tanulás).

Éppen ez az, ahol az „Óda a derűhöz” projekt képbe kerülhet, segítve a fiatal felnőtteket, hogy értékesebbnek érezzék magukat (szociális/informális és formális szinten is), és javítsa az esélyüket a munkában és tanulásban való részvételben.

## Miért maradnak vagy válnak a fiatalok NEET-té?

A NEET lét rendszerint úgy kezdődik, hogy az illető – számos különböző ok valamelyikéből – idő előtt kimarad az iskolából. A család és mások támogatásának hiánya csak erősíti ezt a folyamatot. A migrációs háttér, diszkrimináció, előítéletek miatti egyenlőtlenség társadalmi kirekesztettséget eredményez – az ilyen személyek nagyobb eséllyel válnak NEET-té.

Az egyik első NEET vizsgálat (Társadalmi kirekesztettség, 1999: 48. egység) már kimutatja, hogy a NEET fiatalok nagyobb valószínűséggel bizonytalan, nehéz foglalkoztatotti háttérrel jellemezhető családokból származnak (gyakran három generációra visszamenően is). Az etnikai kisebbségek NEET-té válási kockázata szintén átlag feletti. Bynner és Parsons (2002: 298) azt is kimutatta, hogy a NEET profil gyakoribb az önkormányzati ingatlanban, szegény környéken lakó, valamint az alacsony kulturális tőkés (azaz ahol a szülők nem olvasnak fel a gyermekeiknek) családokban. A NEET létet már megtapasztalt, ill. nem tapasztalt fiatalok társadalmi profilja jelentősen eltér ebben a tekintetben. Azok a fiatalok, akik még sosem voltak NEET státuszban, nagyobb valószínűséggel rendelkeznek magasabb végzettségű szülőkkel, akik vezető állásban dolgoznak, rendelkeznek lakással vagy házzal, és korábban sem voltak munkanélküliek. A nem NEET fiataloknak kevesebb negatív tapasztalatuk volt az iskolarendszerben (igazolatlan távolmaradás, felfüggesztés) (Furlong 2006: 566, JKU Linz, 2013:15).

A súlyos komplexusokkal küzdő fiatalok általában hosszú évekig voltak a „rendszer” részei, és kidolgozták a saját személyes megközelítési módjaikat a rendszerben való manőverezésre. A problémák és az egyéni útvonalak erősen eltérnek egymástól, mindazonáltal azonosíthatók közös szükségletek és motivációk, akár országokon átívelő módon is.

Azt találták, hogy minden NEET fiatalnak vannak álmái, amelyek realiztikus időhatáron belül megvalósítható célkitűzésekké alakíthatók. A célokhoz vezető utak bizonyos fókig kiszámíthatatlanok, de nem véletlenszerűek. A fiatalok nagyobb valószínűséggel fogadják el és építenek be útvonalukba olyan elemeket (pl. tanfolyamokat, ill. egyénfüggő tanulási tevékenységeket), amelyeknek látják értelmét. A NEET fiatalokat ezért be kell vonni saját pályájuk megtervezésébe. Az útvonalukhoz tartozó elemeknek másodlagos célkitűzések megvalósulásához kell vezetnie az útvonalukon. A saját személyes célkitűzésükhöz vezető útvonalak tükrözik az adott NEET pályájának alakulását a társadalmilag definiált önellátás célkitűzése felé. A mi kontextusunkban az önellátás azt jelenti, hogy az illető fenntartható módon részt vesz az oktatásban vagy a munkában. E cél elérése része annak a foglalkoztatási érettségnek, amit el kell érniük. **A NEET fiatalok motiváltak, ill. – nagyobb valószínűséggel – motiválhatóak a céljaik eléréséért végzett munkára, ha a saját motivációs késztetéseiknek megfelelően szólítják meg őket. A motiváció létrejötté változó kontextusoktól, ill. egyéni preferenciáktól és előfeltételektől függ. Az elemzés azt is kimutatta, hogy a NEET fiatalok általánosságban erős érzékenységet mutatnak a másoktól (azonos szintű társak, szakemberek, családtagok stb.) érkező impulzusokra, és ezek érzelmileg is hatással vannak rájuk.** Ez az érzékenység ellenálló képesség kialakítását, ill. erősítését teszi szükségessé. A szakemberek és az egyéb támogató személyek fontos, esetlegesen sorsfordító



szerepet játszanak a NEET-ek életében az élmények, tisztelet, bizalom és bizalmasság terén. Nem meglepő módon a kapcsolatoknak alapvető fontosságuk van a NEET-ek életében, akár javító, akár rontó irányban. Összességében sikerült összeállítani egy sűrített képet a NEET-ek szükségleteiről, melynek része sok érzékeny probléma, ugyanakkor sok erős lehetőség is. Ahhoz, hogy ezt a képet gyakorlati személyi fejlesztéssé lehessen alakítani, professzionális megközelítési módra és támogatásra van szükség – nem utolsósorban az adott társadalmi körülményeknek és elvárásoknak megfelelően.

A társas kapcsolatoktól és szakemberektől származó motiváló támogatás mellett a NEET-ek **saját belső motivációjukat és képességüket** ugyanolyan fontossként jelezték pozitív fejlődésükhöz: „Én vagyok az, aki segítettem magamon. A dolog arról szól, amit az ember saját maga tesz. Nem arról, hogy mások mit csinálnak az iskolában. Ők mondják meg neked, hogy mit tehetsz meg és mit nem”, ill. „Csinálj valami olyat, amiben jó vagy”. A NEET-ek rendkívül fontossként jelölték meg az „önsegítés”-ben való támogatást a célok kitűzésében, valamint a „saját motivációt” abban, hogy **megszerezzék a kontrollt az életük felett, [...] hosszú távú célokat érjenek el, “önbizalomra és önbecsülésre tegyenek szert, és ne adják fel könnyen”, ill. “pozitív szokásokat alakítsanak ki, és csökkentsék a negatív, romboló hatású szokások súlyosságát”.**

Arra az esetre, ha valaki sokáig marad NEET státuszban, a szakirodalom (Bysshe et al. 2009: 14; Coles et al. 2010: 8ff; LSC 2006; LSN 2009; Simmons/Thompson 2011) számos okot, ill. többszörös, szétesést eredményező problémacsoportot jelöl meg: Ilyenek lehetnek a nehéz családi körülmények, a nehéz gyermekkor, a traumatikus események, pl. közeli hozzátartozó elhunytja, a tanulási nehézségek, az elégedetlenség az iskolával, a társadalmi-érzelmi feltűnni vágyás, a bűnelkövetés, az egészségügyi problémák, a hajléktalanság, a kábítószer- vagy alkoholfüggőség, a támogatás hiánya, ill. a pénzügyi korlátok. Az ilyen problémás helyzetekben fontos, hogy ne tegyük egyenlővé az okot és a következményt (JKU Linz, 2013, 16).

## A NEET-ek helyzetére vonatkozó vizsgálat eredményei országonkénti bontásban

### Magyarország

Az EMCC (Változások Európai Megfigyelő Központja) 2012-ben Európa-szintű kutatást végzett a NEET-ekről. A magyarországi jelentés következtetése az volt, hogy a NEET-ek helyzetének kezelésére nem létezik magyarországi stratégia vagy koncepció, és csak kevés program, ill. szervezet foglalkozik a NEET-ekkel. Magyarországon igen fontos a NEET-ek problémájának felismerése, láthatóvá tételük a döntéshozók számára, és problémáik azonosítása és feltérképezése (Simon & Csókay, 2012).

2012 óta a kötelező iskolalátogatás korhatárát 16 évre csökkentették, a magyarországi diákok azonban általában 18 évesen végeznek. Részben ezért Magyarországon viszonylag magas annak veszélye, hogy a fiatalok középiskolai végzettség nélkül abbahagyják az iskolát, és NEET-té válnak.

A magyar állam 3 hónapig folyósítja a munkanélküli segélyt. Ez azt jelenti, hogy sok munkanélküli 3 hónap után elhagyja az intézményi rendszert, és láthatatlanná válik a szociális szektor számára.

Emiatt nehezebb elérni a munkanélkülieket, így a NEET-eket is. A NEET-ek aránya az elmúlt 10 évben csökkent, azonban a csökkenés megállt, és az arány még mindig magas (1. ábra). A 15-24 évesek körében a hivatalos munkanélküliségi arány (2021. január – 2022. április) 10,0-14,5%, ami jóval magasabb az átlagnál (3,2-4,5%) (*Evolution of the Unemployment Rate for 15-74 Year Olds, 2022*).

A NEET-ek helyzetének javítása érdekében 2022. január 1-től a 25 év alatti dolgozóknak nem kell személyi jövedelemadót fizetniük.

A 2014-2020-es EU program idején Magyarország a következő területeken használt fel az Európai Bizottság YEI (Ifjúsági Foglalkoztatási Kezdeményezés) programjából származó alapokat: „munkavédelmi akcióterv”, valamint programok a munkatapasztalat szerzésére, a képzésre és a vállalkozóvá válásra. Az ifjúsági garancia program támogatja a fiatalokat a munkatapasztalatok megszerzésében, ill. a cégeket a fiatalok alkalmazásában (<https://ifjusagigarancia.gov.hu/>).

### **A fiatalok által tapasztalt nehézségek**

A hátrányos társadalmi-gazdasági háttér általánosságban önmagában is a NEET-té válás kockázati tényezőjének számít - a lakhatási problémák, a hajléktalanság, a pénzügyi gondok, az iskoláztatási nehézségek mind megnehezítik, hogy a fiatalok folytathassák a képzésüket. Másfelől viszont személyesebb okok is válhatnak rizikófaktorrá, amilyenek pl. az egészségügyi problémák, a társas-érzelmi zavarok, ill. a szerfüggőségek. Gyakran túl nehéz változtatni a helyzetükön, mert a fiatalok (elsősorban a falvakban) nem kapnak elég információt a lehetőségeikről, ill. nem rendelkeznek a megfelelő ismeretekkel (Perényi-Harka, 2014).

A COVID-19 járvány óta a diákok alacsonyabb tanulási motivációs szintről, nagyobb fokú elszigeteltségről számolnak be, ami összefügg a depresszió magasabb szintjével, ill. a közösségi médiáktól és a videójátékoktól való függőséggel (Suhajda-Kolozsvári, 2021).

### **NEET személyekkel foglalkozó intézmények és emberek – a fő célcsoportunk**

A NEET-ekkel csak kevés szervezet foglalkozik, és azok is leginkább budapestiek. A NEET-eket leginkább a karriertámogató irodák, családsegítő központok, szakképző központok, ill. alapítványok támogatják: Az EU YEI programja keretében létrehozott Pact4Youth Hungary (<https://www.pact4youth.hu/>), az Autonomia alapítvány Integrom programja (<http://integrom.hu/>), a Deviszont közösségi tér (<https://deviszontkozter.hu/>), ill. a Szubjektív Értékek Alapítvány és a Faktor Terminál Egyesület Art-ravaló kezdeményezése (<https://artravallo.com/en/>).

## **Ausztria**

Az ausztriai fiatalok jelenképe megosztott: felük folyamatos válságot érzékel, míg a másik felük „az új kezdetek generációjának” tartja magát. Egy 24.000 16-20 éves fiatal körében végzett kutatás szerint a fiatalok legfontosabb problémái a következők („So Kann Es Nicht Weitergehen!”, 2022).

A **háború** a fiatalok legnagyobb aggodalma (84%). A fiatalok hite szerint az ilyen típusú válságok csak együtt oldhatók meg - Európában és világszerte is (81%). A háború kontextusában Ausztriát inkább közvetítő szerepben, semmint valamilyen katonai szerveződés részeként látják.

A **Covid-19** járvány továbbra is a második leggyakrabban megnevezett aggodalmi ok (56%). Azonban míg tavaly a fiatalok elsősorban a társas érintkezés hiánya miatt aggódtak, idén a közepes és hosszú távú következmények állnak náluk a középpontban: nagy többségük gondolja úgy, hogy a járvány alatt romlott az oktatásuk minősége, és ez tartós károkat fog okozni nekik (69%).

**Klíma és fenntarthatóság:** a fiatalok a klímaváltozás és a növekvő gazdasági egyenlőtlenségek miatt is félnak a jövőtől: háromnegyedik-negyötödük tart attól, hogy a jövőben ezekben a problémákban csúfos kudarcok várhatók. A fiatalok szerint ezekben a majdani kudarcokban a politikának (69%), a gazdaságnak (71%) és az életstílusunknak (71%) van része.

**Nemi egyenlőség:** A fiatalok összesen 59%-a (ezen belül a fiatal nők 75%-a) érzi úgy, hogy a nemi egyenlőségtől Ausztria még mindig messze áll. A fiatalok a biológiai és a társadalmi nemről sokrétűbben gondolkoznak: csaknem tízből kilencük (88%) szerint a klisék ideje lejárt, és ma már sokkal inkább az a fontos, hogy az ember minek definiálja magát.

#### **A NEET-ekre vonatkozó országos szabályozások**

**A Nemzeti Minősítési Keretrendszer (NQF):** A Nemzeti Minősítési Keretrendszerrel szülő osztrák szövetségi törvény (NQF törvény) szabályozza a tanulmányi eredmények szerinti ausztriai minősítések hozzárendelését Nemzeti Minősítési Keretrendszer nyolc minőségi szintjének valamelyikéhez, és e hozzárendelési eljárás eredményeinek tájékoztató jellegű közzétételét az NQF nyilvántartásában. (Forrás: *Mi az NQF*, 2020).

**Az ausztriai Képzési garancia:** Egységes képzési keretrendszer a cégeken átnyúló szakképzésért, mely jó minőségű oktatást nyújt egészen a diplomaszerezésig. (JKU Linz, n.d.)

