

<https://doi.org/10.36007/4966.2024.47>

A FENNTARTHATÓ FEJLŐDÉS ÉS MENTÁLIS EGÉSZSÉG FOGALOMKÖRÉNEK VIZSGÁLATA

Lenke MAJOR¹, Beáta GRABOVAC², Zsolt NÁMESZTOVSZKI³, Rita HORÁK⁴

Abstract

The basic goal of Environmental education is to form eco-friendly behavior among people for the sake of sustainable society and nature. One of the most important tasks of sustainability pedagogy is to develop a holistic way of thinking. Without the health of the nature-environment, we cannot talk about a healthy human life. The “Sustainable mental health workshop” was launched at the beginning of the 2022-2023 academic year in the Teacher Training Faculty of Hungarian Language. The general aim of the workshop was to develop students' knowledge of sustainability and environmentally conscious behavior, as well as to connect social science and methodological content.

The purpose of this study is to present the activities of the workshop, as well as to describe the results of the survey that assesses the sustainability-related conceptual systems of students participating in the workshop on the topic of sustainable development and holistic health awareness.

Keywords

Sustainable development, mental health, change of conceptual systems, teacher training students

BEVEZETŐ

A környezeti nevelés alapvető célkitűzése, hogy a társadalom és a természet fenntarthatósága céljából kialakítsa az emberek környezettudatos magatartását. A fenntarthatóság pedagógiájának legfontosabb feladata a holisztikus gondolkodásmód kialakítása. A természet-környezet egészsége nélkül nem beszélhetünk egészséges emberi életről sem.

A Magyar Tannyelvű Tanítóképző Karon a 2022/2023-as tanév első félévében kezdte meg működését a Fenntartható mentális egészség műhely. A műhely általános célja a hallgatók fenntarthatósággal kapcsolatos ismereteinek és környezettudatos magatartásának fejlesztése, valamint a társadalomtudományi- és módszertani tartalmak összekapcsolása volt.

Tanulmányunk célja a műhelymunka tevékenységének bemutatása, valamint a műhelymunkában részt vevő tanulók fenntarthatósággal és holisztikus egészségfelfogással kapcsolatos fogalomrendszerének felmérése volt.

¹ Doc. dr Major Lenke, Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar, Szabadka, lenkemajor@gmail.com

² Prof. dr Grabovac Beáta, Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar, Szabadka, beata.grabovac@magister.uns.ac.rs

³ Prof. dr Námesztovszki Zsolt, Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar, Szabadka, zsolt.namesztovszki@magister.uns.ac.rs

⁴ Prof. dr Horák Rita, Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar, Szabadka, rita.horak@magister.uns.ac.rs

AZ FENNTARTHATÓ FEJLŐDÉS ÉS EGÉSZSÉGNEVELÉS HOLISZTIKUS SZEMLÉLETE

Az iskolára, ezen belül is a pedagógusképző intézményekre nagy feladat és felelősség hárul a felnövekvő nemzedékek egészséges életmódra nevelésében [1]. Önmagában a megfelelő egészségtudatos magatartással bíró pedagógusok képzése is alapvető fontosságú. A tanítók ugyanakkor a jövő generációk neveléséért felelnek majd, akiknek átadhatják megszerzett ismereteiket, és kialakíthatják saját meggyőződésük mintájára a környezettudatos magatartás alapvető elemeit. Emellett a tanítóképző intézmények jellegüknél fogva összekapcsolják az oktatás különböző területein működő szakembereket az iskoláskor előtti nevelés szintjétől az alapfokú oktatáson keresztül a felsőoktatásig, sőt, a felnőttoktatásig, megteremtve ezzel az élethosszig tartó tanulás feltételeit.

Az oktatási tevékenységek során a holisztikus egészségfejlesztési modell alkalmazása a cél, amely hozzájárul a tanítók és tanulók egészséges testi, lelki és szociális fejlődéséhez. Az oktatási intézményeknek személyi és tárgyi környezetével segítenie kell azoknak a pozitív beállítódásoknak, magatartásoknak és szokásoknak a kialakulását, amelyek a tanulóknak az egészséges életvitellel kapcsolatos szemléletét és magatartását fejlesztik. Az egészséges életmódra nevelés nem csak a betegségek megelőzésének módjára tanít, hanem az egészséges állapot örömteli megélésére és a harmonikus élet értéként való tiszteletére is nevel [2].

