„Az egészség nem egyetlen tett, hanem
szokásaink összessége”

„Az egészség nem egyetlen tett, hanem szokásaink összessége”

Szemelvények
egy multidiszciplináris egészségfejlesztő műhely
munkáiból

Dr. habil. Tarkó Klára és Dr. habil. Benkő Zsuzsanna (szerk.)

Szegedi Egyetemi Kiadó
Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó

Szeged
2016

Lektorálta:
Prof. Dr. Pukánszky Béla

© A szerzők és a szerkesztők, 2016

Az egészség nem egyetlen tett, hanem szokásaink összessége. Azzá válunk, amit rendszeresen teszünk.
(Arisztotelész)

Tartalom

Dr. Lippai László Lajos: Előszó helyett… bevezetés az egészségfejlesztésbe, avagy miként járul hozzá a tudomány az egészséges élet művészetéhez 9

1. rész: Elméleti szemelvények

Dr. habil. Benkő Zsuzsanna: Homo Sanus: az egészséggel megáldott ember 25
Dr. habil. Benkő Zsuzsanna: Társadalom-történet és magyarországi rétegződés-modellek 33
Dr. habil. Benkő Zsuzsanna: A család történelmi fejlődése, kelet-közép európai kitekintéssel 45
Dr. habil. Benkő Zsuzsanna: Életmód-szociológiai elméletek és magyar életmód-történet 53
Dr. habil. Tarkó Klára: A sokszínű társadalom – kisebbségi csoportok Magyarországon 67
Dr. habil. Tarkó Klára és Dr. Lippai László Lajos: Az előítélet fogalma, kialakulása, kutatási módszerei 79
Dr. habil. Tarkó Klára: Multikulturális, interkulturális és inkluzív nevelés 95
Dr. Lippai László Lajos és Dr. Erdei Katalin: Lelki egészségfejlesztő programok előkészítése városi szinten – a hódmezővásárhelyi lelki egészségfelmérés elemzésének tanulságai 111
Dr. Nagy Edit: Szókratész és Diderot(-Szókratész) 127

2. rész: Egészségfejlesztés és PhD műhelymunka

Nádudvari Gabriella: A német életreform-mozgalmak a német romantika eszméinek tükrében 145
Pálmai Judit: *„Étel, ital, álom, szükséges e három!”* Egészségnevelés a 20. század eleji tankönyvekben 159
Osváth Viola: A gyermekkori fontos kapcsolatok és a felnőtt kötődés mint védőfaktor a bűnöző életmód kialakulásával szemben 173
Hegyi-Tóth Erika: Lelki egészségvédelem a megváltozott munkaképességű fiatalok munkaerőpiaci integrációjában 181
Mátó Veronika, Tóth Krisztina és Dr. Paulik Edit: Felsőoktatásban dolgozók egészségmagatartása – egyéni és környezeti faktorok 199
Kis Bernadett: Community-supported agriculture from the perspective of health and leisure 215

3. rész: Egészségfejlesztés és tehetséggondozás

Ferencz Kitti és Dr. habil. Tarkó Klára: Nők – iskola – esélyegyenlőség 233
Szabó Dorián és Pálmai Judit: A „Z” generáció „komfortzónája” a XXI. században 249
Lép Roland és Pálmai Judit: Az elhízás megítélése Magyarországon az elhízottak, illetve a normál testsúlyúak körében 261
Vasadi Viktória és Pálmai Judit: Magyar egyetemisták táplálkozási szokásainak szociológiai vizsgálata 273

Ms. Anita Krausz, Mr. Arnold Nagy, Ms. Ágnes Bálint, Mr. Ákos Nagy-Hevesi, Ms. Kitti Franciska Ferencz, Ms. Csilla Czoldán, Ms. Dalma Bereczky, Mr. Sándor Szabó, Mr. Máté Kis and Klára Tarkó, PhD habil.: The Hungarian upper primary teachers' health- conscious and value transmitting behaviour 285
Ms. Ágnes Badár and Margit Borkovits, PhD: Sauna culture, and the role of sauna in recreation and health promotion among university students of Szeged and Turku 289

Hogyan vélekednek hallgatóink szakjainkról? 295

Előszó helyett…

Bevezetés az egészségfejlesztésbe, avagy miként járul hozzá a tudomány az egészséges élet művészetéhez

DR. LIPPAI LÁSZLÓ LAJOS

Kötetünk megjelenése előtt harminc esztendővel, 1986-ban az Egészségügyi Világszervezet megtartotta első nemzetközi *egészségfejlesztési* konferenciáját. Ez a szakmai fórum – ennyi idő távlatából ezt már biztosan kijelenthetjük – több szempontból is meghaladta korát. Egyrészt, az ott zajló viták hevében sikerült olyan egységes fogalmi keretet kialakítani, ami életképes, és egységes nemzetközi törekvéssé alakította az addig elszórtan, széttagoltan formálódó egészségfejlesztési törekvéseket. Másrészt, a szerteágazó egészségfejlesztő tevékenységek rendszerezésével úgy sikerült cselekvésre motiválni az érintetteket, hogy a tudományos, módszertani és szakmabeli különbözőségeken felülemelkedve mindenkiben az fogalmazódott meg, hogy van valamilyen közös, egységes cél. Ennek tükre a kanadai konferencia záródokumentuma, az Ottawa Charta, ami mind a mai napig az egészségfejlesztés meghatározó mérföldkövének számít.

Az Ottawa Charta egészségfejlesztési szemléletére döntő hatást gyakorolt a kanadai *Lalonde Jelentés.* Ez a beszámoló annak a multidiszciplináris kutatócsoportnak az eredményeit összegzi, amely Marc Lalonde kanadai egészségügyi miniszter kezdeményezésére azt vizsgálta, hogy milyen tényezők befolyásolják leginkább a kanadaiak egészségét. Az 1970-es évek derekán zajló kutatások legmeglepőbb tanulsága az volt, hogy a kanadai *lakosság egészségi állapotának javításához önmagában nem elegendő az egészségügyi ellátórendszer* fejlesztése (Lalonde, 1981).

Miért nem? Részben azért, mert még egy olyan fejlett országban is, mint Kanada, az egészségügyi ellátórendszer legnagyobb terhét olyan betegségek gyógyítása jelenti, melyek elsősorban a környezetszennyezéshez és a viselkedéses rizikótényezőkhöz köthetőek (Lalonde, 1981). A már kialakult krónikus betegségek hatékony kezelése nehéz és költséges, a megelőzés szempontjából viszont az egészségügyi ellátórendszer önmagában tehetetlen.

Másrészt, történelmi távlatból – az elmúlt kétszáz év változásait szemlélve – az is megállapítható, hogy a nyugati társadalmakban a lakosság egészségi állapotának javulása főként a nagyobb anyagi biztonságra, az iskolázottsági szint emelkedésére és a közegészségügyi rizikótényezők hatékonyabb kezelésére (pl. köztisztaság, hulladékgazdálkodás) vezethető vissza. Könnyen belátható, hogy az egészségügyi ellátórendszer ezeket a szocioökonómiai tényezőket csupán csekély mértékben képes befolyásolni.

Ezért fogalmazódott meg az igény egy olyan kezdeményezésre, amely a már kialakult betegségek kezelésére koncentráló egészségügyi ellátórendszer *mellett* – a rendelők, kórházak, műtők falain kívül – tesz valamit azért is, hogy az emberek természeti és társadalmi *Környezete* is egészségesebbé váljon, valamint az individuális egészségmagatartást alakító *Életmódra* is hatást gyakorol (Lalonde, 1981).

A Lalonde Jelentésben megfogalmazott összefüggések nemcsak Kanadában, hanem világszerte arra hívták fel a szakemberek figyelmét, hogy a lakosság egészségének javí-

tása érdekében – az egészségügyi ellátórendszer szerepére fókuszáló megközelítést meghaladó módon – más szemléletmódra van szükség. Ez a törekvés, immár nemzetközi szinten, azon a WHO konferencián is megjelent, amely az Ottawa Chartát eredményezte. Ebben a dokumentumban fogalmazódott meg először az, hogy *az egészségfejlesztés folyamata azt segíti elő, hogy az emberek befolyásra tegyenek szert az egészségüket meghatározó tényezők felett, és önmaguk is változzanak egészségük érdekében*. Az egészségfejlesztés céljai között tehát egyaránt szerepel (1) az egészséget alakító környezeti – természeti és társadalmi – tényezők feletti kontroll növelése és (2) az egészségmagatartás egyéni döntésen múló aspektusainak fejlesztése az egészséges életre való esély javítása érdekében (WHO, 2005; Benkő, 2005; Scriven, 2010).

Harminc év elteltével, az Ottawa Charta utóéletének ismeretében kijelenthető, hogy ez a dokumentum leginkább azért előzte meg a korát, mert az egyes tudományágak, szakmaterületek, társadalmi alrendszerek és politikai szereplők oly mértékű kooperációjának szükségességét fogalmazta meg – mindannyiunk egészsége érdekében –, amely mind a mai napig nehezen valósítható meg a gyakorlatban.

Akkor itt a történet vége? Közel sem. Inkább egy új szakasz kezdődik. 2008-ban Galway-ben az egészségfejlesztők képzésében meghatározó észak-amerikai és nyugat-európai képzőhelyek képviselői világosan megfogalmazták a következő logikus, bár közel sem egyszerű lépést: a kezdetben inkább társadalmi mozgalomként megnyilvánuló egészségfejlesztésnek napjainkra egyre inkább professzióvá kell válnia, mégpedig az egységes szakmai alapot biztosító képzés és a jól körülhatárolható munkaerőpiaci követelmények révén.

Ezt a folyamatot segíti az egészségfejlesztő professzió kompetenciáit összefoglaló Galway-i Konszenzus Nyilatkozat azzal, hogy az egészségfejlesztők képzésében és munkafeladataik követelményeiben egyaránt irányadó, egységes alapértékeket és munkafeladatokat fogalmaz meg.

Milyen alapelvek és értékek képviselete várható ma egy egészségfejlesztőtől? Egyrészt az, hogy hitelesen tudja alkalmazni azt a holisztikus egészségfogalmat, mely az egészség kulturális, gazdasági és társadalmi meghatározóit is számításba veszi. Másrészt az, hogy meggyőződésből képviselje az esélyegyenlőség és a társadalmi igazságosság értékeit, a civil társadalom erejét, és tisztelje a kulturális sokszínűséget. Harmadrészt, legyen elkötelezett a fenntartható fejlődés eszméje iránt. Végül, de nem utolsósorban törekedjen arra, hogy azt a közösséget, ahol egészségfejlesztő tevékenységét aktuálisan végzi, partnerként vonja be munkájának minden lépésébe, legyen szó állapot- és szükségletfeltárásról, célok meghatározásáról, tervezésről, megvalósításról vagy értékelésről (Barry et al., 2009).

Ezt az elvárásrendszert felhőként megjelenítve kaphatjuk az 1. ábrát. A felhő központi területét a holisztikus egészségfogalom alkotja, a többi alapelv és érték pedig a felhő szorosan egymáshoz kapcsolódó, de mégis azonosítható területét képezi.

1. ábra
A Galway-i Konszenzus Nyilatkozatban megfogalmazott egészségfejlesztési alapelvek és értékek

Milyen munkafeladatai vannak az egészségfejlesztőknek? A Galway-i Konszenzus Nyilatkozat nyolc alapvető tevékenységet határoz meg az egészségfejlesztők számára.

Az egészségfejlesztők legalapvetőbb feladata, hogy az egyének és közösségek életében **változást kezdeményezzenek** az egészségesélyek javítása érdekében. Ott és akkor, amikor ez reálisan megvalósítható az egyének és közösségek számára.

Az egészségesélyeket befolyásoló életkörülményekre és életmódelemekre jelentős hatással van az a társadalmi és társas környezet, melyben mindennapjainkat éljük. Az egészségesélyeket alakító családi, közösségi, szervezeti, politikai és társadalmi **döntések előkészítése, erőforrások és kapacitások mobilizálása** tehát szintén központi jelentőségű egészségfejlesztési feladat.

A megalapozott családi, közösségi, szervezeti, politikai és társadalmi döntések kiindulópontját a „van"-helyzetre vonatkozó megbízható információk képezik. Ehhez az egészségfejlesztők szakszerűen végzett, **az egészségesélyekre fókuszáló állapot- és szükségletfeltáró vizsgálatok** eredményeivel tudnak hozzájárulni. Ehhez sajátos kutatásmódszertanra van szükség, amely az egészséget befolyásoló viselkedéses, kulturális, társadalmi, környezeti és szervezeti meghatározók azonosítását és elemzését egyaránt lehetővé teszi.

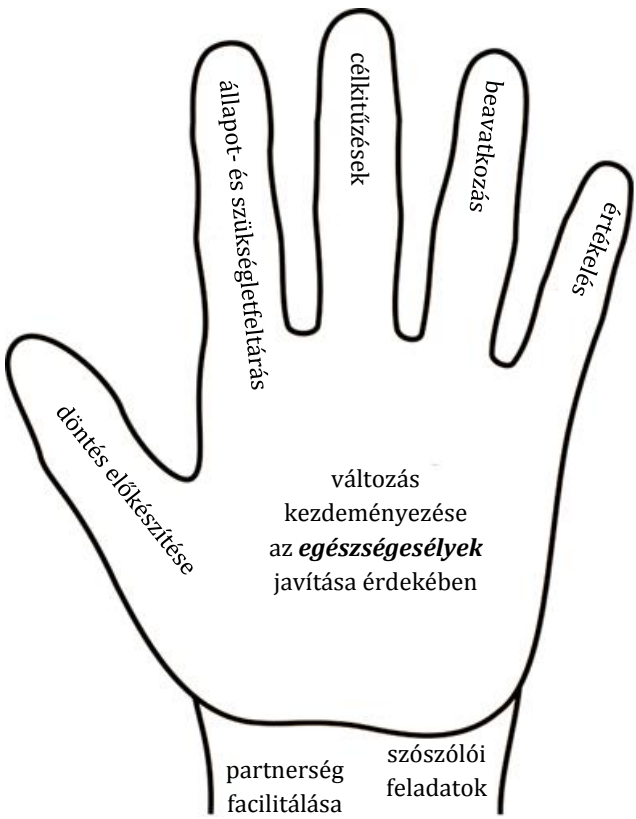
A „van"-helyzet alapján, de az egészségtudományok elméletéből és az egészségfejlesztés gyakorlati tapasztalataiból származó tudásra építve valósulhat meg a **mérhető célok és célkitűzések megfogalmazása.** A stratégiai tervezés és a célok megvalósítása során gyűjtött tapasztalatok elemezése szintén lényeges részét képezi az egészségfejlesztő tevékenységének.

E tapasztalatok megszerzésének elemi feltétele, hogy az egészségfejlesztő olyan **beavatkozási módszerek** alkalmazására legyen képes, melyek kultúra-érzékeny és etikus módon a lehető legnagyobb javulást teszik lehetővé az egészségesélyekben, beleértve ebbe az emberi és anyagi erőforrások menedzsmentjét is.

A megvalósult egészségfejlesztési programok és stratégiai tervek hatékonyságának szakszerű **értékelése** képezi a következő nagyobb egészségfejlesztési kompetenciakört, melynek végső célja újabb egészségfejlesztési kezdeményezések kialakítása és a megvalósult programok eredményeinek fenntartása, illetve disszeminációja.

A fenti feladatok mindegyikével párhuzamosan megjelenhet még két, önmagában is fontos feladatkör. A **szószólói feladat** elsősorban egyének vagy közösségek motiválását, bizonyos esetekben képviseletét foglalja magában. Végül, de nem utolsósorban az egészségfejlesztők feladata még a **partneri viszony facilitálása az egészségesélyek javításáért tenni tudó vagy akaró aktorok közt.** Ez megnyilvánulhat a tudományágak közti multi- és interdiszciplináris együttműködés igényének erősítésében éppúgy, mint a különböző társadalmi alrendszerek, szektorok eltérő érdekeit képviselő szereplők közti kooperáció elősegítésében (Barry et al., 2009).

Az egészségfejlesztők egyes munkafeladatait és azok összekapcsolódását a kéz felépítéséhez lehet hasonlítani (vö. 2. ábra). Ebben a képi hasonlatban a csuklónak, a tenyérnek és az ujjaknak is megvan a maguk sajátos feladata, de összehangolt mozgásuk teszi a kezet igazán értékessé. Hasonlóképpen jellemezhető az egészségfejlesztők munkafeladatainak kapcsolódása is.



2. ábra
A Galway-i Konszenzus Nyilatkozatban megfogalmazott egészségfejlesztési munkafeladatok

Miként lesz ebből az egészséges élet művészete? A mindennapokban használt egészségfogalom legfontosabb jellemzője az, hogy ***dichotóm*** állapot megfogalmazására irányul (Marks et al, 2000). Ez a lehető legegyszerűbben megfogalmazva azt jelenti, hogy valaki „vagy egészséges, vagy beteg". Az egészségnek e leszűkített értelmezése azonban lehet *megbélyegző* („Mennyire tekinthető betegnek az átlagnál amúgy sokkal egészségesebb életmódot folytató, teljesen jó egészségi állapotnak örvendő cukorbeteg?"), de lehet *torzító* („Attól, hogy dohányzom, én még egészséges vagyok.") vagy akár *életveszélyes* is *(„Miért menjek szűrővizsgálatra, ha egyszer egészséges vagyok?")*.

A fenti problémák következtében az egészségtudományok egyre inkább ***kontinuumként*** kezelik az egészséget. Napjainkban Magyarországon is a társadalom, a gazdaság és a tudomány jelenlegi fejlettsége alapján mindenkinek legalább 75, egészségben töltött évet kellene élnie. Az egészségkontinuum egyik végpontja jelöli a potenciális élethossznál, vagyis a 75 egészségben töltött évnél korábban bekövetkező elhalálozást. Az egészségkontinuum másik végpontja pedig a tökéletes egészség. Nem véletlenül ennyire idealisztikus e végpont megfogalmazása, ugyanis jelenlegi tudásunk szerint senki sincs a tökéletes egészség ideális állapotában (Marks et al, 2000).

Az egészséges élet attól válik művészetté, hogy aktív, cselekvő és alkotó módon viszonyul az „egészséges élet" (értsd: potenciálisan hosszú, egészségben töltött élet) esélyéhez. Erre sajnos közel sincs mindenkinek egyforma esélye. Az egészséges életre való esélyt számos külső vagy belső tényező alakítja: a genetika, az anyagi helyzet, a természeti és társadalmi környezet etc. Ezeken belül azonban vannak olyan lehetőségek is, amelyek az egyéni erőfeszítésen, szándékon és döntési szabadságon is múlnak. *Az adottságok és a lehetőségek alkotó módon történő, sajátosan egyedi összehangolásától válik művészetté az egészséges élet. Ezért mondható az, hogy az egészségfejlesztés nem „egészséget" ígér, hanem az „egészséges életre való esély" javítására törekszik.* Másképp megfogalmazva, az egészséges élet művészetét kívánja egyszerűbbé tenni mindenki számára a mindennapi élet legváltozatosabb színterein, „ott, ahol [az ember] tanul, munkát végez, játszik és szeret" (vö. Ottawa Charta).

Az egészséges élet művészetének titka a szokások rendszerében rejlik, ahogy ezt már Szókratész is megfogalmazta. *„Az egészség nem egyetlen tett, hanem szokásaink összessége"* – mondja. Amivel ma még ki tudjuk egészíteni az ókori görög filozófus örökérvényű mondását, az az, hogy az egészséges élet művészetének titka az ***örömmel végzett szokások rendszerében*** rejlik. Az egészségfejlesztés tehát valahol arról szól, hogy miként lehet aktívan, jóízűen táplálkozva, strapabíróan, szenvedélyesen, jókedvűen, magabiztosan, bennünket szerető emberek közt minőségi életet élni. Arra az alapra építve, ami adatott, vagy amit elértünk, de tudatosan élve azzal a választási szabadsággal is, mely ezeken belül szintén rendelkezésünkre áll.

Szívet melengető érzés látni, hogy *a kötetünkben helyet kapó valamennyi tanulmánynak van mondanivalója az egészségfejlesztés valamennyi alapértékéről és munkafeladatáról.* Ebben e tanulmánykötet szerzőinek, a Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Kar Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési Intézete oktatóinak és hallgatóinak immár két évtizedes múltra visszatekintő közös munkája tükröződik.

E fejezet második részében, gondolatébresztő szándékkal, csak arra tehetünk kísérletet, hogy az előző rész elméleti modelljeinek gyakorlati alkalmazási lehetőségeit néhány kiragadott példán keresztül illusztráljuk.

Kötetünk *első részében* olyan elméleti tanulmányok kaptak helyet, melyek az egészségfejlesztéshez kapcsolódó egy-egy kérdéskört, témát fejtenek ki, jellemzően a szociológia, pszichológia, pedagógia, filozófia szemszögéből.

DR. HABIL. BENKŐ ZSUZSANNA, szociológus, Intézetünk és a szegedi egészségfejlesztési műhely megalapítója és vezetője, négy elméleti tanulmány révén az egészség fogalmának történetiségébe, valamint az egészséget meghatározó társadalmi tényezők jelentőségébe enged betekintést.

A **„Homo Sanus: az egészséggel megáldott ember”** c. tanulmány számos egészségfejlesztési értékhez és tevékenységhez kapcsolódik. Egyrészt, a Tanárnő által kidolgozott „Homo Sanus” modell, vagyis az egészségre törekvő ember koncepciója *a **holisztikus egészségfogalmat*** is jobban érthetővé, megragadhatóvá teszi. A holisztikus egészségfogalom központi eleme, Aaron Antonovsky szalutogenetikus egészségelmélete magyar nyelven hiánypótló részletességgel kerül kifejtésre ebben a tanulmányban. Másrészt, éppen Antonosky multidiszciplináris szemlélete révén, a ***partnerség facilitálására*** irányuló egészségfejlesztési törekvés is érthetőbbé válhat a fejezet olvasása közben. Antonovsky egészség-megközelítése máig példamutató módon közvetíti a valódi multidiszciplináris szemléletet az egészségtudományok terén. Ennek alapját a medicina, a pszichológia és a szociológia egymás mellé rendelődése biztosítja. Így az egészség vonatkozásában egyik tudomány sincs a másik fölött vagy előtt.

Harmadrészt, a tanulmány rámutat arra, hogy milyen összetett rendszert nevezünk életmódnak, és bemutatja az életmód és a kultúra szoros kapcsolódását is. Tehát, ha az egészség megőrzése érdekében az emberek életmódját is alakítani, formálni szeretnénk, akkor a mai modern vagy posztmodern emberi közösségek ***kulturális sokszínűségét*** is figyelembe kell vennünk.

BENKŐ ZSUZSANNA következő három tanulmánya abban nyújt segítséget, hogy a zömében angolszász kultúrkörben született egészségfejlesztési fogalmak és módszerek hazai adaptálásánál a magyar történelem és az aktuális magyar társadalmi környezet mely sajátosságait kell mindenképpen figyelembe vennünk.

A **„Társadalom-történet és magyarországi rétegződés-modellek”** c. tanulmány egyrészt arra hívja fel a figyelmet, hogy a ***lokalitásra és a civil társadalom*** erejére mint értékre építő nyugati egészségfejlesztési modellek magyarországi adaptációjának nehézségeit nem érthetjük meg akkor, ha nem ismerjük a magyar társadalom fejlődéstörténetét. A társadalom megkettőződése, az adott társadalmon belül párhuzamosan létező modernitás és hagyomány, és a felülről indukált modernizáció történelmi folyamatának lenyomata itt, Közép-Kelet Európában mind a mai napig befolyással van életünkre. A magyarországi rétegződés-modellekről szóló rész arra világít rá, hogy a szakirodalomban egészséglépcsőként ismert jelenség – a szocioökonómiai státusz és az egészségben töltött évek számának az összefüggése – összetettebb ismereteket igényel a magyar lakosság esetében. A magyar sajátosságok ismeretére szükség van a valódi ***esélyegyenlőség*** elősegítése érdekében.

Ez megerősíti az ***állapot- és szükségletfeltárás*** fontosságát is a mindenkori egészségfejlesztési projektekben. A tanulmány rávilágít arra is, hogy az egészségfejlesztő tevékenység előkészítésekor a választott célcsoport társadalmi rétegződés szerinti elemzésére is szükség van az alkalmazott egészségüzenetek és az egészségfejlesztési módszerek finomhangolása érdekében.

BENKŐ ZSUZSANNA **„A család történelmi fejlődése, kelet-közép európai kitekintéssel”** c. írása ismét a ***holisztikus egészségfogalomhoz*** tesz hozzá egy további

nagyon fontos összetevőt: a családot. A család a társadalom szociális intézménye, elsődleges csoport, olyan kisközösség, amely egész életen át végigkíséri az egyént a családi szocializáció során kialakított értékek, normák, szokások, hagyományok révén – az egészség vonatkozásában is.

Benkő Zsuzsanna írása arra is rádöbbenthet bennünket, hogy ha az egészségesélyek javítására irányuló ***változások kezdeményezésében*** gondolkozunk, akkor érdemes David Riesman társadalmi karakterológiáit is számításba vennünk. Ebben a koncepcióban a tradíciótól irányított ember elsődlegesen a tradicionális társadalom sajátja, a belső vezérlésű ember a modern társadalom első időszakának „embere", a külső vezérlésű ember pedig főleg a 20. század második felének karaktere. Ezeket a karaktereket a mai magyar társadalomban is figyelembe kell vennünk az egészségfejlesztési kezdeményezések megfogalmazásakor.

Végül, e fejezet kapcsán az a tanulság is leszűrhető, hogy a ***kulturális sokszínűséghez*** a családi szerepek sokszínűsége is hozzájárul, amit érdemes jelentős mértékben független tényezőként kezelni. A társadalom makroszintű változása követhet más ívet a családok értékrendszerének, kulturális normáinak alakulásához képest.

BENKŐ ZSUZSANNA utolsó elméleti írása, az **„Életmód-szociológiai elméletek és magyar életmódtörténet"** címmel íródott fejezet arra mutat rá, hogy az egészségfejlesztési programok ***állapot- és szükségletfeltárásában*** is egyre inkább figyelembe kell vennünk, hogy a fogyasztáson alapuló életmódelemek (ruházkodás, szabadidős tevékenységek, fogyasztási cikkek vagy a testalkatot érintő változások) egyre kevésbé kötődnek a társadalmi rétegződésben megfigyelt státuszcsoportokhoz.

Továbbá, világos szempontokat nyújt ahhoz, hogy az ***esélyegyenlőséget*** mely életmódelemek befolyásolják. Azzal, hogy a két háború közötti magyar társadalomra jellemző életmódot a munkakörülmények, a jövedelem, a lakóhely, a modernizáció biztosította technikai feltételek, az egészségügyi ellátás, a lakásviszonyok, a táplálkozás, öltözködés és szabadidő eltöltése alapján jellemezni lehet, Benkő Zsuzsanna bemutatja, hogy ezeket a szempontokat a mai magyar társadalom életmódjának jellemzésekor is figyelembe kell venni.

A tanulmány továbbá ráirányítja a figyelmet arra, hogy az egészségfejlesztési célkitűzések hatékonyságát nagymértékben növelheti, ha a rétegződéskutatáshoz hasonló mértékben kifinomult módszertannal kialakított (vö. Utasi Ágnes) magyarországi életstílus-csoportokat is számításba vesszük stratégiai és projektcéljaink megfogalmazáskor.

DR. HABIL. TARKÓ KLÁRA, szociológus, Intézetünk tanszékvezető főiskolai tanára, **„A sokszínű társadalom – kisebbségi csoportok Magyarországon"** című írása szintén segíti az egészségfejlesztés alapértékeinek és munkafeladatainak elmélyültebb megértését.

Egyrészt, Tarkó Klára írása felhívja a figyelmünket Magyarország ***kulturális sokszínűségére.*** A fejezetből megtudhatjuk, hogy hazánkban 13 regisztrált nemzeti kisebbségről beszélünk, melyek a cigányok, németek, horvátok, szlovákok, románok, lengyelek, szerbek, szlovénok, görögök, bolgárok, ukránok, ruszinok és az örmények. E kisebbségi csoportok történelmileg kialakult közösségei olyan kulturális értékeket és hagyományokat képviselnek, melyek a többségi társadalom számára is hasznosak és értékesek, egészségfejlesztési szempontból is.

A fejezet másik fontos tanulsága, hogy a magyarországi egészségfejlesztési ***célkitűzésekben*** a roma kisebbség egészségesélyeinek javítása mindenképpen helyet kell

hogy kapjon. Abban, hogy a romák születéskor várható átlagos élettartama 10 évvel alacsonyabb, mint a magyar lakosságé, nem csak az játszik közre, hogy egészségmagatartásuk kedvezőtlenebb és életmódjuk egészségtelenebb. Az is érzékelhetően rontja egészségük megőrzésének vagy helyreállításának esélyét, hogy az egészségügyi ellátó személyzet irányából számos esetben negatív diszkrimináció tapasztalható.

A ***társadalmi igazságosság*** absztrakt fogalma is érthetőbbé válhat akkor, amikor a *nők* mint társadalmi kisebbség helyzetéről olvasunk Tarkó Klára tanulmányában. A nők helyzete cáfolja legjobban azt a hiedelmet, hogy a kisebbség egyben számszerű kisebbséget is jelentene, hiszen Magyarországon is több a nő, mint a férfi. A társadalmi igazságosság csorbulása a nők esetében is kimutatható a vagyon, a státusz, a képzettség, a munkaerőpiaci helyzet, tehát a társadalmi rétegződésben elfoglalt hely tekintetében. A társadalmi igazságosság csorbulása egyben az egészséges életre való esélyt is rontja, ebben a tekintetben tehát e kérdésnek vannak egészségfejlesztési vonatkozásai is. Még akkor is, ha más kisebbségi csoportokhoz viszonyítva, tudatosabb egészségmagatartásuk révén a nők populációszinten jobban kezelik az egészségesélyeket befolyásoló hátrányaikat.

TARKÓ KLÁRÁVAL közösen, **„Az előítélet fogalma, kialakulása, kutatatási módszerei”** címmel írt fejezetünk kapcsán a következő egészségfejlesztési hozadékok emelhetőek ki.

Fontos újra és újra észrevennünk, hogy az előítéletes gondolkodás jellegzetes köznapi tudati megnyilvánulás. Olyan logikailag téves ítélet, melyet cáfoló tapasztalatok, bizonyítékok sem módosítanak. Érdemes tudatában lennünk annak is, hogy az egészségesélyek javítására irányuló ***változás kezdeményezésekor*** az első lépések sokszor az egészséggel kapcsolatos előítéletek megkérdőjelezésére irányulnak.

Továbbgondolásra adhat lehetőséget a csoportszintű előítéletesség kialakulásának megelőzéséről írott áttekintésünk is. Ebben úgy összegeztük a magyarországi tapasztalatokat, hogy a tévképzetek eloszlatásáért indított, ismeretközlésre építő iskolai programok nem csökkentették az előítéletes megnyilvánulások előfordulását, éppen ellentétes hatást váltottak ki. Ez az eredmény, a módszertani tanulságok mellett, az ***értékelés*** munkafeladatának, a tapasztalati tanulás jelentőségét is világosan mutatja az egészségfejlesztő munkában.

Végül, az előítéletek kialakulásának folyamatában a gyermeknevelési stílus jelentőségét emelhetjük ki. Kimutatható, hogy olyan szülő mellett, akinél a gyermek szeretetteljes környezetben, biztonságban érzi magát, és nem fél a szeretet elvesztésétől, a gyermek számára az egyenlőség, a bizalom és a szeretet alapértékekké válik. Ilyen jellegű szülő-gyermek kapcsolat megtapasztalására azonban sajnos nem mindannyiunknak van lehetősége. Az egészségfejlesztés egyik legfontosabb törekvése viszont éppen az, hogy függetlenül attól, hogy ki mennyi idős, legyen esélye megtapasztalni, hogy ***mellérendelő módon, partneri viszonyban, értékeinek és döntési képességének tiszteletben tartásával*** viszonyulnak hozzá. Ez a miliő önmagában is sokat segít az előítéletes gondolkodás leépítésében.

Ezt a gondolatmenetet viszi tovább TARKÓ KLÁRA következő, **„Multikulturális, interkulturális és inkluzív nevelés”** címmel írt önálló fejezete. Ez a tanulmány, egészségfejlesztési szempontból arra világít rá, hogy a ***beavatkozás*** munkafeladatának mennyire fontos színtere lehet az iskola. Az iskola „hivatalos” és „rejtett” tanterve nemcsak ismereteket és készségeket közvetít, hanem értékeket is. Az egészség szem-

pontjából legalább annyira lényeges, hogy a közvetített értékek közt felfedezhető-e a tolerancia, vagy a nyitott gondolkodás igénye.

Egészségfejlesztési szempontból (is) szintén lényeges kérdés a kisebbségi tanulók iskolai teljesítményét rontó vagy javító tényezők elemzése. Az ***esélyegyenlőség*** javítása ebben az esetben sem csak a kisebbségi tanuló szempontjából fontos. Ez a helyzet mindenkinek – kisebbségi és többségi tanulónak, de a szülőknek és a tanároknak is – lehetőséget kínál a tolerancia és a nyitott gondolkodás fokozatos kialakítására. Ezzel nemcsak a kisebbségi tanuló feszültsége, szorongása oldódik, hanem ezáltal maga az iskola is élhetőbbé válik.

Végül, a magyar kultúrkörben nehezen értelmezhető ***szószólói feladatkör*** kapcsolódására utalhatunk. Egy „pluralista osztályban", ahogy Tarkó Klára nevezi, nagyon fontos egészségfejlesztési feladat az is, hogy a tanuló-tanuló és a tanuló-tanár helyzetekben miként lehet képviselni és adott esetben megvitatni az etnicitás, a társadalmi-gazdasági státusz, a nemek és egyéb kulturális tényezők miatt eltérő igényeket, szükségleteket. Ez azért szószólói feladat, mert ezekre a helyzetekre legtöbbször sem a tanárnak, sem pedig a tanulónak nincs kész válasza. Arra lehet „csupán" felkészülni, hogy a megoldásokhoz milyen kommunikációs stílus segít hozzá, és miként lehet építő módon szót emelni igényeink és szükségleteink képviselete érdekében.

DR. ERDEI KATALINNAL, Intézetünk nyugállományba vonult klinikai szakpszichológusával közösen, **„Lelki egészségfejlesztő programok előkészítése városi szinten – a hódmezővásárhelyi lelki egészségfelmérés elemzésének tanulságai"** címmel írt tanulmányunk kapcsán az alábbi egészségfejlesztési vonatkozások ragadhatóak ki.

Ebben a fejezetben a ***holisztikus egészségfogalom*** újabb aspektusával, a lelki egészséggel és a szubjektív jólléttel foglalkozunk. Fontos hangsúlyozni, hogy a lelki egészség nemcsak individuális érték, hanem egyúttal közösségi erőforrás is, mely fontos összetevője a társadalmi és gazdasági sikerességnek. Ezzel összhangban a lelki egészség alacsony szintje sem csupán egyéni problémák forrása, hanem olyan emberi jogi, társadalmi, gazdasági és népegészségtani kérdéseket vet fel, amelyekkel egyéni, szervezeti, közösségi és politikai szinten egyaránt szükséges foglalkozni.

Tanulmányunk másik egészségfejlesztési hozadéka az lehet, hogy a mentális egészségi állapot közösségi szintű felmérésére módot adó, új szűrővizsgálati módszert mutat be. A fejezetben bemutatott mentális állapotfelmérő vizsgálat tanulságai arra is rávilágítanak, hogy mennyire fontos a ***döntés-előkészítési feladat,*** amelynek során települések, szervezetek közösségek vezetői számára olyan információkat igyekszünk biztosítani, ami támpontot nyújt döntéseik meghozatalához – legyen az akár prioritások kijelölése vagy az anyagi és humán erőforrások allokálása.

Végül, tanulmányunk kapcsán a lelki egészségfejlesztés ***beavatkozási*** spektrumának megfogalmazására hívom fel a figyelmet. Nézőpontunk szerint a *lelki egészségfejlesztés* olyan *speciális* egészségfejlesztő beavatkozás, melynek célja a pszichés, szellemi, spirituális és / vagy közösségi aspektus kongruenciájának javítása. Lényeges kiemelnünk, hogy a lelki egészségfejlesztés az egészségfejlesztés teljes eszköztárának használatával, tehát az életmód bármely elemének egyéni / szervezeti / közösségi szintű befolyásolásával történik. Messze túlmutat tehát a pszichés zavarok rizikótényező-központú (mentálhigiénés) prevencióján.

Az elméleti szekció DR. NAGY EDIT filozófiatörténésznek, Intézetünk egyetemi docensének „Szókratész és Diderot(-Szókratész)" címmel írt tanulmányával zárul. A tanulmány egyrészt részletesen bemutatja az ókori görög kultúra kevéssé hangsúlyozott

vívmányát, „a közösségről leváló magánember" megjelenését. Azt, hogy ez a vívmány mekkora felelősséggel jár együtt, Szókratész tudatosította először. Azzal együtt, hogy a szókratészi beszélgetéskultúra sokszor körülményesnek, szőrszálhasogatónak tűnhet, mégis mértékadó példát mutat arra, miként lehet mellérendelő módon, partneri viszonyban, értékeinek és döntési képességének tiszteletben tartásával elgondolkodtatni és végső soron segíteni, támogatni egy másik embert.

Másrészt, Szókratész ma is támpontot nyújt számunkra azzal, amit Nagy Edit úgy fogalmaz meg, hogy „a közösség és az egyén viszonyában mindig a közösség érdekeit találta meghatározónak, a közösségi értékek mellett kötelezte el magát". Lehet, hogy erre ma már gyakrabban gondolunk úgy, mint a „közlegelők tragédiájának" (vö. Hankiss Elemér) egyetlen elkerülési módjára, de a gondolatmenet máig érvényes üzenete változatlan: a természeti és a társadalmi környezet erőforrásait kímélő, generációkon keresztül fenntartható fejlődést elősegítő életmód kialakításának fontossága.

Végezetül, Nagy Edit alábbi Diderot idézetére hívjuk fel a figyelmet: „Meggyőződésem, hogy minden társadalomban, még egy olyan rossz berendezésben is, mint a miénk, amelyben a sikeres bűnt megtapsolják, és a bukott erény csaknem mindig nevetségessé válik, meggyőződésem, hogy […] még sincs jobb módja a boldogság elérésének, mint az, hogy erkölcsös emberek legyünk." Diderot itt nemcsak a holisztikus egészségfogalom meghatározó elemét képező koherencia-érzet (vö. A. Antonovksy) zseniálisan egyszerű megfogalmazását adja, hanem – a moralitás, az erkölcs kiemelésével – az egészség tudományos megközelítésének korlátaira is rávilágít.

Kötetünk *második része* olyan írásokat tartalmaz, melyek doktori tanulmányaikat végző kollégáink aktuális kutatásainak eredményeit összegzik. E tanulmányok célkitűzése és stílusa is eltér az előző részben olvasható tanulmányokétól, hiszen átfogó, nagyobb témák bemutatása helyett e fejezetek szerzői egy-egy konkrét kutatási kérdés mélyebb összefüggéseinek feltárására törekedtek. Az egyes fejezetekkel kapcsolatban olvasható gondolatok továbbra sem tekinthetőek a fejezetek összegzésének. Kollégáim kiváló művelői saját szakterületüknek, írásaik sem kiegészítést, sem összegzést nem igényelnek. Írásaik kapcsán csupán arra szeretnénk rávilágítani, hogy miként hozhatóak közös nevezőre olyan – egymástól látszólag távol álló – kutatási témák, mint a német romantika időszaka, a kriminalitás, a Horthy-korszak közoktatása, a megváltozott munkaképességűek munkaerőpiaci beilleszkedése vagy éppen az egyetemi dolgozók egészségmagatartása. Erre a közös alapra, az egészségfejlesztő szemléletmódra – annak értékeire és feladataira – építve szeretnénk a továbbiakban is illusztrálni a kollégák munkáiban rejlő, rendkívül gazdag egészségfejlesztési hozadékot.

NÁDUDVARI GABRIELLA, stíluskommunikátor, tanársegéd doktori tanulmányait az ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar Neveléstudományi Doktori Iskolája keretében végzi. Kutatási témájának aktuális eredményeit **„A német életreform-mozgalmak a német romantika eszméinek tükrében"** című írásában foglalta össze.

Az egészségfejlesztés szempontjából – továbbra is a teljesség igénye nélkül – két kapcsolódási pont hangsúlyozható. Nádudvari Gabriella tanulmányának központi témáját a XIX. század végi és XX. század eleji német életreform-mozgalmak motivációs hátterének elemzése képezi. Ebben kifejti, hogy a városi élet megterhelő életkörülményeivel szembesülve, bizonyos csoportok új, természetközelibb életstílus kialakításával kezdtek kísérletezni. Ez arra világít rá, hogy a ***fenntartható fejlődés*** igénye, alapértéke és a kapcsolódó viselkedéskultúra nem csak a XX. század második feléhez köthető, előzményei és indokoltsága ennél jóval korábbra mutatnak vissza.

Nádudvari Gabriella tanulmánya azonban arra is jó példa, hogy nemcsak emlékezni kell a múltra, hanem abból tanulnunk is érdemes. A fejezetben gondosan feldolgozott Monte Veritá nevű korai életreformer közösség és a művészi mozgalmak összekapcsolódása az egészségfejlesztés ***szószólói feladatának*** megvalósítására mutathat járható utat, az egészség mint érték és mint életforma kreatív közvetítésével.

PÁLMAI JUDIT, szociológus, tanársegéd, a Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar „Oktatás és Társadalom" Neveléstudományi Doktori Iskolájában idén szerezte meg doktori fokozatát. Kutatási témája a magyar közoktatás XX. század eleji dokumentumaiban megjelenő családkép feltárása és elemzése. A területen végzett kutatásaiból kötetünkben a család egészségnevelési feladatainak tankönyvi reprezentálódására vonatkozó eredményeit mutatjuk be, ***„Étel, ital, álom, szükséges e három!"*** **Egészségnevelés a 20. század eleji tankönyvekben** címmel.

Pálmai Judit példákban gazdag, részletes kvalitatív eredményeket összegző tanulmányából két elem bemutatására van lehetőségünk. Mai szemmel is tanulságos, hogy a XX. század eleji magyar tankönyvek mennyire nagy hangsúlyt fektettek a gyermekek egészségnevelésére. Ennek oka nemcsak a fertőző betegségek és a járványok megelőzése, hanem az egészséggel és a gyógyítással összefüggő babonák, gyakran életveszélyes hiedelmek visszaszorítása volt. Nem szabadna megfeledkeznünk arról, hogy az iskolásokra irányuló ***egészségfejlesztési beavatkozások*** máig hatékony és értékes módszere az egészségnevelés, amely már akkor sem kizárólag csak a gyermekekre, hanem a szülőkre és tágabb értelemben véve a felnőtt társadalomra is irányult.

A másik szempont a mértékletesség fontossága. Az egészségfejlesztési ***célkitűzésekben*** napjainkban is, de már a XX. század elején is az egészségkultúra lényeges elemeként jelenik meg a mértékletesség elve. Ahogy Pálmai Judit idézi a tankönyvi példát: *„Rövid a torkosság, hosszú a betegség. Jó fűszer s orvosság a mértékletesség"*. Az egészségfejlesztés korábban bemutatott értékeihez, feladataihoz is számos hasznos rigmust, korabeli jó gyakorlatot találhatunk e fejezet gazdag empirikus anyagában.

OSVÁTH VIOLA, gyermekklinikai és mentálhigiénés szakpszichológus a Pécsi Tudományegyetem Pszichológia Doktori Iskolájában végzi doktori tanulmányait. Kötetünkben **„A gyermekkori fontos kapcsolatok és a felnőtt kötődés mint védőfaktor a bűnöző életmód kialakulásával szemben"** című fejezetében mutatja be kutatásának elméleti hátterét.

Egészségfejlesztési szempontból Osváth Viola kutatási anyagából a rezíliencia fogalmának jelentősége érthető meg. Ahogy ő is kifejti, a rezíliencia fogalmának újszerűsége abban a felismerésben rejlik, hogy az egészséges személyiségfejlődést veszélyeztető rizikótényezők feltárásán, diagnosztizálásán *túl* azt is érdemes vizsgálni, hogy miként képes valaki a rizikótényezők fennállása *ellenére* – kedvezőtlen életkörülmények, traumák vagy hátráltató tényezők mellett – mégis sikeresen adaptálódni és egészségesnek maradni. Képletesen szólva, mi a titka annak, hogy néhányan állva maradnak azokban a nehéz élethelyzetekben, ahol egyébként nagyon sokan elbuknak. Ez az ***esélyegyenlőség*** javításának kulcskérdése.

A ***beavatkozás*** szempontjából Osváth Viola másik fontos felismerése az, hogy a kriminalitás, a bűnözés kialakulásában nemcsak a kora gyermekkori tapasztalatoknak van jelentősége, hanem a serdülő- és fiatal felnőttkori személyes és intenzív kötődésnek is. Kutatási eredményei nagyszerűen példázzák a lelki egészségfejlesztés jelentőségét abban, hogy serdülő- és ifjúkorban is pozitív élményeket, valamint egészséges

kapcsolati mintákat generáló felnőtt kapcsolatok, csoportok, közösségek részesei lehessenek az amúgy nehéz sorsú fiatalok is.

HEGYI-TÓTH ERIKA tanácsadó szakpszichológus, aki doktori tanulmányait a Szegedi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Karának Neveléstudományi Doktori Iskolájában tervezi megkezdeni, **„Lelki egészségvédelem a megváltozott munkaképességű fiatalok munkaerőpiaci integrációjában"** című írásában a ***társadalmi igazságosság*** olyan vetületéről ír, amellyel kötetünkben más tanulmány nem foglalkozik: ez pedig a munkanélküliség. Az átmeneti vagy tartós munkanélküliséggel együtt járó létbizonytalanság, a céloktól és ingerektől való megfosztottság összeadódása olyan stresszfaktorokat foglal magában, melyek hosszú távon nemcsak az anyagi helyzet, hanem a legszélesebb értelemben vett egészségi állapot romlásához vezethetnek.

Hegyi-Tóth Erika az egészségfejlesztő ***beavatkozások*** leglényegesebb sajátosságát ragadja meg akkor, amikor az eleve egészségkárosodott, fogyatékos fiatalok pálya- és karriertanácsadásának lehetőségeiről beszél. E fiataloknak nem ígérhetünk egészséget (vö. egészség-kontinuum), de azt igen, hogy a munkába állással járó környezet- és életmódváltozás hatására egészségesélyeik ténylegesen javulhatnak, mégpedig megélhető, megtapasztalható és élvezetes módon.

MÁTÓ VERONIKA, egészségtan és biológia szakos tanár, tanársegéd **„Felsőoktatásban dolgozók egészségmagatartása – egyéni és környezeti faktorok"** című tanulmányát, doktori iskolájának – a Szegedi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Kar Interdiszciplináris Doktori Iskolájában működő „Preventív Medicina" doktori program – jeles kutatójával – Dr. Paulik Edittel és az MTA-SZTE Mesterséges Intelligencia Kutatócsoport munkatársával, Tóth Krisztinával – közösen írta meg.

Egészségfejlesztési szempontból a tanulmány kiválóan példázza, hogy az egészségfejlesztő ***beavatkozások*** színtere nemcsak a korábban sokat emlegetett „iskola", tehát a közoktatás lehet. Legalább annyira fontos színtér a „munkahely" is, ahol a felnőtt lakosság ébren töltött óráinak java részét tölti. Mátó Veronika témaválasztásában tetten érhető továbbá az az egészségfejlesztési törekvés is, hogy beavatkozásaink nemcsak „mások" munkahelyére irányuljanak, hanem adott esetben a sajátunkra is, azzal a céllal, hogy a saját munkakörülményeinkben és a saját közösségünk egészségkultúrájában kezdeményezzünk változásokat.

A kutatási beszámoló részletesen elemzi a Szegedi Tudományegyetem dolgozóinak alapvető demográfiai adatait, a munkavállalók táplálkozási, mozgási, sportolási, szabadidő eltöltési és orvoshoz fordulási szokásait, az egészségkárosító magatartásformákhoz (dohányzás, alkoholfogyasztás) való viszonyulásukat, valamint munkakörnyezetük, munkatevékenységük jellemző sajátosságait. Az egyetemi dolgozók ***egészségi állapotának részletes feltárásából*** adódó megállapítások reális és hatékony egészségfejlesztési célok megfogalmazására adnak lehetőséget.

Végül, de nem utolsósorban KIS BERNADETT, tanácsadó szakpszichológus, tanársegéd **„Community-supported agriculture from the perspective of health and leisure"** címmel megírt fejezete az egészségkultúra és a lokális közösségi szerveződés mintaértékű találkozását mutatja be magyar példán keresztül.

Egészségfejlesztési szempontból fontos kiemelni, hogy az egészségkultúra közösségformáló erejére az egészségfejlesztés gyakorlata mind a mai napig nem épít kellő mértékben. Ezért fontos Kis Bernadett tanulmánya, amelyben egy ***lokális, civil szerveződés*** alapját az egészségkultúra egyik fontos eleme, a rendszeres zöldségfogyasztás képezi. A jó minőségű termékek iránti individuális igény mellett az esettanulmányban

bemutatott példaértékű közösségi megoldás nemcsak a ***fenntartható fejlődés*** szempontjainak felel meg, hanem a zöldségfajok biodiverzitásának megőrzése és a környezetkímélő termelési és üzleti modellek szempontjából is szolgál tanulságokkal.

Kötetünk *harmadik tartalmi egységében* olyan tudományos diákköri pályamunkákat teszünk közzé, melyeket az Intézetünkben működő hallgatói tehetséggondozási program keretében született számos kiváló tanulmány, kutatás színe-javából válogattunk ki. Intézetünk rekreációszervezés és egészségfejlesztés alapképzési szakán, valamint az egészségfejlesztés-tanár mesterképzésünk keretében tanulmányaikat végző hallgatóink és az oktatók gyümölcsöző együttműködését tükröző írások már az ötletes és aktuális témaválasztások szempontjából is figyelmet érdemelnek.

FERENCZ KITTI **„Nők – iskola – esélyegyenlőség"** című írása az iskolai esélyegyenlőség gender-alapú megközelítésének egészségfejlesztési lehetőségeit mutatja be (felkészítő tanára: Dr. habil. Tarkó Klára).

SZABÓ DORIÁN **„A „Z" generáció „komfortzónája" a XXI. században"** című írása az iskoláskorú (11–18 éves) fiatalok internethasználatának egészségfejlesztési vonatkozásait – előnyeit és hátrányait – elemzi (felkészítő tanára: Pálmai Judit).

LÉP ROLAND **„Az elhízás megítélése Magyarországon az elhízottak, illetve a normál testsúlyúak körében"** c. munkája a testalkati sztereotípiák és előítélek magyarországi elterjedtségére és ezek következményeire vonatkozó elemzést tartalmaz (felkészítő tanára: Pálmai Judit).

VASADI VIKTÓRIA pedig a **„Magyar egyetemisták táplálkozási szokásainak szociológiai vizsgálata"** c. fejezetben a táplálkozási szokások elemzése révén arra világít rá, hogy az egyetemistákat is érdemes önálló, sajátos egészségfejlesztési módszereket igénylő célcsoportnak kezelni (felkészítő tanára: Pálmai Judit).

KRAUSZ ANITA, NAGY ARNOLD, BÁLINT ÁGNES, NAGY-HEVESI ÁKOS, FERENCZ KITTI FRANCISKA, CZOLDÁN CSILLA, BERECZKY DALMA, SZABÓ SÁNDOR ÉS KIS MÁTÉ, egészségfejlesztés-tanári mesterképzésben részt vevő hallgatóink, **„The Hungarian upper primary teachers' health-conscious and value transmitting behaviour"** című tanulmányukban az évfolyamszinten végzett kutatásuk eredményeit mutatják be. Az általános iskolai tanárok egészségtudatosságának és egészségmagatartásának feltárása érdekében végzett empirikus vizsgálat eredményei arra utalnak, hogy a tanárképzésben is indokolt az egészségfejlesztés hangsúlyosabb megjelenése (felkészítő tanáruk: Dr. habil. Tarkó Klára).

Végül, de nem utolsósorban BADÁR ÁGNES munkájából a magyar és finn egyetemi hallgatók wellness szokásainak hasonlóságait és különbözőségeit ismerhetjük meg kötetünk **„Sauna culture, and the role of sauna in recreation and health promotion among university students of Szeged and Turku"** c. fejezetében (felkészítő tanár: Dr. Borkovits Margit).

Reményeink szerint a kötetben helyt kapó tanulmányok alapján még számos izgalmas kutatói műhelybeszélgetés és hasznos szemináriumi vita fog kibontakozni arról, hogy egy-egy bemutatott téma mivel segíti az egészségfejlesztés alapértékeinek mélyebb megértését, és ugyanaz a téma milyen sajátos módszertani támpontokat kínál az egészségfejlesztési munkafeladatok egyes fázisaiban.

IRODALOMJEGYZÉK

Marks, D. F., Murray, M., Evans, B., Willig, C. (2000): *Health psychology. Theory, research and practice,* Sage Publications, London; Thousand Oaks; New Delhi.

Barry, M. M, Allegrante, J. P, Lamarre, M. C, Auld, M. E, Taub A. (2009): The Galway Consensus Conference: international collaboration on the development of core competencies for health promotion and health education. *Global Health Promotion*, *16*(2):5–11.

Benkő Zsuzsanna (2005): Bevezetés az egészségfejlesztésbe. In: Benkő Zsuzsanna és Tarkó Klára (szerk.): *Iskolai egészségfejlesztés*. Szakmai és módszertani írások egészségterv készítéséhez. Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó, Szeged, 13–27.

Lalonde, M. (1981): *A new perspective on the health of Canadians. A working document. Ottawa, April 1974.* Goverment of Canada, Minister of Supply and Services Canada, Ottawa.

Scriven, A. (2010): Promoting Health: A Practical Guide. Edinburgh London New York Oxford Philadelphia St. Louis Sydney Toronto, Baillière Tindall Elsevier.

WHO (2005): Ottawai Charta. In: Zs. Benkő, K. Tarkó (szerk.): *Iskolai egészségfejlesztés. Szakmai és módszertani írások egészségterv készítéséhez.* JGYF Kiadó, Szeged, 163–170.

1. rész:
Elméleti szemelvények

Homo Sanus:
az egészséggel megáldott ember

DR. HABIL. BENKŐ ZSUZSANNA

A homo sapiens kiegészülése

A homo faber az alkotó ember, a homo ludens a játszó ember. Az emberi kultúrának része az alkotás, a játék. Huizinga (1949) arról ír talán legismertebb könyvében a Homo Ludensben, hogy a kultúrának mennyire van játékkaraktere, azaz az emberi kultúrába illesztette a játékot. Tőle vett gondolattól vezérelve szeretném az emberi kultúrába illeszteni az egészséget. Ha a játékot áthatja a kultúra, és az értelemmel bíró ember, aki cselekszik, cselekvésében döntő a játék és az értelem, akkor a gondolataiban, érzelmeiben, cselekvésében szintén a kultúrához kapcsolódik az egészség. Így hoztam létre a Homo Sanus szóösszetételt, ami az egészséggel megáldott embert jelenti.

Akárhogy is határozzuk meg a kultúra fogalmát, az minden esetben emberi társadalmat tételez fel. Viszont az állatok is játszanak, egyedfejlődésük szerint pedig talán kijelenthető, hogy az egészségre való törekvés vezérli az életüket. A játékhoz hasonlóan az egészség minden alapvonása megvan az életükben. „A játékban – írja Huizinga – egy mindenki számára azonnal felismerhető, feltétlenül elsődleges életkategóriával állunk szemben, valami Egésszel. Ha valami, hát a játék érdemli meg ezt a nevet. Igyekeznünk kell, hogy így egész mivoltában szemléljük és értékeljük." (Huizinga, 1949). Ezt a szemléletet szeretném írásomban az egészséggel kapcsolatban követni.

A kultúrát többféleképpen határozták meg, az egyik legszélesebb értelemben vett definíció szerint a kultúra egy adott csoport által őrzött értékekből, a csoport tagjai által követett normákból, illetve az általuk létrehozott anyagi javakból áll. A kultúra nem korlátozódik a szellemi javak fogyasztására, hanem az életmód jellemzőit is tartalmazza, így több, mint az értékek rendszere: gyakorlat. Létezik munka-, lakás-, táplálkozás-, olvasás-, írás-, beszélgetés-, utazás-, mozgás-, öltözködés-, vita-, szex-, viselkedés- stb. kultúra, és mindezek gyűjtő-fogalmának tekinthetjük az egészség-kultúrát (Benkő, 2000). Az egészségre törekvő ember pedig a HOMO SANUS.

Hogyan is kerülnek ezek a megállapítások az egészséghez? Tekintsünk vissza a görög mitológiához, a zsidó-keresztény kultúrához, ami a Bibliában ölt testet.

Az ókori görög egészség-betegség megközelítések: Hügieia és Aszklépiosz mítosza

Hügieia, Aszklépiosz és Épióné leánya az egészség, a tisztaság istennője, a betegségek megelőzésének és a jó egészség megőrzésének megtestesítője (wikipedia/Hügieia). Később kifejezetten a szellemi, a spirituális egészség vált hangsúlyossá tevékenységében, mivel az ókorban úgy gondolták, hogy a lelki bajok elválaszthatatlanok a fizikai fájdalomtól. Hygeia elsődleges szentélyei Epidauroszban, Korinthoszon és Kósz szigetén voltak. A görög orvosok is felismerték, hogy a gyógyulásban a lelki tényezőknek is fontos szerepük van, így gyakran küldték el a betegeiket Hygeia egyik templomába. A zarándokokra a szép környezet és a csodás gyógyulásokról szóló beszámolók is kedve-

ző hatással voltak. Hygeia alakját a római mitológiában Salus néven tisztelték (wikipedia/Hügieia).

„A görög orvoslás egyrészt a vallásból, Aszklépiosz kultuszából alakult ki, másrészt, a filozófiából fejlődött önálló tudománnyá" (Szabó, 2007. 68.). Eleinte a betegségeket az istenek művének tartották, majd i. e. 5. század folyamán a filozófiai gondolkodás hatására az orvosok is a dolgok észszerű okát kutatták. Aszklépiosz kezdetben halandó ember, híres orvos volt, később az orvostudomány istene lett. Először Thesszáliában és Epidauroszban alakult ki az Aszklépiosz-kultusz, ez utóbbiban állt leghíresebb temploma (Erdész, 1982).

A kulturális antropológia, a néprajz és más diszciplínák eredményei azt mutatják, hogy a régi (természetes) világkép organikus világkép volt, a holisztikus szemléletből pedig következett az ember egészségének komplex fogalmi felfogása. A görög poliszok világában a talpraesett, bátor, leleményes, erős és szép testű, erényes ember eszményítése olvasható ki az eposzokból és mitológiai történetekből. Spártától Athénig úgy vélték az időszámításunk előtti századokban, hogy az ember nagyban felelős egészsége alakulásáért. Az egyetemes természet eredetét és okát kutató görög tudósok kiemelt helyen foglalkoztak az ember egészségével és a külvilághoz való viszonyával. A 19–20. századig meghatározó, számtalan formában átvett és zsinórmértékül szolgáló görög orvosi-elméleti rendszerek az egészség megőrzését, a betegségek megelőzését hangsúlyozták, és nem önmagában a gyógyítást (Kéri, 2007).

Az egészség a zsidó-keresztény tanításokban, a Bibliában

Az Ószövetségben a testi egészség, a személyes higiéné kialakítása, a betegségek gyógyítása és a fertőző betegségektől való védekezés kapcsán számos tanács és konkrét példa olvasható (Kéri, 2007), idézzünk fel ezek közül néhányat először Mózes könyvéből, majd a Zsoltárok könyvéből és a Példabeszédekből (Ószövetség).

3. Mózes 3:1-17. **3,1** Hogyha hálaáldozattal áldozik valaki, ha tulokféléből, akár hímmel, akár nősténnyel áldozik: ép barmot vigyen az Úr elé. **3,2** És tegye a kezét az ő áldozatjának fejére, és ölje meg azt a gyülekezet sátorának nyílásánál, és Áron fiai, a papok, öntsék a vért köröskörül az oltárra. **3,3** Azután vigyen a hálaáldozatból tűzáldozatot *[2 Móz. 29,13.]* az Úrnak: a kövérjét, a mely a belet takarja, és mindazt a kövérjét, a mely a belek között van. **3,4** A két vesét is, és a rajtuk lévő kövérséget, a mely a véknyaknál van, és a májon lévő hártyát a vesékkel együtt vegye el. **3,5** És *[2 Móz. 29,4. rész 6,12.]* füstölögtessék el azt Áron fiai az oltáron az égőáldozattal együtt a tűzön lévő fán: tűzáldozat ez, kedves illatú az Úrnak. **3,17** Örökkévaló rendtartás legyen a ti nemzetségeiteknél minden ti lakhelyeteken: *[1 Móz. 6,4. rész 17,10.]* semmi kövért és semmi vért meg ne egyetek!

*5. Mózes 12:20-23*20. Mikor az Úr, a te Istened kiszélesíti a te határodat, a miképen igérte vala néked, és ezt mondod: Húst ehetném! mivelhogy a te lelked húst kíván enni: egyél húst a te lelkednek teljes kívánsága szerint. 21. Ha messze van tőled a hely, a melyet az Úr, a te Istened választ, hogy oda helyezze az ő nevét, és leölsz, a mint parancsoltam néked, a te barmaidból és juhaidból, a melyeket az Úr ád majd néked: akkor egyél azokból a te kapuidban a te lelkednek teljes kívánsága szerint.22. De, a mint az őzet és a szarvast eszik, úgy egyed azokat; a tisztátalan és a tiszta egyaránt ehetik abból. 23. Csakhogy abban állhatatos légy, hogy a vért meg ne egyed; mert a vér, az a lélek: azért a lelket a hússal együtt meg ne egyed!

A *Zsoltárok könyve*, a *Példabeszédek könyve* a lelki egészséggel kapcsolatosan fogalmaz meg bölcsességeket, tapasztalatokat, ad a helyes viselkedéshez tanácsokat. Tartóztasd meg a nyelvedet a gonosztól és ajkadat a csalárd beszédtől. Kerüld a rosszat, és cselekedjél jót, keresd a békességet, és kövesd azt!" (*Zsolt 34:14-15*) „A szelíd nyelv életnek a fája, a romlott pedig összetöri a lelket." (*Péld 15:4*). „A vidám elme megvidámítja az orcát, de a szívnek bánatja miatt a lélek megszomorodik. A csüggedőnek mindig rossz napja van, a jókedvűnek pedig mindig ünnepe." (*Péld. 15:13, 15*), „Jobb a száraz falat, mellyel van csendesség, mint a levágott barmokkal teljes ház, melyben háborúság van" (*Péld. 17:1*) „A vidám elme jó orvosságul szolgál; a szomorú lélek pedig megszáraztatja a csontokat." (*Péld 17:22*)

Az Újszövetségi tanítások szerint a testi-lelki értelemben vett egészség, maga a teljesség akkor képzelhető el, ha az emberek szilárd hittel Jézust követik. A Krisztusban élő, Istenben bízó lélek lehet képes arra, hogy a test egészségét előmozdítsa, mert a lélek nyugalma és harmóniája nélkül nem működhet jól a test. Jézus idejében elterjedt nézet volt, hogy a betegség a bűn egyik következménye, hogy az emberek a „bűnbeesés" miatt megbetegszenek, megöregszenek és meghalnak. Az újszövetségi szövegek szerint Jézus nem értett ezzel egyet, azért jött el a földre, hogy egészen új létet teremtsen, ami az evangéliumok szerint megkezdődött azzal, hogy sorra meggyógyította azokat, akik hittek benne, és még a halottakat is életre keltette (Kéri, 2007). Az alábbi Bibliai részletek jó például szolgálnak:

Jézus gyógyítja pl. a betegeket Máté 8. 1-17. *Jézus meggyógyít egy leprást*

1. Amikor lejött a hegyről, nagy sokaság követte őt,2. és íme, odament egy leprás, leborult előtte, és ezt mondta: „Uram, ha akarod, megtisztíthatsz." 3. Jézus kinyújtotta a kezét, megérintette őt, és ezt mondta: „Akarom. Tisztulj meg!" És a lepra azonnal letisztult róla.4. Ekkor így szólt hozzá Jézus: „Vigyázz, senkinek se szólj, hanem menj el, mutasd meg magadat a papnak, és ajánld fel az áldozati ajándékot, amelyet Mózes elrendelt, bizonyságul nekik."

