

ÚJRAGONDOLT KATECHÉZIS: SZEMPONTOK ÉS TAPASZTALATOK A PANDÉMIA UTÁN

Szászi Andrea¹

Abstract

Although God's Word is always the same, but Christian education and catechesis have to renew by facing the current challenges and opportunities in the environment. For this very reason, nowadays we have to rethink catechesis under the influence of VUCA environment and COVID-19. We live in times of paradigm shift. In catechesis, it means that educators need to learn new methods for teaching the rising generations, the professional pedagogical service providers should develop usable materials, including digital tools. This study presents the practice developed by the Reformed Pedagogical Institute. It also contains the user feedback and experiences and the conclusions that can be drawn from them. Besides this, we introduce the new paradigm of catechesis, which requires a modern vision, including a very important role of the resilience for students and educators.

Keywords

Adaptation, catechesis, development, digital tools, resilience, VUCA-world

Az „újratervezés” kifejezés jól ismert a GPS-t használó autóvezetők számára. Különböző érzelmeket válthat ki belőlünk, de abban biztosak lehetünk, hogy amikor elhangzik, akkor valamilyen váratlan helyzettel, előre nem látott vagy nem várt akadállyal találkozunk. Néha az egész utunkat át kell tervezni, mert veszélyes lenne az eredetileg eltervezett irányba haladni. Ehhez képest, az „újrarendelt” szó enyhébb kifejezés. Tartalmában pedig azt jelenti, hogy valami, ami jó és hasznos, újra érdemes szemügyre venni – és szükség, valamint lehetőség szerint – igazítani rajta, azért, hogy élettel teli legyen vagy maradjon. A tanulmányom során a hittanoktatást szeretném újrarendelni, illetve szempontokat megfogalmazni a további fejlődéshez és formálódáshoz: két impulzust megragadva. Ezek a következők:

- az ún. VUCA környezet és a 2020-as pandémia, valamint és az általa indukált változások a tananyagfejlesztésben,
- másrészt pedig a környezeti tényezők ellensúlyozására a gyermekek pszichés-lelki fejlődésének támogatása a katechézis által nyújtott lehetőségekkel.

A szilárd alap

Kiindulópontként szeretném kiemelni, hogy bár változó és néha zavarosnak tűnő világban élünk, de Isten Igéje és Kijelentése nemzedékről-nemzedékre ugyanaz. Keresztyén emberként szilárd alapra építhetünk: a Krisztusban kapott kegyelemre és arra, hogy a Szentírás szerint „*Jézus Krisztus tegnap, ma és mindörökké ugyanaz.*” (Zsid 13,8) A katechézis újrarendeléséhez egy fontos teológiai alapelvhez érdemes visszanyúlni. Ez az ún. „*ecclesia reformata, semper reformanda*” elv, mely református identitásunk része. Az egyháznak, mint Krisztus testének, folyamatosan meg kell újulnia, mely az adott kontextusban, történelmi, társadalmi és kulturális valóságban történhet meg. [1] Azaz, folyamatosan a jelenben kell élnünk és tudatosan jelen lenni Isten Igéjével a körülöttünk lévő világban, úgy, hogy közben odafigyelünk a változó környezet életvalóságára is. Mindeközben pedig érdemes tisztában lennünk azzal is,

¹ Dr. Szászi Andrea, Református Pedagógiai Intézet, katechetikai igazgatóhelyettes. E-mail: szaszi.andrea@reformatus.hu

hogyan az egyházban lévő megújulás nem egy emberi szándék és akarat, hanem a Szentháromság Isten megújító munkájának az eredménye. Ennek a tevékenységnek lehet részese és közreműködője az egyház, illetve a szolgálattevő is.

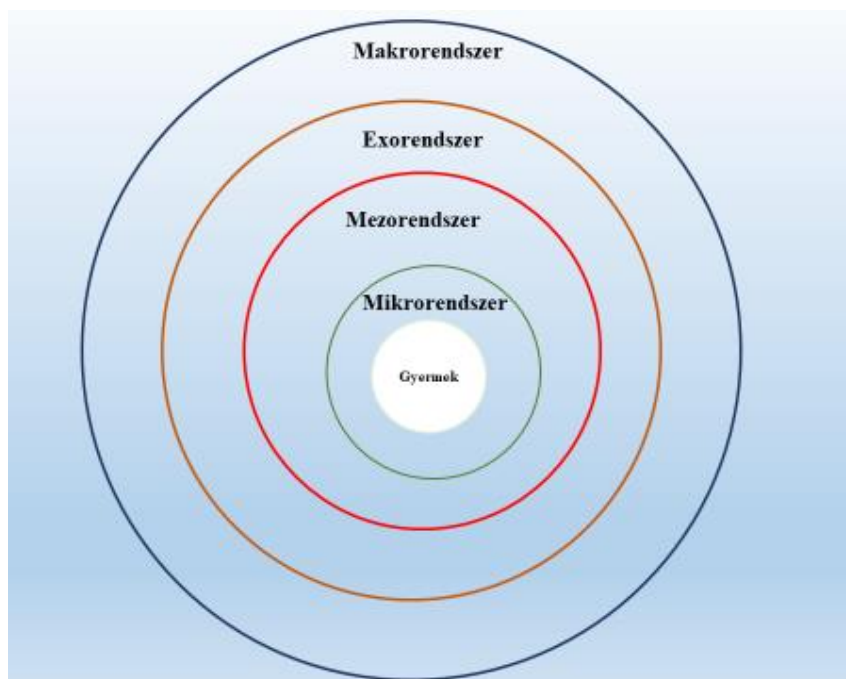
Hogyan történhet mindez? Ehhez kapcsolódik Paul Tillich felismerése: az egyháznak és a teológiának közvetítő szerepe van az örökkévaló és állandó Ige, valamint a formálódó, változó világ között. Ehhez ő a korreláció módszerét ajánlja, mint egy olyan utat, mely segíti Isten Igéjének megértését a mindenkori kultúra számára. [2] Olyan párbeszéd lehet ez, melyben az isteni üzenet és a kultúra találkozik. A létkérdések a társadalom mindennapi életéből kerülnek fölvetésre, melyekre a Szentírásból, Isten Igéje adhat választ jelentő iránymutatást. Ehhez azonban a közvetítő szerepben lévő egyháznak tisztában kell lennie az aktuális életkérdésekkel és ismernie szükséges nemcsak tiszta forrásból a Szentírást, de a megszólítottakat is. A katechézis során is ezt a szemléletmódot érdemes képviselnünk, hogyha Isten áldásait szeretnénk közvetíteni a ránk bízott gyermekeknek és fiataloknak. [3]

A környezeti „tényező”