Környezetünkben minden összefügg, nem léteznek egymástól elkülöníthető folyamatok. Minden változás kihatással van a rendszer többi elemére. A környezet és az egészség egymástól el nem választható fogalmak. A természet-környezet egészsége nélkül nem beszélhetünk egészséges emberi életről sem. A természeti, társadalmi problémák károsan hatnak vissza az emberi szervezet működésére. *„Mindehhez holisztikus látásmód szükséges, amely ráirányítja a figyelmet arra, hogy nincs a környezetben elhanyagolható, lényegtelen, felesleges elem, tényező, hanem minden hálószerűen összekapcsolódik”*, állítja Ádám, Kuti és Kuti [3].

A modern orvoslás bio-, pszichoszociális szemlélete értelmében az egészség fogalma nem csupán a testi egészséget jelenti, hanem azt, hogy a három rendszer, a szociális, a pszichológiai és az élettani állandó, folyamatos kölcsönhatásban van egymással. A társadalom egészségét tudományosan csak ilyen megközelítésben vizsgálhatjuk, és a hatékony beavatkozás alapja is ez a szemlélet [4].

Az egészségtudatosság, az egészségtudatos magatartás fejlesztése, az értékrend, az attitűd és az érzelmi viszonyulások, valamint a gondolkodás formálása mentén alakítható ki.

Az egészségfejlesztési projektek többsége az ismeretek átadására és az egyes témákhoz kapcsolódó tudás kommunikációjára összpontosít. Ezek az egészségnevelő programok fontos részét képezik az egészségfejlesztésnek, azonban a rendelkezésre álló tapasztalatok szerint az egészségnevelés önmagában alkalmazva nem vezet hosszabb távon is fenntartható változásokhoz az érintett közösség egészségkultúrájában, egészségmagatartásában [5]. Az egészségnevelés nem csupán öncélú ismereteket kíván adni. Azt is el akarja érni, hogy az egyén a megszerzett ismeretekből helyes egészségi magatartást alakítson ki [6]. Az egészségnevelés tehát alapvetően nem ismeretek átadása, hanem beállítódások, attitűdök, érzelmi viszonyulások alakítása [7].

A fenntarthatóság fogalmát hangsúlyozó környezeti nevelés és a holisztikus egészségnevelés az emberre, az ember magatartására, annak szabályozására irányul. Igyekszik az egész személyiségre hatni, a tudatra ismeretekkel, az érzelmekre élményekkel, az akaratra célszerű tevékenységekkel. A környezeti nevelés átfogja a személyiség kognitív és nem-kognitív tartományait, átalakíthatja az érzelmi viszonyulásokat, értékrendet, megismerési, cselekvési és döntési képességeket fejleszt, az embert képessé teszi együttműködésre, életvitelének tudatos hangolására, beleértve az önkorlátozást is. Felismerteti az élet különleges és ismétелhetetlen jelen-

tőségét, a személyes felelősséget a természet és a környezet fenntartása, valamint az egyén védelme szempontjából [8] idézi [9].

A környezet- és egészségtudatos életvitelt tanúsító személyek ismerik a holisztikus egészség fogalmát, az aktuális környezetvédelmi problémákat és tennivalókat, ismerik az adott probléma megoldásához használható cselekvési stratégiákat, hisznek a tevékenységük jelentőségében, elkötelezettek a cselekvésben és gyakorlatuk van az önálló cselekvésben [10].

Ezért elsődleges fontosságú, hogy a természeti környezet fenntartható fejlődésének fogalma és a holisztikus felfogáson alapuló egészség fogalma hangsúlyosan jelenjen meg a pedagógusképző intézmények mindennapjaiban, megfelelő egészségfejlesztési programok formájában.

FENNTARTHATÓ MENTÁLIS EGÉSZSÉG MŰHELY A MAGYAR TANNYELVŰ TANÍTÓKÉPZŐ KARON

A tanulmány célja bemutatni az Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Tanítóképző Karán a 2022/2023-as tanévben megvalósult komplex Fenntartható mentális egészség műhely tevékenységét.