Jézus meggyógyítja Péter anyósát. 14. Amikor Jézus Péter házába ment, látta, hogy annak anyósa fekszik és lázas. 15. Jézus megérintette a kezét, és elhagyta az asszonyt a láz, az pedig felkelt, és szolgált neki.

Jézus sok beteget meggyógyít. 16. Amikor este lett, sok megszállottat vittek hozzá, ő pedig szóval űzte ki a tisztátalan lelkeket, és minden beteget meggyógyított, 17. hogy beteljesedjenek az Ézsaiás próféta által mondottak: „Erőtlenségünket ő vette el, és betegségeinket ő hordozta."

Az apostolok Jézus nyomdokán haladva szintén sok tanácsot fogalmaznak meg, ezek közül Pál apostol leveleiből nézzünk idézeteket: „Senkinek se tartozzatok semmivel, csak azzal, hogy egymást szeressétek." (Pál apostol levele Róm 13:8-10), és talán a legtöbbet idézet újszövetségi rész, ami a szeretet himnuszaként ismert. „A szeretet türelmes, jóságos; a szeretet nem irigykedik, a szeretet nem kérkedik, nem fuvalkodik fel. Nem viselkedik bántóan, nem keresi a maga hasznát, nem gerjed haragra, nem rója fel a rosszat. Nem örül a hamisságnak, de együtt örül az igazsággal. Mindent elfedez, mindent hisz, mindent remél, mindent eltűr. A szeretet soha el nem múlik." (1 Kor 13:4-8).

A középkor embere a 15. századig

A középkor embere a böjtben, az önmegtartóztatásban, az önostorozásban a lélek megtisztítását, a bűnöktől való megmenekülést, a járványok leküzdésének eszközét

látta. Ennek tipikus példája a Flagellánsok (önostorozók) mozgalma. A mozgalom az 1347-ben kirobbant és 1349-ben tetőző pestisjárvány egyik szinte elmaradhatatlan kísérőjelensége volt. A járványokat az emberek Isten büntetésének vélték, amely rossz erkölcseik miatt sújtja őket, és ezért vezekléssel kell kiengesztelniük Istent (wikipedia/Flagellánsok).

A reneszánsz kora (14–16. század)

A reneszánsz kora olyan változásokat hozott a világba, mint az új természettudományos eredmények, a nagy földrajzi felfedezések, gazdasági gyarapodás, valamint a pestisjárvány európai tombolása. Mindezek hatással voltak az egyénre és környezetéhez való viszonyára: az ember saját testéhez és a világhoz, az ember és a természet, illetve a hívő ember egyházhoz való kapcsolata változott. Az emberek elkezdtek foglalkozni önmagukkal, evilági boldogulásukkal, sorsukkal, származásukkal és jövőjükkel. Megváltozott az embereszmény, a nevelés célja és tartalma. Megjelentek az egészséges életvitelről, helyes táplálkozásról és ruházkodásról szóló szövegek is (Kéri, 2007).

A protestáns mozgalmak kora (16. század)

A protestáns mozgalmak szorosan kapcsolódnak a könyvnyomtatáshoz. Az orvosi és nevelési irodalomban fontos helyet kapott az egészség fogalmának, az egészséges életvitelnek a magyarázata: az egészség a test és a lélek harmóniáját hangsúlyozza; a napi praktikus tanácsokat adó tankönyvek, orvosi írások túlnyomórészt azért a test egészségéről szóltak. Megjelenik a káros szenvedélyek leírása, az ellenük való védekezésre irányítja a figyelmet. A földrajzi felfedezések következtében az élvezeti cikkek túlzott fogyasztását károsnak ítélték a korabeli orvosi és pedagógiai gondolkodók. A kávé, a csokoládé, a csípős fűszerek, valamint a szeszes italok fogyasztásának tiltása, rosszallása, iskolai kihágásként való említése évszázadokra „bevonult" a könyvekbe. A „csinos" kinézet taglalása, a tisztálkodási, öltözködési, testedzési és étkezési tanácsok ismertetésére irányult (Kéri, 2007).

Gyógyítás és betegség kerül a középpontba (19–20. század)

Az orvostudomány rohamos fejlődése, a technikai, diagnosztikai eszközök és a gyógyítást szolgáló szerek szaporodása azt a szemléletet alakította ki, hogy a test minden bajára akad gyógyír. Az ember elemeire, szerveire bontható, és annak gyógyítására koncentráltak.

A figyelem középpontjába egyre inkább a betegségek gyógyítása és nem az egészség megőrzése, a betegségek megelőzése került. Ezzel a változással a szeretetteljes viselkedés krisztusi ideája, a test és lélek harmóniájának megteremtése gyakran háttérbe szorult vagy említésre sem került (Kéri, 2007). Ezt a megközelítést ma biomedicinális betegségmodellnek nevezzük. Középpontban a betegség áll. Tevékenysége a gyógyítás. Fő színhelye a kórház. Ez a szemlélet egyre erőteljesebbé vált, és a gyógyítás mellett eltörpült az egészségmegőrzés, egészségvédelem.

Néhány egészség-megközelítés a 20. századból. A paradigmaváltás előszele

Néhány kiragadott példa segítségével jól érzékeltethető, hogy mennyiféleképpen közelíthetünk az egészséghez:

- Az egészség az emberi test biológiai funkcióinak tökéletes működésével azonosítható.

- Az egészség az a képességünk, amikor szeretni és dolgozni tudunk. (S. Freud)
- Az egészség azt jelenti, hogy az ember jól érzi magát, szabadon mozog, jó étvágya van, feladatait normálisan ellátja, és nem kell orvoshoz fordulnia. (M. Ghandi)
- Az egészség nem a betegség és a fogyatékosság hiánya, hanem a testi, lelki és szociális jóllét állapota. (WHO 1948)

Paradigmaváltás az egészség értelmezésében 20. század utolsó harmadában

A tudományok fejlődése szükségszerűen paradigmaváltással jár. A paradigmaváltás akkor következik be, amikor a tudósok többsége elfogadja az új paradigmát a további tudományos tevékenység alapjaként. Az új tudásrend képes intézményesülni, létrehozza saját tudományos intézeteit, tanszékeit, lapjait, illetve átveszi a korábbiak feletti ellenőrzést (Benkő, 2011).

A paradigmaváltás jegyében született Aaron Antonovsky elmélete is (Lindström and Eriksson, 2006), aki azt állította, hogy az emberek egészségére pozitív hatással van az, ahogyan a saját életüket szemlélik. Aaron Antonovsky (1923–1994) egészségmodellje a 'koherencia-érzet' néven vált ismertté, a koherencia a test és a lélek összetartozására, egységére utal. Az elmélet szalutogenetikus, vagyis az egészség forrását kutatja a patogenetikus irányultságú betegségek okának keresése helyett.

Az Antonovsky-modell középpontjában az egészség áll, melyet szubjektíven él meg az egyén. A modell szerint egészségérzete akkor is lehet az embernek, ha krónikus beteg, vagy egészségtelen körülmények között él, vagy súlyos krízisben van. A stresszorok ebben a modellben központi szerepet játszanak. Antonovsky vélekedése szerint a stressz mindig és mindenhol jelen van, csoda hogy az emberek képesek túlélni az ezeknek való állandó tömeges kitettséget. A korábbi általánossá vált vélekedéssel szemben szerinte a káosz és a stressz az élet elkerülhetetlen része. Minél jobbak az egyén megküzdési stratégiái, minél több tartalék áll rendelkezésre, annál hamarabb sikerül a stresszorok által létrejött nyomást ellensúlyozni.

Antonovsky világában az egészség relatív és szubjektív. A legfontosabb kutatási kérdése az, hogy mitől vagyunk, maradunk egészségesek (szalutogenezis), és nem az, hogy mik a betegség okai (patogenezis). Elméletének alapfogalmai az Általános Rezisztencia (ellenállás) Erőforrások (ÁRE-k) és a Koherencia-érzet (KÉ).

Az ARE-k olyan biológiai, anyagi, lelki, érzelmi és társadalmi tényezők, amelyek könnyebbé teszik az ember számára, hogy életét konzisztensnek, strukturáltnak és érthetőnek lássa. Tipikus ARE-k a pénz, a tudás, a tapasztalat, az önbecsülés, az egészségtudatos magatartás, az elköteleződés, a társas támogatás, a kulturális tőke, az intelligencia, a hagyományok, az életszemlélet stb. Ezek az elemek segítik az egyént a koherens élettapasztalatok felépítésében.

A koherencia-érzet (KÉ) komponensei a világ megérthetőségnek élménye, azaz a *kognitív komponens;* a kezelhetőség élménye, azaz az i*nstrumentális vagy viselkedéses komponens; és* az értelemteliség élménye, azaz *a motivációs komponens.* A KÉ így átfogó tájékozódási képességé válik, és segítségével az egyén felismeri, hogy *bármely helyzet kezelhető,* függetlenül attól, hogy mi történik az életben (Lindström, Eriksson, 2006).

Az *általános irányultság* pedig azt fejezi ki, hogy milyen mértékben rendelkezik valaki *átfogó, tartós, de mégis dinamikus önbizalom érzettel* arra vonatkozóan, hogy:

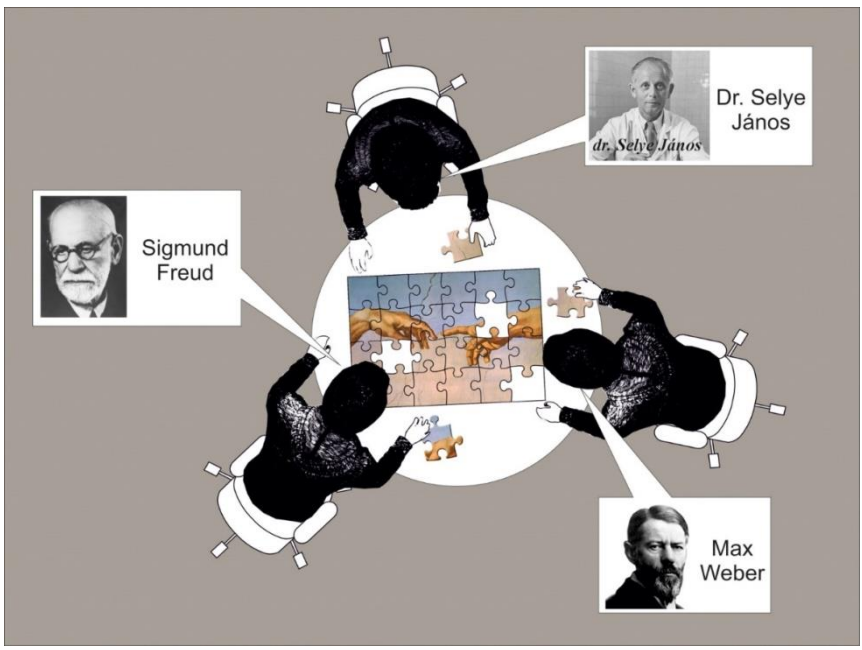
(1) az élet során a belső és a külső környezetből érkező ingerek strukturáltak, előre jelezhetők és megmagyarázhatók;

(2) rendelkezésre állnak az ingerek által keltett igények kielégítéséhez szükséges erőforrások;
(3) ezek az igények olyan kihívások, amelyek megérik a befektetést és az elköteleződést.

A Koherencia-érzet komponensei és irányultságai összekapcsolódnak:

(1) az élet során a belső és a külső környezetből érkező ingerek strukturáltak, előre jelezhetők és megmagyarázhatók – azaz a világ megérthetőségének az élménye a kognitív komponens;
(2) rendelkezésre állnak az ingerek által keltett igények kielégítéséhez szükséges erőforrások, azaz a kezelhetőség élménye – ami az instrumentális vagy viselkedéses komponens;
(3) ezek az igények olyan kihívások, amelyek megérik a befektetést és az elköteleződést – azaz az értelemteliség élménye a motivációs komponens (Lindström, Eriksson, 2006).

Antonovsky egészség-megközelítése multidiszciplináris szemléletű (1. ábra). E multidiszciplinaritás alapját a következő három tudomány egymásmellettisége biztosítja: a medicina, a pszichológia, a szociológia. Az egészségre vonatkozóan egyiknek sincsen a másik fölött vagy előtt prioritása.



1. ábra
Antonovsky egészségszemléletének megvalósítása a gyakorlatban

Összefoglalóan elmondható, hogy a mai modern, többnyire posztmodern ember életében, a fejlett világban az egészség megőrzésében az életmódja alakítása, formálása áll a középpontban. Az életmód összetett rendszer, mely szoros kapcsolatban áll a kultúrá-

val (is), amint arra a tanulmány elején utaltam. A szabadidő eltöltése is az életmód, az egészséges életmód egyik fontos eleme, amely a test, a lélek, a társas kapcsolatok, társadalmi integráció egyensúlyára törekszik. A lélek és a test, valamint a társas kapcsolatok karbantartásának, a feltöltődésnek az egyik lehetséges módja például a szabadidőben végzett spirituális megnyilvánulás, mely sokféle tevékenységben ölthet testet. Idetartozónak tekintjük a szentmiséken, istentiszteleteken való részvételt, a zarándoklatokat, a különböző életkorhoz, érdeklődéshez, társadalmi csoporthoz kapcsolódó vallási, spirituális tevékenységeket, mint ifjúsági nemzeti, nemzetközi találkozók, családosok közös tevékenysége, művészetekhez kapcsolódó tevékenységek – kórusok, bibliamagyarázatok, bibliaterápia, lelki gyakorlatokon való részvétel egyéni, közösségi formában. Egyetlen mondatba sűrítve kijelenthetjük, hogy a spiritualitás, a kultúra szoros kapcsolatban állva szolgálja, szolgálhatja az egyén, a csoportok egészségesélyét.

IRODALOMJEGYZÉK

Benkő Zsuzsanna (2000): A családok életmódját meghatározó társadalmi tényezők. *Szenvedélybetegségek, Addictologia Hungarica,* 2000/1. 54–58.

Benkő Zsuzsanna (2005): Bevezetés az egészségfejlesztésbe. In: Benkő Zsuzsanna, Tarkó Klára (2005, szerk.): *Iskolai egészségfejlesztés. Szakmai és módszertani írások egészségterv készítéséhez*. JGYF Kiadó, Szeged, 13–27.

Benkő Zsuzsanna, Dr. habil. (2011): Az egészségfejlesztő szakemberek a magyar közoktatásban. A felsőoktatás válasza. *Egészségfejlesztés,* LII. évfolyam, 2011. 3. szám.

Erdész Sándor (1982): Adatok a Magyar kígyótisztelethez. In: *A Nyíregyházi Jósa András Múzeum Évkönyve, XV–XVII. (1972–1974),* Nyíregyháza, 155–186.

Lindström, B., Eriksson, M. (2006): Contextualizing salutogenesis and Antonovsky in public health development. *Health Promotion International,* Vol. 21 No. 3 doi:10.1093/heapro/dal016. Advance access publication 22 May 2006

Huizinga, J. (1949): *Homo Ludens.* Routledge & Kegan Paul Ltd.

Kéri Katalin (2007): Az egészség kultúrtörténeti megközelítése (az ókortól a 18. századig). In: Kállai János, Varga József, Oláh Attila (2007, szerk.): *Egészségpszichológia a gyakorlatban*. II. rész, II. fejezet. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest, 37–50.

Szabó Mária (2007): Filozófia és orvostudomány a Hippokratészi Gyűjteményben. Bevezetés A levegőről című íráshoz. *Filozófia és orvostudomány,* (VI. évf.) 4. szám. 68–71.

INTERNETES FORRÁSOK

https://hu.wikipedia.org/wiki/Flagellánsok
https://hu.wikipedia.org/wiki/Hügieia
http://biblia.hit.hu/

Társadalomtörténet és magyarországi rétegződés-modellek

DR. HABIL. BENKŐ ZSUZSANNA

A társadalomtörténetet többféleképpen határozták meg, első megközelítésben – számos neves történész által vallottan – az uralkodásból, kormányzásból, politizálásból kiszorult „nép" történetét jelentette. A társadalomtudományos történeti megközelítésben a hangsúly a mélystruktúrák, hosszú folyamatok elemzésére helyeződött. A paradigmaváltás utáni megközelítés alapján a gazdaság, a társadalom, a politika stb. formája, a társadalom általános jellege alapján meghatározott (Gyáni, Kövér, 1998).

A *tradicionális* korszaknak a legfontosabb jellemvonása, hogy a többletterméket nem forgatják a gazdaságba, hanem elfogyasztják, elháborúzzák. A *tradicionális társadalmak agrártársadalmak.* A társadalom *modern* fogalmát a *rendi kiváltságokkal* és öröklött egyenlőtlenségekkel *szemben* kezdték megfogalmazni Nyugat-Európában a 17. századtól (Somlai, 1998). Az egyénre gyakorolt társadalmi hatást Tarnas a következőképpen fogalmazta meg: „A tizenötödik és a tizenhetedik század között tehát egy önnön tudatára ébredt autonóm ember jelenik meg Nyugaton, aki kíváncsian szemléli a világot, bízik saját ítéletében, kétkedve tekint az ortodoxiára, lázad a tekintély ellen, véleményéért és tetteiért felelősnek érzi magát, csodálja a régi klasszikusokat, de még inkább foglalkoztatja a jövő, büszke ember mivoltára, világosan érzékeli, hogy a természettől elkülönül. […] bízik intellektuális képességeiben és sokkalta kevésbé van kiszolgáltatva egy mindenható Istennek." (Tarnas, 1995. 318.) A 19. század végére egyes gondolkodók egyértelműen pozitív, mások egyértelműen negatív előjelet rendeltek a fogalomhoz. Nietzsche (idézi: Gyáni, Kövér, 1998. 17.) a modern nyugtalanság kapcsán egyik írásában azt írja, hogy „a nyugalom hiánya miatt rohan civilizációnk egy új barbárság felé". Az *elmaradottság* elméletek alapján pedig úgy összegezhetjük, hogy *azokban a társadalmakban,* melyekben *mind a modernitás, mind az elmaradottság jelen van,* a növekedés diszharmonikus, szigetszerű, és ennek a homogenitást nélkülöző fejlődésnek a következménye a *szociológiai dualizmus,* azaz *a társadalom megkettőződése.* Az adott társadalmon belül létezik egy modern társadalom, amelyet a fejlett országok kategóriarendszerével lehet leírni, és van egy tradicionális rész, amelyet csak egy tradicionális társadalom ismérveivel lehet megközelíteni (Gyáni, Kövér, 1998).

Mi jellemzi a magyar és a vele sok tekintetben hasonlóan alakuló közép-kelet európai társadalmak változását a 19. századtól, a polgárosodás, a modernizálódás kezdeteitől? Hogyan befolyásolták ezt a modernizációs folyamatot a történelem korábbi korszakai? Miért nyúlunk vissza e kérdésekre keresve a választ egészen a 10–11. századig?

A magyar társadalom 1956-os forradalom utáni társadalmi szerkezetével, rétegződésével foglalkozó szociológiai elemzések a társadalomtörténeti előzményeket tekintve általában a kiegyezés korszakáig szoktak visszanyúlni (Ferge, 1969; Kolosi, 1987a; 1987b). Jelen társadalomtörténeti elemzésünk azért tekintett vissza – talán meglepő módon – a 11. századig, mert a társadalom „dualizmusa" – véleményünk szerint – visszavezethető egészen a 11. századi Magyarország történetéhez.

A „modernitást" általánosságban úgy értelmezzük, mint *új minőséget* egy adott társadalomban, amely minőség új tartalmakat, formákat eredményez, de úgy jönnek létre

az új tartalmak és formák, hogy a korábbit – a „hagyományosat", a „tradicionálisat" – ezzel többségében meg is szüntetik.

Ez a folyamat Európa nyugati részein már a 8. századtól megfigyelhető. Ott egy új strukturális tartalom kristályosodott ki, amely már sem nem antik, sem nem germán, hanem „keresztény – feudális" társadalom.

Ezekre a társadalomtörténeti kérdésekre többen – történészek, szociológusok, „tudós politikai gondolkodók" – keresték a választ, és kisebb nagyobb eltérésekkel izgalmas, adaptálható és elméleti koncepciónkhoz igazán jól illeszkedő értelmezéseket adtak.

Bibó István (1986) a *változás* és az *állandóság* dichotómiájába illeszti az európai, köztük közép-kelet Európa államainak kialakulását és működését. A *nyugati modellt a „mozgással", a tőle eltérőt a „mozdulatlansággal" azonosítja.* „Közkeletű felületes nézet – írja Bibó –, hogy Európában az államhatárok és velük együtt a nemzeti keretek másfél évezrede a szüntelen változás állapotában vannak. Ez a szemlélet nem veszi észre, hogy a változó államhatárok és áttekinthetetlen hűbéries viszonylatok zűrzavara mögött Európa nemzeti keretei – a nemzeti keretek megalakulásának, helyi változásainak és osztódásainak kritikus szakaszaitól eltekintve (5–6. sz., 10. sz., 15–16. sz., 19–20. sz.) – meglepő állandóságot és hallatlan szívósságot mutatnak (Bibó, 1986. 316–317.).

A határok és a lehetőségek hosszú távú trendjén a magyar történelmet egy háromfázisú mozgás képleteként fogta fel Bibó István. Leegyszerűsítve: a magyarság ezredforduló utáni történelmének első ötszáz évében „alkatilag", társadalomszervezésében a Nyugathoz tartozott, legalábbis ahhoz közelített; történeti katasztrófák szorították ki a következő több mint négyszáz évre e helyzetből, hogy belekényszerítsék egy kelet-európai szerkezetbe, melyet a „társadalmi erőviszonyok mozdulatlansága", „holtpontok" és reménytelen visszatérési kísérletek jellemeztek (Bibó, 1986).

Szűcs Jenő (1981) történész, aki maga is sokban épített Bibó gondolataira, a magyar történetírásban az országhatárok és a világméretek közötti térnek a betöltésére született koncepció egyik leghatásosabb megfogalmazója. Szűcs ezt a köztes kategóriát *régiónak* nevezte el. A történelmi régiót a társadalom és az állam viszonya alapján értelmezte, és így három nagy területet különített el: Nyugat-Európa, Kelet-Európa és Közép-Kelet-Európa. Kelet-Európa az ő megjelölésében leginkább Oroszországot jelentette, Közép-Kelet-Európa pedig Lengyelországot, Csehországot és Magyarországot.

Amit Bibó István (1986) a magyar középkor nyugatias „alkati vonásaként" értelmezett, azt valós és lényeges szerkezeti elemként fogadta el Szűcs Jenő. Szerinte ezt a változást Magyarország – Nyugat-Európához viszonyítva – *extrém gyorsasággal, alig másfél évszázad (1200–1350) alatt érte el.* A folyamat párhuzamosan két lépésben zajlott. A nemzeti vezetők, a királyi szolgák és az autonóm polgárok a nemességgel együtt teremtették meg a *nemesi rendet.* A *parasztság új rendként* a szolgai állapot felszívódásával a jobbágyságból, az alsóbbrendű nemzetségiekből, a szolganépekből és az új hazában talált meghódolt népességből jött létre, és homogenizálódott. A parasztság nem egy társadalmi ősállapot. Nincs parasztság az antik társadalomban, a modern polgári társadalomban, ha van, az már csak a rendi korszakból fennmaradt ősi kövület. A parasztság (Erdei, 1938) a középkori európai társadalomfejlődés eredménye. Európa szerte a *hűbériség* kora vetette meg az alapját annak a fejlődésnek, amely a rendi társadalom kialakulásához vezetett. Ez a szerveződés azt jelentette, hogy az egymásnak való alá- és fölérendeltségben kialakult a két alapvető rend helye a társadalomban, és ez a hely a *hagyományosság* által megbízhatóvá és szilárddá vált (Erdei, 1980).

A rendi társadalom és a parasztság kialakulása nem volt egyidejű, és nem is volt teljesen azonos Európa-szerte. *Nyugaton egy több fázisú, időben is mélyen tagolt fejlődésképletben, mintegy félévezred folyamán (8–13. sz.) épültek organikusan egymásra a társadalomszerkezeti elemek.* A Nyugat eredeti „karaktervonásai" közé sorolják az állam és társadalom szétválasztását, azaz egy olyan struktúra létét, mely magát az elméleti szétválasztást lehetővé tette. A Nyugat kétségtelenül a minta szerepét játszotta *Közép-Kelet-Európa átalakulása számára,* de sajátos e régió középkori „modernizálásában" az is, hogy nagyobb szerep jutott a *„felülről"* való átrendezésnek, mint *Nyugat-Európában, ahol az átrendeződés „alulról"* indult, és szervesült. Bárhova tekintünk is, a „nyugatias" szerkezetek mindenütt megtalálhatók, de kitapintható módosulással, eltéréssel. A közép-kelet-európai régión belül pedig árnyalati különbségek voltak, Csehország egy fokkal „nyugatiasabb", Magyarország és Lengyelország sokban nagyon hasonló egymáshoz (Szűcs, 1981).

Mindezek a rendi társadalmi változások ettől a régiótól keletebbre kimaradtak.

A 15. század elejétől Magyarországon és Közép-Kelet-Európában bekövetkezett az úgynevezett „elkanyarodás" Nyugat-Európától. Közép-Kelet-Európa évszázadokra leszakadt a nyugat-európai fejlődésről. Nyugat-Európában a 15–18. században lassan kialakult a modern állam, Közép-Kelet-Európa pedig megrekedt a Habsburg Birodalom keretei közt. Ezt a folyamatot Szűcs Jenő (1981) szavaival szólva az osztrák önirónia elintézte a szerencsés dinasztikus házasságpolitika képességével, a cseh önirónia hosszabb távon svejki stílusban könyvelte el mindezt. A magyar alkat ezt nehezen viselte, mert ebben a történeti keretben sokat szenvedett, a magyar vezető réteg ugyanakkor döntő pontokon mindig hozzájárult magának a keretnek a fenntartásához. „Az abszolút állam Nyugaton kárpótlás volt a jobbágyság megszüntetéséért, Keleten eszköz volt a jobbágyság megszilárdításához" – fogalmazza meg a lényeget Szűcs Jenő (Szűcs, 1981. 340.).

Összefoglalóan elmondhatjuk, hogy a közép-kelet-európai társadalmak fejlődésében már a 11. századtól jellemző a nyugati társadalmak fejlődésétől való eltérés. A kiépülő rendi társadalmi struktúra nem a teljes társadalom részvételével alulról felfelé épült ki, mint Nyugaton, hanem erőteljes állami beavatkozással, közép-kelet-európai sajátosságokkal, mintegy másfél évszázad alatt. Ez a gyors átalakulás nem tette lehetővé, hogy a magyar és hasonlóan a cseh és lengyel rendi társadalom „szerves fejlődés" eredményeként jöjjön létre.

A nyugati fejlődéstől való alapvető elkanyarodás ezután az időszak után következett be és állt fenn a Monarchia keretei közt a 16. és a 19. század között a „mozdulatlanság" jegyében.

A Magyarországon a *kiegyezéssel kezdődő* időszak óriási fordulatot hozott, amelyről számos elemzés született. A 19. század második felével kezdődő korszak a magyarországi és közép-kelet-európai kapitalizálódás megindulásának időszaka. Az elemzők abban egyetértenek, hogy ez a kapitalizálódási folyamat lényeges pontokon tért el az eredeti nyugati folyamattól.

A hivatkozott irodalomban kevéssé ismert Leopold Lajos (1988), aki a Huszadik Század című folyóirat egyik szerzője, a *Színlelt kapitalizmus* című cikkét a következő kérdéssel indítja. „Mi a színlelt kapitalizmus? […] vannak olyan államok is – adja meg a választ Leopold –, amelyek az összetévesztésig hasonlítanak ugyan a tőkés rendben termelőkhöz, csakhogy mégsem termelnek kapitalisztikusan, s ha a jogi kategória kifejlődött is bennük, üres és idegen marad, és gazdasági gyökere alig van. A magántulaj-

don szabadsága uralkodik a termelt készletek uralma nélkül. Az ilyen államok rendjét nevezzük szemben a tőkés termelés tulajdonképpeni rendjével: színlelt kapitalizmusnak" (Leopold, 1988. 321.). *Az igazi tőkés rend gazdasági elemeinek a koncentrációt, a munkamegosztást és a piaci termelést; erkölcsi elemnek a jövőbe vetett bizalmat; logikai elemnek pedig a spekulációt és a kalkulációt tartja Leopold Lajos.* Kiemel néhány olyan elemet, ami a magyar kapitalizálódást jellemzi: a nagybirtok magas arányát és annak erős megkötöttségeit (jogi, gazdasági). Az *ok nélküli városok kategóriáját* alkotja meg, amely legfőképpen az alföldi városokra értendő. Az igazi kapitalizmus – fejti ki Leopold – abból a célból tömöríti a városokba a lakosságot, hogy munkahelyéhez közel legyen. Az alföldi városokban ez fordítva van, mert a városban élés eltávolítja őket a munkahelyüktől. Az ipari jelleg hiánya üressé, tárgyatlanná teszi Alföldünk városait. A munka és tőkekoncentráció „bénaságáról" beszél, valamint a munkamegosztás hiányairól, hibáiról. A munkások életében, szívében kettősség van, a kétlakiság a munkavégzésben, kultúrában: nyaranta gyakran végeznek paraszti munkát, még eleven a vágyódásuk a föld után, a majálisokon pedig a falusi nép dalait éneklik (Leopold, 1988). A szabad verseny kiszorítása, az állam túlsúlyos szerepe egyértelmű nemcsak a termelésben, de a fogyasztásban is. Az állami bányákban, kohókban, vasúti műhelyekben a munkások száma magas. „Az államszervezet elefantiázisa (túlsúlya – B. Zs.) a társadalom fejlettségéhez képest kapitalizmusunkban háttérbe szorítja a találmány szellemességét […] a fogyasztóhoz való alkalmazkodást s a munkásokkal való egyezkedést…" (Leopold, 1988. 323.)

Erdei Ferenc (1980) tollából született a történelmi szemléletet mindmáig meghatározó munka, amely a magyarországi polgári fejlődés bemutatására vezetett be új kategóriákat. A két alapkategória a *megkésettség* és az ún. *kettős társadalom.* Erdei nemcsak Magyarországról beszél, hanem Közép-Kelet-Európára is kiterjeszti kategóriáit. *A nyugati és a „megkésett" polgári fejlődés, a modernizáció eltéréseit* a következőkben mutatja be: „Az eredeti kapitalista társadalomban együtt fejlődött a termelés technikája, a tőkés termelőviszony és az osztálytársadalom polgári szerkezete. A gazdasági szerkezet és a társadalomstruktúra kölcsönösen termékei egymásnak ebben a fejlődésben, és egyúttal olyan általános képződmények, amelyek az egész társadalmat átfogták és a feudalizmus rendi társadalmát felváltották." (Erdei, 1980. 293.) A kelet-európai társadalmakba *kívülről és felülről* tört be a termelés kapitalista rendszere, tehát *kívülről kapitalizálódtak,* az *átalakulás nem szerves fejlődés eredménye.* Ezt a gazdasági változást *nem követte a társadalomszerkezet modernizációja.* Ezekben a társadalmakban nem volt olyan polgári réteg, amely ezt a társadalmi forradalmat megvalósíthatta volna. *Így a gazdálkodás kapitalizálódása ellenére megmaradtak a társadalomszerkezet tradicionális, rendi formái.* Bár kapitalizálódott a mezőgazdasági termelés is, azonban továbbra is megmaradt a tradicionális rendies társadalomszerkezet, benne a földbirtokosokkal és a parasztokkal.

A közép-kelet-európai kapitalizált társadalmakban a megváltozott gazdasági alapokon új struktúrák képződtek: a *nagyburzsoázia, a polgári középosztály és a városlakó nagyipari munkásság.* Ez a történelmi előzmények nélküli alakulás „a rendi társadalom kötetlen elemeiből és igen nagy részben idegenekből állt össze, és mint külön modern társadalomszerkezet szerveződött meg *a tovább élő történeti társadalomszerkezet mellett.* Az 1867-es kiegyezést követő *„kettős társadalomszerkezet"* a második világháborúig maradt fenn.

A modernizálódás tartalmát talán az individuum szintjén a legnehezebb meghatározni: ebben az értelemben a modernség nemcsak tudást, szakismeretet jelent, hanem elsajátított készséget, attitűdöt, ami jelentős mértékben befolyásolja az életmódot.

Ez a – „hagyományos", azaz a „mozdulatlanságot" és „modern", azaz a „változást" megtestesítő – társadalmi fejlődés, változás – amely a 11. századtól jellemző Közép-Kelet-Európában – erőteljesen befolyásolja napjainkig a családok hagyományos és modern életmód-választási kettősségének dominanciáját.

A hagyomány és modernitás megjelenítése egy-egy társadalmi réteg példáján

A *hagyomány és modernitás* szempontjából – a társadalomtörténeti leírások alapján – választottam két társadalmi csoportot, amelyek legpregnánsabban mutatják be a *hagyomány,* illetőleg a *modernitás* jegyeit.

A *hagyományos társadalmi csoportot,* a rendi társadalomban kialakuló és a II. világháborúig hagyományos formában fennmaradó *„altársadalom"* szimbolizálja: a *parasztság* (a hagyományos társadalmi csoport a következőkben a parasztság megnevezést jelenti).

A *modernitás* jellemzőinek leginkább megfeleltethető társadalmi csoport a *polgári középosztály* (későbbiekben a modern társadalmi csoport a polgári középosztály megnevezésben jelenik meg).

Vizsgáljuk meg a magyar társadalomban a kiválasztott két társadalmi képződmény legfőbb jellemzőit e dichotómia alapján.

A parasztság

A 14. századra kialakult a magyar rendi társadalom, és a 19. század közepén kezdett felbomlani. A gazdasági élet, a termelés technikai háttere, az áruforgalom mind polgári kapitalista mintára alakult át, megváltozott a jogrend is. Nem változott meg *a parasztság* helyzete, élete. Az átalakulás erői alig-alig érték a parasztságot, mert a hagyományos rendi társadalmi formák jobban elmélyültek a parasztság életében. Így állott elő az a helyzet, hogy a polgári szerkezetű nemzeti társadalomban mint egy korábbról fennmaradt rendi képződmény, továbbra is megmaradt a parasztság, ráadásul még nem is járta át teljesen a rendi átalakulás ezt a parasztságot (Erdei, 1971). Sokan közülük megőriztek elemeket a korábbi népi-nemzetségi hagyományokból, így őrzői maradtak az ősi magyar népi kultúra számos jegyének. A parasztság jellemzői maradtak: az erős tagoltság, a nagyszámú köznemesi csoportokkal való bővülés, *életmódjukat alapvetően a faluközösség határozta meg.* Amíg az újkorban nyugaton a városiasodás felemelte a parasztság egy részét, a másik része pedig a mezőgazdasági termelés szakszerűvé válása következtében szabad árutermelő parasztsággá vált, addig a magyar paraszt rideg paraszti állapotba került, süllyedt, amelyből már kiveszett a rendiségnek az az eredeti értelme, amely a termelőmunkának a biztonságát és védettségét adta*. A késő közép-kelet-európai rendiség a parasztságnak érdekszerű alávetését és kihasználását szervezte meg.* A leírt történelmi alakulás volt az oka, hogy a magyar (és mellette főleg a lengyel) társadalomban a polgári korszakban nem tudott a polgári rendszerbe emelkedni a parasztság. A külső hatásra meginduló késői polgárosodás, modernizáció, felemásan érintette a parasztság helyzetét, életét. Az a hosszú hagyományozódás, amely a parasztság rendjét formálta, sokáig ellenállt minden hatásnak, még a legközvetlenebb modernizációs érdekek vagy legnyilvánvalóbb célszerűség hatásának is. A

közép-kelet-európai társadalmakban – különös tekintettel a magyar társadalomra – a polgári társadalom kialakításának folyamatában a parasztság nem vett részt. Egy részük a kívülről betört polgárosodáshoz csak lassan alkalmazkodott, másik részük megmaradt tradicionális parasztnak, életük a rendi keretek által kötött formában folyt tovább. Elenyésző hányaduk a polgári szerkezet szerint rétegződött, árutermelővé vált. Ez a folyamat földrajzilag is kitapintható volt. Magyarország két vidékén haladta meg a magyar parasztság a rendies állapotot: a Kisalföldön, valamint a Nagyalföld tanyás városaiban (Erdei, 1971). Az első a nyugatias fejlődést a nyugati közelségnek és a jó közlekedésnek köszönhette. A másik egészen más úton jutott túl a paraszti formákon: ez a nép szinte megkerülte a paraszti rendi fejlődés állomásait, így egy sajátságos, félig meddig polgári civis társadalom alakult ki a nagyhatárú községekben, s a tanyarendszer kialakítása révén ennek a fejlődésvonalnak a további lehetőségeit is biztosította. Az ország többi területének agrárnépét – bár az átmenet bizonyos jegyeit felvette – a tradicionális paraszti létforma jellemezte. A kapitalizálódott gazdasági élet ellenére rendies paraszti hagyományok jellemezték az életmódját. Mindezt erősítette a nevelés, amely a rendi állás tudatára tanított meg, és származtatott át az utódokra (lásd később a hagyományos és modern család jellemzőit!). Tehát hiába alakult át polgárivá a rendi társadalom egész szerkezete, a paraszt ebbe az új világba is olyan paraszti tudattal illeszkedett be, mint amilyennel a rendi társadalomban élt (Erdei, 1980). Magyarországon a parasztság aránya a Kiegyezés után 56% volt, ez csökkent a '30-as évekre 51%-ra, és még 1941-ben is 49% volt.

A századfordulótól a második világháborúig tartó történelmi folyamatban *megmaradtak a tradicionalitás alapvető jegyei*, mint a *tagoltság és a faluközösségi életforma.*

A *modern polgári társadalom középosztálya* közel sem választható le annyira a történelmi, nemzeti társadalomról, mint – a már ismert megszorításokkal – a parasztság a modern polgári társadalomról. Mégis úgy véljük, hogy a modern polgári társadalmon belül a középosztály volt az a társadalmi képződmény, amely a modernség jellemzőit leginkább magán hordozta. Ebben a társadalmi osztályban az *urbanizáltság, a szakszerűség és az anyagi függetlenség voltak a modernség jellemzői.* A modern polgári társadalom középső szintje háromféle osztályhelyzetet fogott össze: a *középvállalkozókat, a vállalati tisztviselőket és a szabad pályák értelmiségét.* Egy másik megközelítés a *szabadfoglalkozásúak* csoportjába gyűjtötte a kereskedelemmel, iparral foglalkozókat és az ún. szabad értelmiségi pályán lévőket (Lakatos, 1942). A polgári középosztály a *modern kapitalista fejlődés terméke,* s társadalmi kereteit és kultúráját a kapitalizmus és az ezzel együtt fejlődő városi élet alakította ki. Olyanok kerültek ezekbe a foglalkozásokba, akiket *nem kötött rendi társadalombeli tradíció*, tehát főképpen a zsidó származásúak és a nyugati bevándorlók voltak. Legnagyobb részük asszimilálódott a történelmi társadalomhoz, amely asszimiláció a századfordulóra megtorpant, mert a polgári vagyon, az értelmiségi képzettség és az ipar és kereskedelem vállalkozásainak a birtokában polgári öntudatot kezdett érezni. A polgári középosztály a két háború között szemben állt a konzervatív nemzeti társadalommal, a hagyománnyal, és a modern polgári társadalmak európai mintáinak a követésére törekedett, s a magyar társadalomban is a polgári haladást és a liberális demokráciát képviselte. De mégsem lehetett igazi nyugatias polgárság, mert ugyanazok a korlátok számára sem voltak teljesen kiküszöbölhetők, mint a többi polgári társadalmi osztály számára: a *gyors, megkésett, kívülről bejövő polgárosodás*. „Ahogy sznob volt nyugat felé, az igazi polgári társadalmak példái iránt, úgy vonzódott a különben ellenkező világnak érzett konzervatív törté-

nelmi osztályok felé is. Tehát ez a réteg is urizáló polgárság volt, már erőteljesebben, mint az első világháború előtti időkben. 1930-ban számuk 190 ezer volt, az eltartottakkal együtt 400 ezer fő, a népesség 4,7%-a (Erdei, 1980. 340.).

A modernizáció alapvető jegyei a századfordulótól a második világháborúig tartó történelmi folyamatban a következők: urbanizáltság, szakszerűség és anyagi függetlenség.

Magyarországi rétegződéskutatások

Magyarországon a rétegződéskutatás a rendszerváltásig alapvetően Ferge Zsuzsa, Kolosi Tamás és Szelényi Iván nevéhez fűződik.

Ferge Zsuzsa (1967) rétegződésvizsgálatának kiindulópontja marxi alapokra helyezkedett. Kutatásában a társadalom gazdasági alapját a termelőmunka jelentette, amely alapján létrejött a munkamegosztás. A munkamegosztás a konkrét szükségletek kielégítését biztosító konkrét tevékenységek elkülönülése. A munkamegosztás mindenkori fejlettségi foka meghatározza az egyének egymáshoz való viszonyát. A munkamegosztás olyan objektív létfeltételeket hoz létre, amely alapján jön létre a társadalmi tagolódás. Ferge munkajelleg-csoportokat alakított ki az alábbi dimenziók mentén:

Tulajdonviszony; vezetés és hatalom; szakképzettség/tudás/iskolarendszer; társadalmi munkamegosztásba való bekapcsolódás; mezőgazdasági/nem mezőgazdasági; képességek jellege (szellemi foglalkozás, fizikai foglalkozás); alkotó-/rutinmunka, munka tárgya (termelő, nem termelő munka). A foglalkozások alapján végül 10 munka-jellegcsoport született: vezető és szellemi; középszintű szellemi; irodai; szakmunkás; betanított munkás; segédmunkás; mezőgazdasági dolgozó; hivatalsegéd; alkalmi napszámosok; nyugdíjas.

A kutatási eredmények értelmezésekor Ferge arra fektette a hangsúlyt, hogy a munka-jellegcsoportokhoz való tartozás hogyan befolyásolja az *életvitelt, az életkörülményeket.* A *gazdasági-anyagi* viszonyok kapcsán azt tapasztalta, hogy nagyfokú jövedelmi egyenlőtlenségek jelentkeztek az egyének között (mintegy nyolcszoros), de a létrehozott csoportok között már csak kétszeres volt ez az arány. Továbbá, az *anyagi* helyzet függ a család nagyságától illetve a keresők számától. A kulturális mutatók terén is nagy különbségeket tapasztalt. *Az iskolával* kapcsolatos magatartás különbsége kiemelkedő a szellemi és a fizikai dolgozók között. Ugyancsak különbség volt a *kulturális javak* fogyasztásában. Az újságolvasásban nincsenek különbségek, a tömegkommunikációs eszközök használatában nagy különbségek vannak a mezőgazdasági és a nem mezőgazdasági dolgozók között, a szellemi dolgozók eljáró aktivitása magasabb, és több könyvet olvasnak, mint a fizikai dolgozók, akik többnyire nem járnak el, és nem olvasnak. Az *életmód* területén is nagy egyenlőtlenségeket tapasztalt. A szellemi és a fizikai dolgozók lakásviszonyai erősen eltértek. A fogyasztási struktúrát nézve az *étkezésben* nem tapasztalt nagy különbséget, a *tartós fogyasztási cikkek* esetében annál inkább, főleg a segédmunkások és a mezőgazdasági fizikai dolgozók hátrányára. *Időmérleg-vizsgálat* segítségével kimutatta, hogy a mezőgazdasági munkásoknak nincsen szabadidejük, a szellemi dolgozók sok időt töltenek kulturális aktivitással, illetve testmozgással, míg a fizikai dolgozók számára a szabadidő eltöltése a passzív pihenést és az alvást jelenti.

Összefoglalva elmondható, hogy a munkajelleg-csoportok jó magyarázó erővel rendelkeznek, kivéve a jövedelem és az anyagi viszonyok kérdéskörét. *A vizsgálat megállapította, hogy a szocializmusban nagy egyenlőtlenségek voltak* (Ferge, 1969).

Az 1980-as évek végének elméleti és empirikus kutatásai

Két elméleti modell (Szelényi, 1990a; 1990b; Kolosi, 1987a; 1987b) született a magyar társadalom szerkezetéről, melyek mindegyike abból az elképzelésből indult ki, hogy a *második gazdaság és a piac növekvő szerepe megváltoztatta a magyar társadalom szerkezetét* (Boros, 1982; ld. másoknál: Kulcsár, 1986).

Szelényi Iván a magyar társadalom osztályszerkezetét két, egymást részben átfedő háromszög segítségével írta le, ahol a nagyobbik háromszög *az állami szektorban* való részvétel alapján létrejött társadalmi struktúra, amelyben főleg *rendi jellemzők* álltak fenn, és az egyenlőtlenségeket a presztízsviszonyok rendszere határozta meg. A kisebbik háromszög pedig a *második gazdaságban* való részvétel alapján létrejött társadalmi struktúra, amelynél inkább az *osztályjelleget* kell hangsúlyozni, és a munkamegosztáshoz való viszony a meghatározó. *Szelényi összesen hét csoportot különböztetett meg: káder elit; új vállalkozók; bürokratikus középosztály; maszekok, önállók; az állami szektor dolgozói, akik bekapcsolódnak a második gazdaságba; redisztributív munkás; a magánszektor alkalmazottai.*

Szelényi szerint a második gazdaság egy gazdasági csoda, amely nagyfokú többlettermelést (30–40%-os) eredményezett. Nem a főfoglalkozás a fő jövedelemforrás. Ugyanakkor fontos struktúraképző elem; létezik egy adott társadalmi szerkezet, és mellette létrejön egy másik társadalmi szerkezet (ld. részletesen továbbá: Hankiss, 1986a; 1986b).

Kolosi megnézte, hogy milyen csoportok jöttek létre a második gazdaságban való részvétel alapján (ld. még: Boros, 1982). A modelljében használt kategóriákat strukturális csoportoknak nevezte, hogy megkülönböztesse őket a státuszcsoportoktól, rétegektől, osztályoktól. A függőleges tengelyen mérte a társadalmi kategóriák elhelyezkedését az állami redisztribúció dimenziójában, a vízszintes tengely mentén pedig elhelyezkedésüket a piaci viszonyokban.

Így L modelljében három csoport tartozott a redisztributív rendszerhez: politikai államigazgatási vezetők; redisztributív középvezetők; alkalmazottak; a redisztributív szektor szakképzetlenjei. Négy csoport pedig a piaci viszonyokhoz: magánvállalkozók; „látens" magánvállalkozók; kisárutermelők; a második gazdaság szakképzetlenjei. Három csoport pedig mindkettőhöz kapcsolódott: menedzser, gazdasági vezetők; értelmiség; szakmunkásság, közepes jövedelműek, alkalmazottak.

A '70-es években Kolosi még úgy gondolta, hogy a második gazdaság struktúraképző elem. A '80-as években (Kolosi, 1987a; 1987b) már az lett az elgondolása, hogy a második gazdaságnak csak kompenzáló szerepe van, a második gazdaság az állami rendszer bizonyos egyenlőtlenségein tud finomítani, ezt mutatta be a Tagolt társadalom című könyvében.

Kolosi 1982-ben nagymintás adatfelvételt végzett. Elméleti kiindulópontja az volt, hogy több dimenzió létezik az egyenlőtlenségi rendszerben, nem csak a munkajelleg-csoport. További újdonságot jelentett az érdekérvényesítés és a 2. gazdaság hatásának vizsgálata.

Központi fogalma lett a *státusz,* amely a társadalmi rétegződés dimenzióiban elfoglalt helyet jelentette. Kolosi vizsgálatában nyolc dimenziót, nyolc jellegzetes egyenlőtlenségi tényezőt különített el:az érdekérvényesítés; a munkamegosztási státuszindexe

(foglalkozás, munkakörülmények); a második gazdaságban elfoglalt pozíció (intenzitás – jövedelem); területi egyenlőtlenségek (településtipológia, lakóövezeti besorolások); lakáshelyzet (komfortosság, tágasság, lakáshasználat); anyagi helyzet (vagyon, jövedelem); fogyasztási státusz (táplálkozás, higiéniás termékek, szolgáltatások, ajándékozási és vendéglátási szokások); kulturális életmód dimenzió (egyéni iskolai végzettség, tömegkultúrában való részvétel, kulturális intézmények, olvasás gyakorisága, kulturális háttér paraméter, üdülés, szabadidős szokások).

A mintavétel családokra vonatkozott, és a keresőket kérdezték le. A társadalmi rétegződés leírására szolgáló státuszcsoportokat klaszteranalízis segítségével hozta létre.

Az egyenlőtlenségek hierarchikus rendszerét az alábbiakban írta le: elit (5,6%) városias felső, falusias felső, falusias jómódú munkás, városias jómódú munkás, városias középréteg, jó érdekérvényesítő közép, érdekérvényesítő alsó, jó anyagi helyzetű falusias alsó, városias alsó, enyhén depriváltak, deprivált csoportok (9,2%).

Kutatási eredményei alapján Kolosi a következő megállapításokra jutott: a státuszhierarchia domináns elrendező elv a társadalomban, nagyfokú a *státuszinkonzisztencia.* A társadalmi rétegződés ötfokú rétegződésként ábrázolható, amelyben felül található egy kis létszámú elit, alatta egy az átlagnál jobb helyzetű, nagyobb csoport, alatta az átlagot képező kis létszámú csoport, alatta az átlagnál rosszabb helyzetű nagyobb csoport, és legalul egy kisebb létszámú deprivált csoport helyezkedik el. A második gazdaság kompenzáló szereppel bír, nem struktúraképző elem, hanem az első gazdaságban elfoglalt rossz pozíciók feljavítására szolgál. Az érdekérvényesítésből a társadalom 1/5-e kimaradt (Gombár, 1982).

Elemzések, kutatások a rendszerváltás után

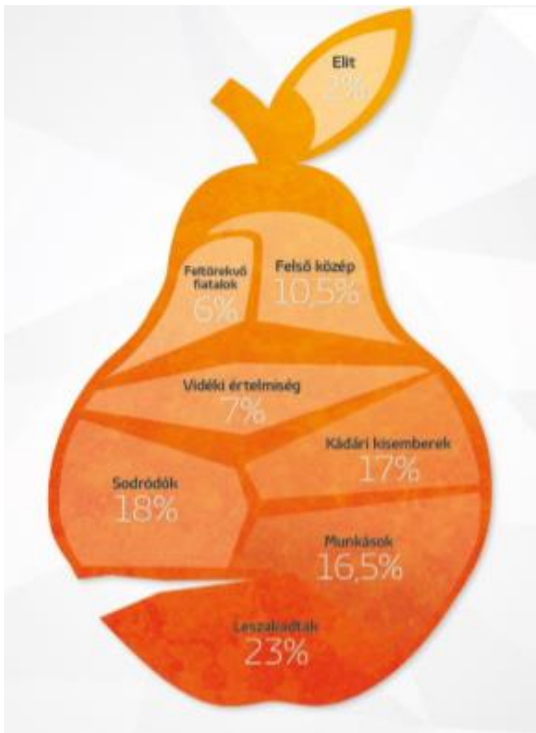
A rendszerváltást követően újabb vita alakult ki a vezető magyar szociológusok körében. Ferge Zsuzsa (2002) álláspontja szerint tovább nőttek a társadalmi egyenlőtlenségek, a felső réteg kiugró, míg a középréteg helyzete veszélybe kerül, a szegények aránya pedig növekszik – mind a felső, mind az alsó korlátok megszűnnek. Javaslata, hogy a társadalomszerkezet vizsgálatában újra vissza kell térni az általa kidolgozott munkajelleg csoportokhoz. A jövedelmi egyenlőtlenségek növekedésében Kolosi Tamás (2000) is egyetért, szerinte azonban a szegények megőrzik helyüket, és az elit kiugrása jelentős. A középrétegek megrogynak ugyan, de ez nem tartós. A tartós gazdasági növekedés a nyugati típusú társadalomszerkezet megszilárdulását eredményezi. A rendszerváltás után a redisztribúció-piac aránya megfordul, a piac által termelt egyenlőtlenségeket csökkenti ezentúl az állami redisztribúció (Kolosi és Sági, 1996).

A rendszerváltás után megváltozott vonatkoztatási csoport („a Nyugat") következtében voltak, akinek relatív helyzete javult (nyertesek), és akiknek romlott (vesztesek). A magyar felnőtt lakosság 2%-a érezte magát nyertesnek, 98%-a pedig vesztesnek. A második gazdaságban, vagyis a piaci szektorban sikeresek a rendszerváltás után is megőrizték gazdasági elit pozíciójukat (Kolosi és Tóth, 2008). A redisztributív szektor politikai tőkével rendelkező korábbi elitje politikai funkciója miatt távozásra kényszerült, generációváltás következett be, és a második vonal lépett előre. Ezt nevezte Kolosi az „osztályvezető-helyettesek forradalmának" (Kolosi, 1991). A politikai elit pozíció, a társadalmi tőke megléte, tőkekonvertálással gazdasági tőkévé alakult számos volt politikus esetében, immár a gazdasági elit tagjaként örökítve tovább vezető pozíciójukat. Vesztesnek tekintették önmagukat mindazok, akik a redisztributív rendszerben

bent maradtak, elveszítették a redisztributív rendszerből fakadó létbiztonságukat, valamint akik nem rendelkeztek a piacon értékesíthető tőkével.

Kolosi Tamás és Róbert Péter (2004) ezredfordulót követő rétegződésvizsgálata ismét státuszindexek kialakításával hozta létre a 16 évesnél idősebb felnőtt lakosságot jellemző ötfokozatú osztályszerkezetét: elit (3%), felső középosztály (8,1%), középosztály (30,8%), munkásosztály (37,8%), depriváltak (20,3%). Következtetésük szerint a felső középosztály a rendszerváltás nyerteseit tömöríti, míg a középosztály már a vesztesek közé sorolható.

A legfrissebb rétegződésvizsgálat a rendszerváltás után 25 évvel született meg „Osztálylétszám 2014" címmel, a GfK és az MTA Társadalomtudományi Kutatócsoportja együttműködésében, Róbert Péter vezetésével. Ezen új kutatás átfogó elemzése a nagyközönség számára még nem elérhető, eredményeiről azonban jelentek meg összefoglaló jelentések (pl. MTA, 2014; Kozák, 2015). A társadalomszerkezet grafikus ábrázolására leggyakrabban használt modell a háromszög vagy a piramis modell. Magyar szociológusaink kreativitását fejezik ki az olyan modellek, mint a „terhes babapiskóta" (Kolosi, 2000) vagy az Osztálylétszám 2014 körte modellje (1. ábra).



1. ábra.
Magyar társadalomszerkezet 2014
(Forrás: http://politologia.tk.mta.hu/uploads/files/Osztalyletszam2014_MTATK.pdf)

A kutatók meglátása szerint Magyarországon nincs kialakult középosztály, korlátozott az osztályok közötti átjárás, gyenge az osztálytudat és nagyok a területi egyenlőtlensé-

gek. A kutatás a gazdasági, a kulturális és a kapcsolati tőkék mentén jellemezte a főbb társadalmi csoportokat, melyek az alábbiak:

„1. Elit (2%, legfeljebb 200 000 ember): Gazdagok, magaskultúra fogyasztói, kapcsolati szempontból zárt csoport. Magas a felsőfokú végzettségűek és a budapestiek aránya, státuszuk „örökletes", szüleik is hasonló társadalmi körülmények között éltek.
2. Felsőközép (10,5%, szűk egymillió ember): Fővárosi és nagyvárosi lakóhely, gazdasági, kulturális és kapcsolati tőke terén jó eredményeket mutatnak. Magasan képzettek, sok embert ismernek, és kapcsolataikat jól is használják. Magas kultúrafogyasztás és aktív közösségi élet.
3. Feltörekvők (6%, mintegy félmillió ember): Főleg még szüleik pénztárcáját használják, de tudásuk, saját és szüleik kapcsolatai révén bennük van a jövő ígérete – bármi lehet belőlük. A csoport egy részét a fiatalos attitűddel rendelkező középkorúak alkotják.
4. Vidéki értelmiség (7%, 6–700 000 ember): Mindennel rendelkezik, amivel a felsőbb társadalmi osztályok, de mindenből kevesebb van neki. Kisvárosi tanárok, orvosok, helyi közéleti szereplők, akik mindenkit ismernek. Biztonságos jövedelem, járnak nyaralni, magas a kultúra iránti igényük, állami alkalmazottak vagy vállalkozók.
5. Kádári kisember (17%, mintegy másfélmillió ember): Nehezen, de kijön a jövedelméből, nyaralni nem jár, alig beszél idegen nyelvet, állami munkahelyen dolgozik, ahol irodai foglalkozást űz. Főleg kisebb településen él.
6. Munkások (16,5%, mintegy másfélmillió ember): Szakmunkás végzettségűek, sok embert ismernek, de kapcsolataik alacsony presztízsűek. Kis vagyonnal, jövedelemmel rendelkeznek, egyáltalán nem fogyasztanak kultúrát, barátokkal ritkán járnak össze, leginkább otthonukban szórakoznak, „tévéznek". A leszakadtaktól egyetlen tényező különbözteti meg: van munkájuk.
7. Sodródók (18%, 1,6–1,7 millió ember): Fiatalos réteg, szüleik az alsó középosztályba tartoznak. Képzetlenebbek, nincs elég kapcsolatuk (sem személyes, sem szervezeti), nem művelődnek, de otthon vannak az újkultúrában. A mindennapoknak élnek, újkultúra-tudásuk (internet) feljebb is viheti őket a társadalomban. Jelentős részük a „mamahotel" viszonylagos biztonságában él.
8. Leszakadtak (23%, bő kétmillió ember): A legnagyobb réteg. Jövedelmi, vagyoni helyzetük kedvezőtlen, kapcsolatszegények, kultúrafogyasztásuk elhanyagolható. Szakképzetlenek: ha dolgoznak, fizikai vagy mezőgazdasági munkát végeznek, de leginkább munkanélküliek, közfoglalkoztatottak, segélyezettek, magas a rokkantak, a nyugdíjasok aránya. Szüleik is hasonló jellemzőkkel bírnak, a legalsó réteg is újratermeli önmagát" (Kozák és Veres, 2014. 197.).

IRODALOMJEGYZÉK

Bibó István (1986): *Válogatott tanulmányok. Első kötet. 1935–1944*. Magvető Kiadó, Budapest.

Boros Anna (1982): Második gazdaság és rétegződés. In: Kolosi Tamás (1982, szerk.): *Elméletek és hipotézisek. Rétegződés-modell vizsgálat I.* MSZMP KB Társadalomtudományi Intézete, Budapest, 175–188.

Erdei Ferenc (1938): *Parasztok.* Athenaeum, Budapest.

Erdei Ferenc (1971): *Város és vidéke*. Szépirodalmi Kiadó, Budapest.

Erdei Ferenc (1980): *Összegyűjtött művei. A magyar társadalomról.* Budapest.

Ferge Zsuzsa (1967): Az időmérleg-vizsgálatok néhány, a mezőgazdasági népességre vonatkozó eredménye. *Statisztikai Szemle,* 45. 1967. 7. 704–708.

Ferge Zsuzsa (1969): *Társadalmunk rétegeződése*. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.
Ferge Zsuzsa (2002): Struktúra és egyenlőtlenségek a régi államszocializmusban és az újkapitalizmusban. *Szociológiai Szemle,* 2002/4. 9–33.
Gombár Csaba (1982): Társadalmunk szerkezete, a történelem és a megértés nehézségei. In: Kolosi Tamás (1982, szerk.): *Elméletek és hipotézisek. Rétegződés-modell vizsgálat I.* MSZMP KB Társadalomtudományi Intézete, Budapest, 61–81.
Gyáni Gábor, Kövér György (1998): *Magyarország társadalomtörténete a reformkortól a második világháborúig.* Osiris, Budapest.
Hankiss Elemér (1986a): A magyar társadalom értékrendjének felemás modernizációja. *Társadalomtudományi Közlemények,* 1986 (2), 185–191.
Hankiss Elemér (1986b): *Diagnózisok 2.* Magvető Kiadó, Budapest.
Kolosi, Tamás (1987a): *Tagolt társadalom*. Gondolat, Budapest.
Kolosi Tamás (1987b): A státusinkonzisztencia mérése. *Szociológia,* 1987/1. 1–20.
Kolosi Tamás (1991): A „reális" szocializmus összeomlása. *Valóság,* 9. sz.
Kolosi Tamás és Sági Matild (1996): „Rendszerváltás és társadalomszerkezet." In: *Társadalmi riport 1996.* Andorka Rudolf, Kolosi Tamás, Vukovich György (szerk.) TÁRKI, Századvég, Budapest, 149–197.
Kolosi Tamás (2000): *A terhes babapiskóta.* Osiris Kiadó, Budapest.
Kolosi Tamás, Róbert Péter (2004): A magyar társadalom szerkezeti átalakulásának és mobilitásának fő folyamatai a rendszerváltás óta. In: Vukovich (szerk.): *Társadalmi riport 2004.* TÁRKI, Budapest, 48–74.
Kolosi Tamás, Tóth István György (2008): A rendszerváltás nyertesei és vesztesei – generációs oldalnézetből. Tíz állítás a gazdasági átalakulás társadalmi hatásairól. In: Kolosi Tamás, Tóth István György (szerk.): *Társadalmi Riport 2008*. TÁRKI, Budapest.
Kozák Ákos, Veres Edit (2014): Társadalom és rétegződés. In: Hetesi Erzsébet, Révész Balázs (2014, szerk.): *„Marketing megújulás" Marketing Oktatók Klubja 20. Konferenciája előadásai*. SZTE Gazdaságtudományi Kar, Szeged, 16–29.
Kozák Ákos (2015): Fogyasztás és a társadalom nagycsoportjai. In: Karlovitz János Tibor (szerk.): *Fejlődő jogrendszer és gazdasági környezet a változó társadalomban.*
Kulcsár Kálmán (1986): *A modernizáció és a magyar társadalom. Tanulmányok*. Magvető Könyvkiadó, Budapest.
Lakatos Ernő (1942): *A magyar politikai vezetőréteg 1848–1918.* Társadalomtörténeti tanulmány, Budapest.
Leopold Lajos (1988): Színlelt kapitalizmus. *Medvetánc*. 2–3. 321–355.
MTA (2014): Osztálylétszám 2014. http://politologia.tk.mta.hu/hirek/2014/06/osztalyletszam-a-magyar-tarsadalom-szerkezet
Somlai Péter (1998): *Erdőkerülés, avagy rövid elmélkedés a társadalomról és szociológiáról*. In: Hanák Katalin, Neményi Mária (1998, szerk.): *Szociológia – emberközelben. Losonczi Ágnes köszöntése*. Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest.
Szelényi Iván (1990/a): *Új osztály, állam, politika.* Európa Kiadó, Budapest.
Szelényi Iván (1990/b) Polgárosodás Magyarországon: nemzeti tulajdonos polgárság és polgárosodó értelmiség. *Valóság,* 1. sz. 30–41.
Szűcs Jenő (1981): Vázlat Európa három történeti régiójának kérdéséhez. *Történelmi Szemle,* 1981. 24. évf. 3. sz. 313–359.
Tarnas, R. (1995): *A nyugati gondolat stációi*. AduPrint, Budapest.

A család történelmi fejlődése, kelet-közép-európai kitekintéssel

DR. HABIL. BENKŐ ZSUZSANNA

Ez a családtörténet általánosságban mutatja be a fejlett országok családjainak alakulástörténetét, és nem tér ki földrajzi és egyéb specialitásokra.