#### **NEET személyekkel foglalkozó intézmények és emberek**

**Oktatás 18 éves korig:** AZ Ausbildung bis 18 olyan országos intézkedés, melynek feladata annak megakadályozása, hogy a fiatalok korai életkorban kimaradjanak az iskolából. A kezdeményezés célja annak biztosítása, hogy minden olyan 18 évesnél fiatalabb személy, aki tartósan Ausztriában él, részt vegyen valamilyen középiskolai vagy szakiskolai programban a kötelező oktatás teljesítését követően. Része egy olyan eljárás, mely a kimaradás megakadályozását célozza, emellett megelőző és elrettentő példát mutató elemeket is tartalmaz. (Klamminger, 2020, #)

**NEBA:** a német „foglalkozási segítségnyújtási hálózat” rövidítése. Ez a 15-24 évesek és gondviselőik számára különféle támogató szolgáltatásokat kínál, amilyen pl. a munkaügyi tanácsadás, a foglalkoztatási vagy szakképzési képzési segítség, valamint a fiatalok számára nyújtott tanácsadás. Célja, hogy mindenkinek saját tervei szülessenek a saját jövőjéről. Az ifjúsági tanácsadási

keretrendszeren belül további kínálatok is ajánlhatók, amilyen pl. a VOPS és az AusbildungsFit. (Klamminger, 2020)

**VOPS és AusbildungsFit:** Az előkészítő iskola (röv. VOPS) a későbbi AusbildungsFit intézkedés előzetes fázisának tekintendő. Az AusbildungsFit a NEBA kínálatnak is része, és a Jugend am Werkkel együttműködve a részt vevő fiatalok zsebpénzt és útiköltséget is kapnak. 6-12 hónap alatt a fiatalok közelebb kerülhetnek képzési terveikhez a kreatív ajánlatok, főzés, sportok, ill. szakképzési tanácsadás keretrendszerén keresztül.

## Olaszország

A fiatal olaszok jelenleg igen, kétséges, bizonytalan helyzetben érzik magukat a jövő tekintetében. A fiatalok foglalkoztatási dinamikáját a járvány erősen érintette, mivel a turizmus, a művészetek-kultúra, a szórakoztatás és a sport szektorában nagyon erősen lecsökkent a foglalkoztatás, emellett egyre gyakoribbá váltak a rövid távú szerződések, amik nem nyújtanak biztonságos jövőképet. Az oktatásban, foglalkoztatásban és képzésben részt nem vevő fiatalok százalékaránya Európában itt a legmagasabb, emellett erősödött a korai iskolaelhagyás jelensége is. Emiatt számos fiatal különösen sérülékeny helyzetbe került a gyenge munkapiaci integráció és a társadalmi kirekesztettség terén (Presidenza del Consiglio dei Ministri, 2021). A jelenleg kínált oktatási útvonalak a probléma részét képezik: az alacsony szintű iskolai orientáció, a nagyon csekély gyakorlati tapasztalat, a specifikus és transzverzális képességek hiánya vagy a munkapiac működésére való gyenge felkészítés csak néhány ok azok közül, amik miatt a 35 év alattiaknak nehéz stabil munkát találni, elannyira, hogy közülük minden negyedik attól fél, hogy 45 éves korára munka nélkül marad (Rosina, A., 2020). A negatív hatások sokfélék lehetnek: az oktatási szegénység és a társadalmi kirekesztettség erősödése, a fiatalok alacsony részvételi aránya a politikai és kulturális életben, a munkapiaci belépés lehetetlenségének tartóssága, illetve a társadalmi juttatások magasabb költsége és rossz társadalmi közérzet. Mindez az egyénre is rossz hatással van: a szerzett képességek és kompetenciák romlanak, a demotiváció és a csalódottság fokozódik, az ösztönzők hiánya miatt pedig passzív hozzáállás alakul ki. Épp ezért Olaszország az egyik olyan ország, ahol a fiatalok a legtovább függnek a szüleiktől, és ahol a 35 alatti fiatalok szegénységének magas a kockázata (Istituto Toniolo, Laboratorio Futuro, 2021).

A nemrég lezajlott Covid-19 járványnak szintén voltak és vannak is negatív hatásai a populáció egészére nézve. Számos vizsgálat azonban a fiatalok által tapasztalt nehéz helyzetet állította a középpontba – ők bizonyítottan súlyos pszichológiai problémák veszélyének vannak kitéve. 2020-tól kezdve ugyanis a társas, személyes és szakmai kapcsolatok korlátozása súlyos áldozatokat követelt a népességtől, de elsősorban a fiataloktól. Sok kamasz és fiatal tapasztalta magányosság, elszigeteltség és kapcsolati problémák érzetét, emiatt pedig megszűnt a bizalma a jövőbeli lehetőségek tekintetében (Trovato, 2021). A teljes olasz népesség 16,5%-a tapasztalt depressziós tüneteket az elmúlt években, de ez a szám megduplázódik, ha csak a 18 és 25 év közöttieket vizsgáljuk: itt ugyanez az érték 34,7% (FIS, 2021). A járvány egyéb negatív következményei: fokozódó idegesség, csökkenő fizikai aktivitás, kevesebb alvás, egészségtelegebb táplálkozás. Ezért az olasz

fiatalok általános képe széles körűen elterjedt rossz közérzetet mutat: ez negatív hatásokkal van a tanulási képességre, emellett krónikus fáradtságot, bizonytalanságot, aggodalmaskodást, ingerlékenységet, szorongást, apátiát és elbátortalanodást okoz. Ez azonban csak néhány a fiatal felnőtteknél és a kamaszoknál rögzített, széles körben elterjedt érzések közül: csaknem 10-ből 6-uk (59%) számára a társas kapcsolatok fenntartásának képessége sérült, hasonlóan a jelenlegi hangulatukhoz (57%) (Osservatorio Nazionale Per L'infanzia E L'adolescenza, 2021). Hasonlóan riasztóak a NEET-ekhez kapcsolódó adatok, amelyek a járvány alatt csak romlottak: a 2021-es ISTAT jelentés szerint a 14-19 éves fiatalok közül az oktatásban, munkaviszonyban, ill. képzésben nem állók száma Európában a legmagasabb, kb. 2,1 millió (Dél-Olaszországban 32,6%, Közép-Olaszországban 19,9%, Észak-Olaszországban pedig 16,8%). A 14-35 éveseket vizsgálva ez a szám 3 millióra emelkedik (ISTAT, 2021), ami még súlyosabb pszichológiai hatásokkal és motivációvesztéssel jár.

## Németország

Németországban az egyik legalacsonyabb a NEET-ek aránya (OECD, 2021) a 15-29 évesek körében (10,2%). Ezzel az ország bronzérmes Hollandia (7,2%) és Luxemburg (7,4%) mögött. Az alacsony németországi NEET-arány fő oka a duális oktatási rendszer, melyben a tanulás jelentős része a munkahelyen megy végbe. A fiatal felnőttek így már korán kapcsolatba lépnek a munka világával és becsatlakoznak a munkakörnyezet hálózatába. Emellett a munkaadókat is jobban megismerteti az oktatási standardokkal. Németországban az általános iskola 15 vagy 16 éves korig kötelező (a szövetségi tartománytól – Bundesland – függően), ezt pedig kötelező szakoktatás (de legalább részidős szakoktatás) követi 18 éves korig. Ez azt jelenti, hogy jogilag definíció szerint senki sem lehet NEET e kor alatt. Mostanáig mindez jól működött, ma már azonban több fiatal választ elméletibb (felső-) oktatást. Az alacsony NEET arány másik oka a „részmunkaidő” lehet, ami olyan foglalkoztatás, ahol a maximális havi bevétel €520,00. A munkáltató a társadalom- és egészségbiztosításra 20%-os átalányt fizet: ez vonzóvá teszi a részidős foglalkoztatást a fiatalok számára.

Németország szövetségi tartományai nagy függetlenséget élveznek, így a NEET-arány is eltérő lehet az egyes tartományokban. Németország rendelkezik egy országos kormánnyal, valamint 16 szövetségi kormánnyal, melyek mindegyike saját oktatás-, munkaügyi és szociális minisztériumot működtet. Ez megnehezíti az egységes megközelítést a NEET-ek felé.

A NEET-ek több mint fele nő, és a nők több mint felénél a NEET mivolt oka az anyaság.

A külföldön született iskolaelhagyók gyakrabban vannak problémás helyzetben (*hosszú távú NEET*), és ha végül sikeresek is, akkor is igen instabil a munkapiaci integrációjuk pályája (*foglalkoztatottság megszakadása* vagy *ismétlődő NEET*), azaz nem a klasszikus, intézményesített utat járják be (*hosszú távú VET, rövid távú VET*).

## Pozitív pedagógia és tanulás

### A pozitív pedagógia története

A pedagógia történetében már az 1900-as évek elejétől megjelent az oktatási paradigma átmenete a tanítás és tanulás passzív megközelítéséből az „aktív” modell felé, ami tekintetbe veszi a diákok akaratát, és őket állítja az oktatási folyamat középpontjába. Az „érzelmi oktatás” koncepciója jelenleg is messze van még attól, hogy autonóm megközelítésnek és modellnek lehessen tekinteni, a pedagógia azonban kezdi figyelembe venni a diákok érdeklődésének és tehetségének fontosságát, és a tanítási módszereket kezdi a különböző életkortartományokhoz igazítani, felkeltve az érdeklődést, és tekintetbe véve a diákok autonóm választásait.

Maria Montessori, a leghíresebb olasz pedagógus tudományos formába igyekezett önteni a pedagógiát. Montessori szerint a gyermekeknek joguk van ahhoz, hogy tanulmányozzák őket, abban az értelemben, hogy pontosan meghatározzák, hogy mely tanulási és szocializációs mechanizmusok jellemzik őket, és már a legkorábbi éveiktől vizsgálják személyiségérési folyamataikat. Az oktatás a belső „én” megvalósításának egy módszere, így a gyermek saját erőforrásainak felhasználásával fejzheti ki magát és fejlődhet.

Ennek a gyermekbarát rendszernek az első pedagógiai feltétele a megfelelő környezet – ezt Montessori Gyermekek Házának hívja. A tereket a kicsik oktatási szükségleteinek megfelelően rendezik be. Kevés osztályterem van, és azok sem túl nagyok. Bútorzatuk a gyermekek testméreteihez van szabva. Az osztályterem „munkaszoba”, mely ízlésesen van berendezve a kellemes tartózkodás érdekében. A különböző tárgyakhoz székek, asztalok, polcok, szekrények) a gyerekek könnyen hozzáférhetnek, és könnyen használhatják azokat. Az iskolások így akadálytalanul mozoghatnak és tevékenykedhetnek, a felnőttek folyamatos beavatkozása nélkül. A pad fogalma, amely fogva tartja a diákokat, kényszerítve a rájuk rótt munkák és gyakorlatok elvégzésére, megszűnik. A helyszín tisztaságának fenntartását is magukra a gyermekekre bízák, így megtanulják a rend megőrzését és az illendőség szabályait is. A tanár feladata a tanácsadás, a segítség és az ösztönzés, kerülve a hagyományos jutalmazásokat és büntetéseket.

Ebben a gyerekméretű új környezetben a tananyagok központi funkciót kapnak. Az általános oktatási cél, azaz a módszer alapszabálya a gyermek szabadságának védelme és tapasztalatainak fejlesztése, megakadályozva, hogy a felnőtt rájuk kényszerítse saját érdekeit és tanulási, indoklási módszereit.

A Montessori „módszer” egy egyszerű, ám abban az időben annál forradalmibb megfigyelésből indult ki, és hosszú, összetett tudományos kidolgozási folyamat előzte meg. Azért van rá szükség, hogy a gyermekekből lelkesedést és derűt váltson ki a hatékony oktatási beavatkozás érdekében.

A 70-es években Danilo Dolci végzett hasonló kísérletet a „Mirto” oktatási központtal: ő a gyermekek számára a világ megfigyelését állította középpontba.



A természet által körülvett iskola a gyermekek méretarányainak megfelelően épült. Mindegyik osztályteremnek 3 bejárata van, mindegyik a természetre nyílik. Az osztályterem ablakai alacsonyan vannak, így a tanulók láthatják a külső világot. A padok körkörös volt elhelyezve, ami az RMA megközelítésnek megfelelően megkönnyítette a kérdések és válaszok kicserélését. A Mirto iskola a helyiek kívánságából született, akik olyan iskolát akartak, ami nem elnyomó, és egyéneket nevel a világnak, támogatva a másokkal és a természettel való kapcsolódás fejlődését a világ jövőbeli polgárai számára: Az 1970-es években az iskolát az állam elismerte kísérleti iskolaként, ami további sikere volt Dolci társadalmi és oktatási tevékenységének. Danilo Dolci összes oktatási és munkavégzési módszere a személyt állítja a középpontba. Dolci fejlesztette ki a kölcsönös maieutikai megközelítésnek (ang. RMA) elnevezett módszert, mely kérdések és válaszok sorából áll. A módszerben a körben ülők mindegyike megosztja a többiekkel megélt élményeit, szükségleteit és vágyait. A kétértelmű dinamikák világában, ahol kevesek hoznak meg sokakat érintő döntéseket, és amelyben a legerősebb győz, az RMA erőszakmentes alternatívaként láttatja magát: a csoport a kérdések és válaszok útján határozza meg azokat a megoldásokat, amelyek elnyerik a közösség jóváhagyását. Az első kérdés mindig az, hogy „Mi a legmélyebb álmod?” – így mindenki belső vágyaihoz, szükségleteihez és elvárásaihoz lehet kapcsolódni. Elsőként Szókratész görög filozófus használta a „maieutika” szót, a baba tevékenységére, arra utalva, hogy mindenki „világra hozhatja” saját ismereteit, és átadhatja azokat másoknak kérdések, párbeszéd formájában, saját tapasztalatai és a másokkal való kölcsönös kapcsolat alapján. A gazdálkodókkal, halászokkal, gyerekekkel és szülőkkel folytatott számtalan megbeszélés alapján kirajzolódnak és megérthetővé válnak a közösség problémái, szükségletei és vágyai, ill. lehetőségei a mindannyiuk által kívánt közös jövőre.

Vygotsky a pedagógiáról folytatott párbeszédhez azzal járul hozzá, hogy a társas élet kedvelését a fejlődés egyik fő szempontjaként jelöli meg: a gyermek másokkal kölcsönhatásban nő fel, éppúgy, ahogy a nyelv is azonnali kommunikációs módként szolgál a külvilággal. Vizsgálatának középpontjában az áll, hogy a társas környezet olyan tényező, ami elősegíti a fejlődést: a felnőttekkel ápoltszubsjektív kapcsolatoknak magas oktatási értékük van annyiban, hogy olyan kulturális útvonalakat tanítanak, amelyek nélkül az ember nem szerezhetné meg személyiségét. A játék különös fontosságot kap. Játék közben a gyermek azt teheti, amit a leginkább szeretne, mivel a játék az örömmel áll összefüggésben. Másfelől azonban a mindennapi életbeli működést is tanulja, mivel játék közben alkalmazkodik a szabályokhoz, és képes lemondani arról, amit épp akar.

