

Bói Anna

Az iskolai közösségi szolgálat szerepe az egyén és a társadalom életében

Egy gyermek felnevelése több szereplő együttműködésén alapul, de a család elsődlegessége meghatározó. A közoktatási intézmények csak másodlagos szocializációs színterek, még úgy is, hogy a gyermek több időt tölt ezeken a másodlagos szocializációs színtereken, mint családjával. Ugyanakkor az iskolák képesek lehetnek olyan minták közvetítésére, melyek megvalósulása esetén nemcsak a gyermek, hanem a család, nagyobb távlatokat tekintve pedig a társadalom is fejlődik, boldogabbá, segítőkészebbé, sikeresebbé válik. Így a tanárok és az iskolarendszer szerepét egy szélesebb társadalmi összefüggésben is érdemes vizsgálni. A köznevelési törvény elfogadásával bevezetésre kerülő Iskolai Közösségi Szolgálatban¹ rejlő pozitív, személyiségfejlesztő hatások lehetőségéről szeretnék néhány gondolatot megosztani, mivel a szabályozás életbe lépése változásokat generálhat az egyének, családok és intézmények szintjén, és továbbgyűrűzve az egész társadalomra kifejtheti hatását. A továbbtanulás szempontjából szintén fontos ez a tevékenység, hiszen lehetőséget kínál az iskolán kívüli kapcsolatépítésre, tapasztalatszerzésre, felelősségvállalásra, gyakorlatlásszerzésre.

Az elmúlt tíz évben gyakorló pedagógusként egyik ötletgazdája és kivitelezője voltam olyan projekteknek, melyek célja a projektekben részt vevő tanulók szociális és életviteli kompetenciáinak fejlesztése volt. Azt tapasztaltam, hogy sem a szülők, sem a pedagógusok, sem a társadalom tagjai között nem volt hagyománya az önkéntes munkának. Az iskolai közösségi szolgálatokról az elmúlt hónapokban egyre többet lehetett hallani, de az Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet által létrehozott Közösségi Szolgálat Portált olvasva azzal is szembesülünk, hogy 2013 nyarán a pedagógusok-

nak még csak 19%-a vett részt az Iskolai Közösségi Szolgálat programban, 62%-a csak hallomásból ismerte, 19% környezetében már működött, de ő még nem vett benne részt.²

Azok közé a szerencsések közé tartozom, akiknek már saját élményük van a gimnazistákkal, szakközépiskolásokkal végzett önkéntes munka pozitív hatásairól. Gondolataim megosztásával szeretném felhívni a figyelmet a jó cselekedetek léleképítő hatásaira, és a köznevelés területét érintő önkéntes tevékenységekben rejlő lehetőségekre. Ennek a dolgozatnak a keretei között arra vállalkozom, hogy némi szakirodalmi áttekintés mellett megosszam saját pozitív tapasztalataimat az olvasóval.

Az iskolai közösségi szolgálat fogalma, hatása az intelligencia fejlesztésére

Az iskolai közösségi szolgálat az érettségi vizsga előtt álló 9–11. évfolyamos tanulók által végzett egyéni és közösségi javakat szolgáló tevékenység. Legalább ötven órás, szervezett keretek között folyik, egyéni vagy csoportos formában, anyagi érdekektől függetlenül. A közösségi szolgálat teljesítését a tanulók számára három évre arányosan elosztva kell megszervezni az alábbi területeken: óvodás korú, sajátos nevelési igényű gyermekekkel, tanulókkal, idős emberekkel közös sport- és szabadidős tevékenységek, valamint egészségügyi, szociális, jótékonyági, oktatási, kulturális, közösségi, környezet- és természetvédelmi, valamint katasztrófavédelmi területen folytatható tevékenységek. A segítsérről a tanulók kötelesek naplót vezetni, amelyben rögzítik, hogy mikor, hol, milyen időkeretben és milyen tevékenységet

folytattak alkalmanként legkevesebb egy, legfeljebb háromórás időkeretben. A közösségi szolgálat koordinálását a közoktatási intézményekben koordináló pedagógusok végzik az érintett osztályfőnökök és a tanulók közösségi szolgálatát befogadó intézmények által kijelölt mentorok bevonásával. Fenti szakemberek azon túl, hogy szervezik és segítik a tanulókat közösségi szolgálatuk végzésében, legfeljebb ötórás felkészítő, majd legfeljebb ötórás záró foglalkozást is tartanak.³