Isten Igéje tehát állandó és alap lehet a keresztyén ember számára. A körülöttünk lévő világ azonban folyamatosan változik. Ha pedig a társadalomkutatás szempontjából nézünk a környezetünkre, akkor azt is láthatjuk, hogy minden korszaknak egyéni sajátosságai, nézőpontja, jellemzői vannak. Napjaink világát ún. „VUCA” környezetként jellemezhetjük. A társadalomkutatók használják általában ezt az egészen új kifejezést, mely egy angol nyelvű mozaikszó. Nagyon rövid, alig egy évtizedes történetre tekint vissza a használata. A mozaik a következő angol szavakból áll össze: volatility (változékonyság), uncertainty (kiszámíthatatlanság/bizonytalanság), complexity (komplexitás/bonyolultság), uncertainty (ellentmondásosság). A téma kutatói szerint a társadalmaknak, de a szervezeteknek is tisztában kell azzal lenniük, hogy világunkat ezek a fő tényezők jellemzik. Különösen a vezetőknek kell úgy döntéseket hozniuk, szempontokat mérlegelniük, hogy többféle alternatívát is szem előtt tartanak és ezeket a világban jelen lévő tényezőket figyelembe veszik. Éppen ezért több vezetői modellt is kínálnak rá a szakemberek – bár azok feltérképezése nem a jelen tanulmány feladata. [4] Olyan szempontból lehet érdekes a számunkra, hogy a katechézis területén, akár hittanoktatóként, akár lelkipásztorként szolgálva, tanulhatunk a hatékony vezetői stratégiákból. Sőt, a VUCA környezet hat az oktatásra is. Az oktatáskutatók az információs társadalom kifejezést használják korunkra, és az általuk felismert szempontok között fontos szerepet játszik a folyamatos változás és az erre adható pedagógiai válaszok. Ebből a talajból nőtt ki magát a digitális pedagógia és módszertana, melyre számos jó gyakorlatot találhatunk a blended learning, gamifikáció, digitális történetmondás vagy éppen az e-learning területén. [5]

Fontos megemlíteni azt is, hogy a VUCA világra jellemző gyors és hirtelen változások, melyek látszólag nem függenek egymással össze, minden embert érintenek, nemcsak a vezetőket. A rá adott reakciók pedig sokféle lehetnek. Ha a gyermekek világára gondolunk és azt vizsgáljuk, hogyan hat rájuk ez a változékonyság, kiszámíthatatlanság, komplexitás és időszakonként ellentmondásosság, akkor egy másik – korábbi – elméletet is érdemes segítségül hívunk. Bronfenbrenner szemléletmódja az 1970-es években egy nagyon hétköznapi tapasztalatból indult ki: olyan közegben éljük az életünket, melyben sokféle hatás ér bennünket. Vannak olyanok, amelyek közvetlenül érnek bennünket és befolyásolják a mindennapjainkat. Mások pedig a családtagjainkon, barátainkon, a munkahelyünkön vagy éppen a társadalmon keresztül ér el bennünket. A hatások különféle súlyúak az életünkben, de az tagadhatatlan, hogy kisebb-nagyobb mértékben befolyást gyakorolnak ránk. Nemcsak felnőttként igaz ez, hanem az egész életünkre, a gyermeki fejlődés időszakára is jellemző. Ezt a felismerést használta fel Urie Bronfenbrenner, aki az ún. „humán-ökológiai” modelljében négy szintet különböztetett meg. Véleménye szerint a környezetünk olyan struktúrák rendszere, melyben a különböző

hatásrendszerek egyre nagyobb körben jelennek meg és minden rendszer kapcsolódik az előzőhöz – beleilleszkedik és hat a másokra. Ezek a rendszerek szabályokat, normákat, szemléletmódot is magukba foglalnak, melyek közvetve vagy közvetlenül hatnak az egyénre.[6] Az 1. ábrán látható modell kifejezi azt, hogy az egyes szintek tartalma „átszűrődik” a következőre, hatást gyakorolva arra. Ha gyermek- és ifjúkori katechézis oldaláról nézzük ezt a modellt, akkor a mikroszintet a gyermeket közvetlenül körülvevő környezet jelenti, ami a legnagyobb hatással van rá. Ide tartozik a családja, de a szülők nevelési látásmódja, az őt közvetlenül nevelő személyek gondolkodása, tettei és viselkedése is. A témával foglalkozó kutatók napjainkban ide sorolják a szomszédságot és az iskolát is – de vannak, akik az oktatás intézményrendszerét a második szintre teszik, az elmélet szerzőjének eredeti gondolkodásmódjához kapcsolódva. A tanulmány során Bronfenbrenner eredeti szemléletét követjük mi is, mivel érdemes egy alapos és lehetőség szerint egyértelmű elhatárolást hozni a különböző szintek között. Ennek megfelelően a következő kört a mezorendszer elemei alkotják. Ide kapcsolódnak be a barátok, a szomszédok, az intézmények (mint pl. óvoda, iskola), stb. A gyermekekre tehát az is hatással van, hogy milyen baráti társaságba tartozik, mik a normák az oktatási intézményben, ahová jár, stb. Katechetikai szempontból itt jelennek meg az óvodai- és iskolai hitre nevelés alkalmai. A táguló struktúrában az exorendszer részét képezik a helyi önkormányzat és szolgáltatások köre. Ide sorolható a felekezethez való tartozás, a gyülekezeti közösség is, ha a saját területünkre gondolunk. De ide kapcsolódik az a hatás, amit a szülő hoz magával az ő munkahelyéről, stb. A hatásmechanizmus szempontjából legnagyobb kört, a makrorendszert, a társadalmi szinthez kapcsolhatjuk és az ott jelen lévő szemléletmód, normák és elvárt viselkedésmód hatását jelentik. Később egy ötödik szint is kapcsolódott a modellhez, mely a Krono-rendszer nevet kapta. Ez olyan hatásokat, történelmi és történeti eseményeket foglal magába, melyeknek az egész életre (és nem csak egy pillanatnyi időszakra van hatása). Értékek változását, oktatáspolitikai változásokat vagy paradigmák fejlődését/változását okozhatják ezek az események. [7] Mivel ez speciális helyzeteket és eseményeket jelöl, amelyek nem minden esetben fordulnak elő, ezért a modellre vonatkozó ábrában nem került feltüntetésre. Ugyanakkor számunkra mégis fontos ez a szint, mert az elmúlt időszak, 2020 elejétől tekintve ilyen paradigmaváltó hatásokat hordoz magában. Ezekről a következő részekben lesz szó.



I. ábra: Bronfenbrenner humán-ökológiai modelljének szintjei

Kihívások a pandémia fényében és árnyékában

Bronfenbrenner modelljének később beillesztett ötödik szintjének működésére és a VUCA környezet sajátosságaira kiváló példát szolgáltatnak az elmúlt néhány év átélései. A COVID-19 vírus 2020 elejétől nemzetközi járvánnyá vált és folyamatosan terjedt. Mindannyian tapasztalhattuk a kezdeti meglepetést, a terjedő rémületet, az ellentmondásos híreket, a krízis által okozott érzelmi válságokat. De szembesülhettünk családi vagy egyéni, esetleg közösségi tragédiákkal, váratlan kihívásokkal (pl. az iskolák, előzetes felkészítés nélküli és gyors, digitális oktatásra való átállása stb.) A hozzá kapcsolódó speciális élethelyzetek az elmúlt alig két évben számtalan szemléletmódváltást hoztak magukkal. Gondolhatunk itt pl. a home office rendszer kiterjesztésére, de a digitális oktatás szélesebb körű használatára, a gyakori kézmosás és a maszkok használatának elfogadottá válására, stb. A gyülekezetekre és iskolákra is hatással volt az elmúlt időszak. A gyülekezetek nagy része online istentiszteleteket tartott, ki kellett dolgozni pl. az otthoni úrvacsora lehetőségeit, új utakat kerestek az idősek megszólításában, a gyermekek közötti szolgálatban is. Az elmúlt időszakban olyan formálódások tanúi lehettünk, amelyről érdemes néhány szót szólni.