Ferrière koncepciója a „vitális és kreatív ösztönzőerő” felismeréséből indul ki, melynek a gyermek a hordozója. Ez az az erő, ami minden élőlény fejlődését mozgatja a spirituális beteljesedésig, és ami kreatív tevékenységben fejeződik ki.

Egy alternatív pedagógiai javaslat támogatója volt a brazil Freire (1921), a Brazil Népoktatási mozgalom alapítója, és a híres „Az elnyomottak pedagógiája” c. mű szerzője. A tanárközpontú, a diáktól passzív hozzáállást követelő hagyományos oktatásból tovább kell lépni. Az oktatásnak ehelyett az oktató-oktatott párbeszédén kell alapulnia, mivel mindketten egyszerre alakítói és alanyai is ugyanazon folyamatnak, amelyben mindketten együttesen fejlődnek és alakulnak. A

hagyományos osztálytermeket és iskolai környezet nyílt létesítmények váltják fel: speciális helyek a formális tanuláshoz (könyvtárak, laborok stb.) és a közvetlen, tapasztalat-alapú tanuláshoz (műhelyek, gyárak stb.). A diákok munkacsoportokat alkotnak, és az „oktatói jegyzék”-ből kiválasztják a saját szükségleteiknek megfelelő szakértőket. Az egész projekt remélt célja az „új kedélyesség”, mint demokráciaforrás megteremtése, azaz a társadalom átalakítása a tudáscsere, az összehasonlítás és a kapcsolattartás terévé.

## Újabb tudományos fejlemények

Az érzelmek szerepe a tanulási folyamatban olyan téma, amit az elmúlt 20 év folyamán egyre gyakrabban kutattak, és az idegtudomány kimutatta, hogy az érzelmek, a tanulás és a teljesítés közötti kapcsolat különösen fontos. A kutatások egyik fontos eredménye annak felismerése, hogy az érzelem és az észlelés egymást tartja fent, azaz kölcsönösen függenek egymástól. Ez azt jelenti, hogy az érzelmek nemhogy zavarnák a tanulást, hanem éppen kritikus fontosságúak hozzá.

Az érzelmek tanulmányozása és témája még eléggé új, elsősorban annak oktatási és pedagógiai vetületei. Az első olyan szerző, aki megkérdőjelezte az „intelligencia” monolit, IQ-val mérhető, szigorúan a logikai és a hagyományos tudományos aspektusokkal összefüggő jellegét, Gardner (1983) volt, akinek többszörös intelligencia (ang. MI) elmélete nyolc különböző típusú intelligenciát különböztet meg.

Később (1995) Daniel Goleman – aki az érzelmi intelligencia vezetői elméleti tudósává vált – „Érzelmi intelligencia - Miért lehet fontosabb, mint az IQ” című könyvében osztotta meg ötleteit a megelőző 20 évben végzett tudományos vizsgálatai alapján. Goleman szerint a magas IQ ugyan megadhatja az életben elért siker alapvonalát, a gyarapodásnak azonban nem jó mutatószáma. A „tudás” értelmében vett intelligencia ugyanis Goleman szerint „nem készít fel az élet forgandósága által támasztott nehézségekre”. (Goleman, 1995). Goleman az érzelmi intelligenciáról szóló második műveében („Munka az érzelmi intelligenciával”, 1998) öt tartományát állítja fel az érzelmi intelligenciának.

Ezek a következők:

1. A saját érzelmek ismerete: Goleman szerint az érzelmi intelligencia kulcsa az önismeret, azaz az érzések felismerése még akkor, amikor érezzük őket.
2. A saját érzelmek kezelése: Az érzelmek megfelelő kezelése olyan képesség, ami az önismeretre épül.
3. Saját magunk motiválása: A valamilyen célkitűzésen végzett munka során az érzelmek korlátozása, rendezése, ill. szabályozása kritikus fontosságú az odafigyelés, a beható megismerés és a kreativitás szempontjából. A képesség a jutalmazás elhalasztására, az impulzusok csillapítására és az érzelmi önuralom megőrzésére alapvető fontosságú minden sikerhez.



4. Mások érzelmeinek felismerése: Az emberekkel kapcsolatos képességek közül az egyik legfontosabb az empátia, azaz a képesség mások érzéseinek felismerésére a saját magunk által már érzett hasonló érzések alapján.

5. Kapcsolatok kezelése: A kapcsolatépítés és -megőrzés művészetének része a mások érzelmeinek pontos felismerése és kezelése.

Daniel Goleman alkotta meg az „érzelmi intelligencia” kifejezést, végre értékén kezelve az emberi elme mélyebb, de kevésbé látható pszichológiai szempontjait, és népszerűsítve azokat a nyilvánosságban.

Az érzelmek hozzájárulnak a sikeresség megtanulásához, a tudás és az értelem elsajátításához és a személyes tapasztalatok megerősítéséhez a felnőtt tanulónál, aki a tanult eredményeket saját érzelmi erőforrásaival segítségével továbbítja saját körébe és alkalmazza ott őket. Az oktatási rendszerben hosszú ideig dominánsan a lineáris, tantervi elveket részesítették előnyben, figyelmen kívül hagyva az emberi lények összetettségét és különbözőségét. Ma már számos vizsgálat mutatta ki, hogy milyen fontos az érzelmi és indulati szempont a kommunikációban, a társas kölcsönhatásokban és az iskolai tanulásban. Ma már tehát megértjük, hogy az emberi lények a racionalitásból és az érzelmességéből tevődnek össze egy egésszé, ezért ebből a perspektívából kell oktatni és tanulni tanítani őket.

Daniel Goleman amerikai pszichológus az érzelmi intelligencia koncepcióját – melyet 1990-ben dolgozott ki Peter Salovey és John D. Mayer professzor – továbbfejlesztette, és kimutatta a hasznosságát mind gyermekeknél, mind felnőtteknél, a kapcsolati, tanulási és munkaszférában egyaránt. Goleman teljesen meg van győződve róla, hogy az érzelmi intelligencia hatással van a napi élet gyakorlatára, sőt, felelős az ember sikereiért és kudarcaiért is. Az érzelmi intelligencia fejlesztése tehát alapvető fontosságú a pszichológiai jólét szempontjából, ami akkor áll elő, ha az ember egyensúlyt képes találni pozitív és negatív érzelmi állapotai között. Az utóbbiak értelmet adnak az életnek: az előbbi lehetővé teszi a kellemesebb szempontok megismerését és értékelését, míg az utóbbi lehetővé teszi a tanulást, reflektálást és reagálást.

Az érzelmek tanulási folyamatban betöltött fontosságát több más pszichológus, filozófus és pedagógus is elismerte. Vygotsky számára a tanulás nem pusztán kondicionálás és előcsomagolt tartalmak passzív átvétele, hanem jelentős része az érzelmi-kognitív aktiválás is.

Jean Piaget szerint a tanulók személyiségének harmonikus fejlődéséhez szükség van az észlelés és az érzelmi világ közötti kölcsönhatásra, mivel az emberi elmében is szoros párhuzam van az indulati és az intellektuális sík között.

Gardner nagy fontosságot tulajdonít azoknak az érzelmeknek, amiket a tanuló érez a tanulási folyamat során: az a tanuló, aki lelkesen felfedezi az új világot, és a kíváncsisága stimulációt kap, sikeresebben és kevesebb erőfeszítéssel tanul, mintha egy rárótt feladatról lenne szó, amit érdektelennek tart. Az amerikai akadémikus szerint ha adott tudást el kell sajátítani, majd azután

használni kell, akkor ezt olyan kontextusba kell foglalni, ami képes az érzelmek kiváltására. Ennek a fordítottja is igaz, azaz az érzelmi vonzerő nélküli tapasztalatok lelkesítő hatása gyenge, így az ilyen tapasztalatok hamarosan elfelejtődnek, anélkül, hogy az elmében nyomot hagynának.

Benjamin Samuel Bloom pszichológiai-oktatási szakember szerint szoros kapcsolat van az érzelmi jelleg, a motiváció és a tanulás között, mivel az érzelmi és motivációs változók közvetlen hatást gyakorolnak a tudás folyamatára, és az iskolai környezetben történő megértésre és szocializációra is.

Az érzelmek alapvető fontosságát a tanulásban a maguk az érzelmek és a memória közötti összefüggés is bizonyítja. Az érzelmek fontos szerepet játszanak a memóriához kapcsolódó kognitív folyamatokban, ugyanis az emlékek erőssége a tanulás által kiváltott érzelmi aktiválás erősségétől függ: a közepes, ill. magas érzelmi bevonódást kiváltó eseményeknek/tapasztalatoknak elménk a „fontos” besorolást adja (a limbikus rendszer részét képező agyszövetek, pl. az amigdala és az orbitofrontális kéreg bevonódása miatt) – nagyobb rá az esély, hogy később emlékszünk majd az ilyen emlékekre.

Az 1990-es évek óta az érzelmek fontos helyet kaptak a pedagógiában, és azóta – egyre nagyobb mértékben – az oktatás alapvető, elengedhetetlen elemeinek tartják őket, amelyeket figyelembe kell venni az oktatási pályákban és kutatási szempontból is.

## A pozitív pszichológia bevált gyakorlata

A fenti elméleti háttérre alapozva kutatásunkban az informális oktatás 5 olyan fő területét azonosítottuk, ahol a pozitív pedagógiai megközelítés használatos: a narratív és történetmesélési megközelítések, a szomatikus és táncos módszerek, a természetalapú módszerek, valamint a művészet- és drámaalapú módszerek. Meghatároztunk néhány olyan alapvető megközelítést és módszert is, amelyek egyéb keretek között is széles körben használatosak: ilyen a személyközpontú megközelítés, az egyéb élményalapú módszerek, valamint a tudatos jelenlétben alapuló megközelítések.

A következőkben a jelenleg létező bevált gyakorlatokat gyűjtjük össze. Fontos megjegyezni, hogy a lista nem teljes, és nem tartalmaz több fontos technikát és módszert. A gyűjtés fő célja annak azonosítása volt, hogy mely feltételek köthetők össze a „JOY módszerrel”.

## Narratív megközelítési módok:

### Történetmesélés

A történet olyan, mint egy utazás, ami valamilyen vadonatúj helyre viszi a narrátort és a hallgatót. A történetmesélés olyan tudásforma, ami lehetővé teszi annak megértését, hogy mi egyedi az egyik ember, és mi univerzális a másik ember számára. A történeteken keresztül kapcsolódhatunk másokhoz, kifejezhetjük véleményünket, befogadhatjuk mások véleményét, elméleteket állíthatunk fel, kifejezhetjük vágyainkat, és megoszthatjuk érzelmeinket és érzéseinket. Lehetővé teszik, hogy

reflektáljunk magukra és mások, elsősorban a tanulók viselkedésére, a pedagógiai műveletek folyamatos fejlődését elérve.

A történetmesélés nem más, mint egy történet élő előadása a hallgatóságnak. Közvetlen kapcsolat jön létre a mesélők és a hallgatók között. Mindez ezt a művészeti formát olyan interaktív folyamattá teszi, ahol a mesélő reagál a hallgatóság verbális és mimikai visszajelzéseire. A szóbeli, ill. személyes történetmesélés egyben kölcsönös kreatív folyamat is, mert a hallgatóság elképzei a történetet a fejében, életre keltve a leírt szereplőket és helyszíneket. Mindenki történetmesélő, aki képes megosztani az élményeit. Nem igényel szükségszerűen speciális képességet és képzést, és a folyamatban mindenki a részévé válhat. Emellett rendkívül személyes élményről van szó. A részvevő átadhatja saját érzéseit és észleléseit egy bizonyos helyzetben. A saját magáról beszélés szintjét a mesélő állíthatja be. A történet felépítése és elmesélése a saját azonosság (újra)felfedezésének és másokkal közlésének egy módja, mely javítja a tudatosságot, az önbizalmat és az önbecsülést. További előnyök: a nyelvi, kommunikációs és társas képességek javulása, a különböző kultúrák megértése, valamint az empátia erősödése az új, eltérő nézőpontok megismerésével.

A történet felépítésének és elmesélésének számos módja van: a történetek kezdőpontja bármi lehet, és bárhonnán lehet őket meríteni pl. kártyákról (elvontabb történetek, ill. képeket, embereket, jeleneteket, állatokat leíró kártyák) vagy képes kockákról is (képekkel, számokkal ellátott kockák). E módszerek mindig használnak képeket a képzelet ösztönzésére és az ötletek szabad asszociációjára. A történetmesélést bizonyos karakterek használata, pl. bábszínház is megkönnyítheti.

## Kreatív könyvterápia

A nem orvos által végzett kreatív könyvterápia, más szóval biblioterápia definíció szerint az irodalom „kreatív, ésszerű” alkalmazása: irányított olvasás a moderátor segítségével. A történetmesélés és az olvasás segít benne, hogy az olvasók javítsák éntudatosságukat, és kritikusan gondolkodjanak élményeikről. A könyvek képesek változást előidézni az egyénben, az olvasás pedig egy módja annak, hogy az ember törődjön magával: segédeszköz a saját magáért kiállás, az érzelmi intelligencia, a laterális gondolkodás ösztönzéséhez, ill. az éntudatosság és a személyközi kapcsolati képességek javításához.

Olvasás közben az olvasók (Beach, 1993):

- *Érzelmileg bevonódnak*
- *Alternatív világokat alkotnak, és alakot adnak a szereplőknek, eseményeknek és helyszíneknek, vizuális képeket hozva létre*
- *A szöveget összekapcsolják saját élményeikkel, és az olvasottakhoz képeket kiértékelik azokat*
- *A szöveg hatása alá kerülnek, elindítva egy intellektuális és érzelmi folyamatot, miközben a történet kibontakozik.*

A biblioterápia történhet illusztrált/képes könyvekkel (szavak és képek) vagy csendes könyvekkel (csak képek) – ez a narratív módszer az érintettek művészi érzékenységén alapul. A hagyományos narráció szavakat használ arra, hogy segítsen reflektálni önmagunkra, ill. megismerni az érzelmeinket és saját magunkat, míg az illusztrált és a csendes könyvek egyfajta mélyebb reflexióra ösztönöznek, és nagyobb teret adnak, amelyet saját személyes életélményeinkkel tölthetünk ki.