A család – meghatározását illetően, amint az általánosan elfogadott – a társadalom szociális intézménye, elsődleges csoport. Kisközösség, amelyben elsőként találkozik az egyén a közösségi léttel. Közösség, amely egész életen át végigkíséri az egyént a családi szocializáció során kialakított értékek, normák, szokások, hagyományok révén (Cseh-Szombathy, 1978; 1990). A családok konkrét társadalomtörténeti vizsgálata előtt fontosnak tartunk felidézni egy elméleti elemet. Max Weber (1987) cselekvéselméletét, tipizálását használjuk a társadalmi cselekvések értelmezéséhez, de gondolatmenetét kiegészítjük Habermas (1985) kommunikatív cselekvéselméleti teóriájával. Somlai Péter (1986) hasonló módon alkalmazza ezt a teóriát a családokra. „Az összehangolt cselekvés szükségessége egy bizonyos kommunikációs igényt alakít ki a társadalomban, és ezt ki kell elégíteni ahhoz, hogy a szükségletek fedezésére a cselekvések összehangolhatók legyenek." (Habermas, 1985. 83.)

A családi tevékenységek és együttműködések bonyolult folyamatait négyféle rendszerbe sorolhatjuk:

a) mint célok megvalósítására törekvő egyének szervezete;
b) mint a tagok magatartásáért és szocializációjáért felelős normatív rendszer;
c) mint mások előtt önmagát valamilyennek megjelenítő együttes és
d) mint egymással tartósan kommunikáló személyiségek csoportja.

Szervezetként a család *célracionális* teljesítményét értékeljük az eszközök megválasztása, tehát a döntések objektív eredményessége szerint. A *normatív rendszer* működésének eredményességét a tagok magatartásán mérjük a „helyes-helytelen" szempontja szerint. Annál eredményesebb a családi szocializáció, minél inkább követik a tagok azokat a világnézeti, erkölcsi, esztétikai és más *értékeket*, melyeket érvényesnek ismer el a *környezetük* (Somlai, 1986. 38–39.). E két elem a weberi célracionalitásra és értékracionalitásra épít, a harmadik elem a tradicionalitást jeleníti meg, azaz arra utal, miként szeretné magát a család mint közösség a környezete számára láttatni. A negyedik elem a Habermas-i kommunikatív cselekvéselméletre épít, mely szerint az emberi cselekvés a kommunikációval kezdődik, tehát ez a cselekvés első lépése, és ez a család működésében is nagyszerűen alkalmazható.

Társadalomtörténeti elemzésünk egyértelműen bizonyítja és Somlai Péterrel egybehangzóan állítja, hogy a családszervezet jelentős mértékben független változó. Közös érvelésünk szerint a nagyipari fejlődés, a társadalom differenciálódása, modernizációja előidézte a hagyományos életviszonyok, háztartások, az addig megszokott családi funkciók megváltozását. Az értékrendszer, a kulturális normák hatása gyakran egyáltalán nem párhuzamos a gazdasági, társadalmi, demográfiai, ökológiai változók hatásával (Somlai, 1986). Tekintsük át a családok társadalomtörténeti változásait az összehasonlítás lehetőségeinek megteremtéséhez.

A család a történelmi fejlődés során sok változáson ment át; alakulástörténeti folyamatban vizsgálva, elfogadva Somlai csoportosítását, három nagyobb csoportba sorolhatjuk a családokat: *hagyományos család, polgári család és modern család.*

A *hagyományos családdal* kapcsolatban a „patriarchális nagycsalád" – „modern kiscsalád" szembeállítást mint hiteles történeti tendenciát széles körben fogadták el. Azonban ezt a megállapítást a családrekonstrukciós vizsgálatok nem igazolták egyértelműen, azaz, hogy a hagyományos család a többgenerációs és/oldalági rokonok együttélését jelentette. Magyarországon a nyolcvanas évek elején végzett családrekonstrukciós vizsgálatok, amelyek az 1747 és 1808 közötti adatokat elemezték, azt tárták fel, hogy a háztartások nagysága bár nagyobb volt, mint Nyugat-Európában, de lényegesen kisebb, mint Oroszországban. Azt is megállapították, hogy a magyar települések háztartásainak nagysága és szerkezete Északnyugat-Európa és a Balkán, illetve Oroszország között helyezkedett el, de ezen adatok szerint közelebb volt a nyugati típushoz (Andorka, Faragó, 1984).

A vizsgálatban a háztartás fogalmát használták a kutatók, ami az együtt vagy egymás közelében lakó és bizonyos fogyasztással összefüggő tevékenységeket együtt végző, a fogyasztásban osztozó személyek csoportját foglalta magában. A háztartások átlagos nagysága – bár az országon belül jelentős különbségeket mutattak – nem volt különösen nagy: négy és fél és hat személy között mozgott. Ez egyértelműen ellentmond annak a feltevésnek, hogy Magyarországon általánosak voltak az igen nagy létszámú háztartások. Azt is kijelentették, hogy a 18. század közepétől, a 19. század elejéig az általuk megfigyelt magyar települések háztartásainak nagysága és szerkezete az északnyugat-európai „kis és egyszerű háztartás" és az oroszországi és délszláv „nagy és bonyolult háztartás" típus között helyezkedett el. A háztartások nagysága és összetétele nemcsak régiónként és etnikai csoportonként mutatott különbségeket, hanem társadalmi rétegenként is. A jobbágyparasztok háztartásai voltak a legnagyobbak, e rétegben volt a legtöbb bonyolult összetételű háztartás. A kézművesek háztartásai közepesen nagyok voltak, a legkisebb háztartással a német nemzetiségűek rendelkeztek. Még egy fontos megállapításukat szeretnénk kiemelni, amely a társadalomtörténeti elemzésünkkel teljes mértékben egybehangzó: a népesség növekedésével nem a szelléresedés, más szóval proletarizálódás ment végbe, amely egy kapitalista típusú fejlődés velejárója, hanem a jobbágyparaszt gazdaságokban zsúfolódott össze a megnövekvő férfi munkaerő, ami a *társadalmi stagnálás* jeleként értelmezhető (Andorka, Faragó, 1984).

A hagyományos család *nyitott volt a települési közösség felé,* azaz fogalmazhatunk úgy is, hogy *társadalmi ellenőrzés alatt állt,* a *közösség* ellenőrizte a tevékenységeket, a véleményt, a magatartást. A modernizáció előtti társadalmi struktúrák egyik jellegzetessége az volt, hogy a *magánélet és a közélet intézményei még nem váltak el* élesen. Összemosódtak a társadalmi szabályozás gazdasági, erkölcsi, jogi és vallási módjai, és ezért voltak a családtagok kapcsolatai sokkal ellenőrizhetőbbek. A hagyományos család lényegében a ház körül rendeződött. A hagyományos családok reprezentációs és *termelési egységet* alkottak, *gazdasági funkcióval,* strukturált, szervezett munkamegosztással. Amíg a nemesek kastélyai kevésbé biztosíthatták az intimitás térbeli feltételeit, mert nagyobbak és reprezentatívabbak voltak, addig a falusi és városi szabadok házait a terek szűkössége jellemezte: egyetlen lakószoba, konyha, kamra, istállók vagy más gazdasági helyiségek, s elöl a műhely vagy a bolt volt. A családtagoknak a hagyo-

mányos rendi társadalomban *nem lehetett* a mai értelemben vett *magánélete* (Somlai, 1986).

A 17–18. századtól kezdve szűkült a szélesebb rokonsági együttélés, de még mindig szélesebb, mint a nukleáris család, amelybe a szülők és a gyerekek tartoztak. A *család reprodukciós funkciója alapvető,* elsődleges, mint minden családtípusban, minden történelmi korszakban. A családokra a magas gyermeklétszám volt a jellemző. A birtokos rétegek tagjainak háztartásai többségükben családi gazdaságok voltak. A birtoktalanok viszont állandó szolgaként vagy alkalmi napszámosokként éltek az úri vagy parasztbirtokokon, céhes polgárok, kereskedők, kocsmabérlők és más rétegek háztartásaiban. Ebben a társadalmi struktúrában helyezkedtek el a gyermekek mint szolgák, szolgálólányok. Az ő munkaerejük nélkülözhetetlen volt a hagyományos háztartásokban. Az ilyen családi háztartásokban összefonódtak a gyermekek és felnőttek életének tér- és időbeli zónái. A munkateendők ismerete, a velük kapcsolatos tudások, jártasságok elsajátítása *közvetlen és személyes módon,* a teendők végzése közben történt. A gyermekek így tanulták meg a mezőgazdasági munkákat vagy a kézművességet, a ház körüli vagy a konyhai teendőket. A *tanulás folyamata tehát nem különült el,* hanem „beágyazódott" a háztartás tagjainak köznapi tevékenységébe, amelyeknek elosztása a tagok közötti hagyományokon alapult (Somlai, 1997). A *gyermekek miniatűr felnőttek voltak,* részt vettek a felnőttek életében, munkájában, szórakozásaiban, semmilyen családi eseményből sem voltak kizárva. Az életkori és a nemi szerepek szétválasztása nem történt meg. A *házastársat a szülők választották* gyermekeiknek a közösség jóváhagyásával. *A házasság örök életre* szólt, ezt a *közösségi normák* mellett az *egyházi törvények* is meghatározták. Az *egyházak* mindenkor legsajátabb hatáskörükbe sorolták a születés, házasodás és a halál eseményeinek számbavételét, magyarázatát. A nemi, házastársi és családi szerepek értelmezésének kiváltságához is ragaszkodtak, valamint ahhoz, hogy levezessék a családi események és szerepek erkölcsi tartalmait vallásos világképükből. Az *idősek gondozása* és a *betegek ápolása* kizárólagosan a család feladatkörébe tartozott. Mindezek a *funkciók* egyértelműen bizonyítják, hogy *a korabeli társadalom legfontosabb intézménye a hagyományos család volt.*

A hagyományos társadalmak intézményei az iparosodás és polgárosodás során átalakultak. Az árucsere növekedésével bővültek a piaci viszonyok, az emberi kapcsolatok pedig személytelenebbé váltak. A korábbi céhes árutermelés helyett a kapitalista, bürokratikus rend hatott a családokra. A *polgári család* kialakulásával jelentős változások történtek a *polgári család funkcióiban.* A leginkább átfogó jellegű és legfontosabb változás az volt, hogy az *otthonok* és a *munkahelyek,* a *munkaidő* és *szabadidő szétvált,* és megteremtette a lehetőséget a *családi intimszféra* kialakulásához. A családok jelentős részében a termelés, a munkatevékenység már nem otthon történt. A munkavégzés során megszerzett jövedelmet közösen használták fel. A család élete szempontjából az lett a domináns, hogy hogyan *gazdálkodnak,* mire költik a család rendelkezésére álló jövedelmet. Az egyéni jövedelemszerzés; a közös tulajdonlás és a – legalábbis részben – közös *fogyasztás* alkotta a családok egységének új gazdasági kereteit. A családi önellátás szűkülése döntővé tette a pénzjövedelmek jelentőségét. A bevételek megszerzése, elosztása, a háztartások fenntartása a korszak új fogalmai szerint a *„kereső" és „eltartott"* családtagok között történt. A családfő mint kereső tehát a polgári társadalom szülötte: a kereső férj, eltartott feleség mint háziasszony. Ennek következtében nagymértékben megváltozott a családon belüli kapcsolatrendszer is. A férj a családfő, az otthonán kívül dolgozott, és a társadalmat „közvetítette" a család

felé. A feleség feladata a háztartási teendők ellátása és a gyermeknevelés volt, hangsúlyossá váltak a nemi szerepek. Megjelent a *szabad párválasztás* és az ezen alapuló *szerelmi házasság.* Ezáltal a házasság rendeltetése is megváltozott: nem a szülők választása révén kialakított sorsot láttak benne, hanem férfi és nő olyan szabadon választott életközösségét, amelytől *érzelmi harmónián* alapuló *boldogságot* vártak.

A család a társadalmon belül az *intim szférát* testesítette meg. Zárt egység, a bonyolulttá vált társadalomban védelmet nyújtott a kisközösség számára. Megmaradt a társadalomba integrált egységként, ugyanakkor magától a társadalomtól próbálta e közösség tagjait védeni; tehát egyfajta kettősség jellemezte. Alapját képezte: a lakás, amiben élnek, a közös vagyon és pénzjövedelem, ami meghatározta a fogyasztásukat, gazdálkodásukat. Jövedelmüket nagymértékben befolyásolta a társadalmi helyzet. A gyerekszám alacsony, a gyerekek szerepe jelentősen átalakult, megváltozott. Lettek dolgok, amelyek már nem a gyerekre tartoztak, éppen a gyermek védelmében. A család a magánélet intézménye, amely a lakáson belül is megjelent (például hálószoba, amely a szülők intim tere). A lakás központja a nappali szoba, a szülők kényelmét szolgálta. A rokoni kapcsolatok jelentős mértékben leszűkültek, a rokonság szűkebb és külön élt. A család reprodukciós funkciója konstans elem, hisz a család az, ami a mindenkori társadalmat újratermeli. A szülőkben nemzedékeken át fokozatosan alakultak ki az új szükségletek: a csecsemő gondozása, a gyermekek életkori sajátosságainak figyelembevétele, a gyerekek felnőttek közötti jelenlétének korlátozása, a gyerekek taníttatási szükséglete. Ezek az új szükségletek átalakították a szülői magatartás egész motivációs rendszerét. Újfajta nevelési és oktatási intézmények alakultak, és elterjedtek az értékelés új szempontjai: a tanulásé, a kötelességtudásé, az önállóságé. A modernizáció sodrában kezdte megosztani a gyermeknevelés feladatait társadalmi méretekben a család és az iskola, mivel a társadalom bonyolult bürokratikus és intézményi rendszere épült ki, az általános ismereteket a család már nem tudta átadni. Az iskola mindinkább a tudományos ismeretek, tehát a kognitív tudás átadására és számonkérésére specializálódott. A nevelő funkció változatlanul elsődlegesen a család feladata maradt. Az értékek és a normák kialakítása az adott család társadalmi helyzetének megfelelően történt. A polgárosodás során alakultak ki az együttélésre mint együttlakásra vonatkozó új szükségletek: *a magánszféra,* az *otthoni kényelem,* az *otthoniasság.*

A *polgári család* fejlődésében jelen volt egy *másik szakasz* is, amelyet inkább szoktak *modern családnak* nevezni (Somlai, 1986). Tekintsük át, milyen demográfiai, társadalomtörténeti változások indokolják a szétválást. A 20. században végbement társadalomalakulások alaposan megváltoztatták a családok életfeltételeit és társadalmi helyzetét. A fejlett országok hosszú távú demográfiai változásai közül kiemelkedő a megnövekedett átlagos élettartam, csökkent a születések száma, és ez a folyamat együttesen az ezredvégre a népesség elöregedéséhez, illetve a nukleáris családok és családháztartások létszámának csökkenéséhez vezetett. Egy ehhez kapcsolódó szembetűnő változás a „fel nem bontott házasságok" élettartamának meghosszabbodása. Az átlagos élettartam növekedése mellett a 20. században eleinte csökkent, majd – főként a '70-es évek óta – újra növekedett az első házasságkötés átlagos életkora. Az együttélések mintája, intézménye és formája viszont egyre tarkább lett. A közös háztartásban együtt élő, három vagy több nemzedék tagjaiból álló családok már csak töredékét képviselték a népességnek. Az összes háztartások harmada-ötöde viszont egyszemélyes lett.

A párválasztásban tovább *gyengült a szülők ellenőrző és irányító ereje.* Módosultak a nemi magatartások, normák, attitűdök. A szexuális öröm mindkét nem és minden felnőtt nemzedék tagjai számára elismert és számon kérhető értékké vált. Az újabb nemzedékek tagjai mást vártak együttélésüktől, és másképp értékelték azt. Szempontjaik között továbbra is jelen voltak a vagyonra, jövedelemre, szorgalomra és más értékekre vonatkozó dolgok, de egyre erőteljesebben kerültek előtérbe a *személyiség értékei.* A 20. század egyik nyilvánvaló jellemzője a válások számának növekedése (Cseh-Szombathy, 1985).

A házasság intézményének funkcióváltozását legjobban az alternatív együttélési formák mutatták. A társadalmi munkamegosztás változása együtt járt a nők helyzetének módosulásával. Igaz ugyan, hogy a nők az ipari forradalom kezdetétől végeztek kereső munkát, de ez főleg szakképzetlen segédmunka volt. Változást a lányok iskoláztatása, illetve a jóléti állam egészségügyi és szociális intézményeinek elterjedése hozott. Az 1950-es évektől Nyugat- és Kelet-Európában elterjedt a *kétkeresős családmodell.* A gyermekek tömegei nem lehettek bérmunkások, ezáltal gazdasági önállóságuk sokkal később kezdődhetett el. Addig pedig ők vagy szüleik különböző központi kedvezményekre lettek jogosultak. A nyugdíjak pedig mérsékelték az idősek gazdasági függését gyerekeiktől. A családtagok kapcsolataiban így meggyengült a nemi, életkori családi szerepek régebbi alapja: az egymásra vonatkozó jogokat és kötelességeket nem lehet közvetlen módon visszavezetni olyan normákra, melyek az egyes családtagok társadalmi-gazdasági státuszának „természetes" különbségeire vonatkoztak (Somlai, 1986; 1997).

A *hagyományos családtól* a *modern család felé* haladva megfigyelhető a családi *szerepkapcsolatok* jelentős változása. A *hagyományos családokban* az *anya-gyermek* kapcsolatot inkább a *szolgálat, a szociális kötelesség* jellemezte. Az *apa-anya* kapcsolatában elsődleges a *társadalmi funkciók betöltése,* mint a biológiai reprodukció, a *termelési* és a *gazdálkodási* feladatok ellátása, a különböző szerkezetű, összetételű *családok ellátása,* a családtagokról való gondoskodás szervezése, irányítása. Az *apa és gyermeke(i)* kapcsolata a *munkamegosztáson* és a *tiszteleten* alapult. A *testvérkapcsolatok* döntően *feladatorientáltak* voltak.

A *modern családban* az anya és gyermeke(i) kapcsolata *életforma, önmegvalósítás lett.* Az *apa és az anya* között erőteljes érzelmi kapcsolat van, *szellemi társak, megértő barátok.* Az *apa és gyermeke(i)* kapcsolatában a *gondoskodás, játék, szeretet* került előtérbe. A *testvérkapcsolatokban* szintén a *szeretet, az empátia* és az *érzelem, valamint a szellemi kötelékek* jutnak szerephez.

A családok társadalomtörténeti megközelítési módját a hagyomány és modernitás szempontjából tovább árnyalja számunkra David Riesman (1983) elmélete, melyet *A magányos tömeg* című könyvében dolgozott ki. Riesman három társadalmi karaktert állít fel: a) a „tradíciótól" irányított, b) a „belső vezérlésű" és a c) a „külső vezérlésű" karaktert. Ezek a kategóriák is segítenek megérteni a társadalmi folyamatok egymásutániságát és egyúttal egymásmellettiségét. Míg a tradíciótól irányított ember elsődlegesen a tradicionális társadalom sajátja, a belső vezérlésű ember a modern társadalom első időszakának „embere", a külső vezérlésű ember pedig főleg a 20. század második felének karaktere.

A karakter az általuk használt értelemben az egyén ösztöneinek és szükségletkielégítésének többé-kevésbé tartós, társadalmilag és történetileg kondicionált szervezete, amely összekapcsolja az egyént a világgal és az emberekkel. A társadalmi ka-

rakter a karakternek az a része, amely a fontosabb társadalmi csoportok tagjainál megegyezik. Nézzük meg röviden az egyes karakterek fő jellemzőit!

A *tradíciótól irányítottság:* a társadalmi rendben az *állandósága* dominál, ezért az egyén *konformitásában* valamilyen *korcsoporthoz,* törzshöz, kaszthoz*, közösséghez* való tartozása tükröződik vissza. Az évszázadokon keresztül fennmaradó és az egymást követő nemzedékekben *nem vagy csak árnyalatnyit változó viszonyok megértését és tiszteletét tanulja meg.* A fontosabb kapcsolatokat *szigorú és merev viselkedési minták* szabályozzák. A figyelmet elsősorban a külső viselkedési konformitásra összpontosítják. Ez mindenesetre olyan társadalmi karaktert tételez fel, amely képes ilyen viselkedési fegyelemre és engedelmességre. *A tradíciótól irányított ember aligha gondol úgy saját magára, mint individuumra.* A nyugati történelemben a rendi társadalmak korát tekintjük annak az időszaknak, amikor a többséget a tradíciók irányították. A tradíciótól irányítottság fogalma olyan elemre utal, amely nemcsak a kapitalizmus előtti európai népeknél található meg, hanem olyan egészen különböző népek, mint a hinduk, hopi indiánok, zuluk, kínaiak, észak-afrikai arabok között is egyaránt fellelhető.

A *belülről irányítottság* lényegi elemei: a *nyugati történelemben* a *reneszánsszal és a reformációval* kialakuló és a *posztmodern társadalom kialakulásával letűnő* társadalom képviseli ezt a típust, amelyben a belülről irányítottság a konformitás biztosításának legfőbb módja. Ezt a társadalmat a *megnövekedett személyes mobilitás,* a *tőke gyors felhalmozása* és a szinte *állandó expanzió* jellemezte. Az irányítás forrása az egyén számára belső abban az értelemben, hogy az élet kezdetén az irányítást szüleitől kapja meg, általánosított, de mégis szigorúan követendő célok kijelölésével. Félrevezető lenne, ha arra következtetnénk, hogy a belülről irányított karakter számára a tradíciónak semmiféle jelentősége sincs. Éppen ellenkezőleg, ez a karaktertípus is nagyon szorosan kapcsolódik a tradíciókhoz, de ezt a szülőktől kapott minták és a társadalomban erőteljessé váló rétegződés és munkamegosztás közvetíti. A belülről irányított ember *képessé válik arra,* hogy nagyon érzékeny *egyensúlyt biztosítson életcéljai és a külvilág hatásai között*: ezt pszichológiai iránytűnek is nevezik. A belülről irányított karakterű emberben *kialakul az az érzés, hogy képes ellenőrizni saját életét.*

A *kívülről irányítottság* karaktere: az összes kívülről irányított típusban közös vonás, hogy az *individuum számára az irányítás forrásául kortársaik szolgálnak,* akár azok, akiket ismer, akár azok, akikkel csak közvetett kapcsolata van a barátokon vagy a tömegmédián keresztül. Ez *a forrás természetesen beépül a személyiségbe* abban az értelemben, hogy az irányításukra való támaszkodás már az élet legelején kialakul. A *kívülről irányított ember célkitűzései ebben az irányítási rendszerben folyton változnak,* beállítottsága és a másoktól kapott jelzések szoros követésére irányuló törekvése azonban változatlan az egész életén keresztül.

A három típust összehasonlítva azt láthatjuk, hogy a *tradíció irányította személy* a *kultúra hatását egységként* érzi. Ez a hatás azonban azon a néhány sajátos egyénen keresztül jut el hozzá, akikkel naponta kapcsolatban áll. Ezek tőle nem azt várják, hogy valamilyen típushoz tartozzék, hanem inkább azt, hogy a *helyesnek vélt módon viselkedjék.* A viselkedéssel szembeni szankció számára a megszégyenítéstől való félelem formájában jelenik meg. *A belülről irányított ember* kora gyermekkora óta ahhoz a pszichikai iránytűhöz igazodik, amellyel *szülei szerelték fel,* és amely a későbbiek során alkalmas arra, hogy jelzéseket vegyen fel más, szüleihez hasonló tekintélyektől is. Az élete során tulajdonképpen kevésbé független, mint amilyennek mutatkozik. Ugyanis ennek *a belső kormányzásnak* engedelmeskedik. Ha eltér az irányvonaltól, akkor bűn-

tudat alakul ki benne. *A belülről irányított ember nagyfokú stabilitásra képes.* Szilárd maradhat akkor is, ha hiányzik a társadalom helyeslő támogatása, amint ezt a tősgyökeres angol megingathatatlan életformája is bizonyítja a trópusokon. A *kívülről irányított ember* a szüleinél sokkal tágabb körből tanulja meg, hogy miként válaszoljon a különféle jelzésekre. *A család többé nem más, mint a tágabb társadalmi környezetnek az a része, amelyre a legkorábban felfigyel az egyén.* Ebből a szempontból a kívülről irányított ember a tradíciótól irányítotthoz hasonlít: *mindegyik csoportmiliőben él, és nem rendelkezik a belülről irányított embernek azzal a képességével, hogy egyedül cselekedjék.* A két csoportmiliő azonban radikálisan különbözik. *A kívülről irányított ember kozmopolita;* elmosódik előtte az ismerős és az idegen közötti különbség, mely annyira világos volt a tradíciótól irányított társadalmakban (Riesman, 1983).

A társadalomtörténeti folyamatok ismeretében láthatjuk, hogy a közép-kelet-európai országok családjait hosszú időszakon keresztül jellemzi a tradíciótól irányítottság, ahogy Somlai (1997) fogalmazza meg, a hagyományos család típusa. A második világháborúig a rendi társadalom szerkezet Európának ebben a régiójában fennmaradt a létrejött kapitalista társadalmi struktúra mellett, és így rányomta a bélyegét a családok működésére. A társadalom szűkebb keresztmetszete számára volt jellemző a polgári családmodell, mely a belülről vezérelt ember karakterének biztosította a társadalmi hátteret. De ez a háttér sem volt elválasztható a hatalom által preferált hagyományos értékrendtől. Az egyház dominanciája az értékrendben, a viselkedési mintákban, magatartási modellekben mint tradicionális értékközvetítő töretlenül fennmaradt a második világháborúig. A közép-kelet-európai ún. szocialista társadalmi berendezkedés terméke volt a régióban a *kettős szocializáció* (Benkő, 1991). A családok jelentős részének zárt mikroközösségeiben tovább élt a háború előtti kettős hatás (a tradicionális és a polgári), bár a proletárdiktatúrák politikai hatalma igyekezett a „kívülről vezérelt ember" karakterét kialakítani. Mindez csak formailag feleltethető meg a Riesmani típusnak, amelyben az amerikai középosztály külső vezérlésű karaktere formailag megegyezik a „szocialista embertípussal", azonban tartalmában jelentős eltérést mutat. A '70-es-'80-as évek értelmiségi rétegeiben már a tartalmi megfeleltetés is helytálló. A közép-európai rendszerváltási folyamat hatására kapitalista, többségi elvű demokráciára épülő társadalmak jöttek létre, amelyek kellő lehetőséget teremtettek arra, hogy az addig szunnyadó és részben megszűnt tradicionális, tradicionális-polgári, polgári családtípusok feléledjenek, és a 20. század végi és a 21. század eleji társadalmi viszonyokhoz adaptálódva működjenek. A rendszerváltozás után, az ötvenes évek amerikai társadalmához hasonlóan, a külső vezérlésű karakterre épülő családok a felső középosztályból kiindulva terjednek a középosztály szélesebb rétegeiben. Ez a folyamat főleg Közép-Kelet-Európa magasan urbanizált nagyvárosaira jellemző.

IRODALOMJEGYZÉK

Andorka Rudolf, Faragó Tamás (1984): Az iparosodás előtti (XVIII–XIX. századi) család- és háztartásszerkezet vizsgálata. *Agrártörténeti szemle,* 84/3–4.

Benkő Zsuzsanna (1991): *Socializzazione dei bambini tra i 10 ed 14 annio nella societá ungherese Psicologia Sociale*, 1991. N.4.IV. trimestre 37-39 Roma V. Congresso Internazionale „Adollescenza, societá psicoterapia", 5.

Cseh-Szombathy László (1978): A mai magyar család legfőbb jellegzetességei. In: Cseh-Szombathy László (1978, szerk.): *A változó család.* Kossuth Kiadó, Budapest.

Cseh-Szombathy (1985): *Házastársi konfliktusok szociológiája*. Gondolat Kiadó, Budapest.
Cseh-Szombathy László (1990): Családi viszonyok. In: Andorka Rudolf, Kolosi Tamás és Vukovich György (1990, szerk.): *Társadalmi riport 1990*. TÁRKI, Budapest. 487–500.
Habermas, J. (1985): *A kommunikatív cselekvés elmélete (I-II).* ELTE, Budapest.
Riesman, D. (1983): *A magányos tömeg*. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.
Somlai Péter (1986): *Konfliktus és megértés. A családi kapcsolatrendszer elmélete*. Gondolat, Budapest.
Somlai Péter (1997): *Szocializáció. A kulturális átörökítés és a társadalmi beilleszkedés folyamata.* Corvina, Budapest.
Weber, M. (1987): *Gazdaság és társadalom. A megértő szociológia alapvonásai* 1. Szociológiai kategóriatan. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.

Életmód-szociológiai elméletek és magyar életmódtörténet

DR. HABIL. BENKŐ ZSUZSANNA

A szociológia egyre nagyobb figyelmet szentelt az életmód, az életstílus kutatásának. Az életmód a társadalmi gyakorlat hasznos tipizálási lehetősége, amely az egyén identitásának megismeréséhez is alapot szolgáltat. Az életmódelemek közé tartoznak a lakáskörülmények, az öltözködés, az étkezés, a munka, a szabadidő eltöltése, a társas kapcsolatok, a viselkedés formái, amelyek – elsődlegesen a nyugati országokban – nyitottak a változásokra. A felsorolt életmódelemek segítik az emberek alkalmazkodását a társadalomban az új feltételekhez, új körülményekhez.

A 20. század végi óriási társadalmi, gazdasági, technikai és politikai változásokban az életmód, az életstílus még szignifikánsan képes kifejezni a társadalmi magatartásformák közti egyéni, illetve társadalmi hasonlóságokat és különbségeket. Sőt, néhány szociológus szerint az életmód, az életstílus és a környezet magatartásra gyakorolt befolyása erőteljesebb, mint az a hely, amelyet az egyén a társadalmi rétegződésben foglal el. Hogy ez mennyire van így, vitatott, de az nem kétséges, hogy az életmód, életstílus egyre inkább a magatartás meghatározó részévé vált.

Az életmódról, életstílusról készült legtöbb tanulmány Max Weber (1967) a *Gazdaság és társadalom* című művében írottakhoz nyúlt vissza. Az életmód-koncepcióban azt vizsgálták a kutatók főképpen, hogy egyrészt az emberek milyen viselkedési stratégiákkal rendelkeznek az igényeik és képességeik közti diszkrepancia leküzdésére, másrészt a társadalom és a környezet milyen magatartásformák lehetőségét teremti meg. Weber a század elején született munkáival hidat képzett a jelenbe azzal, hogy előrevetítette az ipari társadalom formáit a legkülönbözőbb területeken, mint például a bürokrácia és a formális racionalitás uralma.

Weber korában az ipari társadalom kialakulóban volt, míg a tradicionális társadalom – melynek alapja a feudalizmus maradványa – hanyatlott. Ahogy a modernizáció feloszlatta a feudális társadalmat, és létrehozta az ipari társadalmat, úgy döntötte romba a mai modernizáció az ipari társadalmat, és lépett helyébe az új modernitás vagy más néven posztmodernitás. Napjaink életmód-értelmezéséhez még két kortárs szociológus – Pierre Bourdieu (1978) és Anthony Giddens (1991) – munkájához fordultunk. Amíg Weber a 20. század elejének perspektíváját nyújtotta, és az életmód alakulásában az *életlehetőségek* mellett a *választás* szerepét hangsúlyozta, addig Bourdieu az ’50-es, ’60-as éveket tárja elénk, és ő a *struktúrára,* a *habitusra* és a *lehetőségekre* koncentrál. Giddens a 21. századba visz bennünket az új modernitásról alkotott nézetei segítségével, amiből hiányzik a tiszta struktúra, az *emberek magukra maradnak* az egyre komplexebb világ megértésében (Benkő, 2000).

Tekintsük át az életmód-, életstílus-vizsgálatunk szempontjából megkerülhetetlen szociológiai elméleteket.

Az életmód cselekvési rendszerének legelemibb indítéka az ember életfenntartó parancsa, amelyben állandóan újra kell teremtenie a saját életét, reprodukálva annak minden anyagi – tárgyi – társadalmi feltételét. Mivel a társadalom hozza létre a szükségleteket, a kielégítés lehetőségeit is szabályozza. A hiány feloldása, a szükség megszüntetésének parancsa indítja az embert cselekvésre. Weber cselekvéstípusainak

megalkotása szorosan kapcsolódik az elkülönült társadalmi létszférákhoz. Ez képezi Weber modernizációs felfogásának alapját. Weber a cselekvést négy kategóriába sorolta. Mint minden cselekvés, a társadalmi cselekvés is lehet:

1. C*élracionális. A célracionális cselekvést* az határozza meg, hogy a cselekvő milyen viselkedést vár a külvilág tárgyaitól és más emberektől, és mennyire képes e várakozásokat mint „feltételeket" vagy mint „eszközöket" fölhasználni arra, hogy saját, racionálisan kiválasztott és mérlegelt céljait sikeresen elérje.

2. *Értékracionális. Az értékracionális* cselekvést egy meghatározott magatartásnak – pusztán mint olyannak, függetlenül attól, hogy sikeres-e – a feltétlen etikai, esztétikai, vallási vagy bármilyen más néven nevezendő önértékébe vetett tudatos hit határozza meg.

3. *Indulati cselekvés, különösen emocionális.* Ha tényleges indulatok és érzelmi állapotok jellemzik a cselekvést.

4*. Tradicionális cselekvés:* A tradicionális cselekvés esetén a meggyökeresedett szokások határozzák meg a cselekvést (Weber, 1987. 53.). A tradicionális cselekvés fogalmán Weber a teljesen megszokott, tudatos reflexió nélküli cselekvést érti, a rutinszerű cselekvést (Szakadát, 2008). Az érzelmi cselekvés irracionális. Amikor cselekvéseinket az érzelmeink vezérlik, akkor nem tudunk, nem akarunk számolni a cselekvéseink következményeivel. Weber két cselekvéstípusa tekinthető racionálisnak: a célés az értékracionális cselekvés.

Az életmód megértéséhez nem bizonyulnak elégségesnek a „kemény társadalmi mutatók", mert az életmód nemcsak ezektől függ, hiszen az életet szervező értékek „átrendezhetik" a feltételeket új vagy régi vonzáskörök, kulturális minták *külső vagy belső vezérlése* alapján (erről a megközelítésről lásd később David Riesman (1983) kategóriarendszerét). Azonos életlehetőségek és azonos társadalmi keretek között különböző életmódtípusok kialakulása lehetséges. A feltételek korlátozó jellegűek, és tendenciaszerűen határozzák meg az életet, azonban ezen a meghatározottságon belül a vezérlőrendszerek alapján formálódnak a lét szervezési módjai, amelyek szabályozzák a lehetőségek kihasználását, kezelését. Ezért van az, hogy azonos létfeltételek mellett a különböző vezérlőelvek és magatartást diktáló értékek eltérő életmódtípusokat közelíthetnek egymáshoz, míg különböző feltételek között olykor hasonló magatartásformák és értékek hatására különböző életviteli módozatok jönnek létre (Losonczi, 1977). Ennek a gondolatnak a megértésében segít bennünket Max Weber (1987) *három társadalmi dimenzió elmélete.*

Weber (1987) a társadalmi szerkezetben *három dimenziót* határoz meg: az *első a gazdasági dimenzió,* melyben a termelőeszközhöz való viszony mellett – ami megegyezik a marxi értelmezéssel – a munkaerő-piaci helyzetet látja differenciáló tényezőnek. *Ezt a dimenziót nevezte osztálynak vagy gazdasági osztálynak. „Osztályhelyzetnek"* nevezi a *javakkal való ellátottságnak, a külső életkörülményeknek és a megélt életsorsnak* azt a tipikus *esélyét,* amely a javak vagy szakképzett tevékenységek fölötti *rendelkezési hatalom* mértékéből és jellegéből, valamint abból következik, hogy miként lehet ezt a rendelkezési hatalmat az adott gazdasági rendszeren belül bevételek vagy jövedelmek elnyerésére fölhasználni. *A második dimenzió a hatalom.* „Minden olyan estben hatalomról beszélünk, ha egy társadalmi kapcsolaton belül van rá esély, hogy valaki saját akaratát az ellenszegülés ellenére is keresztülvigye, függetlenül attól, hogy min alapul ez az esély." (Weber, 1987. 77.) *A harmadik dimenziót* Weber *rendnek* nevezte el. Amíg az „…osztályok a javak termeléséhez és megszerzéséhez való viszonyok szerint tago-

zódnak, *a „rendek" a javak fogyasztásának elvei szerint,* különleges *életvitel-módok* alakjában" (Weber, 1967. 242.). Rendi helyzetnek nevezi Weber „a társadalmi értékelésben tipikusan szerepet játszó és figyelembe vett pozitív, illetve negatív privilégiumokat, amelyek alapja a jellegzetes életvitel s ennél fogva a formális nevelés […] illetve a megfelelő életformáknak ezek alapján való birtokbavétele, valamint a származás folytán kijáró *presztízsnek*" (Weber, 1987. 308.). A *„rendek"* azok a társadalmi csoportok, amelyeket a társadalmi építményben elfoglalt helyük meghatározó karakterisztikája meghatározott *viselkedéssel, szokásokkal, magatartással, kulturális ismérvekkel* jellemez. Tehát Weber szerint „az osztályok" „gazdasági rendben", „a rendek" a társadalmi rendben, azaz a becsület elosztásának birodalmában vannak igazán otthon. Az 'osztályok' a javak termeléséhez és megszerzéséhez fűződő viszonyok szerint tagolódnak, a 'rendek' pedig a javak fogyasztásában való részvételük elvei, vagyis 'életvitelük' szerint. Itt kell megjegyeznünk, hogy Weber a „rendet" nem csupán az ismert feudális rendiségből vezeti le, hanem ennek mélyebb társadalmi szerveződés-törvényére is utal (Losonczi, 1977; Némedi, 2005). Amikor Webert angolra fordították, az angolban használt rend (estate) – fogalmat *státusznak* fordították.

Tehát Weber az életstílus (magyarra életvitelként fordították, de legközelebb az életstílus fogalmához áll) fogalmát a *státuszról* (rend) szóló elemzésébe integrálta. A státuszcsoportot megkülönbözteti éppen a birtokláson belül a javak használatának jellemző módja szerint. A státuszcsoportok – Weber szerint minden „konvenció hordozói – kialakítják a maguk teljes szimbólumrendszerét, amelyek alapján megkülönböztetik magukat az összes többi csoporttól. Ezek szerint, mondja Weber, hogy „olyan emberek közösségeiről van szó, akiket a többiektől valamilyen azonos neveltetéssel, tanulással, gyakorlással megszerzendő különös tulajdonság különböztet meg, tehát valamilyen *különleges életvitel."*

A státusz életstílus jellemzőkben nyilvánul meg, a presztízs pedig azokra az emberekre jellemző, akik azonos csoportba akarnak tartozni. Weber (1987) azt hangsúlyozza, hogy az életvitel, életstílus nem annyira attól függ, hogy az ember mit termel, hanem attól, amit és ahogyan fogyaszt. Ezért a *státuszcsoportok közötti különbségek nem a termeléshez, hanem a fogyasztáshoz való viszonyukban rejlenek.* Míg a javak és a szolgáltatások megszerzése a gazdasági-társadalmi csoportokat különíti el, addig a javak és szolgáltatások felhasználása az életstílus csoportokat differenciálja. Az életstílus két komponense az *életesély* és a *választás.* Ezek teremthetnek lehetőséget ahhoz, hogy az ember az életmódját megválassza.

Bár Weber (1987) a *választást* tartotta a fontosabb elemnek az életstílusban, ugyanakkor hangsúlyozta, hogy a konkrét választást az *életesélyek* is erőteljesen befolyásolják. Az életesély annak a valószínűségeit rejti magában, hogy az ember kielégíthesse szükségleteit, igényeit, és érvényesítse érdekeit, és ezzel megteremtse annak a valószínűségét, hogy olyan események forduljanak elő vele, amelyek számára megelégedést biztosítanak.

Weber (1987) másik kapcsolódó fogalma az egyén *társadalmi pozíciója,* amely befolyásolja az osztályhoz, réteghez való tartozását. Max Weber ezt úgy fogalmazta meg, hogy a társadalmi pozíció meghatározza az egyes ember életesélyeit (idézi: Benkő, 2000).

Weber a 19–20. század fordulóján a polgári társadalom világát, dimenzióit, életesélyeit, életválasztását elemezte, Pierre Bourdieu francia szociológus életmódra irányuló kutatásai során pedig bevezette a *habitus* fogalmát. Bourdieu visszatért Max Weber

kérdésfelvetésre: milyen szerepet játszik az életmód a társadalmi struktúra alakításában; és mennyire határozza meg a társadalmi struktúra az egyének életmódját.

Amíg Weber (idézi: Benkő, 2000) életmódfogalmát az életesélyek és választások közti kölcsönhatás jellemezte (társadalmi osztály – státusz), addig Bourdieu (idézi: Benkő, 2000) megpróbálta bezárni a kört az esély és a választás között azáltal, hogy egyetlen fogalommá tömörítette az osztályhelyzet (életesélyek), valamint a tevékenységek (választások) egységét, ez a fogalom a *habitus*. A bevezetett fogalom lényege a társadalmi struktúra és a körülmények egysége a cselekvés irányában.

Bourdieu (idézi: Benkő, 2000) magyarázata szerint az emberi gondolkodást, cselekvést a tapasztalat, a nevelés és képzés határozza meg. Amint Bourdieu kiemelte, a habitus társadalmilag kialakított ítélőképesség, magatartás és módszer a társadalmi tevékenység felépítéséhez. A folyamat a következőképpen működik: az egzisztencia objektív feltételei összekapcsolódnak a társadalmi struktúrában elfoglalt helyzettel, és ez egy olyan habitust eredményez, amely a tevékenység, a munka, az észlelés, az értékelés, az *ízlés* sémájával különböző típusú életstílusokat eredményez (Benkő, 2000).

Bourdieu habitus fogalmát Pokol Béla (1999) általánosítva *közvetítő kategóriának* nevezte, amely a létező társadalmi struktúrák és a cselekvő egyének között jön létre.

Bourdieu Weberhez hasonlóan háromdimenziós szerkezetelméletet fejtett ki. A társadalmi világ struktúráját – írja Bourdieu (1986) – és működését akkor ítélhetjük meg helyesen, ha a tőke fogalmát nem csupán a közgazdaságtanból ismert formában, hanem valamennyi ismert formában vezetjük be.

Ennek a gondolatnak megfelelően szerkezetelméletében a gazdasági tőke mellett a *társadalmi vagy kapcsolati és a kulturális tőkét* különítette el Bourdieu. „A *gazdasági tőke közvetlenül pénzzé konvertálható,* és különösen a tulajdonjogi formában történő intézményesedésre hajlamos; *a kulturális tőke* bizonyos feltételek mellett gazdasági tőkévé konvertálható, és különösen az *iskolai végzettségi titulusok* formájában történő intézményesedésre hajlamos; a *társadalmi tőke, a társadalmi kötelezettségekből vagy „kapcsolatokból" fakadó tőke*, bizonyos feltételek mellett ugyancsak gazdasági tőkévé konvertálható, és különösen a nemesi címek formájában történő intézményesedésre hajlamos." (Bourdieu, 1986. 433.)

A gazdasági tőke fogalmából kialakított speciális tőkék kategóriái óriási népszerűségre tettek szert a társadalomtudományokban.

Bourdieu *tőkeelmélete és a habitus fogalmának* tudományos kidolgozása nagyban hozzájárult az életmód megértéséhez. Mindhárom tőke birtoklása, a birtoklás mértéke vagy annak hiánya jelentősen befolyásolja az egyén habitusát, azaz objektív társadalmi helyzetét és személyes választásának esélyét.

Anthony Giddens a kilencvenes években (1991) bemutatja, hogyan befolyásolja jelenünk életmódját a modernitás, amely az ipari forradalom eredményeként jött létre. A modernitás dinamikus fejlődésével hatást gyakorolt az egész világra, és megrendítette a hagyományos szokásokat. Giddens felfogása szerint a hagyomány befolyásának csökkenése kiszolgáltatottá tette az egyént, életmódválasztásait a helyi és a globális lehetőségek alakítják. A modernitás utáni korszakban, amit néha posztmodernitásnak neveznek, az egyetlen választási lehetősége az embernek maga a választás lehetősége. Ennek jelentéstartalma az, hogy az egyén egyedül marad döntéseivel. Giddens külső tényezőket is megnevez, amelyek befolyásolják az egyén, a család életmódválasztását; ezek a tényezők többek között a csoportnyomás, a szerepmodellek, a társadalmi, gaz-

dasági körülmények. Az életmód, az életstílus nemcsak a szükségletek kielégítését jelenti, hanem az egyén *identitásának* a megjelenési formáját is (Giddens, 1991).

A társadalmi élet egyre nyitottabbá válik, a cselekvés összefüggései egyre összetettebbek, a hatalom egyre változatosabb, az életstílus választások egyre fontosabbá válnak a mindennapos cselekvésben, illetőleg az identitás szerkezetében. Mindezek alapján elmondható, hogy az életmód, az életstílus különös jelentőségre tesz szert a mai társadalmi élet megértésében (Benkő, 2000).

Giddens (2000) nemcsak a modernitással foglalkozott, hanem összegyűjtötte a hagyománnyal kapcsolatos gondolatait. Meglepetésének adott hangot, hogy mennyire csekély a tudósok, gondolkodók érdeklődése a hagyomány iránt. Végtelen viták folytak-folynak a modernizációról, arról, mit is jelent modernnek lenni, azonban kevés szó esik a hagyományokról. A középkorban nem létezett a hagyomány mint általános koncepció. Nem volt szükség ilyen szóra, pontosan azért nem, mert a hagyomány mindenhol ott volt. Véleményünk közel áll Giddensséhez abban, ahogy a hagyományt mint „dinamikus" fogalmat értelmezi: „tévedés lenne azt gondolni, hogy a hagyomány közömbös a változással szemben. A hagyomány az idővel alakult ki, de gyorsan módosulhat vagy alakítható át." (Giddens, 2000. 50.)

Bár megállapítja, hogy a *hagyományok hosszú ideig erősek maradtak az újkori Európa legtöbb részén,* sőt a *hagyomány és a modernitás közt egyfajta szimbiózist tételez fel,* de úgy véli, hogy a globalizálódás hatására *két alapvető változás* megy végbe: *a nyugati országokban* a közintézmények mellett a *mindennapok* is kiszabadultak a hagyományok vonzásából, és a hagyományos társadalmak is egyre inkább veszítenek tradicionális jellegükből. „A nyugati társadalom egy olyan társadalom, amely a természet vége után él és egyben olyan társadalom, amely a hagyományok vége után él […] Az élet sok területe a korábbinál sokkal kisebb mértékben áll a hagyományok és szokások befolyása alatt. […] A tradíció rejtett erejét az autonómia és a szabadság pótolhatja nyitottabb eszmecserével és dialógussal. A hagyományok és szokások befolyása világszerte csökken, és ezzel identitásunk, a magunkról alkotott képünk alapja is változik. A hagyományosabb társadalmakban az egyén identitását tulajdonképpen a közösségben elfoglalt társadalmi helyzetének stabilitása tartja fenn […] A hagyomány gyengülésével és az egyéni életstílus-választásának eluralkodása mellett az identitás sem maradhat közömbös. Az identitást a korábbinál sokkal aktívabb alapon kell megteremteni és újrateremteni." (Giddens, 2000. 57.)

Weber, Bourdieu és Giddens munkái számos ponton találkoznak, illetőleg különböznek. Az életmóddal kapcsolatos elméleteiket meghatározza a társadalmi-gazdasági dominancia, ami a társadalmi struktúrában jelenik meg. Webert a státusz, Bourdieu-t a habitus, Giddenst pedig az identitás foglakoztatta. Tehát mindhárom szakember ismertetett elmélete alapján megállapíthatjuk, hogy az egyes társadalmi osztályok között az életmódjellemzők jelentős eltérést mutatnak. A különbség alapja a választás és a lehetőség közötti kölcsönhatás. Az egyének választások tömegével állnak szemben, miközben iparosodott korunk egyre bizonytalanabbá válik. Többekkel (Bibó, 1986; Giddens, 2000) úgy véljük, hogy mivel maga a modernség állandó mozgásban és változásban van, a társadalmi, kulturális, gazdasági, technológiai, kommunikációs és politikai átalakulásokra koncentrál. Az iparosodott kor normáinak és értékeinek elbizonytalanodása az életmód-lehetőségek elbizonytalanodását okozza. Többen megfigyelték, hogy a fogyasztáson alapuló életmódelemek (ruházkodás, szabadidős tevékenységek, fogyasztási cikkek vagy a testalkatot érintő változások) egyre kevésbé kötődnek megha-

tározott státuszú csoportokhoz. Azonban vitatható, hogy ezen életmód-jellemzők ilyetén megjelenése önmagában bizonyíték lenne az osztályszerkezetben végbemenő drasztikus változásra. Ehelyett Bourdieu-vel egyetértve azt állítjuk, hogy a fejlődés új mozgás a már létező osztályhierarchián belül, amely magában foglalja az életmódra gyakorolt hatást (Benkő, 2000).

Magyar életmódtörténet

A társadalomtörténeti áttekintés, elemzés után a társadalomtörténet egyik új ágának – az életmód történeti kutatásainak – segítségével szeretnénk bemutatni a *magyar életmód történetét.* Amint korábbi társadalomtörténeti elemzésünk alapján nyilvánvalóvá vált, a közép-kelet-európai országok társadalomtörténete, -szerkezete nagyon sok hasonlóságot mutat, a rendi társadalom, benne a nemesség, jobbágyság kialakulásával, a sok évszázados gazdasági, hatalmi, kulturális tényezőkkel. Ezért úgy döntöttünk, hogy az életmód-történeti fejezet a magyarországi folyamat áttekintésére építhető.

Időben is korlátok közé szorítottuk a bemutatást, mert a 19. század második felétől a második világháborúig tartó korszak jelentős változást nem mutat a társadalomszerkezetben és az ahhoz szorosan kapcsolódó életmódban. Az *életmódkutatás* a társadalomtörténeten belül később indult fejlődésnek, mint a szociológián belül az életmódszociológia. A történészek igyekeztek az új diszciplínát meghatározni, helyét a társadalomtörténeten belül kijelölni. Véleményünk szerint ezen a területen Hanák Péter végzett úttörő munkát.

Első tudományos megállapítása az volt, hogy az életmódot a társadalmi rétegződéssel kapcsolta össze, és az életmódnak rétegspecifikáló szerepét hangsúlyozta, hasonlóan, mint az életmóddal foglalkozó elméleti empirikus megközelítéseknél többen (Weber, 1987; Losonczi, 1977; Utasi, 1984). Az életmód és a társadalmi rétegződés összefüggését elemezte tanulmányában, és bemutatta a középosztály különböző csoportjainak életmódját.

A középosztály minden csoportjára – a nemesi eredetűekre, az asszimiláltakra, a polgárokra – két egyaránt érvényes életmód ismérvet talált: a lakásnagyság és a cselédtartás. A középosztályi család lakása minimum háromszobás volt, ami a jómód és a gyermekek számának növekedésével négy-ötre, legfeljebb nyolcra nőtt. Azt is bizonyítottnak találta, hogy az „úri" család legalább egy cselédet tartott, aztán esetleg ennek a száma is nőtt, de a középosztálybeli családoknál háromnál több cselédet nem talált. (A nagyobb számú cselédség a nagypolgárok, földbirtokosok privilégiuma, illetve státusszimbólum volt.)

Második megállapítása szerint – hasonlóan a Max Weber-i elmélethez – az életmód magában foglalja az élettevékenységek teljes körét, és szorosan összefügg az életvezérlő elvekkel és eszményekkel: a társadalmi mentalitással és az értékrenddel. A témakör kitágítása Hanák (1980) szerint két fogalompár viszonyának kérdését veti fel: *struktúra-életmód és az értékrend-életmód*. Szerinte a *társadalom osztályszerkezete tendenciaszerűen határozza meg az egyes osztályok, rétegek élet- és gondolkodás-módját.* Az egyént, a családot a közvetlen társas környezete neveli, a gyerekek ösztönösen követik környezetük magatartását, szokásait, a családi, közösségi hagyományokat, röviden: a történetileg kialakult és átörökített szokáskultúrát.

Nagy szerepet játszik az *életvitel alakításában a minta, a divat, az utánzás.* A társadalmi struktúrában elfoglalt hely főként a csúcsokon – olykor tételesen is szabályozott, többnyire íratlan megegyezés alapján követett – életmódmintákban, szimbólumokban

fejeződik ki. Az osztályhelyzetet csak „tendenciaszerű" meghatározónak tekinti az életmódra gyakorolt hatását illetően. Az egyedi eltérés abban mutatkozik, hogy egyazon osztály vagy réteg különböző típusai egymástól eltérő módon élnek. Példája ezúttal a 19. században Magyarországon kialakuló *városi módos polgárság,* melynek két csoportját különíti el: *az egyiket az óvatosság, a hagyományos foglalkozási ághoz való ragaszkodás és a kockázat kerülése jellemezte,* csúcsán a nemesi rang és földbirtok fénylett. Értékválasztása *presztízsorientált.* Az ellentétes típus *a vállalkozó tőkés, aki mindennel foglalkozik* – gyapjúval, fával, állattal, építkezéssel, részvénnyel, mindennel, amiből hasznot lehet húzni: *profitorientált. A két életmódtípus eltérését magyarázhatjuk az értékrenddel, egyfelől a konzervatív, másfelől a weberi modernitás értékrendjével* (protestáns etikával) (Hanák, 1980). Ez a két eltérő életmód a hagyomány és a modernitás bipolaritását testesíti meg. Ezek az értékrendek valóságos, objektív létfeltételekre épültek. A társadalomtörténeti megközelítés is kiemelte, hogy az életmód szempontjából a társadalmi rétegződés és az életmód szoros korrelációjának hangsúlyozása mellett az értékek szerepe és annak beépülési módja is meghatározó volt. Az egyes rétegekre jellemző életmódminták és szimbólumok, amelyek az utódokban öröklődtek, egyúttal más rétegeket és csoportokat is követésre ösztönöztek, ezzel változást indítottak el a valóságos státuszuktól eltérő magatartásra és gondolkozásra. Az életmód valóságos alakulásának rendező elve valamilyen értékválasztás, amely nem csupán öröklés, nevelés, szoktatás, hanem átvétel, tanulás, utánzás útján is történhetett. Ha tehát az életmódformáló tényezőket: a hagyományozott szokáskultúrát, a nevelést, a követésre ingerlő presztízst tekintjük, belátható, hogy ugyanezek a tényezők befolyásolták a társadalmi struktúra különböző szintjein való elhelyezkedést, valamint a mobilitás lehetőségét. Ezek a tényezők magyarázták egyúttal azt az eltérést, amely az egyes rétegeknél a gazdaságilag megszabott osztályhelyzet, a státusz és a ténylegesen elfoglalt társadalmi pozíció között fennállt.

Az életmódformáló tényezők társadalomformáló érvényűek: lényegesen befolyásolhatták az egyén és a csoport strukturális pozícióját, s ezzel eltérést okozhattak az objektív osztályhelyzet, a státusz és a ténylegesen követett életmód között (Hanák, 1980).

Hanák Péter életmód-történeti tudományos megállapításai közel állnak a társadalomtörténeti, életmód-szociológiai fejezetekben leírtakhoz, mert hasonló elméleti gyökerekhez nyúltak vissza: a Max Weber-i alapvetésekre épültek.

Életmód-történeti visszatekintés: életmód jellemzők a két világháború között Magyarországon

A *két háború közötti magyar társadalomra jellemző életmódot* a munkakörülmények, a jövedelem, a lakóhely, a modernizáció biztosította technikai feltételek, az egészségügyi ellátás, a lakásviszonyok, a táplálkozás, öltözködés és szabadidő eltöltés alapján mutatjuk be (L. Nagy, 1991).

A *munkakörülményekben* a '30-as évektől főleg az iparban volt észlelhető javulás. A munkaidő csökkentése, a 8 órás munkaidő bevezetése, a villany, gáz bevezetése, a gépek széles körű használata a munkavégzést könnyítette. A mezőgazdaságban a parasztság munkaideje erősen az évszakokhoz idomult, a cselédek és az uradalmakban dolgozó napszámosok pedig megegyezés szerint dolgoztak, ami kitöltötte a teljes napot. Az irodák és a hivatalok tisztviselői jóval kevesebbet dolgoztak, délelőtt 9-től 2-ig, és a hosszú ebéd után esetleg még délután. A hosszabb ebédidő Budapesten is, a vidéki

városokban is elterjedt forma volt. Minden társadalmi csoportban növekedett a keresők száma.

A legalacsonyabb *jövedelemmel* a mezőgazdasági napszámosok rendelkeztek. Nekik, más idényjellegű munkásokkal (építőipar) együtt, külön gondot jelentett a téli hónapok átvészelése, amikor a munkaalkalom, a napszám erősen visszaesett. A gazdasági cselédek munkabére jóval magasabb volt a napszámosokénál, ami alig maradt el a törpebirtokosok mögött. Mindkét csoportra az volt a jellemző, hogy készpénzt nagyon keveset látott, mert bérének túlnyomó részét természetben kapta. A gyáripari munkások átlagfizetése 1938-ban évi 1200 pengő volt, az átlag mögött a szóródás 900–2300 pengő volt (segéd/betanított munkások és nyomdászok). A szakmunkások az átlag havi 200 pengővel a kispolgárok szintjén éltek. A középosztályhoz tartozó tisztviselők évi fizetése 2400–4800 pengő között mozgott. Megközelítette a 200 pengős jövedelmet az alkalmazottak egy része, a honvédség altiszti állománya, de még a házmester is, mivel lakását ingyen kapta. Összehasonlításként néhány fizetés: miniszterelnök: 2785 p, egyetemi rendes tanár: 574 p, állami középiskolai tanár 226 p, állami elemi iskolai tanát 163 p. A közszolgálatban állók lakbérpótlékot, családi pótlékot és egyéb juttatásokat kaptak. A természetbeni juttatások sora nem tekinthető korszerű formának, mert nem a keresőre bízta, hogy mire költi keresetét.

A *lakóhely* a jövedelemhez hasonlóan, illetve még annál is erőteljesebben befolyásolta az egyes társadalmi csoportokhoz tartozók életmódját. Meghatározó volt, hogy valaki falun vagy városban élt. A város igazi karakterét és lakóinak életviszonyait nem a népesség száma, hanem az *urbanizáltság* foka szabta meg. Ha már most Budapest urbanizációját európai mércével mérjük, akkor inkább a gyorsaság, az erőltetett felzárkózási vagy utolérési komplexus a szembetűnő, az a lázas ütemű növekedés, amelyben sok a külsődlegesség, de valójában nem tudta eltakarni az urbanizáció olcsó szegényes megoldásait (Hanák, 1988). Ez a megállapítás nincs ellentmondásban azzal, hogy a többi magyarországi városhoz képest Budapest kiemelkedően előnyös helyzetben volt: a lakások 83%-ában villany, 85%-ában vízvezeték, 50%-ában gázvezeték volt. A vidéki városok lakóházainak 53%-ában volt villanyvilágítás, 25%-ában vezetékes ivóvíz. Az országos átlag minden mutatót tekintve nagyon alacsony volt: villany 18%, vízvezeték 5,6%, gázvezeték elenyésző. A települések belső közlekedése Budapesten kívül Miskolcon, Debrecenben, Szegeden, Pécsett működött a kor szükségleteit megközelítően. A távbeszélő állomások (139 ezer darab) 60%-a Budapesten működött.

Az *életviszonyok* alakulásában az *egészségügyi ellátás* és a *biztosítási rendszer* is jelentős egyenlőtlenségeket mutatott a települési struktúrában. 1927-ben az Országos Társadalombiztosító Intézet az ipari munkásoknak, az alacsonyabb beosztású állami és közalkalmazottaknak ingyenes orvosi és kórházi ellátást biztosított. Az egyes társadalmi rétegek, foglalkozások saját önkéntes társadalombiztosítását hozta létre, de a rétegek közötti egyenlőtlenség mellett a legnagyobb hiányossága az volt, hogy a mezőgazdasági népesség tömegei kívül rekedtek.

Az életmód meghatározó eleme a *lakás.* A fővárosban és a vidéki városokban lakáshiány volt. Korszakunkban a városi lakások túlnyomó része bérlakás volt, amelyet a ház tulajdonosától lehetett kivenni. A falvakban a ház és lakástulajdon dominált. 1930-ban még „földszintes ország" volt Magyarország: a házak 98%-a földszintes volt. 1918 előtt a közfelfogás a háromszobás lakást minősítette „jó polgárinak", arányuk akkor 11% volt. A háború után az kapott nagyobb jelentőséget, hogy a lakás mennyire mo-

dern és elegáns házban van, és mennyire felszerelt. Budapesten a ’30-as, ’40-es években jó polgári lakás a két szoba hallos cselédszobás, központi fűtéses, lehetőleg a Bauhaus nyomait viselő, liftes házban lévő lakás. Budapesten a lakások 44%-a egy szoba konyhás, 26,5% két szoba konyhás. A fővárosi lakosság 13,4%-a lakott három és csupán 6,6%-a négyszobás lakásban. Ha a budapesti középosztály két csoportját vizsgáljuk a lakásnagyság szempontjából, akkor azt látjuk, hogy a fővárosi magántisztviselőkből 12 400 fő lakott főbérleti ingatlanban, házban vagy lakásban, a többiek, közel 9000 fő viszont a szüleinél, rokonainál mint családtag lakott. Az önálló főbérletben lakók közül 4400 fő érte el a nagypolgársághoz tartozás lakásnagyság kritériumot: a három szobás vagy annál nagyobb lakásnagyságot. A köztisztviselők esetében óriási a különbség abból a szempontból, hogy túlnyomó többségük saját lakással rendelkezett, és a 21 960 főből csupán 2620 főnek volt főbérlő családtagja. A nagypolgársági lakáskritériumoknak hasonló arányban feleltek meg, mint a magántisztviselők (4700 fő) (Ránki, 1990).

A lakosság *táplálkozása* javult, a zöldség- és gyümölcsfogyasztás főleg a városlakók körében lett divatos. A szénhidrátok aránya továbbra is magas maradt. A magyarországi húsfogyasztás (33kg/fő) jobb volt, mint a csehszlovák (30kg/fő), de rosszabb, mint az osztrák (49kg/fő). A táplálkozáson keresztüli takarékoskodás alakult igen érdekesen a különböző társadalmi rétegek között: leginkább a kisparasztok és a tisztviselők takarékoskodtak, egyrészről, hogy gazdaságukat fenntarthassák, másrészről, hogy a lakásban, öltözködésben, gyermekeik iskoláztatásában, nyaralásban, sportban eleget tehessenek az önmaguk meghatározta mércének, társadalmi presztízsüknek. A középosztályi, polgári életformához – amint azt láttuk Hanák Péter (1980) elemzésében – hozzátartozott a cselédtartás. Bentlakó házicselédet változatlanul a legnagyobb arányban a közszolgálatban álló tisztviselők, szabadfoglalkozású értelmiségiek tartottak.

Az *öltözködésben* a városokban egyértelműen érvényesült az a tendencia, ami nagymértékben elmosta a társadalmi helyzet megkülönböztető jegyeit, főképpen a nőknél (Simmel, 1973). Elhagyták a hosszú szoknyát, a fűzőt, a hosszú hajat, a praktikum dominált. A férfiak ruházata is változott, de sokkal kisebb mértékben és kevésbé feltűnő módon.