Az Iskolai Községi Szolgálat keretein belül örömmel végzett tevékenységek a szociális és életviteli kompetenciák fejlesztése mellett a tanulók intelligenciáját is fejleszthetik, mellyel új lehetőséget teremthetnek a kamaszok személyiségfejlődése terén. Az elmúlt évek kutatásai ráébresztettek bennünket, hogy az intelligencia egy többtényezős, összetett folyamat,⁴ és a dolgokhoz való hozzáállásunk életünk minőségének meghatározója. A pozitív pszichológia képviselői⁵ szerint az AQ⁶ nemcsak fontos az ember jólléte szempontjából, hanem tanulható, tanítható tényező is. Feltételezésem szerint a jól végzett iskolai közösségi szolgálat jellemformáló, preventív tevékenység. Olyan szemléletváltást idézhet elő tapasztalati úton a résztvevőiből, amely már egy generáción belül éreztetheti áldásos hatását a társadalom tagjainak jólléte szempontjából, általa ugyanis az üzleti életből ismert AQ bevihető a középiskolák világába, ahol az IQ⁷ mellett néhány évtizede megjelent az EQ⁸ is, hiszen az okosság mellett kirajzolódott egy másfajta okosság, amit Daniel Goleman érzelmi intelligenciának nevez.⁹

Az Európai Község ifjúságpolitikája és az Iskolai Községi Szolgálat összefüggései

Az alacsonyabb születési ráták és az élettartam növekedésének együttes eredményeként társadalmunk öregszik. Az ifjúságpolitika törekvései lehetőségként tekintenek a fiatalokra. Az Európai Község Bizottsága 2001-ben Brüsszelben kiadta az ifjúságpolitikáról szóló Fehér Könyvet.¹⁰ A Fehér Könyv olyan forrásmű, amely gyakorlati segítséget nyújt a tagállamoknak egy-egy tevékenységük koordinálásához. A fiatalok egyre több időt töltenek el az oktatásban, később lesznek a munkaerőpiac szereplői, később alapítanak családot és válnak teljesen önállóvá. Az iskolákban, egyete-

meken, szakmai képzéseken zajló formális tanulás, akárcsak az e kereteken kívül zajló nem formális és informális tanulás elengedhetetlenül szükséges ahhoz, hogy kifejlésszék azokat a készségeket, amelyekre manapság szükségük van.¹¹ Az lenne a kívánatos, hogy Európa építésében ne problémaként tekintsünk a fiatalokra. Az a cél, hogy Európa társadalmában valódi, felelősségteljes szerepet kapjanak.¹² A rájuk irányuló befektetés jelenlegi és jövődő társadalmunk gazdagságába való befektetés, amely elősegíti, hogy Európa legyen a világ legversenyképesebb tudás alapú gazdasága. Azt várjuk tőlük, hogy ebben a bizonytalan, értékvesztett világban újfajta társadalmi kapcsolatokat alakítsanak ki, legyenek szolidárisak, tudjanak a különbözőségeik ellenére harmonikusan együtt élni, tartalmas, kiegyensúlyozott életet teremtve önmaguk és környezetük számára. Ha lehetőséget teremtünk arra, hogy elmondják és megvalósítsák ötleteiket, pozitív erőként jelenhetnek meg. A fiatalok kulturális különbözőségeiktől, társadalmi hovatartozásuktól, gazdasági helyzetüktől függetlenül teljesen hasonlóak abban a tekintetben, hogy legfontosabb célkitűzéseik között a társadalmi jóllét elemei találhatók: az értelmes, kiteljesedésre lehetőséget adó munka, az egészség és a valahová tartozás élményét adó emberi kapcsolatok.¹³