A képeskönyvek két explicit narrációs szálát tartalmaznak, a harmadik pedig mindaddig elmondatlan marad, amíg az olvasó nem teszi explicitté. Az első két szál a szöveges narratíva és a képes narratíva adja. Az implicit szál abban a pillanatban aktiválódik, amikor az olvasó úgy érzi, hogy valami rezonálni kezd benne, amint a képekre néz vagy a szavakat olvassa, és hagyni kezdi, hogy az érzelmek áramoljanak.

## Költészetterápia

A költészetterápia a történelem kezdetéről ered, de csak az utóbbi időben kezdett elterjedni. Hatékony eszköze az egyéni és a csoportos jólét elérésének. A költészetterápia azon a feltevésen alapul, hogy a versírásnak gyógyító hatása van (Campbell, 2007). Az ágazat támogatói szerint a versírás, valamint a más szerzők verseivel történő válaszalapú kölcsönhatás lehetővé teszi, hogy az ember kifejezze érzelmeit, érvényesítse érzéseit, definiálja ötleteit, kontextusba helyezze élményeit, megvizsgálja a különböző hipotéziseket, közvetett módon tanuljon másoktól, és tudatosabbá váljon saját személyes döntéseiben (Hynes & Hynes-Berry, 1994). A költészetterápia ma számos kontextusban, egyénileg és csoportosan is használatos. Gyakran hasonlítják a biblioterápiához (Berry, 1994), amelyben – hasonló céllal és technikákkal – nem verses szövegek használatosak. Ebben az értelmezésben a költészetterápia a biblioterápia egy egyedi, hatékony formája a személyes gyógyulás és fejlődés elősegítésében, melynek egyediségét a metaforák, a képzelet, a ritmus és egyéb költői eszközök adják.

## Szimbólummunka

A szimbólummunkában a tanácsadók a földre tett szimbólumok segítségével dolgoznak együtt klienseikkel. Az ülésen maga az adott szimbólum kiválasztásának és leírásának folyamata lehet a tanácsadó által feltett kérdések forrása. Az adott objektum kiválasztásának feladatához kapcsolódó érzések elemezhetők, elsősorban akkor, ha a kiválasztás nehéz és nem egyértelmű volt. A tanácsadó felkérheti a fiatalat arra, hogy akár egynél több szimbólumot válasszon a pillanatnyi érzései, gondolatai pontosabb bemutatása érdekében. A fiatal ezután megkéri, hogy „írja le a szimbólumot és minőségét” – így a felfedezésre helyezhető a hangsúly az értelmezés helyett. Ezzel a módszerrel hozzáférhetőbbé válik a tudatalatti. A terapeuta részéről tiszteletteljes, érzékeny megközelítés szükséges az ülés végén, amikor megkéri a klienst, hogy rakodja el a szimbólumokat, ill. megőrzi a kliens munkáját (Pearson, 2001; Geldard, 2016).

A szimbólummunka bizonyított előnye, hogy fenntartja a fiatalokban a bevonódást, az érdeklődést és a lelkesedést, és segít az információk tudatos hozzáféréseben és kimondásában, valamint az érzések, hiedelmek és gondolatok felfedezésében.

További információk a fiatalokkal végzett szimbólummunkáról: [www.symfos.eu](http://www.symfos.eu).

## Népmesealapú munka / meseterápia

„Édesanyám, hadd menjek el szerencsét próbálni” – a szájról szájra terjedő történetek és nép-/tündérmesék a régi generációkban mindig is egyfajta életvezetési tanácsadásként működtek. Sok mondanivalójuk van a fiatalok számára a felnőtt élet megkezdéséről, a szülőktől való különválás kezeléséről, valamint a tanulás és munka lépéseiről is. A mesealapú munka tehát jó tanácsadási módszer a fiatalok életkezdésének különféle problémáival való megküzdésre. A népmesék (és a folklór egyéb elemei, pl. a népköltések, népdalok) megmutatnak egy adott módszert arra, hogyan kell szemlélni a körülöttünk levő világot – ez a szemlélet azonban rendszerint eltér a maitól. A népmesékben nincs elidegenedés a természettől – sőt, a többi élőlény, sőt, a képzeletbeli élőlények is, fontos szereplőnek számítanak. A népmesékből az látható, hogy a szereplőik békében élnek a természettel – ha ugyanis nem ezt teszik, annak súlyos következményei vannak (sárkányok, ill. a nap vagy a tenger haragja).

Boldizsár Ildikó folklórkutató fejlesztette ki a Metamorphosis meseterápiás módszert. Szerinte a népmesék valójában tükrözik a különböző helyzeteket, amikbe az emberek kerülnek, sőt, minden helyzetnek (élethelyzetnek és konfliktusnak) megvannak a maga népmeséi. Elődeinknek szoros kötődésük volt a folklór szimbólumrendszeréhez, így a mesemondók történeteiből az emberek kihallhatták a mondanivalót: azt, hogy a történet hőse (főszereplője) milyen helyzetbe került, és hogyan oldotta azt meg. A népmondák így segédletként működtek (és működhetnek ma is) a személyes problémák megoldására, és megtanulhatók belőlük az összefüggések és a problémamegoldás módszerei.

További információk a Metamorphosis meseterápiáról: <https://www.boldizsarildiko.com/en/meseterapia>.

## Szomatikus és táncalapú módszerek

### Terápiás módszerek

A tánc- és mozgásterápiának különböző típusai léteznek. Mindegyikük alapja a testtudatosságunk megteremtése, a tánc- és mozgás-improvizáció, ezek önreflexióhoz kapcsolása, a viselkedési minták megváltoztatása, valamint az öngyógyulás. Klinikai terápiában is használhatók.

Európában többek között a következő táncterápiák érhetők el:

### Pszichodinamikus tánc- és mozgásterápia

Alapját elsősorban a testtudatosság, valamint az együttes mozgás élménye, ill. kapcsolati mintáink közötti összefüggések megkeresése és elemzése. Ezt a módszert Magyarországon fejlesztették ki, és egyike a ritka csoportos klinikai táncterápiáknak. A terápiás ülésen a résztvevők megosztják érzéseiket és azt, hogy mivel érkeztek, majd egy hosszabb (2-3 órás) nem verbális, strukturált mozgási részt követően szintén feldolgozzák érzéseiket és értelmezik azokat. További információk: [www.mozgasterapia.net](http://www.mozgasterapia.net).

## Integrált kifejezés- és táncterápia

Ennek a komplex, több tudományágat is magába foglaló megközelítési módnak a legfontosabb jellemzője, hogy multimodális kifejező művészeti eljárásokat alkalmaz az önismeret, a belső fejlődés, a személyiség fejlődése, a trauma-feldolgozás, ill. egyéb terápiás célok érdekében. Ez a jellemző abból az ötletből származik, hogy a kifejezésnek gyógyító ereje van, és hogy mindnyájan más-más kifejezési módokkal vagyunk képesek élni. Munkánk alapját a mozgás és a tánc képezi, de az IED (integrált kifejezés- és mozgásterápia) más kifejezőmódok integráló hatását is kihasználja: ilyen pl. a zenekészítés, a vizuális kifejezés és dráma, a „hiteles mozgás”, a képzelet, a költészet, a személyes szimbólumok és rituálék stb. A módszer folyamat-orientált, és segít megtalálni az ember saját öngyógyító képességeit, rejtett erőforrásait, javítva ezzel az élet minőségét. Az alkotás folyamata és az alkotó számára betöltött jelentősége fontosabb, mint a végtermék esztétikai értéke. IED csoportokkal dolgozik – a művészeti tevékenységekbe elmerülve a résztvevők mély szinten kapcsolódhatnak egymáshoz. Az együttes munka, az együttes alkotás, az együttlét, saját magunk elfogadottnak érzése – mindez megtörténik, méghozzá játékos, derűs módon.

További információk a módszerről: [IKT Association – IKT Egyesület](#).

## Hiteles mozgás

A Hiteles mozgás (ang. AM) a táncterápiából eredő módszer, mely a holisztikai táncpedagógiában és a pszichoterápiában éppúgy használatos, mint a művészi folyamatokban. Betekintést nyújt a belső test (szóma) és a psziché mély rétegeibe, új kifejezőmódokat és képességeket ad a fizikai test (fűzis) számára, és felfedezi, ill. erősíti ezek kapcsolódási pontjait.

További információk: [METHODEN | Holistic Dance \(holistic-dance.at\)](#).

## Nem terápiás szomatikus módszerek

A kontakt improvizáció egy partnerrel végzett táncforma, mely az érintés, a nyomtaték, a megosztott súly fizikai elvein, valamint – elsősorban – egy közös érintkezési pont követésén alapul. A módszert 1972-ben alapította Steve Paxton. Steve modern táncos és az aikidó harcművészet művelője. Erre a háttérre alapozva fejlesztette ki a kontakt improvizációt, figyelve akkori tanulóit és munkatársait. Ez a táncos gyakorlat az esés, gurulás, ellentartás, minimális erőfeszítéssel végzett emelés képességével, valamint azzal foglalkozik, hogy felemelt állapotban könnyűnek érezzük magunkat, emellett összpontosítási és légzési technikákat, valamint a partnerünk és a környezet iránti tudatosságot is tanít.

A kontakt improvizáció a pillanat tisztelete. Az ember egyfajta kellemes megadásérzetet él meg, amikor teste hinni kezd benne, hogy mi történik most, most... és MOST! Megtanulhatja felismerni és megkülönböztetni a mozgásbeli döntései, ill. partnere döntéseinek finom impulzusait. Elkezd képesnek lenni olvasni azokat az indítójeleket, amelyeket ad és kap, amelyek elárulják, hogy mikor kell vezetni és mikor követni, mikor kell felfelé mozogni és mikor lefelé, hol kell érintkezni, hogyan kell emelni, mikor kell lelassulni, ill. mikor kell megállni. Ezzel egyben megtanulja azt is, hogyan kell egységben maradni az egyes mozgásbeli döntésekkel, azaz sem erőltetni, sem elsietni. Ha a test, az

elme és a szellem saját ösztönös bölcsességében egyesül, akkor az ember minden pillanatban otthonosan érezheti magát és érvényre juttathatja valódi természetét (Moti Zemelman).

További információk: <https://www.contactimprov.com/>.

## Test-lélek összehangolás

A test-lélek összehangolás (Body-Mind Centering®, BMCTM) a mozgás, a test és a tudatosság integrált, egyesített megközelítési módja. A Bonnie Bainbridge Cohen által kifejlesztett módszer élményalapú technika, mely az anatómiai, fiziológiai, pszichofizikai és fejlődési elvek egyesítésén és alkalmazásán alapul a mozgás, érintés, hang és elme segítségével. Egyedisége a következőkben rejlik: a specificitásában, azaz abban, hogy a test rendszereinek mindegyike egyenként befoglalható és integrálható; a fejlődési minták újraírásának alapvető hátterében, valamint a testalapú nyelv használatában a mozgás és a test-elme kapcsolatok leírására.

A BMCTM tanulása kreatív folyamat, melyben az anyag megtestesülését az önfelfedezés és a nyíltság összefüggésében tanulmányozzák. Mindenki egyszerre tanuló és tananyag: az alapvető cél annak a könnyedségnek a felfedezése, ami alapot adhat az átalakulásnak.

A Body-Mind Centering® megközelítésnek csaknem korlátlan számú alkalmazási területe van. Jelenleg a mozgásban, táncban, jógában, testmunkában, szomatikus tanulmányokban, fizikai és foglalkozási terápiában, pszichoterápiában, gyermekfejlesztésben, oktatásban, prózai, zenei és egyéb művészetben, meditációban, atlétikában és egyéb test-elme átakban is használják.

További információk: <https://www.bodymindcentering.com/>.

## 5 ritmus

Az 5 ritmus dinamikus mozgási gyakorlat – annak gyakorlata, hogy otthon vagyunk a testünkben –, mely serkenti a kreativitást, a kapcsolódást és a közösségi érzetet. Az 5 ritmus gyakorlata látszólag egyszerű, mégis megkönnyíti a mély, véget nem érő felfedezést, túlmozdítva a táncost a saját maga elé emelt korlátokon és elszigeteltségen, a kreativitás és a kapcsolódás új mélységeibe.

Az 5 ritmus órákon a résztvevők saját érzelmeiket és improvizációjukat táncolják el, ezt pedig különböző „ritmusok”, azaz zenetípusok támogatják. Az 5Rhythms – Flowing Staccato Chaos Lyrical Stillness® – létállapotokat jelent. Minden úthoz van térkép, ahová csak szeretnénk menni, a tudatosság minden síkján – belül és kívül, előre és hátra, fizikai, érzelmi és intellektuális síkon egyaránt. Mindezek útjelzők, melyekkel vissza lehet találni a saját énünkhöz: a sérülékeny, vadul szenvedélyes, ösztönös énhez.

További információk: <https://www.5rhythms.com/>.

### Természetalapú módszerek:

## Kalandoktatás, -terápia:

A kalandprogramok természetes háttérben nyújtanak kihívásokat és kalandos élményeket kognitív, affektív és viselkedési szinten egyaránt. A program új, sokszor ismeretlen környezetben végzett cselekvéseken, tevékenységeken alapul. A természeti környezet sokaknak már önmagában is



kihívás. Ebben a környezetben a moderátor fizikai kihívásokat ajánl fel. Ez nem azt jelenti, hogy csak sziklamászást vagy vadvízi kajakozást lehet végezni. A résztvevők egymástól függenek, együtt dolgoznak és tanulnak egymástól. A moderátor biztosítja a csoport biztonságát, felméri a képességeket és vezeti az eseményeket. A kalandoktatás és -terápia rendszerint elősegíti az ember saját hatékonyságába vetett hitét, személyközi képességeket fejleszt, javítja az éntudatosságot, és csökkenti a szorongás, depresszió érzését.

A kalandprogramokat rendszerint konkrét célok és populációk köré tervezik és dolgozzák ki, amilyenek pl. a rizikófaktorokba eső tinédzserek, speciális igényű gyerekek, deviáns fiatalok vagy családok stb.