A *szabadidő eltöltése* is a kettősség jegyeit viselte magán: a városi lakosság számára társadalmi méretekben terjedt el. A paraszti népesség pedig teljesen kimaradt belőle. Ennek legkülönbözőbb fajtái, tevékenységei, valamint időhöz kötöttsége alakult ki. Egyik kedvelt szabadidős tevékenység volt az egyesületi élet, ami nemcsak a vallási, hazafias egyesületeket jelentette, hanem a különböző szórakozásokat kínáló társasköröket, sportegyesületeket. Taglétszámuk három millió volt, egyhatoduk nő. A társas élet városi színtere a kávéház, a vendéglő. A szórakozás új technikai eszköze, a rádió 1925. december 1-jén kezdte meg működését. A közgondolkodás másik nagy „formálója” a film volt. A rádió és a film minden társadalmi réteghez eljutott, akik rendelkeztek szabad idővel. A sport a kiváltságosok szórakozásából tömegméretű időtöltéssé kezdett válni. A vívás, a tenisz, a vitorlázás a középosztály sportja maradt. Terjedt a korcsolyázás. A legnépszerűbb sportággá a futball vált. A ’30-as években honosították meg a week-end fogalmát és gyakorlatát, hogy a hétvégét lakásuktól távol töltsék el az emberek. Mind tömegesebbé vált a nyaralás, a középosztály számára a volt Monarchia területein, de az alacsonyabb rétegek számára is divatba jött a vidéken való nyaralás. A ’20-as években indult a Balaton parti területek parcellázása, családi villák, nyaralók,

panziók építése. A Balaton mellett a Mátra vidéke és a gyógyfürdőhelyek kiépülése is egyre népszerűbb lett.

Azt mindenképpen láthatjuk, hogy alapvetően erős volt a közeledés a különböző rétegek életmódja között, különösen jellemzően a városokban volt ez így. A középrétegek, a kispolgárság, a szakmunkások és a kisiparosok életmódjában a '30-as évektől mind több rokon vonás volt kimutatható.

A '70-es, '80-as évek magyar életmód- és életstílus-kutatásai

A magyar életmód-, életstílus-kutatásból Losonczi Ágnes (Losonczi, 1977) és Utasi Ágnes (Utasi, 1984) kutatásait szeretnénk kiemelni és röviden bemutatni. Bár Losonczi Ágnes kutatásának empirikus fejezete Békés megyei vizsgálatra épített, ezért csak korlátozottan érvényesíthető az egész országra. Utasi Ágnes életmód/életstílus-csoport elemzése a '80-as évek Kolosi Tamás vezette rétegződésvizsgálat adatain nyugszik, így országosan reprezentatív mintán dolgozott. Mindkét kutatás Max Weber elméletére támaszkodik. Losonczi e fejezet írójához hasonlóan fontosnak tartotta a történelmi meghatározottságot. Losonczi 796 oldalas könyvéből 245 oldalt szánt a társadalomtörténeti fejezetnek.

Losonczi Ágnes az életmód tárgyalásánál elsőként az *anyagi* minőséget emeli ki. Az „élet", az „életlehetőségek", az „életfeltételek" egyértelműen az anyagi feltételeket megtestesítő *pénzre* koncentrálódnak. Losonczi elemzésében használja Ferge Zsuzsa munkajelleg-csoportjait, és a csoportok jövedelmi arányát vizsgálja. *Magatartástípusokat* fogalmazott meg az *anyagi javak kezelésében*: *halmozó; félelemből takarékoskodó; az anyagi érdekeket tagadó; a puritán; az átlaghoz igazodó; a hedonisták.* Vizsgálta a *település szerepét* az életmódban a vizsgálatba bevont Békés megyében. Véleményével azt a nézetet képviselte, hogy a település markánsabban befolyásolja az életmódot, mint maga a munkamegosztás, és természetesen a társadalmi környezet a munkalehetőségekre is hatással van. Ez a hatás az iskolai, munkahelyi előnyök-hátrányok szempontjából differenciál. Az *evést, étkezést* önmagában az egyik legjelentősebb mutatónak tartja Losonczi az életmódvizsgálatban. Az étkezés uralkodó szerepének a történelmi előzményekben két oldala van: az egyik a szűkösség, a másik pedig a kevesek zsíros bősége. A táplálkozással kapcsolatban néhány jellegzetes táplálkozáskultúra mutatót emelt ki: a szalonna- és sajt-fogyasztást. Több mutató segítségével alakította ki kategóriarendszerét a táplálkozásban: „szegényes egyhangú"; „szegényes változatos"; „elégséges változatos"; „bőséges egyhangú" táplálkozásúak. Vizsgálta a *lakások* nagyságát, felszereltségét, a lakás-mobilitást; az autóhasználathoz kapcsolódó adatokat. Az *értékorientációk* vizsgálata a munkára és a kapcsolatrendszerre terjedt ki. *A cselekvési motiváció* szerint különítette el a *karrier, a munka, a boldogság és a hit* által motivált, valamint *az autonóm* típusokat. Az *egyén és a társadalom viszonyában* az alábbi kategóriákat hozta létre: *önmagába zárt ember, a családra koncentráló, a társasági ember, a társadalom ügyéért élő ember.*

Utasi Ágnes életstílus-kutatását bemutató könyvében azt hangsúlyozta, hogy az életmód és életstílus kutatások inkább megközelítési módjuk, hangsúlyaik, mintsem tárgyuk tekintetében különböznek egymástól. „Az *életstílus-kutatás* az életmód kutatáshoz hasonlóan abból indul ki, hogy az egyének életkörülményeik által behatárolt lehetőségekkel rendelkeznek magatartásuk, tevékenységük, preferenciáik megvalósításához, az életfeltételek közül a legjelentősebbnek a *kulturális csoport-meghatározó*

szerepet tekinti. Mivel az életstílust a preferenciák alapján definiáltuk, s ezzel a választásra utaltunk, az életstílus-kutatás az életmód-kutatástól szükségszerűen nagyobb hangsúllyal keresi az adott életfeltételek határain, a »szabadságfokon« belüli választás, elmozdulás lehetőségeit." (Utasi, 1984. 17.) Utasi Ágnes empirikus életstílus vizsgálata kapcsolódik a Kolosi Tamás vezette társadalmi rétegződés kutatáshoz, így a vizsgálódás köre is hasonló: az iskolai végzettségre, a lakóhely településtípusára, a lakóhelyi környezet jellemzőire, a gyermekkori kulturális civilizációs környezetre, a jövedelemre, a foglalkozási presztízs mértékére, valamint a fogyasztásra, művelődésre, emberi kapcsolattartásra, üdülési, nyaralási stb. szokásokra terjedt ki. A rétegződéskutatáshoz hasonlóan módszertanilag bonyolult vizsgálat eredményeként Utasi Ágnes (1984) az alábbi életstílus-csoportokhoz jutott:

1. Elit

Társadalmi lehetőségei alapján széles spektrumból választhat. Többnyire városlakó, zömében felsőfokú végzettségű, de van közöttük középfokú végzettségű is. Általában középkorú vagy annál idősebb korúak. Gyakori a házastársak közötti iskolai végzettségbeli különbség (férfi – felsőfokú, nő – középfokú végzettség). Lakáskörülményeik nagyon magas szintűek, a lakás berendezettsége magas szintű. Körükben legmagasabb a nyaraló birtoklás. Jellemző rájuk a külföldi és a belföldi utazás. Egy részük beszél idegen nyelveket. Táplálkozásuk nem a legkorszerűbb, szerepe van benne a hagyományos elemeknek. Az eljáró kulturális aktivitásuk (színház, mozi, koncert stb.) magas, de az életstílus-csoportok között nem náluk a legmagasabb. Öltözködésük magas presztízsű. A gyerekek különórára járatása is magas.

2. *Intellektuális szükséglettel fogyasztók*

Szinte teljes mértékben felsőfokú végzettségűek. A férj és a feleség végzettsége is többnyire felsőfokú. Fiatalok és középkorúak zömében, nem a pályakezdő korosztály. Nagy részüknek esélye van az elitbe kerülésre. Anyagi helyzetük rosszabb, mint az elité. Intellektuális javakat fogyasztanak, jelszavuk az élethosszig tartó tanulás. A képzés, a kulturális tőke jól megtérül esetükben. Táplálkozásuk egészségesebb, mint az elité, az életstílus-csoportok között a legegészségesebb, noha anyagi helyzetük szerényebb. Náluk egyértelműen megjelenik a választás szerepe. Az aktív mozgás is náluk a legmagasabb arányú. Nagyfokú státuszinkonzisztencia (Kolosi, 1987a; 1987b) jellemzi a csoport tagjait, ami a lakás nagyságában, berendezettségében és az övezetben jelenik meg.

3. Felső mintakövető

Más néven újgazdagok. Felső- vagy középfokú iskolai végzettség a jellemző, elenyésző mértékű az alacsony iskolai végzettség. Az elitet tekinti mintának, azt kívánja utánozni. Azt tudja utánozni, amit lát (ház, lakberendezés, öltözködés stb.). Lakáskörülményeik az elitével azonosak vagy még magasabb színvonalúak. Jellemző rájuk a vendégek fogadása. Magas az üdülési mutatójuk, de főleg csoportos utazás formájában, mivel alacsony szintű a nyelvtudásuk. Táplálkozásuk erőteljesen hagyományos és egészségtelen. Magas közöttük a túlsúlyosak aránya. Gyakran étkeznek gyorséttermekben. Ennek a csoportnak a legmagasabb a higiénés fogyasztása. Gyerekeiknek nagy esélyük van az elitbe kerülésre.

4. Családorientált

Ez a csoport a családra fókuszál. Minden fogyasztást az utódok presztízs-növekedésének rendel alá. Ezért lakáskörülményei, táplálkozása, öltözködése szerényebb, mint

különben lehetne, nem megy minden évben üdülni. Ugyanakkor magasabb a gyerekek különórára járatása, mint az elitnél. Zömében középfokú végzettségűek, de vannak közöttük felsőfokú végzettségűek is. Gyakoriak körükben az elsőgenerációs városlakók, különösen az alsóbb osztályokból. Főleg a középkorú és idősebb korosztályra jellemző.

5. Tárgyorientált

Nagyobb részben szakmunkások, kisebb részben betanított munkások, illetve középfokú végzettségűek a csoport tagjai. Választásuk lehetősége szűkül, egyre kevesebb a lehetőség, amiből választhat. Középpontban a lakás áll. Többnyire panellakásban vagy kisebb lakásban élnek, de a lehető legmagasabb komfortfokozatra és a legmagasabb szintű berendezésre törekszenek. Ez a preferált érték számukra. Nagyon magas munkaórában dolgoznak. Táplálkozásuk alacsony szintű, üdülésre nem tudnak fordítani, és a gyerekekre is kevesebbet költenek, mint a fölöttük lévő életstílus-csoportok. Mottójuk: az én házam, az én váram.

6. Kapcsolatgazdag

A csoporton belül többségben vannak a falun élők. A legpreferáltabb érték a kapcsolatok széles hálója. Ez kihat a munkavégzésre és a szabadidőre is. Körülményeik (lakás, öltözködés, táplálkozás) minden szinten szerényebbek, mint az eddig bemutatottak. Az üdülési alkalmak száma ritkul. Egészséges táplálkozásról csak részlegesen beszélhetünk. Az eljáró kulturális aktivitás nem nagyon jellemzi a csoport tagjait.

7. Kapcsolatszegény

Többségében városlakók. Jellemző az alacsony iskolai végzettség, segédmunkások, betanított munkások, szakképzetlenek. A csoport tagjai elsőgenerációs városlakók, idősebbek, sokan egyedül élnek. A nők és a férfiak születéskor várható élettartama közötti különbség itt mutatkozik meg a legjelentősebben, mert több közöttük az egyedül élő nő. Erősen izolált csoport, alacsony fogyasztással. A nyugdíjból a lakásrezsire és minimális táplálkozásra futja.

8. Robotoló

Többségében falusi lakosok, alacsony iskolai végzettség és alacsony státus jellemzi a csoport tagjait. Reggeltől-estig dolgoznak, rossz az érdekérvényesítésük. Minden fogyasztásuk alacsony és rossz minőségű. Rossz minőségű házakban élnek, gyakran együtt a szülőkkel, akik az elesett életstílus-csoportba tartoznak. Mezőgazdasági termeléssel foglalkoznak, az infrastrukturális ellátottság rossz, gondot okoz számukra a termék értékesítése vagy a jó minőségű vetőmag beszerzése. Táplálkozásuk rossz minőségű. Nem éheznek, nem fáznak, az abszolút szegénység jellemzőivel még nem rendelkeznek. Amikor megöregszenek, bekerülnek az *9. elesett* életstílus csoportba.

Elesettek:

Ld. a robotolóból kiöregedettek.

IRODALOMJEGYZÉK

Benkő Zsuzsanna (2000): A családok életmódját meghatározó társadalmi tényezők. *Szenvedélybetegségek.* 2000, VIII. évf. 1. sz. 54–57.

Bibó István (1986): *Válogatott tanulmányok. Első kötet. 1935–1944*. Magvető Kiadó, Budapest.

Bourdieu, P. (1978): *A társadalmi egyenlőtlenségek újratermelődése*. Tanulmányok. Gondolat, Budapest.

Bourdieu, P. (1986): The Forms of Capital. In: Felkai Gábor, Némedi Dénes, Somlai Péter (2002, szerk.): *Szociológiai irányzatok a XX. században.* Új Mandátum kiadó, Budapest.

Giddens, A. (1991): *Modernity and self-identity. Self and society in the late modern age*. Polity Press, Cambridge.
Giddens, A. (2000): *Elszabadult világ. Hogyan alakítja át életünket a globalizáció*? Napvilág, Budapest.
Hanák Péter (1980): Életmód és gondolkodásmód – történelmi összefüggésben. *Magyar tudomány,* 1980. 2. sz. 64–90.
Hanák Péter (1988): *A kert és a műhely*. Gondolat, Budapest.
Kolosi, Tamás (1987a): *Tagolt társadalom*. Gondolat, Budapest.
Kolosi Tamás (1987b): A státusinkonzisztencia mérése. *Szociológia,* 1987/1. 1–20.
L. Nagy Zsuzsa (1991): Életmód. In: *Magyarország története 1919–1945.* Debrecen.
Losonczi Ágnes (1977): *Az életmód az időben, a tárgyakban és az értékekben*. Gondolat, Budapest.
Némedi Dénes (2005): *Klasszikus Szociológia 1890–1945*. Napvilág Kiadó, Budapest.
Pokol Béla (1999): *Szociológiaelmélet*. Rejtjel Kiadó, Budapest.
Ránki György (1990): *Tér és társadalom*. 1990/3-4. sz. 57–65.
Riesman, D. (1983): *A magányos tömeg*. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.
Simmel, G. (1973): A divat. In: Simmel, G. (1973): *Válogatott társadalomelméleti tanulmányok*. Gondolat Kiadó, Budapest, 473–507.
Szakadát István (syi) (2008): *Cselekvéselmélet dióhéjban. Játék, elmélet, módszertan – Weber: újratöltve*. TYPOTEX, Budapest.
Utasi, Ágnes (1984): *Életstílus-csoportok, fogyasztási preferenciák.* Társadalomtudományi Intézet, Budapest.
Weber, M. (1967): *Gazdaság és társadalom.* Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.
Weber, M. (1987): *Gazdaság és társadalom. A megértő szociológia alapvonásai 1. Szociológiai kategóriatan.* Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.

A sokszínű társadalom – kisebbségi csoportok Magyarországon

DR. HABIL. TARKÓ KLÁRA

1.1. Fogalmi alapvetések

Napjainkban fokozottan előtérbe kerül társadalmunk sokszínűségének kérdése, nevezetesen a kisebbségek helyzete országunkban. De kit is nevezünk kisebbségnek? A fogalom nem számszerű jellemzőt takar, hanem alárendelt, függő, hátrányos helyzetű társadalmi csoportokra utal (előadás).* Amikor a *kisebbség-többség kapcsolatát* vizsgáljuk, ott mindig a státusz és hatalmi viszonyok (kulturális, gazdasági, társadalmi, politikai) képezik a kapcsolat alapját. Ebben a helyzetben minden hatalom a többség kezében van. Pierre Bourdieu (1997) tőketípusainak segítségével kifejezve, a kisebbségek a gazdasági, a kulturális és a társadalmi tőke tekintetében hiányt szenvednek. A kisebbségek nem vagy alig, vagy csak néhányan rendelkeznek gazdasági erőforrásokkal, melyet hűen tükröz az a tény is, hogy Magyarországon például a szegénységi kategóriákban felülreprezentáltak a romák, a fogyatékossággal élők és az egyedülálló többgyermekes anyukák. A kulturális, különösen az inkorporált kulturális tőke hiánya az átlagos iskolai végzettségek többséghez képesti alacsonyabb voltában jelentkezik, és az iskolarendszer a deklarált társadalmi lift funkció helyett a társadalmi szerkezet konzerválódását eredményezi, megakadályozva a kisebbség tagjait abban, hogy gazdaságilag és a politikailag kifejezésre juttatható kapcsolati tőke segítségével emancipálódjanak. A kisebbségek közé soroljuk Magyarországon a különböző nemzeti és etnikai csoportokat, a nőket, a fogyatékossággal élőket, a vallási kisebbségeket és a homoszexuálisokat. Egy másik csoportosítás szerint (Örkény, 1995) a nemzeti és etnikai kisebbségek tekintetében 4 csoport különíthető el, melyek a történelmi kisebbségek, a zsidó és cigány kisebbség, a bevándorlók közelről és a bevándorlók messziről. Mielőtt rátérnénk ezeknek a csoportoknak a magyarországi jellemzőire, definiáljuk, hogy mely objektív és szubjektív tényezők mentén képződnek a fenti csoportok.

Az *etnicitás* kulturális különbözőséget jelent, az *etnikai csoport* kulturálisan különböző emberek csoportja. Az, hogy valaki egy etnikai csoport tagja, nem jelent automatikusan kisebbségi státuszt. Ha az etnikai csoport és a többség kapcsolatában nem lépnek fel problémák, az etnikai csoport nem válik kisebbséggé. *Etnikai kisebbségi csoportról* akkor beszélünk, ha a társadalmi hatalom eloszlása egyenlőtlen az etnikai csoport és a többségi társadalom között (előadás). A Népszövetség definíciójával élve, a „faji (etnikai) kisebbség alatt olyan népcsoportot érthetünk […], amely valamely rá jellemző tulajdonságokat – nyelvi, kulturális, etnográfiai, vallási, származási, esetenként antropológiai jellegzetességeket – hordoz, s a nemzeti kisebbség, nemzetiség, nemzet fejlettségi szintjét általában nem éri el" (Cserti Csapó, 2000. 26.).

Nemzeti kisebbségi csoport a Népszövetség definíciója szerint minden olyan népcsoport, melyet az etnikai kisebbségek jellemzésénél felsorolt ismérvek mellett „nyel-

* A jelen dolgozat szerzője 1999. január 4. és július 2. között Erasmus vendéghallgatóként Amsterdamban (NL) a Universiteit van Amsterdam intézményében hallgatta az alábbi kurzust: *Race and Ethnic Relations in Western European Education*. A jelen fejezetben közölt definíciók egy része ezen előadás anyagára épül. A szövegben ezeket zárójelben előadás címszóval jelöljük.

vi, kulturális, történelmi, érzelmi kapcsolatok fűznek egy másik országban élő nemzethez, az anyanemzethez. Ily módon egy saját államisággal bíró nemzetnek más országokban élő csoportjai." (Cserti Csapó, 2000. 26.)

Az *etnikai identitás* a saját vagy mások definíciója, besorolása alapján megadott társadalmi konstrukció, míg a *nemzeti identitás* felvehető (például az afroamerikai megnevezésben az afro jelzi az etnikai identitást, az amerikai pedig a nemzeti identitást) (előadás).

A nemzeti és etnikai kisebbségek mellett a Népszövetség hivatalosan még megkülönbözteti a *vallási kisebbségeket* is. Az elkülönülés alapja ezeknél a csoportoknál a hit, az egyházak, a vallási különbségek (Cserti Csapó, 2000).

Az etnicitás vagy etnikai identitás meghatározásának módjai igen sokrétűek, változatosak, és gyakran egymásnak ellentmondó adatokat produkálnak. Egy-egy személy csoport-hovatartozásának meghatározása egyrészt mások, kívülállók definíciójának kérdése, másrészt befolyásolhatják érzelmi viszonyulásunk és érdekeink is. Az egyes kisebbségi csoportokba történő önbesorolás vagy besoroltatás különböző társadalmi, politikai, gazdasági és személyes megfontolások eredménye.

A mások által adott definíciók egyik alapja az *objektív kritériumok:* a saját, a szülők, a nagyszülők születési helye, az anyaország szerint történő besorolás. Ez a leggyakrabban alkalmazott kritérium. Például egy ország kormánya meghatározhatja, kit tekintenek kisebbségnek. Hollandiában az alacsony társadalmi státuszú bevándorlók első és második generációja kisebbségnek számít. A harmadik generáció képviselői már dönthetnek arról, melyik csoporttal kívánnak azonosulni (előadás).

A *kulturális kritériumok* szintén külső definíciót eredményeznek. A besorolás alapja a nemzet/eredet, a történelem, a nyelv, a vallás és a faj (előadás). Normatív értelemben a „faj" már nem használható az emberi csoportok kategorizálására, közismert tény, hogy a *rasszizmus* olyan etnikai kisebbségi közösségek tagjait sújtja, akiknek a különbözőségét már nem faji vagy biológiai fogalmakkal írjuk le. A „faji megkülönböztetés" fogalmának bevezetése a csoportoknak vagy egyéneknek a felismerhető faji jegyek alapján történő diszkriminációjára utal. A kulturális kritériumon belül megkülönböztetünk *látható kisebbségeket,* akik esetében a bőrszín, a név, a vallás, az öltözködés, a kulturális gyakorlat stb. elárulja az adott személyek hovatartozását. Ha például meglátunk egy szerb nevet, nem az az első gondolatunk, hogy vajon hányadik generációs tagról van szó, és milyen nemzetiségűnek vallja magát; valamint *láthatatlan kisebbségeket,* ahol a kisebbségi csoport tagjainak hovatartozását nem árulja el a bőrszín, a név vagy egyéb jellemző. Ez történhet például névváltoztatás vagy kisebbségi hovatartozású nők esetében egy többségi taggal kötött házasság útján, a házastárs nevének felvételével.

Saját magunk definiáljuk hovatartozásunkat a *szubjektív kritériumok* segítségével, amelyeknek az alapja az adott etnikai csoport irányába mutatott érzelmek, azaz mely csoporthoz kíván az egyén inkább tartozni. A *strukturális viszonyok* kritériuma pedig a politikai, gazdasági, oktatásügyi stb. érdekek összessége (előadás), és az egyén ezeknek a strukturális viszonyoknak a mentén mérlegelve fejezi ki csoport-hovatartozását annak függvényében, hogy érdekei milyen irányba mutatnak.

Örkény (1995) rávilágít, hogy a kisebbségek meghatározására és létszámadataira vonatkozó megállapítások szűkösek és ellentmondásosak, az ún. kemény (hivatalos statisztika – nyelvi azonosság) és a puha (önbesorolás) adatok hiányosságaiért pedig nem tehetjük felelőssé a kutatókat. Olyan, egymástól részben függetlenül létező szempontok

keverednek egymással, mint a kisebbségi identitás politikai vállalása és annak következményei; az éppen adott kisebbségi csoportot jellemző kulturális és nyelvi jellemzők; a mindennapi előítéletek és az ezek révén történő csoportdefiníciók. Másképpen definiál egy kisebbségi csoportot – és ennek megfelelően másokat sorol be egy kisebbségi csoportba – egy állami tisztviselő; egy statisztikus; egy önmagát valamelyik kisebbséghez tartozónak azonosító személy; vagy egy kisebbségi szervezet képviselője.

A *nők* mint társadalmi kisebbség említése a legjobb példa annak cáfolatára, hogy a kisebbség fogalom számszerűséget jelentene, hiszen számos országban többen vannak, mint a férfiak. A magyar nyelvben nehéz különbséget tenni a nők és férfiak közötti anatómiai és biológiai különbségekre utaló nem (sex) és a társadalmi nem (gender) között, mely a férfiak és nők közötti pszichológiai, kulturális és társadalmi különbségekre utal (Giddens, 2003). A történelem során a legtöbb társadalomban a nők vagyona, státusza, képzettsége, munkaerőpiaci helyzete, egyszóval a társadalmi rétegződésben elfoglalt helye a férfiaké alatt marad. Ez nem azt jelenti, hogy nem találkozhatunk kivételekkel, de makrotársadalmi szinten nem a kivételek a meghatározók. A nők felülreprezentáltak a rosszul fizető, részmunkaidős állásokban, erőteljes a horizontális (elnőiesedett szakmák) és a vertikális (magas pozíciókban alulreprezentáció) munkaerőpiaci szegregáció. Bár az Európai Unió előírja az egyenlő munkáért egyenlő bérezést, a nők fizetése az EU 27 tagállamának átlagában jelenleg is 17,5%-kal alacsonyabb, mint a férfiaké. A nemek közötti bérszakadék okai a közvetlen diszkrimináció, a nők munkájának alulértékelése, a munkaerőpiaci szegregáció, a hagyományok és sztereotípiák, valamint a munka és a magánélet összeegyeztetésének nehézségei (http://ec.europa.eu/justice/gender-equality/gender-pay-gap/causes/index_hu.htm).

Számos olyan tényezőt említhetünk, amelyek fenntartják a hierarchiát a férfiak és a nők között, társadalmi helyzettől függetlenül. Kate Millett (1990) szerint a két nem *ideológiai konszenzusa* értelmében a férfi és a női szerepek élesen kettéválnak. A nő – a polgári társadalom családjának létrejöttével – az intim-szféra képviselője, a család irányítója, a privát funkciók megtestesítője, míg a férfi a kenyérkereső, aki a kapcsolatot tartja a világgal, egyszóval társadalmi funkciót lát el. Maga a *család* is fenntartja a férfinő asszimetriát azáltal, hogy a családi szerepek prototipikusak, nemi alapon felosztottak (Lippai, 2007). A nők *gazdasági függőségi helyzetét* tartja fenn a női munkaerő alulfizetett volta, amely elől könnyű presztízsveszteség nélkül, ideológiai támogatás mellett a női szerepekbe (pl. háztartásbeli, hivatásos anya) menekülni. A családon belüli *erőszak* a férfi hatalom gyakorlásának egyik egyre inkább napvilágra kerülő módja. Végezetül *vallási-kulturális mítoszok* is fenntartják a nők másságát, gondoljunk csak Éva bűnbeesésére vagy Pandora szelencéjére. Mindezek a tényezők kihatnak mindkét nem pszichológiájára, beépülnek a viselkedésbe, ez konzerválja az alá-fölérendeltséget (hasonló elképzelésért lásd még Young, 1990).

A szociológia fontos kutatási területe a *szegénység „feminizációja"* (Szelényi, 2001; Fodor, 2004; Tausz, 2009), a szegénység elnőiesedése. A szegénységi kategóriákban (hagyományos szegények, új szegények, demográfiai szegénység, etnikai szegénység) a nők egyre magasabb arányban jelennek meg mind a fejlett, mind a fejlődő országokban, ami a gyermekszegénység növekedését is eredményezi.

A *fogyatékosságot* a gyógypedagógiában orvosi-biológiai-gyógypedagógiai alapon értelmezik, tipizálják és kezelik (Benkő, 2004). A szociológiai megközelítés elsődlegesen abból indul ki, hogy a fogyatékosságok társadalmilag határozódnak meg (Bánfalvy, 2004). Míg az evidens fogyatékosságok esetében lehetetlen a „fogyatékosítás", a nem

evidens fogyatékosságok esetében gyakran éppen az a helyzet, hogy valakit, valakiket fogyatékosnak „neveznek ki" (címkézés elmélet), s ezzel mintegy igazolják a velük szembeni negatív diszkriminációt. Szociológiailag bizonyított például, hogy az evidens fogyatékosok (siketek, vakok-gyengén látók, mozgássérültek, súlyos értelmi fogyatékosok) között viszonylag egyenletesen vannak reprezentálva a társadalom különböző osztályai, rétegei, csoportjai, ugyanakkor a nem evidens fogyatékosok (főleg az enyhe fokban értelmi fogyatékosok) között messze túlreprezentáltak a társadalom alsó és marginális csoportjai: az alacsony iskolai végzettségűek, a szakképzetlenek, a cigányok, a szegények (Gyulai, 2003). A szociológiai megközelítés azért fontos a fogyatékossággal élők helyzetének megismerése szempontjából, mert nemcsak a fogyatékosságok értelmeződnek ugyanis társadalmilag, hanem a fogyatékosok élete is társadalmi szervezetekben zajlik. A másság ténye és élménye nagymértékben abból adódik, hogy a társadalmi intézmények és a társadalom tárgyi elemei a modern világban a többségi, nem fogyatékos csoportok igényeinek megfelelően vannak kialakítva, s az élet számos területén nem léteznek a fogyatékossági állapotot figyelembe vevő, alternatív megoldások az emberi életvitelre. Ez aztán a fogyatékosságot mint másságot hátránnyá is változtatja. Az eltérő fizikai adottságok így válnak társadalmi hátrányokká (Bánfalvy, é. n.). A többségi világ ilyen módon kirekeszti a fogyatékosokat magából. A fogyatékosok élete tehát olyan értelemben is zárt világ, hogy valamiből (önként vagy kényszerűségből) való kizártságon alapul (lásd még: Illyés, 2001; Ritoók, 2002).

A *homoszexualitást* a történelem során sokféleképen ítélték meg, hol üldözték, hol elfogadták. Ma már nem betegségként értelmezik, az egyes társadalmak eltérően ítélik meg, számos társadalom azonban erősen homofóbnak tekinthető, mert sok a gyűlölet és diszkrimináció. Az ellenséges légkör arra készteti a homoszexuális irányultságú személyeket, hogy rejtőzködővé váljanak vagy elkülönüljenek, a hasonlóak társaságát keressék, és saját szórakozóhelyeket látogassanak. Folyamatos küzdelem folyik azért, hogy e sajátos életstílussal rendelkező csoport a heteroszexuálisokkal megegyező jogokat harcoljon ki magának; például azonos nemű partnerek házasságra léphessenek, kapjanak lakástámogatást, az egészségbiztosítási rendszer fizessen a homoszexuális partner után is, és általában azonos bánásmód illesse meg őket a társadalom minden színterén. A társadalom tagjai folyamatosan a homoszexualitás okainak keresésével vannak elfoglalva, ahelyett, hogy elfogadnák, mint adott állapotot. Általános vélekedés, hogy az egyének szabadon választhatnak, így a homoszexuálisok választhatnák a „normális" férfi-nő kapcsolatot is. Az így értelmezett szabad választás azonban nem létezik, hiszen a homoszexuális párokat nemcsak a szex köti össze, hanem erős az érzelmi kötődés is a partnerek között. Sokszor hangzik el az a mondat, hogy „A homoszexuális küzdje le kóros hajlamait", és kössön „alibi" házasságot egy más nemű partnerrel. Egy ilyen kapcsolatban azonban mindkét fél rosszul érezné magát. A társadalmi megítélés értékrendtől függ: ahol a szaporodás létkérdés, ott elítélik, ahol túlnépesedés fenyeget, ott társadalmi és egyéni szinten is jobban elfogadják az azonos nemű párok együttélését. Nagyfokú a tudatlanság a homoszexuálisokkal kapcsolatban, akik a rájuk nehezedő előítéletek és társadalmi nyomás hatására ördögi körbe kerülnek, sokan kettős életet élnek, mert kockázatos bevallani a titkot. Önmaguk vállalása kívánatos, néha titkuk már „átlátszó", környezetük sejti, tudja, de senki nem mondja ki. Számos tévképzet húzódik meg az őket sújtó diszkrimináció mögött. Ilyen tévképzetek, hogy a homoszexuális csábítás azzá is tesz (vámpír-teória); a melegek alkalmatlanok tanári, nevelői pályákra; a homoszexuális felvilágosítás veszélyes; ha a melegeknek is

egyenlő jogokat biztosítunk, akkor a pedofilek is jelentkezhetnének ugyanígy, amely felvetés erős csúsztatás, mivel a pedofília betegség, a homoszexualitás nem az; a „lágyabb" előítéletek az anyák nevelési hibáit hozzák fel kiváltó okként (Fischer, 2003). Magyarországon Tóth László (1994, 2008) vizsgálatai jelentősek a témában.

A mai magyar társadalom tudatában van nemzetünk sokszínűségének, bár ez nem jelenti azt, hogy maximálisan toleránsak is lennénk a többségi társadalomtól eltérő személyek és csoportok iránt (Örkény, 1995). A nemzeti, etnikai kisebbségek szerepe hazánkban is történelmi korszakonként eltérő, hol háborúk okozója volt, hol a gazdasági, társadalmi esélyek megosztója, hol a közösségek szintjén a természetes együttélés része. Az európai integrációs folyamatban bipolarizálódás figyelhető meg (Tarkó és Benkő, 2005). Az egyik oldalon az európai integrációs folyamat a nemzetek, népek, országok esélyegyenlőségi folyamatát segíti elő, a másik oldalon a nemzeten belüli esélyegyenlőtlenség növekedését tapasztalhatjuk (Szelényi, 2001). Ez a cigányok esetében például a szegénységben, mukanélküliségben, alacsonyabb iskolázottságban, rossz egészségesélyekben, növekvő társadalmi kirekesztésben ölt testet (Ladányi, Szelényi, 2001; Benkő, 2010). Egyre erőteljesebben érzékelhetővé válik az antiszemitizmus is. A közelről – Románia, Szlovákia, Szerbia – és a távolról – Kína, afrikai országok, arab országok – bevándorlókkal szemben is változó a megítélés, és igen alacsony az ismereti szint a társadalomban (Örkény, 1995).

1.2. A magyarországi kisebbségi csoportok jellemzői

Magyarországon 13 regisztrált *nemzeti és etnikai kisebbségről* beszélünk, melyek a cigányok, németek, horvátok, szlovákok, románok, lengyelek, szerbek, szlovénok, görögök, bolgárok, ukránok, ruszinok és az örmények. Az 1993. évi kisebbségi törvény I. Fejezet 1. § (2) értelmében „nemzeti és etnikai kisebbség (a továbbiakban: kisebbség) minden olyan, a Magyar Köztársaság területén legalább egy évszázada honos népcsoport, amely az állam lakossága körében számszerű kisebbségben van, tagjai magyar állampolgárok, és a lakosság többi részétől saját nyelve és kultúrája, hagyományai különböztetik meg, egyben olyan összetartozás-tudatról tesz bizonyságot, amely mindezek megőrzésére, történelmileg kialakult közösségeik érdekeinek kifejezésére és védelmére irányul. 2. § E törvény hatálya nem terjed ki a menekültekre, a bevándorlókra, a letelepedett külföldi állampolgárokra és a hontalanokra (http://www.mtaki.hu/docs/cd2/Magyarorszag/6-1-2.htm). A 2011. évi CLXXIX törvény a nemzetiségek jogairól nyomán az előzőekben különválasztott nemzeti és etnikai kisebbség fogalom egy kifejezés, a nemzetiség fogalom alá sorolódott: ***1. §*** *(1) E törvény értelmében nemzetiség minden olyan – Magyarország területén legalább egy évszázada honos – népcsoport, amely az állam lakossága körében számszerű kisebbségben van, a lakosság többi részétől saját nyelve, kultúrája és hagyományai különböztetik meg, egyben olyan összetartozás-tudatról tesz bizonyságot, amely mindezek megőrzésére, történelmileg kialakult közösségeik érdekeinek kifejezésére és védelmére irányul."*

A nemzeti és etnikai hovatartozásra vonatkozóan 2001-ben négy kérdést tettek fel: mi az anyanyelve; családi, baráti közösségben milyen nyelvet használ; milyen nemzetiségűnek vallja magát; és milyen nemzeti, etnikai kultúrához kötődik. A négy kérdés négy különböző számadatot eredményezett, melyekből a statisztikusok becslést tettek a hivatalos létszámadatokra. A 2011-es népszámlálás a kulturális kötődést már nem vizsgálta, így becslésük a fennmaradó 3 kérdésre adott válaszon alapult (1. táblázat).

A nemzeti kisebbségek létszámadatait azért is nehéz pontosan megadni, mert nagymértékű a kettős identitás, valamint a rejtőzködés. Településföldrajzi sajátosságuk a szétszórtság, elöregedő társadalmi csoportokról beszélünk, a kisebbségi nyelvhasználatban pedig nyelvváltás figyelhető meg annak köszönhetően, hogy anyanyelvük kiszorult a nyilvános nyelvhasználat szférájából, a hagyományos nagycsaládok felbomlásával és a vegyes házasságokkal a domináns magyar nyelv átörökítése kerül előtérbe és erőteljes az akkulturáció.

	A nemzetiséghez tartozást vallók száma (csak)	Az anyanyelvet vallók száma (csak)	Családi, baráti közösségben a nyelvet használók száma (csak)	Nemzetiséghez tartozó (legalább egy kérdésnél az adott nemzetiséget jelölte)
bolgár	1 898	1 290	1 199	6 272
cigány	244 834	1 028	3 496	315 583
görög	1 799	155	529	4 642
horvát	8 034	566	2 154	26 774
lengyel	2 382	168	988	7 001
német	80 714	2 469	48 519	185 696
örmény	2 902	100	164	3 571
román	12 615	1 753	6497	35 641
ruszin	2 330	185	323	3 882
szerb	3 316	346	2 203	10 038
szlovák	16 222	840	4 074	35 208
szlovén	670	138	223	2 820
ukrán	2 596	461	1 014	7 396
összesen:				

1. táblázat
A magyarországi nemzetiségek létszámadatai (fő)
(Forrás: KSH, 2011)

Magyarországon a 2011. évi CLXXIX törvény előtt etnikai kisebbségként a *cigányokat vagy romákat* (mindkét kifejezés használata helytálló) tartottuk számon, ma már a népcsoport megnevezése is nemzetiség. A hivatalos, kemény adatokon alapuló statisztika nem tudja visszaadni a romák valós létszámadatait. A 2011-es népszámlálás (kemény statisztika) 315 583 főre tette a létszámukat (KSH, 2011), becsült adatok (puha statisztika) szerint azonban a teljes magyar lakosság 6–8%-át teszik ki a roma lakosok. Minek köszönhető ez a különbség? Valójában nem a statisztikusok hibája, hanem a különböző objektív és szubjektív meghatározások keveredésének eredménye. Ladányi János és Szelényi Iván (2000) kutatásaikban a „társadalmi környezet" – tanárok, óvodapedagógusok, szociális munkások, rendőrök, orvosok stb. – által cigánynak tartott személyeket vették számításba. Mára ez a tudományosan bevett módszer a kisebbségszociológiai kutatásokban, bár erősen megoszlanak a vélemények annak tekintetében,

hogy ki is a cigány (Bernát, 2014). A többségi társadalom egységes társadalmi alakulatot érzékel, összemosva a kérdéses etnikai csoport belső differenciáltságának tényét (Szuhay, 1999). Gazdasági szempontokat előtérbe helyezve beszélünk a szegénység kultúrájáról, amivel kirekesztjük vizsgálódásunk köréből a nem szegény romákat, valamint önkéntelenül bevonjuk a szegény nem romákat. Szükséges az etnikai sajátosságok figyelembevétele is, bár ez egyoldalúan alkalmazva etnikai alapú feszültségekhez vezethet (Forray, 1998). A szociálantropológiai magyarázat, mely szerint a cigányság „olyan életstílus-csoport, amely nem egyfajta kulturális kövületként létezik, hanem amelynek a környezethez való alkalmazkodás a lényege", tűnik a legpontosabb meghatározásnak (Csongor, Szuhay, 1992). Neményi (2000) azt vallja, hogy „ahhoz, hogy az etnicitás társadalmi konzekvenciáit megérthessük, egy-egy adott kisebbségi csoport strukturális helyzetét, és az ahhoz kapcsolódó identitások külső és belső összetevőit is figyelembe kell vennünk" (52.). A romák elhelyezkedését a térbeli-társadalmi egyenlőtlenségek rendszerében kifejezi az, hogy magasabb a koncentrációjuk Magyarország társadalmi-gazdasági tekintetben elmaradottabb régióiban, kistérségeiben, valamint a településtípusok hierarchiája mentén az a tény, hogy az ezer fő alatti lakosú településeken él a cigányok 40%-a. A cigányok iskolai végzettsége alacsony, a továbbtanulási esélyek főleg a középiskolánál válnak élesen ketté: egy cigány tanulónak ötvenszer kevesebb esélye van a továbbtanulásra, mint magyar társainak. A cigány tanulók iskolai sikertelenségének okait rossz szociális helyzetükkel, szocializációs különbségekkel, nyelvi hátrányokkal, előítéletekkel és szegregációval, valamint a magyar társadalom „másság" felé mutatott intoleranciájával magyarázhatjuk (Forray, Hegedűs T., 2003). A romák a rendszerváltás legnagyobb vesztesei (Kolosi, 2000). Az alacsony iskolai végzettség, a munkahelyi szegregáció és a „segélykultúra" (családi pótlék, szociális segélyek) miatt munkaerőpiaci reprezentációjuk igen alacsony, az aktív romák negyede tartósan munkanélküli (TÁRKI, 2014). A *romák* születéskor várható átlagos élettartama 10 évvel alacsonyabb, mint a magyar lakosságé; a vetélés, koraszülés magas; magas a látens morbiditás; jellemző járványos megbetegedések a hepatitis A és B, valamint jelentős a tetvesség aránya; jellemző a kedvezőtlen egészségmagatartás (dohányzás, alkohol) és a minőségi és mennyiségi értelemben is elégtelen táplálkozás (Busa és mtsai, 2004), valamint érzékelhető az egészségügyi ellátó személyzet irányából érkező negatív diszkrimináció (Neményi, 2005).

A fent megnevezett csoportokon kívül egyéb nemzetiség is él Magyarországon, például a zsidóság, akik nem kérték hivatalos bejegyzésüket kisebbségként (ugyanakkor vallási kisebbségként mégis számon tartjuk), valamint az újonnan bevándorolt népcsoportok (törökök, kínaiak, arabok stb.), akik regisztrálása a jelenlegi jogszabályi feltételek mellett nem lehetséges. Az újonnan bevándorolt népcsoportokra vonatkozó fellelhető statisztikai adatok szerint az alábbi táblázatot készíthetjük (2. táblázat):

	arab*	**afrikai mígránsok****	**iráni**	**iraki**	**török**	**kínai**	**vietnámi**	**amerikai**	**izraeli**
létszám	2 200	2 513	1 767	182	1 900	14 345	3 790	3 469	1 293

2. táblázat.
Az újonnan bevándorolt népcsoportok magyarországi létszámadatai (fő)

* Forrás: http://www.kultours.hu/arab-toeroek-berber-es-perzsa
** Forrás: Keserű és Radics (é.n.)
Fennmaradó adatok forrása: Frank, 2011.

2010-es statisztikai adatok szerint a magyarországi *zsidók* létszáma 80 000–200 000-re tehető (http://hu.metapedia.org/wiki/Zsid%C3%B3s%C3%A1g). Csepeli (1990) szerint a zsidók vallási és kulturális mássága, valamint a társadalmi munkamegosztásban vállalt sajátos szerepe az antiszemitizmus kialakulásának alapja. A zsidó vallással és kulturális szokásokkal kapcsolatos sztereotípiák egészen az extremitásig fokozódtak, és rémhírek forrásaivá váltak (pl. tiszaeszlári vérvád). A többséget jellemző etnocentrikus beállítódás e népcsoport összetartó elkülönülését és a mások kárára való cselekvést hangsúlyozza. Az antiszemitizmus vallási alapját képezi az a vélekedés, miszerint a zsidók felelősek Krisztus haláláért. Politikai antiszemitizmus jelenik meg, amikor olyan kérdéseket vizsgálunk, hogy a zsidóság gazdasági űrt töltött be a pénzpiac terén, a polgárosodás mozgatórugói és a politikai, kulturális színtér kiemelkedő szereplői. A politikai antiszemitizmus a fajelméletet hívta segítségül, mely etnikai leszármazás szerint más-más szintekre helyezte az egyéneket és a csoportokat a társadalmi ranglétrán. A politikai antiszemitizmus csúcspontja a náci fasiszta propagandában jelent meg és a zsidó holokauszt több millió ártatlan ember életét követelte. Magyarországon a politikai antiszemitizmus alapjai a kiegyezés után teremtődtek meg. Létezett Antiszemita Párt és antiszemita vezércikkírók a legnagyobb lapoknál (Csepeli, 1990). A teljesség igénye nélkül álljon itt néhány, a magyarországi zsidóság hátrányos helyzetét jelző történelmi tény. 1920. szeptember 26-án elfogadásra került a Numerus Clausus nevű törvény, mely korlátozta a felsőoktatási intézményekbe felvehető zsidó hallgatók számát. 1938-ban megszületett az első, majd 1939-ben a második zsidótörvény, amely 20%-ról 6%-ra csökkentette a zsidók foglalkoztatását. 1941-ben kihirdették a harmadik zsidótörvényt, amely a faji tisztaságot szem előtt tartva megtiltotta zsidó és nem zsidó vegyes házasságát, sőt nemi érintkezését is. 1939-től a zsidókat munkaszolgálatra osztották be, és sárga karszalagot kellett viselniük, és hamarosan létrejött Budapesten a zsidó gettó. Közép- és Kelet-Európában a zsidókkal szembeni előítéletesség ma is létező probléma. Az antiszemitizmus tipikusan nagyvárosi és középosztálybeli probléma, annak vallásos komponense miatt a vallásos emberek körében vizsgálatokkal igazoltan gyakrabban jelenik meg (Balassa, 2007).

2011-es adatok szerint Magyarország népessége 9 986 000 fő, ebből 4 744 000 férfi és 5 242 000 fő nő. A *nők* mint nagy létszámban jelen lévő társadalmi kisebbség magyarországi esélyegyenlőtlenségi mutatói főként a munkaerőpiaci részvétel (Koncz, 2011) mentén ragadhatók meg. 2010-ben a férfiak foglalkoztatási aránya 60,4%, a nőké 50,6% volt, míg a munkanélküliségi ráta 2008-hoz képest megfordult, a férfiaké 11,6%, a nőké 10,8% (Magyarország számokban, 2010). 2010-ben a magyar nők 8%-a dolgozott részmunkaidőben, a férfiak részmunkaidős foglalkoztatása lényegesen alacsonyabb volt. A horizontális munkaerőpiaci szegregációt jelzi a nők magasabb koncentrációja a pénzügyi, biztosítási tevékenységek (69,5%), közigazgatás, egészségügy, oktatás, egyéb közösségi szolgáltatás (69,0%), szálláshely-szolgáltatás, vendéglátás (57,0%) ágazatokban. A munka világának hierarchikus rendjében mutatkozó vertikális szegregációt jelzi, hogy 2006-ban a foglalkoztatottak 45,6%-a nő, a felsővezetőknek csak 37,2%-a (Frey, 2008). Az iskolai végzettségek szintje nem indokolja ezt a szegregációt, hiszen a nők átlagos iskolai végzettsége már meghaladta a férfiakét, és egyre több nő jelentkezik a korábban férfiasnak számított műszaki vagy természettudomá-

nyos szakokra (Tóth, 2007). A hatalomnélküliséget jelzi a magyar nők parlamenti aránya, mely mindösszesen 9%.

A fogyatékossággal élők 2011-ben a népesség 5,7%-át tették ki, mely 490 578 főt jelentett. A fogyatékosokon belül magasabb az idősek, valamint a nők aránya. Iskolai végzettségük a népesség egészéhez képest alacsonyabb. Magasabb arányban élnek alacsony státuszú településeken, ezzel is tovább növelve esélyegyenlőtlenségük mértékét. A fogyatékosok egészségesélyeit veszélyeztető hátrányok között említhetjük többek között azt a népszámlálási adatokkal (KSH, 2001) igazolt tényt, hogy a fogyatékos emberek által lakott lakásokban kisebb arányban található meleg folyóvíz, hálózati gáz, vízvezeték, vízöblítéses WC, mint azokban a lakásokban, ahol nem laknak fogyatékos emberek. Valamint halmozott hátrányokat jelent az a tény is, hogy a romák között magas a fogyatékos emberek aránya: a fogyatékos személyek közül 9381 fő roma férfi és 7768 fő roma nő (KSH, 2011).

Magyar kutatók a társadalom 5-6%-ára becsülik a *szexuális kisebbséghez* tartozókat. A magyar társadalomban erős a homoszexuálisok elutasítása. Tóth László 2000 fős reprezentatív felmérése 1991-ben azt mutatta, hogy a választ adók többsége negatív módon viszonyul a kérdéshez, és úgy ítéli meg a helyzetet, hogy a nemiséget a társadalom egészére érvényes módon kell szabályozni. Tehát a szexualitás ma Magyarországon nem magánügy, hanem közügy. Az a szemlélet, mely szerint a szexualitás magánügy, csak a vezetők, a felsőfokú végzettségűek és a legfelső jövedelmi ötödbe tartozó csoportoknál volt uralkodó, de ott is alig több mint 50%-ot tett ki az elfogadó válaszok aránya (Tóth, 1994). A szexualitásra vonatkozó kérdések között szerepelt egy nyitott kérdés is: „Mi a véleménye az azonos neműek szerelméről?" „Nem tanulság nélkül való annak bemutatása, hogy kik nem válaszoltak a homoszexualitással kapcsolatos kérdésre. Az összes megkérdezett 65,1 százaléka, 1304 fő adott valamilyen választ, míg 34,9 százaléka, 696 személy semmiféle megjegyzést nem tett. A megkérdezetteknek több mint egy harmada nem volt hajlandó felelni kérdésünkre. Ha ehhez hozzátesszük azt, hogy a szexualitással foglalkozó kérdésblokk megválaszolására 1689 személy volt hajlandó, vagyis a megkérdezettek 84,5 százaléka, akkor két megállapítást tehetünk. Az egyik az, hogy a magyar társadalom meglehetősen prűd, egy számottevő része kerüli a szexualitás gondolatát. A másik az, hogy emellett van egy további körülbelül 20 százalék, amely a homoszexualitás gondolatát hárítja, de olyan mértékben, hogy még előítéletes alapon sem hajlandó vele foglalkozni." (Tóth, 1994. 82–86.) Magyarországon a homoszexuálisok nem rendelkeznek ugyanolyan jogokkal, mint heteroszexuális társaik, házasságuk nem lehetséges, és nem fogadhatnak örökbe gyermeket, valamint a leszbikusok nem vehetnek igénybe mesterséges megtermékenyítést (Siklósi, é. n.).

Minden fent említett kisebbségi csoport esetében megjelennek a többségi társadalom részéről a gyengébb vagy erősebb fokozatokba sorolható előítéletek. A következő fejezetben röviden összefoglaljuk az előítéletességgel kapcsolatos elméleti alapvetéseket, ismertetünk néhány előítélet-kutatást, és foglalkozunk az előítélet csökkentésére tett néhány pozitív magyarországi példával.

IRODALOMJEGYZÉK

Balassa Szilvia (2007): Antiszemiták, cigányellenesek, xenofóbok. In: Bakó Boglárka, Papp Richárd, Szarka László (2007, szerk.): *Mindennapi előítéletek. Társadalmi távolságok és etnikai sztereotípiák*. Tér és terep 5. Az MTA Etnikai-nemzeti Kisebbségkutató Intézet Évkönyve. Balassi Kiadó, Budapest.

Bánfalvy Csaba (2004): A fogyatékosság jelensége a szociológiában. In: Zászkaliczky Péter, Verdes tamás (2004, szerk.): *A tágabb értelemben vett gyógypedagógia. A fogyatékosság jelensége a gyógypedagógia határtudományaiban*. ELTE BGGYFK, Budapest, 285–306.

Bánfalvy Csaba (é. n.): *Fogyatékosság és szociális hátrány*. http://text.disabilityknowledge.org/Banfalvy-Szoc-Hatr.htm

Benkő, Zs. (2004): Social acceptance of otherness. The disabled. In: Klára Tarkó (2004., ed): Multicultural education. In: Zsuzsanna Benkő (2004., Editor of Series): *Integrated programmes for lower-primary teacher training*. Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó. Szeged, 123–128.

Benkő, Zs. (2010): Minorities in Hungary – The Romany. In: Marjaana Soininen and Tuula Merisuo-Storm (2010, eds.): *Looking at diversity in different ways*. Uniprint, Turku, 77– 2.

Bernát Anikó (2014): Leszakadóban: a romák társadalmi helyzete a mai Magyarországon. In: Kolosi Tamás, Tóth István György (2014. szerk.): *Társadalmi Riport 2014.* TÁRKI, Budapest.

Bourdieu, P. (1997): Gazdasági tőke, kulturális tőke, társadalmi tőke. In: Angelusz Róbert (1997, szerk.): *A társadalmi rétegződés komponensei.* Válogatott tanulmányok. Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest, 156–177.

Busa Csilla, Brandmüller Teodóra, Füzesi Zsuzsanna, Tistyán László, Varga Ivett (2004): *A romákkal kapcsolatos szakirodalom áttekintése, Összefoglaló*. Fact.

Csepeli György (1990): *...és nem is kell hozzá zsidó: Az antiszemitizmus társadalom-lélektana.* Kozmosz Könyvek, Budapest.

Cserti Csapó Tibor (2000): A nemzetközi kisebbségvédelem alapkérdései. In: Forray R. Katalin (2000, szerk.): *Romológia – ciganológia*. Dialóg Campus Kiadó, Budapest–Pécs, 25–41.

Csongor Anna, Szuhay Péter (1992): Cigány kultúra, cigány kutatások. *Phralipe,* 1992/2.

Fischer Eszter (2003): Nehéz együttélés. *Fordulópont.* 2003. október. Pont Kiadó. Letöltve: 2012. 03. 17. http://www.otkenyer.hu/nehez-egyutteles.php

Fodor Éva (2004): A szegénység elnőiesedése hat volt államszocialista országban. *SzocHáló*. Társadalomtudomány on-line. http://www.szochalo.hu/szochalo-tudomany/hircentrum/article/102794/746/

Forray R. Katalin (1998): Cigánykutatás és nevelésszociológia. *Iskolakultúra,* 1998/8. 3–13.

Forray R. Katalin, Hegedűs T. András (2003): *Cigányok, iskola, oktatáspolitika*. Oktatáskutató Intézet, Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest.

Frank Tamás (2011): *Bevándorlók – mellettünk*. Kitekintő. Magyar külpolitika a világban, külpolitika magyarul. http://kitekinto.hu/eia/2011/01/15/bevandorlok_-_mellettunk/

Frey Mária (2008): *Nők és férfiak a munkaerőpiacon*. SzMM, Genderképzés, Budapest, 2008. május 22. www.szmm.gov.hu/download.php?ctag=download&docID=20073

Giddens, A. (2003): *Szociológia*. Osiris Kiadó, Budapest.

Gyulai Dávid (2003): Kigurulnak a képből – Fogyatékos és megváltozott munkaképességű emberek helyzete. *RomaPage*. 2003. március 19. http://www.romapage.hu/oktatas/hircentrum/article/106054/3052/page/2/

Illyés Sándor (2001): Az eszmény, a törvény, a tradíció és a feltételek a közoktatás megújulásában. *Új Pedagógiai Szemle,* július-augusztus, 3–7.

Keserű Dávid, Radics M. Péter (é. n.): *Tényleg lakik országunkban 200 ezer afrikai?* Afrika tanulmányok. http://www.afrikatanulmanyok.hu/htmls/cikkek.html?articleID=941

Kolosi Tamás (2000): *A terhes babapiskóta*. Osiris, Budapest.

Koncz Katalin (2011): A munkaerőpiac nemek szerinti szegregációjának jellemzői, mechanizmusa és következményei. *Közgazdasági Szemle,* LVIII. évf., 2011. január. 74–94.

KSH (2001): *Népszámlálás 2001*. http://www.nepszamlalas.hu/hun/index.html.

KSH (2011): Népszámlálás 2011. 11. Fogyatékossággal élők. http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/nepsz2011/nepsz_11_2011.pdf

Ladányi János és Szelényi Iván (2000): Ki a cigány? In: Forray R. Katalin (2000., szerk.): *Romológia – Ciganológia*. Dialóg Campus, Budapest–Pécs, 13–24.

Ladányi János, Szelényi Iván (2001): A roma etnicitás „társadalmi konstrukciója" Bulgáriában, Magyarországon és Romániában. *Szociológiai Szemle,* 2001/4. 85–95.

László Lippai (2007): Family habits. In: Zsuzsanna Benkő (2007, Ed.): *Tradition and Modernity in the life-style of the families of the Visegrád countries.* JGYF Kiadó, Szeged, 91–114.

Magyarország számokban 2010. http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/mosz/mosz10.pdf

Millet, K. (1990): *Sexual Politics*. Touchstone Book, New York.

Neményi Mária (2000): Az egészségre ható tényezők strukturális, etnikai és kulturális összefüggései – Bevezetés. In: Forray R. Katalin (2000., szerk.): *Romológia – Ciganológia*. Dialóg Campus, Budapest–Pécs, 43–52.

Neményi Mária (2005): Szegénység-etnicitás-egészség. In: Neményi Mária és Szalai Júlia (2005, szerk.): *Kisebbségek kisebbsége. A magyarországi cigányok emberi és politikai jogai.* ÚMK, Budapest, 152–192.

Örkény Antal (1995): A kisebbségek csipkerózsika álma és a szociológus észlelése. *Replika,* No. 9. 260–279.

Ritoók Pálné (2002): A felsőoktatási tanácsadás lehetőségei az esélyegyenlőség megteremtésében. In: *Tanácsadás az esélyegyenlőségért*. Konferenciaelőadás. Budapest, 14–19.

Siklósi Marianna (é.n.): *A szexuális kisebbségek negatív diszkriminációja társadalompolitikai szemszögből.* http://kutatas.gay.hu/tarsadalompolitika/9-tarsadalompolitika/19-siklosi-marianna-a-szexualis-kisebbsegek-negativ-diszkriminacioja-tarsadalompolitikai-szemszoegbl.html?tmpl=component&print=1&page=. Letöltve: 2012.03.13.

Szelényi Iván (2001): Szegénység, etnicitás és a szegénység „feminizációja" az átmeneti társadalomban – bevezetés. *Szociológiai Szemle,* 2001/4. 5–12.

Szuhay Péter (1999): *A magyarországi cigányság kultúrája: etnikus kultúra vagy a szegénység kultúrája*. Panoráma, Budapest.

Tarkó Klára, Benkő Zsuzsanna (2005): A magyar tanítóképzés megújítása – tananyagfejlesztés a Szegedi Tudományegyetemen. *Új Pedagógiai Szemle,* 07. 08. 33– 44.

Tausz Katalin (2009): *Női szegénység*. www.szmm.gov.hu/download.php?ctag=download&docID=21344. letöltve: 2012.03.03.

TÁRKI 2014: Társadalmi folyamatok Magyarországon a Nemzeti Felzárkózási Stratégia elfogadásának időszakában 2009 – 2012. Budapest: TÁRKI. http://www.tarki.hu/hu/news/2014/kitekint/20141024_ntfs_monitoring.pdf

Tóth László (1994, szerk.): *A homoszexualitásról.* T–Twins, Budapest.

Tóth László (2008): Vélemények a homoszexualitásról. *Esély*, 2008/3. http://www.esely.org/kiadvanyok/2008_3/TOTH.pdf. 55–81.

Tóth Olga (2007): Nőnek lenni – társadalmi nem (gender) az egyenlőtlenségek rendszerében. *Magyar Tudomány,* 2007/12. 1590.

Young, I. M. (1990): *Justice and the politics of Difference*. Princeton University Press, Princeton, New Jersey.

HONLAPOK

http://ec.europa.eu/justice/gender-equality/gender-pay-gap/causes/index_hu.htm

http://www.kultours.hu/arab-toeroek-berber-es-perzsa

http://hu.metapedia.org/wiki/Zsid%C3%B3s%C3%A1g

2011. évi CLXXIX törvény a nemzetiségek jogairól. http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=A1100179.TV

Az előítélet fogalma, kialakulása, kutatási módszerei

DR. HABIL. TARKÓ KLÁRA ÉS DR. LIPPAI LÁSZLÓ LAJOS

A kognitív tevékenységek közül a megismerő folyamat egyik meglepő sajátossága, hogy igen fogyatékos jelzések, ingerek, információ-egységek elégségesek ahhoz, hogy messzemenő következtetéseket vonjunk le. Többszörösen bizonyított tény, hogy elképesztő gyorsasággal alakítjuk ki a kezdeti megítéléseket. A legrövidebb vizuális rezzenés is elegendő az összetett mentális folyamat megindulásához, amely ismeretlen személy korára, nemzetiségére, társadalmi osztályhoz tartozására és foglalkozására vonatkozó ítéletet eredményez. Több információ összegyűjtése után kiderül, hogy benyomásaink jelentős része tévesnek bizonyulhat.

A vizsgálatok során arra is fény derült, hogy egy adott kultúrán belül szinte valamennyi megítélő hasonlóan „tipizálja" az elsődleges ingereket, még akkor is, ha az később tévesnek bizonyul. A megítélők között azonban egy jellemző különbséget lehet tapasztalni. Akiknek az első benyomásai gazdagok, változatos jellegűek, azok az információszerzés későbbi szakaszában rugalmas ítéletalkotóknak bizonyulnak, akik a járulékos információk hatására készek eredeti ítéletüket helyesbíteni, korrigálni és kiegészíteni. Azok viszont, akik „elsőre" keveset látnak meg, később, a több információ birtokában is szegényes, sztereotip benyomásokat írnak le, szinte érintetlenül hagyva az első benyomást.

Az előítéleteket a kutatók majdnem minden esetben legalábbis részben tévesnek tekintik. Az egyik alapprobléma, hogy a személyek nem tesznek különbséget az egyének valamely csoportjáról elvontan tett *kijelentések* és a konkrét egyénekre vonatkozó *észlelések* között. A megismerő, ítéletalkotó folyamatban többek között ezt a jelenséget nevezzük a gondolkodás „gazdaságosságának".

Az előítéletes gondolkodás sok emóciót hordoz. Az előítéletek negatív emocionális töltete a túlbecsülésből fakad. Az embernek először túl kell becsülnie azokat a dolgokat, értékeket, amelyeket választ, amelyeket szeret, mielőtt alá tudná becsülni azokat az értékeket, amelyeket elutasít, amelyeket gyűlöl. A válaszfalak elsősorban abból a célból emelkednek, hogy védelmezzék azt, ami számunkra kedves. A negatív előítélet az ember saját értékrendszerének a reflexe (Allport, 1980).

2.1. Az előítélet fogalma

Az előítélet szó a latin praejudicium szóból ered, már az ókorban ismert volt. Jelentős változáson ment keresztül az angol nyelv kialakulása során. A változás három szakaszban ragadható meg:

1. „Ókori jelentésében olyan ítéletalkotást jelentett, amelyet megelőző tapasztalatok és döntések alapoztak meg.
2. Később azt az ítéletet jelölték a kifejezéssel, amelyet a tények gondos elemzése és mérlegelése előtt alakítottak ki. Éretlen, elsietett ítélet.
3. Végül kibővült az emocionális résszel, az elsietett, tényekkel kellően alá nem támasztott ítéletet pozitív vagy negatív érzelem egészíti ki." (Allport, 1999. 33.)

Az előítéletről a későbbiekben született minden meghatározás annak két lényegi összetevőjét hangsúlyozza; a megalapozatlan ítéletet és a negatív érzelmi színezetet. Tömören: „rossz feltételezése másokról, elegendő bizonyíték nélkül" (Allport, 1977).

Beszélhetünk pozitív és negatív előítéletről, az etnikai előítéletről azonban fontos tudni, hogy többnyire negatív érzelmi színezetű. Az egyes csoportokról rossz feltételezése a megvetés, ellenszenv, félelem, iszony érzéseinek megfogalmazása vagy annak viselkedésben történő megjelenítése. Az elegendő bizonyíték hiánya pedig az első kézből szerzett tapasztalatok hézagos, hiányos voltát jelenti. Az előítélet rendszerint a visszautasított csoport minden egyes tagjával szemben tanúsított viselkedésben jut kifejezésre, a csoportba tartozó egyének különbözőségeinek teljes elhanyagolásával.

Irreális elvárás lenne, hogy elégséges bizonyítékkal rendelkezzünk bármely csoport minden tagjával kapcsolatban. Ezért biztos és határozott választóvonalat húzni az „elégséges" és az „elégtelen" bizonyítékok közé sohasem tudunk. Más megközelítésben kell tehát különbséget tenni a valóságos *előítélet* és a tévedésen alapuló *előzetes ítélet* között.