Andy Crouch és kutatótársai vetették föl először a paradigmaváltozás lehetőségét a keresztyén szervezetek számára. Kiindulópontként, a válság kezdetén többféle foratókönyvet fogalmaztak meg arra nézve, hogy vajon mi várható és hogyan értelmezhetjük az aktuális eseményeket. Elsősorban a szervezetekre koncentráltak, de nagyon pontos helyzetelemzést végeztek, mely az egyénekre és a csoportokra egyaránt vonatkoztatható. A jelenre és a várható jövőre vonatkozó kilátásokhoz három kulcsszót kapcsolnak. Úgy értelmezték, hogy a járvány elején az emberiség úgy tekintett az új helyzetre, mint egy hirtelen jött hóviharra. Ebben a szituációban a leghatékonyabb megoldás, ha menedéket keresünk és ott várjuk meg a vihar végét. Aztán - látva, hogy nem oldódik meg magától és gyorsan a krízis – a „tél” kifejezést kapcsolják hozzá. Az ilyen értelmezés jellemzője, hogy ugyan kimehet az ember, de csak egy rövid időre a téli hidegbe. Átvitt értelemben védő felszerelésre és a várható előrejelzések folyamatos figyelemmel kísérésére van szükség. Hosszabb időszak, de a lényeg, hogy túléljük a pandémia okozta telet. Majd, tanulmányuk megfogalmazásakor már felismerték, hogy ez az időszak nem más, mint egy modern kori „jégkorszak”. Egy olyan időszak, amelyben semmi sem olyan és nem úgy működik, ahogyan korábban. A túléléshez és a boldoguláshoz új utakat kell találni, amiben fontos szerepe van a megfelelő adaptációnak és az újjáépítésnek. [8] A szerzők a keresztyén szervezetek vezetői számára alternatívákat is kínáltak a megoldáshoz, melyben a reális áttekintésnek, az Istenbe vetett bizalomnak, de a számba vehető finánciális, lelki és egyéb erőforrások feltárásának, a stresszkezelő technikák elsajátításának és többféle jövőtervezésnek egyaránt szerepe van. [9]

Ma már tudjuk és kimondhatjuk, hogy a harmadik foratókönyv valósult meg. Ez azt is jelenti, hogy egy ilyen modern „jégkorszak” megtapasztalása után semmi sem lehet ugyanaz, mint ami korábban volt. A helyzet kihívásokat és nehézségeket hozott magával, de lehetőségeket is tartogatott. [10] A katechézis területén 2020 kezdetétől több kihívással is találkozhattunk a járványhoz kapcsolódóan. A Református Pedagógiai Intézet katechetikai igazgatóhelyetteseként abban az áldásban lehet részem, hogy a Magyarországi Református Egyház hittanoktatásával országos szinten foglalkozhatunk a katechetikai munkacsoportban tevékenykedő munkatársaimmal együtt. [11] Sőt, mivel 2016 óta, a Kárpát-medencei reformátusság egyháztestei fokozatosan veszik át az általunk fejlesztett hit- és erkölcsstan tantervet és kapcsolódó taneszközöket, vesznek részt kollégák a képzéseinken, így a határon túli magyar reformátusság katechétaival való kapcsolat is folyamatos. Az itt található felismeréseket a velük való közös munka, szakmai beszélgetések és szóbeli/írásbeli visszajelzések tapasztalataira alapozva fogalmaztam meg.

A kihívások és nehézségek terén két irányt fedezhetünk fel a 3-18 éves korosztály katechézisben:

- a) *Gyakorlati segítségkérés*, mely iskolabezárásokhoz kapcsolódó otthoni oktatás támogatását jelentette. Maga a helyzet nagyon váratlanul érkezett. Magyarországon 2020. március közepén, majd a középiskolákban gyakorlatilag három féléven keresztül szinte alig, az óvodákban minimálisan voltak jelen a pedagógusok, az általános iskolákban pedig kisebb-nagyobb kihagyásokkal volt csak jelenléti oktatás. Ez a helyzet a hittanoktatást és a hittanoktatókat/lelkipásztorokat is erősen megviselte és megterhelte. Gyorsan kellett reagálni és olyan segédleteket, anyagokat kézbe adni, amelyek a katechéták számára segítséget jelentenek. Ugyanez volt tapasztalható Felvidéken, Erdélyben, Kárpátalján, Délvidéken is. A szolgálattevők jó része azzal szembesült, hogy számára túl nagy kihívást jelent a rendelkezésre álló digitális eszközök használata. Voltak, akik nem is mindig tudták elképzelni, hogyan valósulhat meg ez a mindennapokban, merre és hogyan induljanak. Ráadásul a központi utasításoknak megfelelően általános iskolában nem vagy csak nagyon elszórtan és minimális óraszámokban lehetett online hittanórát tartani, így erre is tekintettel kellett lennünk a segítségnyújtás alternatíváinak feltérképezése során.
- b) *Lelki támogatás*, azaz a rendkívüli helyzetben a lelki egészség támogatása, vagyis a gyermekek, fiatalok és felnőttek mellé állás a krízisben. Iránymutatás, az Ige bátorításának közvetítése - úgy, hogy közben maguk a szolgálattevők is hasonló élethelyzeteket éltek meg, küzdöttek a kihívásokkal és szinte „kapkodták a fejüket” a kiszámíthatatlan, váratlan és sokszor egyáltalán előre nem látható történések között. Harcoltak időszakonként a betegséggel, az aggodalommal vagy éppen hitkérdésekkel és a kiszámíthatatlannak tűnő helyzetekkel.

Számvetés: adatok, tények és felismerések

a) *Gyakorlati segítségnyújtás*

Az elmúlt közel két évre visszatekintve, pedagógiai-szakmai szolgáltatóként az első kihívás – bár sokak számára az tűnt rémítőnek – volt a könnyebben kezelhető. Egyrészt azért is, mert évek óta fontos szempontnak tartjuk a katechézisben a Z generáció hittanoktatásának módszertanilag új alapokra való helyezését. Ahogyan már a tanulmány elején is volt szó róla, amit a társadalomkutatók ma VUCA környezetnek neveznek, azt az oktatással foglalkozó szakemberek már jó ideje információs társadalomnak hívják és a digitális kultúra névvel illetik. Ennek a kultúrának a fő jellemzői a következők: komplexitás, szóbeliség és írásbeliség összeolvadása, fokozódó sebeség az információáramlásban, konvergencia és multitasking, főleg az online jelenlétben. Azt is szem előtt törekszünk tartani a hittanoktatáshoz ajánlott taneszközök, tananyagok és szakmai-módszertani segédletek kapcsán, hogy napjaink Z, Y és Alfa generációjának nemcsak a világa, de a látásmódja, világképe, internethasználata, tudáshoz való hozzáférése és sok esetben a tanulási módszere is más, mint a nagyrészt „digitális bevándorló” tanáraié. [12]

A pandémia által indukált kis „jégkorszakban” igyekeztünk mindezt figyelembe venni és abból kiindulni, arra építeni, amink már volt és jó iránynak tűnt a korábbi tapasztalatok alapján. Mivel a digitális bennszülöttekre vonatkozó felismeréseket eddig is igyekeztünk beépíteni a hittanoktatás segítésébe, nemcsak IKT eszközöket fejlesztettünk, hanem lehetőség szerint azok használatát, módszertani szempontokat nyújtottunk az érdeklődő kollégáknak. Így született meg az RPI hit- és erkölcsstan online feladatbankja, még 2017-ben, ami azóta is folyamatosan tartalmi fejlesztés és bővítés alatt áll. A <https://rpi-feladatbank.reformatus.hu> oldalon elérhető szakmai feladatgyűjtemény ingyenes regisztráció után használható.