További információk: <https://aspiroadventure.com/>, <https://www.outwardbound.net/>.

## Sinrin joku - Erdei fürdőzés

A sinrin joku japán eredetű, természethez kapcsolódó módszer. E módszer az embert magának a természetnek a részeként tekinti. Ezért fontos, hogy az ember a természetet beépítse a napi életébe, és egészséges kapcsolatot tartson fent fele. Az erdei fürdőzési gyakorlatokat az emberi egészség, ill. jólét erdei környezetben történő javítására találták ki. Az erdei környezet érzékelése mind az öt érzékkel, az erdei séta, ill. a természetes környezetben végzett egyéni vagy csoportos meditáció szintén része lehet az erdei fürdőzési gyakorlatnak. E gyakorlatok célja a kapcsolódás újraépítése a természethez, ami segíthet a saját magunkhoz, ill. másokhoz való újrakapcsolódásban is. Ezek az új kapcsolódások a természethez, saját magunkhoz és másokhoz gyógyító hatásúak, de legalábbis az egészséges kapcsolatok javítják a mentális egészséget.

További információk: <https://www.scandinaviannatureandforesttherapyinstitute.com/en/home/>.

## Oktatás és terápia terápiás állattal

Az oktatásba, terápiába terápiás állatot is be lehet vonni. Ebben a módszerben a gyakorlatvezető mutatja be, támogatja és irányítja a kölcsönhatást az állat és a kliens, ill. a csoport között. A megfelelő temperamentumú és kiképzésű állatok alkalmasak arra, hogy biztonságos, kellemes kapcsolatot alakítsanak ki az ügyféllel vagy csoporttal. E biztonságos kapcsolatra alapozva a gyakorlatvezető sokféleképpen segíthet a kliensnek. A kapcsolat kényelmet nyújthat, csökkentve a fájdalom vagy szorongás szintjét, javítva a mozgási és motoros képességeket, fejlesztve a társas és viselkedési képességeket, emellett erősítheti a motivációt a testmozgás, a másokkal való kapcsolattartás stb. iránt is.

További információk: <https://www.esaat.org/en/>.

### Művészet- és drámaalapú módszerek:

## Holisztikus művészetterápia

Multimédiás megközelítésként védett időt és teret ad a kapcsolódásra a képzőművészeti késztetésekhez (pl. festés, rajzolás, modellezés) és a természetes anyagokhoz, valamint az előadóművészeti ágakhoz (pl. improvizáció, színház, dráma, költészet, fényképezés stb.) A gyermekek nagyon sokféle anyagokkal kísérletezhetnek, így gyakran játékos módon nyílnak meg, és



a betekintés gyarapodásával fokozatosan kifejezhetik állapotukat és érzelmeiket. Ha az ember saját kreativitása, valamint a dolgok alakításában való részvétel öröme széleskörű cselekvést eredményez, akkor felismerheti a saját erőforrásait, és a fejlődése láthatóvá válhat. A gondos terápiás támogatás, az autonóm cselekvés itt és most, a saját lehetőségek támogatása, valamint a saját képességekből eredő erősségek jutalmazó pillanatokat okoznak. A holisztikus művészetterápia nem a tünetekkel, betegséggel, ill. krízisekkel küzd. Ehelyett lehetővé teszi az ember saját kreatív, társas lényének helyreállítását és rekonstruálását, emellett kreatív tevékenységet is biztosít. Gyermek, kamaszok és szülők számára egyaránt elérhető, egyénileg és csoportosan is.

További információk: <https://www.sterntalerhof.at/en/life-guidance/in-patient-care/holistic-art-therapy>.

## Lábán Katalin megközelítése

A színpadi technikák felhasználhatók a következők elősegítésére:

- Bánás az érzelmekkel
- Érzelmek kifejezése
- Önismeret fejlesztése
- Kapcsolatok fejlesztése

Depresszió, szorongás, trauma, ill. szerfüggőség esetén is alkalmazható. Sajnos a dráma- és színpadi technikák hatékonyságáról nem készült sok kutatás. Az én tapasztalatom az, hogy minden kliensem jobb kapcsolatot alakított ki az életével, javította a minőségét, és mindegyikük élvezte az üléseket.

Gyakorlatilag a következő opciók léteznek: játékok, színjátszás, improvizáció, szerepjátszás, kreatív írás (haiku), vokális gyakorlatok, ének, tánc.

Az üléseket mindig körbe ülve kezdjük és fejezzük be, az alapvető érzelmekről (boldogság, szomorúság, düh, félelem, undor, meglepetés) beszélgetve. Ezután kezdődik a színjátszási rész. Rendszerint párban dolgozunk, és minden jelenet után megvitatjuk azokat az érzelmeket, amiket a hallgatóság érez. Ez sosem megítélő jellegű. Nem a színjátszás minőségéről beszélünk, hanem azokról az érzelmekről, amiket éreznek. A szituációk és a történetek rendszerint kitaláltak, néha azonban valódiak is lehetnek.

A tagok biztonságban érzik magukat: a bizalom a teljes ülés alatt nagyon fontos. A csoportmunka nem mindenki számára megfelelő. Néhány embernek négy szemközti ülésekre van szüksége.

## Fórumszínház

“A fórumszínház olyan [színházstípus](#), amelyet az újjító szellemű, befolyásos színházigazgató, [Augusto Boal](#) hozott létre. A fórumszínház az [Elnyomottak Színháza](#) (ang. TO) gyűjtőfogalom alá tartozó egyik technika. A technikában a nézők is bevonódnak az előadásba, azaz egyszerre működnek nézőként és színészként, akiknek hatalmukban áll megállítani és megváltoztatni az előadást. A TO részeként a

fórumszínház gyakran foglalkozik a társadalmi igazságossághoz kapcsolódó területekkel, és az előadás során kutatja az elnyomásra adható megoldásokat. (...) A fórumszínház egy rövid, elpróbált vagy improvizált előadással kezdődik, amely bemutat bizonyos társadalmi vagy politikai problémákat. Lehetővé teszi, hogy a nézők bevonódjanak az élménybe, és a tulajdonképpeni előadás tényleges részévé váljanak. A fórumszínház egy moderátor (bohóc) és egy csoport aktívan bevonódó néző segítségével párbeszédet, gondolatcserét mutat be, közben tanul és tanít, és mindezt örömmel. Lezárásként a darab újratekődik, és a hallgatóság itt már beavatkozhat, és lecserélheti, ill. kiegészítheti a színpadon jelen levő karaktereket, alternatív megoldásokat adva a felmerült problémákra.” (Wikipedia: [https://en.wikipedia.org/wiki/Forum\\_theatre](https://en.wikipedia.org/wiki/Forum_theatre)).

## Improvizációs színház

“Az improvizációs színház, melyet gyakran improvizációnak, ill. imprónak is nevezünk, a [színhátszás](#) egyik fajtája – gyakran [komédia](#) –, amelyben a bemutatottak részben, vagy akár egészben is előzetes tervezés nélküliek, nem megrendezettek, hanem a szereplők spontán hozzák létre őket. Legtisztább formájában a párbeszédet, cselekvéseket, a történetet, ill. a szereplőket a résztvevők együttműködve saját maguk teremtik meg, ahogy az improvizáció valós időben kiteljesedik, előkészített, megírt [forgatókönyv](#) nélkül.”(Wikipedia: [https://en.wikipedia.org/wiki/Improvisational\\_theatre](https://en.wikipedia.org/wiki/Improvisational_theatre)) “ A **playback színház** az [improvizációs színház](#) egy eredeti formája, ahol a hallgatóság, ill. a csoporttagok történeteket mesélnek az életükből, majd ezeket a helyszínen színre viszik.”([https://en.wikipedia.org/wiki/Playback\\_Theatre](https://en.wikipedia.org/wiki/Playback_Theatre)).

További információk: <https://momentantarsulat.hu/oldal/english>.

## Pszichodráma

“A pszichodráma [egyfajta élményalapú](#), cselekvéses terápia, amelyben a résztvevők a problémáik kezeléséhez eljátszanak bizonyos eseményeket a múltjukból. Ez a típusú terápia tartalmaz elemeket a szerepjátszásból, a drámai önbemutatásból és a csoportdinamikából, elősegítve, hogy a résztvevők jobban megértsék és átlássák életüket és tapasztalataikat. Alapvetően egyéni terápia, mégis csoportos formában nyújtják. Gyökerei a pszichológiában vannak, de tartalmaz elemeket a színhátszásból és a szociológiából is.” (<https://www.verywellmind.com/what-is-psychodrama-5193006>).

### Egyéb módszerek

## Élményalapú oktatás

Az élményalapú oktatásnak közös gyökerei vannak a kalandalapú oktatással. Ehhez a megközelítéshez azonban nincs szükség természeti környezetre, hanem akár egy osztályteremben is megvalósítható. A moderátor a csoportot újszerű helyzetekbe állítja. Ezekben a helyzetekben a szokásos megoldási mechanizmusok nem működnek, hanem a csoportnak muszáj kommunikálnia és együttműködnie. A gyakorlatot megelőző tervezés és az azt követő értékelés fontos szerepet

játszik a folyamatban. Az értékelés során a résztvevők reflektálnak egymásra és a többiekre, és levonják az általános következtetéseket a gyakorlatból. A csoportnak és fejlődésének fontos szerepe van ebben a módszerben, ugyanis a résztvevők a gyakorlatok során megtanulnak csoportban dolgozni, vezetni a csoportot, ill. hagyni, hogy mások vezessenek. Megtanulnak vitatkozni, képviselni az érdekeiket, és elfogadni mások véleményét és döntését. A gyakorlatok elősegítik, hogy a résztvevők fejlesszék társas képességeiket, érzelmi intelligenciájukat, és tágítsák a határaikat.

További információk: <https://www.pressleyridge.org/>, <http://www.kalandokesalmok.hu>.

## Mindfulness

A mindfulness, azaz a tudatos jelenlét fiataloknál is jól működhet. Figyelmünket a jelen pillanatra koncentrálja. Csökkentheti a depressziót, stresszt és szorongást. Segít a speciális igényű embereknek. Csökkentheti a túlgondolást és az aggodást. A fizikai egészséget is javíthatja. Az immunrendszer működését is jobbra teheti.

A mindfulness eredete a buddhista hagyományokban van. Zen és vipasszána meditációs technikák. A gyakorlatban a figyelmet a jelen pillanatra kell irányítani. Ez nem könnyű. Léteznek irányított meditációk, amelyek elősegíthetik a jobb eredményt. A gyakorlatban az ember széken, ill. keresztbe tett lábbal, párnán, a földön ül. Becsukja a szemét, és a be- és kilégzésre koncentrál. Ha gondolatok támadnak, azokat el kell engedni, és ismét a lélegzésre kell koncentrálni. Létezik testrészenkénti meditáció is, amelyben a test különböző részeire kell koncentrálni. Lehet koncentrálni a hangokra, gondolatokra és érzésekre is. A tudatos evés szintén lehet gyakorlat (mazsola-gyakorlat: csukott szemmel, nagyon lassan enni, figyelve a textúrára, az ízre, és igyekezve egész idő alatt jelen lenni).

További információk: <https://www.mindful.org/everyday-mindfulness-with-jon-kabat-zinn/>.

## Rogers-féle egymásra találás

A Rogers-féle egymásra találásról (ang. encounter) nagyon nehéz írni, mivel egyfajta létállapotról van szó. A teljes együtt töltött idő rendkívül strukturálatlan, azaz inkább nem rendelkezik rögzített szerkezettel. A moderátor és a tagok közötti, ill. az egyes tagok közötti bizalom rendkívül fontos. A csoport ereje idővel nő, míg a moderátor befolyása csökken. Az egymásra találásnak nincs rögzített szerkezete. A moderátor személyisége a kulcs. Épp ezért nagyon nehéz írni az encounter-csoportokról. Az encounter-csoport moderátorságához szükséges tanulást könyvből nem lehet elvégezni, csak megfigyeléssel, úgy, hogy az illető a csoport részét alkotja, és megtapasztalja a légkört. Az intuíció működésének van egy olyan titka, amit nem lehet tanítani. A megtanításának egyetlen módja az lehet, ha írok a saját tapasztalataimról abból az időből, amikor egy encounter-csoport vezetője voltam – ez elősegítheti, hogy a fiatal tanár bízson magában, abban, hogy képes az encounter-csoport moderátoraként működni és kialakítani saját vezetési módszerét. A csoport intuitív módon, rögzített struktúra nélkül működik. Úgy gondolom, ezek a kulcsszavak az empátia, kongruencia és feltétel nélküli elfogadás rogersi definícióján kívül.

További információk: <http://rogerskozpont.hu/component/k2/item/99-mitol-szemelykozpontu-egy-encounter-csoport>.

## A helyszínen dolgozók véleménye

Elemzésünk keretében a JOY csapat felkeresett a helyszínen dolgozó szakmagyakorlókat, ifjúsági tanácsadókat és oktatókat is. A projekt négy országából összesen 32 szakmagyakorlót kérdeztünk (10-et-10-et Olaszországban, Magyarországon és Ausztriában, és 2-t Németországban).

## A COVID-19 hatásai a szakmagyakorlók szerint

Interjúalanyaink ugyanazt mondták, amit a dokumentumok kutatása is feltárt: a fiatalok helyzete a COVID-19 járvány után rosszabb lett mentális egészségüket, önbizalmukat, önbecsülésüket, a jövőbe vetett hitüket, valamint az online környezetben kívüli minőségi személyes kapcsolatokat tekintve; nehéz számukra visszatérni testükhöz, más emberekhez, ill. a természethez. A COVID hatására a távolságok megnöttek, így a fiatalok bizonyos gátakat éreznek. Az oktatóknak ezért lassan, óvatosan kell megkezdeni a segítő munkát, biztonságos teret alkotva számukra, ahol érezhetik, hogy szabadon kapcsolódhatnak. Az általunk vizsgált kontextusban emellett a fiatalok – elsősorban a nehéz helyzetű közösségekben élők – teljesen el vannak vágva minden kulturális lehetőségtől.