Ha az adott egyén képes hibás ítéleteit kijavítani újabb adatok, bizonyítékok hatására, akkor a témával kapcsolatban nincsenek előítéletei. Az előítéletre jellemző, hogy minden újabb bizonyíték, amely alkalmas lenne a tévedés beláttatására, lepereg róla.

Az ítélet rugalmassága, változtathatósága dönti el, hogy előítéletről vagy előzetes ítéletről van szó. Az előzetes ítéletek akkor válnak előítéletté, ha az új, kellően megalapozott információk nem képesek változtatni rajtuk. Az előítéletes ember stabil érzelmi alapállással áll ellen minden változást előidéző bizonyítéknak.

Az etnikai előítélet Allport (1999) meghatározásában: „...hibás és rugalmatlan általánosításon alapuló ellenszenv. Megmaradhat az érzések szintjén, de kifejezésre is juthat a viselkedésben. Irányulhat egy-egy csoport egésze, de egyetlen egyén ellen is, azon az alapon, hogy az illető a szóban forgó csoport tagja." (37.)

Csepeli meghatározása az előítéletről sokkal szélesebb, általánosabb, az etnikai csoporton túl szinte minden dologra kiterjed: „...tágabban értve logikailag téves ítélet, mely az ítéletet cáfoló tapasztalatok, bizonyítékok hatására sem módosul. Jellegzetes köznapi tudati megnyilvánulás, melynek pozitív és negatív elfogultságon alapuló változatai egyként ismeretesek. Szűkebb értelemben véve az emberek egész csoportjaira érvényesnek vélt ítélet, mely rosszat vagy jót feltételez másokról elegendő tapasztalati bizonyítékok nélkül, és azok hatására nem módosul." (1997a) Előítélet tárgyát képezheti minden társadalmilag konstruált jelenség. A tárgyi kategorizáció szerint beszélhetünk egészségügyi, erkölcsi, szexuális, gazdasági, kulturális, gasztronómiai, politikai előítéletekről. Az előítéletkutatásokban leggyakrabban vizsgált speciális tárgy azonban az emberek nagy csoportjaira irányuló előítélet, amelyet csoportközi előítéleteknek nevezünk (Csepeli, 1997b).

2.2. Csoportközi viszonyok

A csoportközi viselkedést egy csoport tagjainak egy másik csoport tagjai iránt tanúsított viselkedése jelenti. A csoportközi konfliktusok nyílt megjelenési formáinál gyakoribb az előítélet, amely egy csoport („a másik") tagjaival szemben táplált negatív attitűdjeit foglalja össze. Az előítélet megjelenését több kutató a csoportban lévő egyén személyiségfejlődésével, személyiségtípusával magyarázza.

Az egyéni lehetőségekre, különbségekre alapozó elméleteknek súlyos korlátai vannak. Először is, akik a személyiség dinamikájába helyezik az előítéletet, elhanyagolják

a szociokulturális tényezőket. A kutatások jelentős része igazolta, hogy az egyes csoportok iránti előítélet sokkal inkább a megkérdezettek életét jellemző közösségi normából fakad, mint személyiségtípusukból.

Az egyén szerepe nem értelmezhető a társadalmi csoportok egyneműségének jelenlétében sem. A tömegesen megjelenő egynemű előítélet sokkal inkább a csoport életéből, társadalmi viszonyokhoz való alkalmazkodásából, értékeiből ered.

Az elmélet harmadik korlátja az előítélet történeti sajátosságainak figyelmen kívül hagyása. Ha az egyén személyiségtípusából eredeztetjük az előítélet keletkezését, nehéz magyarázatot találni az előítélet történeti sajátosságaira, nehéz számot adni az előítélet váratlan elterjedéseiről és eltűnéseiről.

Ezek a korlátok arra utalnak, hogy a különböző csoportokhoz tartozó emberek egymással szembeni attitűdjei sokkal inkább tükrözik a csoportok közötti objektív viszonyokat, mint az egyén családi kapcsolataiból hozott sajátosságokat (Hewstone, Stroebe, Codol, Stephenson, 1995).

A csoportba született, benne nevelkedett csoporttag elfogadja a kulturális minta kész, szabványos sémáját, amelyet tekintélyi személyek, ősök, tanárok adnak át. Ezek a sémák kérdésessé nem tehető zsinórmértékek minden helyzethez, ami előfordulhat a társadalmi világban. A kulturális mintához igazodó tudás önmagában hordozza bizonyosságát, magától értetődőnek tekintendő. A társadalmi történések értelmezéséhez, a dolgokkal, emberekkel folytatott interakcióhoz megbízható receptet ad ez a tudás, hogy minden helyzetben a legjobb eredményeket érje el, a legkisebb erőfeszítéssel, a kellemetlen következmények elkerülésével. A kulturális minta funkciója tehát az, hogy a kérdésessé tehetőt a magától értetődővel váltsa fel kész használati utasítások segítségével.

A csoportközi előítéletek mindig magukban foglalják az emberek hovatartozását, e szerint szabják meg az egyenlőtlen megkülönböztetéseket, ami súlyosan zavarhatja a társadalmi együttélést. A csoportközi előítélet kiapadhatatlan forrása lehet a zavaró interakciós jelenségeknek, a türelmetlenségnek, az egyenlőtlen elbánásnak, az erőszaknak. Az emberek nagy csoportjait sodorja hol lappangó, látens, hol nyílt konfliktusokba (Csepeli, 1997).

A csoportközi előítéletek tipizálhatóak aszerint, hogy milyen kategóriák határozzák meg a csoportba sorolást. Ilyen lehet a közvetlenül adott, nem változtatható kategória, mint pl. nem, bőrszín, etnikai csoport. Másik esetben a csoporthoz tartozást a tagok nézetei, véleményei, értékei határozzák meg, amelyek megváltoztathatóak, tehát a csoportból való elmozdulás lehetséges (Csepeli, 1997).

A csoportok között a szóbeli ellenállás mindig sokkal nagyobb, mint a tényleges megkülönböztetés iránti igény. A hátrányos megkülönböztetést jórészt burkolt, közvetett formában gyakorolják, nem szemtől szembeni szituációban. Így a törvény és a lelkiismeret konfliktusa feloldható.

A csoportok közötti versengések és gyűlölködések nem új keletű jelenségek. Az ellenségeskedés az emocionális töltet intenzitásától függ. Minél erősebb egy attitűd, annál valószínűbb, hogy az előítélet heves, ellenséges cselekvésbe csap át. Az erőszakos megnyilvánulásokat előkészítő folyamat a *szóbeli előítéletességgel* kezdődik. Ebben a fázisban az előítéletes személy barátok között, alkalmanként társaságban nyíltan fejezi ki idegenkedését, ellenérzését a másik csoport tagjai iránt. A legtöbb ember sohasem jut túl az előítéletességnek ezen az enyhe fokán. A következő fázisban, ahol erősebb a csoportközi előítélet, az egyén kerülni igyekszik a kellemetlennek ítélt csoport tagjait.

Az *elkerülés* olykor kényelmetlenséget, energiavesztést okoz, de ártalmatlan mindkét fél számára. A *hátrányos megkülönböztetés* esetén az egyén aktív jellegű ártalmas viselkedésre vállalkozik. Az előítéletet kiváltó csoport valamennyi tagját igyekszik kizárni valamely helyzetből, szituációból, lehetőségből. Fokozott érzelmi nyomás esetén *testi erőszak* következhet be, ilyenkor az előítélet erőszakos, vagy az erőszakkal egyenértékű cselekvésekhez vezethet. Végezetül az emberiség történelmében előfordult már a legintenzívebb cselekvésben megjelenő csoportközi előítélet, a *kiirtás* (Allport, 1999).

Bár a legtöbb ember sohasem lép át a szóbeli előítéletesség fokozatából az elkerülés fokozatába, azzal tisztában kell lennünk, hogy az adott fokozatban megnyilvánuló és gyakoriságában fokozódó aktivitás megkönnyíti, előkészíti a magasabb fokozatba való, szinte spontán átkerülést.

2.3. Elméletek az előítélet keletkezéséről

Az előítélet keletkezését magyarázó elméletek egyike sem kizárólagos, nem kínál tökéletes magyarázatot, amelynek segítségével az összes létező előítélet értelmezhető lenne. Általában az elméletek mindegyike csak egy, igen fontos tényezőre hívja fel a figyelmet. Számos egyéb fontos tényező maradhat ki az elméletből. Az előítélettel foglalkozó egyes szerzők alkalmazzák a történelmi, szociokulturális, környezeti megközelítést, míg mások a személyiségdinamikai és személyközpontú fenomenológiai szempontú megközelítést használják. Mindegyik megközelítési mód értékes elmélettel gazdagította az előítéletről való tudásunkat, mindegyik lényeges igazságtartalommal rendelkezik. Ezeket azonban nem lehet egyetlen, az emberi cselekvést magyarázó, egységes elméletté redukálni.

A *történelmi* vizsgálódások jelentős különbséget mutatnak aszerint, hogy melyik tényezőt mutatják fel az előítélet keletkezésének okaként. Egyesek a gazdasági tényezőket elemzik, mások a kizsákmányolást emelik ki, de jelentős tényezőket tár fel a társadalom-szerkezeti, politikai történések bemutatása is.

A *társadalmi-kulturális* feltételek előítéletet előidéző elemzése az előítélet és a csoportközi konfliktus megértését segíti elő. Vizsgálódásaikban okként jelenik meg a hagyományrendszer, amely konfliktust robbanthat ki, az idegen csoport és a saját csoport mobilitása, a népesség sűrűsége, a városiasodás jelensége. Ez az elmélet a csoportok alapvető etnocentrizmusát helyezi előtérbe.

A *környezet* mint kiváltó ok az elmúlt időkből a jelenre, a jelenben ható tényezőkre hívja fel a figyelmet. Számos elmélet közül idesorolható az atmoszféra-elmélet, a foglalkoztatottsági helyzet, a csoportok közötti érintkezési típus és a csoportsűrűség vizsgálatára építő elmélet.

A *személyiségdinamikai* tényezőkhöz az emberi természet különbözőségét, a személyiségtípusokat sorolhatjuk. Jelentős pszichológiai elmélet a frusztráció-agresszió elmélet, valamint a személyiségstruktúrán alapuló elmélet is.

A *fenomenológiai* tényezők a vizsgálódás során az embert állítják a fókuszba. A személy magatartása a vele folytonos kapcsolatban lévő környezetről alkotott képétől függ. A világra adott reakciója a világképét sűríti össze. A világkép magában foglalja a történelmi és kulturális tényezőket, az egyén teljes személyiségszerkezetét. Az előítéletes viselkedésben a fenomenológiai nézőpontból vizsgálódó szerzők szerint valamennyi tényező egy végső, közös gyújtópontban találkozik. A fenomenológiai szint a viselkedést legközvetlenebbül befolyásoló hatótényező (Allport, 1997).

Az előítéletesség eredetének vizsgálatára kétféle kutatási irányt emelünk ki. Az egyik a személyiség típusának alakulásában keresi a választ, a másik a társadalomban integrálódott egyén nevelődési folyamatában. A kérdés úgy merül fel: vajon velünk született adottság-e az előítéletesség, vagy a bennünket körülvevő társadalom hatására alakul ki?

Adorno és munkatársai nevezetes és sok ellentmondó véleményt kiváltó munkájuk során a személyiségtípus jellemzőinek vizsgálatára helyezik a hangsúlyt. Abból az alapkoncepcióból indulnak ki, hogy az emberi viselkedés, amelyet társadalmi-gazdasági viszonyok határoznak meg, csak akkor tárható fel érvényesen, ha feltérképezzük azoknak a szükségleteknek a rendszerét, amelyek az adott társadalomban felszínre kerülhetnek. Ez a szükségleti rendszer az egyén élettörténetében, a szocializáció folyamatában, a társadalmi intézményrendszer hatására formálódik. A vizsgálat során egyetlen személyiségváltozót ragadtak ki, az egyén tekintélyhez való viszonyulását. A változó alapján két különböző személyiségtípust különítettek el; az autoriter (tekintélyelvű) és a demokrata (nem-tekintélyelvű) személyiséget.

A *tekintélyelvű személyiség* szükségletei külső, hatalmi tárgykapcsolatra irányulnak, mivel korai nevelése során erős külső vezetés dominált. Ez a nevelési stílus nem biztosított szabad teret a belső önállóság kialakulásának, ezért a személyiség meghatározó életérzése a belső bizonytalanság. Külső támaszkereső attitűdje akadályozza a bizalomteli kapcsolatok kialakításában, az impulzívabb, emóciókkal színezett spontán viselkedésben. A környezetében félelmet keltő magatartása, beszabályozott, direkt viselkedésben, agresszív, ellenséges megnyilvánulásban, különösen a mássággal, a csoporthoz lazán kapcsolódókkal szemben nyilvánul meg. Kapcsolataiban gyakori az információ torzítása, nézeteinek, gondolatainak másokra erőszakolása, amely feszült, bizalmatlan légkört alakít ki. Megismerési folyamatai általában másfélék, mint a nem-tekintélyelvű személyiségé. Vagy-vagy típusú ítéletekben gondolkodik, rosszul érzi magát differenciált kategóriák között. Fokozott mértékben szüksége van a határozottságra, képtelen elviselni a kétértelműséget. Gondolkodását a rigiditás, a sztereotípiaképzésre való fokozott hajlam jellemzi. Előítéletes minden olyan jelenséggel, egyénnel szemben, akinek megismeréséhez, megértéséhez értelmi erőfeszítésre, megértésre, nyitottságra lenne szükség.

A *nem-tekintélyelvű (demokratikus) személyiség* szükségleti rendszerében dominál az „én" elfogadása, a nagyfokú autonómia igénylése, amely párosul a másik tiszteletével, elfogadásával. A vizsgálatok szerint ennek a személyiségtípusnak alap beállítottsága a tárgyilagosság, emocionalitására jellemző az affiliációs készség, a kifejezett agresszió hiánya. Interperszonális kapcsolataiban domináns az együttműködés, az önbizalom és a bizalom. Az embereket önmagához hasonlónak látja, s ha teheti, potenciális lehetőségeket szabadít fel bennük. Kockázatvállalása kifejezett, alkotás- és új iránti vágya jellemző. A szokatlanság, a másság nem bizonytalanságát, hárítását fokozza, hanem nyitottságot, érdeklődést vált ki belőle. Kommunikációja szabad, világos, torzításmentes, kölcsönösségre törekvő. Értékei és normái tudatos választás, döntés eredményei, nem a hatalomtól, tekintélyi személyiségtől átvett minták. Megismerési folyamatai differenciáltabb kategóriák, a kétértelműséggel szemben tanúsított fokozott türelem jellemzi. Tudatlanságának vállalására, bevallására nagyobb hajlandóságot mutat. Gondolkodása rugalmas, az ellentmondások nem hárításra, hanem továbbgondolásra, elemzésre késztetik, törekvését a megértés vágya hajtja. Minden újra nyitott, érdeklődéssel reagál, nem táplál előítéletet (Csepeli, 1993).

Adorno és munkatársai hangsúlyozták, hogy a személyiségvizsgálat során feltárt típusok tiszta formában nem találhatók meg. Az eredmény arra jó, hogy segítsen minden emberekkel foglalkozó szakembert abban, hogy felismerje a feltárt dinamikus és szerkezeti sajátosságokat, tulajdonságokat, és formálja, erősítse azokat a személyiségjegyeket, amelyek az előítéletes személyiség kialakulását megelőzhetik, akadályozhatják.

Nem zárható le a kérdés, hogy velünk született vagy tanult viselkedés az előítéletesség. Az etológia igazolt jelenségként írja le az idegrendszer azon működését, amely szerint bizonyos ingerek (ingerlés) közelítő reakciót váltanak ki, míg mások elkerülő, távolodó reakciót. A megfigyelések szerint minden „ismerős", ismert, megszokott elem pozitív késztetést, érzelmeket indukál, biztonságot kelt, közelítő reakciót vált ki. Míg az ismeretlen, a megszokottól eltérő, idegen; félelmet, feszültséget indukál; elkerülésre, távolodásra ösztönöz.

Az ember viselkedése az idegrendszer reakciókészségével együtt igen komplex. Már a születést követő rövid időn belül (1–2 óra) megjelenik az orientációs, tájékozódó reflex, ami a tanulás feltételéül szolgál, valamint az értelmi képességek fejlődését alapozza meg. Ezek ismeretében hibásan leegyszerűsítő lenne kimondani, hogy az idegentől, a másságtól való félelem genetikai sajátosság, rögzítve van az ember hajlamaiban. Ha mégis van az előítéletnek veleszületett alakja, az minden bizonnyal az idegennel szemben tanúsított habozó, elhúzódó, elkerülő magatartásban keresendő.

A 7–8 hónapos csecsemők az idegen megjelenésére izgatottan, gyakran sírással reagálnak. A 2–3 éves gyermek is elszalad, ha egy idegen minden előzmény nélkül, váratlanul kapcsolatba lép vele. Az idegenekkel kapcsolatos félszegség még serdülőkorban is megjelenhet. Bizonyos értelemben soha nem nőjük ki ezt a viselkedést, mivel biztonságunk a környezetben végbemenő változások gyors észlelésétől függ. Ezért érzékenységünket, óvatosságunkat az életünk során tartósan megőrizzük az újszerűvel, az idegennel szemben. És innen már csak egy vékony szál választ el a rossztól, ugyanis, ha az ismerősség érzete „jó" érzés, az ismeretlen, a feszültségkeltő idegen dolognak rossznak kell lennie.

Az előítéletesség egy következő pszichológiai okát már Bacon is jól látta, amikor megfogalmazta, hogy az emberi elme hajlamos nagyobb rendet és szabályosságot teremteni a dolgokban, mint ami a valóságban fellelhető. A gondolkodás egyik alapvető szabálya az ellentmondás-mentességre törekvés, hogy a világ dolgaiban „hézagmentesség" legyen. Az össze nem illés, a meg nem felelés állapota működésre serkenti az értelmi folyamatokat; az összeillés, a hézagmentesség, a kognitív egyensúly elérésére serkent.

Az előítéletességre való hajlam szinte elkerülhetetlen, ha az említett megismerő folyamat jellegzetességéhez társul még a leegyszerűsített sémák alkalmazása, az egyszerűsített ok-okozati összefüggések elfogadása, a dramatizálásra való hajlamosság, az érvelésben az indulati elöntöttség, valamint a befolyásolási törekvések elfogadása. A politikai, ideológiai és más manipulatív előítélet-képzési szándék gondolkodásunknak erre a túlzott „gazdaságosságra" törekvésére épít, ezt használja ki (Pataki, 1997).

Az előítéletesség szociálpszichológiai, kognitív és személyiség-lélektani okai nem válnak el élesen egymástól, a személyiségben, az egyén magatartásában, attitűdjeiben, skill-jeiben együttesen hatnak. A személyiségben létező hatóerejüket el kell ismerni, kizárólagossá tételük azonban kognitív torzuláshoz vezetne. Okfejtésünk elején bemutattuk, hogy az egyén szükségletrendszerét a történelmi, társadalmi, gazdasági viszo-

nyok határozzák meg. Ha az adott társadalmi, gazdasági előfeltételek hiányoznak az előítéletesség manifesztálódásához, az előítéletesség alacsony szintű, lappangó folyamat marad a társadalmi együttélésben, nem válik markáns politikai, ideológiai előítéletté.

2.4. Az előítélet kialakulása

Az előítéletek elfogadása, kialakulása hosszú szocializációs szakasz során történik. Az előítélethez való ragaszkodás nem magyarázható csupán a megismerési folyamat „kényelmével", a gondolkodás „gazdaságosságával", a konformitással. Kell hozzá egy megfellebbezhetetlen, csak pszichológiailag megmagyarázható érzelem, hit, amely az élettörténet szerves részévé teszi. Ez pedig a legkorábbi kötődés érzelmi intenzitásával, a szülővel való azonosulás hőfokával magyarázható.

Az előítélet kialakulásában tehát az otthoni befolyás az elsődleges. A gyermekkori tanulásban az identifikáció a középpontban áll. A kisgyermekkor és az óvodáskor valamennyi társadalmi attitűd kialakulása szempontjából rendkívül érzékeny, fontos szakasz. Az iskoláskor előtt az érés, fejlődés sajátosságaiból eredően nem működik kontroll, szelekció, döntés, ítéletalkotás.

Az erkölcsi tudat fejlődésében Piaget kutatásai szerint döntő fordulat a prepubertáskorban következik be, amikor kialakul a decentrációs képesség. Képessé válik magára ölteni a másik ember szerepét, és megtanulja a szeretet-, a bizalom-alapú együttműködést. Korábban ezt engedelmességből tette. A decentráció kialakulásával a gyermek egyre jobban eltávolodik ego- és etnocentrizmusától, és képessé válik az ítéletek differenciálására.

A kisiskolás gyermek rendkívül érzékeny a csoportokat érintő információkra. Ezek az információk saját identitástudatuk kiépülését segítik. A kisiskoláskor elején alakulnak ki csoportközi attitűdjeik. A kisiskoláskor végére kognitív elemeket sajátítanak el a csoportok hasonlóságainak és különbözőségeinek igazolására, magyarázatára. A pubertáskorban identitásuk kialakulásával egyidőben döntenek a környezetükben közvetített előítéletekről, elfogadják vagy elutasítják azokat.

Mást kell értenünk azonban az *előítélet elfogadása* és az *előítélet kialakítása* között. Az előítéleteket elfogadó gyermek a szülők sztereotípiáit, attitűdjeit veszi át. Létezik olyan ráhatás, amikor a család nem közvetlenül juttatja el attitűdjeit, gondolatait a gyermekhez, hanem olyan légkört teremt, amelyben a gyermek végül maga alakítja ki előítéleteit. A szülők oly módon nevelik gyermeküket, hogy az képtelen leküzdeni saját gyanakvásait, félelmeit, irtózásait. Ezeknek az érzelmeknek a forrása gyakran egyszerűen a korai szülői fenyegetésekben vagy nyelvi sztereotípiákban rejlik (pl. „elvisznek a cigányok" stb.). Az így kiváltott érzelmi-ösztönös, olykor szavakba sem foglalt idegenkedés rávetül a „másikra", valamely kisebbségi csoport tagjaira, ekkor az ismeretanyag és a hiedelem ennek logikája szerint szerveződik.

A gyermeknevelési stílus jelentősen meghatározza az előítéletek kialakulását a gyermekben. Az a szülő, aki az engedelmességet mindennél többre tartja, fő módszere a fegyelmezés, nagy valószínűséggel az előítéletek kialakulása felé tereli gyermekét. A szülő kezében a hatalom, tőle függ a létfontos szeretet megadása vagy megtagadása, ezért a szeretet megszerzéséért a gyermek örökké résen lesz, hiszen alaposan meg kell figyelnie önmagát és a szülő nevelésének, követelésének minden apró jegyét. Mindenekelőtt megtanulja, hogy kapcsolatainak alakulását nem a bizalom, a türelem, hanem a hatalom, a tekintély határozza meg. Gyanakvása, elégedetlensége önmagáról egyre

inkább a környezetre vetül, fokozódik ellenséges attitűdje, amely előkészíti a talajt az előítéletes gondolkodás, viselkedés számára.

A másik nevelési stílust alkalmazó szülő mellett a gyermek a szeretetteljes környezetben biztonságban érzi magát, nem fél a szeretet elvesztésétől. Az egyenlőség, a bizalom, a szeretet alapértékekké válnak, nincs ok a félelem, gyanakvás kialakulására.

A nyelvi tényezők is jelentős hatást fejtenek ki az előítéletek kialakulására. A szóhoz hamarabb kapcsolódik az emóció, az idegenkedés, mint az információ, a tartalom. A gyermek a szó jelentését az idegenkedés kialakulása után tanulja meg (Allport, 1977).

Vizsgáljuk meg az előítélet megtanulásának szakaszait.

Az első szakaszt az általánosítást közvetlenül megelőző periódusnak nevezzük. Ebben a szakaszban az alábbi fejlődési fokozatok alakulnak ki:

1. A kisgyermek azonosul az anyával, kialakult benne az engedelmesség szokása.
2. Nem alakult ki még benne az idegenekkel szemben a félelem, de az óvatosságot már megtanulta. „Anyu, kik is azok a gyerekek, akikkel nem szabad játszanom?"
3. Már tudja, hogy vannak csoportok és csoportközi különbségek, kíváncsiság, érdeklődés jellemzi. Megtanulja azonosítani az egyes csoportokat.
4. Már kialakult benne az érzelmi jelentés, de még nem szilárdult meg, hogy kikre alkalmazható. Ez a nyelvi tanulás fázisa. Törekszik az érzelmek és a tartalmak párosítására.

Ez a fázis kulcsfontosságú a megismerés fejlődése szempontjából, itt alakulnak ki a *nyelvi* címkék. Ezek készítik elő az előítéleteket.

A második szakasz a *tökéletes visszautasítás periódusa.* Ebben a szakaszban megtanulja a prepubertás korban lévő gyermek a visszautasító, elkerülő magatartást, a nyitott, érdeklődő, kíváncsi, barátságos magatartásnak nyoma sem marad. Kialakul és csúcspontjára érkezik az etnocentrizmus. Serdülőkorban általában gyengül a tökéletes visszautasítás és a túláltalánosítás tendenciája.

A harmadik szakaszban a tökéletes visszautasítás periódusát a *differentációs periódus* váltja fel. A serdülő ésszerűsíteni akarja és elfogadhatóbbá tenni önmaga előtt attitűdjét, bizonyos kibúvókkal enyhíti, szelídíti előítéletét (pl. „Egyik legjobb barátom zsidó.").

Felnőttkorban a gondolkodás koherenciája érdekében az előítéleteket szitualizálni, racionalizálni kell a csiszoltabb együttélés, a demokrácia érdekében. Az integrálás, a szerveződés szüntelen folyamata teszi lehetővé, hogy az előítéletes felnőtt együtt tudjon élni előítéleteivel (Allport, 1977).

Az előítéletesség legveszélyesebb megnyilvánulása, ha a társadalomban hivatalosan elfogadottá válik. Ezért tekinthető a társadalom részéről önvédelmi reflexnek a jogi szabályozás, a jogi úton való beavatkozás lehetősége. A jogi eszközök önmagukban képtelenek gátat vetni az előítéletességnek, de fontos akadályt jelentenek a mérséklésben.

Az előítéletesség elleni küzdelem leghatásosabb eszköze a tömegkommunikáció, leghatásosabb terepe az iskola és az életmód kínálta érintkezési keretek, csoportok. Lényegesen fontosabb a megelőzés az előítéletek képződését megakadályozó szocializáció befolyásolásával.

2.5. Nemi alapú megkülönböztetés

A nemek csoportja mint saját csoport megkülönböztetésén alapulnak a nemekkel kapcsolatos sztereotípiák, melyek nem mindegyike előítélet, vannak kutatási eredményekkel is alátámasztható különbségek (Síklaki, 2010). A nemi sztereotípiák különbséget tesznek férfiak és nők között tulajdonságaikban (férfi: agresszív, független, erős, kemény, domináns, autokrata vezető; nő: lágyszívű, engedelmes, függő, gyengéd, aggódó, érzelmes, érzékeny, szentimentális, érzelmek által vezérelt vezető) és teljesítményükben (a férfiak jobb teljesítményre képesek, mint a nők). A sztereotípiák altípusokkal is rendelkeznek, melyek a nőknél – háziasszony, karrierista, szexi és feminista, míg a férfiaknál – a sportember, a melós, az üzletember és a macsó (Síklaki, 2010). A nemek megkülönböztetésére alapuló nemi diszkrimináció elemeit az 1.1. alfejezetben tárgyaltuk.

2.6. Magyarországi előítélet-kutatások

Az előítéletesség jelensége nincs közvetlen kauzális kapcsolatban a társadalmi viszonyokkal, de adott téri, időbeli és társadalmi helyzetben előforduló nemzeti, faji, etnikai, vallási előítélet visszavezethető társadalmi alapokra is (Csepeli, 1997).

Az előítélet jelenségét Magyarországon is sok kutató vizsgálta feltáró, leíró módszerekkel. Ezek között legelterjedtebbek a kérdőíves vizsgáló módszerek. A kérdőívek többsége racionálisan megfogalmazott kérdésekre racionálisan megfogalmazott feleleteket vár. Természetesen a legtárgyszerűbb kérdőív kérdése is lehetőséget ad az érzelmi-indulati mozzanatok beszűrődésére. Az alaptendencia azonban változatlan, a kérdőív az attitűdök kognitív részét tudja mérni. Az előítéletnek azonban döntő komponense az emóció, amelyet nehezebb leképezni. Ez megnehezíti az előítéletesség csökkentésére, illetve megelőzésére irányuló beavatkozások előkészítését is.

Az előítéletes gondolkodás pszichológiai alapját a sajátcsoport (ingroup) és a külcsoportok (outgroup) éles megkülönböztetése adja. A két csoport bizonyos szintű megkülönböztetése a társadalmi identitás kialakulásának elemi mozzanatát képezi. A kétféle csoport közötti viszonyokat a hagyományos szociálpszichológiai, szociológiai megközelítés a „társadalmi távolság" fogalmával képezi le. A társadalmi távolság ismeretében következtetni lehet a külcsoportokkal szembeni előítéletesség mértékére és a diszkriminatív beállítottságra (Fábián, 1999).

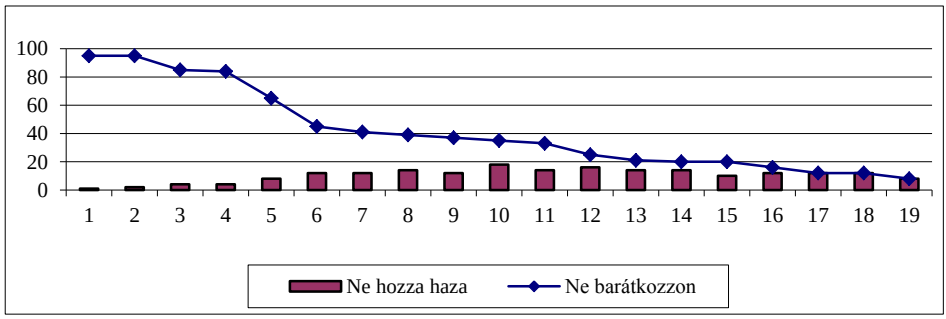
A társadalmi távolság mérésére az úgynevezett Bogardus-skála szolgál, mely nevét kidolgozójáról kapta. A skála a következő módon állította sorba a fontos társadalmi kapcsolatokat:

1. rokoni viszony (házasság),
2. klubtársi viszony (informális baráti viszony),
3. szomszédi viszony (lakóhelyközelség),
4. munkatársi viszony,
5. állampolgárság,
6. turistaként elfogadás,
7. az országba való be nem engedés, kitiltás.

A skála felépítése kumulatív jellegű, abban az értelemben, hogy adott kisebbségi csoport elfogadására a társadalmi kapcsolatok szorossága tekintetében egyre táguló körben kérdez rá, így ha például a vizsgálati személy nem emel kifogást az adott kisebbségi csoporttag családtaggá válása ellen, az azt is jelzi, hogy a barátság, a szomszédság, a

munkatársi viszony stb. esetében sem mutatkozik ellenérzés, így azok további lekérdezésére már nincsen szükség. A kapott skálapontszám információveszteség nélkül önmagában kifejez több adatot, ezért gazdaságos adatredukciós eszköz (Babbie, 1996).

Magyarországon a rendszerváltás indukálta társadalmi változás nyomán a különféle társadalmi csoportok közötti, addig lappangó problémák nyíltabbá váltak, a fennálló konfliktusok, érdekellentétek felerősödtek, elmélyültek. Fábián Zoltán és Sík Endre (1996) többször megismételt, 1000 fős reprezentatív mintán végzett vizsgálatai számos jelenséget tártak fel ebben a folyamatban. Ezekben a kutatásokban a társadalmi távolság jelzőszámai fontos indikátoroknak bizonyultak az egyes külcsoportok társadalmi megítélésének vizsgálata során. Például egy 1995-ös vizsgálatban a társadalmi távolság két indikátorát vizsgálták a fenti mintában. Egyrészt megkérdezték, hogy a mintában szereplő személyek a felsorolt csoportok közül melynek tagjaival engednék gyermeküket barátkozni, továbbá, mely csoport tagjainak engednék meg, hogy gyermekük vendégségbe hívja a saját lakásukba. Az eredmények a következők (1. ábra):



1. ábra.
Társadalmi csoportok jelzőszámai különböző külcsoportokkal szemben, 1995
Külcsoportok: 1. kábítószeres, 2. homoszexuális, 3. bőrfejű, 4. büntetett előéletű, 5. cigány, 6. néger, 7. arab, 8. romániai román, 9. ázsiai, 10. külföldi vendégmunkás, 11. menekült, 12. ex-szovjet állampolgár, 13. állami gondozott, 14. ex-jugoszláv állampolgár, 15. zsidó, 16. magyarországi szerb-horvát, 17. romániai magyar, 18. magyarországi szlovák, 19. magyarországi német.
(Forrás: Fábián és Sík, 1996).

Ez a vizsgálat is rámutatott arra, hogy Magyarországon a legelutasítottabb külcsoportokat a stigmatizált szubkulturális csoportok (pl. a homoszexuálisok) vagy olyan csoportok teszik ki, amelyeket a közvélemény az agresszióval és a politikai szélsőségekkel kapcsol össze (Fábián és Sík, 1996). A legelutasítottabb etnikai csoport a cigányság. A cigányellenesség itt mért szintjét más vizsgálatok is megerősítik (pl. Fábián, Erős, 1996; Székely, Örkény, Csepeli, 2001).

A zsidók elutasítottsága a cigányokhoz képest is és abszolút értékben is csekély. Az antiszemitizmus kérdésköre speciális témaköre az előítélet-kutatásnak. Az antiszemitizmus nem csupán egy a sok lehetséges előítélet közül, hanem speciális világszemlélet, amely köré sajátos kulturális kódrendszer épül ki, ez pedig bizonyos mértékig függetlenné is teheti a csoportos interakcióktól (Csepeli, 1990). A rendszerváltás után a volt kommunista országok legtöbbjében, így Magyarországon is (újra) nyíltan megjelent az antiszemitizmus. Nehéz eldönteni, hogy vajon a társadalmi és politikai változá-

sok indukálták-e az antiszemitizmus megjelenését, vagy „egyszerűen" arról van szó, hogy a polgári és politikai szabadságjogok térnyerésével nyíltabban kifejezésre juthatnak ezek a nézetek és indulatok is. Összességében véve azonban elmondható, hogy „az antiszemita csoportosulások mind ez idáig a társadalom peremén maradtak, és az antiszemita politikai ideológiát a mérvadó politikai erők mindegyike elutasította" (Kovács, 1997. 10.).

A fiatal korosztályok számára ezek a változások sajátos módon csapódtak le. Egyfelől az idősebb generációknál könnyebben vonhatóak be szélsőségesebben előítéletes, akár igen agresszív cselekményekbe. Ennek oka lehet az, hogy ők, ellentétben az idősebb generációkkal, már nem rendelkeznek személyes történelmi emlékekkel a szélsőséges előítéletesség katasztrofális következményeiről (Barczy, Diósi, Rudas, 1996). De sokuk számára a fő motiváló tényező az, hogy a társadalmi változások gazdasági következményei, például a munkanélküliség vagy a jövedelmi egyenlőtlenségek növekedése révén gyakran amúgy is hátrányos szociális helyzetük tovább romlott, vagy addig stabil pozíciójuk vált bizonytalanná (Fábián, Erős, 1996). Másfelől, ugyanezen társadalmi változások lehetővé tették azt is, hogy az emberek, így a fiatalok is nyíltabban és tudatosabban vállalják fel kisebbségi sajátosságaikat, legyen az etnikai, vallási vagy biológiai jellegű.

Általános tendencia, hogy az életkori különbségek vizsgálata során kimutatható az, hogy a 30 évesnél fiatalabbak néhány kivételtől eltekintve pozitívabban ítélik meg a külcsoportokat a 30 évnél idősebbekhez képest. Csupán a munkanélküliek, a menekültek és a lengyelek esetében mutatható ki, hogy az idősebbek értékelése sokkal pozitívabb a fiatalokénál (Fábián, Sík, 1996).

Ugyanakkor, a fiatalok körében végzett kutatások eredményeinek értelmezésénél problémát jelenthet az „ifjúságra" mint valamiféle egészre vonatkoztatva általánosítani. A politikai rendszerváltást követően, az intézményi és szocializációs tényezőkben lezajlott változások azzal a következménnyel jártak, hogy az államszocialista időszakban elsősorban politikai kategóriaként definiált homogén ifjúságfogalom érvényét vesztette. Az eltérő élethelyzetek és generációs problémák vagy a szülők által közvetített szocializációs minták különbségei miatt az ifjúság fogalmát heterogénnak kell tekintenünk. Napjainkban a 10–17 évesek nem azonosak a 18–35 évesekkel, az egyes csoportokat inkább a különbségek, mint a hasonlóságok jellemzik (Stumpf, 1992).

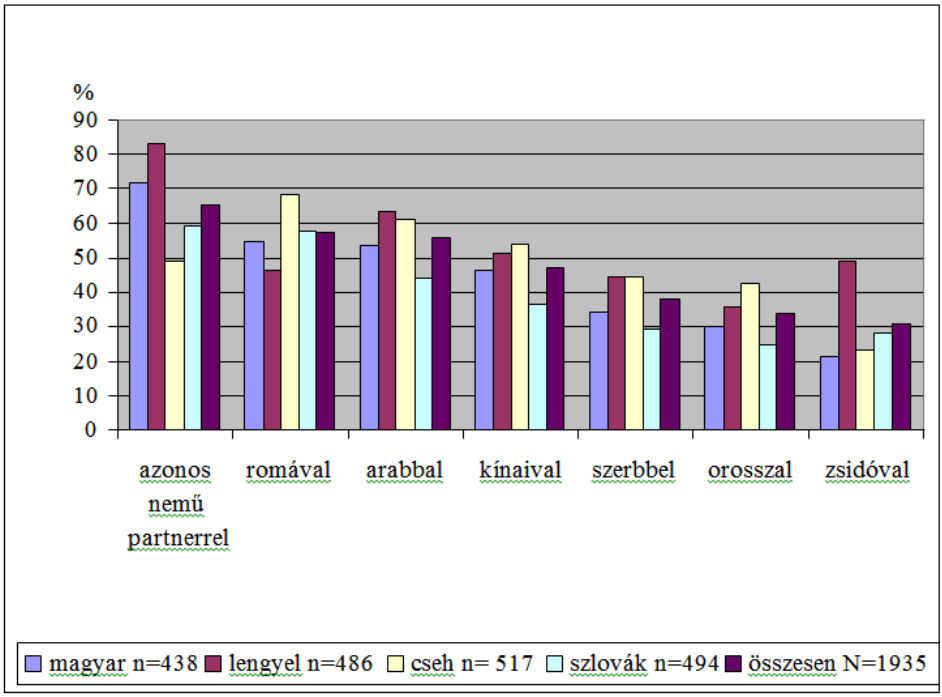
Szabó Ildikó és Örkény Antal kutatásai alapján tudunk képet alkotni arról, hogy a fiatalok *milyen csoportokat tartanak kisebbségnek.* A „ki a kisebbség" nyitottan feltett kérdésre adott válaszokban egyértelműen érvényesült az életkor és az iskolatípus differenciáló hatása. A középiskolásokat szinte egyáltalán nem, míg az általános iskolások egynegyedét jellemezte ismerethiány. A leggyakrabban említett magyarországi cigányság mellett még a különböző nemzeti és etnikai kisebbségek megnevezése volt számottevő. Figyelemreméltó, hogy a zsidók és a nem etnikai-nemzeti másság alapján kisebbséghez tartozó csoportok (hajléktalanok, fogyatékosok, vallási kisebbségek, menekültek, bevándorlók) alacsony említési aránya szintén mindegyik iskolatípust jellemzi, azonban „...ahogy haladunk az általános iskolától a gimnáziumok felé, úgy válik egyre tagoltabbá a diákok képe a kisebbségekről" (Szabó, Örkény, 1998. 193.). A kelet-magyarországi térségben végzett kutatásban a 14–18 éves fiatalok leginkább a deviáns csoportokat (büntetett előéletűek, kábítószeresek, iszákosok) nem fogadják el szomszédnak, az etnikai-nemzeti csoportok közül a cigányok elutasítása a legnagyobb arányú (3. táblázat).

A különböző kisebbségi csoportok szomszédságát nem vállalók arányának sorrendje azt is mutatja, hogy a 14–18 évesek jelentősen jobban elutasítják a deviánsnak tekintett csoportokat, mint a testi vagy szellemi fogyatékosokat (Szabó, Örkény, 1998).

Büntetett előéletűek	76
Kábítószeresek	74
Iszákosok	68
Vallási szekták tagjai	63
Olyan család, ahol fertőző beteg van	62
Cigányok	62
Arabok	54
Olyan család, ahol értelmi fogyatékos családtag van	53
Zsidók	41
Olyan család, ahol rokkant családtag van	38

3. táblázat
A mássággal szembeni intolerancia (a szomszédnak nem választók százalékos aránya)
(Forrás: Szabó, Örkény, 1998)

A Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Kara Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési Intézete 2004 és 2007 között végzett nagymintás (500-500 család/háztartás országonként (Magyarország – Szeged, Lengyelország – Rybnik, Csehország – Hradec Králové, Szlovákia – Nyitra) nemzetközi életmódkutatást Hagyomány és modernitás a Visegrádi országok családjainak életmódjában címmel (Benkő, 2007). Az öt tématerületet (táplálkozás, szabadidő, kulturális szokások, családi szokások, családi értékrend) magában foglaló kutatási adatok közül az értékrenden belül történtek előítélet-vizsgálatok. Strukturált asszisztált kérdőíves interjú segítségével a kutatók a verbális előítélet irányát és intenzitását vizsgálták magyar, lengyel, cseh és szlovák családok/háztartások esetében (2. ábra.).



2. ábra

Kisebbségi csoportok elutasítása a Hagyomány és modernitás a Visegrádi Országok családjainak életmódjában c. vizsgálatban, országonként és a teljes mintában (%)

(Forrás: Tarkó, Benkő, Lippai, Erdei, 2008, előadásfóliák)

Nemzetközi viszonylatban azt tapasztalták, hogy a lengyel és a cseh minta a vizsgált hét esetből (roma, szerb, arab, kínai, orosz, zsidó, azonos nemű partner) 4-4 csoport kapcsán a legmagasabb elutasítási arányszámokat eredményezte. Lengyelország esetében az azonos nemű partner (83,3%), az arab (63,3%), a zsidó (49,2%), illetve a szerb (44,7%) csoport tagjainak elutasítása volt kiemelkedő, míg Csehországban első helyen állt a roma személyek elutasítása (68,4%), és őket követték a kínai (54,1%), a szerb (44,6%) és az orosz (42,7%) kisebbségi csoportok iránt mutatott szóbeli elutasítások. Magyarország és Szlovákia arányszámai egyik vizsgált elutasított csoport esetében sem emelkedtek ki, bár az országokat önmagukban vizsgálva több esetben is magas elutasítási érték mutatkozott. A teljes nemzetközi minta szintjén az azonos nemű partner elutasítása volt a legmagasabb (65,3%). A magyar mintában magas szóbeli előítéletességre bukkantak a kutatók az azonos nemű partner (71,5%) és a roma kisebbség (54,9%) esetében, harmadik helyen szerepeltek az arab kisebbség (53,6%) tagjai, negyedik helyen pedig a kínai kisebbség (46,6%). Életkorcsoportok szerint vizsgálva az adatokat az ifjúkor (0–25 év) viszonylag magas szóbeli előítéletességét mutatta (4–7 csoport elutasítása összesen 62,5%). A magyar családok értékrendjét vizsgálva a hagyományos értékrendűnek bizonyult családok körében volt magasabb arányú az elutasítás (4–7 csoport elutasítása összesen: 45,4%).

2.7. Kísérletek az előítélet csökkentésére, illetve megelőzésére az iskolai színtéren

A kialakult előítéletesség csökkentésére, a tolerancia növelésére irányuló módszerek alkalmazása Magyarországon nem túl gyakori. Az előítéletesség kialakulásának megelőzésére viszont az utóbbi időszakban komoly törekvések indultak el. Itt arra történik kísérlet, hogy elsősorban iskolai színtéren beinduló intervenciós kísérletekkel a demokratikus állampolgári szocializáció alapjait megteremtsék. A magyarországi tapasztalatok talán abban összegezhetőek, hogy a tévképzetek eloszlatásáért megindított, mindennemű érvelésen, felvilágosításon alapuló vállalkozások nemhogy csökkentenék, hanem dacos megnyilvánulások, ellenérvek sorozatán keresztül inkább teret adnak, legitimálják az előítéletes megnyilvánulásokat. Ezek alapján az előítéletek megelőzését nem lehet kizárólag ismeretközléssel elérni, csak úgy, ha a tanítási-nevelési folyamat, a szocializáció egészével a tolerancia növelésére törekszenek (Ligeti, 2001).

Ritka kivétel például a Gandhi Alapítvány, melyet 1992-ben független értelmiségiek és cigányszervezetek hoztak létre azzal a céllal, hogy az oktatás sajátos eszközeivel segítsék elő a cigányság beilleszkedését, és létrehozzanak egy cigány gyermekeket oktató középiskolát, amely mintaként szolgálhat más roma középfokú oktatási intézmények létrehozásához. Tekintsük át tehát a következő fejezetben a multikulturális, interkulturális és inkluzív oktatáspolitika, nevelési gyakorlatok és módszerek ismérveit.

IRODALOMJEGYZÉK

Allport, G. W. (1977; 1997): *Az előítélet.* Gondolat, Budapest.

Allport, G. W. (1980): *A személyiség alakulása*. Gondolat, Budapest.

Allport, G. W. (1999): *Az előítélet.* Osiris, Budapest.

Babbie, E. (1996): *A társadalomtudományi kutatás gyakorlata*. Balassi Kiadó, Budapest.

Barczy Magdolna, Diósi Pál, Rudas János (1996): *Vélemények a másságról – előítéletek a fiatalok körében.* Animula Egyesület, Budapest.

Benkő, Zs. (2007, Ed.): *Tradition and Modernity in the life-style of the families of the Visegrád countries*. JGYF Kiadó, Szeged, 429.

Csepeli György (1990): *...és nem is kell hozzá zsidó: Az antiszemitizmus társadalom-lélektana.* Kozmosz Könyvek, Budapest.

Csepeli György (1993): *Bevezetés a szociálpszichológiába.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.

Csepeli György (1997a): *Szociálpszichológia*. Budapest, Osiris kiadó.

Csepeli György (1997b): *Szociálpszichológia*. Budapest, Osiris kiadó.

Fábián Zoltán, Erős Ferenc (1996): Autoritarizmus és társadalmi tényezők a cigányellenesség magyarázatában. In: Erős Ferenc (1996, szerk): *Azonosság és különbözőség. Tanulmányok az identitásról és az előítéletről.* Scientia Humana, Budapest, 182–200.

Fábián Zoltán, Sík Endre (1996): „Előítéletesség és tekintélyelvűség." In: Andorka Rudolf, Kolosi Tamás, Vukovich György (1996, szerk.): *Társadalmi Riport 1996*. 381–413.

Fábián Zoltán (1999): *Tekintélyelvűség és előítéletek.* Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest.

Hewstone, M., Stroebe, W., Codol, J. P., Stephenson, G. M. (1995, szerk.): *Szociálpszichológia*. Közgazdasági és Jogi Kiadó, Budapest.

Kovács András (1997): *A különbség köztünk van.* Cserépfalvi Kiadó, Budapest.

Ligeti György (2001): Hasadékok: valóság és jogszerűség a középiskolákban. *Esély,* 2001. 3. szám. www.szochalo.hu.

Pataki (1997): *Előítélet.* In: Csepeli György, Örkény Antal, Székely Mária (1997, szerk.): *Kisebbségszociológia Szöveggyûjtemény Egyetemi és Főiskolai Hallgatók számára*. Kisebbségszociológiai Tanszék, Budapest, 21–30.

Síklaki István (2010): *Előítélet és tolerancia*. Akadémiai Kiadó, Budapest.

Stumpf István (1992): Az ifjúsági problémák értelmezése – ifjúsági kihívás az ezredfordulón. In: Gazsó Ferenc, Stumpf István (1992, szerk.): *Rendszerváltozás és ifjúság.* MTA Politikai Tudományok Intézete, Budapest, 9–12.

Szabó Ildikó, Örkény Antal (1998): *Tizenévesek állampolgári kultúrája*. Minoritás Alapítvány, Budapest.

Székely Mária, Örkény Antal, Csepeli György (2001): Romakép a mai magyar társadalomban. *Szociológiai Szemle,* 2001/3. 19–46.

Tarkó Klára, Benkő Zsuzsanna, Lippai László Lajos, Erdei Katalin (2008): *Előítélet a Visegrádi Négyek országaiban – Egy nemzetközi empirikus család-életmód kutatás eredményei (2004–2007).* Magatartástudományi Konferencia, Szeged, 2008. 06. 06. Előadások összefoglalói: 20.

Multikulturális, interkulturális és inkluzív nevelés

DR. HABIL. TARKÓ KLÁRA

3.1. Alapfogalmak

Az előítélet- és idegengyűlölet-mentes szemlélet kialakításában nagy szerepe van az *iskoláknak.* Az iskola mind a hivatalos, mind a rejtett tanterven keresztül közvetíti értékeit. Az előítéletesség mérséklésének fontos eszköze a multikulturalizmust magában foglaló nevelés és tapasztalatszerzés esélyeinek növelése (Csepeli, 1997b).

Hernández (1989) jól összefoglalja az iskolákban a tanórai tartalmak oktatása és a gyermekek nevelése mögött meghúzódó folyamatokat. Az osztálytermekben kétféle tantervvel találkozhatunk: a) a *rejtett tanterv* az osztálytermi interakciókban jelenik meg, valamint a társadalmi, helyzetkezelési és szervezési tényezőkben; b) a *látható tanterv* a tananyag formális struktúrája; a tervezett tanulási élmények és a taneszközök közvetítik. E kettő együtt alkotja az iskolát. Az iskola mind a hivatalos, mind a rejtett tanterven keresztül közvetíti értékeit; kívánatos cél volna multikulturális szemléletet kialakítani minden oktatási intézményben.

Gorski (2003) átfogó képet ad a multikulturális nevelést övező kérdésekről és annak fogalmi hátteréről. Az irányzat az 1960-as években született meg, és már a kezdetektől folyamatosan alakították, újrafogalmazták, változtattak céljain, tehát mind elméletében, mind gyakorlatában folyamatosan változott. Ritkaság számba menne, ha bármely két tanárt megkérdezve ugyanúgy definiálnák a multikulturális nevelést (Tarkó és Benkő, 2005). Néhányan tantervi változásként utalnak rá. Mások azt az iskolai klímát, illetve azokat a tanítási stílusokat említik meg, amelyek, míg az egyik csoport érdekeit szolgálják, addig más csoportoknak korlátokat jelentenek. Megint mások intézményi és az oktatásügyet érintő kérdésekről beszélnek, mint a tanulók fejlődésének nyomon követése, a standardizált tesztek vagy a finanszírozási problémák. És vannak, akik ennél is tovább mennek, és ragaszkodnak egy nagyobb társadalmi átalakulás részét képező oktatási reformhoz, amelyben közelebbről is megvizsgálják a többségi társadalom elnyomó gyakorlatát, és hogy az oktatási rendszer hogyan tartja fenn és termeli újra e gyakorlatot (Tarkó, Benkő, 2005).

A szakirodalomban a multikulturális nevelés elsősorban az újonnan érkező bevándorlók és kasztszerű kisebbségek oktatásával-nevelésével foglalkozik, míg a történeti nemzetiségek vagy autonóm kisebbségek oktatása külön témaként jelenik meg. A Multikulturális nevelés leggyakrabban használt definíciói az alábbiak:

- „A multikulturális nevelés legalább három dolog: egy gondolat vagy fogalom, egy oktatási reformmozgalom és egy folyamat.
- Azt az alapgondolatot foglalja magában, hogy minden tanuló, nemtől, társadalmi, etnikai, faji vagy kulturális jellemzőitől függetlenül, egyenlő esélyekkel kell, hogy rendelkezzen az iskolai tanulás terén.
- Reformmozgalom, amelyet arra hoztak létre, hogy változtatásokat eredményezzen az iskolákban és egyéb oktatási-nevelési intézményekben, és így minden tanuló, nemtől, társadalmi, etnikai, faji vagy kulturális jellemzőitől függetlenül, egyenlő esélyekkel tanulhasson.

- Folyamat, amelynek céljai – az oktatási esélyegyenlőség és az iskolai teljesítmény jobbítása – soha nem teljesülnek, mivel azok olyan ideák, amelyekért az emberiség folyamatosan dolgozik, de soha nem ér el." (Banks és mtsai., 1997. 3–4.)

„A multikulturális nevelés az Egyesült Államokban olyan tanítási és tanulási megközelítést jelent, amely demokratikus értékeken és hiteken alapul, és a kulturális pluralizmust erősíti a kulturálisan szerteágazó társadalmakban és a kölcsönös egymástól való függéssel jellemezhető világban. Azon a feltevésen alapul, hogy a közoktatás elsődleges célja minden tanuló intellektuális, társadalmi és személyes fejlődésének a lehetőségeikhez mért legjobb elősegítése." (Bennett, 1999. 11.)

„A multikulturális nevelés olyan tanítási/tanulási folyamatokat foglal magába, amelyek minden tanuló esetében az erős önbecsülés és a különböző kulturális háttérrel rendelkező egyének felé mutatott empátia kialakítására, valamint az igazságos lehetőségek megtapasztalására törekszenek, képességeik maximális kiaknázása érdekében." (Tiedt, Tiedt, 1999. 18.)

„Szociálpolitikai kontextusban vizsgálva, a multikulturális nevelés az átfogó iskolareform és a minden tanuló számára biztosítandó alapképzés folyamata. Visszautasítja és megtagadja a rasszizmust és az iskolai és társadalmi diszkrimináció egyéb formáit, és megerősíti azt a pluralizmust (etnikai, nyelvi, vallási, gazdasági, és nemi, többek között), amelyet a tanulók, közösségeik és tanáraik reprezentálnak. A multikulturális nevelés áthatja az iskolai tantervet és oktatási stratégiákat, valamint a tanárok, diákok és szülők közötti interakciókat és azt, ahogyan az iskola a tanítás és a tanulás természetét értelmezi. Mivel az alapfilozófiája a kritikus pedagógia és a társadalmi változás, alapjaként a tudásra, visszajelzésre és tevékenységre (praxis) összpontosít, a multikulturális nevelés a társadalmi igazság demokratikus elveit támogatja.

A multikulturális nevelés hét alapjellemzője e definíció szerint a következő:

1. A multikulturális nevelés antirasszista.
2. A multikulturális nevelés az alap oktatás-nevelés körébe tartozik.
3. A multikulturális nevelés minden tanuló számára fontos.
4. A multikulturális nevelés áthatja a tantervet és a taneszközöket.
5. A multikulturális nevelés a társadalmi igazságosságért dolgozik.
6. A multikulturális nevelés egy folyamat.
7. A multikulturális nevelés kritikai pedagógia." (Nieto, 1996, 307–308.)

A multikulturális nevelés számtalan megfogalmazásában azért rálelhetünk a közös alapokra. Míg egyesek a tanulókra és a tanárokra mint egyénekre összpontosítanak, mások pedig 'makro' szinten keresik a megoldást, mindegyik megfogalmazás gyökere az átalakítás és változás:

- Minden tanulónak egyenlő esélyt kell kapnia képességeinek maximális szintű fejlesztéséhez.
- Minden tanulót fel kell készíteni arra, hogy résztvevője lehessen egy mindinkább interkulturális társadalomnak.
- A tanárokat fel kell készíteni arra, hogy minden egyes tanulót hatékonyan segítsenek hozzá a tudáshoz, függetlenül attól, hogy a tanuló kultúrája egyezik vagy különbözik a sajátjától.

- Az iskoláknak aktív szerepet kell vállalniuk mindenfajta elnyomás megszüntetésében, először is azzal, hogy a saját falaikon belül szüntetik meg azt, majd pedig társadalmilag és kritikailag aktív és tudatos tanulókat nevelnek.
- Az oktatásnak és nevelésnek még inkább tanuló központúvá kell válnia és építenie a tanulók véleményére és tapasztalataira.
- Az oktatóknak, döntéshozóknak és más szakembereknek felül kell vizsgálniuk a tanítási és nevelési gyakorlatot, és megvizsgálni, azok hogyan befolyásolják a tanulást: ismeretellenőrzési módszerek, tanítási gyakorlatok, értékelés, iskolapszichológia és tanácsadás, tananyagok és tankönyvek stb. (Tarkó, Benkő, 2005).

Multikulturális oktatáspolitika csak akkor valósulhat meg, ha a kisebbség saját célt fogalmaz meg az oktatás-nevelés terén, ugyanakkor a domináns etnikum elismeri a kulturális és nyelvi különbségeket (Lesznyák, Czachesz, 1998). Egy multikulturális oktatáspolitika kialakításában szerepet játszanak olyan külső erők, mint a törvényi keretek (törvények, szabályozások, korlátozó döntések), a kisebbségi és etnikai kutatások mindenkori állása és a szaktudás, mely behatárolja a lehetséges lépéseket. A modell szerint egy kisebbségi csoport léte társadalmi erőként jelentkezik, tehát figyelembe kell venni. A tudás kapcsán kulturális szempontok kerülnek be az oktatásba. Felmerül a kérdés: Kinek az ismereteit kell közvetíteni? Figyelembe kell venni a különböző kultúrák szempontjait. A tudást, az ismereteket a való világból választja ki az iskola, és ezt alakítja át iskolai tudássá. A tanulócsoportok is állandóan változnak. Így a társadalmi erők, a tudás és a tanulók alkotják a tanítás kontextusát. A célok közé tartozik, hogy a tantervbe olyan új elemeket vigyünk be, melyek az etnikai csoportokra vonatkoznak. A tantervfejlesztés feladata a pluralista szemléletű tanterv kidolgozása.

Forray (2000) átfogó elemzést ad a magyarországi multikulturális oktatás helyzetéről. A nemzetiségi oktatás tág értelemben besorolható a multikulturális/interkulturális oktatás fogalomkörébe, de csak őshonos és csak nyelvi kisebbségekre terjed ki. A magyar multikulturalizmus mindvégig figyelmen kívül hagyta a bevándorlókat. A nemzetiségek közösségként, kollektív jog alapján ápolhatják nyelvüket és kultúrájukat az iskolarendszerben. Társadalmi érték a nemzetiségek saját kultúrájukhoz való joga. A kulturális elemek ápolásának, átörökítésének optimális szervezeti megoldása az etnikailag (kulturálisan, vallásilag stb.) heterogén csoport (osztály, iskola). A roma kisebbség esetében Nemzeti alaptantervünk azonban a nyelv és kultúra ápolása helyett a felzárkóztatásra helyezi a hangsúlyt, ezzel máris „hivatalosan is megalapozva" az irányukban mutatott megkülönböztetett bánásmódot.

A létrehozott oktatáspolitikák típusa függ attól, hogy az mely csoportokra irányul, milyen intenzitással és a multikulturális oktatáspolitika mely célját kívánja megvalósítani. Mason (1991; in: Fase, 1994) szerint a politikai döntéshozók a kisebbségi csoportokhoz tartozó egyéneket, tanulókat kategorizálják a multikulturális oktatáspolitika kialakítása érdekében. Klauer (1969; in: Fase, 1994) a következő kategorizációs irányokat említi:

- „Szín-vak" megközelítés: minden tanulót egyenlően kell kezelni annak érdekében, hogy azonos eredmények szülessenek. Egalitariánus megközelítés.
- Az azonos eredmények elérése érdekében a tanulókat különbözőképen kell kezelni. Egalitariánus megközelítés.

- Elitista vagy anti-egalitariánus megközelítés: a megkívánt különböző eredmények létrejötte érdekében nem egyenlő bánásmód biztosítása. Pluralista megközelítés.

A fenti pluralista vs. egalitariánus, illetve alacsony vs. magas kategorizációjú elképzelések adta keret alapján nyolc programot különböztethetünk meg:

1. *anyanyelvi oktatás:* világosan meghatározza a célcsoportot;
2. *vallásos oktatás:* az etnikai kisebbségi populáció bizonyos célcsoportjainak felajánlva;
3. *előkészítő osztályok:* az újonnan érkezett bevándorló tanulók meghatározott csoportja számára, az oktatási fővonulattól eltérő oktatás-nevelés biztosítása;
4. *kétnyelvű oktatás-nevelés:* átmeneti – az első nyelv a második nyelv elsajátításának eszköze;
5. *modern nyelvek:* anyanyelvi oktatás, melyet minden tanuló választhat;
6. *interkulturális oktatás-nevelés:* célja az őshonos és a bevándorló tanulók közötti kölcsönös megértés növelése, a különböző kultúrák és vallások jobb megismerésén, illetve az előzetes és az előítélet csökkentésén keresztül. Része lehet a nyelvi tudatosság növelése is.
7. *anti-rasszizmus*: nagyobb hangsúly fektetése a tanítás strukturális elemeire – tanári kar, iskola szervezete, közösségfejlesztés;
8. *kompenzáció*.

A multikulturális nevelés fogalma mellett egyre inkább alkalmazzák a korábban csak a fogyatékossággal élők együttnevelésére vonatkozó *inkluzív nevelés* fogalmát (Varga, é. n.). „Az inklúzió – mint az exklúzió, a kirekesztés ellentétes irányú folyamata –, amennyiben előtérbe kerül az oktatási formákban és közösségekben, elősegíti az eredményesség növelését. Alapvető célja, hogy eszközrendszerével csökkentse a kizárásra irányuló nyomásokat az iskolában és a társadalomban. Az inklúzió a kultúrák és közösségek azon elfogadott nézetén alapul, hogy a befogadás egy soha be nem fejeződő folyamat, állandó munka egy ideálért, amiko ris az oktatásban és társadalomban tapasztalható kizárási kényszerek eltűnnek. A befogadó iskola forrása a közösség oktatásának, maga az oktatás pedig több mint az iskoláztatás – cselekvés a közösséggel, a közösségben, a közösségért." (Varga, é. n., 3–4.)

3.2. Kisebbségi tanulók

A kisebbségi tanulók iskolai alulteljesítésének magyarázatára különböző modellek születtek: a *kulturális depriváció* elmélete értelmében a kisebbségi tanulókat kognitív deficitek, személyiségfejlődésbeli problémák és motivációs hiányosságok jellemzik; a *szocializációs* modellek a családi jellemzőket helyezik előtérbe; a *társadalmi tőke* meghatározó szerepe a társadalmi környezet befolyásában nyilvánul meg; *a szegénység kultúrája* elmélet szerint a kisebbségi tanulók sajátos kulturális mintázatokkal, nem megfelelő szokásokkal és normákkal rendelkeznek; a *konfliktus* modellek hangsúlyozzák a társadalmi pozíciókért folyó harcot, ide sorolva a társadalmi és kulturális reprodukciós elméleteket is; a *nemzeti választás* modell szerint a társadalmi távolság, társadalmi státusz és az iskolai teljesítmény összefügg, ugyanolyan teljesítményszint mellett a kisebbségi csoport tagjának kevesebbek az esélyei; a *kulturális különbözőség*re fókuszáló modelleknél azon van a hangsúly, hogy az iskola és az otthon kultúrája különbözik; a *társadalmi struktúra* modellek az osztályviszonyokat, dominancia kapcso-

latokat és bizonyos csoportokkal szemben támasztott elvárásokat emelik ki; az *empowerment* szemlélet a kisebbségi tanulókat gátló vagy támogató tényezőket, az oktatási-nevelési folyamatot, és a tantervet elemzi; a *kontaktus* hipotézis szerint pedig a több kontaktus nagyobb harmóniához és kevesebb diszkriminációhoz vezet.