Az első lépés a pozitív erőként való megjelenéshez saját közvetlen környezetükben (iskolában, kerületben, városban, ifjúsági házban, szervezetben stb.) döntő fontosságú. Ez a lépés ad lehetőséget arra, hogy szert tegyenek a következő lépésekhez szükséges önbizalomra és gyakorlatra. Továbbá, különösen a helyi községekben, a közéletben való részvétel olyan változásokat eredményezhet, amelyek kézzelfoghatóak, láthatók, és amikről maguk is megbizonyosodhatnak.¹⁴ Azzal, hogy részt vesznek községi tevékenységekben, hozzájárulnak a társadalom szolidárisabbá válásához. Az lenne a szerencsés, ha ezek a tevékenységek élénkítenék a kreativitást, ösztönöznék a pozitív tapasztalatok cseréjét, és elősegítenék, hogy a fiatalokra erőforrásként tekintsünk. E szemléletmód segítségével megteremthetők a fiatalok teljes körű szerepvállalásának feltételei a demokratikus, nyitott és gondoskodó társadalmakban. Mindez visszatükröződhet majd a fiatalok életérzésében, a jelenlegi döntéshozó rendszerekbe vetett bizalom visszaszerzésében és az egész társadalom életében. Minőségi változást eredményezhet az idősök és fia-

talok közötti kapcsolatokban és hosszú távú pozitív hatásai lehetnek a generációk között. Nemcsak a fiatalok és szüleik vagy nagyszüleik közti kapcsolatot megváltoztatásának lehetőségét jelenthetné ez az attitűdváltás, hanem társadalmaink alapvető változását is. Erre a változásra a magyar társadalomnak is égető szüksége lenne.

Lelki jóllét összefüggéseivel kapcsolatos hazai és nemzetközi kutatások

„A társadalmi tőke forrásai a család, az iskola és a társadalmi, önkéntes szervezetek. A normákat, értékeket a család adja át a gyermeknek, azonban később ezek megszilárdításában, a közösségi, együttműködési készségek kialakításában az iskolának, majd a helyi közösségeknek van alapvető szerepük. Ez magyarázza, hogy a társadalmi tőke fogalmát a mai értelemben először az iskolákkal és a helyi közösségekkel kapcsolatban írták le.”¹⁵ Kopp Mária munkatársaival azt kutatta, milyen a magyar emberek lelki és egészségi állapota. A Hungarostudy néven futó kutatás¹⁶ eredményei a Magyar lelkiállapot 2008 tanulmánykötetben is megjelentek.¹⁷ Ezek a kutatások feltárták, hogy a magyarok bizalmatlanok, pesszimisták és szélsőségesen individualisták. A magyar társadalom bizonytalanságkerülő, nem szereti a kihívásokat, és valamennyi európai ország közül mi vagyunk a legszorongóbbak. Nehezen birkózunk meg a negatív életeseményekkel, így a korai halálozásokért leginkább a krónikus stresszállapot, illetve a depresszió a felelős.

Sonja Lyubomirsky, Ken Sheldon és David Schkade 2005-ben közzétett egy jelentős felfedezést a lelki jóllét okainak terén.¹⁸ Kutatásaik során képesek voltak azonosítani a boldogságot meghatározó legfontosabb tényezőket. Azt találták, hogy boldogságunkat 50%-ban a gének által meghatározott öröklött tulajdonságaink és lehetőségeink, 10%-ban a körülményeink, 40%-ban pedig a szándékos tetteink befolyásolják. Sonja Lyubomirsky azt javasolja, hogy a szándékosan végzett mindennapi tevékenységeinken változtassunk, mert viselkedésünk megváltoztatásával 40 százaléknyi hatalmunk van boldogságunk növelésére.¹⁹ A kutatónő „Hogyan legyünk boldogok?” című könyvében közzétett 12 boldogságfokozó gyakorlatot, melyek közül a negyedik a jó csele-

kedetek gyakorlása. Munkatársaival végzett vizsgálatai először igazolták, hogy a jó cselekedetek végzésének stratégiája a boldogság fokozásának hatékony eszköze lehet, de arra is felhívja a figyelmet, hogy a nem megfelelően végzett jó cselekedet károsan hat.²⁰ Az Iskolai Közösségi Szolgálattal végzett, megfelelően szervezett, örömet nyújtó tevékenységek mint szándékos tettek fokozhatják a boldogságot, de nem megfelelően végezve károsan is hathatnak. Éppen ezért igen nagy jelentősége van annak, hogy a koordinálással megbízott pedagógusoknak, iskolaigazgatóknak, érintett osztályfőnököknek, mentoroknak, tanulóknak és szülőknek milyen az ezzel a tevékenységgel kapcsolatos hozzáállása, tudása.