Sok kamasz és fiatal tapasztalta magányosság, elszigeteltség és kapcsolati problémák érzetét, emiatt pedig megszűnt a bizalma a jövőbeli lehetőségek tekintetében. A járvány egyéb negatív következményei: fokozódó idegesség, csökkenő fizikai aktivitás, kevesebb alvás, egészségtelegebb táplálkozás. Ezért az olasz fiatalok általános képe széles körűen elterjedt rossz közérzetet mutat: ez negatív hatásokkal van a tanulási képességre, emellett krónikus fáradtságot, bizonytalanságot, aggodalmaskodást, ingerlékenységet, szorongást, apátiát és elbátortalanodást okoz. Az oktatók számára a munka újraindítása a járvány utáni korszakban különösen embert próbáló volt. Olyanokkal kellett ugyanis megkezdeniük a munkát, akiket saját problémáik mellett még a járvány okozta trauma is nyomasztott.

Másfelől bizonyos szakmagyakorlók azt közölték, hogy a Covid-19 lehetőséget adott az olyan szabad tér megteremtésére, amit nem határoltak be az iskolai programok és az iskolai osztálysajátosságok. Az, hogy kénytelenek voltak otthon maradni, bizonyos fiataloknak tehát egyben szabad teret is biztosított.

## A fiatalok által tapasztalt kihívások

Az általunk kérdezett szakmagyakorlók „tipikus kliensei” igen változatosak voltak, és mind fiatal menedékkérők, mind városi és vidéki fiatalok szerepeltek közöttük, az általuk leírt problémák mégis eléggé hasonlóknak bizonyultak. A fiatalok előtt álló kihívások terén két fő probléma mutatkozott – saját maguk, valamint a körülmények, amik felett kevésbé van uralmuk

Saját maguk tekintetében a problémáik a következők:

- Hatalomtalanság érzete

- Negatív gondolatspirálok
- Függőség érzete
- Túl csekély önbizalom, ami a saját cselekvési képességüket illeti
- Saját helyük megtalálása, beilleszkedés a társadalomba, orientáció megjelése
- Nehéz megbirkózni az önmagukért vállalandó felelősséggel
- Nincsenek hosszú távú céljaik
- Nincs belső motivációjuk

Környezetüket tekintve a következő problémákat, kihívásokat említették:

- Félelem a jövőtől (váltásokhoz és klímaváltozáshoz kapcsolódóan)
- „Teljesítményalapú társadalom” és saját helyük megtalálása benne
- Rövid távú munkaszerződések a fiataloknak: rosszabb alkalmazotti biztonság
- Rossz esélyek a falusi területeken (külső irányítás...): rossz infrastruktúra (messze van az iskola, kevesebb buszjárat), pénzügyi problémák (szobabérlés a hétre)
- Alacsony szintű bizalom a politika világa és a felnőttek felé
- A menekültek és bevándorlók esetén kulturális és nyelvi nehézségek

Az egyik ifjúsági dolgozó szerint: *“A félelem a jövőtől* lehet az a jelszó, ami jelenleg számos fiatal kliensemet a legjobban leírja – és ez a helyzet ismeretében nem meglepő”.

## A fiatalok által igényelt képességek a sikeres karrierépítéshez

Sok olyan képesség létezik, amit a fiataloknak meg kell szerezniük ahhoz, hogy szakmai életükben sikeresek legyenek, de ezek közül számos képességet máris birtokolnak, csak fel kell ismerniük saját erejüket és hatalmukat. Éppen ezért a művészethez kapcsolódó gyakorlatok rendkívül fontosá válnak, mert segítenek erősíteni máris meglévő pozitív tulajdonságaikat.

Az ifjúsági dolgozók képességek és kompetenciák hosszú listáját említették, amikor a munkában elért sikerességhez létfontosságú elemekről kérdezték őket. Ilyenek voltak a következők: önismeret, kommunikáció, kooperáció, problémamegoldás, asszertivitás, rugalmasság, kreativitás, digitális ismeretek, hibatűrés, felelősségvállalás, érzelmi intelligencia, adaptációs képesség, kitartás, önbecsülés, önfogadás, tisztelet és empátia mások felé, becsületesség, kritikus gondolkodás, tolerancia, ill. akarat a tanulásra.

Az egyik interjúalany szerint: – Minden fiatalnak kellene biztosítani egy szabad évet társas tevékenységekre és világ körüli útra egyetlen hátizsákkal és kevés pénzzel. – Szerinte ez jó módja lenne az ilyen képességek megtanulásának.

## Az ifjúsági dolgozók által tapasztalt kihívások

Az ifjúsági dolgozóknak és szakmagyakorlóknak meg kell küzdeniük az ilyen nehéz helyzetben levő fiatalok kudarcérzetével, félelmével és stresszével. Igyekeznek kiemelni annak fontosságát, hogy a résztvevőknek időt adjanak korlátaik leküzdésére, és bizalomteli, pozitív környezet fokozatos kialakítására az oktatókkal és a csoporttal.

Az ifjúsági dolgozóknak le kell győzniük a meglévő bizalmatlanságot és demotivációt is. Ehhez nagy belső erőre, valamint számos igen eltérő technikára és tevékenységre van szükségük, amit kipróbálhatnak a fiataloknál.

Mindazonáltal az a környezet sem támogató, amivel az ifjúsági dolgozók szembesülnek. Szembekerülnek az oktatási és egyéb intézmények feszültségeivel, amelyek általában nem elegendően rugalmasak ahhoz, hogy időt és teret adjanak a fiatalok nem formális / informális tevékenységeihez. A fiatalok családi környezete szintén gyakran nem támogató. Az ifjúsági munkára – mind pénzügyi, mind infrastrukturális értelemben – erőforráshiány jellemző, az ifjúsági dolgozók gyakran alulfizetettek.

Ezek a negatív környezeti hatások, azzal a jelenséggel együtt, hogy a fiatalok egyre nehezebben hozzáférhetők, gyakran vezetnek kiégéshez és karrierváltáshoz, ez pedig lehetetlenné teszi a fiatalokkal végzett hosszútávú munkát.

## Hogyan kezelik az ifjúsági dolgozók ezeket a kihívásokat?

Interjúalanyaink közlésük szerint többféle különböző eszközt alkalmaznak a fiatalok bevonására, motiválására és bátorítására (a leginkább bevált gyakorlatokat később ismertetjük). Egyetértettek abban, hogy az ifjúsági dolgozók feladata annak ismertetése és bemutatása, hogy a hangsúly nem a teljesítményen és az eredményen, hanem magán a folyamaton van: „Tanulássegítővé kell válni közvetítő helyett”. Minden tanulási lehetőség, de elsősorban azok, amelyek a művészeti területhez kapcsolódnak, hatékonyak abban, hogy a nehéz élethelyzetből kilépési stratégiát kínáljanak, elősegítsék a pozitív érzelmek átélését, ill. az élet céljának újbóli megtalálását. A kísérleti módszerek hatékonyak lehetnek a személyes gátak lebontásában, a művészet pedig olyan nyelv, amit mindenki megélhet, és mindenkit képessé tehet arra, hogy megítélés nélkül kifejezhesse magát. Mindez növeli az önbecsülést és uralomérzetet kelt az emberben saját élete felett. A művészet művelése során mindenki szabad, és saját képességei, tehetsége szerint járulhat hozzá. Bizonyos, különböző kultúrákból vagy hátterekkel érkező célcsoportoknál alapvető fontosságú, hogy ne vegyünk adottnak a fizikai és érzelmi „biztonságos teret”, amelyet tiszteletben kell tartani, és nagyon finoman szabad csak „feszégetni”.

A művészet az összes érzelm átkeretezésére szolgál: a negatív érzelmek is átkeretezhetők pozitív módon. Privilegizált csatornát jelent, mivel rendszerint mindig jelen van egy csoport, melynek tagjai tükörként, ill. támogatással szolgálhatnak. Az érzelmek a testen keresztül verbális megnyilatkozás nélkül is megjelenhetnek, ami azért jó, mert a verbális csatornát a nehéz helyzetben levők számára nehéz használni. Az ülések mindig védett helyen történnek, ahol a bizalmasság garantált. A kliensek ezért biztonságban érezhetik magukat az önkifejezéshez és az érzelmeiken végzett munkához először érzékszervi tapasztalatokkal, majd (ha lehetséges) a személyes és csoportos reflexiók segítségével. Mindez a pozitív érzelmek támogatását és a negatív érzelmek jobb kezelését eredményezi.

A kiértékelést tekintve nagyon eltérő gyakorlatok léteznek a formatív és formális módszerektől (pl. a HAMET módszer) egészen a teljesen informálisakig, ahol a fiatallal beszélgetnek, ill. figyelik a tevékenységét. Az egyik szakmagyakorló szavaival: – Egyes esetekben a fiatalok túlértékelik magukat (a szülők, tanárok stb. miatt), azaz úgy érzik, hogy ők a legjobbak. A gyakorlati munka arra is jó, hogy ráébressze őket, sokat kell még tanulniuk. –

### A helyszíni kutatás következtetései

A vizsgált országok fiataljai már korábban is nagy kihívásokkal szembesültek, a klímaváltozási válság és a COVID válság miatt azonban jelenleg még sokszorta nehezebb dolguk van. A fiatalok elveszettek, hatalom nélkülinek, védtelennek érzik magukat, ez pedig erősebb demotivációhoz vezet, és hozzájuk férni is nehezebb.

A szakmagyakorlók ezért kénytelenek új, jó bevonódású módszereket keresni klienseik elérésére és saját életük feletti uralmuk, kontrolljuk javítására. Ezek olyan technikák, amelyekkel a fiatalok maguk uralhatják a tanulásuk folyamatát, emellett kreatívak és sikerélménnyel járnak.

## A korábban tanultak értékelése és annak használata a JOY pedagógiában

A korábban tanultak értékelése (VPL) az egyének által a formális oktatáson és képzésen kívül megszerzett tanulási eredmények azonosítására, dokumentálására, felmérésére és tanúsítására szolgáló ad-hoc folyamat. Áttekinthetővé és értékelhetővé teszi a tanulás minden formáját, és arra törekszik, hogy felfedezze és kibontakoztassa a munkaerő és a társadalom rejtett tehetségeit.<sup>1</sup> A VPL megvalósításának Európában a vezető eszköze a nem formális és informális tanulás érvényesítését célzó európai irányelv (Cedefop, 2015).

A VPL európai bevezetésének első 20 éve után az eredmények korlátozottak. A 'NemNEM formális és informális oktatás értékelésének európai jegyzéke' (Cedefop, 2018) szerint "... az értékelés használata továbbra is korlátozottnak tűnik. Ez elsősorban a hátrányos helyzetű személyek esetén érvényes, akik számos országban még mindig nem alkalmazzák az értékelési kezdeményezéseket".

Az 'A nem formális és informális tanulás értékelése alkalmazásának nyomonkövetése' c. tematikus jelentés (Cedefop, 2016) egyértelműbben fogalmaz: „Az eredmények szerint hiányzik az értékelésről szóló átfogó országos statisztika. Ezt sok országban még tovább rontja az, hogy nem létezik egyértelmű szabályozási keretrendszer az értékelésről és/vagy az értékelésért felelős szervezetek nem kötelesek integrált adatbázisokat összeállítani, ill. éves adatokat közzétenni. További kihívás az értékelési lehetőségek választékának töredezett volta”. Az EU-n belül kapott eredmények között az alábbiak szerepelnek: (Cedefop, 2018) 1) nincs egységes jogi keretrendszer a nem formális és informális tanulás értékelésének és elismerésének szabályozására(AT), 2) az egyének nem rendelkeznek általános egyéni jogosultsággal az értékelési kezdeményezések eléréséhez. Az értékelési kezdeményezések és rendszerek már elérhetőek voltak, gyakran a felnőttoktatási szektorhoz kapcsolódóan (AT), 3) csak szűk körben ismert a téma, elsősorban a megfelelő szakemberek körében (HU), 4) Nem végeztek vizsgálatokat a különböző értékelési eljárások igazolására (DE).

### Mi az, ami hiányzik?

Az EU összes fent felsorolt eszköze 1) a kompetenciák formális elismerését, 2) az értékelési eljárás szabványos eljárását, 3) a tanúsítványok, diplomák, bizonyítványok, ill. foglalkozási szabványok szabványosítását, valamint 4) a fenti keretrendszerekbe (pl. EQF, NQF, ECVET) és az Europass-hoz hasonló eszközökbe való beillesztését célozza.

E szabványosított eljárás és annak eszközei kevés teret hagynak a személyek egyediségének, a személyiségjegyeknek, az érzelmeknek, a motivációnak, az informális ön- és társadalmi elismerésnek, a tanulás sokfélesége hatalmának, valamint a tanulási eredmények kiértékelésének.

---

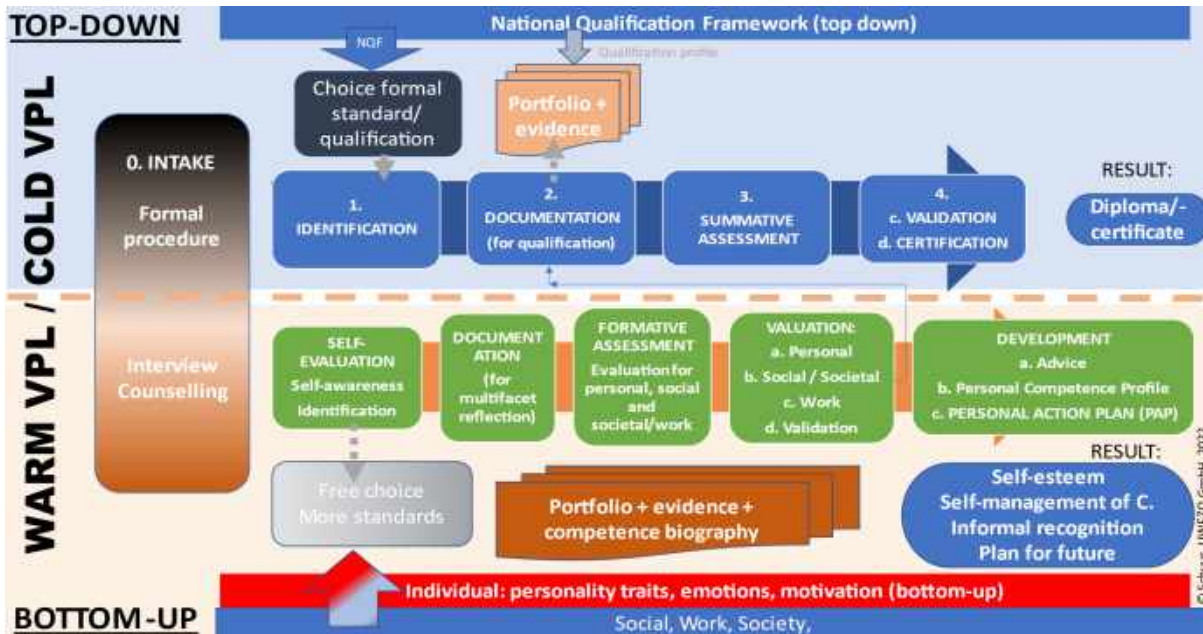
1

A korábban tanultak értékeléséről szóló berlini nyilatkozat, 2019.05.08



Mégis épp ez az, amire az egyének szüksége van (pl. saját szükségleteihez közelebb áll, csökkenti a stresszt, javítja az ellenálló képességet), és amit a munkaadók kérnek (motivált, gyakorlati szemléletű, tanulni hajlandó alkalmazottat a magasabb bizonyítványokkal rendelkező, elméletibb vezető helyett).