A műhely általános célja összekapcsolni a pszichológia és a pedagógia tudományterületeit az emberi jóllétre és a környezeti hatásokra fókuszálva, növelve ezáltal a Kar hallgatóinak mentális jólléti tudatosságát.

A műhelymunka interaktív előadássorozatok mentén valósult meg, melyek a mentális egészség (pozitív) pszichológiai megközelítését, a környezeti attitűdök és a fenntarthatóság fogalmait járták körül, hagyományos és online tanulásmódszertani eszközök alkalmazása segítségével.

A résztvevőknek lehetőségük nyílt környezettudatos attitűdjük fejlesztésére és megfelelő szokáskultúra kialakítására, amely segíthet a mai, globális világban történő eligazodásban, a természettel való harmonikus együttélés formáinak kialakításában. Emellett olyan tartalmak is feldolgozásra kerültek, melyek felkészítik a résztvevőket arra, hogy pedagógusként tovább tudják adni a természet és önmagunk, valamint mentális egészségünk ismerete, szeretete és fejlesztése iránti igényt a gyerekek részére is.

A FENNTARTHATÓ FEJLŐDÉS FOGALOMKÖRÉNEK ISMERETE TANÍTÓKÉPZŐS HALLGATÓK KÖRÉBEN

A kutatás célja

Vizsgálatunk célja a Fenntartható mentális egészség műhelyben részt vevő hallgatók fenntarthatósággal és pozitív egészségfelfogással kapcsolatos fogalomkörének felmérése volt. Vizsgáltuk, hogy milyen fogalomrendszerek alakultak ki a tanulóknál a műhelymunkák során elhangzott előadások és foglalkozások hatására.

A műhelymunka során felvonultatott témák túlmutatnak a tantervi tartalmakon illetve az általános tájékozottság körén. Az így a megszerzett tudásanyag alkalmazásának képességét is fontos kialakítani a tanulóknál, annak későbbi felhasználhatósága érdekében. Így fontosnak tartottuk feltérképezni a fenntarthatósággal összefüggő tudáselemek és gondolkodási folyamatok összefüggéseit.

A kutatás módszere

A vizsgálat kérdőíves adatfelvétel segítségével történt. A kérdőív online formában állt a felmérésben részt vevők rendelkezésére. Az adatfelvételre a műhelymunka lezárását követően került sor. A vizsgálatba a műhelymunkában részt vevő hallgatók mellett olyan tanulókat is

bevontunk, akik nem vettek részt az előadásokon, így ők kontrollcsoportként szerepelnek a felmérésben.

Minta

A kutatásban részt vevők mintáját két csoport képezi. Az első csoportba azok a Magyar Tantervű Tanítóképzőn tanuló hallgatók tartoznak, akik részt vettek a műhelymunka előadásain és foglalkozásain (N=30). A második csoportba azok az MTTK-s hallgatók kerültek, akik semmilyen formában nem vettek részt a műhelymunkában (N=96).

Mérőeszköz

Az online formában közzétett kérdőív a fenntarthatósággal és a holisztikus egészségfelfogással kapcsolatos fogalmakkal kapcsolatban vizsgálta a hallgatók tudását. A fogalmak meghatározására vonatkozó kérdések nyílt végű formában, a további kérdések több választási lehetőséget is lehetővé tévő, félig zárt kérdés formájában kerültek a kérdőívbe.

Az eredmények bemutatása

A fenntartható fejlődés fogalma

A fenntarthatóság fogalmának sok meghatározása létezik. Jelentését azért nehéz megragadni, mert a kifejezést a különböző tudományok más és más értelmezés szerint használják [11]. A Brudtland Bizottság *Közös jövőnk* című jelentése alapján a fenntartható fejlődés fogalma alatt a társadalom egyes elemeinek olyan fejlődési folyamatát értjük, amely „*kielégíti a jelen (materiális) igényeit anélkül, hogy csökkentené a jövő generációk képességét, hogy kielégítsék a saját igényeiket*” [12]. A fenntartható fejlődés koncepciója ekkor még az erőforrás-megőrző világfejlődési modellre épült.