Saját élményű boldogságfokozó önkéntes tevékenységek

A dolgozat hátralévő részében olyan programokat mutatok be, amelyek megvalósítása során sikerült a résztvevők számára örömet nyújtó, jól szervezett, emlékezetes, boldogságfokozó önkéntes tevékenységet végeznünk. Az önkéntes tevékenység szellemisége a Demokratikus Ifjúságért Alapítvány debreceni koordinátáján keresztül került be iskolánkba, az Arany János Gimnázium, Egészségügyi Szakképző és Közgazdasági Szakközépiskolába. Források, pályázatok után kutatva találtunk rá a Demokratikus Ifjúságért Alapítványra, és a „szociális és életviteli kompetenciák fejlesztése” képzésük felkeltette az érdeklődésünket. A képzést követően a diákönkormányzat munkáját segítő pedagógusként önkéntes tevékenységek szervezését kezdeményeztem az iskola vezetősége, tantestülete és diáksága felé, így az elmúlt tíz évben több önkéntes program lebonyolításában vettünk részt.

Egyik legsikeresebb, több éven át tartó programunkat ma már más ifjúsági szervezetek is végzik. A „Csetelj, Nagy!” 2005-ben a Demokratikus Ifjúságért Alapítvány „Legkreatívabb program” díját nyerte el. Lebonyolítása egyszerű volt, nem járt lényeges költségekkel, és minden résztvevőt gazdagító nyertes-nyertes programként emlékszünk vissza rá. Az alapötletet az adta, hogy a nyugdíjasok többsége nem tudta használni a számológépet. Miután ezt felmértük a gyerekekkel, az intézmény igazgatójával is megbeszéltük a programot,

és megkértük, engedje meg, hogy az iskola egyik számítógépes termében nyolc héten át heti egy alkalommal 16 és 18 óra között segíthessünk a nyugdíjas néneknek, bácsiknak megtanulni az internetezést és a számítógép használatát. Ezután meghirdettük a programot a diákok között, és megkerestük „ajánlatunkkal” a nyugdíjasklub vezetőjét is. A program természetesen teljesen ingyenes volt. Az első alkalommal óriási izgalommal vártuk a gyerekekkel a nagyikat. Vajon eljönnek-e? Tudunk-e valami érdekeset tanítani nekik? Nyitottak lesznek-e? Egyáltalán, hogy kezdjünk hozzá? Este hatra minden kérdésre volt válaszunk. Máig emlékszem a sok kipirult arcú kamaszra, a boldog mosolyra az arcukon, a szemük csillogására, hiszen érezték, hogy most valami nagyon jó dolognak voltak a részesei. A nagyik olyan sokan voltak, hogy nem jutott gép mindenkinek, minden érdekeltet őket, kíváncsiak voltak. A gyerekek tisztelettel tanígtatták a sok évet és élményt megélt felnőtteket, de ez a fordított szerep büszkeséggel töltötte el a kamaszokat, hiszen most megfordult a világ: ők tanították a nagyszülőket, akik boldogan tanultak is tőlük. Mire véget ért

az első foglalkozás, a legfélénkebb nagyink is be tudta kapcsolni a gépet, tudott csatlakozni a kezdőlaphoz, és ki is tudta a számítógépet kapcsolni. Tudták használni az egeret, a billentyűket, és hat órákor úgy ért véget a foglalkozás, hogy többen szóvá tették, kevés ez a két óra, mert nagyon gyorsan eltelik. A nyolc hét alatt jó kapcsolat szövődött a gyerekek és szépkorúak között. A „tanítványok” minden további foglalkozáson általában ugyanazokat a diákokat választották, mint az első alkalommal. Elsősorban az internet által nyújtott szolgáltatásokat mutatták meg a diákok. Volt olyan nagyink, aki hozta az utazási csekket, és virtuálisan végigsétált a szállodákban, és volt olyan is, aki csak a kezdőlaphoz jutott el nyolc hét alatt, de ott legalább kedvére böngészhetett. A következő években is hasonló sikerrel szerveztük meg ezt a programot.