2. ábra: Az RPI hittan online feladatbank QR kódos elérhetősége

A katechéták 3-18 éves kor közötti korosztály számára, az hittankönyvcsaládhoz tartalmilag illeszkedő feladatokat találhatnak. Jelenleg 26 típus elérhető, melyben szöveges, képes ötletek éppen úgy fellelhetők, mint tárgyanimációs és kézműves feladatok is. A felhasználók száma, a feladatbankban található statisztikai adatok alapján ma 2000 fő, akik több mint 7000 (könyvű, nehéz és átlagos szintre bontott) feladatot érhetnek el. Ezekből a szolgáltatók, a saját csoportjukra szabott módon, differenciáltan állíthatnak össze feladatlapokat. Az elkészült anyagok kinyomtathatók és kézbe adhatók, vagy pdf formátumban (akár megoldókulccsal együtt) kiküldhetők. Bizonyos típusokhoz a katechéták maguk is írhatnak feladatokat. Mivel a hittankönyvek online olvasható változata az RPI honlapján megtalálható, valamint az általános iskolai hittankönyvek digitális tankönyvként is beépítésre kerültek már az elmúlt években, így ezekre támaszkodni lehetett. Ehhez nyújtott még segítséget a 2019-ben indult mobil és számítógépes applikáció is, az RPI hittan játék- és zenetára, ahol hittanórai énekek, játék ötletek elérhetők. (Elérhetősége: <https://rpi-jatekok.reformatus.hu/#/home>)



3. ábra: Az RPI hittan játék- és zenetár QR kódos elérhetősége

Volt tehát alap, amihez nyúlhattunk, de a korábbi tapasztalataink azt mutatták, hogy a kollégák egy része nehezebben boldogult a digitális világ kihívásaival. Ezért, a tananyagokkal kapcsolatos megtámogatás részeként e-learning szempontokat figyelembe vevő, „részben önjáró” digitális tananyagokat, letölthető, formálható és egyéni sajátosságra szabható, de a központi taneszközökhöz illeszkedő PPT-k készítésébe kezdtünk az általános iskolai korosztály számára. Kihívást jelentett, hogy Magyarország határain belül és kívül is kérték, illetve várták a segítséget. Mivel gyorsan törekedtünk a támogatásra, így az első digitális oktatási héttől kezdve küldtük az anyagokat. Az első hónapok során azt javasoltuk a kollégáknak, hogy aki ezeket szeretné használni, az a központilag készített tanmenet szerint haladjon. Beépítettünk az online feladatbankba egy új funkciót is, melyben az elkészült feladatlapokhoz generálhatóvá vált egy online link. Ennek a segítségével közvetlenül, az interneten megoldhatóvá és önállóan ellenőrizhetővé váltak a feladatsorok. 2020 nyarán aztán folytattuk az általános iskolai PPT-k készítését a teljes évfolyamok anyagával. Ezek eredménye mára 429 olyan PPT, melyek a hittanórai anyag otthoni elsajátításához (önálló vagy minimális segítséget igénylő tanulásához) is felhasználhatók, de beépíthetők a jelenléti oktatás során a tanórába is.

A készítés során valláspedagógiai és teológiai szempontokat egyaránt igyekeztünk érvényesíteni.

Teológiai szempontból a következőkre figyeltünk kiemelten:

- Biblikusság és a reformátori alapelvek („sola”-k) a témafeldolgozás során.
- Református szemléletmód közvetítése azokban a témákban, ahol kapcsolódási lehetőség adódott.
- Isten felkínált kegyelmére, életünkben való jelenvalóságára és áldásaira való folyamatos rámutatás.

Valláspedagógiai szempontból a következőkre alapoztunk:

- A tanulók komplex személyiségfejlesztése: értelmi, érzelmi, spirituális formálás és a hitből fakadó cselekvésre bátorítás.
- A teljes személyiség mozgósítása.
- Az Istennel való kapcsolat megalapozása, megerősítésre és az egyéni hit megélés támogatása.
- Ahol lehetőség adódott rá, ott az egyházzól, a gyülekezettről alapvető ismeretek átadása – illetve az illetékes egyházközösségek online lehetőségeibe való bekapcsolódásra buzdítás.
- Egyházi ének kincsünk beépítése az IKT eszközeivel.

Mindezek mellett módszertanilag, az IKT által adott lehetőségeket megragadva a következőkre törekedtünk:

- Témától és korosztálytól függően egy értelmezhető, kezelhető diasor. Ennek eredményeként 8-20 dia tartozik egy feldolgozáshoz. Ezek feldolgozási időtartama 15-35 perc.
- A gyülekezeti hittanoktatás heti egy és az egyházi iskolai hittanoktatás heti két órájának szem előtt tartása (plusz anyagok, ötletek beépítésével.)
- Önálló feldolgozásra is használható anyagok. Mivel tudtuk, hogy az alsós korosztály esetében sokszor szülő vagy nagyobb testvér segíti az olvasni nem tudó kisebbeket, így az ő számukra is beépítettünk instrukciókat, segítségkérést, visszajelzést.
- Kreatív, ugyanakkor logikus és könnyen követhető feldolgozások.
- A diasorok liturgikus keretbe illeszkednek: a református köszöntés, kezdő- és záró imák, énekek részei az anyagoknak.
- Élményt adó feldolgozások: színesek, rövidek, lényegre törő, de érthető megfogalmazásokkal segítjük az gyermekeket.
- Módszertanilag jelen vannak az elgondolkodtató kérdések, digitális történetmondás sajátosságai, a kifejező és tartalom szempontjából előrevivő szemléletű képek használata, egyedül vagy akár párban/kis csoportban végezhető (ha többen vannak jelen) feladatok és feladatsorok, animációs vagy film részletek, illetve a keresztyén énekkincs énekei.
- A lelkeség és hit formálódását az önálló imádsággyakorlatok, bibliai igeolvasásra bátorítás, gyülekezeti kapcsolódási pontok keresésének támogatásával építettük be.
- Fiatalos és szükség/lehetőség szerint humort is tartalmazó elemek.
- Ahol lehetőség adódott, ott a digitálisan megoldható drámapedagógiai, bibliodramatikus, illetve kooperatív technikákat is felhasználtuk a PPT tananyagokban.
- Természetesen mindenhol fontos szempont volt a jogtisztaság és az IKT felhasználáshoz kapcsolódó, netikett elvek megtartása.