A fenntarthatóság fogalma ma már ennél sokkal széleskörűbb nézőpontokat ölel fel. Az ember érdekei mellett figyelembe veszi a többi élőlény és a természeti környezet fenntartásának szempontjait is. A műhelymunka során megvalósult előadássorozat egyik központi témája volt a holisztikus szemléletmódra való rávilágítás. Ez a modell párhuzamba állítja a természeti környezet, a társadalom működése és az ember testi-lelki egészsége közötti harmonikus együttműködés szükségességét ezen egymással szorosan összefüggő rendszerek fenntarthatósága érdekében.

Felmérésünk során vizsgáltuk, hogy a hallgatók találkoztak-e már a fenntarthatóság fogalmával. Megkértük őket, hogy próbálják meg megfogalmazni, mit értenek fenntartható fejlődés alatt. Azt szerettük volna megvizsgálni, hogy az előadások során elhangzott, új, holisztikus modellre épülő fogalmak és definíciók közül volt-e olyan, amely megjelenik a hallgatók válaszaiban, vagy a régi, az erőforrások megőrzését előtérbe helyező definíció az, amely továbbra is a leggyakoribb asszociációt váltja ki a fenntarthatóság fogalmával kapcsolatban.

A kísérleti csoportba tartozó hallgatók (a műhelymunka résztvevői) mindegyike hallott már korábban is a fenntartható fejlődés fogalmáról. A kontrollcsoportba tartozó hallgatók (nem vettek részt a műhelymunkában) 52%-a azonban azt válaszolta, hogy nem ismeri a fenntarthatóság fogalmát.

A kísérleti csoportban részt vevő 30 hallgatóból 21 próbálta meg megfogalmazni saját szavaival a fenntartható fejlődés fogalmának lényegét. A kapott válaszok közül 13 tükrözte vissza azt a hagyományos modellre épülő definíciót, amely szerint a fenntarthatóság annyit jelent, hogy meg kell védeni környezetünket a túlzott használattal szemben, hogy elegendő erőforrást hagyjunk a jövő generációk számára. A fennmaradó nyolc válaszban viszont már megjelentek az egészség, a társadalmi közösség, a tudatos társadalmi fejlődés és a folyamatos tanulás

szükségességének fogalmai is, amelyek a komplex rendszerszemléletre épülő, holisztikus fenntarthatóság modell alapját képezik.

Globális környezeti problémák és a mentális egészség összefüggései

A globális problémákkal kapcsolatban elsősorban olyan fogalmakra asszociálunk, mint a klímaváltozás, a vízhiány, a hulladékprobléma, vagy a biológiai sokszínűség rohamos csökkenése. Ezek a problémák elsősorban a társadalmi és gazdasági folyamatok környezetre gyakorolt hatását jelzik, ugyanakkor legalább ilyen fontos lehet ezen tényezők hatásának vizsgálata az emberek testi és lelki egészségének vonatkozásában is.

Számos emberi (társadalmi) tevékenység veszélyezteti a környezetünket, amelyek súlyos következményekkel járhatnak az egészségünkre. A környezet természeti és társadalmi szempontból való értelmezését alátámasztja az egészség ökológiai meghatározása is, amennyiben az egészség nem más, mint az egyén, valamint a fizikai, biológiai és társadalmi környezet közötti relatív és dinamikus egyensúlyi állapot eredménye [13]. Az egészségi állapotot leginkább életmódunk és annak elemei, az egészségmagatartási formák alakítják. Az egyének és közösségek egészségmagatartása alapján jön létre az egészségkultúra, amelynek alakításában fontosak a demográfiai, társadalmi-gazdasági, szociokulturális és csoportlélektani tényezők. Az egészség-magatartás szorosan összefügg az egészség-tudatossággal, amelynek egyik fontos eleme a környezet-tudatosság. Az egészségtudatosság aktív hozzáállást jelent, amely tükrözi az egyének belső kontrollját, azt, hogy képesnek hiszik magukat saját egészségük megőrzésére és környezetük állapotának javítására. Az egészségmagatartás fontos része a környezet megóvása, a környezetet sértő magatartás viszont egészségkockázati tényező. Sok esetben a passzív hozzáállás is kockázati magatartást idéz elő, amikor nem kellő figyelemmel járunk el a természeti környezetünk érdekében, vagy nem avatkozunk be kellő időben, mert nem bízunk eléggé a döntésünk megvalósíthatóságában [13].