A „Taposd laposra” projektet is éveken át szerveztük óvodásoknak, azzal a céllal, hogy környezettudatosságra tanítsuk őket. A legelső alkalommal még mi hívtuk el az óvodásokat az iskolánkba, de az elkövetkező években rájöjtünk, sokkal jobb, ha diákjaink mennek vissza a régi óvodájukba



a programmal. A diákok saját településükön műanyag flakonokat gyűjtöttek az óvodások és szüleik, ismerőseik bevonásával. A szemeteszsákokat a helyi önkormányzatoktól kértük és kaptuk, lehetőséget teremtve ezzel az önkormányzatoknak a csatlakozáshoz, diákjainknak pedig a hivatalos ügyek intézéséhez, kérvények írásához, engedélyek kéréséhez, tárgyalások lebonyolításához. Aztán az előre megbeszélt napon a kamaszok és az ovisok megszámolták, hány zsák szemet gyűlt össze. Ezután együtt összetaposták a flakonokat, összegyűjtötték a kupakokat, és a szemetet a zsákokba visszarakva a diákok az óvodásokkal újra megszámolták, hány zsák szemet maradt. Ezután az óvodapedagógusok és a kamaszok kérdéseire válaszolva az óvodások megértették, hogy sokkal kevesebb lesz a szemet, ha összenyomjuk a flakonokat, dobozokat. Ennél a programnál szeretnék kitérni arra a tapasztalatomra, hogy a működő jó gyakorlatokat a kollégák és a diákok folytatják akkor is, ha a program elindítója már nem tud részt venni benne.

2009 szeptemberében Berettyóújfalu második iskolájában kezdtem el dolgozni. Volt munkatársaim az Arany János Gimnázium, Egészségügyi Szakképző és Közgazdasági Szakközépiskolában folytatták az együtt megkezdett munkát, és további ötletekkel gazdagították azt. Én pedig új munkahelyemen, a Bessenyei György Szakközépiskolában újra elkezdtem felépíteni a fiatalok bevonását az önkéntes tevékenységekbe.

A „Happy Day” projekt során a részt vevő 11. évfolyamos diákok egy csoportja játékos foglalkozást tartott lakásotthonban élő gyerekeknek. Játsoztak léghokit, népi és mozgásos játékokat, és lebonyolítottak egy prevenciós programot is. A játékdélután nagyon jól sikerült, és két évvel később, 13. évfolyamosként több lakásotthon lakói számára szervezték teljes osztálylétszámmal egy játékos, mókás, jókedvű napot. Volt szabadtéri foglalkozás, ami mozgásos feladatokból és ügyességi játékokból állt: zsákban futás, versenyfutás, kosárra dobás, buborékfújás, aszfalttrajzverseny és egymás segítése akadálypályán, bekötött szemmel. Voltak benti játékok is: papírgurigákból épített torony ledöntése, talicska, versírás, limbó, kötélhúzás, papírhajtogatás, rejtvényfejtés, szépírás, képkirakó, lufik levegőben tartása egy percen át, színezés és kártyavarázspítés. A játék élménye közösségépítő tevékenységként is hatékonynak bizonyult a lakásotthonban élő és családban nevelkedő gyerekek és fiatalok között.

Folyamatosan, évről évre szerveztünk gyűjtést október, november hónapokban. Olyan, a diákok számára feleslegessé vált tárgyakat gyűjtöttünk, amelyek még mások számára hasznosak, örömet adók lehetnek. Az összegyűjtött játékok közt voltak ruhák, kiegészítők, táskák, CD-k, könyvek, játékok és még sok más dolog is. Volt olyan diák, aki az általános iskolás korában használt íróasztalt hozta be továbbajándékozásra, volt, aki körömlakot adott. Nem az érték volt a meghatározó. Azt közvetítettük a diákok felé, hogy olyan tárgyakat ajándékozzanak, amire nekik már nincsen szükségük, de jó állapotuk, használhatóságuk miatt ezek a tárgyak mások számára még értékesek lehetnek.