A nehéz helyzet egyik pozitív hozadéka, hogy a Kárpát-medencei katechézisben szolgálók széles köre használta és használja az elkészült segédleteket és a gyermekeken át néhol a szülők is elérhetővé váltak. A digitális oktatás során nemcsak Magyarországról, hanem Erdélyből, Kárpátaljáról, Felvidékről és Délvidékről is kaptunk tapasztalatokat és visszajelzéseket. Ezekben a következők hangzottak el:

- komoly szakmai segítség,
- óriási segítség,
- szülők köszönetnyilvánítása,
- a család közösen nézte az anyagokat (a kisgyermeknek nyújtott segítség során) és közösen is megerősödtek a hitben,
- igényes és tartalmas segédletek.

A számvetés részeként, a teljesség igénye nélkül a szolgálattevők visszajelzései közül hármat szeretnék kiemelni:

„Európai szintű a református hittankönyv, munkafüzet, segédlet. De amivel az elmúlt napokban találkoztam, arra nincsenek szavaim. Hála és köszönet a kimagasló szakmai munkáért, a rugalmasságért, a mérhetetlen sok segítségért, amit pedagógusnak, gyermeknek és szülőnek küldenek.” hittanoktató

„Sérült gyermekek között végzem a hitoktatást. Ezek a ppt-k hatalmas segítség számomra az online órák megtartásában. Jól felhasználhatók, a gyerekek kedvelik és várják.” hittanoktató

„... szülői visszajelzések alapján is írom, hogy a gyerekeknek tetszenek a ppt-k és a többségük önállóan, figyelmeztetés nélkül, érdeklődve várja és végzi a feladatokat. A feladatokat, amelyek a lelkigondozáson túl még számos kompetenciát is fejlesztenek.” lelkipásztor

Sajnos azt a kihívást, hogy a hátrányos helyzetű települések digitális ellátottsága nem jó, illetve sokan nem tudnak bekapcsolódni a digitális oktatásba hasonló okok miatt, nem tudtuk igazán orvosolni. Az a tény, amit egy 2020-as felmérés közölt. E szerint a magyarországi, hátrányos helyzetű tanulók közel ötöde nem tudott bekapcsolódni a digitális oktatásba. [13] Az adat sokkoló és elgondolkodtató.

Természetesen az RPI-n kívül is születtek nagyon hasznos és jó anyagok, melyek a hittanoktatást is érintették. Nem új, de az anyagaink készítése során folyamatosan használt honlap a www.abibliamindenkie.hu oldal, ahol a teljes, református új fordítású (2014) Szentírás online elérhető.

A VUCA környezet gyors és hatékony, új utakat is kereső megoldásait bővítette, hogy az online istentiszteletek részeként online gyermek-istentiszteleteket, illetve előre felvett online igei gyermek-szolgálatokat készítettek kollégák. A hittanoktatásban is jól használható, kiemelkedő és úttörő anyagokat alkotott három felvidéki lelkipásztor például, akik a „Papék házából” (APH) címmel a Youtube-on tettek közzé a papírszínház módszerét felhasználó feloldozásokat. A következő linken tekinthető meg a közzétett anyaguk: <https://www.youtube.com/channel/UCH0Lh0U6zR6vXyo2UFgL3GQ/videos> Ezek közül néhányra a PPT-k készítése során, mi is hivatkoztunk és beépítettük. Akárcsak a magyarországi, milotai lelkipásztor által készített, fiataloknak szóló Apostoli Hitvallást és más, nehezebb témákra épülő igei szolgálatot tartalmazó EzIsTen? youtube csatorna néhány elemét. Itt elérhető és megtekinthető: <https://www.youtube.com/channel/UC7Xh803tI9sbVPX7-XiVxwg>

A középiskolai korosztály számára korábban is készültek már ppt anyagok az egyes modulokhoz, így azok használatát javasoltuk és linkgyűjteményeket juttattunk el a kollégák számára. Sajnos az MRE hit- és erkölcstan kerettantervének sajátossága – mely más esetben pozitív – most nehézséget okozott. A moduláris rendszerű középiskolai anyagok között nem tudtunk olyan közös pontot találni, amivel mindenkinek ugyanúgy tudtunk volna a kezdetekben, központi ppt-k kiküldésével segítséget adni. Így ott nagyobb hangsúly helyeztünk a meglévő anyagokra való rámutatásra, illetve az online képzések lehetőségeire. A pandémia által érintett 2019/2020 és a 2020/2021. tanévekre RPI által végzett elégedettségmérés alapján részben ezt értékelték a kollégák, de volt, aki ott is konkrét, kézbe adott anyagokat várt volna. Sajnos az óvodai katechézis számára nem tudtunk segédleteket készíteni a kapacitások hiánya miatt, de néhány elérhető, online anyagot és szempontokat javasoltunk az érintett hittanoktatóknak. Ezen kívül a felkészítésre tettük a hangsúlyt, mivel kiemelten fontosnak tartjuk nemcsak a közvetlen és rögtön használható segédanyagok készítését, de a képessé tételt (empowerment) is. A rendszeres, online levelezőlistán közzétett segédletek mellett az érdeklődőket a digitális módszertan területére hívtuk. Új képzési lehetőségként jelentek meg a webináriumok, melyek 2020. március – június között katechetikai területen a feladatkészítő alkalmazások, digitális ötlettárak, hittanórai ppt készítés és használat, digitális történetmondás szempontjai és a hittanoktatás digitális lehetőségei témákat dolgozták fel. Az első időszakban, 4 hónap alatt 12 webináriumon 101 fő vett részt, akik nagyon pozitív visszajelzéseket adtak és javasolták a további, online képzések tartását is. [14] Ezen kívül az RPI egészén belül új rendszerként jelentek meg az IKT-t segítő, illetve később más tartalmú webináriumok. [15] Azt tapasztaltuk, hogy katechéta éppén úgy részt vettek rajta. Készítettünk egy önálló, a webináriumokra vonatkozó felmérést 2020 nyarán, melyben a visszajelzők nemcsak értékelték ezt a lehetőséget, hanem továbbra is kifejezték igényüket rá. Elmondható tehát, hogy a pandémia egyik hozadéka az online képzések megerősödése. [16] A katechetikai rendezvények írásos visszajelzéseit figyelve tapasztaltuk és szintén pozitívként emelhetjük ki, a fizikális távolságok és korlátok csökkenése miatt a határon túli magyar résztvevők aránya is jelentősen megemelkedett.

b) Lelki megsegítés

Az RPI-ben, a pandémia időszakában a 2Tim 1,7 üzenetét közvetítettük minden fórumon: „*Mert nem a félelem lelkét adta nekünk Isten, hanem az erő, a szeretet és a józanság lelkét.*” Így építettünk be a gyermekeknek szóló ppt anyagokba a helyzet feldolgozását segítő gyakorlatokat, vagy adtunk lehetőséget arra, hogy az online webináriumokon a kollégák kifejezhessék a félelmeiket és új utakat kereshessenek. A 2020. március – júniusi időszakban leginkább az egymás mellé állás, a gyors szakmai megsegítés került a középpontba. Azt azonban megtapasztalhattuk, hogy ennél többre van szükség. Megtartottuk a katechetikai módszertani szemináriumokat és képzéseket is online, de 2020 szeptemberétől hangsúlyozottan törekedtünk a mentálhigiénés beépítésére. Így abban akartunk segítséget nyújtani, hogy a lelkipásztor, hittanoktató kollégák a feldolgozásban is segítséget kaphassanak. Ilyen volt például az „Ötórai tea hittanoktatóknak” című alkalom, melyet 3 csoportban (9 alkalom során) tartottunk meg néhány hónap alatt katechéta számára, közel 40 fővel. Sajnos adatolható felmérés nem készült a témában, de a szóbeli visszajelzések elgondolkodtatók és a jövőre nézve tanulságosak. Ezeket szeretném összegezni az alábbiakban. Általános felismerések, melyek a katechéta tapasztalataiban is visszatükröződtek.