Egy, a WHO-hoz köthető kutatás megállapítása szerint a klímaváltozás a 21. század legnagyobb fenyegetése a globális egészségre, ez alól pedig nem képez kivételt a mentális egészség sem [14]. Az ember által előidézett, precedens nélküli környezeti változások olyan krónikus stresszorokkal járnak, mint az energia- és vízhiány, a rossz minőségű levegő vagy az evakuáció fenyegetése. Ezek direkt és indirekt pszichológiai következménye a széles körben elterjedt krónikus szorongás a társadalom ökológiai alapjainak összeomlásától. A klímaszorongás a klímaváltozás miatti állandósult félelem. Az APA (Amerikai Pszichológiai Társaság) megfogalmazásában az ökológiai szorongás „*a környezeti katasztrófától való krónikus félelem, amely az éghajlatváltozás visszavonhatatlannak tűnő hatásának megfigyeléséből, továbbá a saját és a következő generációk jövőjéért érzett aggodalomból ered.*” [15]

Kutatásunk során megkérdeztük a felmérésben részt vevő hallgatóktól, hogy mit értenek globális probléma alatt. A lehetséges válaszok között szerepelt a túlnépesedés, vízhiány, klímaváltozás, és egyéb, a természet környezetet közvetlenül érintő problémák, de a járványok és a depresszió fogalma is bekerült a felsorolásba.

A kísérleti csoportba tartozó hallgatók egybehangzó véleménye szerint a klímaváltozás mindenképpen globális problémának tekinthető. A vízhiányt és az erdőirtást szintén magas arányban jelölték meg. A túlnépesedés, a járványok és a dohányzás kisebb mértékben szintén szerepel a válaszok között. A depressziót azonban csak nagyon kevesen tartották globális problémának (*1. táblázat*).

1. táblázat: A globális problémák megítélése a kísérleti csoportban

| globális probléma | igen | | nem | |
|-------------------|------|------|-----|------|
| | N | % | N | % |
| túlnépesedés | 19 | 63,3 | 11 | 36,7 |
| vízhiány | 15 | 83,3 | 5 | 16,7 |
| klímaváltozás | 30 | 100 | 0 | 0 |
| depresszió | 2 | 6,7 | 28 | 93,3 |
| járványok | 12 | 40 | 18 | 60 |
| erdőirtás | 25 | 83,3 | 5 | 16,7 |
| dohányzás | 13 | 43,3 | 17 | 56,7 |

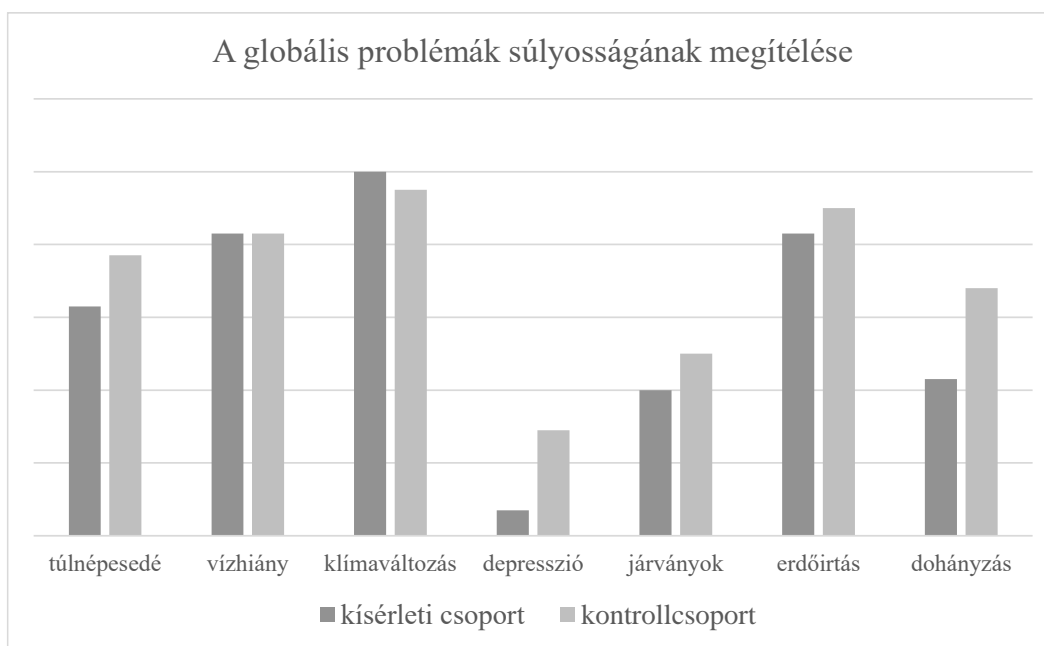
A kontrollcsoport a klímaváltozást szintén magas számban jelölte meg globális problémaként. Ugyancsak problémának tartják az erdőirtás kérdését, a vízhiányt, a túlnépesedést is. A depressziót magasabb arányban jelölték problémaként, mint a kísérleti csoport tagjai (2. táblázat).