Évről évre ültettünk fákat. Berettyóújfalu önkormányzatát kértük meg, hogy vásároljanak facsemetéket, mert azt szerettük volna, ha ez a városszépítő akciónk a településsel együtt valósul meg. Kiszámoltuk: ha szűkebb hazánk, a Bihari Kistérség 29 településén minden iskola minden évben elültetne három fát, akkor 25 év múlva, ami nem túl sok idő egy ember életében, kétezer-nél is több fája lenne a programnak. Ezek lehetnének gyümölcsfák, amelyek termését a lakosok mindannyian élvezhetnék, de ha nincs pénz facsemetére, akár egy fűzfavesszőkből felcsepere-dő árnyas is gazdagíthatná a települést, és ezzel együtt a szépüléséért tevő fiatalok és hozzátartozók önbecsülését.

Természetesen gyűjtöttünk szemetet is a város különböző részein, amellyel elsősorban azt értük el, hogy a szemetet szedő diákok közül senki nem engedte a körülötte élőknak, hogy szemeteljen. Szerveztünk olyan koncertet, ahol az iskola diákjai adták a műsort, belépőként pedig régi játékokat, mesekönyveket kellett hozni. Az így összegyűlt tárgyakat szintén továbbajándékoztuk lakásotthonokban élő gyerekeknek és a helyi kórház gyermekosztályának. Éveken át szerveztünk évfolyam-találkozót olyan öregdiákoknak, akik 25 évvel azelőtt érettségiztek iskolánkban. Készítettünk több rajzból álló, a saját tapasztalatokat is felhasználó, egészséges életmódra ösztönző tablókat, óriásplakátokat, amelyek életvezetési tanácsokat adtak, az iskolai dohányzás következményeire figyelmeztettek, vagy a gyermekbántalmazást akarták megelőzni. A „Színes kórház” projekt keretén belül pedig a diákok városunk kórházában mesefigurákat festettek a kórterem falára, hogy a kis betegeknek kellemesebbé tegyék a kórházi napokat.

A Fehér Könyv kiadását megelőző konzultáció megállapítása alapján a fiatalok kinyilatkoztatása az volt, hogy aktívan részt akarnak venni az őket körülvevő társadalom életében. Alaptalannak és igazságtalannak tartják azt a véleményt, hogy ők közönyösek vagy el nem kötelezettek lennének. Úgy érzik, hogy nem kapják meg sem a megfelelő forrásokat, sem a szükséges információt és képzést ahhoz, hogy aktívabb szerepet vállaljanak. Az ifjúsági szervezetek azt is hozzátették, hogy a közéletben való részvétel joga alapvető jog, és mindenkire érvényesnek kell lennie, mindenfajta diszkrimináció nélkül. Sok ifjúsági szervezet dolgozik azon, hogy a fiatalok ezt a jogukat a gyakorlatban is használhassák.²¹

Reményeim szerint ezzel a dolgozattal sikerült rávilágítani, milyen fontos, hosszú távú lehetőségek rejlenek az Iskolai Közösségi Szolgálat programban és az önkéntes tevékenységek végzésében. Azt, hogy a nemes szándékokból mit tudunk megvalósítani, ahányan vagyunk, annyi féleképpen látjuk. Mégis érdemes megkeresni a közös nevezőt, hogy segíteni tudjunk az utánunk jövő generációknak egy jobb világ megteremtésében. A nagy és nemes dolgok apró hétköznapi tettekből állnak össze és válnak naggyá. A példa ereje, a hozzáállás intelligenciája, az összetartozás érzése és felelősségünk vállalása elég kell, hogy legyen ahhoz, hogy úgy érezzük, megtettük, ami tőlünk telik. Változtassunk szorongó, bizalmatlan, pesszimista lelkiállapotunkon, tanítsuk meg a gyerekeknek, hogy a boldog, kiegyensúlyozott életet a harmonikus emberi kapcsolatok, a segítőkészség és az önzetlenség táplálják. Ezeket az erényeket pedig tanulással, utánzással lehet fejleszteni. Csíkszentmihályi Mihály gondolatait idézve: „Nem kis eredmény rendes, becsületes, elégedett családi életet élő polgárnak lenni. Ha mindenki így élne, nem kellene annyira aggódnunk a jövő miatt. De szinte lehetetlen tisztességes életet élni, amikor a társadalmi rend a mohóságon és az esztelen kizsákmányoláson alapul. A társadalom megváltoztatásához ki kell lépni az elefántcsonttoronyból, és a közösség nagyobb szabású kérdéseivel is kell foglalkozni.”²² Álláspontom szerint ezen az úton az Iskolai Közösségi Szolgálat és az önkéntes tevékenységek segíthetnek bennünket.