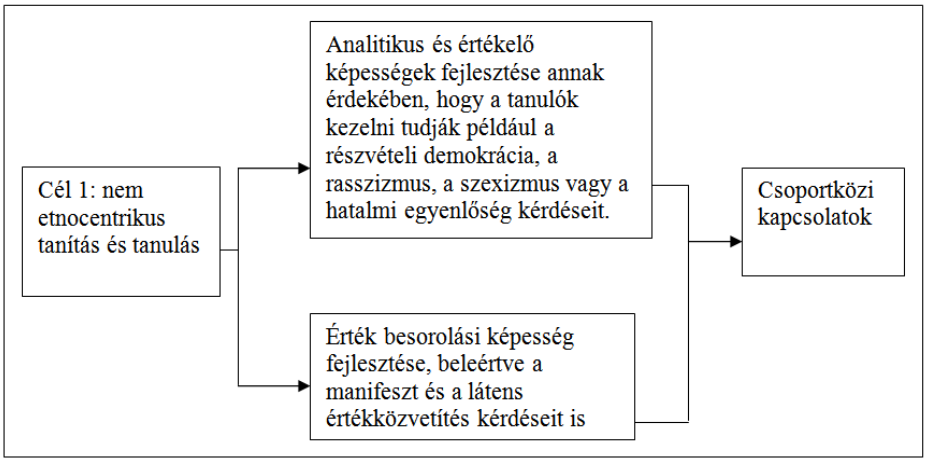
A kisebbségi tanulók iskolai alulteljesítéséhez számtalan tényező járul hozzá: a tanárok sztereotípiákat felvonultató attitűdje; a tanárok alacsony elvárásai a kisebbségi tanulókkal szemben; a kisebbségekre nézve nem releváns tanterv; diszkriminatív értékelési és tesztelési eljárások; az iskola és a szülők közötti szegényes kommunikáció; az oktatási rendszerben tapasztalható rasszizmus; és a társadalom mint egész részéről gyakorolt előítéletek és diszkrimináció.

Az iskola kultúrájának megváltoztatása az *anti-rasszista* irányzat kapcsán merült fel. Célja az iskolák étoszának, atmoszférájának megváltoztatása és a szükséges materiális kultúra megteremtése. A kulturális sokszínűség nevében a kisebbségi tanárok számarányának növelése mint cél is megjelent. A kisebbségi tanárok szerepmodellként szolgálhatnak, és gyengíthetik azt a sztereotípiát, hogy a kisebbséghez tartozóból nem lehet értelmiségi. Nagyon fontos az is, hogy az iskola jó kapcsolatot tartson fenn a helyi közösségekkel, a szülőkkel, és az iskola toleránsnak mutatkozzon a közösség szokásaival szemben. Ugyancsak ügyelnie kell a fiúk és lányok különbségeiből adódó eltérő nevelési módszerekre.

3.3. Oktatási modellek

Egy multikulturális oktatáspolitika kialakításában szerepet játszanak olyan külső erők, mint a törvényi keretek (törvények, szabályozások, korlátozó döntések), a kisebbségi és etnikai kutatások mindenkori állása és a szaktudás, mely behatárolja a lehetséges lépéseket (előadás).

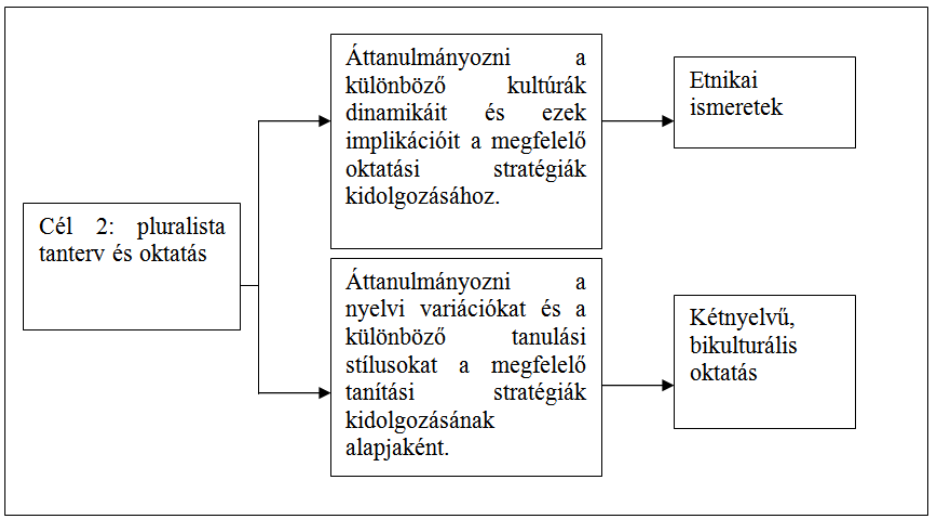
A multikulturális nevelés irányzata szerint a tanítási-tanulási folyamat ne legyen etnocentrikus. Az anti-rasszista nevelés irányzata ehhez még azt is hozzáteszi, hogy ne legyen rasszista sem. E két célt, illetve a velük foglalkozó modelleket a következő ábrák (3. és 4. ábra) szemléltetik:



3. ábra
A multikulturális nevelésben megvalósítandó célok / 1.
(Forrás: előadás)

Az értékbesorolást az 1970-es években dolgozták ki mint tanítási stratégiát. Először besoroljuk az értékeket, majd elvégezzük a tevékenységet, és ezután jöhet a változás. Mindezt tudatosítani kell a tanulókban.

Egy pluralista tantervet nem alapozhatunk pusztán a domináns csoport nyelvére. A fenti követelményekre, ahogyan az ábrákból is kitűnik, három modell reagált:



4. ábra
A multikulturális nevelésben megvalósítandó célok / 2.
(Forrás: előadás)

3.3.1. Csoportközi kapcsolatok modell

Az Amerikai Egyesült Államokban jött létre az 1940-es, 1950-es években. Interkulturális modell, melynek célja elősegíteni a kisebbségi és a többségi csoport közötti pozitív viselkedést a közöttük fennálló kapcsolat javítása érdekében. Középpontjában az empátia áll. *Követelményei:* a csoportok közötti kontaktus 1. elegendően hosszú ideig maradjon fenn; 2. törekedjen mindkét csoportot bevonó közös célok elérésére; 3. egyenlő státuszt biztosítson a két csoport számára. *Alapelvei: 1.* Minden egyénnek szüksége van arra, hogy tartozzon egy csoporthoz. 2. Az etnikai csoportok hasonlítanak és különböznek is. 3. Az elszeparált vagy szegregált emberek hajlamosak egymásról mítoszokat, sztereotípiákat kialakítani és előítéletet táplálni. *Tanítási stratégiái*: 1. az etnikai csoportok tanulmányozása saját közösségükön belül; 2. a családi élet mintázatainak tanulmányozása (a kisebbségi és a többségi csoportok háttere és tapasztalatai); 3. a csoportközi élmények tanulmányozása (sztereotipizálás, etnocentrizmus, előítélet, rasszizmus vagy diszkrimináció); 4. a rasszizmus tanulmányozása (a rasszista és az előítéletes gondolkodás jellemzőinek vizsgálata) (előadás).

3.3.2. Etnikai ismeretek modell

A cél a több tudás megszerzése magukról az etnikai csoportokról. *Követelményei:* Az etnicitás tanulmányozása során az etnikai csoportot úgy kell megközelíteni, mint olyan csoportot, amely: 1. organikus, és a változás és növekedés folyamatában van; 2. faji érték- és hiedelemrendszer által vezérelt; 3. belül különféle; 4. hasonlít és különbözik más csoportoktól. *Alapelvei*: 1. az etnikai csoportok egyedülálló élményekkel rendelkeznek a nagyobb társadalmon belül; 2. az etnikai csoportoknak meghatározott demográfiai jellemzőik vannak; 3. az etnikai csoportokban is jelen vannak a csoporthomogenitás és -heterogenitás elemei, például a csoporton belül hasonlóságokat és különbségeket tapasztalhatunk; 4. az etnikai csoportoknak olyan világszemléletük van, amelyet az irodalmukon, a néphagyományaikon, zenéjükön és más művészeti formáikon keresztül érthetünk meg. *Tanítási stratégiái*: 1. specifikus vagy számos etnikai csoportra vonatkozó etnikai ismeretek oktatása minden tanuló számára; 2. adatok vagy az etnikumok hőseinek puszta memorizálása helyett a multimédia technikák és a többféle tanítási módot használó oktatás (kortárs tutorálás, terepgyakorlatok, szimulációk, szerepjátékok) alkalmazása javasolt (előadás).

3.3.3. Kétnyelvű modell

Alapja a nyelvi különbözőség és a tanulási stílusok különbözősége. Célja, hogy a nyelvi kisebbséghez tartozóknak is összemérhető oktatási-nevelési hasznot eredményezzen az iskolarendszer. *Követelményei:* 1. az oktatást a tanuló anyanyelvén kell elkezdeni; 2. az alapműveltség elsajátítását az anyanyelven kell megalapozni, ezután áttérni a második nyelvre; 3. a teljes műveltség elsajátítása két nyelven és két kultúra szempontjából történjen, és a teljes elsajátításig fennmaradjon. Nem átmeneti modell. *Alapelve:* A kétnyelvű oktatás azon a feltevésen alapul, hogy akkor lehetséges az optimális tanítás és tanulás, ha az a tanuló anyanyelvén és kultúrájában folyik. A kétnyelvű komponens a tanuló adott etnikai csoportjára összpontosít. *Tanítási stratégiái:* 1. anyanyelv, 2. a második nyelven történő tanítás és a második nyelv elsajátítása (előadás).

3.4. Tanterv, taneszközök és értékelés

Lesznyák és Czachesz (1998) áttekintő munkájának felhasználásával, azt kiegészítve tárgyaljuk a tanterv és taneszközök kérdését. A multikulturális nevelés irányzatának fontos részét képezik a tantervi átalakítások és az ezeknek megfelelő taneszközök és tanítási módszerek kidolgozása. Ezekre azért van szükség, mert a tananyagban sok hibás tény és helytelen információ jelenik meg a kisebbségekről, a helyes információk segítségével csökkenthető az előítélet és a kisebbségi tanulók önértékelése is javul. Banks (1999) az alábbi tanterv-átalakítási irányzatokat foglalja össze:

- *A hozzájárulás szemlélete:* az érintetlenül hagyott tradicionális tantervhez hozzáteszi egy-egy etnikum hőseit, ünnepeit, szokásait vagy különleges eseményeit. Ily módon a kisebbségek megítélése a normálistól eltérő, egzotikus, másodrendű lesz.
- *A kulturális bővítés szemlélete:* a szerkezetében változatlan tanterv bővítése, amelyben már a kisebbségekkel kapcsolatos fogalmakat, problémákat, szociális és politikai kérdéseket is érintenek.
- *Az átalakítás szemlélete:* a tanterv tartalmát és szerkezetét átalakítja, és a diákokat arra ösztönzi, hogy a különböző fogalmakat, problémákat és eseményeket különböző szemszögből vizsgálják és elemezzék.
- *A döntéshozatal és társadalmi felelősségvállalás szemlélete:* célja a tanulók politikai tudatosságának növelése és szociális igazságérzetének kialakítása. A tanulóknak képesnek kell lenniük megfelelő társadalmi döntéseket hozni és a pluralizmus értékeinek megfelelően cselekedni.

Banks (1993) a tantervi átalakítás irányzatait egy másik felosztás szerint is ismerteti:

- *Etnikai bővítés szemlélete:* etnikumok hősei és az etnikai ünnepek szerepelnek csupán a tananyagban, mivel a tanárok csak kevés ismerettel rendelkeznek az adott etnikai csoportról.
- *Én-kép fejlesztő irányzat:* célja az etnikai kisebbségekhez tartozó fiatalok énképének fejlesztése és faji tudatosságuk növelése.
- *Kulturális depriváció irányzata:* az iskolai programok fő törekvése az etnikai kisebbségek kognitív és intellektuális hátrányainak kompenzálása (a kulturális depriváció forrásai: alacsony társadalmi osztály, szegénység, a hatékony fogalomelsajátítás hiánya, kulturális és intellektuális hiányosságok).
- *Nyelvi irányzat:* a felmerülő problémák okainak a nyelvi, illetve dialektusbeli különbségeket tekinti.
- *Rasszizmus irányzata:* a problémák egyedüli és legfontosabb okának az intézményesült rasszizmust tekinti. Az oktatási egyenlőséget eredményező programok megvalósítása érdekében a tanároknak meg kell érteniük, hogyan befolyásolja a kultúra tanulóik életét, és a rasszizmus és a kultúra interakciója hogyan vezet el az iskolai problémákhoz. A tanterv feladata, hogy segítsen a tanulóknak a fogalmakat, eseményeket és problémákat különböző etnikai és kulturális szempontból megvizsgálni. Ennek érdekében a tanároknak is rá kell lelniük saját személyes és kulturális értékeikre, identitásukra.
- *Radikális irányzat:* célja a magas szintű kultúrközi kompetencia kialakítása. Feltételezése szerint az iskola a probléma részét képezi, és kulcsszerepet játszik az

etnikai csoportok elnyomott helyzetének fenntartásában. Az iskola elsődleges szerepe az osztálystruktúra újratermelése. A hangsúlyt a társadalmi intézményekre és struktúrákra kell inkább helyezni a kisebbségi tanulók jellemzői és kulturális különbözősége helyett.

- *Genetikai irányzat:* az etnikai csoportok iskolai és társadalmi sikertelenségének oka öröklött vagy szocializált jellemzőikben keresendő.
- *Kulturális pluralizmus irányzata:* az iskola fő feladata az kell legyen, hogy segítsen a tanulóknak kialakítani etnikai csoportjukkal szembeni elköteleződésüket és ragaszkodásukat, hogy így részt tudjanak venni annak liberalizációjában.
- *Kulturális különbözőség irányzata:* az iskoláknak változtatniuk kell az oktatásnevelés környezetén, hogy így azt közelebb hozzák az etnikai kisebbségi fiatalok kultúrájához.
- *Asszimilációs irányzat:* a tanulóknak el kell sajátítaniuk azokat a készségeket, amelyek által a befogadó ország hatékony állampolgáraivá válnak, és erős nemzeti hűség alakul ki bennük.
- *Holisztikus irányzat:* jelenleg még csak igény szinten fogalmazódott meg, oktatási reform alapját kellene képeznie. Az iskolát kölcsönhatásban lévő egészként tekinti.

A taneszközök feladata, hogy tükrözzék a tantervben végbemenő változásokat, és elfogulatlan képet adjanak a különböző kultúrákról. A taneszközökben azonban számos torzítás figyelhető meg (Gollnick, Chinn, 1986):

- kihagyás (bizonyos kultúrák mellőzése, jelentéktelen mértékű képviselet);
- sztereotipizálás;
- szelektivitás és egyensúly felbomlás (a többségi kultúra nézőpontja érvényesül);
- valósághűtlenség (főleg a félreinformáltság következtében);
- fregmentáció és izoláció (hozzátétel integráció nélkül, például függelékben);
- nyelvi részrehajlás (többségi nyelv előnyben részesítése, nemek egyenlőtlensége).

A tanítási és értékelési módszerek szintén nagyban befolyásolják azt, hogy mi történik az osztálytermekben, milyen tanulási élményekkel térnek haza a kisebbségi tanulók. A tanárok hajlamosak diszkriminálni. A diszkriminatív megnyilvánulások közé tartozik például, ha a kisebbségi tanulókat vagy a lányokat kevesebbszer szólítja fel az órán a tanár, vagy nem hallgatja végig olyan figyelmesen, mint a többségi tanulókat vagy a fiúkat. A tanárok sztereotípiái, előítéletei és a beskatulyázás szerepet játszanak a tanulók informális értékelése során is. A tantárgyi tesztek pedig nem veszik figyelembe a tanulók kulturspecifikus tanulási élményeit (különböző nyelv, megfogalmazás, tartalom, feladattípus).

Az iskolai osztályok társadalmilag és kulturálisan szervezett tanulási környezetek (Erickson, 1986; in: Hernandez, 1989). Egy pluralista osztályban nagyon kell ügyelni a rejtett tantervre, melynek keretében a tanulóknak a „túlélésért" el kell sajátítaniuk bizonyos értékeket, attitűdöket és nem hivatalos viselkedési szabályokat. A rejtett tantervet befolyásoló számos tényező közé tartozik az etnicitás, a társadalmi-gazdasági státusz, a nemek és egyéb kulturális tényezők hatása az osztálytermi folyamatokra és egymásra.

A tanárok elvárásai befolyásolják a tanulók teljesítményét, részvételét az osztály munkájában és szociális kompetenciájukat. Megadhatók olyan szempontok, amelyekben érzékelhető, hogy egy tanár megkülönbözteti tanulóit:

- a tanuló ültetése;
- a tanulónak szentelt figyelem mennyisége (például mosoly, szemkontaktus);
- mennyi lehetőséget ad a tanulónak a tanórai részvételre;
- mennyi gondolkodási időt engedélyez a tanulónak, ha feltesz egy kérdést;
- a problémahelyzetekben mennyi segítséget, támpontot, segítő kérdést ad;
- a dicséret és a kritika mennyisége;
- a tanári visszajelzés gyakorisága és részletessége;
- a megkövetelt erőfeszítések mennyisége és a feladatmegoldással kapcsolatos elvárások;
- a tanuló megszólalása során a tanári közbeszólások gyakorisága és természete.

A szociokulturális tényezők, mint az öltözködés, a nyelv, a tisztaság és a családi háttér befolyásolják a tanárok elvárásait. Ez a befolyás általában az olyan tanulók hátrányára működik, akik alacsonyabb társadalmi-gazdasági hátterűek, kisebbségi nyelveket vagy nem az ország standard nyelvén beszélnek. Az elvárások ilyen szintű befolyásolása megkülönböztetett bánásmódot eredményez(het), amely tovább növeli az iskolakezdéskor már fennálló képesség- és információs különbségeket.

A különböző kultúrák esetében más interakciós szabályok érvényesülnek. Ez problémákhoz vezet, ha az osztálytermi interakciós mintázatok nem konzisztensek vagy összeegyeztethetők azzal, amit a gyerekek otthon vagy az anyaországban tapasztalnak. Ilyen tényezők lehetnek:

- *tempó* – például milyen gyors a tanár-diák interakció;
- *helyzetkezelés* – például a tanárok hogyan ellenőrzik és kontrollálják a viselkedést, milyen módon avatkoznak közbe, hogyan definiálják az odafigyelést, mennyi időt hagynak a válaszadásra;
- *a tanulói munka szervezése* – például osztálymunka, kiscsoportok, projektmunka, egyéni munka a tanárral;
- *részvétel* – a jelentkezés és válaszadás gyakorisága, mennyire hajlandó félbeszakítani mások beszélgetését.

A tanulókkal fenntartott interakciók során a tanároknak arra kell törekedniük, hogy fenntartsák a gyerekek saját kultúrájának integritását, de ugyanakkor vegyék figyelembe az iskola követelményeit is. Az osztályterem egy komplex kommunikatív környezet. Az osztálytermi interakcióknak számos fontos eleme van:

- kommunikáció a tanárok, a tanulók és a társak között;
- kontextusok és jelentések megalkotása;
- a tanulói részvétel szintjei;
- a tanulói képességek értékelése.

Az a kulturális háttér, amelyet a tanulók magukkal hoznak, befolyásolhatja azt, hogy a tanulók hogyan interpretálják ezeket az elemeket, és hogyan reagálnak azokra.

Ugyanabban az osztályban a különböző tanulók lényegesen eltérő élményeket szerezhetnek. A tanár-diák interakciós mintázatokban mutatkozó különbségek kapcsolatban állnak a nemekkel, az etnicitással és a teljesítményszinttel. Sokszor a tanár öntudatlanul teszi mindezt. Kiküszöbölésére a legjobb taktika, ha a tanárok megpróbálják megfigyelni az interakciós mintázatokat saját osztályukban. Megfigyelhető például az interakciók gyakorisága vagy minősége. Ehhez az alábbi lépések szükségesek:

1. el kell dönteni, hogy milyen típusú interakciós információt kívánunk gyűjteni (például bánásmód a fiúkkal és a lányokkal, kérdezési stratégiák, tanári visszajelzések);
2. a megfigyelési technika kiválasztása;
3. az információgyűjtés módjának meghatározása.

A társak szemében rangsorformáló a sportteljesítmény, a vonzó külső és a népszerűség vagy a társadalmi különbségek: osztály, rassz, etnicitás, kivételesség, nem. Általában minél magasabb egy tanuló státusza, annál nagyobbak az elvárások vele szemben és fordítva. A tanárok módosíthatják az elvárásokat a multietnikumú osztályokban, amelynek eszközei a tanuló kompetenciájának pozitív értékelése; a különböző etnikumokhoz tartozók magas státusza (például kisebbségi tanár jelenléte); kooperatív csoportok létrehozása. Az etnikai kisebbségek tanulói általában jelentősen jobban teljesítenek a kooperatív, mint a hagyományos osztályokban (Hernandez, 1989).

3.5. Az előítéletek megszüntetését célzó és a toleranciára nevelést elősegítő tanítási módszerek

3.5.1. A kooperatív oktatás, nevelés

Horváth (1994) összegző munkája képezi a jelen alfejezet alapját. Az iskolában hagyományosan alkalmazott tanulási módszerek az egyéni (individualizáló), a versenyeztető (kompetitív) és az együttműködő (kooperatív) módszer. A három módszer közül a szakirodalom az együttműködő vagy kooperatív oktatás-nevelés megvalósítását tartja ideális megoldásnak az olyan iskolai osztályban, amely összetételében egy vagy több szempontból (nem, etnicitás, társadalmi-gazdasági státusz, képességszint stb.) heterogén. Ha célunk az ismeretek, elvek alkalmazása, átadása; a komplex fogalmak megértése; a problémamegoldás; a kreativitás, másként gondolkodás; a perspektívák megértése; a *társadalmi, kulturális, etnikai különbségek elfogadása; az előítélet, elfogultság csökkentése;* a pozitív beállítottság az iskolával, tanulással szemben; és a tanuló önmagával szembeni pozitív beállítottságának kialakítása, az optimális tanulási módszer az együttműködő módszer. A kooperatív munkamodellhez empátia, türelem, odafigyelés és önfegyelem szükséges. Ezeket el kell sajátítani, nem elég, ha egy csoportnak csak annyit mondunk: Működjetek együtt!

Minden pedagógus számára ismerős a kiscsoportos munka, de hagyományos formája nem ugyanaz, mint a kooperatív tanulócsoport. A kétféle tanulócsoport közötti különbségeket az 4. táblázat illusztrálja.

Kooperatív tanulócsoportok	Hagyományos tanulócsoportok
pozitív interdependencia	nincs interdependencia
egyéni beszámoltatás	nincs egyéni beszámoltatás
heterogén csoportösszetétel	homogén csoportösszetétel
megosztott vezetés	egy kijelölt vezető
a feladat és támogatása hangsúlyozott	csak a feladat hangsúlyozott
szociális ismereteket közvetlenül tanítanak	a szociális ismereteket feltételezik, v. elhanyagolják
a tanár felügyel és beavatkozik	a tanár a csoport működését nem kíséri figyelemmel

4. táblázat
A kooperatív és a hagyományos kiscsoportos tanulás jellemzőinek összehasonlítása
(Forrás: Horváth, 1994)

A *pozitív interdependencia* egymást segítő kölcsönös függést jelent. A tagoknak a saját teljesítményük mellett a csoporttársak teljesítményét is figyelemmel kell kísérniük. A pedagógus a feladatok megalkotásakor tudatosan építi ezt a felelősséget. Minden csoporttagnak egyéni felelőssége van *(egyéni beszámoltatás),* minden tanuló visszajelzést kap saját előmeneteléről. Az egész csoport ismeri egymás munkáját, tudják, kit kell bátorítani. A kooperatív tanulócsoportok *összetétele* képességeikben, illetve személyi tulajdonságaikban *heterogén.* Minden tag felelős a feladatok végrehajtásáért *(megosztott vezetés)* és egymás teljesítményéért *(megosztott felelősség);* a csoporttagok segítik és bátorítják egymást. A tanulók az egyes csoporttagok maximális teljesítményének elérésére összpontosítanak, a tagok közötti jó munkakapcsolat fenntartása mellett *(a feladat és a támogatottsága hangsúlyozott).* A *szociális készségek elsajátításában* a tanulók együttműködnek (például: vezetés, kommunikáció, bizalomépítés, konfliktuskezelés stb.), és ezeket a pedagógus tudatosan tervezi, e készségek elsajátításához helyzeteket teremt. A *tanár felügyel és beavatkozik;* tanulási szituációkat szervez a csoportok részére a folyamatok hatékonysága érdekében.

A tanulók teljesítményét erőteljesen befolyásolja a tanuló-tanuló kölcsönhatás. Az *indivdualizáló* tanulási módszer esetében a tanuló egyéni eredményessége nincs kapcsolatban a többiek teljesítményével. Így a tanulók individuális eredményre törekszenek, és nem törődnek társaik teljesítményével. A *versenyeztető* pedagógiában a tanulók elkülönült egyének, akiknek közös céljuk nincs, ám feltétlenül szükséges a csoport kontextusa, hiszen a verseny az egyéni teljesítmények összehasonlítása, a másik legyőzése, túlszárnyalása. Létrejöhet a negatív interdependencia is, amikor a tanulók rájönnek, hogy eredményt úgy is elérhetnek, ha a társaik kevesebbet teljesítenek. A tanulók az iskolát is versenyzési lehetőségnek tekintik. Keményen dolgoznak, hogy társaiknál jobbak legyenek, vagy hanyagolják a munkát, mert a sok veszítés miatt már nem hisznek saját képességeikben. A verseny a vérünkben van. A harmadik út a *kooperatív tanulás.* Ennek alapelemei az alábbiakban ragadhatók meg:
Pozitív interdependencia: Pozitív kölcsönös függés. Az egyes tanulók eredményei hasznosak a többi csoporttag számára. A pedagógusnak olyan helyzeteket kell létrehoznia, amelyben a tanulók érzik, hogy szükségük van egymásra ahhoz, hogy saját maguk eredményt érjenek el, és a csoport kitűzött feladatait teljesítsék.

a) *Közös célok kitűzése – cél-interdependencia:* „együtt úszunk vagy süllyedünk". A sikeresség feltétele, hogy minden csoporttag elsajátítsa a tananyagot.
b) *Külső fenyegetettség érzése – krízis-interdependencia:* Itt hasznos lehet a versenyeztetés (azonos összetételű csoportok között!). A csoportok közötti verseny erősíti a csoportokon belüli kohéziót, de gyengíti a csoportok közötti szolidaritást. Ez kiküszöbölhető, ha az egész osztálynak találunk „külső ellenséget". Ez lehet egy másik osztály vagy maga a pedagógus.
c) *A feladatok szétosztása – feladat interdependencia:* Arra kell törekedni, hogy minden tanuló részt vegyen minden munkafázisban. Például minden csoport készítsen csoportbeszámolót, és ezt minden tag írja alá, mutatva, hogy ismerik annak tartalmát, és megindokolni is képesek azokat. A tanár találomra kiválaszthat egy tanulót, akinek prezentálnia kell, hogy az egész anyagot elsajátította.
d) *A csoport tagjai között az anyagok, források, információk megosztása – forrás interdependencia:* A csoport tagjai az anyag különböző részeit kapják, és közös munkával kell a teljes anyagot összeállítaniuk.
e) *A tevékenység szétosztása – szerep interdependencia:* A gyerekeknek formalizált szerepeket kell adni, nem összemérhető szerepeket, így nem alakul ki az alárendelő piramis struktúra (vezető és beosztott), hanem a kooperációra jobban jellemző háló struktúra jön létre. Az alábbi szerepek lehetnek például: a csoport munkáját összesítő csoporttag; ellenőr (ellenőrzi, hogy mindenki elsajátította-e a tananyagot); pontosságot ellenőrző csoporttag (kijavítja a többiek hibáit); előadás/kidolgozás ellenőre; a kutató – futár (beszerzi az anyagokat, tanácskozik a tanárral); jegyzőkönyvvezető; tanácsadó; felügyelő; egyéb: felolvasó, jegyző, anyagkezelő, bátorító, dicsérő, zajfigyelő, összesítő, segélykérő, időmérő, kérdező.
f) *Közös elismerés, jutalom – jutalom interdependencia:* Építő hatása akkor érvényesül, ha a csoportok kapnak elismerést. Például a tanár egyénileg beszámoltatja a csoporttagokat, és prémium-pontot kaphatnak annak alapján, hány csoporttag érte el az előre meghatározott szintet.

A kooperatív tanulásban *a tanár szerepe* a célok meghatározása – tantárgyi cél, illetve az elérendő kooperációs szint meghatározása; a csoport nagyságának meghatározása – az optimális csoportnagyság 2–6 fő; a tanulók csoportokba való beosztása (véletlenszerű (random csoport), szimpátia alapján, teljesítményszint szerint, peremhelyzet megakadályozása); a feladat megtervezése; az értékelés módjának megtervezése (kritérium-elvű értékelési módszer); a megkívánt viselkedésformák meghatározása; a tanulók viselkedésének megfigyelése; ha szükséges, beavatkozás a csoport működésébe, a feladat lezárása; a tanulók teljesítményének mérése (a tudás és az elvárt viselkedési formák ellenőrzése); a csoport működésének felmérése.

3.5.2. A mozaik módszer

A kooperatív oktatás elveihez hasonló módszert dolgozott ki Eliot Aronson (Síklaki, 2010). Módszeréhez három alapelvet kapcsolt, melyek értelmében a tanulást olyan módon kell strukturálni, hogy a siker és a versengés egymást kizárja, a siker csakis együttműködés eredménye legyen, és osztálybeli státuszától függetlenül a tananyag feldolgozásakor minden diák egyedi, mástól nem hozzáférhető információval rendelkezzen. A mozaik vagy kirakós módszerrel működő osztályokban megfigyelték, hogy

megnőtt a csoporttagok elfogadása, pozitívabban viszonyultak az iskolához és kevesebbet hiányoztak a diákok, nőtt a gyerekek önbecsülése, magasabb teljesítményt nyújtottak, és empátiás készségük fejlettebbé vált (Síklaki, 2010).

5.3.3. A kisebbségek művészetének alkalmazása

Szükség van ismereteink bővítésére is, de talán ugyanennyire fontos a tananyagszerű ismeret mellett az érzelmek mozgósítása. Ebben hívhatók segítségül a művészetek. A hangszalagon, filmen, mesében rögzített élmények jó lehetőséget teremtenek mindenki számára, hogy közelebb kerüljenek a különböző népekhez, emberekhez, családokhoz, gyerekekhez, valamint másokat is közelebb hozzanak egymáshoz. A kommunikáció eddig igen kevéssé használt lehetőségeit alkalmazhatják az előítéletek csökkentésében, a másság elfogadásában, a tolerancia fejlesztésében. A *néptánc* minden nemzeti kultúra alapját képezi, közösségi életünk szerves része. A táncos zenés mozgások elsajátítása a személyiségfejlesztést, a társkapcsolatok viselkedési normáinak kialakítását, formálását hangulatos, élmény gazdag körülmények megteremtésével valósítja meg. A néptánc, *népzene* az egyes etnikai tájegységekhez sajátos kultúrájú igen gazdag zenei és táncos mozgásanyagban őrzi a hagyományokat. A helyi hagyományok tisztelete és megőrzése nemzeti tudatformálásunk szerveként kell hogy továbbéljen ifjúságunkban. A nemzeti, vagy etnikai és kisebbségi jellegű dalok multikulturális hatása jelentős. A *népmesék* olyan fejlesztési célok érdekében alkalmazhatók például, mint a szókészlet gazdagítása, szinonima sorok megismerése, rövid távú emlékezet, figyelem, fogalmi gondolkodás fejlesztése (Tarkó, Benkő, 2005).

3.5.4. Belátó iskolaszervezés (Wise schooling)

Ez a módszer azoknak a tanulóknak nyújthat segítséget, akik azonosulnak az iskolai teljesítménnyel. Ennek a stratégiának fontos elemei az optimista tanár-diák kapcsolat, a kisegítő oktatás kétségbevonása, annak a gondolatnak az ápolása, hogy az intelligencia növelhető, annak hangsúlyozása, hogy mindenki teljes jogú tagja az iskolai közösségnek, annak tudatosítása, hogy a dolgokra többféle nézőpontból tekinthetünk és a megfelelő szerepmodellek (Síklaki, 2010).

3.5.5. Virtuális tanterem

Síklaki (2010) szerint az osztálytermi folyamatok elsődleges negatív hatásai kiküszöbölhetőkké válnának, ha az általános iskola első osztályába való belépéskor a tanulók egymással és a tanárokkal néhány hónapig csak a virtuális osztályteremben találkoznának. Ebben az osztályteremben csak a képességeiket, tulajdonságaikat és teljesítményüket hordozó szereplők jelennek meg, az etnikai hovatartozás, a nem, a társadalmi helyzet és minden egyéb iskolai rangsorképző tényező rejtve maradna. Ily módon a virtuális osztályterem szereplői objektív szemüvegen keresztül alakíthatnák ki egymásról első benyomásaikat, és az önkéntelen előítéletességet hordozó reakciók is kiküszöbölhetőkké válhatnak. A szerző azt feltételezi, hogy az egymásról így kialakult előzetes vélekedések a személyes találkozás és a valódi kilét felfedése után is fennmaradnak.

IRODALOMJEGYZÉK

Banks, C., Banks, J. (1993): *Multicultural Education.* Allyn and Bacon, Boston.

Banks, J. A., Banks, C. A. McGee. (1997): *Multicultural Education Issues and Perspectives.* 3rd ed. Allyn and Bacon, Needham Heights, MA, 3–4.

Banks, J. A. (1999): *An Introduction to Multicultural Education.* 2nd ed. Allyn and Bacon, Boston.

Bennett, C. I. (1999): *Comprehensive Multicultural Education: Theory and Practice.* Allyn and Bacon, Needham Heights, MA, 11.

Csepeli György (1997b): *Szociálpszichológia*. Osiris Kiadó, Budapest.

Fase, W. (1994): *Ethnic divisions in Western-European Education*. Waxmann.

Forray R. Katalin (2000, szerk.): *Romológia – ciganológia*. Dialóg Campus Kiadó, Budapest–Pécs.

Gollnick, P., Chinn, P. C. (1986): *Multicultural education in a pluralistic society.* Charles Merrill, Columbus.

Gorski, P. (2003): *Defining Multicultural Education*. The McGraw-Hill Companies.

Hernández, H. (1989): *Multicultural education: A teaching guide to Content and Process*. Merrill Pc, Columbus.

Horváth Attila (1994): *Kooperatív technikák. Hatékonyság a nevelésben*. OKI Iskolafejlesztési Központ, Budapest.

Lesznyák Márta, Czachesz Erzsébet (1998): Multikulturális oktatáspolitikai koncepciók. In: Czachesz Erzsébet (1998, szerk.): *Multikulturális nevelés. Szöveggyűjtemény tanító- és tanárszakos hallgatók számára*. Mozaik Kiadó, Szeged, 7–17.

Nieto, S. (1996): *Affirming Diversity: The Sociopolitical Context of Multicultural Education.* 2nd ed. Longman Publishers, White Plains, NY, 307–308.

Síklaki István (2010): *Előítélet és tolerancia*. Akadémiai Kiadó, Budapest.

Tarkó Klára, Benkő Zsuzsanna (2005): A magyar tanítóképzés megújítása – tananyagfejlesztés a Szegedi Tudományegyetemen. *Új Pedagógiai Szemle*, 07. 08. 33–44.

Tiedt, P., Tiedt, I. M. (1999): *Multicultural Teaching: A Handbook of Activities, Information and Resources.* 5th ed. Allyn and Bacon, Needham Heights, MA, 18.

Varga Aranka (é. n.): Multikulturalizmus – inkluzív oktatási rendszerek. http://nti.btk.pte.hu/admin/documents/varga/interkulturalis_neveles.doc (1-8)

Lelki egészségfejlesztő programok előkészítése városi szinten

A hódmezővásárhelyi lelki egészségfelmérés elemzésének tanulságai[1]

DR. LIPPAI LÁSZLÓ LAJOS ÉS DR. ERDEI KATALIN

1. Bevezetés

1.1. Növekvő társadalmi igény a lelki egészség közösségi szintű fejlesztésére

A lelki egészség és a szubjektív jóllét megőrzése, fejlesztése az Európai Unió egészségpolitikájának kiemelt fontosságú területe (Lelki Egészség és Jól-lét Európai Paktuma, 2008). Ennek hátterében az a felismerés áll, hogy a lelki egészség nemcsak individuális érték, hanem olyan egyéni és közösségi erőforrás is, mely fontos összetevője az EU társadalmi és gazdasági sikerének. Ezzel összhangban a lelki egészség alacsony szintje sem csupán egyéni problémák forrása, hanem olyan emberi jogi, társadalmi, gazdasági és népegészségtani kérdéseket vet fel, amelyekkel uniós és tagországi szinten egyaránt szükséges foglalkozni (Lelki Egészség és Jól-lét Európai Paktuma, 2008).

A lelki egészség fejlesztését célzó uniós törekvést egyáltalán nem egyszerű a gyakorlatban megvalósítani. Ezért az ilyen jellegű kezdeményezések gyakran más, globális egészségpolitikai kezdeményezésekbe ágyazottan jelennek meg. Például az Egészségügyi Világszervezet (WHO) Egészséges Városok programja 1988 óta sikerrel bizonyítja Magyarországon is, hogy városi szinten is van lehetőség a lakosság egészségének fejlesztésére (EVMSZ, 2011). Magyarország a kezdetek óta csatlakozott ehhez a WHO-kezdeményezéshez, melynek keretében önkormányzati kompetenciakörben valósítanak meg egészségfejlesztési kezdeményezéseket. Az Egészséges Városok programja révén erősödik a helyi (szakma)politikai döntéshozók egészségtudatossága, ugyanakkor lehetőség nyílik a lakosság életminőségét befolyásoló önkormányzati döntések előkészítésére és megvalósítására is (EVMSZ, 2011).

Annak ellenére, hogy a pszichés egészség még nem szerepelt az Egészséges Városok programjának prioritásai közt, a gyakorlat szintjén a lelki egészség fejlesztése is integrálható a futó programokba. Magyarországon ez jellemzően városi szintű drog-, dohányzás- és alkoholprevenciós tevékenység formájában történik meg (vö. EVMSZ, 2011). Hódmezővásárhely hivatalosan 2009-ben csatlakozott az Egészséges Városok Magyarországi Szövetségéhez, és az Egészséges Vásárhely Program (EVP) keretében törekszik az átfogó – prevenciós és egészségfejlesztési – célkitűzések megvalósítására. Az EVP a város lakosságát életkori bontásban, az előzetes vizsgálatok (HODEF, 2008) eredményei alapján meghatározott életmód- és egészségmagatartási elemekre fókuszálva célozza meg. A Hódmezővásárhelyi Lakossági Egészségfelmérés (HODEF, 2008) és az EVP programpontjainak előkészítésére végzett állapotfeltáró vizsgálat módszertana a népegészségtan kutatási paradigmájára épült.

Hódmezővásárhely önkormányzatának döntéshozói és az Egészséges Vásárhely Program szakemberei – a Lelki Egészség és Jól-lét Európai Paktumával összhangban –

---

[1] Lippai László Lajos, Erdei Katalin (2014): Lelki egészségfejlesztő programok előkészítése városi szinten – a hódmezővásárhelyi lelki egészségfelmérés elemzésének tanulságai, *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika 15*(4), 351–371. Másodközlés a Kiadó Engedélyével.

azonban a lakosság lelki egészségének felmérésére és javítására kiemeltebb hangsúlyt kívánnak helyezni: a mentálhigiéné preventív megközelítése mellett a lelki egészségfejlesztés pozitív koncepcióján alapuló módszereket (WHO, 2004) is be kívánnak építeni programjukba. Ehhez szükségessé vált a hódmezővásárhelyi lakosság lelki egészségének átfogóbb felmérése is. A HODEF 2008-as vizsgálata biztosított ugyan a lakosság mentális egészségére vonatkozó információkat, ezek azonban főként pszichiátriai szempontú mérőeszközökből származtak [pl. Lelki Egészség Kérdőív (GHQ-12); Balajti, Vokó, Ádány, Kósa, 2008], és önmagukban nem nyújtottak elégséges információt a (szakma)politikai döntésekhez.

A Szegedi Egészségfejlesztő Műhely (Benkő, Erdei, 2005; Tarkó, Lippai, 2013) a hódmezővásárhelyi önkormányzat felkérésére arra vállalkozott, hogy empirikus vizsgálat keretében tárja fel a lelki egészségfejlesztés hódmezővásárhelyi prioritásainak kialakításához szükséges adatokat. Az egészségfejlesztés, az egészségtudományok paradigmaváltásával összhangban (Benkő, 2005; Tarkó, 2013), az egészség fogalmát multidiszciplináris elméleti és módszertani alapon közelíti meg. A mai egészségértelmezések többségével egybehangzóan az egészséget olyan folyamatnak tekintjük, melyben éppúgy leképeződik az egyén objektív és szubjektív hogylétének állapota, mint az, hogy a személy fejlődésének fizikális, pszichés, szellemi, spirituális és közösségi aspektusa mennyire van összhangban saját lehetőségeivel, céljaival és külső életkörülményeivel (Badura, 1992; Benkő, 2005; Hurrelmann, Lasser, 1998). Erre az egészségfogalomra építve nyer értelmet az egészségfejlesztés tág meghatározása is, miszerint az egészségfejlesztés az összes nem-terápiás egészségjavító tartalom és módszer gyűjtőfogalma (Benkő, 2005).

Nézőpontunk szerint a lelki egészségfejlesztés olyan *speciális* egészségfejlesztő beavatkozás, melynek célja a pszichés, szellemi, spirituális és/vagy közösségi aspektus kongruenciájának javítása, mely az egészségfejlesztés eszköztárának teljes spektrumának felhasználásával – az életmód bármely elemének egyéni / szervezeti / közösségi szintű befolyásolásával – történik. A lelki egészségfejlesztés magában foglalja a pszichés zavarok rizikótényező-központú prevencióját (tehát a mentálhigiénés beavatkozásokat), azonban módszertani eszköztára ennél jóval szélesebb (részletesebben lásd: Benkő, 2005).

E szemléletmódra építve tanulmányunkban a lelki egészség veszélyeztetettségére vonatkozó kategóriarendszer bemutatására és a hódmezővásárhelyi lakosság aktuális jellemzőinek feltárására vállalkozunk. A lakosság pszichés jellemzőinek olyan mélységű feltárására törekedtünk, amely lehetővé teszi az aktuális közösség szempontjából lényeges lelki egészségfejlesztési és prevenciós beavatkozások célcsoportjainak empirikusan alátámasztható meghatározását.

1.2. A jelen vizsgálat elméleti háttere

Kutatásunk során a lelki egészség fogalmának meghatározásakor a WHO megközelítéséből indultunk ki. Az Egészségügyi Világszervezet megfogalmazása szerint a lelki egészség nem pusztán a mentális és pszichés zavarok hiányát jelenti, hanem a szubjektív jól-lét olyan állapotának tekinthető, melyben minden egyén képes felismerni a benne rejlő lehetőségeket és az élet természetesnek tekinthető stresszhelyzeteivel megküzdeni, produktív és gyümölcsöző munkát végezni és tevékenyen részt venni saját közösségeinek életében (WHO, 2010a). A magyar szakirodalomban számunkra fontos kulcsfogalmakkal gazdagodva is megjelenik e meghatározás előzménye. Szakács Fe-

renc megfogalmazásában: „…az egészséges (normális) ember az, aki önálló életvezetésre képes, aki élethelyzetéből adódó szerepeit elfogadja, képességeinek megfelelő munkát végez, és mindeközben (tehát nem legvégül) örömszerzésre képes, életét más emberekkel együtt közösségi, társadalmi céloknak megfelelően éli." (Szakács, 1994, 29.)

Vizsgálatunkban azonban leginkább a pszichológiai életminőség (Kopp és Skrabski, 2009) hazai kutatása során kikristályosodott elméleti koncepció és módszertan alkalmazására törekedtünk. A pozitív pszichológia meghatározó elméleteire visszavezethető, főként Martin Seligman, Csíkszentmihályi Mihály és Ed Diener munkásságára építő pszichológiai életminőség modellje összhangba hozható azonban a WHO lelki egészség definíciójával is. Emellett ez a megközelítés jelentős empirikus megalapozottsággal is rendelkezik a magyar lelkiállapot felmérésére irányuló Hungarostudy vizsgálatok révén (Kopp, Skrabski, 2009).

A pozitív érzelmek és az értelmes élet fontosságát hangsúlyozó elméletre (Kopp és Skrabski, 2009) építve, a hódmezővásárhelyiek lelki egészségének felmérése során olyan pszichológiai életminőség-elemek vizsgálatára törekedtünk, mint a) a szubjektív pszichés jóllét, pozitív életminőség és a lelki egészségesség önminősítése; b) a lehangoltság, depresszió, negatív érzelmi állapotok; c) a reménytelenség; d) az életcél, valamint az alapvető pozitív érzések hiánya; e) a krónikus stressz állapotával együtt járó vitális kimerültség; f) a nehéz helyzetek megoldásában érzett szubjektív kompetencia és g) a mindennapos stresszhelyzetekkel való megküzdést segítő koherencia-érzet. A fenti dimenziókat elméleti (Kopp, Skrabski, 2009) és módszertani (Kopp, Kovács, 2006) szempontból is a lelki egészség meghatározó elemeinek tekinthetjük.

A mentálhigiénés intervenciók szakmapolitikai előkészítésével kapcsolatos tapasztalataink azonban arra utaltak, hogy a pszichológiai életminőség koncepciója túl sok dimenziót alkalmaz.[3] Ez nehézséget jelent a döntéselőkészítési folyamat során, mert nem teszi lehetővé az egyértelmű és átlátható, ugyanakkor empirikusan is igazolható következtetések megfogalmazását. Másrészt, az általunk elemzett szakirodalomban sem találtunk utalást arra, hogy a pszichológiai életminőség változóiból kirajzolódó profil alkalmas-e átfogó – a pszichológiai életminőséget egészében jellemző – következtetések levonására; és ha igen, akkor miként. Ezért tartottuk szükségesnek azt, hogy a célpopulációt egyértelmű, empirikusan is jól definiálható és az intervenció szempontjából markánsan különböző csoportokra bontsuk.

Vizsgálatunk kiindulópontja az volt, hogy az egyén pszichés egészségi állapotát nagymértékben jellemzi az, hogy a mindennapok kihívásaihoz való adaptáció során milyen mértékű zavarokat, panaszokat tapasztal (vö. generalizált adaptációs szindróma – Selye, 1965; a stressz tranzakcionalista megközelítése – Lazarus, 1991). Kutatócsoportunk ezért – lelki egészségfejlesztési és pszichoterápiás tapasztalatai alapján – a

[3] Hasonlóan nehéz a közösségek lelki egészségének áttekinthető jellemzése a rizikótényezők felmérésével. Az emberi életciklus kritikus periódusai, a magzatkori és a kora gyermekkori veszélyeztetettség, a családon belüli erőszak, az alacsony iskolázottság, a szegénység, a krónikus betegség és fogyatékosság, a kisebbségi csoporthoz tartozás és a magas bűnözési rátával kapcsolatos adatok jelezhetik azt, hogy az adott közösség szocioökonómiai környezete és élethelyzete milyen mértékben fenyegeti a közösség tagjainak lelki egészségét (vö. WHO 2010b, 2012). Ez a megközelítés azonban szintén sok dimenzió alkalmazását igényli. Továbbá, pusztán az objektív környezeti hatások jellemzéséből nem derül ki, hogy milyen mértékben tudtak alkalmazkodni az adott közösség tagjai a szocioökonómiai és élethelyzeti nehézségekhez.

pszichológiai életminőség három kategóriájának empirikus meghatározására és igazolására tett kísérletet.

A mentálisan egészséges csoportba sorolható személyeket úgy jellemeztük, mint akik megfelelő énerővel, önértékeléssel rendelkeznek. Ha erősen stresszkeltő – érzelmi sérülésekkel és társas-kapcsolati konfliktusokkal terhelt – élethelyzetbe kerülnek, képesek strukturáltan reagálni és aktívan megküzdeni a kihívásokkal. Mindennapi tevékenységeik ellátásához saját erőforrásaik elegendők, de képesek a stresszhelyzetekből származó negatív érzések, feszültségek kontrollálására is. Ebben a csoportban is fordulhatnak elő adaptációs zavarok, de viszonylag ritkán és átmeneti jelleggel.

A sérülékeny csoportba sorolható személy esetében a személy aktuális stresszhelyzetekre adott válasza kevésbé aktív, és a problémák, nehézségek hárításával jellemezhető. Ennek hátterében leginkább önmagának vagy környezetének leértékelése (önértékelési problémák) húzódik meg. A sérülékeny személy esetében már kifejezett adaptációs zavarok tapasztalhatóak, jellemzően néhány markáns panasz vagy sok kisebb – de összességében jelentős hatással bíró – nehézség formájában. Ezért a problémákkal való szembenézéshez, a mindennapos stresszhelyzetek hatékonyabb kezeléséhez változnia kell, mégpedig úgy, hogy meglévő erőforrásai újszerű használatát kell elsajátítania.

Végül a veszélyeztetett csoportba sorolható személy már nem képes a mindennapos stresszhelyzetek, érzelmi sérülések, szociális konfliktusok, kapcsolati nehézségek hatékony kezelésére; lebénul, ha szembesül egy problémával (súlyos döntési dilemma). A meglévő külső és belső erőforrásai nem elegendőek ahhoz, hogy meg tudjon küzdeni a mindennapi élet kihívásaival. A súlyos mértékű adaptációs zavarok gyakori, súlyos panaszok formájában jelentkeznek. Ezért mindenképpen külső segítségre szorul abban, hogy új megküzdési módokat, konfliktuskezelési eljárásokat tanuljon, és támaszt kapjon azok alkalmazásában. Mindhárom csoport esetében eltérő lelki egészségfejlesztési célok kijelölésére és eltérő módszerek alkalmazására van szükség a hatékony beavatkozás érdekében. Ezért a három csoport azonosítása, empirikus elemzése fontos lépését jelenti a közösségi szintű egészségfejlesztési beavatkozások előkészítésének.

1.3. A jelen vizsgálat hipotézisei

Tanulmányunkban egy közepes méretű magyar városban – Hódmezővásárhelyen – lezajlott állapotfeltáró vizsgálat eredményein keresztül mutatjuk be a fenti kategóriák alkalmazhatóságát. Két fő kutatási kérdésre fókuszálunk. Az első kutatási kérdésünk a mentális egészség vonatkozásában kialakított kategóriák adekvátságára irányult, vagyis arra, hogy a mentálisan egészséges, sérülékeny és veszélyeztetett kategóriákba sorolható egyének pszichológiai életminőségében megvan-e a feltételezett markáns különbség. E kutatási kérdéssel kapcsolatban az alábbi hipotéziseket fogalmaztuk meg.

1. hipotézis: a pszichológiai életminőség általunk vizsgált mutatóiban – szubjektív jóllét, depresszió, általános unalom, kompetencia- és koherencia érzés – a hódmezővásárhelyi lakosság nem tér el szignifikánsan az országos vizsgálatok reprezentatív eredményeitől.
2. hipotézis: a mentális szempontból egészségesnek, sérülékenynek és veszélyeztetettnek tekintett csoportok között a pszichológiai életminőség indikátoraiban szignifikáns eltérések mutathatóak ki.

A második kutatási kérdésünk arra irányult, hogy a fenti kategóriák alkalmazásával a hódmezővásárhelyi lakosság esetében milyen beavatkozási pontok, igények azonosíthatóak. Véleményünk szerint a közösségi lelki egészségfejlesztő intervenciók sikeréhez fontos, hogy városi szinten is könnyen kezelhető szociodemográfiai tényezők alapján (nem, életkor és iskolai végzettség), empirikusan igazolható módon olyan célcsoportok azonosítását tegyük lehetővé, amelyek kiemelt figyelmet igényelnek. A 3. hipotézisünk szerint a szociodemográfiai tényezők (nem, életkor, iskolázottság) szerinti bontásában azonosíthatóak olyan célcsoportok, ahol a veszélyeztetettek aránya nagyobb más szociodemográfiai csoportokhoz képest.

2. Módszer

2.1. A vizsgálat lefolytatása és a minta jellemzői

A 2011. áprilistól októberig zajló vizsgálatban két hódmezővásárhelyi intézmény vett részt: a Hódmezővásárhelyi Integrált Szakképző Központ Szakiskola és Szakközépiskola Kalmár Zsigmond Tagintézménye (a továbbiakban: Iskola) és az Erzsébet Kórházrendelőintézet (a továbbiakban: Kórház). A fenti két intézmény reprezentálja – az önkormányzati döntéshozók megítélése alapján – a város szociodemográfiai összetételét. A Kórház minden dolgozója (szakdolgozó, ügyviteli, kisegítő) és teljes klientúrája, valamint a betegeket kísérő látogatók, hozzátartozók, az Iskola minden dolgozója (oktató és nem oktató személyzet), a szülők és a felnőttképzésben részt vevő tanulók képezték az elsődleges vizsgálati keretet.

A vizsgálati minta kialakítása során a hódmezővásárhelyi lakosság teljes szociodemográfiai vertikumának feltérképezését kíséreltük meg; tekintve, hogy mind az egészségügyi, mind az oktatási személyzet iskolai végzettsége magas (közép- és felsőfokú), a klientúra és a klientúrához kapcsolódók (kísérők, látogatók, szülők, felnőtt tanulók) körében pedig jelentős arányban találkoztunk alacsony státuszú válaszadókkal.

A Kórház és az Iskola dolgozóinak körében teljes körű lekérdezés; a tanulók, járó- és fekvőbetegek, valamint látogatók esetében véletlen mintavételezés történt. A mintavételi keret a későbbiekben kiegészült a Hódmezővásárhely Megyei Jogú Város Önkormányzata Polgármesteri Hivatalának kliensköréből vett véletlen mintával. A kérdezőbiztosok segítségével lezajlott 2377 lekérdezés rögzített adatai jutottak el a kutatócsoporthoz; ebből a kiskorúak (32 fő), a nem vásárhelyi lakosok (493 fő) és a nem értékelhető kérdőívek (13 db) kizárásával 1839 fő adataival dolgoztunk.

A válaszadók 35%-a férfi és 65%-a nő. A megkérdezettek életkora 18 és 94 év között alakult, az átlagéletkor 42,56±15,40 év. A Hungarostudy-vizsgálatok korosztályi besorolása alapján a 18–44 éves korcsoportba a minta 57,5%-a sorolható, 31,2% tartozik a 45–64 éves korosztályba, a 65 év felettiek aránya pedig 10% (nem válaszolt 1,3%). A legmagasabb iskolai végzettség alapján a minta megoszlása a következőképpen alakult: a kevesebb, mint 8 általános iskolai végzettséggel rendelkezők aránya 2,1%; 8 általánost végzett 13,4%; szakmunkás bizonyítvánnyal a minta 26,5%-a rendelkezik; az érettségizettek aránya 38,3%; felsőfokú végzettséggel pedig a válaszadók 19,2%-a rendelkezik (nem válaszolt 0,5%). A minta 58,9%-a aktív kereső, míg 40,4%-a nem dolgozik, vagy egyéb megélhetési forrásból él (nyugdíj, anyasághoz kapcsolódó ellátások, segély stb.); 0,7% nem válaszolt.

2.2. Az alkalmazott mérőeszközök bemutatása

A tanulmányunk első fejezetében kifejtett szakmapolitikai indokok alapján kutatócsoportunk – lelki egészségfejlesztő beavatkozások előkészítése érdekében – három csoportba sorolta a vásárhelyi minta válaszadóit. A „lelkileg egészséges", „sérülékeny" és „veszélyeztetett" csoportok azonosítására a már alkalmazott tünet- és panaszlisták áttekintésével – Hamilton Szorongás Skála és Beck Szorongás Leltár (Perczel Forintos, Kiss, Ajtay, 2012) és ELEF 2009 (KSH, 2011) – egy új, Mentális Állapotfelmérő Kérdőív (MÁK) nevű eszköz került kidolgozásra (lásd: Függelék). Az új mérőeszköz kialakítását az indokolta, hogy a testi és a pszichés panaszokat egyaránt magában foglaló, részletes listáról nem volt tudomásunk a szakirodalomban. A kérdőív validitását hipotéziseink vizsgálata során elemeztük (3.2. alfejezet). A válaszadók az egyes panaszok esetében háromfokú skálán, az „egyáltalán nem", „ritkán" és „gyakran" opciók közül választhattak. A válaszadók besorolása a panaszok gyakoriságára építő, egyszerű eljárás alkalmazásával történt. A *mentálisan egészséges kategóriába* részben olyan válaszadókat soroltunk, akik egy tünet esetében sem jelezték, hogy az előfordult volna náluk, de azok is e kategóriába kerültek, akik legfeljebb hat panasz esetében jelezték, hogy az ritkán, de előfordul esetükben. A *sérülékeny kategóriába* tartoztak egyrészt azok, akik 7 vagy annál több panaszt, tünetet jelöltek ritkán előfordulónak, de azokat is ide soroltuk, akik legfeljebb három panasz esetében jelezték, hogy az adott tünet esetükben gyakran fordul elő (a többi panasz gyakoriságától függetlenül). A *veszélyeztetett kategóriába* pedig azokat a válaszadókat soroltuk, akik 4 vagy annál több tünetet jelöltek gyakorinak (szintén a többi panasz gyakoriságától függetlenül).

A *WHO Jól-lét Kérdőív* a lelki egészségesség önminősítésére alkalmas; elsősorban a szubjektív pszichés jóllét és pozitív életminőség indikátoraira fókuszál (Rózsa, Réthelyi, Stauder, Susánszky, Mészáros, 2003). Rózsa és munkatársai hatfokú skálát használnak (terjedelme 0–5), és vizsgálatunkban is e hatfokú skála került eredetileg felvételre. Az országos reprezentatív kutatásokkal való összevethetőség érdekében azonban a skálát transzformáltuk,[4] adatainkat tehát a négyfokú skála paramétereinek megfelelően tesszük közzé. Így az Index maximum értéke 15, országos átlaga pedig 9,63±3,35[5] (módszertani hátterét lásd: Susánszky, Székely, 2013).

A Beck-féle Depresszió Kérdőív rövidített (9 itemes) változatának kialakítása a depressziós tünetegyüttes jellegzetes összetevői mentén történt. Kopp és Fóris (1995) elemzése alapján főként a szociális visszahúzódás, döntésképtelenség, alvászavar, fáradékonyság, túlzott aggódás a testi tünetek miatt, munkaképtelenség, pesszimizmus, örömképesség hiánya és az önvádlás indikátorainak megragadására alkalmas a mérőeszköz. A nyerspontszámok teljes BDI-vel való összevethetőség céljából való átkonver-

[4] A transzformálás során alkalmazott algoritmus a hatfokú skála értékeiről a négyfokú skála értékeire:

Hatfokú skála	Négyfokú skála
0 – soha	0 – egyáltalán nem jellemző
1 – néha	1 – alig jellemző
2 – az időnek kevesebb mint felében	
3 – az időnek több mint felében	2 – jellemző
4 – az idő legnagyobb részében	
5 – mindig	3 – teljesen jellemző

Az átkódolt változat pszichometriai elemzését ismerteti Susánszky, Konkolÿ Thege, Stauder és Kopp, 2006.

[5] Az adatokat a Hungarostudy 2013 kutatócsoport vezetőjének engedélyével közöljük.

tálása után[6] a rövidített kérdőív alapját képező depresszióskála határértékei alkalmazhatóak, vagyis 0–9 pont nem depressziós, 10–18 pont enyhe depresszió, 19–25 pont középsúlyos depresszió, 25 pont felett súlyos depresszió. A klinikai depresszió határértéke: 19 pont (Kopp és Fóris, 1995). A rövidített Kérdőív országos reprezentatív mintán mért átlaga 7,68±11,19 (módszertani hátterét lásd: Susánszky, Székely, 2013).

Az „Általában unatkozom" állítással a pszichológiai életminőség szempontjából alapvető pozitív érzelmek hiányát mértük. Az unalom megjelenése a vitalitásszint csökkenésének, a célorientált viselkedés gyengülésének jó indikátora lehet (Kopp és Kovács, 2006). Vizsgálatunkban, a Hungarostudy 2013 kódolási rendszerének megfelelően, 1-től 4-ig terjedő skálát alkalmaztunk. A skála országos átlaga a legutóbbi reprezentatív felmérésben 1,44±0,74 (módszertani hátterét lásd: Susánszky, Székely, 2013).

Az Általános Énhatékonyság Skála (Kopp, Schwarzer, Jerusalem, 1993; Schwarzer, 1993) annak a beállítottságnak a mérésére alkalmas, hogy általában mennyire érezzük képesnek magunkat nehéz helyzetek megoldására. Az önbizalom, a kompetens helyzetkezelés érzete a sikertelenség esetén csökken, ami súlyos frusztrációk forrása lehet (Kopp, Kovács, 2006). A 0-tól 3-ig terjedő kódolású, négy állítást tartalmazó skála országos átlaga 8,99±2,48 (módszertani hátterét lásd: Susánszky, Székely, 2013).

Az itt alkalmazott Élet Értelmessége Alskála (BSCI-LM; Konkolÿ Thege, Martos, Skrabski, Kopp, 2008) a Rövidített Stressz és Megküzdés Kérdőívből (BSCI) származik (Rahe, Tolles, 2002). A BSCI a mindennapos stresszhatások és a megküzdési kapacitások átfogó vizsgálatát teszi lehetővé, az élet értelmességét mérő alskála pedig a megküzdési kapacitások egyikeként konceptualizálódik itt. A hét állítást tartalmazó, háromfokozatú skála országos átlaga: 9,25±2,79 (módszertani hátterét lásd: Susánszky, Székely, 2013).

2.3. Statisztikai módszerek

Az első hipotézis esetében a pszichológiai életminőség mérésére használt skálák, kérdőívek megbízhatóságát a vizsgálati mintánkból származó adatokon a Cronbach-alfa meghatározásával elemeztük, majd átlagot és szórást számoltunk, és eredményeinket egymintás t-próba segítségével országos reprezentatív vizsgálatok eredményével vetettük össze, a szignifikáns eltérés mértékének jellemzésére a Cohen-féle d hatásméret-mutatót alkalmaztuk. A második hipotézis vizsgálata során a lelki egészség szempontjából kialakítható három csoport (lelkileg egészséges, sérülékeny és veszélyeztetett) pszichológiai életminőség-mutatóit egyszempontos varianciaanalízis alkalmazásával elemeztük. A Levene-próba eredményének megfelelően, szóráshomogenitás esetében az LSD, a szóráshomogenitás hiánya esetében pedig a Dunett-féle T3 post hoc elemzést alkalmaztuk.

A lelki egészség kategóriáinak diszkrimináló erejét is vizsgáltuk a pszichológiai életminőség változói szempontjából. A közvetlen módszerű diszkriminancia-analízis során elemeztük a diszkriminancia-függvények kanonikus korrelációját, és lineáris becslő modellek alkalmazásával ellenőriztük együttes találati arányukat. A függvények struktúramátrixa segítségével a pszichológiai életminőség egyes változóinak relatív

[6] A konvertálás során a 9 item számtani átlagát felszoroztuk hússzal (vö. Perczel Forintos és mtsai, 2012).

fontosságát vizsgáltuk, majd a csoportcentroidok megállapításával jellemeztük tovább a lelki egészség kategóriáit.

A harmadik hipotézis esetében a szociodemográfiai kategóriák mentén kialakított csoportokban a lelki egészség kategóriáinak százalékos megoszlását elemeztük. A kérdőívvel gyűjtött adatok statisztikai feldolgozása és elemzése az SPSS 15-ös programcsomag (SPSS Inc., Chicago, Illinois, USA) felhasználásával történt.