2. táblázat: A globális problémák megítélése a kontrollcsoportban

| globális probléma | igen | | nem | |
|-------------------|------|------|-----|------|
| | N | % | N | % |
| túlnépesedés | 74 | 77,1 | 22 | 22,9 |
| vízhiány | 80 | 83,3 | 16 | 16,7 |
| klímaváltozás | 91 | 94,8 | 5 | 5,2 |
| depresszió | 28 | 29,2 | 68 | 70,8 |
| járványok | 48 | 50,0 | 48 | 50,0 |
| erdőirtás | 86 | 89,6 | 10 | 10,4 |
| dohányzás | 65 | 67,7 | 31 | 32,3 |

A kísérleti és a kontrollcsoport véleménye közötti eltérést (1. ábra) a minta elemszámának alacsony voltából adódóan nemparaméteres statisztikai próbával hasonlítottuk össze. A Mann-Whitney vizsgálat eredményei alapján jelentős eltérés mutatkozik két globális tényező veszélyességének megítélésében (depresszió: $Z=-2,5$ $p=0,01$; dohányzás: $Z=-2,3$ $p=0,01$). A kontrollcsoport lényegesen veszélyesebb elemként jelölte meg a depresszió és a dohányzás kérdését a kísérleti csoportban részt vevő hallgatóknál.

Ez az eredmény segít rávilágítani az előadássorozat egy olyan hiányosságára, amely megköveteli, hogy a depresszió és a dohányzás környezet és egészségkárosító hatásának kérdését hangsúlyosabban, tágabb összefüggésben kell megvitatni a műhelymunka során.



1. ábra: A globális problémák súlyosságának megítélése a kísérleti és a kontrollcsoport által

Holisztikus egészségszemlélet

Már a legősibb egészségfelfogások fő jellemzője is a holisztikus szemléletmód volt, amely a hangsúlyt az egyéni belüli, az emberek közötti és a környezettel kapcsolatos egyensúlyi állapotokra helyezi [16]. Vannak kutatók, akik az egészséget úgy határozzák meg, mint az ahhoz szükséges minőségek, valamint a testi-lelki betegségek hiányát. Az ilyenfajta szemléletmódot tükröző meghatározásokat negatív egészségdefinícióknak nevezzük. Mások azokat a tartalmi összetevőket próbálják megkeresni és megnevezni, melyek magára az egészségre vonatkoznak. Az előző megközelítésmóddal ellentétben, ahol valaminek a hiánya jelentette az egészséget, ezekben a definíciókban valaminek vagy valamiknek a megléte utal az egészségre. Az ilyenfajta pozitív egészségdefiníciók rendkívül széles skálán mozognak [17]. Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) elfogadott, jelenleg érvényes meghatározása szerint, az egészséget nem csupán a betegség hiánya, hanem a testi, szellemi, társadalmi jólét jellemzi. [6]

Vizsgálatunk során megkértük a hallgatókat, hogy próbálják meg megfogalmazni, mit takar a holisztikus kifejezés az egészséggel összhangban. A kísérleti csoportba tartozó 30 hallgató közül 9 nem válaszolt a kérdésre, de 21 hallgató megközelítőleg pontosan megfogalmazta a holisztikus egészségfelfogás mibenlétét.

A kontrollcsoportban részt vevő hallgatók közül mindössze két személy tudott megközelítőleg helyes definíciót meghatározni a fogalommal kapcsolatban:

- 1.) „A holisztikus kifejezés az egészséggel kapcsolatban azt jelenti, hogy a beteget testileg, lelkileg kezelik, védik a teljes egészségét.”
- 2.) „A holisztikus kifejezés olyan gyógyítási mód, mikor az ember fizikai, mentális és szociális állapotát is figyelembe veszik.”