- A 2-3. hullám sokkal jobban megviselte érzelmileg mind a gyermekeket, mind a felnőtteket. A hosszú és kiszámíthatatlannak tűnő időszak komoly érzelmi terhelést rótt az egyénekre.
- A diákok hozzáállása és motiváltsága is erősen csökkent a 2-3. hullám során. Míg 2020. március – június között szívesebben kapcsolódtak be az esetleg online hittan-

órába a diákok, vagy több visszajelzést küldtek a katechétának – addig ez csökkenő tendenciát mutatott 2021-ben.

- A kiskamaszok, kamaszok különösen nehezen élték meg a kortárs csoport hiányát. (Magyarországon a középfokú oktatásban gyakorlatilag a 2020/2021-es tanévben szinte végig digitális tanrend volt.) A közöttük szolgáló vallástanárok a kiégés jeleivel, a közöny és rezignált állapot meglepő erősödésével találkoztak. Az eltelt idő rövideje miatt tudományos publikáció diákokról még nem született a tárgyban, de az UNICEF oldalán, illetve a 2021. június 22-én tartott szakmai beszélgetésben, egy készülő kutatásra alapozva ugyanezt emelték ki az oldal szerkesztői. Amit a szakemberek tapasztalnak a gyermekek, fiatalok esetében, az a motiválatlanság, befordulás, alvási problémák, lehangoltság és a mentális egészség romlása. [17] Egy, 2020-2021-ben, magyarországi felnőttek között készült kutatás nagyon hasonló következtetésre jut. A 2019-ben induló COVID-19 járványt nemzetközi sokként jellemzik a szerzők. A 41 kérdésből álló felmérésükben azt vizsgálták, hogy a korlátozások és következményeik milyen módon hatottak a magánéleti és munkahelyi szokásokra, illetve az egészségre és a mentális állapotra. A válaszadók nagyobb része úgy vélte, hogy a munkahelyre volt igazán nagy hatással a járvány és a mentális állapotukra is negatívan hatott. Magasan kiemelték az érzelmi szférának a megterheltségét, a járvány alatt többnyire romló, illetve gyakran ingadozó hangulatot. [18] Egy másik tanulmány egy részterületre, a félelem, stressz és jóllét vonatkozásában vizsgálta ugyanezt a kérdést. Előnye, hogy a szerzők pár mondatban kitérnek a családok gyermekeire is. Kiindulópontjuk, hogy a korábbi járványoknak kimutatható negatív pszichológiai hatásai vannak, illetve a karantén és elszigeteltség negatív mentális hatást eredményezhet. Ide tartozik a megnövekedett stressz, a fertőzéstől való félelem, a PTSD, unalom, frusztrálódás is. A 2020. március – április során végzett kutatás eredményeit vizsgálva, rámutatnak arra, hogy az első hullámot vizsgálva nemcsak a felnőttek, de a gyermekek körében, nagyobb mértékben jelentek meg a depresszió és a szorongás tünetei. Emellett félelem, ingerlékenység, hirtelen hangulatváltozások is nagyobb mértékben tapasztalhatók voltak, mint a pandémia előtti időszakban. Fontos felismerésük, hogy a gyermekeket körül vevő felnőttek stressz szintje ellentétesen hat a gyermek érzelmi jóllétére. (Pl. magas szülői stressz szint, alacsonyabb gyermeki érzelmi jóllét). [19] Erősen összecseng ez Bronfenbrenner korábban említett elméletével és azzal, hogy a gyermeket, fiatalot körül vevő környezet erősen befolyásoló rá nézve.
- Míg az első hullám során alig, a következőkben egyre nagyobb lett a veszteséggel érintett diákok és pedagógusok aránya. (Ha nem is közvetlen, de a közvetett ismeretségi körben, nagyobb családban találkozhattak a súlyos betegség szövődményeivel, kórházba kerüléssel vagy akár elhalálással is.)
- Megfogalmazódott annak az igénye a szolgáltatók részéről, hogy a saját lelki egészségük érdekében is több segítségre van szükségük.
- Olyan hit-kérdések fogalmazódtak meg, melyekre a gyermekek, fiatalok választ vártak és útmutatást kértek, igényeltek. Ezekben azonban nem mindig találták meg az irányadás lehetőségeit a szolgáltatók: vagy a saját bátortalanságuk, vagy éppen a feltett kérdések nehézsége miatt.

Azt gondolom, hogy ezek mellett a felismerések nem szabad elmenni. Ha, a tanulmány elején megfogalmazott elvekre gondolunk, Tillich korreláció módszere fölhívhatja a figyelmet arra, hogy a most feltárt létkérdésekre érdemes figyelni és azokra reagálva fölmutatni Isten kegyelmét és üzenetét. Ez a munka nem kíván teológiai válaszokat megfogalmazni azokra a kérdésekre, melyek fölmerültek a diákokban. Pl. Hol van Isten a jelenlegi helyzetben? Isten büntetése vagy akarata-e a COVID-19 járvány?, stb. Viszont hasznos lenne – akár a határon

túli egyháztestek összefogásával – a teológiai kérdésekre olyan rövid és használható, gyermekek és fiatalok értelmi, érzelmi, spirituális szintjének megfelelő szakmai anyagok készítése.

A katechéták szakmai-módszertani kompetenciájának bővítése, a bármikor újra bekövetkező hasonló helyzetekben használható IKT anyagok készítése továbbra is fontos szempont a katechézis számára is. Ez az újragondolás része lehet, figyelembe véve az e-learning tananyagok sajátosságait, a digitális tananyagfejlesztés lehetőségeit a különböző platformok használatával. Azt gondolom, hogy ezekben alapvetően jól állunk, hiszen vannak kialakult módszerek, képzések, kapcsolódási pontok. Amit viszont sokkal fajsúlyosabb kérdésnek érzek, az a lelki egészség támogatása. A következő részben ehhez találhatunk néhány szempontot.

Új utak: az erőforrások feltárása és a lelki ellenállóképesség megerősítése

Andy Crouch és munkatársai, korábban már említett tanulmányukban fölvetették, hogy a COVID-19 járvány és következményei egyfajta jégkorszakot idéztek elő napjainkban. Ahogy ott ki is fejtettem, véleményük szerint a jégkorszakban a túlélés záloga az adaptáció, illetve az új utak, alternatívák felismerése és követése. Ha a katechézist gondoljuk újra ebből a szempontból, akkor az adaptáció a digitális technológiák használatával, a katechéták digitális kompetenciáinak fejlesztésével megtörténik.