3. Eredmények

3.1. A pszichológiai életminőség alakulása a hódmezővásárhelyi mintában

Az 1. hipotézis elemzése céljából adataink feldolgozását a pszichológiai életminőség általunk vizsgált indikátorainak leíró statisztikai elemzésével és a Hungarostudy 2013 (HS 2013) országos adataival (Susánszky és Székely, 2013) való összevetésével kezdtük (4). A táblázat adataiból kitűnik, hogy a vizsgálatban alkalmazott skálák megbízhatósága elfogadható vagy jó. Kijelenthető továbbá, hogy a hódmezővásárhelyi vizsgálatban felhasznált pszichológiai indikátorok átlaga szignifikánsan ($p<0,001$) eltér az országos referenciaadatoktól. A WHO Jólléti Index, a Beck Depresszió Kérdőív, az Általános Énhatékonyság Skála és az Élet Értelmessége Alskála esetében az eredmények egyértelműen kedvezőtlenebbek a hódmezővásárhelyi mintában. Egyedül az Általános Unalom Skála kapcsán mutatható ki az országos átlagnál szignifikánsan ($p<0,001$) kedvezőbb eredmény. A WHO Jól-lét Kérdőív esetében, ahogy azt a Cohen-d magas értéke is jelzi, a szignifikáns eltérés jelentős mértékű. Megállapítható tehát, hogy 1. hipotézisünk nem tartható, a vásárhelyi lakosság lelki egészsége, pszichológiai életminősége jelentősen eltér az országos adatoktól.

Változó neve	Hódmezővásárhelyi vizsgálat				HS 2013	Átlagok eltérése	Egymintás t-próba
	N	Átlag	Szórás	Cronbach- alfa			
WHO Jól-lét Kérdőív	1760	6,84	3,12	0,87	9,63	-2,79	t=-37,5; p<0,001; d=0,89
Beck Depresszió Kérdőív	1762	10,30	11,00	0,87	7,68	2,62	t=10,0; p<0,001; d=0,24
Általános unalom	1818	1,30	0,61	-	1,44	-0,14	t=-9,57; p<0,001; d=0,23
Általános Énhatékonyság Skála	1793	8,14	3,12	0,86	8,99	-0,85	t=-11,5; p<0,001; d=0,27
Élet Értelmessége Alskála	1719	8,36	2,71	0,65	9,25	-0,89	t=-13,6; p<0,001; d=0,33

5. táblázat

A pszichológiai életminőség-mutatók leíró statisztikai jellemzése és összevetése az országos adatokkal

3.2. A lelkileg egészséges, sérülékeny és veszélyeztetett csoportok kialakításának relevanciája

A Mentális Állapotfeltáró Kérdőív kategóriáin alapuló csoportosítás mutatói a *5ban* közölt eredményekkel jellemezhetőek. Második hipotézisünknek megfelelően a pozitív értelmezési tartományú skálák (WHO Jól-lét Kérdőív, Általános Énhatékonyság Skála és Élet Értelmessége Alskála) esetében monoton csökkenő, a negatív értelmezési tartományú mérőeszközök esetében (Beck Depresszió Kérdőív, általános unalom) pedig monoton növekvő átlagokat kaptunk a lelki egészség kategóriái szerinti bontásban.

	A lelki egészség kategóriái								
	Mentálisan egészséges csoport			**Sérülékeny csoport**			**Veszélyeztetett csoport**		
	N	**Átlag**	**Szórás**	**N**	**Átlag**	**Szórás**	**N**	**Átlag**	**Szórás**
WHO Jól-lét Kérdőív	694	8,36	2,64	637	6,64	2,76	291	4,23	2,6
Beck Depresszió Kérdőív	698	3,88	4,94	636	10,07	8,16	287	23,69	12,29
Általános Unalom	710	1,19	0,47	650	1,33	0,61	298	1,51	0,81
Általános Énhatékonyság Skála	702	9,2	2,76	647	8,04	2,83	292	6,41	3,25
Élet Értelmessége Alskála	675	9,06	2,53	630	8,22	2,63	283	7,27	2,55

6. táblázat
A pszichológiai életminőség indikátorainak átlaga és szórása a lelki egészség kategóriái szerinti bontásban

A egyszempontos varianciaanalízis (ANOVA) szóráshomogenitásra vonatkozó előfeltétele (Levene-próba) két mérőeszköz esetében [WHO Jól-lét Kérdőív (p=0,075), Élet Értelmessége Alskála (p=0,908)] esetében teljesült.[7] Az ANOVA minden mutató esetében szignifikáns (p<0,001) eltérést jelez a három csoport átlaga közt, a rizikócsoportok átlagának páros összevetésére irányuló post hoc elemzések szintén szignifikáns (p<0,001) eltérést jeleznek minden esetben.

A mentálisan egészséges, sérülékeny és veszélyeztetett csoportokra a pszichológiai életminőség vizsgált változóinak tekintetében diszkriminancia-analízist is végeztünk, melynek eredményeként két függvényt lehetett azonosítani. Az első diszkriminancia-függvény szignifikáns (p<0,001), közepes mértékű kanonikus korrelációt (r=0,684), míg a második szignifikáns (p=0,001), de gyenge kanonikus korrelációt (r=0,108) jelez. A diszkriminancia-függvények ellenőrzése során a becslő lineáris modellek alapján 62,8%-os találati arányt kaptunk. A struktúramátrix alapján az első függvényben a Beck Depresszió Kérdőív (0,942) és a WHO Jól-lét Kérdőív (-0,586) bizonyult meghatározónak, a második függvényben pedig a pozitív előjelű WHO Jól-lét Kérdőív (0,707) és az Általános Énhatékonyság Skála (0,560) relatív súlya emelendő ki. A csoportcent-

[7] Tekintve az ANOVA eljárás statisztikai robosztusságát, az egyszempontos varianciaanalízis eredménye e változók esetében is értelmezhető.

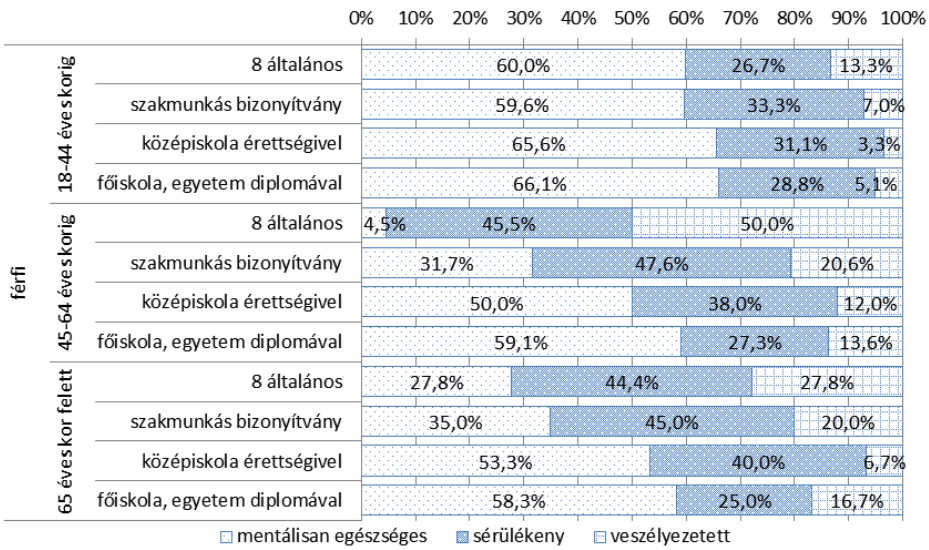
roidok tekintetében a mentálisan egészséges csoport az első függvény negatív pólusánál (-0,816) és a második függvény középértékéhez közel, de a pozitív értelmezési tartományban (0,084) pozícionálható. A sérülékeny csoport centroidjai mindkét függvény esetében a középértékhez közel (0,057; -0,133) találhatóak, de a második függvény esetében a negatív tartományban. A veszélyeztetett csoportnál pedig egyértelműen az első függvény pozitív értelmezési tartományában (1,842), de a második függvény középértékéhez közel, a pozitív értelmezési tartományban (0,100) lehetett a centroidokat elhelyezni.

Következésképpen második hipotézisünknek megfelelően a vizsgálatunkban alkalmazott három – mentálisan egészséges, sérülékeny és veszélyeztetett – kategória alapján a pszichológiai életminőség mutatói szignifikáns különbségeket jeleznek, a veszélyeztetettség növekedésével következetesen kedvezőtlenebb eltéréseket mutatnak. A Mentális Állapotfeltáró Kérdőív alapján kialakított lelkiegészség-kategóriák tehát alkalmasnak bizonyultak a pszichológiai életminőség mutatók tendenciáinak leképezésére.

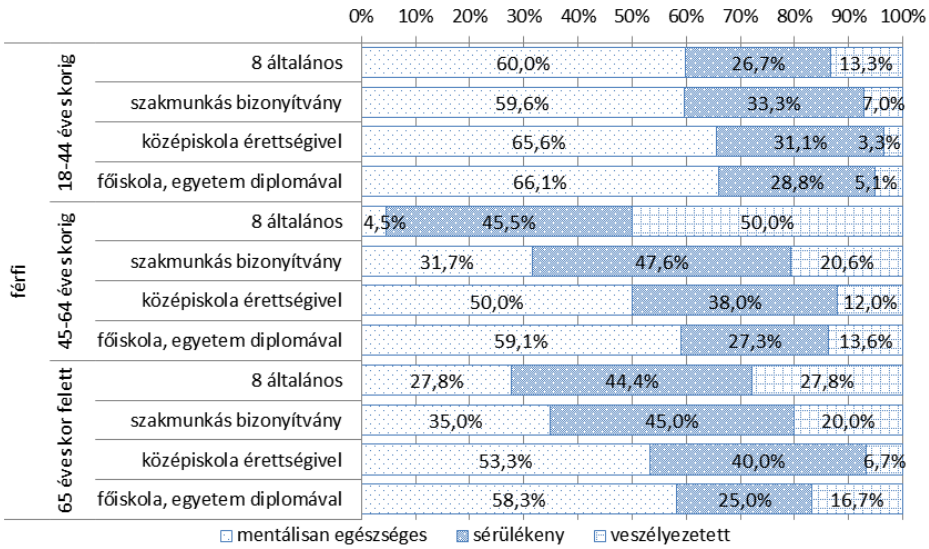
3.3. A rizikócsoportok szociodemográfiai szempontok szerinti elemzése

A megkérdezettek 38,7%-a volt a mentálisan egészséges, 35,3%-a sérülékeny és 16,3%-a pedig a veszélyeztetett kategóriába sorolható. A válaszadók 9,6%-a esetében a hiányosan kitöltött mérőeszköz következtében nem volt elvégezhető a fenti besorolás. *Nemi bontásban:* a férfiak 53,7%-a a mentálisan egészséges, 34,8%-a a sérülékeny, 11,6%-a pedig a veszélyeztetett csoportba volt besorolható. A nők esetében a mentálisan egészségesek aránya csupán 37,0%-nak bizonyult, 41,4% került a sérülékeny és 21,6% pedig a veszélyeztetett kategóriába. *Életkori bontásban:* mentálisan egészséges a 18–44 éves korosztály fele (49,7%), valamint a 45–64 évesek és a 65 év feletti korosztály harmada (31,8% és 31,6%). A sérülékeny csoportba került a 18–44 éves megkérdezettek harmada (37%), valamint a 45–64 évesek korosztály és a 65 év feletti válaszadók közel fele (42,7% és 42,6%). Veszélyeztetett a 18–44 éves korosztály bő tizede (13,3%) és a 45 év feletti két korosztályi csoport egynegyede (25,5% és 25,8%). A fenti adatokat jelentősen árnyalja, ha mindhárom szociodemográfiai szempont együt-

tes felhasználásával elemezzük az adatokat (



5. ábra).

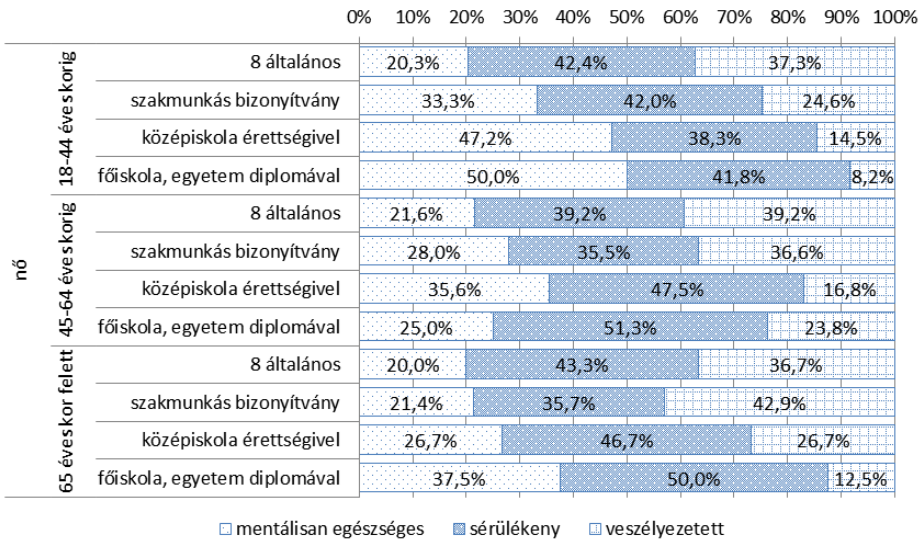


5. ábra

A lelki egészséget leíró csoportok megoszlása a férfiak életkora és iskolai végzettsége szerinti bontásban

A teljes minta adataihoz hasonlóan a férfiak esetében az életkorral tendenciaszerűen romló eredményeket kapunk, melyet a magasabb iskolai végzettség többé-kevésbé ké-

pes ellensúlyozni. Az adatok a 45–64 éves, 8 általánost végzett férfiak körében a legdrámaiabbak. Ebben a csoportban a megkérdezettek mindössze 4,5%-a sorolható a „mentálisan egészséges" kategóriába, 45,5%-uk a sérülékeny csoportba, 50,0%-uk pedig a veszélyeztetett csoportba tartozik. A nők esetében viszont az állapítható meg, hogy nem minden esetben érvényesült a magasabb iskolai végzettség ellensúlyozó hatása (6. ábra).



6. ábra

A lelki egészséget leíró csoportok megoszlása a nők életkora és iskolai végzettsége szerinti bontásban

A 45–64 éves korosztályba tartozó, diplomás nők esetében a mentálisan egészséges kategóriába tartozók aránya 25%, ami kiugróan alacsony érték az azonos korosztályba tartozó, alacsonyabb végzettségű nők csoportjaihoz viszonyítva (az azonos korú diplomás férfiak körében ez az arány 59,1%). A 45–64 éves korosztályba tartozó, diplomás nők fele (51,3%) a sérülékeny csoportba, negyede (23,8%) pedig a veszélyeztetett csoportba tartozik. Összehasonlításképpen, az ilyen korú érettségizett nők körében a mentálisan egészségesek aránya 35,6%, a sérülékeny csoportba tartozók aránya (47,5%), míg a veszélyeztettek aránya 16,8%. Beleillik a teljes populációnál megfigyelt tendenciákba, de mindenképpen figyelmet érdemel a 18–44 éves korosztályba tartozó, 8 általánost végzett nők helyzete. Már az is elgondolkodtató, hogy adataik gyakorlatilag megegyeznek a 66 év feletti, általános iskolai végzettségű nők adataival. Tehát, a 18–44 éves nők körében a mentálisan egészséges kategóriába csak a válaszadók 20,3%-a tartozott, ezzel szemben a sérülékeny csoportba 42,4%, a veszélyeztetett csoportba pedig 37,3% volt besorolható. A harmadik hipotézissel összhangban, a Mentális Állapotfeltáró Kérdőív révén kialakított kategóriák tájékozódási pontot jelenthetnek egyes szociodemográfiai csoportok lelki egészség szerinti jellemzéséhez is.

4. Megbeszélés

A hódmezővásárhelyi lelki egészségfelmérés eredményei alátámasztják, hogy a pszichológiai életminőségre vonatkozóan a Mentális Állapotfeltáró Kérdőív (MÁK) alkalmas lehet a mentális egészség, sérülékenység és veszélyeztetettség állapotainak költséghatékony azonosítására. Segíti egy közösség lelki egészségének tájékozódó jellegű, gyors felmérését, így alapját képezheti egy egyszerű mentálhigiénés szűrési protokoll kialakításának. Fontosnak tartjuk kiemelni, hogy a fenti állapotfeltáró kérdőíven alapuló kategorizáció nem helyettesítheti a lelki egészség-betegség határán szükséges pszichiátriai diagnózist. Továbbá nem alkalmas a kóros lelki folyamatok szofisztikált feltárására kidolgozott pszichodiagnosztikai mérőeszközök, eljárások kiváltására sem. Mérőeszközünk érvényességét jelentősen korlátozza, hogy önértékelésen alapul, melynek adekvátsága – különösen bizonyos pszichiátriai kórképek esetében – sérülhet. Kijelenthetjük azonban a pszichológiai életminőség szerinti elemzés alapján, hogy a népegészségügyi szempontból kiemelt jelentőségű depresszió jelzésére az állapotfeltáró kérdőív alkalmas. Az, hogy a panaszlista más kóros lelki folyamatok azonosítására mennyire alkalmas, további vizsgálatokat igényel.

A lelki egészségfejlesztés szempontjából a három kategória eltérő módszertani eszköztár alkalmazásának igényét veti fel. A veszélyeztetettség hátterében meghúzódó esetleges pszichopatológiai folyamatok szűrése és diagnosztikája mindenképpen szakellátási feladatkör. Kiemelten fontosnak tartjuk a sérülékeny csoport azonosítását is, mert esetükben lehet a közösségi szintű lelki egészségfejlesztés preventív módszertanát a leghatékonyabban alkalmazni. Valószínűsíthető, hogy a sérülékeny csoport esetében a társas támasz, a megküzdési módok repertoárjának bővítéséhez nyújtott közösségi támogatás és a szorongást enyhítő közösségi helyzetek megtapasztalása egyaránt támogathatja a nehéz élethelyzetek áthidalását és az egyéni megküzdési készségek fejlődését. A mentálisan egészséges csoport esetében olyan módszerek alkalmazására lehet szükség, melyek segítik az egyéni erőforrások megőrzését és fejlesztését, a belső harmónia megélését. Más szempontból, a mentálisan egészséges egyének erőforrásai nemcsak önmaguk fejlesztésére biztosítanak lehetőséget, hanem arra is alkalmasak, hogy szűkebb és tágabb közösségük fejlesztésébe bekapcsolódjanak.

A fentiekből kitűnhet, hogy kutatócsoportunk számára a lelki egészség kategorizációjának valódi jelentősége abban rejlik, hogy a szakembereket és a szakmapolitikai döntéshozókat segítheti a lelki egészségfejlesztésre fordítható anyagi és humán erőforrások hatékonyabb allokálásában. Segíthet a szakellátás, a prevenció és a közösségi egészségfejlesztés kapacitásigényének meghatározásában. A sérülékenység és a veszélyeztetettség szociodemográfiai szempontú elemzése pedig irányt mutat a városi, közösségi és munkahelyi akciók, feladatok potenciális célcsoportjainak azonosításában.

A lelki egészség kategorizációjának előnye, hogy a sérülékenység és a veszélyeztetettség okainak feltárása helyett az adott állapot megismerésére és az egyén életvezetését és környezetét befolyásoló következményeire helyezi a hangsúlyt. Ez a megközelítés komoly segítséget nyújthat a célirányos prevenció megszervezéséhez. A szűrés és a ráépülő beavatkozás révén időben feltárható a mentális állapot romlása, és megelőzhetőek az adaptációs zavarok, valamint az érzelmi sérülésekkel és társas-kapcsolati konfliktusokkal terhelt teljesítmény-csökkenés is.

A szerzők munkamegosztása

A vizsgálat előkészítésében és megvalósításában, az adatok statisztikai feldolgozásában és értelmezésében, továbbá a publikációs tartalom összeállításában és a végső szöveg megalkotásában mindkét szerző azonos mértékben vett részt.

Köszönetnyilvánítás

A tanulmányban közölt empirikus vizsgálat a Szegedi Egészségfejlesztő Műhely Hódmezővásárhelyen lezajlott átfogó lelki egészségfejlesztési kutatásának szerves részét képezi. Ezúton szeretnénk köszönetet mondani a Szegedi Egészségfejlesztő Műhely szakmai vezetőjének – dr. Benkő Zsuzsannának – és a műhely szakmai koordinátorának – dr. Tarkó Klárának – a vizsgálatunk előkészítésében, megvalósításában és értékelésében nyújtott támogatásáért. Köszönettel tartozunk továbbá az Egészséges Vásárhely Program munkatársainak és önkénteseinek, akik a vizsgálat adatgyűjtési fázisában segítették munkánkat. Külön szeretnénk köszönetet mondani a tanulmány első verzióját bíráló két anonim lektornak, akik értékes észrevételeikkel nagymértékben hozzájárultak ahhoz, hogy a tanulmány jelenlegi formájában elkészülhessen. Végül, szeretnénk köszönetet mondani a vizsgálatban résztvevőknek, türelmükért és őszinte válaszaikért.

FÜGGELÉK

Mentális Állapotfeltáró Kérdőív

Kérjük, olvassa el gondosan és mérlegelje az alábbi felsorolást! Karikázza be minden sorban, hogy ebben az évben milyen gyakran tapasztalta az alábbi panaszokat! Figyeljen arra, hogy ne maradjon ki egyetlen állítás sem!

	Egyáltalán nem	Ritkán	Gyakran
1. Alvási problémák	0	1	2
2. Tartós fejfájás	0	1	2
3. Szapora vagy rendetlen szívműködés	0	1	2
4. Szívtáji nyomás, mellkasi fájdalom	0	1	2
5. Kifejezett ok nélküli félelem, szorongás	0	1	2
6. Hangulatváltozás, főként lehangoltság	0	1	2
7. Testsúly csökkenése	0	1	2
8. Testsúly növekedése	0	1	2
9. Tartós hasmenés, székrekedés	0	1	2
10. Gyomorfájdalom (orvosi vizsgálat negatív)	0	1	2
11. Szédülés, ájulás	0	1	2
12. Szexuális vágy csökkenése	0	1	2
13. Tartós, 1-2 hétig tartó türelmetlenség	0	1	2
14. A munkaképesség 1-2 hétig tartó csökkenése	0	1	2
15. Indokolatlan fáradtságérzés, kimerülés	0	1	2

IRODALOM

Badura, B. (1992): Gesundheitsförderung und Prävention aus soziologischer Sicht. In: Paulus, P. (Hg.): *Prävention und Gesundheitsförderung: Perspektiven für die psychosoziale Praxis.* Gesellschaft für wissentschaftliche Gesprächspsychotherapie, Köln, 43–52.

Balajti, I., Vokó, Z., Adány, R., Kósa, K. (2008): A koherencia-érzés mérésére szolgáló rövidített kérdőív és a lelki egészség (GHQ-12) kérdőív magyar nyelvű változatainak validálása. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika, 8,* 147–161.

Benkő, Zs. (2005): Bevezetés az egészségfejlesztésbe. In: Benkő, Zs., Tarkó, K. (szerk.): *Iskolai egészségfejlesztés. Szakmai és módszertani írások egészségterv készítéséhez.* JGYF Kiadó, Szeged, 13–29.

Benkő, Zs., Erdei, K. (2005): Az országos egészségfejlesztő mentálhigiénés felsőoktatási hálózat egy évtizedes tapasztalatai. *Egészségfejlesztés, 46*(1-2), 3–7.

EVMSZ (2011): *A WHO Egészséges Városok Programja Magyarországon. Pécs: Egészséges Városok Magyarországi Szövetsége.* Letöltve: 2014. 02. 17-én: http://www.hahc.hu/pageflip/a_who_egeszseges_varosok_programja_magyarorszagon.html

HODEF (2008): *Jelentés Hódmezővásárhely egészségi állapotáról*. Letöltve: 2014. 02. 10-én: http://www.evp.hu/felmeresek/hodef-2008/

Hurrelmann, K., Laaser, U. (1998): *Handbuch Gesundheitswissenschaften*. Juventa, Weinheim.

Konkolÿ Thege, B., Martos, T., Skrabski, Á., Kopp, M. (2008): A Rövidített Stressz és Megküzdés Kérdőív élet értelmességét mérő alskálájának (BSCI-LM) pszichometriai jellemzői. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika, 9,* 243–261.

Kopp, M., Fóris, N. (1995): *A szorongás kognitív viselkedésterápiája.* Végeken, Budapest.

Kopp, M., Kovács, M. E. (szerk., 2006): *A magyar népesség életminősége az ezredfordulón.* Semmelweis Kiadó, Budapest.

Kopp, M., Skrabski, Á. (2009): Magyar lelkiállapot az ezredforduló után. *Távlatok, 19*(4), 32–53.

Kopp, M., Schwarzer, R., Jerusalem, M. (1993): *Hungarian questionnaire in psychometric scales for cross-cultural self-efficacy research.* Zentrale Universitatsdruckerei der FU Berlin, Berlin.

KSH (2011): *Európai Lakossági Egészségfelmérés – Magyarország, 2009. Összefoglaló eredmények.* Központi Statisztikai Hivatal Népesedési és Szociális Védelmi Statisztikai Főosztály, Budapest.

KSH (2013): *2011. ÉVI NÉPSZÁMLÁLÁS. 3. Területi adatok. 3.6. Csongrád megye.* Központi Statisztikai Hivatal, Szeged.

Lazarus, R. S. (1991): *Emotion and adaptation.* Oxford University Press, New York – Oxford.

Lelki Egészség és Jól-lét Európai Paktuma (2008). Letöltve: 2014. 02. 17-én: http://ec.europa.eu/health/archive/ph_determinants/life_style/mental/docs/pact_hu.pdf

Perczel Forintos, D., Kiss, Zs., Ajtay, Gy. (szerk., 2012): *Kérdőívek, becslőskálák a klinikai pszichológiában.* Semmelweis Kiadó, Budapest.

Rahe, R. H., Tolles, R. L. (2002): The Brief Stress and Coping Inventory: A useful stress management instrument. *International Journal of Stress Management, 9*(2), 61–70.

Rózsa, S., Réthelyi, J., Stauder, A., Susánszky, É., Mészáros, E. (2003): A Hungarostudy 2002 országos reprezentatív felmérés általános módszertana és a felhasznált tesztbattéria pszichometriai jellemzői, *Psychiatria Hungarica, 18*(2), 83–94.

Schwarzer, R. (1993): *Measurement of perceived self-efficacy. Psychometric scales for cross-cultural research.* Freie Universität Berlin, Berlin.

Selye, J. (1965): *Életünk és a stressz.* Akadémiai Kiadó, Budapest.

Susánszky, É., Székely, A. (2013): A Hungarostudy 2013 felmérés módszertana. In: Susánszky, É., Szántó, Zs. (szerk.), *Magyar Lelkiállapot 2013.* Semmelweis Kiadó, Budapest, 13–21.

Susánszky, É., Konkolÿ Thege, B., Stauder, A., Kopp, M. (2006): A WHO Jól-lét Kérdőív rövidített (WBI-5) magyar változatának validálása a Hungarostudy 2002 országos lakossági egészségfelmérés alapján. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika, 7*(3), 247–255.

Szakács, F. (1994, szerk.): *Patopszichológiai vademecum.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.

Tarkó, K. (2013): Egészségfejlesztés továbbra is felsőfokon. In: Tarkó, K., Lippai, L. (szerk.): *„Gyümölcs? A fa beváltja azt, amit virágával ígért." Tanulmányok Benkő Zsuzsanna 60. születésnapjára.* SZTE JGYPK Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési Intézet, Szeged, 13–37.

Tarkó, K., Lippai, L. (2013, szerk). *„Gyümölcs? A fa beváltja azt, amit virágával ígért." Tanulmányok Benkő Zsuzsanna 60. születésnapjára.* SZTE JGYPK Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési Intézet, Szeged.

WHO (2004): *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice.* Letöltve: 2014. 02. 19-én: http://www.who.int/mental_health/evidence/en/promoting_mhh.pdf
WHO (2010a): *Mental health: Strengthening our response. Fact sheet N°220.* Letöltve: 2014. 02. 19-én: http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/en/
WHO (2010b): Mental health and development: Targeting people with mental health conditions as a vulnerable group. Letöltve: 2014. 02. 20-án: http://www.who.int/mental_health/policy/mhtargeting/en/
WHO (2012): Risks to mental health: An overview of vulnerabilities and risk factors. Letöltve: 2014. 02. 20-án: http://www.who.int/mental_health/mhgap/risks_to_mental_health_EN_27_08_12.pdf

Szókratész és Diderot(-Szókratész)[1]

DR. NAGY EDIT

„Ne engem kövess, hanem önmagadat!"[2]

Véletlenek szokatlanul szerencsés találkozásának eredményeként, *görög csodaként* szokás leírni azt, ami az ókori görögök világában – a periklészi aranykorban tetőződve – megtörtént. A *csodák* persze megmagyarázhatatlanok. A háttérben számos elem munkált: a dinamizáló közösségi-magántulajdon, az árutermelés és a pénzgazdálkodás változása, a demokratikus politikai berendezkedés kísérlete, az alfabetikus görög abc feltalálása és használata. Mindezek együtt teremtették meg a *görög csodát,* melynek egyik következménye a közösségről leváló magánember megjelenése volt. Talán éppen ez – a magánember, az individuum – nevezhető a görög csoda legértékesebb, legtitokzatosabb – és olykor persze, a legszörnyűségesebb – *termékének*. Az önmaga és közössége viszonyrendszerére reflektáló egyén, rálátva saját lehetőségeire, maga választhatta meg értékvilágát. A morális reflexió születésénél *bábáskodott* Szókratész, akit az utókor az etika atyjaként[3] emleget. Írásomban az ő, ókori felvilágosítóként végzett tevékenységét és a szofistákkal folytatott morálfilozófiai vitáit érintve, egy kései utódjának, *Diderotnak* a *Rameau unokaöccse* című polemikus irodalmi művét mutatom be. Diderot egy gondolatkísérletet folytat, amelyben a párbeszéd szereplői ugyanarról vitatkoznak, amiről Szókratész is sokat vitázott: *Mit jelent jó életet élni? Érdemes-e tisztességesnek lenni?* Diderot szívesen vette, hogy barátai őt Diderot-Szókratésznek nevezték. Ahogy az ókorban, úgy Diderot korában és persze napjainkban is csodálatos és veszélyes lehetőség az egyén *önmagát-választása,* az individuummá válás.

A történelmi Szókratész és a spekulatív Szókratész

Kierkegaard[4] nagy tisztelője volt a történelmi Szókratésznek, az úton-levő, ironikus bölcselőnek, ugyanakkor spekulatív filozófusnak tartotta a *platóni dialógusok Szókratészét.*

Hogyan? Szókratész spekulatív filozófussá vált? Érdemes itt, egy rövid kitérőt téve, Kierkegaard egyik – az ókori szellemi elődjéről mondott – gondolatát megismerni, amely gondolat Platónról is szól, Platón filozófiájának bírálatát rejti. Kierkegaard megkülönböztette az igazi Szókratészt – és a platóni dialógusok Szókratész alakját. E dialógusok sok-

---

[1] Írásom nagyrészt másodközlés, *Moralitás és időbeliség* című könyvem néhány fejezetéből emeltem ki részleteket, és kíséreltem meg az összeillesztésüket. Ld.: Nagy Edit: *Moralitás és időbeliség. Etikatörténet-szövevények,* Belvedere Meridionale, 2012, Szeged.

[2] Nietzsche, F.: *A vidám tudomány* (ford. Romhányi Török Gábor), Holnap Kiadó, Budapest, 1997. 127.

[3] Pontosabb megfogalmazással: a platóni dialógusok Szókratésze, vagyis Platón az, aki megteremti az etikát, az elvont, transzcendens világból levezethető értékvilágot. Ahogy Havelock tanulmányában olvashatjuk: „[A]z etika platóni találmány?" Ld.: Eric A. Havelock: A görög igazságosságfogalom: homéroszi árnyvonalaitól a platóni főszerepéi., Ford.: Bognár Gergely. In: *Szóbeliség és írásbeliség. A kommunikációs technológiák története Homérosztól Heideggerig.* (Szerk. Nyíri Kristóf és Szécsi Gábor) Áron Kiadó, Budapest, 1998. 58.

[4] Søren Kierkegaard (1813–1855) dán filozófus, akit szintén Szókratésznek – *modern Szókratésznek, koppenhágai* vagy *dán Szókratésznek* – is neveztek barátai, majd pedig a filozófiatörténészek.

kal inkább Platón gondolatait tolmácsolták, mintsem a történelmi Szókratészét, aki nem írta le gondolatait, csak szóban filozofált. A legtöbb információt Platóntól tudhatjuk meg róla, ám Platón csak a korai írásaiban jelenítette meg a történelmi alakot, majd saját filozófiai álláspontját közvetítette segítségével. Kierkegaard szerint ez a Szókratész-alak – vagyis Platón maga – spekulatív filozófus lett, mert a transzcendens világba helyezett, örök, változatlan *igazságot* ismerte el, míg az igazi Szókratész a *bensőségességet,* az egyén moralitását tartotta igazság-alapozónak.[5] A szókratészi igazság folyton alakul, csak közelíteni lehet hozzá, elérni azonban nem lehet. A híres szókratészi paradoxon így szól: *Csak azt tudom, hogy mennyire tudatlan vagyok*. Míg a tudatlanságát tudó Szókratész-alak keresi az igazságot, kételkedve viszonyul tudásához, továbbgondolja a már megválaszoltakat, a másik Szókratész az ideák világában véli fellelni azt.

Mivel a korai dialógusok Szókratész-alakja igazi *úton-levő,* még egy párbeszéden belül is alakul, változik a véleménye. Rugalmasan fogadja a kérdéseire adott válaszokat, rögzíti a válaszokból következő állításokat, majd újra szembesíti kérdezettjét a kapott igazsággal, miközben ő is reflektál rájuk, egyetért vagy nem ért egyet a beszélgetőtárs válaszaiból eredő következtetésekkel.

Szókratész, a tudatlanságáról tudó és annak megszüntetésén fáradozó, örökösen úton-levő és másokat is úton-levésre, vagyis kételkedésre, gondolkodásra ösztönző, bábáskodó alak volt, aki az érvek dialektikus áradatában újra és újra megélte a paradoxonhoz jutást, a kiúttalanságot, az elfogadhatatlan konklúzióhoz érkezést. Az elfogadhatatlan konklúzió pedig szükségszerűen hordozza a továbbgondolkodás igényét. Jól tükrözi ezt a szókratészi magatartást *A kisebbik Hippiasz* című dialógusból való megjegyzés, melyben Szókratész így beszél: „Hiszen én magam sem értek egyet önmagammal […] erre-arra tévelygek ebben a dologban, és sohasem ugyanaz a véleményem."[6]

A szóbeliség és az írásbeliség kultúrájának határán

Szókratész elvont fogalmak – elsősorban erkölcsi kifejezések – tartalmát, lényegét kutatta. Absztrakt fogalmak definiálására ösztönözte partnereit a beszélgetésekben. Márpedig a szóbeliség kultúrájában semmi szükség nem volt ilyenfajta tudásra. Ami kellett: tudjon eligazodni a világban, megértesse magát másokkal. Ahhoz, hogy egy adott szituációban az ember tudja, mi az, ami hasznos, praktikus, vagyis az elvárt és helyes cselekedet – nem volt szükség arra, hogy a *jó* fogalmát is tudja. Az adott szituáció sugallta az elvártat. Szókratészt azonban nem a konkrét helyzetben való eligazodás érdekelte – nem volt számára fontos a sikeresség, gazdagság –, hanem az éppen kutatott erkölcsi tartalmú kifejezés fogalmának megalkotására törekedett, azonosságokat keresett, amelyeket definícióban akart rögzíteni. Megkísérelt rálátni a hasonló egyedi szituációkra, hogy a bennük közös jegyeket megragadhassa. Törekvése a fogalmi gondolkodás igényét hordozta, a fogalmi gondolkodás megjelenése pedig a kommunikációs átmenetiség periódusában, az írásbeliséggel születhetett meg. Az írásbeliséggel kapcsolatba került bábáskodó bölcs, általános fogalmak tartalmának kutatására próbálta késztetni az agorán sétálgató polgárt, aki azonban ragaszkodott (volna) a konk-

[5] Kierkegaard, S.: Lezáró tudománytalan utóirat a filozófiai töredékekhez. (Ford. (Valackai László). In: *Søren Kierkegaard írásaiból.* Gondolat Kiadó, Budapest, 1982. 393.

[6] *Platón Összes Művei I*. Európa Könyvkiadó, Budapest, 1984. 303. [376 c]. Erről a megjegyzésről a későbbiekben részletesebben is szó lesz.

rét, egyedi jelenségeket, dolgokat jelölő szavak szituációfüggő használatához. Szókratész és a beszélgetőtárs kiúttalan labirintusvilágba jutott, s bármilyen hosszúra is nyúlt a beszélgetés, az mindig eredménytelen maradt.

A szofisták és Szókratész kora – a magánember születése

A morális viszonyulás születésekor a közösség és az egyén viszonyrendszere az ókori Athénban még jóval egyszerűbb volt, mint a mai modern társadalmakban. Ennek ellenére már akkor és ott sem volt szükségszerű, hogy a közösségi érdekek és az egyén érdeke harmonikusan illeszkedjenek egymáshoz. Sőt: éppen ekkor – a morális reflexió megjelenésekor – kezdődött a hasadás, ekkor vált súlyossá, nehézzé a cselekvés, hiszen az individualizációval együtt járt az alternatívák közötti választás lehetősége. S mivel *„Az a felelős, aki választ; az Isten nem felelős”*,[7] a döntés és a cselekvés következményeiért az egyes ember lett felelős. Így hát éppen akkor vált a tetteiért felelősséggel tartozó lénnyé az ember, amikor megjelent a morális reflexió lehetősége. Ekkor a morális viszonyulását kialakító lény választhatott, és akár szembe is helyezkedhetett az éppen aktuális közösségi elvárásokkal. Az egyén a jót, a szerinte jóként megmutatkozót választhatta, ám ez, kívülről nézve, akár a morálisan rossz választása is lehetett.

Az egyéni viszonyulás morálisan jónak vagy morálisan rossznak nevezése felettébb problematikus. Itt ugyanis nem igaz-hamis ítéletek segítségével lehet választani, hanem értékítéletekkel. A közösség értékeit szem előtt tartva el lehetne ugyan végezni az osztályozást, ám a moralitás születésekor *kizökken az idő*, vagyis nem lehet a régi értékek szerint élni, éppen azért, mert azok érvényessége a régi közösség értékvilágával együtt megkérdőjeleződött. A lehetséges ‘kapaszkodók’ után kutató egyénnek az is problematikus, ha talál a maga számára elfogadhatót – akár a régit, akár valami újat –, az is, ha nem talál, s ugyancsak: ha többféle ‘kapaszkodó’ érvényességét fogadja el. Szókratész, miközben a gondolkodás-gondolkodtatás, a racionális látásmód mellett kötelezte el magát, a közösség és az egyén viszonyában mindig a közösség érdekeit találta meghatározónak, a közösségi értékek mellett kötelezte el magát. Vele ellentétben a szofisták tevékenységében sokszínű változatban mutatkozik meg az egyén érdekeinek előtérbe állítása, haszonelvűség, ugyanakkor ők is a sokféleség láttatói, a saját racionális álláspont kialakításának ösztönzői voltak.

A *morálisan jó* álláspontra helyezkedő ember nem szükségszerűen az adott társadalom uralkodó értékei szerint cselekvő, s ugyancsak: aki a saját érdekeit kísérli meg érvényesíteni, nem feltétlenül a *morálisan rossz* választója. Tudjuk: az erősen rétegzett társadalmakban az emberek bonyolult érdekrendszerek hálózatában élnek, ahol – akár kis csoportok is – képesek manipulálni az emberek tömegeit, s provinciális érdekeiket akár közérdekként is feltüntethetik. József Attila egyik versében kora álszent, nem emberhez méltó viszonyainak tükröt tartva írja:

„Engem sunyiságra oktat az erkölcs.
Rólad is ezt hiszem.
Huszonnyolc éve éhezem,
Rajtam már csak a fegyver foghat.”[8]

---

[7] Platón: *Állam* [617. e.]

[8] József Attila: *Számvetés* című verse is érzékelteti: *kettős kötés*ben nem lehet élni. In: *József Attila összes* versei, Szépirodalmi Könyvkiadó, Budapest, 1971. 303.

Az alternatívákat felmutató, a választás lehetőségét tudatosító ember szerepét az ókori Athénban Szókratész és a szofisták játszották, ők voltak az *ókor felvilágosítói*. Másként végezte választott feladatát Szókratész, és másként a szofisták. Szókratész arra törekedett, hogy jobbá tegye, gondolkodóvá tegye beszélgető partnerét. A poliszról poliszra járó szofisták is gondolkodtattak, ám számukra a sikeres ember, a köz- és magánügyekben jól elboldoguló ember képzése volt a pénzért vállalt munka. Az *ókor felvilágosítói* kérdőjeleztették meg az elvárt cselekvésmódok alapjait, sugalmazták a másféle viszonyulás lehetőségének kialakíthatóságát, azt, hogy az egyén szabadon választhatja a neki legmegfelelőbb cselekvésmódokat, keresheti a neki való, hozzá illő magatartásformákat, élheti az *igazi életét.* Az *Ismerd meg önmagad!*[9] felszólítás is ezt az ajánlást hordozza. A szofisták szerint az önismeret elengedhetetlen feltétele annak, hogy az ember – tudatosítván a neki *természettől* rendelten kijáró életminőséget, értékeket – jó életet éljen, sikeres legyen, megszerezze a számára kívánatos javakat, és ne engedjen az őt gúzsba kötő, nem természettől való elvárások, kényszerek erejének. A szofisták felpezsdítették a poliszok életét, arra buzdították a velük érintkezőket, a tőlük tanulókat, hogy használják ki lehetőségeiket, és éljenek *most* jól. Antiphón, egyike a neves szofistáknak így írt:

> „Vannak emberek, akik nem a jelen életüket élik, hanem nagy buzgalommal arra készülnek, hogy majd valami más életet fognak élni, nem ezt a mostanit. Ezenközben eliramlik az idő, amely az ő idejük."[10]

Antiphón valójában csak figyelmeztet arra, hogy ne halasztgassuk az életünk kínálta lehetőségek megélését. Ugyanez a gondolat később Horatius mondataként vált szállóigévé: *Carpe diem! (Ragadd meg a Napot! Éld az életedet!)* A magánemberré válással együtt járt az egyes ember életidejének tudatosítása, az idő *érték* voltának felismerése.

A szofisták többségének gondolkodásában – és persze Szókratészében is – az istenek helyét átvették az emberek. Prótagorasz híressé vált tétele – az ember a mérték *(homo mensura)* – markánsan összegzi látásmódjuk alapját: „Minden dolognak mértéke az ember."[11]

Ez a töredék Szókratész és a szofisták korának – a morális reflexió megjelenésének – lényegét, tartalmát sűrítetten tartalmazza. Azt a – közösség és egyén erkölcsi világán belüli – *paradigmaváltást* hordozza, amellyel elválasztható a szokást követő, a büntetéstől, szégyentől való félelemében az elvártat tevő ember és a saját választása, belső vállalása, lelkiismerete szerint cselekvő ember. Az előbbi a szoktatás, *'idomítás'* eredményeként veszi magára a *közerkölcsöt,* a *társadalmi kényszerzubbonyt,*[12] az utóbbi pedig a *morális viszonyulást* kialakító magánember, a saját másságát felismerő, magához mérten választó s szabad választása következményeiért felelősséggel bíró, a *„közerkölcsöt",* a *„társadalmi kényszerzubbonyt"* magáról (talán) először levető ember, a *független ember*[13] megteremtésének első kísérlete.

A magánember születése azt a lehetőséget is tartalmazta, hogy az egyén nem a poliszközösség érdekeivel egyező irányú célokat fogalmaz meg és tekint *saját életében*

---

[9] A hét görög bölcs nevéhez fűződő bölcs mondások közül Szolóné a leghíresebb: „Ismerd meg önmagad!" *(Gnóthi szeauton!)*

[10] *A szofista filozófia. Szöveggyűjtemény* (Összeállította: Steiger Kornél), Atlantisz Könyvkiadó, 1993. 66.

[11] Uo. 9.

[12] Nietzsche, F.: A bűn, a rossz lelkiismeret és társaik. In: Nietzsche, F.: *A morál genealógiája.* (Ford.: Romhányi Török Gábor), Holnap Kiadó, 1996. 62.

[13] Uo.

megszerzendő, elérendő értéknek. Éppen ennek következményeként a kezdeti pozitív szerep, amit a szofisták a periklészi aranykorban betöltöttek, megváltozott, gyakran közösségellenes, értéktagadó, nihilista gondolatokat fogalmaztak meg. Ekkor, az önző, pénzt hajszoló, csak a saját jólétével törődő emberek életvitelének megalapozásához is 'elméleti igazolást' adtak. Nem véletlen, hogy az etika atyjának nevezett Szókratész megsértődött, amikor azt mondták róla, hogy ügyes szofista. Persze, ez már az V. század utolsó évtizedeiben történt, amikor a görög poliszok virágkorának vége lett, és a kiúttalanság, a válság jelei erőteljesen megmutatkoztak. Ekkor, szofista vélemények szerint, a *természettől* jó adottságokkal bíró ember az, aki *az ember a mérték* gondolat elfogadása és érvényesnek tartott volta miatt, az őt esetlegesen korlátozó, vágyai kielégítését gátló szokásokon, erkölcsi normákon, együttélési szabályokon átléphet. Antiphón erről így írt:

> „Igazságosság az, ha a polgár nem hágja át a törvényeit a városállamnak, amelyben él. Legnagyobb haszna az embernek az igazságosság alkalmazásából származik, ha tanúk előtt cselekedvén tartja a törvényeket; ám egyedül és tanúk nélkül a természet parancsai szerint jár el. A törvény parancsait ugyanis meghozták, a természet parancsai ellenben szükségszerűek. A törvény parancsai továbbá közmegegyezésen alapulnak, nem pedig természettől fogva vannak; a természet parancsai ellenben természettől fogva vannak, nem közmegegyezésen alapulnak. Aki úgy hágja át a törvényt, hogy tette rejtve marad azok előtt, akiknek közös megegyezésén alapul a törvény, az elkerüli a szégyent és a büntetést."[14]

Így érheti el az egyes ember, hogy megszerezzen mindent, amit csak akar, mindent, ami – véleménye szerint – *jár neki*. A titokban elkövetett tettekért nem jár büntetés. Felrúghatja hát azokat a korlátokat, amelyek céljai elérésében akadályozzák. Tanúk előtt és tanúk nélkül másként viselkedhet az ember: ezt a 'tudathasadásos', paradox értékválasztási lehetőséget újra és újra megszülik az emberi közösségek.

Az ironikus Szókratész

Szókratészt, az ironikus[15] stílusban *bábáskodó* filozófust másféle hozzáállás jellemezte a moralitás vonatkozásában.[16] A *gondolatok bábája* leginkább csak kérdezett, kérdéseivel arra törekedett, hogy gondolkodtassa a beszélgetésre kiszemelt 'áldozatot'. Kérdéseinek központjában többnyire etikai kifejezések, erkölcsi értékek álltak: Mi az erény? Tanítható-e az erény? Mi a jó? Mit jelent az igazságosság? Mit jelent a bátorság? Beszélgetőtársai közül azok, akik hajlandók voltak gondolkodni, s nem hessegették el a *böglyöt*[17] – *úton-levőkké* válhattak, vagyis filozófus-magatartású, kételkedő, új választ

---

[14] *A szofista filozófia,* i. m., 61.

[15] Az irónia fontos eszköze Szókratésznek: használatával ellentétére változtatja az elemzett jelenség fogalmát, illetve ellentéteket illeszt össze segítségével. „Az irónia mond valamit, de az ember érzi, hogy nem érvényes, ám az sem, amit az irónia közvetve, a kimondott ellenkezőjeként mond. Az átfordítás nem állhat meg az állítás ellenkezőjénél, még az ellenkezőjét is átfordítja, de mégsem a kiindulóponthoz érkezik vissza." In: Böhringer, H.: *Mi a filozófia?* (Ford.: Tillmann J. A.) Palatinus, 2004. 13.

[16] Szókratész az, „aki bevezette az etikát". In: Diogenész Laertiosz: *A filozófiában jeleskedők élete és nézetei1*. Jel, Budapest, 2005. 33.

[17] A védőbeszédben mondja Szókratész: „Mert ha engem kivégeztettek, nem egykönnyen találtok más ilyen embert, akit, ha ez nevetségesen hangzik is, egyenesen úgy küldött városotokra az isten, mint

szülő emberekké. Akik nem engedtek a – hol erőteljesebb, hol szelídebb – szókratészi ösztönzésnek, azok makacsul, sokszor ostobán, balgán kitartottak a régi, készen kapott és beléjük sulykolt válaszok mellett. Ők nem voltak hajlandók másként is látni, másként is értékelni a társadalmi élet jelenségeit, nem gondolták újra a régi válaszokat, a készen kapott viselkedésmódokat, s maradtak a megszokott világlátás mellett. Nem vállalták a szabadsággal bírók öntörvényűségével járó lehetőséget, nem vállalták a *saját álláspont* kialakítását. A morális reflexió megteremtésére ösztönző Szókratész a szubjektivitás princípiumát 'csempészte be' az athéni polgárok színes világába.

A morális viszonyulás kialakítása ugyanis elutasítható, a változtatni nem akaró, nem tudó emberek oly módon lehettek *törvénykövetők,* hogy nem választották a független emberré válás kockázatát. Még nem a lelkiismeretük, nem a belsővé tett, tudatosított, felvállalt értékek, vagyis nem *maguk választotta* értékek alapján cselekedtek, hiszen még ezek kialakítása előtti állapotban élték az életüket. Normakövető cselekedeteiket a büntetéstől, szégyentől való félelem, a szoktatás eredményezte.

Ő csak kérdéseket tett fel, magát tudatlanként feltüntetve, kérdését a téma hozzáértőjének címezte, majd ráeszméltette a válaszolót tudásbeli hiányosságaira, kijelentései ellentmondásosságára.

Módszerét elleshetjük, s ez ma is biztosíték lehet arra, hogy követője nem válik öntelt, ostoba, önmagával és tudásával megelégedett lénnyé, hanem mindenkor *úton levő* marad. Bár legyünk óvatosak: az eredményesség, a következmény bizonytalan, az is paradox jellegű. A bábáskodás résztvevői közül néhányan jobbá váltak, néhányan pedig nem. Kiváló szofisták is kerültek ki közülük, és persze gazemberek is. Szókratész számára nem volt fontos a gazdagság, pénz, elismerés, hatalom. Tisztességes emberként akart élni, úgy vélte, csak ez vezethet jól élt élethez:

> „Mert nem másban fáradozom, mikor köztetek járok, mint abban, hogy ifjatokat-öregeteket meggyőzzem: ne törődjék előbb, és ne is olyan buzgón testével, vagyonával, mint a lelke lehető legjobbá tételével; mondván, hogy nem vagyonból lesz az erény, hanem az erényből a vagyon és minden más jó az ember számára a magánéletben is, a közéletben is."[18]

Ő, a szofistákkal ellentétben, azt képviselte, hogy nem lehet önző, egyéni érdekkövetést hirdetni. Minden korban nehéz harmóniát teremteni a közérdek követése és a magánérdek előtérbe állítása között. Az i. e. 4. század fordulóján a társadalmi adottságok nem kedveztek e két erő sikeres összeillesztésének, ezt mutatja az is, hogy Szókratész sok tanítványa vált sikeres szofistává, gazdag, ám csak a saját hasznát szem előtt tartó zsarnokká, hitvány emberré, aki a választás lehetőségével élve a közösség helyett csak a saját érdekeit akarta érvényesíteni, mondván: *egyszer élünk*. A morális viszonyulását végiggondoló és kialakító ember dönthet úgy, hogy a többiekkel, a közösségével nem törődik, egyéni céljait helyezi minden és mindenki elé.

Szókratészt halálra ítélték ugyan, de ő éppen a halálos ítélet elfogadásával lett hű egész élete vállalásaihoz, önmagához, értékeihez. Magatartásával felmutatta a jó emberré

valami nagy nemes paripára, mely éppen nagysága miatt meglehetősen lomha, és rászorul arra, hogy egy *bögöly* felébressze. Úgy vélem, ilyesvalaminek rendelt az isten a város számára engem, aki benneteket külön-külön ébresztgetni, buzdítani és korholni egész nap soha meg nem szűnök, hanem a nyakatokon ülök." In: Platón: *Szókratész védőbeszéde,* [30. e. 31. a.] PÖM. I. 423.

[18] Platón: *Szókratész védőbeszéde,* [30. b] PÖM. 422.

válás lehetőségét egy olyan korban, amely már nem biztatott perspektívákkal. A poliszok világának megújítására Szókratésznek sem volt – mert nem is lehetett – ajánlása.

Szókratész egyike azoknak a filozófusoknak, akikkel kapcsolatban a filozófiatörténészek szívesen említik meg: élete és tanítása szervesen összefüggenek, egységben vannak. Arra törekedett, hogy úgy éljen, ahogy szerinte élni jó, s másokat is hasonló összhangteremtésre ösztönzött. Érvényesnek tartotta az *ember a mérték* gondolatot, ha ezt árnyalni szeretnénk, akkor azt mondhatnánk, hogy Szókratész a *jó embert* tekintette *mértéknek:* a jó ember pedig inkább elszenvedi[19] az igazságtalanságot, mintsem hogy elkövetné azt. A jó ember nála öntörvényű szubjektum, aki saját lelkiismeretére hallgatva cselekszik. Maga Szókratész – talán jelképesen – a bensőjében fellelhető *daimoniont,* a titokzatos belső hangot tekintette cselekedetei morális jelzőrendszerének. Ez a daimonion volt az ő istene.

Mind a szofisták, mind Szókratész másként tanítottak, másként művelték a filozófiát, mint általában tanítani, filozófiával foglalkozni szokás volt. Szókratész leginkább gondolkodni tanított, gondolkodtatott, bízván abban, hogy ezzel jobbá is teszi a másik embert, és így a polisz-közösséget is. Tanító többre talán nem is vállalkozhat. A szofisták is – akiket szintén az *ókor felvilágosítóiként* címkéztek – gondolkodtattak, ám jóval gyakorlatiasabban. Ők az *igazodj el sikeresen a világban* ajánlásukhoz adtak segítséget munkájukkal annak, aki jól megfizette őket. Számukra *a sikeres ember a mérték*.

A poliszok világának megújítására Szókratésznek nem volt és nem is lehetett reális ajánlása, utódja-követője, életének közvetítője, Platón volt az, aki az ideák világának filozófiájával *tévútra vitte a filozófiát,* és megteremtette az elvont etikát a moralitás szabadsága helyén.

Diderot (Szókratész)

Befejezhetetlen szatíra az önmagát választó emberről

> „Ő: [A]z ön véleménye szerint tehát az embereknek tisztességeseknek kellene lenniük?
>
> Én: Hogy boldogok lehessenek? Okvetlenül.
>
> Ő: Csakhogy én végtelenül sok tisztességes embert ismerek, aki nem boldog, és végtelenül sok boldogot, aki nem tisztességes."[20]

Denis Diderot (1713–1784), a 18. századi felvilágosodás korának francia filozófusa, az *Enciklopédia*[21] szerkesztője, az *Enciklopédia* számos szócikkének írója, akit olyan sokoldalú érdeklődés és tájékozottság jellemzett, hogy joggal írható róla: polihisztor volt. Irodalmi alkotásaival is hírnevet szerzett, az irodalmár-filozófus cím is megilleti. Irodalmi művei előítéletektől mentes, racionális gondolkodású, felvilágosult, humanista

[19] A *Gorgiász* című platóni dialógusban Pólosz kérdezi Szókratésztől: „Inkább elszenvedni kívánnál tehát jogtalanságot, semmint cselekedni?" Szókratész válasza így hangzik: „Nem kívánnám én egyiket sem; de szükségszerű választás esetében inkább elszenvedném a jogtalanságot, mintsem megtenném" [469. b. c] PÖM. 521–522.

[20] Denis Diderot: *Rameau unokaöccse.* (Ford.: Szívós Mihály),Pannon Klett Kiadó, 1997. 64.

[21] A 17 kötetes Enciklopédia – Pontosabb címe: *A tudományok, a művészetek és a mesterségek enciklopédiája avagy tudós szótára* – 1751–1765 között jelent meg, majd a 1772-ig az ábrákat tartalmazó 11 kötetet is kiadták. A kor tudását összegyűjteni próbáló hatalmas munkát 1757-től Diderot irányította, miután 1757-től D'Alambert nem folytatta tovább a szerkesztést.

morálfilozófust rejtenek. Legjelentősebb morálfilozófiai-szépirodalmi műve, a *Rameau unokaöccse* nem jelent meg életében, ahogy számos más írása[22] sem. Diderot, a műveiben megfogalmazott gondolatai miatt már a börtönt[23] is megjárt filozófus nem jelentette meg ezt a polemikus, befejezetlennek tűnő, talán be sem fejezhető, sok éven át íródott dialógust – vagy, ahogy ő nevezte: szatírát. Nem félelemből, hanem inkább vitathatósága, nyitottsága miatt. Pedig nagyon sokáig[24] és sokat dolgozott az etika legfontosabb kérdéseit saját korába helyezetten újragondoló/újragondoltató művén, amelyet sokan Diderot főművének tartanak. Ez az írás nyomtatásban csak 1805-ben jelent meg, méghozzá nem is francia nyelven, hanem – Goethe fordításában – németül. *Goethéhez* Grimm és Schiller közvetítésével jutott el Diderot kézirata, ez a szókratészi dialógusokat idéző, ám Diderot korának friss morálfilozófiai kérdéseit feszegető mű. Éppen ez – a szókratészi kérdésfelvetés kísértése – az oka annak, hogy a Diderot(-Szókratész) név szerepel a fejezet címében.

A filozófus nagy tisztelője volt Szókratésznek, Platón dialógusait – elsősorban a korai, vagyis az igazi Szókratészt visszatükröző párbeszédeket – gyakran olvasta újra. Kortársai közül jó néhányan tudtak Diderot Szókratész-rajongásáról, Szókratész-követéséről, éppen ezért *Diderot-Szókratész*nek, *Szókratész-Diderot*-nak nevezték. Ugyanabba a korlátba ütközött ő is, amelybe ókori elődje: a moralitás igazságának levezethetetlenségébe. Saját belső küzdelmeiről, e probléma megoldási nehézségeiről gondolkodva így fogalmazott a *Helvetius cáfolata* című, 1773-ban megjelent írásában:

> „Meggyőződésem, hogy minden társadalomban, még egy olyan rossz berendezésben is, mint a miénk, amelyben a sikeres bűnt megtapsolják, és a bukott erény csaknem mindig nevetségessé válik, meggyőződésem, hogy […] még sincs jobb módja a boldogság elérésének, mint az, hogy erkölcsös emberek legyünk. Úgy érzem, hogy az ezt bizonyító munkát volna a legfontosabb megírni, és hogy ez a legérdekesebb feladat, az egyetlen olyan, amelyre utolsó perceimben a legnagyobb megelégedéssel emlékeznék. Ez az a kérdés, amellyel százszor is gyötörtem magam, szellemi képességeim maximális megfeszítésével; és itt éreztem úgy, hogy a megoldáshoz szükséges szellemi adottságokkal rendelkezem. Tegyek egy vallomást? Soha nem mertem kézbe venni a tollat, hogy eme mű első sorát leírjam. Azt mondtam magamnak: ha ebből a vállalkozásból nem kerülnék

[22] 1960-ban írta legismertebb regényét – *Az apáca* címmel –, melyben egy kolostorba zárt lány tragédiáját mutatja be. A mű egyházellenessége miatt csak a szerző halála után jelenhetett meg. A *Mindenmindegy Jakab* című regénye 1773-ban készült, de csak 1796-ban jelent meg. „Műveinek kiadását nem siettette […] Mintha *Diderot*nak csak az lett volna fontos, hogy írhasson, hogy kifejezhesse magát, hogy elmondhassa mindazt, amit a világról, életről gondol." Írta róla a kötet *Utószavá*ban Bartócz Ilona. In: Diderot: *Rameau unokaöccse.* (Ford.: Győri János) Európa Könyvkiadó, Budapest, 1958. 99.

[23] A *Levél a vakokról* (1749) című írásában megfogalmazott deista tanaiért börtönbe került. Kritikai gondolkodása miatt több alkalommal bebörtönözték.

[24] Talán már 1759-ben kezdte írni, majd újra és újra elővette, átírta, javítgatta, így csaknem két évtizeden át írta. Ld. erről: Szívós Mihály: *A Rameau unokaöccse. Második szatíra keletkezése és szövegtörténete.* In: Denis Diderot: *Rameau unokaöccse.* (Ford.: Szívós Mihály), Pannon Klett Kiadó, 1997. 42.

ki győztesen, az emberiséget a bűnre bátorítanám. Mégsem érzem magam elégségesnek a feladathoz; hiába áldoztam rá életem."[25]

A morálválasztás miléntje, titka már Platónt is sokat foglalkoztatta, nem véletlenül tartotta éppen ennek kifürkészését[26] a legfontosabb kutatási feladatnak. Diderot szatíráját ezen igény újraszületéseként, újabb megfogalmazásaként is tekinthetjük. A *Rameau unokaöccse* című írás *személyiségetika-illusztrációkat* tartalmaz. Mivel a morálválasztás kifürkészhetetlen, ezért – miként ezt Heller Ágnes kifejti – csupán bemutatni, illusztrálni[27] lehet a végeredményt, vagyis a morált választott individuumot, a morális lényt. Ahogy Szókratész, úgy Diderot(-Szókratész) is tudta ezt, szatírájában szemléltette két ember – Ő és Én: Rameau unokaöccse és Diderot – személyiségetikát teremtő küzdelmét. Bemutatja két, nagyon másként gondolkodó ember gondolkodásmódját, értékvilágát, *'működésmódját',* vagyis: viszonyulását önmagához, a többi emberhez. Az eltérő erkölcsfelfogást valló emberek vélemény-ütköztetésének eredményeként Diderot írása szükségszerűen kiváltja az olvasók állásfoglalását is.

Tudjuk, hogy Szókratész – morális választása következményeként – a halált is vállalta, mert csak így maradhatott hű egész életében követett elvárásaihoz. Ám tettével csak azokat erősíthette, akik hasonló gondolkodásúak voltak, hasonló értékeket követtek. A szofistákat nem győzhette meg, hiszen az ő moralitásuk a szókratészivel ellentétes moralitás volt. Akik számára ugyanis az a tétel elfogadott, hogy *jobb igazságtalanságot elkövetni, mint elszenvedni*, azoknak nem lehet értelmes tett Szókratész tette, mivel ő a *jobb igazságtalanságot elszenvedni, mint elkövetni* alapelvet tekintette a magáénak, és ennek szellemében élt. Diderot(-Szókratész) is belátta a racionalitás határait, korlátait, s azt is, hogy az emberi közösségek szívesebben és gyakrabban preferálják a sikeresen elboldoguló embert, aki megengedi magának a törvények rejtett áthágását – ahogy az ilyen közösségekben a legtöbben ezt megengedik maguknak. Kevésbé kedve-

---

[25] Idézi Diderot *Réfutation, d'Helvétius, Oeuvres* című írását Ludassy Mária, a *Valóra váltjuk a filozófia ígéreteit* című könyvében. Magvető Kiadó, Budapest, 97.