A kontrollcsoportba tartozó többi részvevő (N=94) vagy üresen hagyta a válaszlehetőséget, vagy azt felelte, hogy nem hallott még a fogalomról.

A holisztikus megközelítés fogalma mellett magának az egészségfogalomnak a meghatározására is megkértük a vizsgálatban részt vevő hallgatókat. A kérdést többszörös választási lehetőség formájában lehetett megválaszolni, az egészség fogalma jelentheti a betegség

hiányát, a testünk egészségét illetve a lelkünk egészségét. Azt vártuk a hallgatóktól, hogy az egészséggel kapcsolatban megszerzet ismereteikre alapozva a test és a lélek egészségét jelölik meg. Azt a választ is elfogadtuk, ha a két további lehetőség mellett megjelölték a betegség hiányát is. Ha csak egy lehetőséget jelöltek be, vagy pedig egyedül a betegség hiányát adták meg válaszként, akkor úgy tekintettük, hogy nem ismerik megfelelően a pozitív egészség fogalmát.

A kísérleti csoportban részt vevő hallgatók közül 17 olyan személy volt a 30-ból, akik az elvárásnak megfelelően bejelölték a test és a lélek egészségét is. További 7 résztvevő volt, aki mindhárom választ jelölte.

A kontrollcsoport tagjai közül 71 személy (a minta 74%-a) adta meg válaszként a test és a lélek egészségét, további 15 személy (a minta 16%-a) a másik két válasz mellett a betegség hiányát is jelölte. A minta mindössze 10%-a nem adott helyes választ a kontrollcsoportban.

Az egészség fogalmának dinamikus egyensúlyi állapota tehát azt jelenti, hogy az egyén szervezete, testi és szellemi állapota, valamint a természeti, tárgyi és társadalmi környezet által kifejtett hatás között alakul ki [6]. A környezetet tehát komplex rendszerként kell szemlélni, ahol az egyes történések (például a természeti környezet károsodása) hatással van a rendszer többi elemére is. A vizsgálat során megkérdeztük a résztvevőket, hogy véleményük szerint a természeti környezetben, a társadalmi környezetben vagy a gazdasági környezetben felmerülő problémák veszélyeztetik-e az ember egészségét. Helyes válaszként azt fogadtuk el, ha mindhárom választ bejelölték a hallgatók.

A kísérleti csoportba tartozó 30 hallgató közül mindössze 5 volt, aki mindhárom lehetőséget bejelölte. A kontrollcsoport 96 résztvevője közül pedig csak 27-en (28%) válaszoltak megfelelően. Mindkét csoportban a gazdasági környezetet érintő hatásokat tartották legkevésbé átró tényezőnek az egészségre nézve.

Mivel a kísérleti csoport által adott válaszok nem voltak teljes mértékben kielégítőek az ebben a témakörben felvetett kérdésekre, így az eredmények alapján mindenképpen indokolt a pozitív egészségfogalom és a holisztikus egészség-és környezetszemlélet fogalmának beépítése a környezeti nevelést és egészségnevelést célzó programokba, előadásokba.

ÖSSZEFOGLALÓ

Vizsgálatunkban igyekeztünk felmérni a Fenntartható mentális egészség műhelyben részt vevő hallgatók fenntarthatósággal és a pozitív egészségmagatartás fogalomkörével kapcsolatos tudását. Az eredmények alapján elmondható, hogy mindenképpen szükséges a témakör megvitatása tanterven kívüli foglalkozások formájában is, mert pozitív irányba befolyásolja a hallgatók fenntarthatósággal és pozitív egészségfelfogással kapcsolatos ismereteit. Jelen esetben ez műhelymunka keretein belül történt, de más, tanterven kívüli, intenzív jellegű fenntarthatósággal és egészségneveléssel kapcsolatos események megvalósítása is indokolt lehet. Elsősorban olyan komplex programok kidolgozása lehet célravezető, amelyek a természeti, társadalmi és gazdasági összefüggésekre rávilágító, közvetlen tapasztalatszerzésre is alkalmat adó tevékenységekre épülnek.