Ami viszont – részben – az új utak irányába vihet az a hittanoktatás mentálhigiénés szemléletmódjának megerősítése lehet. Úgy gondolom, hogy az egyénre ható negatív tényezők hatását akkor lehet csökkenteni vagy megszüntetni, ha a protektív faktorokat, pozitív irányba segítő, védő tényezőket erősítjük. Ebben a hittanoktatás tartalma és sajátosságai sok lehetőséget tartalmaznak. Az indokláshoz, néhány szempontot kiemelve, a pszichológia és a lelkigondozás oldaláról közelítjük meg a kérdést. A pszichológia szemszögéből nézve a hittanoktatás tartalma maga a vallásos hit, illetve a spiritualitás. A vallásos hitet a pszichológia a protektív faktorok közé sorolja. Sőt, a vallásos szertartások, hit rítusok (mint például az imádság) a lelki egészséget segítő tényezők közé tartozhatnak. [20] Alapvetően tehát a hittanoktatás során olyan témákkal dolgozunk, olyan rítusok kerülnek elő, amelyek a mentális egészségre jótékony hatással vannak. Ha tovább megyünk ezen a vonalon, érdemes a valláskutatásra kitekinteni. Ezen a területen munkálkodó szakemberek szerint többféle megközelítés van, hogy miért is fontos az egyén számára a hit. Az úgynevezett értelmi megközelítés az egzisztenciálszociológia talaján született. Azt mondja, hogy az Istenben való hit értelmet ad a létkérdésekre, értelmet ad a világnak és egy teremtő, fenntartó rendre mutat rá. Ezzel oldja az ember alapvető, egzisztenciális szorongását, ami arról szól, hogy az ember esendő és hibázhat, illetve az emberi életet véges, hozzátartozik a halál, illetve teológiai értelemben a bűn is. [21]

A pandémia időszakában éppen az egzisztenciális szorongás erősödött meg. Így, a hittanórán előkerülő történetekben, melyekben jelen vannak az emberi lét nagy kérdései is kapcsolópontra és feloldást jelenthetnek az Ige és az egzisztenciális szorongást és annak különböző tüneteit átélő gyermek és fiatal számára Isten bűnbocsátó kegyelmét, megtartó szeretetét középpontba állítva. Szintén a pszichológia talaján maradván Anton Bucher könyvében, több mint 2000 általa ismert tanulmányra és empirikus kutatásra alapozva, részletesen ír arról, hogy a hitélet és a spiritualitás hozzátartozik a magas szintű testi-lelki egészséghez. Ezt írja róla könyvének bevezető tanulmányában: „*Valóban, a spirituális gyakorlatok és attitűdök meghosszabbítják az élettartamot, csökkentik a betegségek kockázatát (különösen a szív- és érrendszeri megbetegedéseket), erősítik az immunrendszert, csökkentik a stresszt, elősegítik az adaptív megküzdési módok használatát, és fokozzák a jóllétet – amely a WHO definíciója szerint az egészség egyik összetevője.*” Fejlődéslelektani kontextusban is vizsgálja a kérdést, és kutatásokra hivatkozva rámutat arra, hogy az érzékeny és kihívásokkal teli átmeneti időszakban, a serdülőkorban a megélt spiritualitásnak nagy hatása van a testi-lelki egészségre, a tár-

sadalomba való beilleszkedésre, pozitív minták követésére. Több korosztály vonatkozásában is igaz az állítása: „*A spirituális erőforrások tovább növelik a rezilienciát, elősegítik az adaptív megküzdési módok használatát és fokozzák az önbecsülést.*” [22]

Maga a hit tehát egy olyan védő faktor, ami segít a nehéz élethelyzetekben, ha az egyén megéli az életvalóságának és Isten világának az összekapcsolódását. Ennek a felmutatása és az Istennel való mindennapi életbe bevezetés és a Szentháromság Istennel való élő hitkapcsolat megerősítése a katechézis nagy lehetősége

A mentálhigiénés katechetikai szemlélet fontos szempontja lehet még a lelkigondozói attitűd tudatos megerősítése és beépítése a tanórákba. Jelentheti ez egyrészt a reális egyensúly megteremtését a teljesítmény és lelki beszélgetések, lelkigondozói hatású Ige-feldolgozások között. Ide tartozhatnak azonban azok a módszerek, amelyek a tanuló életvalóságára, aktuális érzelmi állapotára való odafigyelést segítik. (pl. Beszélgető körök, hogy vagy körök játékosan az óra elején, stb.)

A harmadik pont, amit szeretnék a szemlélet részeként megemlíteni, a gyermekek és fiatalok lelki ellenállóképességének támogatása. Ez a tevékenység a reziliencia kialakításának, megerősítésének köréhez tartozik. Maga a reziliencia egy pszichológiai ernyőfogalom, elég széles körű tartalommal. Viszonylag új terület, alig 50 éve foglalkoznak vele a kutatók és folyamatosan formálódik a jelentése. A szakirodalom leggyakrabban a „*rugalmas ellenállóképesség*” értelemben használja. Napjainkra beszélhetünk oktatási és pszichológiai rezilienciáról, illetve az egyének, csoportok és közösségek rezilienciájáról. Bár vannak eltérő pontok és egyéni jellemzők, de általában két pontban egyetértenek a kutatások. Az egyik, hogy a bemenet oldaláról kedvezőtlen körülményeket találhatunk. A másik pedig, hogy a kimenet esetében, a reálisan várhatónál sokkal pozitívabb, eredményesebb kimenetelt. Egy folyamatról beszélhetünk, mely során a kedvezőtlen helyzet, veszélyes/veszélyeztető körülmények ellenére valamilyen pozitív változás, adaptáció és fejlődés történik.[23] Úgy gondolom, hogy a hittanoktatás, mint Isten áldásának a közvetítése nevelési-oktatási körülmények között, lehet az egyén rezilienciájának megalapozására, fejlesztésére alkalmas terület. Ha arra gondolunk, hogy mennyi ember élete változott meg Isten megszólító kegyelme hatására, akkor látjuk, hogy van helye az egyéni reziliencia támogatásának a hittanórán belül is. Gondolhatunk itt Zákéusra, a vámszedő Lévire, aki Krisztus hatására tanítványként áldott szolgálattevője lett az Úrnak, vagy akár az Augustinus, illetve Luther Márton életében bekövetkező változásokra. A téma még kidolgozatlan, de érdemes foglalkozni vele. A társadalomkutatók által megfogalmazott VUCA környezetben – amilyen világunk is – csak akkor van igazán jövője a gyermekeinknek, ha rezilienssé válnak.