Az alábbi vázlat bemutatja a kompetenciák formális és informális elismerését. Az ábra felső része a formális értékelési eljárásra vonatkozó 4 lépéses Cedefop szabványt mutatja be: 1) Azonosítás, 2) Dokumentáció, 3) Felmérés és 4) Értékelés/tanúsítás.



A vázlat alsó része a kompetenciák informálisabb multi értékelését jeleníti meg.

A megfigyelés eredményei a „hideg” VPL alacsony hatékonyságát mutatják. Példa erre a 280.000 franciaországi gyermekfelügyelőre kiterjedő VPL. 2019-ben kb. 5.000 személy érdeklődött a VPL iránt, 188 jelölt iratkozott fel a VAE (francia VPL) eljárásra, és 111 személy szerzett sikeresen gyermekfelügyelői bizonyítványt. A többi 4.800 (és a továbbiak) inkább saját maguk kiértékelésében, önbecsülésében, informális tanulásuk kiegészítésében, ill. egyéb típusú elismerésben (társadalmi, szakmai) voltak érdekeltek.

Tény, hogy az egyének tanulásának 70-93%-a informális, és az elismerés többségét az informális értékelés adja. Az alkalmazottak kiválasztása (elismerés és értékelés) például legnagyobbbrészt informális csatornákon történik. Egy, a Jövő Intézet által a DELL Technologies vállalatnak végzett kutatás eredménye szerint például a 2030-ban létező munkakörök 85%-át ma még fel sem találták. A jelenlegi szakképzési és főiskolai bizonyítványok, diplomák tehát a jövőben nem lesznek elegendők, sőt, akár még érvényesek sem.

A JOY arra törekszik, hogy egyesítse a „meleg” (formatív), ill. a „hideg” (összegző) VPL elemeit. A JOY projekt összekapcsolja az informális értékelési folyamatokat a formális VPL rendszerrel, úgy, hogy az egyén értékelésének eljárása legyen a középpontban, és az egyén kontrollálja saját fejlődését.

Mivel a JOY pedagógiai módszerek élményalapúak, ezért az informális értékelés a folyamat integráns részét képezi. A JOY módszertanokhoz javasoljuk, hogy adjanak bizonyítványt, amelyen fel vannak tüntetve a módszertan segítségével fejlesztett tapasztalatok és kompetenciák.

## A kutatás következtetései

A korábbi kutatásokon, valamint az ifjúsági dolgozók visszajelzésein alapuló kutatásunk azt mutatta, hogy számos fiatal nem rendelkezik egyértelmű személyiségi profillal, és nem találja egyértelműen a helyét az életben. Ezek a fiatalok szomorúságtól, fáradtságtól, a hajtóerő és motiváció hiányától, a hobbik és barátok hiányától, ill. belső ürességérzettől szenvednek. A fiatalokra nehezedő nyomást a külső fejlemények csak tovább növelik: a világ változásának felgyorsulása, a nagy teljesítménykényszer, a családi struktúrák fontosságának csökkenése, ill. az elsősorban az internetre helyeződő társas kapcsolatok egyaránt.

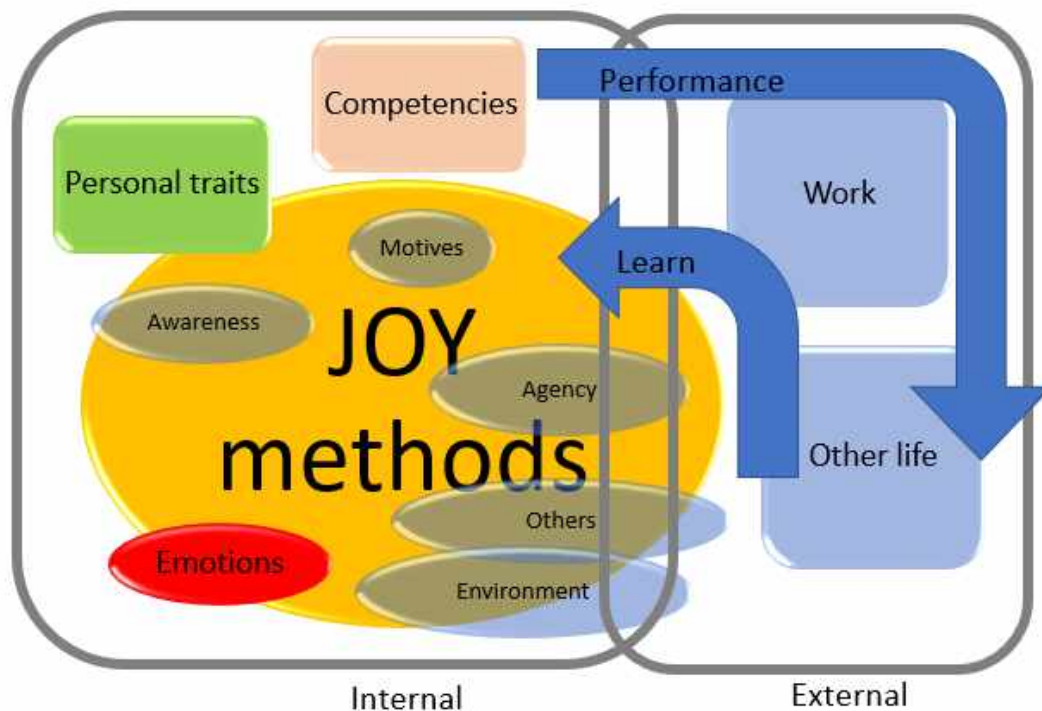
Egyidejűleg megtudtuk azt is, hogy az érzelmek szerepe a tanulási folyamatban olyan téma, amit az elmúlt 20 év folyamán egyre gyakrabban kutattak, és az idegtudomány kimutatta, hogy az érzelmek, a tanulás és a teljesítés közötti kapcsolat különösen fontos. A kutatások egyik fontos eredménye annak felismerése, hogy az érzelem és az észlelés egymást tartja fent, azaz kölcsönösen függenek egymástól. Ez azt jelenti, hogy az érzelmek nemhogy zavarnák a tanulást, hanem éppen kritikus fontosságúak hozzá.

Kutatásunk a következő olyan egyéb tényezőket azonosította, amelyek hatással vannak a jólétre és a munkateljesítményre:

**Külső:** a munka és az élet egyéb területei, a fizikai környezet, a személyes kapcsolatok

**Belső:** személyiségjegyek, érzelmek, érzelmi tudatosság, kontroll, motivációk, kompetenciák

Mindezek alapján az egymással kölcsönhatásban levő tényezőkre az alábbi JOY modellt dolgoztuk ki:



A modellt részletesebben az „Összehangolódás derűérzettel” útmutató ismerteti.

Nem változtathatjuk meg a fiatalok teljes társadalmi környezetét. Ezért a személyes szinten kell beavatkoznunk. Összegyűjtöttünk bizonyos olyan gyakorlatokat, amelyek bevonják és motiválják az embereket, és amelyekkel a gyarapodás, tanulás élménye valósítható meg.

Az eredmények alapján az alábbi következtetéseket vonjuk le:

- Fontos, hogy pedagógiánk alapját a Rogers-féle személykép adja, azaz hogy a személy támogató környezetben minden esetben képes a gyarapodásra;
- A JOY módszerek alkalmazásának egy „átmeneti helyen”, azaz biztonságos környezetben kell megtörténnie;
- A JOY módszerek élményalapúak és csoportosak;
- A JOY módszerek olyan tanulási eredményekkel járnak, amelyek a valós életben is beválnak / használhatók;
- A JOY módszerek erősen koncentrálnak a személyek pillanatnyi állapotára és tudatosságára (tudatos jelenlét-alapú megközelítés);
- A JOY módszerek fejlesztik a személyek saját életük feletti kontrolljának érzetét és bátorítást adnak;
- A JOY módszerek elismerik és értékelik az érzelmeket, és javítják az érzelmi intelligenciát;

- A JOY módszerek támogatják az önértékelést, a külső értékelést, a visszajelzések nyújtását és az önreflexiót (ehhez kapcsolódó módszerekkel és gyakorlatokkal);
- A JOY módszerek segítenek az egészséges kapcsolatok megteremtésében és fenntartásában;
- A JOY módszerek segítenek a fizikai környezet – az épített és a természetes is – iránti tudatosságban.

Mindezen eredmények alapján kidolgoztuk a JOY gyakorlat JOY feltételeit és irányelveit, melyeket az „Összehangolódás derűérzettel” útmutató ismertet.

## Irodalomjegyzék

- „So kann es nicht weitergehen!“ (2022). SORA Institut. Retrieved April 14, 2022, from <https://www.sora.at/nc/news-presse/news/news-einzelansicht/news/so-kann-es-nicht-weitergehen-1106.html>
- Beach, R., (1993), *A teacher's Introduction to Reader-Response Theories*. NCTE Teacher's Introduction Series, National Council of Teachers of English, Urbana
- *Berlin Declaration on Validation of Prior Learning*
- Braziene, R. (2021, October). Briefing on COVID-19 impact of on NEET youth in rural areas.
- Brzinsky-Fay C. [NEET in Germany; labour market Entry Patterns and Gender Differences](#). In the book; [The Dynamics of Marginalized Youth](#); Not in Education, Employment, or Training Around the World
- Campbell, L., (2007), *Poetry therapy for adults with developmental disabilities*
- Carli, A., (2022), *Giovani e lavoro: il piano del Governo per ridurre i Neet in Italia*, in “Il Sole 24 ore”, available at [https://www.ilsole24ore.com/art/giovani-e-lavoro-piano-governo-ridurre-neet-italia-AEUx818?refresh\\_ce=1](https://www.ilsole24ore.com/art/giovani-e-lavoro-piano-governo-ridurre-neet-italia-AEUx818?refresh_ce=1)
- Cedefop (2015). *European guidelines for validating non-formal and informal learning (revised edition)*. <https://www.cedefop.europa.eu/en/publications/4054>
- Cedefop (2016). *Monitoring the use of validation of non-formal and informal learning; Thematic report for the 2016 update of the European inventory on validation*. <https://www.cedefop.europa.eu/en/publications/4148>
- Cedefop (2018). *European Inventory on validation of non-formal and informal learning (2018 update)*. <https://www.cedefop.europa.eu/en/projects/validation-non-formal-and-informal-learning/european-inventory>
- Conferenza Unificata – Intesa sul riparto del Fondo per le politiche giovanili anno, (2021), available at [https://www.politichegiovanili.gov.it/normativa/intesa/intesascu\\_14052021/](https://www.politichegiovanili.gov.it/normativa/intesa/intesascu_14052021/)
- *Der Europass: Dokumente*. (n.d.). Europass-Info. Retrieved April 13, 2022, from <https://www.europass-info.de/dokumente>
- Eurofund. (2016). Exploring the diversity of NEETs,. *Publications Office of the European Union*. 10.2806/62307
- Eurofund. (2021, 11. 29). NEETs. <https://www.eurofound.europa.eu/topic/neets#:~:text=29%2C%20in%20Europe.-,NEET%20is%20an%20acronym%20for%20'not%20in%20employment%2C%20education%20or,15%20and%2029%2C%20in%20Europe.>
- *European credit system for vocational education and training (ECVET)*. (n.d.). Cedefop. Retrieved April 13, 2022, from <https://www.cedefop.europa.eu/en/projects/european-credit-system-vocational-education-and-training-ecvet>
- European Education Area. (n.d.). *Skills and Qualification*. [http://ec.europa.eu/education/policy/strategic-framework/skills-qualifications\\_en](http://ec.europa.eu/education/policy/strategic-framework/skills-qualifications_en)
- Eurostat, [Young people \(aged 15–29\) neither in employment nor in education and training, by sex and age, 2021](#) (%)
- Eurostat. (2021, 10 18). *Jugendliche, weder beschäftigt noch in Ausbildung oder Weiterbildung (NEET), nach Staatsangehörigkeit*. Retrieved 4 13, 2022, from [https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/sdg\\_08\\_20a/default/table?lang=de](https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/sdg_08_20a/default/table?lang=de)
- *Evolution of the unemployment rate for 15-74 year olds*. (2022). [https://www.ksh.hu/stadat\\_files/mun/hu/mun0104.html](https://www.ksh.hu/stadat_files/mun/hu/mun0104.html) retrieved on 2022.10.14.