A műhelymunkában feldolgozott témakörök és megvalósított tevékenységek hatásvizsgálatának eredménye rámutatott arra, hogy az Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Karán mindenképpen folytatni kell azokat a törekvéseket, amelyek az egészségnevelés és a fenntartható fejlődés pedagógiai céljainak megvalósítására vonatkoznak.

Pedagógusképző intézményként végső célunk, hogy a társadalmi kihívásokra reagáló, innovatív módszerekkel, online alapú eszközök használata által hozzájáruljunk a hallgatók komplex egészségtudatának fejlesztéséhez, ezzel felkészítve a leendő pedagógusokat a környezet- és

egészségnevelési feladatok ellátására, a módszerek gyakorlatban való alkalmazására és a jövő generációinak a globális kihívásokra történő felkészítésére.

IRODALOMJEGYZÉK

- [1] Óhidy Andrea (2006): Az élethosszig tartó tanulás és az iskola. *Új pedagógiai szemle*, 56 (9), 109-120.
- [2] Simonyi István (2012): Az egészségfejlesztés helyzete a hazai nevelési-oktatási intézményekben. In: Darvai Sarolta (szerk.): *Tanulmányok a gyermekkori egészségfejlesztés témaköréből*. Eötvös Loránd Tudományegyetem, Budapest.
- [3] Ádám Ferencné, Kuti Istvánné, Kuti István (2007): *Környezeti nevelés a XXI. század óvodájában*. Körlánc, Kecskemét.
- [4] Kopp Mária, Skrabski Árpád (2000): Pszichoszociális tényezők és egészségi állapot. *Demográfia*, 43 (2-3), 252-278.
- [5] Kraiciné Szokoly Mária (2016): Egészségfejlesztés a felsőoktatásban - Gondolatok egy felsőoktatást érintő projekt zárása kapcsán. *Opus et Educatio*, 3 (5), 511-528.
- [6] Kormos Sándor (1980): *Egészségnevelés és közművelődés*. Medicina Könyvkiadó, Budapest.
- [7] Gokhan, B. (2010): The Effects of Multiple Intelligences Instructional Strategy on the Environmental Awareness Knowledge and Environmental Attitude Levels of Elementary Students in Science Course. *International Electronic Journal of Environmental Education* 1 (1), 53–80.
- [8] Vásárhelyi Judit (szerk.) (2010): *Nemzeti Környezeti Nevelési Stratégia*. Magyar Környezeti Nevelési Egyesület, Budapest.
- [9] Major Lenke (2012): A környezeti nevelés szerepe a környezettudatos magatartás formálásában. *Iskolakultúra*, 22 (9), 67–79.
- [10] Gulyás Pálné, Havas Péter (1998): Értékek és alapelvek a környezeti nevelésben. *Cédrus*, 1 (1).
- [11] Bolis, I., Morioka, S. N., Sznelwar, L. I. (2014): When sustainable development risks losing its meaning. Delimiting the concept with a comprehensive literature review and a conceptual model. *Journal of Cleaner Production*, (83), 7-20.
- [12] World Commission on Environment and Development (1987): Our Common Future: The Brundtland Report. *Oxford University Press*, Oxford. Megtekintés: 2016.03.03. Forrás: <http://bit.ly/1bZJgwk>
- [13] Pikó Bettina, Bak Judit (2005): A gyermekek egészség- és környezet-tudatosságának alakítása *Iskolakultúra: pedagógusok szakmai-tudományos folyóirata*, 15 (5), 54-60.
- [14] Costello, A., Abbas, M., Allen, A., Ball, S., Bellamy, R. et al. (2009): Managing the health effects of climate change. *The Lancet*, 373 (9676), 1693–1733.
- [15] Csányi Gergely, Kiss Kata Dóra (2022): *Klímaszorongás vagy ökoaggodalom? Egy radikális ököpszichológia felé*. *Fordulat*, 15 (31). 151-181.
- [16] Pál Katalin, Császár Judit, Huszár Anikó, Bognár József (2005): A testnevelés szerepe az egészségtudatos magatartás kialakításában. *Új pedagógiai szemle*, 55 (6), 25-32.
- [17] Meleg Csilla (2002): Iskolai egészségnevelés: a feladat újrafogalmazása. *Magyar Pedagógia*, 102 (1), 11–28.