Jegyzetek

2011. évi CXCV. törvény a nemzeti köznevelésről. A törvény legfontosabb változásai között szerepelnek az érettségi vizsgára vonatkozó szabályok változásai is, melyek egyik elemeként 2016 január elseje után az érettségi bizonyítvány kiadásának feltétele 50 óra „közösségi szolgálat” elvégzésének igazolása.

Irodalom

Az Európai Bizottság Fehér Könyve: *Új Lendület Európa Fiataljai Számára*. Mobilitás Országos Ifjúsági Szolgálat Észak-alföldi Regionális Ifjúsági Szolgáltató Iroda Ifjúság szakmai Könyvtára http://www.ifjusagimunkakonyvtara.hu/reszletes_az_europai_bizottsag_feher_konyve_-_uj_lendulet_europa_fiataljai_szamara_44.html (letöltés ideje: 2013. április 23.)

Csíkszentmihályi Mihály: *A fejlődés útjai. A harmadik évezred pszichológiája*. Budapest, 2007, Nyitott Könyvműhely

Daniel Goleman: *Érzelmi Intelligencia*. Budapest, 1997, Háttér Kiadó

Kopp Mária (szerk.): *Magyar lelkiállapot. Esélyerősítés és életminőség a mai magyar társadalomban*. Budapest, 2008, Semmelweis Kiadó és Multimédia Stúdió

Sonja Lyubomirsky: *Hogyan legyünk boldogok? Életünk átalakításának útjai tudományos megközelítésben*. Budapest, 2008, Ursus Libris /Emberközpontú Pszichológia Könyvsorozat, VIII./

Dr. Jakab-Szászi Andrea: Egyéniségre hangolva. Utak, módszerek, ötletek. *Magyar Református Nevelés*, 2012/2. szám. <http://rpi.reformatus.hu/hatteranyagok/sokr%C3%A9t%C5%B1%20intelligencia-cikk.pdf>, Howard Gardner intelligencia elmélete.

Lyubomirsky, S, Sheldon, K. M. and Schkade, D.: Pursuing happiness. The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9: 111–131.

Kopp Mária – Prékopa András: Ember-környezeti játék-elméleti modell. *Magyar Tudomány*, 2011/6. 665–677.p. http://www.btk.pte.hu/files/tiny_mce/BTK3020/bolcs_akad/pozitiv%20pszichologia%20dokumentumok.pdf (letöltés ideje: 2014. április 23.)

Skrabski Árpád – Kopp Mária: A bizalom mint a társadalmi tőke központi jellemzője <http://vigilia.hu/regihonlap/2008/10/skrabski.htm>, (letöltés ideje: 2014. április 21.)

Oláh Attila: Mi a pozitívuma a pozitív pszichológiának? *Iskolakultúra*, 2004/11. 39–46.p. http://www.btk.pte.hu/files/tiny_mce/BTK3020/bolcs_akad/pozitiv%20pszichologia%20dokumentumok.pdf (letöltés ideje: 2014. április 23.)

2011. évi CXCV. törvény a nemzeti köznevelésről.

20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet.