- Fondazione Italia in Salute, (2021), *Covid, l'impatto della pandemia sui giovani*, in "Insalute news", available at <https://www.insalutenews.it/in-salute/covid-limpatto-della-pandemia-sui-giovani-oltre-il-40-avverte-disagi-psicologici/>
- <https://data.oecd.org/youthinac/youth-not-in-employment-education-or-training-neet.htm>
- [https://pbc.gda.pl/Content/74881/Educational\\_challenges.pdf](https://pbc.gda.pl/Content/74881/Educational_challenges.pdf)
- <https://vplbiennale.org> › 190508\_Final-Declaration
- Hynes-Berry, M., McCarthy-Hynes, A., (1994), *Biblio-poetry therapy – the interactive process: A handbook*, North Star Press, Clearwater
- ILO (2020). *What does NEETs mean and why is the concept so easily misinterpreted?*. Work4Youth, Technical Brief No.1. [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/documents/publication/wcms\\_343153.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/documents/publication/wcms_343153.pdf)
- ISTAT, (2021), available at <http://dati.istat.it/index.aspx?queryid=42600>
- Istituto Toniolo, (2021), *La perdita della speranza: i NEET, tra incuria istituzionale e pandemia*, Laboratorio Futuro, available at <https://www.laboratoriofuturo.it/ricerche/la-perdita-della-speranza-i-neet-tra-incuria-istituzionale-e-pandemia/>
- JKU Linz. (2013). Unterstützung der arbeitsmarktpolitischen Zielgruppe „NEET“.
- Klamminger, L. (2020). Arbeitsmarktpolitische Strategien zur (Wieder)-Eingliederung der Zielgruppe NEETs.
- Maciej Boryń, Bartosz Duraj University of Gdańsk NEET ("Not in Education, Employment or Training") and Youth Unemployment. Comparative Analysis, Social and Economic Consequences, Remedial Programs. page 151-173
- *NEETs | Eurofound*. (2021, 11 29). Eurofound |. Retrieved April 19, 2022, from <https://www.eurofound.europa.eu/topic/neets>
- OECD (2021), *Youth not in employment, education or training (NEET)*.
- OSSERVATORIO NAZIONALE PER L'INFANZIA E L'ADOLESCENZA, *COVID-19 E ADOLESCENZA*, (2021) Centro Nazionale di documentazione e analisi per l'infanzia e l'adolescenza, available at [https://famiglia.governo.it/media/2362/covid-e-adolescenza\\_report\\_maggio2021.pdf](https://famiglia.governo.it/media/2362/covid-e-adolescenza_report_maggio2021.pdf)
- Perényi-Harka, L. (2014). *The situation of NEET youth in Hungary*. motherproject.eu/the-situation-of-neet-youth-in-hungary retrieved on 2022.10.14.
- Presidenza del Consiglio dei Ministri Ministro per le politiche giovanili, (2021) *PANDEMIA, DISAGIO GIOVANILE E NEET Relazione tecnica* available at [https://www.politichegiovanilieserviziocivile.gov.it/media/682318/relazione-tecnica\\_pandemia-disagio-giovanile-neet.pdf](https://www.politichegiovanilieserviziocivile.gov.it/media/682318/relazione-tecnica_pandemia-disagio-giovanile-neet.pdf)
- Psyche at work, (2019) *LA FIGURA DEL NAVIGATOR*, in "Psyche at work", available at <https://www.psycheatwork.com/chi-sono-i-navigator/>
- Rosina, A., (2020), *I NEET IN ITALIA Dati, esperienze, indicazioni per efficaci politiche di attivazione*, StartNet - Network transizione scuola-lavoro, available at <https://www.start-net.org/sites/start-net.org/files/attachments/366/ineetinitaliawebdef.pdf>
- Simon, D., & Csókay, Á. (2012). *Hungary: ERM comparative analytical report on Recent Policy Developments related to those Not in Employment, Education and Training (NEET)*.
- Timpone, G., (2020), *Reddito di cittadinanza: il fallimento dei navigator*, 2020, in "Investire oggi", available at <https://www.investireoggi.it/economia/reddito-di-cittadinanza-il-fallimento-dei-navigator-spiegato-semplce-semplce/>

- Trovato, S., (2021), *Gli effetti sociali e psicologici della pandemia sui giovani*, 2021, in “CESVOT”, available at <https://www.cesvot.it/comunicazione/dossier/gli-effetti-sociali-e-psicologici-della-pandemia-sui-giovani>
- *What is the NQF?* (2020, March 31). Qualifikationsregister. Retrieved April 13, 2022, from <https://www.qualifikationsregister.at/en/der-nqr/what-is-the-nqf/>
- Wikipedia, [NEET](#) (retrieved: 07.09.2022)
- Youth Guarantee, available at <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1079&langId=en>



## 1. számú melléklet: A mai fiatal generáció további jellemzői

Célcsoportunk, a NEET-ek a Z-generáció gyermekei, akiknek szülei többnyire az Y- és részben az X-generációból származnak.

Prof. Dr. Martin Schröder a következőképpen írja le ezeket a generációkat:

A Z-generáció (1995-2009 között született) számára fontos a vagyonvesztéstől való félelem, az okostelefonok, a közösségi média, a szülők mint legjobb barátok, az állandó válságérzet (gazdasági, társadalmi, politikai, környezeti, pszichológiai stb.), a terrortól való rettegés. Jellemző viselkedésük: Randizás applikációkon és közösségi médián keresztül, visszajelzés és elismerés függőség, félelem a jövőtől, nehéz döntéshozatal, a radaros megfigyeléshez hasonlítható koncentrációjuk, első számú prioritás a "családi kohézió", bizalom a minősítéseken és a like-okon keresztül, nehézségek a magánéleti kommunikációban. A munkához való hozzáállásukra pedig jellemző: Itt van a munka, és ott van az életem.

Szüleik többnyire az Y-generáció gyermekei, akik a jólétre, az e-mailre, a mobiltelefonra, a "tedd, ami boldoggá tesz" szülői mondásra, a szabadságra, a kötelező katonai szolgálat megszűnésére alapuló értékrenddel bírnak, és jellemző viselkedésük: szabadságszeretet, egoizmus, először önmegvalósítás - aztán családtervezés, a pillanatnak élés (nyugdíj, mi az?) valamint a munkához való hozzáállás: először az élet, aztán a munka.

Sok fiatalnak nincs világos személyiségképe és helye az életben. Szenvednek a szomorúságtól, fáradtságtól, a lendület hiányától, a hobbi és a barátok iránti érdeklődés hiányától, a félelemtől, a belső üresség érzésétől. A külső körülmények pedig fokozzák a fiatalokra nehezedő nyomást, mint például a világ felgyorsult változása, a nagy teljesítménykényszer, a családi struktúrák csökkenő szerepe, és a főként az interneten keresztül történő társadalmi kapcsolatok. És mindez életüknek abban az időszakában történik, amikor a bizalomra és biztonságra alapozva kellene felépíteniük életpályájukat és munkahelyi karrierjüket.

Az európai és nemzeti politikák fokozzák ezt a nyomást, mint például a bolognai célkitűzés, miszerint a fiatal felnőttek 40%-ának felsőfokú végzettséggel kell rendelkeznie, valamint a bizonyítványok/diplomák egyre nagyobb hajszolása, beleértve az érvényesítést (VPL). Emellett a változás növekvő sebessége miatt a NEET-ek számára nehezebbé válik a magasabb végzettségűek iránti piaci keresletnek való megfelelés, és a középmezőnyben kevésbé, ami kisebb esélyt jelent a munkaerőpiacon.

Dr. Rainer Funk kifejtette előadásában (2008) "Verbunden sein ohne Bindung: Psychodynamik eines neuen Charaktertyps" című előadásában, hogy a fiatalok több mint 20%-a már most is nárcisztikus, és a tendencia növekvőben van. Úgy tűnik, hogy a normális, szociális, társadalmi, fejlődési viselkedés és a fiatalok viselkedése között eltérés van, hiszen a fiatalok azt bizonygatják, hogy ők a legjobbak, a többiek felett állnak. Már nincs látható kapcsolat belső énjük (érzelmeik, motívumaik, valódi személyiségjegyeik) és a külvilág felé mutatott személyiségük között.

## 2. számú melléklet: Munkanélküliségi ráta és NEET-ráta

A NEET-eket az Európa 2010. évi "Fiatalok lendületben" elnevezésű kiemelt kezdeményezése során említették először kifejezetten az európai politikai vitában. A fogalom a 15-24 éves korosztályra vonatkozott, majd később kiterjesztették a 15-29 évesekre is. A fogalom azóta az uniós szintű politikai párbeszéd fontos részévé vált. 2019-ben a 15-29 éves népesség 12,6%-a volt NEET, ami az elmúlt évtized legalacsonyabb szintje volt, de a COVID-19 járványt követően ez az arány 2020-ra 13,7%-ra emelkedett.

(NEETs | Eurofound, 2021)

A következő táblázat a NEET-arány és a munkanélküli fiatalok arányának összehasonlítását mutatja az EU27-ek területén.

Ország	NEET korcsoport	Munkanélküli fiatalok
	Aránya (%)	Aránya (%)
<b>EU27</b>	<b>12,8</b>	<b>14</b>
Belgium	10,5	15,5
Bulgária	18,1	14,9
Csehország	11,0	7,8
Dánia	9,9	10,2
Németország	6,4	5,7
Észtország	10,7	19,3
Írország	13,4	12,6
Görögország	18,1	31,1
Spanyolország	15,2	29,8
Franciaország	13,3	16,4
Horvátország	14,6	18,3
Olaszország	22,0	24,2
Ciprus	13,6	16,8
Lettország	11,2	10,3
Litvánia	13,1	11,5
Luxemburg	6,2	14,5

Magyarország	14.7	10,7
Málta	9,0	10,5
Hollandia	5,2	7,3
Ausztria	7.1	9
Lengyelország	12,9	9,1
Portugália	10.8	19,9
Románia	16,6	22
Szlovénia	8.5	10,1
Szlovákia	15.2	18,8
Finnország	10.1	15,2
Svédország	6.4	22,4

(Eurostat, 2021)

### 3. számú melléklet: A NEET fiatalok szempontjából releváns uniós eszközök

Számos kezdeményezés született a kompetenciák és képesítések átláthatóságának és elismerésének javítására Európa-szerte. Ezek közé tartoznak:

- Az Európai Képesítési Keretrendszer (EKKR) segít a nemzeti képesítési rendszerek, keretrendszerek és szintjeik összehasonlításában, hogy a képesítések olvashatóbbá és érthetőbbé váljanak a különböző európai országokban és rendszerekben.

- Az Europass, öt szabványosított dokumentum és egy 26 nyelven ingyenesen elérhető készségútlevél, amelynek célja, hogy a felhasználók Európa-szerte bemutathassák készségeiket, képességeiket és tapasztalataikat. Lásd: <http://europass.cedefop.europa.eu/>

- Kreditrendszerek: ECTS a felsőoktatásban és ECVET a szakoktatásban és szakképzésben.

- Minőségbiztosítási intézkedések a felsőoktatásban és a szakképzésben

(Európai Oktatási Terület)

Az Európai Unió (EU) több közös eszközzel segíti az embereket abban, hogy értékelt tanulási eredményeiket átvegyék, elismerjék és akkreditálják, képesítést szerezzenek, vagy részt vegyenek az egész életen át tartó tanulásban. Az Európai Szakképzési Kreditrendszer (ECVET) az egyik ilyen eszköz; rugalmas és személyre szabott tanulási utakat alkalmaz, beleértve a transznacionális mobilitást is.

#### Mit tesz az ECVET

Az ECVET lehetővé teszi a tanulók számára, hogy egységekben szerzett tudásukat megszerezzék, átvegyék és felhasználják, miután ezeket az egységeket teljesítették. Ily módon a tanulók saját tempójukban építhetik fel képesítésüket a saját országukban és külföldön, formális, nem formális és informális környezetben szerzett tanulási eredményekből. A rendszer a tanulási eredmények egységein alapul, amelyek a képesítések részét képezik, és amelyek értékelhetők és ellenőrizhetők.

A rendszer keretet biztosít a tanulók mobilitásának és a képesítések átvihetőségének fokozására azáltal, hogy alapelveket és technikai előírásokat határoz meg, valamint felhasználja a meglévő nemzeti jogszabályokat és rendeleteket. A rendszer az európai képesítési keretrendszer valamennyi szintjének szakképesítésére vonatkozik.

Az ECVET kiegészíti az Európai Képesítési Keretrendszer (EKKR), az Europass és az Európai Szakképzési Minőségbiztosítási Referenciakeret (EQARF) koncepcióit és elveit, és azokra épül.

#### A Cedefop tevékenysége

Az Európai Bizottsággal együttműködve a Cedefop figyelemmel kíséri az ECVET-ajánlás alkalmazását uniós, nemzeti és ágazati szinten, valamint technikai és elemzői támogatást nyújt. A Cedefop kutatja

és elemzi a képesítéseket és a képesítési rendszereket, valamint az oktatás és képzés európai eszközei (ECVET, ECTS, EQF, FQ-EHEA, Europass, EQAVET) közötti kapcsolatokat.

A Cedefop emellett szervezi az ECVET-tel kapcsolatos eseményeket, és részt vesz azokon, beleértve az ECVET felhasználói csoport találkozót, az éves ECVET Fórumot és a társaktól való tanulási tevékenységeket.

(Európai szakképzési kreditrendszer (ECVET))

### **Az Europass**

Az Europass célja a képesítések, tapasztalatok és eredmények egyszerű összehasonlíthatósága az EU területén. Megkönnyíti a felhasználók számára, hogy dokumentálják készségeiket és képzettségüket, és olyan pályázatot nyújtsanak be, amely egész Európában érthető és értékelhető. További dokumentumokkal, mint például az Europass Mobilitás, az Europass bizonyítvány-kiegészítés és az Europass oklevél-kiegészítés, még pontosabban dokumentálhatja kompetenciáit, és ezt követően bemutathatja azokat a kívánt munkahelyen/képzési helyen.

(Der Europass: Dokumentumok, é.n.d.)



KOORDINÁTOR

**Rogers Foundation for Person-Centred Education**

Hungary

[rogersalapitvany.hu](http://rogersalapitvany.hu)



**Centro per lo Sviluppo Creativo "Danilo Dolci"**

Italy

[danilodolci.org](http://danilodolci.org)



**GeSoB – Gesellschaft für Sozialforschung und Bildung**

Austria

[gesob.at](http://gesob.at)



**UWEZO GmbH**

Germany

[www.uwezo.de](http://www.uwezo.de)



**Astoria Színházi Közművelődési Egyesület**

Hungary

[rs9.hu](http://rs9.hu)



[joy-experience.eu](http://joy-experience.eu)



This work is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International



Az Európai Unió  
társfinanszírozásával

**ERASMUS+ programme – Cooperation Partnership in Adult Education**

Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk.

**Ode to Joy - Developing Attunement through the Experience of Joy**

Project ID: 2021-1-HU01-KA220-ADU-000028311