IRODALOMJEGYZÉK

- [1] FÜSTI-MOLNÁR, Szilveszter *Szemponatok az ecclesia semper reformanda elvének érvényesítéséhez a Magyarországi Református Egyházban, különös tekintettel Kálvin teológiájára*. Sárospataki Füzetek. 2009/2. Sárospatak: Sárospataki Református Teológia Akadémia, 2009. 91-95. p.
- [2] TILLICH, Paul *Rendszeres teológia*. Budapest: Osiris Kiadó, 2002. 63 – 67 p. ISBN: 963-379-1901
- [3] SZÁSZI, Andrea *Modern teológiai válaszkeresés a hittanoktatás néhány kérdésére*. Magyar Református Nevelés 2017/2. Budapest: Református Pedagógiai Intézet, 2017. 27-31. p. <http://refpedi.hu/mrn2017/02/> Letöltve: 2021.07.20.
- [4] MACK, Oliver, KHARE, Anshuman, *Perspectives on a VUCA World*. in: *Managing in a VUCA World*. Ed.: Mack, Oliver et al. Heidelberg: Springer International Publishing, 2016. 3-20. p. ISBN: 978-3-319-168-883

- [5] SZÜTS, Zoltán *Digitális pedagógia módszertanok a VUCA (gyorsan változó, kiszámíthatatlan, bonyolult, ellentmondásos) világában*. Iskolakultúra: pedagógusok szakmai-tudományos folyóirata. 2020/ 7. 76-90. p. <http://www.iskolakultura.hu/index.php/iskolakultura/> Letöltve: 2021.07.21.
- [6] VAJDA, Zsuzsanna, KÓSA, Éva. *Neveléslélektan*. Budapest: Osiris Kiadó, 2005. https://regi.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/2011_0001_520_neveleslelektan/index.html Letöltve: 2021.07.20.
- [7] LANG, Diana. *Parenting and Family Diversity Issues*. Ames: Iowa State University Digital Press, 2020. 88 – 91. p. <https://iastate.pressbooks.pub/parentingfamilydiversity/> Letöltve: 2021.07.20.
- [8] CROUCH, Andy, KEILHACKER, Kurt, BLANCHARD, Dave *Leading Beyond the Blissard: Why Every Organization is Now a Startup*. Praxis: A Writing Center Journal. Austin; Texas, 2020. <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=leading+beyond+the+blizzard> Letöltve: 2021.07.20.
- [9] BLANCHARD, Dave, CROUCH, Andy, HART, Jon, KAUFFMANN, Scott, NARDELLA, Jenna L. *Strategies for Winter: Redemptive Leadership in Survival Times*. Praxis: A Writing Center Journal. Austin: Texas, 2020. <https://journal.praxislabs.org/strategies-for-winter-redemptive-leadership-in-survival-times-f15a7791035a>. Letöltve: 2021.07.20.
- [10] SZONTAGH, Pál: Tanítás, tanulás, tanulság - pedagógiai-szakmai szolgáltatás a virtuális térben. Magyar Református Nevelés 2020/3. Budapest: Református Pedagógiai Intézet, 2020. pp. 79-89
- [11] Dr. JAKAB-SZÁSZI Andrea, MONCZ Anikó, SZONTAGH Pál: A reformáció tanítása - a tanítás reformációja: Megújuló szakmai szolgáltatás a református köznevelésben, Budapest: Református Pedagógiai Intézet, 2016.
- [12] SZÉNÁSI, Lilla *Szemponatok a Z generáció katechéziséhez*. Magyar Református Nevelés 2017/2. Budapest: Református Pedagógiai Intézet, 2017. 15-27. p. <http://refpedi.hu/mrn2017/04/#page=1> Letöltve: 2021.07.21.
- [13] POLÓNYI, István *Pandémiás oktatás*. Educatio 30. (1) Budapest, 2021. 3-21. p. ISSN: 1216-3384
- [14] SZÁSZI, Andrea *Útmutató a digitális hittanoktatás rendjéhez és digitális segédanyagok a katechézishoz – tapasztalatok és összegzés*. Magyar Református Nevelés 2020/2. Budapest: Református Pedagógiai Intézet, 2020. 75-80. pp. <http://refpedi.hu/mrn2020/02/#page=75> Letöltve: 2021.07.21.
- [15] SZONTAGH, Pál: Megújuló pedagógiai-szakmai szolgáltatás a digitális, tanórán kívüli munkarend támogatásában, in: Németh András, Orsovics Yvette, Csehiová, Agáta és Tóth-Bakos Anita (szerk.): 12th International Conference of J. Selye University. Pedagogical Sections. Conference Proceedings, J. Selye University, Komárno, 2020., pp.127-136. (ISBN 978-80-8122-373-0)
- [16] BÁNNÉ, Mészáros Anikó *Webináriumok elégedettségmérése*. Online kézirat. Budapest: Református Pedagógiai Intézet. 2020. http://refpedi.hu/sites/default/files/hir_kepek/PUBLIKUS_RPI_webin%C3%A1rium%20el%C3%A9gedetts%C3%A9gm%C3%A9r%C3%A9s_20200710_BMA.pdf Letöltve: 2021.07.22.
- [17] Kizárólag digitális forrás. UNICEF honlap. *A járványhelyzet hatása a mentális egészségre*. <https://unicef.hu/mentalis-egeszseg> Letöltve: 2021.07.22.
- [18] VIDA, Viktória, POPOVICS, Péter András *A COVID-19 járvány hatása Magyarországon az élet különböző területeire (munka, magánélet, egészségi és mentális állapot*. Régió kutatás Szemle. 2021. VI. évf. 1. sz. 25-37.p.
- [19] TÖRŐ, Krisztina, MOKOS, Judit, FÖLDI, Rita, KÖVESDI, Andrea, HADHÁZI, Éva, FENYVESI, Lilla, CSIKÓS, Gábor *Félelem típusok, stressz és jóllét szintje a magyar családokban a koronavírus első hullámában*. In: Furkó, Péter; Szathmári, Éva (szerk.) Tudomány, küldetés, társadalmi szerepvállalás : STUDIA CAROLIENSIA - A Károli Gáspár Református Egyetem 2020-as évkönyve Budapest: Károli Gáspár Református Egyetem (KGRE), L'Harmattan Kiadó, 2021. 95-110. P.
- [20] KOVÁCS, Bernadett. *A vallásosság/spiritualitás protektív szerepének vizsgálata a kiégéssel kapcsolatban*. (Doktori (PhD) értekezés). Debreceni Egyetem Humán Bölcsészettudományok Doktori Iskolája, Debrecen. <https://dea.lib.unideb.hu/dea/bitstream/handle/2437/101465/Kov%C3%A1cs%20Bernadett%20C3%A9rtekez%C3%A9s-t.pdf?sequence=5&isAllowed=y> Letöltve: 2020.02.20.

- [21] WIKSTRÖM, Owe. *A kifürkészhetetlen ember. Létkérdések, pszichoterápia és lelkipásztorkodás.* Budapest: Animula Kiadó, 2000. (ISBN: 963-4081-770)
- [22] BUCHER, Anton A. *A spiritualitás pszichológiája.* Budapest: Oriold és Társai KFT, 2018. 19-100. p. (ISBN: 978-615-5443-916)
- [23] SZABÓ Dóra Fanni *A reziliencia értelmezésének lehetőségei: kihívások és nehézségek.* Magyar Pszichológiai Szemle, Budapest: A Magyar Pszichológiai Társaság Folyóirata, 2017, 72. 2/6. 247–262. p. <https://akjournals.com/view/journals/0016/72/2/article-p247.xml> Letöltve: 2021.07.15.