- 2 Dr. Bodó Márton az Oktatókutatási és Fejlesztési Intézet munkatársának előadása. <http://www.kozossegi.ofi.hu/Contents/ShowContentById/45> (2014. április 21.)
- 3 20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet 133. §.
- 4 Howard Gardner elmélete szerint az intelligencia nem egységes értelmi képesség. Hétféle, egymástól független intelligenciát különböztet meg: nyelvi, logikai-matematikai, térbeli, zenei, testi-kineztezési, személyen belüli és személyközi intelligenciát. 1998-ban további három intelligencia típust állapított meg, a naturalista, spirituális és egzisztenciális intelligenciát. <http://rpi.reformatus.hu/hatteranyagok/sokr%C3%A9t%C5%B1%20intelligencia-cikk.pdf> (2014. április 23.)
- 5 A pozitív pszichológia összefoglaló neve azoknak a kutatásoknak, amelyek elsőként a világon arra irányulnak, hogy miként érhetjük el a teljesítményünk maximumát. Legismertebb képviselői, elméletei: Csikszentmihályi Mihály Flow-elmélete, Martin Seligman „Tanult tehetetlenség” elmélete, Barbara Fredrickson „broaden&build” azaz „kinyit&teremt” üzemmód kísérletei és az Appreciative Inquiry (AI – Megbecsülő Megértés) módszer.
- 6 Az AQ azt mutatja meg, hogy egy-egy területen milyen a felkészültségünk. A szakirodalomban az AQ a megpróbáltatás-tűrés hányadosa (Adversity Quotient), Stoltz, Paul G.: Adversity Quotient John Wiley & Sons, 1999. című könyve is tárgyalja. A hozzáállás intelligenciájaként is szokás használni.
- 7 Az IQ intelligenciahányados a gondolkodással kapcsolatos képességeket mutatja meg, egy olyan szám, amelynek segítségével kimutatható, hogy a vizsgált személy jelenlegi értelmi képessége és az azonos életkorú, átlagos személyek értelmi képessége között milyen a viszony.
- 8 Az EQ érzelmi intelligencia, a saját és mások érzelmeinek befolyásolásával kapcsolatos képesség.
- 9 Daniel Goleman, Érzelmi Intelligencia, Háttér Kiadó, 1997. Daniel Goleman: Érzelmi Intelligencia. Budapest, 1997, Háttér Kiadó. 59–77. oldal
- 10 http://www.ifusagimunkakonyvtara.hu/reszletes_az_europai_bizottsag_feher_konyve_-_uj_lendulet_europa_fiataltjai_szamara_44.html (2013. április 23.)
- 11 Uo. 32. oldal
- 12 Uo. 5. oldal
- 13 Uo. 50. oldal
- 14 Uo. 5. oldal, 26. oldal
- 15 Skrabski Árpád – Kopp Mária: A bizalom mint a társadalmi tőke központi jellemzője <http://vigilia.hu/regihonlap/2008/10/skrabski.htm> (2014. április 21.)
- 16 A Hungarostudy elnevezésű vizsgálatok a magyar népesség egészségi állapotának alakulását kutatják, feltérképezik a legjelentősebb egészségproblémákat és az azokat befolyásoló tényezők összefüggéseit, támpontot nyújtva a prevenció programok tervezéséhez is. Az elmúlt évben a Semmelweis Egyetem Magatartástudományi Intézete készítette el a Hungarostudy kutatás eredményeit összegző Magyar lelkiállapot 2013 című kötetet.
- 17 Kopp Mária (szerk.): Magyar lelkiállapot. Esélyerősítés és életminőség a mai magyar társadalomban. Budapest, 2008, Semmelweis Kiadó és Multimédia Stúdió.
- 18 Lyubomirsky, S, Sheldon, K. M. and Schkade, D. (2005) Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9: 111–31.
- 19 Sonja Lyubomirsky: Hogyan legyünk boldogok? Ursus Libris 2008 Sonja Lyubomirsky : Hogyan legyünk boldogok? Életünk átalakításának újai tudományos megközelítésben. Budapest, 2008, Ursus Libris /Emberközpontú Pszichológia Könyvsorozat, VIII./ 38–41. oldal
- 20 Uo. 170–188. oldal
- 21 http://www.ifusagimunkakonyvtara.hu/reszletes_az_europai_bizottsag_feher_konyve_-_uj_lendulet_europa_fiataltjai_szamara_44.html (2013. április 23.) 25. oldal
- 22 Csikszentmihályi Mihály: *A fejlődés útjai. A harmadik évezred pszichológiája*. Budapest, 2007, Nyitott Könyvműhely. 343. oldal