[26] „…minden egyéb tudományt félretéve, mindegyikünk ennek a tudománynak a kutatója és híve legyen: hátha valamiképpen megtanulhatja és kitalálhatja, hogy kicsoda teheti őt képessé és okossá rá, hogy – különbséget téve a becsületes és a rossz élet között a lehetséges életformák közül mindig és mindenütt a jobbat válassza […] Semmi egyébbel nem szabad törődnie, hiszen láttuk, hogy az embernek életében és halálában ez a legjobb választás."[26] Platón: *Állam*. In: *Platón Összes Művei II (ford.:* Szabó Miklós), Európa Könyvkiadó, Budapest, 1984. In: *Platón Összes Művei II.* [618. b. c. 619. a]

[27] A személyiségetika mibenlétéről Heller Ágnes gondolatait érdemes megismerni: „A személyiségetika mindig *egy* személyiség etikája. Mivel ellenáll az általánosításnak, nem közelíthető meg olyan módon, ahogyan az általános etika. A személyiségetikáról lehetetlen értekezést írni. Illusztrálnunk kell ahhoz, hogy beszélhessünk róla. Vagyis inkább egy paradigmatikus esetet, egyetlen személyt, egyetlen életet kell szemügyre vennünk, hogy lényegét és értelmét példázhassuk. […] Egy személyiségetika reprezentatív letéteményese nem fordul az emberhez (hozzánk, bárkihez) azzal a kérdéssel, hogy: »Mit tegyek, hogy helyesen cselekedjek?«, mivel senki sem tudna tanáccsal szolgálni, és ő sem fordulna senkihez tanácsért. Tanácsot mindig a Másik ad, s a Másikhoz tanácsért fordulni azt jelenti, hogy az interszubjektivitás álláspontjára helyezkedünk, ami a Mások álláspontját, az ő szükségleteiket, vágyaikat, értékeiket, normáikat, egyszóval elvárásaikat foglalja magában. Amikor a morális kérdés megválaszolására kerül sor, az ember ugyan saját jelleméből fakadóan foglal állást, de ez magában foglalja az általánosság mozzanatát. Egy egzisztenciális morálfilozófia szellemében Kierkegaard bírójának szavát kell ismételnünk: »Az egyedi az általános.« Egy személyiségetika terminusaiban azonban az egyedi sohasem »az általános«. Amikor az ember azzá válik, ami, egyedi személyiség lesz belőle, olyan individuum, aki mindenki mástól különbözik […]"[27] In: Heller Ágnes: *Nietzsche és a Parsifal.* Századvég Kiadó, Budapest, 1994. 7–9.

lik, nevetségesnek, moralistának, ostobának, baleknak tartják azt az embert, aki elvont értékeket követ, aki morális választást téve, a saját érdekei érvényesítése helyett, szigorúan az absztrakt értékekhez ragaszkodva cselekszik.

Diderot szatírájában a két szereplő – (Diderot-)Én, és (Rameau-)Ő – beszélget egymással, s megnyilatkozásaikon keresztül mutatkozik meg a két ember jelleme, önmagukhoz és a többi emberhez való nagyon másféle viszonyulása, eltérő moralitása. A párbeszéd egyik mozzanatában az erény és a boldogság kapcsolatáról fogalmazzák meg gondolataikat, amely alapgondolatok az egész művet átszövik:

> „Ő: […] az ön véleménye szerint tehát az embereknek tisztességeseknek kellene lenniük?
> Én: Hogy boldogok lehessenek? Okvetlenül.
> Ő: Csakhogy én végtelenül sok tisztességes embert ismerek, aki nem boldog, és végtelenül sok boldogot, aki nem tisztességes."[28]

Mindkét szereplő a klasszikus etikai kérdésre – *Mit kell tennem ahhoz, hogy jó életet éljek, hogy boldog legyek?* – adja meg a saját válaszát. Egymás meggyőzése kizárt, hiszen a racionális érvek nem győzhetik meg a morálválasztó embert arról, hogy rossz döntést hozott. Miként az irodalmi alkotásokból – így Moliere *Fösvény* vagy a *Tartuffe* című drámájából is – egészen mást hallanak ki az eltérő értékrendszerű emberek:

> „Én: Kötelességek felismerését; az erény szeretetét; a bűn gyűlöletét.
> Ő: Én meg kiszedem belőlük mindazt, amit tenni kell, de nem kell kimondani. Így például, amikor a *Fösvényt* olvasom, azt mondom magamban: Légy fösvény, ha akarsz, de vigyázz, hogy ne úgy beszélj, mint aki fösvény. Amikor a *Tartuffe*-öt olvasom, azt mondom magamnak: Légy képmutató, ha akarsz, de ne beszélj úgy, mint aki képmutató. […] Én én vagyok, és maradok, aki vagyok; de úgy cselekszem, és úgy beszélek, ahogy szükséges."[29]

Rameau úgy cselekszik, és beszél, ahogy a sikerességhez, gazdagodáshoz, a világban való minél jobb eligazodáshoz szükséges. A filozófus pedig úgy, mint aki a *jobb igazságtalanságot elszenvedni, mint elkövetni* elvett tette magáévá. Kettejük választása más típusú választás.

Kettős választás

A *Rameau unokaöccse* című Diderot-írásnak ugyanaz a témája, ami a történelmi Szókratészé volt Platón korai dialógusaiban, és ami persze Platón életművének egészében is fő téma maradt: a morálválasztás lehetségessége, következményei. Csakhogy amikor a premodern korban, a szókratészi-platóni világban a közösségről levált magánember kialakíthatta morális viszonyulását, a morális választás volt *a választás*. Diderot korában pedig a morálválasztás mellett már a közösségben betöltött szerep, a társadalmi funkció is egyre inkább választhatóvá vált. Érlelődött a francia forradalom, amikor is a *szabadság, egyenlőség, testvériség* hármas jelszava mellett kimondatik a *minden ember szabadnak és egyenlőnek születik* gondolat is. Bár Diderot, a modernkori felvilágosító már nem érte meg a forradalmat, felvilágosult írásaival fontos szerepet játszott a vál-

[28] Denis Diderot: *Rameau unokaöccse.* (Ford.: Szívós Mihály) Pannon Klett Kiadó, 1997. 64.
[29] Denis Diderot: *Rameau unokaöccse,* i. m., 72.

tozások szellemi előkészítésében. A modern ember életlehetőségeit nem határozza meg születése, így ő maga választhatja meg élete kereteit. Heller Ágnes erről így írt:

> „Minden ember *self-made man*. Az első szimbolikus modelljei az efféle *self-made man*nek Napóleon és Rothschild. Vagy ahogy Napóleon mondta, minden katona tarsolyában ott lapul a marsallbot."[30]

Heller Ágnes találó metaforával írta le a premodern és a modern világ emberének másféle létlehetőségét. A premodern korban *megcímzett borítékot*[31] kap születésekor az ember – vagyis meghatározott a társadalmi helyzete, szerepe; a modernitás korában azonban már *nincs megcímezve a boríték*. Az egyén feladata, lehetősége lesz a társadalomban betöltött helyének kitalálása/kiválasztása, megteremtése is, vagyis már nem csupán morális választást tehet, hanem társadalmi funkcióját, szerepeit, különbségeit, másságait is ő maga választhatja meg. A *Mi leszel, ha nagy leszel?* kérdés értelmessé csak akkor válhat, amikor a születés véletlenje nem determinálja az egyént felnőttkori szerepeit illetően.[32]

Diderot főművének szereplői így már kétféle választást tehetnek/tesznek: morált is választhatnak és társadalmi szerepet, funkciót is, a *különbség kategóriája* alatt is választhatják magukat, és persze lehet ezen utóbbi az alapvető választásuk is akár, lehet ez életük legfőbb választása, amely mellett a morál választása háttérbe szorulhat. A *Rameau unokaöccse* című írásban az egyik főszereplőnek, Jean-Francois *Rameau*-nak (Ő) választásai ütköznek a másik főszereplő, a filozófus (Én) választásaival, s a választásuk melletti érveléssel. Milyennek választják magukat?

Rameau, aki megragadja a pillanatot. Lángész?

Rameau-t a mű elején így jellemzi a narrátor:

> „Semmi sem hasonlít kevésbé őhozzá, mint önnön személye. […] Ha effajta ember tűnik fel egy társaságban, úgy hat, mint egy csipetnyi kovász, mely erjedést okoz és mindenkinek visszaad valamit természetes egyéniségéből…[33]

A szatíra végén pedig Rameau mondja magáról – kérdésébe foglaltan – ennek az ellenkezőjét:

> Ő: Igaz-e, hogy én mindig ugyanaz vagyok?
> Én: Sajnos igaz."[34]

Rameau jellemére utalnak a megjegyzések, és a kettő együtt igaz – Rameau mindig más, ez benne az állandó vonás, vagyis ez jellemének alapja. Ő a híres zeneszerzőnek, zenetudósnak Jean-Philippe *Rameau*-nak az unokaöccse. Az unokaöcs is zenész, ám zenei tehetségével elégedetlen ember. Elismert, csodált ember szeretne lenni, zseninek álmodja magát:

---

[30] Ld.: Heller Ágnes: *Mi a modernitás* című előadása, *Mindentudás Egyeteme,* 2004. 02. 02. http://www.dura.hu/html/mindentudas/helleragnes.htm [2012.04.14.]

[31] Ld.: Heller Ágnes: *Személyiségetika dióhéjban,* Kellék 7. szám, 1997. http://epa.oszk.hu/01100/01148/00007/08heller.htm [2012.04.14.]

[32] Heller Ágnes: *Morálfilozófia.* Ford.: Berényi Gábor. Cserépfalvi, 1996, 19–31.

[33] Denis Diderot: *Rameau unokaöccse,* i. m., 45., 47.

[34] Uo. 95.

„Tizenöt éves sem voltam, amikor először szóltam így magamhoz: Mi van veled Rameau? Te ábrándozol. És miről ábrándozol? Arról, hogy szeretnéd, ha oly valamit tettél volna, vagy tennél, amivel kiváltanád a világegyetem csodálatát."[35]

A kamaszkori vágy megmarad, bár úgy tűnik számára, hogy zeneszerzőként, zenészként nem eléggé tehetséges. S mivel nem az, a lángészről könnyen elfogad elítélő véleményt, hiszen: *csak egy valamire jók,*[36] ugyanakkor minden újat, vagyis: minden rosszat ők hoztak az emberi világba.[37] A zsenikkel kapcsolatban ambivalens a véleménye, majd a beszélgetés során, a saját – rosszban való eredetiségének, nagyszerűségének elismertetését a filozófustól igényelve, így fogalmaz:

„Azt akartam, hogy tudja meg, mily kiválóságig vittem művészetemben; ki akartam csikarni önből az elismerést, hogy legalábbis eredeti vagyok züllöttségemben…"[38]

Igen, nagyon is tehetséges ő, ha nem is hagyományos zeneszerzőként, zenészként, de valami furcsa szerzetként, különleges utánzóművészként az, s ez a kiválósága – összekapcsolódva azzal, hogy ő nem gondolja úgy: *jobb elszenvedni az igazságtalanságot*… – elsődlegessé válik énjének megválasztásában, így morálválasztása is ennek rendelődött alá. Zseniálisan utánoz mindenféle hangot, hangszert, és mozdulatokat, mozgást is, embereket, szerepeket jelenít meg. Jelleme alapvonása – ahogyan az őt leíró kulcsmondatok sejtetik –, a *mindig-másság,* éppen ezért kérdezi/állítja magáról: „Igaz-e, hogy én mindig ugyanaz vagyok?", és ezért mondható róla, hogy „Semmi sem hasonlít kevésbé őhozzá, mint önnön személye." Ez a *mindig-másság* vetül rá egész életére, minden tevékenységére, társadalmi szerepére is, morálhoz való viszonyulására is. Élete kereteit, formáját választotta meg a zenészi pálya választásával, ám kudarcnak tűnik számára ez a választás – „…hát bizony, közepes vagyok a zenében"[39] – s nem tudatosította magában azt a tehetséget, amellyel a játékot, utánzást, a pantomimot végzi – abban ugyanis zseniális. Talán éppen ez a – vágyott tehetség helyett önmagában fellelt, de gazdagságot, elismerést kevéssé hozó tehetsége – váltotta ki benne a helyzetével, életével szembeni – időnként felszínre kerülő – elégedetlenséget, a *ressentiment*[40] életérzést, és legfőként: morálválasztását vagy inkább immoralitását. A *ressentiment* érzését így írja le:

„Én csak azt tudom, hogy más szeretnék lenni, de nagyon, teszem azt lángész, nagy ember. […] Bensőmet mindig elöntötte a harag, valahányszor dicsérni hal-

[35] Uo. 90–91.
[36] Uo. 48.
[37] Uo. 48.
[38] Uo. 80.
[39] Uo. 88.
[40] Francia szó, jelentése: neheztelés, fájdalmas irigység, rosszmájúság. A modern kor emberének gyakori lelki betegsége, amely életérzéssel Nietzsche is és Dosztojevszkij is sokat foglalkozott. Ha minden ember szabadnak és egyenlőnek születik, miért van az, hogy egyeseknek minden könnyen sikerül, míg másoknak nem. Ezen igazságtalanság megszüntetésével, a természettörvények szerint kijáró javak bármilyen áron való megszerzésével sokat foglalkoznak a *ressentiment* életérzést magukban érlelő egyének.

> lottam valakit. Irigy vagyok […] bosszantott és bosszant, hogy középszerű vagyok."[41]

Rameau elismeri beszélgetőpartnere nagyszerű képességeit, és irigyli is, ám azt is bevallja, hogy ő egészen másképp használná tehetségét, mint ahogyan Diderot teszi:

> „Ő: …ha én olyan képességekkel rendelkeznék, mint ön! […] De én nem azért vágyom az ön adottságára, hogy az igazat mondjam, hanem ellenkezőleg, hogy jól tudjam mondani a hazugságot."[42]

Ahogyan a szofisták közül jónéhányan tették, Rameau is életprogramjává teszi a mások manipulálásával való haszonszerzést, azonosulni tud a morálisan rossz ember szerepével: „…hát bizony, közepes vagyok a zenében, és bizony mester az erkölcstanban."[43] Erkölcstanában megbékél önmagával, alaptétele: saját érdekeidet kövesd:

> „…oly változékony dolognál, mint aminő az erkölcs, nincs semmi, ami feltétlenül, mindenekelőtt, és általános érvényűen igaz, hacsak az nem, hogy az embernek olyannak kell lennie, amilyen az érdeke; jónak, vagy rossznak; bölcsnek, vagy bolondnak; illedelmesnek, vagy nevetségesnek; becsületesnek, vagy bűnre hajlónak. Ha történetesen az erény vezetett volna a gazdagsághoz: vagy erényes lettem volna, vagy színleltem volna az erényt, úgy, mint más."[44]

Mivel nem tartja magát eléggé tehetségesnek, ő az, aki társadalmi funkcióját keresve-választva, a mindig más alakot öltő kaméleonszerű létformát választotta, a körülményekhez illeszkedve igyekszik jól elboldogulni. Az benne az állandóan megmutatkozó jellemvonás, hogy kiválóan alkalmazkodva mindig más alakot ölt, más elveket követ. Éleselméjű ember, aki szinte megérzi, hogy mit hasznos éppen mondania, tennie ahhoz, hogy az adott szituációban, az adott pillanatban sikeres legyen. S mivel mindig csak az adott jelenben való elboldogulás érdekli, szükségszerűen válik kaméleontermészetűvé, akiben egyszerre van jelen *éleselméjűség és aljasság, ocsmányság és őszinteség*.[45] Parazitaként élősködik pénzes embereken, akiknek életébe – humorával, vidámságával, talpraesettségével, mintegy viszonzásként – új színt, izgalmat visz, s így – újra az adott pillanatot megragadó-kihasználó kiváló alkalmazkodóképességére utalnék – *kovász*ként is funkcionál. Persze nem csupán jól alkalmazkodó *mindig-másság*a tartozik említésre érdemes tulajdonságai közé, hiszen tehetséges és képzett zenész, zeneszerzőként próbálkozó művész is, sőt: különleges képességű előadóművész. Amikor elkezdi szuggesztív pantomim-játékát, oda kell figyelni rá. Utánzóművészi tevékenységében akár a zsenialitást felvillantó előadót is megláthatjuk benne, vagy új, különleges műfajt játszó színészt. Nagyformátumú ember szeretne lenni, híres, elismert, sikeres ember szerepének betöltését álmodta meg a maga számára. Ám tudja magáról, hogy zeneszerzőként nem zseni. Másságainak megválasztásával, vagyis – Heller Ágnes kifejezését használva –: a *különbség kategóriája* alatt tett választásában kudarcot vallott. Számára ez volt a legfőbb választás. Vagy mégsem? Működik a mindig más vagyok alapgondolat: Rameau másként is válaszol, másként is viszonyul saját éle-

[41] Uo. 51.
[42] Uo. 88.
[43] Uo. 88.
[44] Uo. 73.
[45] Uo. 56.

téhez, énjéhez, és igent mond rá, igent mond a rossz vállalhatóságára, sőt, markáns voltát dicsőíti:

> „Ő: Az ön szemében én nagyon romlott, nagyon megvetni való lény vagyok, s néha még a saját szememben is az vagyok, de ritkán. Bűneim miatt gyakrabban gratulálok magamnak, mintsem gáncsolom magam. […] Ha valamiben is fenségesnek kell lenni, úgy ez különösen a rosszra áll. Az ember leköpi a kis szélhámost, de nem tagadhat meg némi tiszteletet a nagy bűnözőtől."[46]

Önmagát választotta az adott szituációhoz alkalmazkodó *mindig-másságával* és ehhez a választáshoz szükségszerűen illeszkedik az a morálválasztás, amelyben az én mindig elsődleges a másikkal, a többiekkel szemben, és sikeressége érdekében mindenféle bűn elkövetését is megengedi magának. Diderot-Én is önmagát választotta, amikor tisztességes embernek választotta magát, ő akkor érzi jól magát, ha erényesen cselekszik. Társadalmi szerepében pedig – íróként, filozófusként, szerkesztőként – tehetsége révén szintúgy megtalálta a neki megfelelő helyet. Egymást meggyőzni, megváltoztatni lehetetlenség, a ráció nem segíthet egymás álláspontjának elfogadásában. A véletlenek, tanulás, szocializáció, öröklött adottságok – mind-mind szerepet játszottak a jellemüket alakító választásaikban, amelyek eredőjeként épp ilyenek lettek.

Rameau az elvont erkölcsi elvekről és azok merev követőiről elutasítóan nyilatkozik, gyakorlatias eligazodni akarását nyelvtanból hozott példa – a *nyelvtan általános szabályai és a kivételek* – segítségével kísérli meg elfogadtatni a filozófussal:

> „Ő: Egyáltalán nem alacsonyítom le magam, ha úgy teszek, mint mindenki. Nem én találtam ki ezeket a dolgokat: különc, és ügyefogyott volnék, ha nem alkalmazkodnék hozzájuk. Valóban, azt jól tudom, hogyha ön ezt egy, tudom is én milyen erkölcs bizonyos általános elvei szerint ítéli meg, olyan szerint, mely ott van a nyelvén mindenkinek, de senki sem gyakorolja, ki fog sülni, hogy ami fehér, az fekete, és ami fekete, az fehér. Csakhogy, filozófus uram, van egy általános lelkiismeret, mint ahogyan általános nyelvtan is létezik, és aztán minden nyelvben ott vannak a kivételek…
> ÉN: Idiotizmusok.
> Ő: Pontosan. Nos, minden foglalkozás ismer kivételeket az általános lelkiismeret alól, én ezeket legszívesebben mesterségbeli idiotizmusoknak nevezném el."[47]

Rameau *mesterségbeli idiotizmusa* felmentést ad számára az erkölcsi elvárások teljesítése alól, és rugalmasan érvényesítheti érdekeit a *kivételként* választott, neki hasznos cselekvésmódjával.

Szókratész rokonai – családi hasonlóság

Diderot folytatta a Szókratész közvetítette gondolkodásmódot. Újragondolta, továbbgondolta az etika legfőbb kérdéseit, a morálválasztás lehetőségeit. Szókratész és Diderot így *rokon*ok, miként a *vad Szókratészként* is emlegetett Diogenész is az volt, ahogy a 19. századi Kierkegaard, a *dán Szókratész* is a „rokonság" tagja. Akad magyar is a ro-

[46] Uo. 78.
[47] Uo. 61.

konságban: a *kávéházi Szókratész,*[48] Karinthy Frigyes, akinek *Mennyei riport* című regényében a túlvilágról tudósító riporter a Rameau nevet kapta, és ennek a *Rameau*-nak Diderot a túlvilági segítője, kísérője. Karinthy Frigyes pedig szintén mestere valamiféle Rameau-féle tevékenységnek, hiszen az *Így írtok ti* című irodalmi karikatúra-gyűjteménnyel robbant be az irodalmi életbe. Karinthy is, miként Rameau, utánoz, új műfajt teremtő tevékenységében zseniálisan karikíroz. A Szókratész-rokonság tagjai között sokféle gondolkodásbeli, életviteli azonosság, hasonlóság fedezhető fel. Ez is *családi hasonlóság.*[49] A rokonság tagjaira jellemző az örökös úton-levés, és a morális problémák, a moralitás problémakörének faggatása. Ugyancsak jellemző az, hogy – egy-egy kérdés megválaszolása során – gondolatkísérleteket végeznek, válaszvariációkat szülnek. Diderot írásának bevezető mondatai között találjuk a következő megfogalmazását ennek a *kísérleti gondolkodásnak:*

> „Gondolataimnak teljes kicsapongást engedek. Menjenek csak. Szegődjenek az első felbukkanó ötlet nyomába, legyen az bölcs, vagy balga, mint ahogy csélcsap ifjaink a Foy fasoron nyomon követnek egy-egy nevető arcú, csillogó szemű, pisze orrú szeleburdi kurtizánt, hogy aztán egy másik kedvéért otthagyják, mindet ostromolva, de egyikhez sem ragaszkodva. Az én szajháim: a gondolataim."[50]

Mindezek után visszatérek Guthrie megjegyzéséhez: „Szókratész problémáját végül – Wittgenstein oldotta meg."[51] Szókratész problémája az absztrakt etikai fogalmak szen-

---

[48] Napjai nagy részét Karinthy Frigyes kávéházakban töltötte, ott írt, és főként: beszélgetett társaságának tagjaival, ismerősökkel, rajongóival, idegenekkel.

[49] Érdemes – a *családi hasonlóság* kifejezést használva – ahhoz a filozófushoz fordulni, aki ezt filozófiájába beemelt kifejezésként használta. Wittgenstein, a *Filozófiai vizsgálódások* című munkájában, a játékokban rejlő azonosságokat keresve így írt: „[66] Vizsgáld meg például egyszer azokat a folyamatokat, amelyeket »játékok«-nak nevezünk. A táblajátékokra, kártyajátékokra, labdajátékra, küzdősportokra stb. gondolok. Mi a közös mindezekben? – Ne mondd, hogy »*Kell* valami közösnek lennie bennük, különben nem hívnánk őket 'játékok'-nak« – hanem *nézd meg*, van-e valami közös mindben. – Mert ha megnézed őket, nem fogsz ugyan olyasmit látni, ami *mindben* közös, de látsz majd hasonlóságokat, rokonságokat, mégpedig egész halomnyit. Szóval: ne gondolkozz, hanem nézz! – Nézd meg például a táblajátékokat és kiterjedt rokonságukat. Majd térj át a kártyajátékokra: itt sok megfelelést találsz ama első osztállyal, de sok közös vonás eltűnik, sok már viszont előtűnik. Ha pedig áttérünk a labdajátékokra, akkor egynémely közös vonás megmarad, de sok el is vész. – Minden játék '*szórakoztató*'? Hasonlítsd össze a sakkot a malommal. Vagy talán mindenütt van nyerés és vesztés, és mindenütt versengenek a játékosok? Gondolj a pasziánszokra. A labdajátékokban van nyerés és vesztés; de ha egy gyermek a labdát a falnak dobja majd ismét elkapja, akkor eltűnik ez a vonás. Nézd meg, hogy milyen szerepet játszik az ügyesség és a szerencse. És milyen más az ügyesség a sakkban és a teniszben. S gondolj most a körjátékokra: itt megvan a szórakozás eleme, viszont mennyi más jellegzetes vonás eltűnt! És így mehetünk végig a játékok sok-sok más csoportján, s láthatjuk, amint hasonlóságok tűnnek fel és el. E vizsgálódás eredménye pedig így hangzik: az egymást átfedő és keresztező hasonlóságok bonyolult hálóját látjuk. Hasonlóságokat nagyban és kicsiben. [67] Ezeket a hasonlóságokat nem tudom jobb szóval jellemezni, mint hogy »családi hasonlóság«-ok; mert így fedik át és keresztezik egymást azok a különböző hasonlóságok, amelyek egy család tagjai között állnak fenn: termet, arcvonások, a szem színe, a járás, a temperamentum stb., stb. – És azt állítom: a 'játékok' egy családot alkotnak." In: Wittgenstein: *Filozófiai vizsgálódások.* (Ford.: Neumer Katalin) Atlantisz, 1998. 57–58.

[50] Denis Diderot: *Rameau unokaöccse,* i. m., 45.

[51] Guthrie-t idézi Nyíri Kristóf, ld. Ny. K.: A 21. század filozófiája felé. In: *Filozófia az ezredfordulón.* Szerk.: Nyíri Kristóf. Áron Kiadó, Budapest, 2000. 398.

vedélyes kutatása volt. Bár az általa feltett kérdéseket, mint például: *Mi a jó? Mi az erény? Mi a jámborság?* nem tudta megválaszol(tat)ni, ezeket a *másik Szókratész,* vagy ahogy Kierkegaard nevezte: a platóni dialógusok Szókratésze, vagyis maga Platón oldotta meg. Ám oly módon, hogy megoldása hátttereként egy másik világot – az ideák világát – is meg kellett teremtenie. Vele ellentétben Wittgenstein megoldása evilági megoldás. Nyíri Kristóf összegző gondolatait idézem, a *Bölcsészettudományok az írásbeliség kora után* című tanulmányából:

> „A pont, ahová Wittgenstein késői filozófiájában visszatérni igyekezett, nem más, mint az a pont, ahol – benyomásom szerint – Platón a tévutat választotta. […] A jelentés wittgensteini elmélete, az un. használatelmélet a *szóbeliség* benyomásához kötődik. […] az írott nyelv azonban éppen az alkalmazás különbözőségeit fedi el. Wittgenstein »a nyelv mindent egyformává tevő hatalmáról« beszél […], vagyis az írás hatalmáról – amely tehát a platonisztikus beállítottsághoz vezet. […] »ha a nyelvnek engedjük át a gyeplőt, és nem az életnek, akkor keletkeznek a filozófiai problémák. Mi az idő? – a tévedés már a kérdésben rejlik.«"[52]

Családi hasonlóságok vannak, ideák nincsenek. Platón *„a polisz utolsó filozófusa",*[53] aki Szókratész és a moralitás csodálója volt, a moralitást felfüggesztve, elvont, emberellenes etikát teremtett. Így valóban igaz: *az etika Platóni találmány.*[54]

[52] Nyíri Kristóf: Bölcsészettudományok az írásbeliség után. *Világosság* 1996/6. 9.

[53] Heller Ágnes: *Az arisztotelészi etika és az antik ethos*. Akadémiai Kiadó, Budapest, 1966. 64.

[54] Eric A. Havelock: A görög igazságosság-fogalom: homéroszi árnyvonalaitól a platóni főszerepéig. Ford.: Bognár Gergely. I.n: *Szóbeliség és írásbeliség. A kommunikációs technológiák története Homérosztól Heideggerig.* (Szerk.: Nyíri Kristóf és Szécsi Gábor) Áron Kiadó, Budapest, 1998. 58.

2. rész:
Egészségfejlesztés és PhD műhelymunka

A német életreform mozgalmak a német romantika eszméinek tükrében

NÁDUDVARI GABRIELLA

Bevezetés

A 19. század végén és a 20. század elején ismét megjelentek azok az eszmék és életformaszervező értékek, amelyek évszázadok óta jelen vannak, és mindig akkor törnek a felszínre, amikor a világ gyógyítása szükségessé válik. Az élet értelmének és értékének a keresése olyan időkben erősödik fel, amikor az egyes ember problematikusnak éli meg a környezete által közvetített élettartalmakat. Kétsége abból származik, hogy a számára hozzáférhető hagyományos összefüggésekkel nem tudja kielégítő módon megmagyarázni az észlelhető történések logikáját, és nem tud megfelelni a haladás diktálta követelményeknek.

Tanulmányunk első részében a német romantika emberképét vizsgáljuk, mert az életreformhoz időben a német romantika korszaka áll legközelebb azon korszakok közül, melyekben a Németországból és Svájcból kiinduló életreform emberképét is meghatározó idealisztikus eszmények a legfiltráltabban jelentek meg. Az ellentmondásos jegyeket is önmagán viselő, Nietzsche nevéhez köthető „Homo natura" mint új emberideál a 19. század végén és a 20. század elején bizonyos pontokon a romantika szintén ellentmondásokban bővelkedő emberideáljával korrelál. A romantika egységes emberképéről nem beszélhetünk, hiszen a korai korszak teljesen eltér a késeitől: a meglévő azonosságok mellett közös nevezőre nehezen hozható. Ennek az ellentmondásosságnak a bemutatása előrevetítheti az életreform emberképének összetettségét, és legitimálhatja összehasonlításunkat. Megvizsgáljuk, miből nő ki a romantika emberképe, és milyen változást mutat saját korszakán belül. A korai romantika emberképét részletesebben tárgyaljuk, mert előrevetít számos, az életreform emberképét is meghatározó elemet. A romantikus regényekben megjelenő ideatív narratívumok szerves részét képezik a romantika embereszményének, és normatív jellegüknél fogva a romantika emberét képezhetik le.

A német életreformmal foglalkozó szakirodalmak túlnyomórészt a mozgalmak civilizációkritikai vonásait és az elidegenedés folyamatát domborítják ki. Így kézenfekvő, hogy tanulmányunk második részében ebből az aspektusból kiindulva közelítsünk a reformmozgalmak lényege felé, előkészítve tanulmányunk harmadik egységét, melyben az elidegenedésre adott válaszokat, a „kivonulás" okait elemezzük a német romantika felvilágosodás-kritikája néhány aspektusának tükrében. A negyedik egységben a „kivonulás" egyik konkrét formáját, a svájci Monte Veritá kommunát mutatjuk be.

A német romantika emberképe

Németh G. Béla *Az egyensúly elvesztése* című könyvében megállapítja, hogy az európai történetírás által romantikának nevezett mozgalom, korszak és irányzat értelmezésénél „az utolsó kétszáz esztendő egyik legnagyobb hatású tudattörténeti és művelődéstörténeti váltásával állunk szemben" (Németh, 1978. 5.). Mint minden irányzat, a romantika is „történelmi képződmény" volt: „határozott társadalom- és tudattörténeti változások eredményeként született meg, virágzott ki s hanyatlott el". A romantika ha-

tása „mozgalomszerűségének" elmúltával is érzékelhető. „Búvópatak, alvó kráter jellegét" a 19. század végén és a 20. században különösen érzékelhetjük (Németh, 1978. 7.). Németh G. Béla kiemeli, hogy „egyetlen irodalmat s művelődést sem járt át annyira a romantika, mint a németet, s az irány későbbi kisugárzásainak is elsősorban ez a romantika lett a fókusza" (Németh, 1978. 8.). A német romantika mérhetetlenül összetett és sokarcú, hiszen „a társadalmi és tudati ellentmondások addig nem tapasztalt minőségű s intenzitású hálózatával találta magát szembe itt a lélek és az elme" (Németh, 1978. 9.). Az ellentmondások hálóját a párizsi forradalmak utáni német polgári értelmiség visszás helyzete (Németh, 1978. 9.), a klasszicizmus emberi ideálképe és a megvalósuló polgári világ közötti kettősség (Németh, 1978. 12.), a létmagyarázó értelem erejével szembeni kétség és kritika ((Németh, 1978. 16.) és egyfelől a klasszikáért való, másfelől a klasszika elleni küzdelem (Németh, 1978. 21.) alkották. Németh G. Béla egyértelműen kimondja, hogy a romantika nem volt „ellenlábasa" a klasszikának, hanem sokkal inkább a klasszika bomlásának szükségszerű következménye (Németh, 1978. 21.).

Tanulmányunkban a német romantika emberideáljának leképezésekor Alfred Franz *Der pädagogische Gehalt der deutschen Romantik* című művének e témára vonatkozó fejezeteit vesszük alapul, melyek vezérgondolata az, hogy a német romantika egységes emberképéről nem beszélhetünk, hiszen a korai korszak teljesen eltér a késeitől. Alfred Franz (1937) Németh G. Bélához hasonlóan azt a nézetet képviseli, hogy a romantika nem a klasszika ellen irányult, hanem a felvilágosodás szelleme ellen lépett fel. A korai romantikus ember számára a speciálisan emberi nem az értelem, hanem minden képesség kiegyenlített összessége, az ember harmonikus egésze, amelyben az értelem mellet az érzés és az akarat is jelen van. Ez a felfogás tehát nemcsak a klasszika sajátja, hanem a korai romantikáé is. Ha a korai romantika embere számára e három közül valamelyik a háttérbe szorul, akkor ez nem az értelem, hanem az akarat (Franz, 1937. 49.).

Látható, hogy a harmónia értelmezésében nincs különbség a klasszika és a korai romantika képviselői között. Felvetődik a kérdés, hol a különbség az élet értelmére vonatkozó válaszokban. Alfred Franz értelmezése szerint a különbség abban nyilvánul meg, hogy a klasszikus ember statikus, önmagában stabil lény, egy stabil világ része. A korai romantika embere a „már nem – még nem" állapotában „kinetikus lény egy fejlődő világban". A harmónia-ideálnak az a funkciója, hogy egy köztes létet teremtsen. Ily módon a harmónia nem az emberi lét legfőbb értelmét jelenti, mint a klasszikusok számára, hanem csak egy köztes célt jelent az empirikus, nem kielégítőnek tekintett individualizációs folyamatban lévő ember legfőbb céljának eléréséhez (Franz, 1937. 52.).

A korai romantikus harmonizációs kultúra, az egészséges és természetes emberi élet abban különbözik a felvilágosodás morális optimizmusától, hogy a felvilágosult ember számára a harmónia az illendőség követelményeivel való megegyezésben valósulhat meg. Ezzel szemben a korai romantika harmónia-felfogása sokkal átfogóbb: maga a racionalisták által legyőzendő ösztön is ide tartozik (Franz, 1937. 29.).

A korai romantika emberképét lehetetlen megragadni anélkül, hogy az ember figyelembe ne venné, hogyan jelenik meg a világ, a kozmosz az életfelfogásában. A korai romantikus művész alapállása miatt elég nyitott ahhoz, hogy az ember és a világ kapcsolatát lássa. A kérdés tehát nemcsak az, hogy ki az ember, hanem az is, hogy mi a világ a korai romantikus ember számára. A világ nem hordozza számára a végérvényes-

séget, nem stabil háttér, amely előtt az életmozgások lejátszódnak, sokkal inkább a valamivé válás dinamikájában van benne az ember.

Az összes korai romantikus alkotó közül Novalis kapcsolódott leginkább a kozmológiai gondolatkörhöz. Ő hordozta magában a legvilágosabb képet az ősállapotról: a világ ősállapota az általános anarchia, a törvénytelenség és a szabadság volt. A tárgyak határai és az individuum korlátai nem léteztek, minden az ős-egység ölében volt. A jelenlegi állapot, az a világ, amit mi ismerünk, nem a végső állapot. Ha a vágyott végső állapotot összehasonlítjuk a kezdeti állapottal, az a különbség, hogy a végső káosz felveszi a differenciált és individualizált világ tulajdonságait. Ezt a nagy történelmi és emberi fejlődést a korai romantika három fázisú gondolkodásának nevezzük. A kései romantika embere nem tudja magát ilyen távol tartani a hétköznapok negatív tapasztalataitól, mint elődje. Az ember fejlődését nem a paradicsomtól a paradicsomig szemléli, hanem csak a jelen és a múlt összehasonlítására szorítkozik. E kétfázisú fejlődésben a múlt az elmúlt aranykort fémjelzi, amely egyértelműen jobb volt (Franz, 1937. 20.).

A romantika korszakán belül is megváltozott a művészet értelme az emberiség szempontjából. A romantika első korszakában a költő volt a tulajdonképpeni „teljes ember" (Franz, 1937. 59.), mert ő volt képes megteremteni a kapcsolatot az „ősalappal", ami minden létező egységét képezi. Ezzel magyarázható, hogy a korai szakasz majdnem minden regényének főszereplője művész volt. Ez a kései szakaszra is érvényes, ám az azonosság csak formailag maradt meg. A költészet mélyebb, metafizikai lényege elveszett. Az arra hivatott költő veszített mágikus-prófétikus jelentőségéből. „Papi" funkciójából, melynek lényege minden létező közös alapja meglététének (a Létező létének) megnyilvánítsa, tudatossá tétele, pedagógiai funkció lett. A költő szerencsés esetben jobbá teszi az embereket vagy az olvasók jóérzését fokozza (Franz, 1937. 60.). A költészet és a cselekvő élet elkülönítése elutasításra kerül. Megváltozik a teljes világszemlélet: a világ lényege már nem a nagy történelmi ősalap, hanem a történelmi események normális, kisebb léptékű lefolyása. A „csak-költő" deklasszált elemmé válik, aki leveti papi ruháját, és azokon élősködik, akik „értelmesen" tevékenykednek és alkotnak. Míg a költészet és az élet a korai romantikában elválaszthatatlan volt, hiszen a költészet a legeredendőbb emberi tevékenység, a kései időszakban nevetség tárgya lesz.

Mivel az aktivitás, a polgári értelemben „értelmes" tevékenység központi kategóriává válik a kései romantikában, az ember nem elégedhet meg a világfolyamatról szóló spekulációval. Az embernek egyre inkább szüksége van egy etikai alapokra épített irányvonalra. A késő romantika etikájának vázát a hűség, a tisztesség és az egyszerűség alkotja (Franz, 1937. 65.). Elindul az ember etizálása, moralizálása és elpolgárosodása. A korai romantika szemszögéből azt lehet mondani, hogy az ember lényegét veszti, mert a gondolkodás és a költészet szellemi szférájából a cselekvés reális szférájába lép át, a „polgári tett-valóságba" (Franz, 1937. 67.).

Az „ember-ember, ember-emberi környezet viszonyrendszerében" is változás érzékelhető. A korai romantikus ember viszonyulása az individuális Te fogalmához figyelemreméltó. Ahol nem dologhoz vagy társadalomhoz kötődő a kapcsolat, hanem személyhez, ott komolyan veszi a világot a korai romantika embere. A Te-től való különbözés által talál vissza az individualizációs folyamatban lévő ember önmagához. A korai romantika embere számára a magányosság metafizikai probléma. A kései romantika embere nem olyan intenzitással éli ezt már meg, számára mindez már csak költői motívum. Gyengül az a késztetés, hogy az ember kibeszélje magát, és ily módon az Én

és Te közötti határt elmossa. Ehelyett a beszélgetések már csak közlések, metafizikai értelmük megszűnik. A barátság és a szerelmi kötődés sem metafizikai szükséglet már. Az a vágy, hogy teljesen odaadjuk magunkat a barátunknak, szerelmünknek, szintén gyengül. A kapcsolatokban inkább az intézményesült formák erősödnek (Franz, 1927. 75.).

A szeretet szerepe központi jelentőségű a korai romantikusoknál. A korai romantikus férfi számára nem lényeges, melyik nő a szerelme. Voltaképpen nem az egyetlen nőt szereti, hanem egyáltalán a nőt és benne az örök embert, aki kaput jelent számára a személyiségének szűk határain túli szférába (Franz, 1937. 46.).

A korai romantikusok számára a külső világ értéktelen. Ezt az is bizonyítja, hogy a regényekben szinte sohasem dolgoznak. A művész elnevezés is inkább atmoszférikus jellegű. A főszereplőknek vagy nincs foglalkozásuk, vagy pusztán műélvezők. A pénzprobléma sem létezik, s ha mégis felmerül, stilizált formában megoldódik.

Nem kevésbé fontos annak a vizsgálata, hogyan határozza meg a korai romantikus ember saját vágytól hajtott életének célját. A korai romantikus ember, aki a végtelenségben látja a világ jelenlegi állapotának és létének megoldását, a kispolgári létben és a vasárnapi romantikában végezheti, míg a felvilágosodás embere, aki a világnak és az életnek stabil, racionálisan megalapozott szabályokat akar adni, végül az anarchizmusban és az abszolút kötődés nélküliségben találhatja magát élete végén (Franz, 1937. 30. .A fejlődés iróniája ez. Teljesen lehetetlennek tűnik először, hogy az örökké vágyakozó korai romantikus ember végül elégedett életet szeretne élni, mint pl. Mortimer és Wilmont a *Lowell* című műben és Lulius és Lucinde a *Lucinde* című műben.

Felvetődik a kérdés, hogyan keresheti a korai romantikus ember a polgári létben való feloldódásban, a romantikaellenes korlátozásban a földi boldogságát. Az a feszültség, amit az örök kielégítetlen vágy és az „itt és most" -ban alapvetően kielégíthetetlen vágy a nem teljesen hívő romantikus embert őrli, végül a teljesülés és az élet értelmének kétségbe vonásához, öngyilkossághoz vezethet. Erre lehetséges hatékony válasz a végtelenbe vágyódásról való lemondás, a hármas aspektusról való tudatos lemondás és az életre való adott korlátozódás. A harmadik fázis megváltás-lehetőségéről lemondva nem előre néz az ember, hanem visszafelé, az elveszett, boldog időszakra. Ez azonban lemondást jelent a „már nem-még nem állapotról", arról a tudatról, hogy a mostani stádium csak egy átmeneti állapot. E lemondás a korai romantikus kozmológia és antropológia lényegéről való lemondást is jelenti. Csak a „már nem" marad. Míg Goethe-nek sikerült a rezignációt gyümölcsözővé tenni, pl. *Wilhelm Meister*-nek a Vándorévekben, a korai romantikus ember erőit ez meghaladja. Nem tudja megvalósítani azt, hogy rezignál, és egyidejűleg megállja a helyét az életben, hanem remeteként lemond mindenről, elfordul az élettől, és növény módjára vegetál. Nem tudja elfogadni „a lét nem kielégítő voltát", melyet mindig a „mintha" érzése hat át. A korai romantikus ember nem veszi elég komolyan az életet: a külső élet hajszolásából visszavonul a „kettősség szentségébe", mint a *Lucinde* című mű szereplői (Franz, 1937. 32.). A kései romantika emberénél nincs jelen a teljes és harmonikus ember tendenciája a gondolkodás, az érzés és az akarat értelmében. A kései romantika embere eleve a múltba révedésben találja meg a megoldást.

A korai és a kései romantika emberképének közös vonása a kinetikus jelleg. Mindkettő abban különbözik a klasszika emberképétől, hogy sosem találnak elégedettséget a létben, hanem a jelen számukra mindig átmeneti stádium. A „valamivé-válás"„újra-

valamivé-válássá" minősül át, ami a „még nem-már nem" állapotból a „már nem" állapotba való átsiklással hozható kapcsolatba. A kései romantikus már nem egyedi lény, hanem szociális viszonyok közé helyezett (Franz, 1937. 84.).

Mint a későbbiekben látni fogjuk, főként az ellentmondások hálójában vergődő korai romantika embere lesz az egyik ideálképe azoknak a művészeti és szellemi-filozófiai áramlatoknak és politikai-társadalmi mozgalmaknak, melyek civilizációkritikai attitűdjét az alábbiakban vázoljuk fel.

Az életreform civilizációkritikai vonásai

Az életreform azon reformmozgalmak gyűjtőfogalma, amelyek a 19. század második felében elsősorban Németországból és Svájcból indultak ki. E mozgalmak közös vonása az iparosodás, a materializmus és a modernizáció kritikája és a természetes állapot újrateremtésére való törekvés volt. Az életreform legjelentősebb élharcosa Karl Wilhelm Diefenbach, aki nemcsak festőként vált ismertté, hanem szociális reformtörekvései révén is.

A 19. század végére Nyugat-Európában és az Egyesült Államokban egyre dinamikusabban kiteljesedett az ipari társadalom. Ez a folyamat robbanásszerű tudományos és technikai fejlődéssel és ennek nyomán bekövetkező életmódbeli változásokkal járt együtt. Egyfelől megerősödött a haladás és a töretlen fejlődés biztos tudata, másfelől pedig megjelent a haladással szemben támasztott kétség és tagadás is (Németh, 2013. 11.).

A robbanásszerű iparosodáshoz hozzájárultak az egyre gazdagabbá váló polgárok és vállalkozók. A lakosság struktúrája megváltozott: a vidéki lakosság jelentős része a munkalehetőségek miatt a városokba költözött, és ez a proletariátus létszámának felduzzadásához vezetett. Ennek következményei érzékelhetőek voltak: a lakóterek egyre szűkebbé váltak, nőtt a szegénység és a nyomor. Wolfgang R. Krabbe rámutat arra, hogy Berlinben ekkoriban nagyjából 28 000 lakás volt egyetlen fűthető szobával, melyben hatan éltek (Krabbe, 1974. 5.). Nem csoda, hogy a városba vándorlással párhuzamosan a 19. század végén és a 20. század elején elindult egy ellenkező irányú folyamat is az élelmiszerhiány, a hely szűkössége és az ipari létesítmények által okozott légszennyezettség miatt. Sokan elhagyják a várost, vidékre költöznek. Elsőként festők, költők, szobrászok választják a rousseau-i gondolat által vezérelve a természethez való visszatérést, a vidéki élet csendes tisztaságát. A tudomány, a technika, a racionális gondolkodás ridegsége ellen lázadó, a többségi társadalom peremén kialakuló, ideológiai színezetű életreform-irányzatok meglehetősen széles társadalmi rétegeket provokálnak.

Németh András megállapítja, hogy az „ipari munka differenciálódása, mechanikussá válása, a racionális értelem túlhangsúlyozása, az egyoldalúan célirányos gondolkodás és cselekvés komolyan veszélyeztette az egyén biológiai, lelki-szellemi létének egységét. Akadályozta individuális erőinek fejlődését, a személyes életforma megteremtésére irányuló törekvéseit." (Németh, 2013. 11.)

Edward Carpenter 1889-ben kiadott *Civilisation its Cause and Cure* (Civilizáció okai és gyógyulása) című könyve 1903-ban jelent meg németül, és gyorsan az életreform-mozgalmak közös hitvallásának alapjává vált. Bár az életreform jelenség nem egységes irányzat, hanem különböző elemeket egyesít, annak minden eleme erőteljes kritikával illette a modern kor válságjelenségeit. Heterogén, az életet megváltoztató mozgalmak

összességéről van szó, amelyek a századfordulós polgári életstílusra és az iparosodásra reagálnak, ám az egyes mozgalmak nem szerveződnek egységgé.

Ehrenhard Skiera a kibontakozó modern ipari kapitalizmus nyomán megjelenő elidegenedés főbb jellemzőit abban látja, hogy idegenné lesz az emberi test a különböző fegyelmezési folyamatok által, idegen az új, városi környezet, idegen az új kihívásokkal terhelt munkahelyi környezet, az ember eltávolodik a vallástól, elidegenedik a politikai tevékenységtől (Skiera, 2005. 19.).

A társadalmi tényezők mellett az elbizonytalanodás Ehrenhard Skiera által felsorolt motívumai lehetővé tették a kvázi-vallásos, ill. szekuralizált társadalmi reformmozgalmak kibontakozását, amelyek heterogén motívumvilágában különböző mitológiai, spirituális, politikai és pszeudotudományos eszmék és világfelfogások kavarogtak (Skiera, 2005. 20.).

Németh Regina Farkas Reinhard életreform-diskurzusokat bemutató kategorizálásából kiindulva és a többi, általa vizsgált szakirodalmi forrás segítségével kiegészítve – összegző módon strukturálta az életreform-mozgalmak témáit: (1) eszmei-ideológiai reform (kultúrakritika, filozófia, új világnézet); (2) új vallási mozgalmak, (természetvallás, spiritualitás, teozófia, antropozófia, művészetvallás, reformkereszténység); (3) a test reformja (testkultúra, nudizmus, a testi szépség); (4) testnevelési reform (turizmus, alpinizmus); (5) a gyógyászat reformja (természetgyógyászat, homeopátia); (6) táplálkozási reform, (vegetarianizmus, dohányzást ellenzők, antialkoholista körök); (7) öltözködési reform (higiénia); (8) emancipációs mozgalmak; (9) ifjúsági mozgalmak, diákszövetségek; (10) gyermekvédelmi mozgalmak; (11) nőmozgalmak; (12) a tér reformja (lakókörnyezet, iskola); (13) iskolareform; (14) kertváros-mozgalom; (15) gazdasági- és földreform; (16) természet-, vidék- és állatvédelmi reform; (17) nép, falu, falusi értékek; (18) életközösségi-kommuna mozgalmak; (19) hon- és népismereti mozgalmak; (20) szexuális reform; (21) színházreform és a tánc reformja (Németh, 2013. 85–86.). A felsoroltakból is kitűnik, hogy a 19. század végén és a 20. század elején tevékenykedő életreformerek az egyre fragmentáltabbá váló életkörülmények miatt kialakuló teljesség-érzés-vesztés miatt az ember megújítását tűzték ki célul a természetes életmód bázisán.

A városokban növekvő szociális nehézségek oly mértékben megterhelték az életkörülményeket, hogy felébredt a vágy az emberekben a szabad levegőn és a napon való mozgás iránt. Ez olyan csoportok alakulásához vezetett, amelyeknek tagjai a természetben kívántak élni és vándorolni. Új életstílussal kísérleteztek, és készek voltak arra, hogy maguk is változzanak. Szervezett csoportosulások születtek, mint pl. a „Wandervogel" és annak alcsoportja, a „Heimatschutz". Wolfgang R. Krabbe szerint az életreform mint önnevelési forma azt is implikálja, hogy a lakásszükség szociális problémája nemcsak nagyobb lakások építésével oldható meg, hanem az individuális viselkedés megváltoztatásával is. A „Vándormadarak" tehát nem azért mentek a szabadba, hogy ne csupán nagyobb lakásra várjanak egész életükben. Az életreform szociális problémákat is megoldó önképző folyamat volt (Krabbe, 1974. 21.).

1848 után a politika lehetővé tette az autonóm településcsoportok alakulását, ezért születhetett több különböző irányultságú csoportosulás. A vidéki közösségi települések közül itt két kommunát emelünk ki: a németországi, München mellett fekvő höllenriegelskreuth-i Éden elnevezésű kommunát, amely a festő Karl Wilhelm Diefenbach nevéhez kötődik, és „az életreform mozgalom legfontosabb, legproduktívabb és leghosszabb ideig működő települése volt", idézi Christoph Conti-t Anne

Feuchter Schawelka (Feuchter-Schawelka, 1998. 243.), és a svájci, asconai, kétarcú Monte Veritá kommunát, amely egyfelől mezőgazdasági közösségként tevékenykedett, másfelől pedig olyan emberek (elsősorban a kor neves anarchistái, politikusai, irodalmárai, táncosai) „szanatóriuma" volt, akik a nagyvárosokból elmenekültek egy időre, hogy természetes életmódot folytathassanak.

Christoph Klotter és Niels Beckenbach felhívja a figyelmet arra, hogy míg Wolfgang R. Krabbe (1974) az életreform mozgalmakat a szociális változásokra adott válaszokként fogja fel, Harald Szemann kultúrtörténeti perspektívából tekint az életreformra. Az életreform a nagyváros ellenmozgalmaként a kapitalizmus és a kommunizmus közötti harmadik út lehetőségét csillantja fel, amely a „Vissza a természethez!" jegyében az individuum szabad kibontakozását implikálja. Felfogása szerint az életreform nem az apai princípium, azaz nem a törvény, az ész, a kötelesség és a teljesíteni akarás jegyében született, hanem az anyai princípium elvét érvényesítve, a Földanyához imádkozva a „sokmellű istennőből" táplálkozott. Irányultságai ebből következően: az uralkodás nélküli társadalmi modell, az anarchia; a jobb individuum által megteremthető jobb emberiség ígérete olyan megújulási mozgalmak által, melyeket az egyes ember indít el; a szexuális forradalom, amely Otto Gross szélsőséges, Carl Gustav Jung által vitatott nézetei szerint a matriarchátussal a kommunizmushoz vezet; a művészet, az irodalom és a színház életújító ereje (Klotter, Beckenbach, 2012. 117.).

Németh András a modern kor emberre gyakorolt kettős hatását kultúrakritikai szempontból vizsgálja. Az ebben az időszakban bekövetkező gyors tudományos és technikai fejlődés ugyanis nem csupán a haladás és a töretlen fejlődés biztos tudatát erősítette meg a kor kisemberében és gondolkodóiban, hanem ezzel párhuzamosan megteremtette a századvég művészeti és szellemi-filozófiai áramlataiban is megfogalmazódó – és a különböző politikai-társadalmi mozgalmak révén széles körben kibontakozó – kritikáját is. „A pozitivista tudományfilozófiákban megjelenő ésszerűséggel, a korlátlan haladás optimizmusával szemben egyre erőteljesebben fogalmazódott meg az a felismerés, hogy ezek csupán felszíni jelenségek, a társadalom mély rétegeiben ellenőrizhetetlen, irracionális erők munkálnak. Ennek az életérzésnek a legfontosabb tartalmi jegyeit megfogalmazó életfilozófia gyökerei a romantikában, Schopenhauer filozófiájában fedezhetők fel, mely gondolatok a század utolsó évtizedeiben kibontakozó kultúrakritikában – elsősorban Nietzsche életműve kapcsán – , továbbá a korszak új művészeti törekvéseiben nyernek majd aktualitást." (Németh, 2002. 27.).

Tanulmányunk következő részében a romantikus eszmék filtrálódását vizsgáljuk az életreformerek életében.

„Kivonulás" avagy „A titokzatos út befelé vezet"

Ehrenhard Skiera is megállapítja, hogy a legkorábbi életreform mozgalmak az ember megújulását belülről képzelték el, hogy meggyógyítsák a világot a civilizációs ártalmaktól: „A régifajta, intellektuális embertípust a mozgalmak ellenségnek tekintették. Az új ideál az akarat, az érzelem, a heroikus szabad cselekvés új embere, a zseniális életformáló, a művész lesz." (Skiera, 2005. 21.)

Németh András az életreformerek „kivonulásának" okait vizsgálva arról ír, hogy túllépve a kapitalizmuson és a szocializmuson, a reformmozgalmak egy olyan társadalom kialakítására törekedtek, amelyben mindenki a másik ember testvérévé, barátjává válik. „Az ebben az időben megjelenő új életforma keresésére irányuló romantikus ihletésű utópiák közös alapmotívuma az emberiség aranykorához, a természethez, a

természetes életkörülményekhez való visszatérés vágya, továbbá az ember belső világának feltárására és az abban zajló történések kifejezésére irányuló törekvés. Ez manifesztálódott az élethez és a világhoz való irracionális viszonyulásban, az emberi, továbbá a férfi-nő kapcsolatok természetességének, az élmények eredetiségének, illetve közvetlenségének keresésében, a bensőségesség, önálló egyéniséggé válás iránti vágyban, ill. az életmegnyilvánulások természetes módon történő kifejezésének igényében." (Németh, 2002. 27.)

A romantika emberképének bemutatásakor egyértelművé tettük, hogy a romantika esetében sem beszélhetünk egységes emberképről, így az azzal való operálás csak differenciáltan történhet. A korai és a kései romantika emberképének összehasonlításából kitűnt, hogy az „Új Élet Evangéliumát" hirdető reformmozgalmak embere szellemileg szinte minden ponton sokkal inkább a korai romantika harmonizációs kultúrájához csatlakozik, mely folyamatban a korai romantikusokhoz hasonlóan olyan értéktartalmakat idealizál, amelyek a 19. sz. végén és a 20. század elején már majdnem kihalni látszottak. Heurisztikus, értékkereső, stílusfeltáró magatartásával szándéka szerint saját lehetőségeinek maximumára próbálja formálni az életre való értékek összességét.

Az életreform a „magasabb rendű tudatfok", az „eredetiség", a „fény", az „igazság", a „tisztaság", a „szépség", a „nemesítés", a „teremtés", a „fejlődés", a „jövő" (Buchholz 2001: 41) felé mutató célértékűségének idealisztikus iránya nem középpontos értékvégrehajtás a klasszika felfogásának értelmében, hanem a lélek felemelkedése lehetőségének keresése, a kozmoszba magasodás, az Én és a Kozmosz egyesülése. Az Abszolútumként való létezésből való részesülés organikus zártságot feltételez, fény és az ember önmagában való csendes részesülése szükséges hozzá. A racionalitásba merevedett, középpontosan toporgó európai ember gyógyulási folyamatának feltétele, hogy észrevegye, amikor középpontja kiég, érezze, hogy a jelenben létezik és táplálja életerejét. A természetben való részvétel által érzékelje az áramlást, folyamatosan élő, teremtő kultúrát hozzon létre.

A Harmadik Út Evangéliuma főbb forrásainak elemzése során Ehrenhard Skiera is kiemeli az új spiritualitás jelentőségét, amely az ember és a természet, illetve az ember és a kozmosz összetartozásának élményét keresi. E körbe sorolva megemlíti az egyetemes teozófiát, az antropozófiát, a Stefan George nevéhez fűződő művészet-vallást, a távol-keleti szinkretizmus különböző formáinak adaptációját, a reform-kereszténység és a marginális pozícióban lévő, germán-újpogány mozgalmak különböző formáit. „Az életreform önmagát a „földi élet vallásaként" definiálja, amely az evilági boldogság megteremtésére törekszik." (Skiera, 2005. 25.)

Az életreform embere hordozni kívánja magában a fent felsorolt idealisztikus értékeket. Olyan tudás megtestesítőjeként szeretne fellépni, amely elkülöníti a tömegkultúrától, s ily módon kialakul benne az elkülönülés tudata. Kilép a tömegkultúra köréből és elkülönülésében létrehoz egy új világot, elfogadja világba vetettségét, kialakul kozmikus léttudata, hagyja magát ott létezni, ahová tartozik. A korai romantikusokhoz hasonlóan az ősállapotban megvalósuló egészlegességet, a szabad lét könnyedségét kívánja megélni, eltávolodva a hétköznapok negatív tapasztalataitól. Az őt körülvevő világ harmóniáját csak akkor keresheti, ha figyel, és belső hangját megtalálja. Az ember pozíciójából nézve az ember egy mikrokozmosz, amelyben az ember úgy él, hogy benne van abban, amiben a többi ember is benne van. A tömegkultúrától elkülönülő, az ősalappal kapcsolatot teremteni képes „teljes ember" a korai romantikában a művész

volt. Nem véletlen tehát, hogy a korai életreform mozgalmak elindítói és résztvevői is művészek voltak.

A lelki alkotóerő, amely a racionalizmus ridegsége és céltudatossága ellen irányult, továbbá a korabeli tudományos pszichológiai irányzatok (experimentális pszichológia, mélylélektan) ellen fellépő törekvések, valamint azok az újromantikus elképzelések, amelyek „a belső világ, a szív kiművelésére" törekedtek, amelyek azok finom rezdüléseit akarták kifejezni, ezáltal az emberi személyiség és individualitás társadalmi eltömegesedési jelensége ellen kívántak fellépni (Buchholz, 2001. 147.).

A korai romantika szeretet-gyakorlatának bemutatásánál egyértelművé tettük, hogy a szeretet nem feltétlenül a fizikai közvetlenségen keresztül van, hanem a transzcendencián keresztül működik. A romantikus szerelem lényege is a transzcendens felé nyitottságban van, az egymást szerető lelkek abban egyesülnek, áteresztik magukon a fényt. A szerelem energiáját a Létező létében történő közös fürdőzés és ráhagyatkozás adja. A szeretet tehát értékáramlás, értékben részesülés, melynek során az érték elfogadása egy olyan folyamat, amelyben nemcsak az örül, aki kap, hanem az is, aki ad. A romantikus szeretet működési elvének a lényege az ideák társas képessége: az ideák megtalálják egymást, és amennyiben ez megtörténik, harmónia jön létre. A későbbiekben látni fogjuk Rudolf von Laban ars poetica-ja kapcsán, hogy például a kommunákban élő életreformerek „fénykultúrájában" a szeretet és az összetartozás transzcendens élménye a testiség, azaz az anyag túlhangsúlyozása miatt csak többé-kevésbé valósulhatott meg. Többek között ezen a ponton is tetten érhető az életreform emberképének ellentmondásossága.

A felvilágosodás racionalizmusa és az emberi elidegenedés ellen fellépő életreform-mozgalmak az élet fogalmának értelmezésében találnak közös nevezőt, ami filozófiai szintű kritika alá nem vethető – állapítja meg Ehrenhard Skiera, hiszen a századfordulós Lebensphilosophie (életfilozófia) sem tekinthető egységes rendszernek. Itt az új kialakítására való törekvésről van szó. Az életreform a sejtésben, a vízióban, az élővilággal való rezonanciában, magával az élet jobb élésében találja meg magát. „Ennek filozófiai szintű megközelítését talán legjobban Bergson »élan vital« fogalma fejezi ki – idézi Ferdinand Fellmant Ehrenhard Skiera. Magának a fogalomnak eredetileg nincs köze a korai életreform-törekvésekhez, azonban ennek ellenére a legjobb filozófiai megközelítése a háttérben álló antimodern megközelítésnek. „Bergson az élet fejlődésében természettudományos módszerekkel nem leírható életenergiákat vélt felfedezni. Ez az »élan vital« az alapja minden élőre jellemző »teremtő fejlődésnek«." (Skiera, 2005. 28.)

Életreform a Monte Veritá példáján

Az életreform mozgalmak emberideáljának ellentmondásosságát az is érzékelteti, hogy különböző antimodern és modern irányultságok kavarognak az életreformerek „megviselkedett" célértékei terén. Klaus Wolpert egyrészt kiemeli, hogy az életreformerek meggyőződése szerint nem az intellektus, hanem a test, azaz az anyag és annak természetessége tükrözi vissza a teljes életet. „A test – minden testi megnyilvánulás évszázadokon tartó elfojtása után – bekövetkezett rehabilitációja tekinthető az életreform talán legfontosabb újdonságának. Azon alapvető tény felfedezése, hogy mindenekelőtt fizikai-materiális, ill. pszichológiai lét alkotja minden emberi viselkedés és életmegnyilvánulás alapját, az emberi testtel kapcsolatos olyan kérdéseket helyez előtér-

be, mint annak ápolása, egészsége, higiéniája és felszabadítása, edzése és nem utolsósorban annak esztétikai tökéletesítése (Wolpert, 2001. 339.).

Ugyancsak Klaus Wolpert utal arra másrészt, hogy a racionalitástól eltérő formák kialakításával az életreformerek érzéseiket kifejezésre tudták juttatni. „A természet számukra a menekülés útja, ősi forrása és szenzuális projekciós tere, ahová a szív vágyakozik." A természet nem azonos a tudomány által kutatott és a technika által kialakított természeti környezettel. Az életreformerek természetfogalma a gyógyulás útját, a reményt foglalja magába. A természet romlatlan, az ősi, az örök egészség, az egészséget megteremtő erő. Ily módon a természethez számos, az életreformerek számára releváns fogalom társul: természetes gyógymódok, természetes étrend, természetvédelem, természetes életvitel, természetes ruházat (Wolpert, 2001. 185.).

Mint korábban kifejtettük, a „Vissza a természethez!" parancsa mind a korai romantikusok, mind az életreformerek számára kettős jelentéssel bír: egyfelől utal az ember és a természet újbóli kapcsolatfelvételére, másfelől pedig az ember belső természetéhez való visszatérésre is, amely a lélek felemelésének és megmentésének a lehetséges útja.

Christoph Klotter és Niels Beckenbach (2012) is egy gnosztikus érzékelési mintára hívja fel a figyelmet az életreform kapcsán. A szerzők meglehetősen kritikus hangvételű könyvükben kifejtik, hogy a 20. század gnosztikus filozófiája nem érintett meg tömegeket, inkább az életreform mozgalom volt abban a helyzetben, hogy tömegekre hasson és a gnózis „marketingstratégiájaként", „hajtószíjaként" működjön (Klotter, Beckenbach, 2012. 126.). Christoph Klotter és Niels Beckenbach megállapítja, hogy a keresztény hit csekélyebb benyomása és a technikai-ipari fejlődés kéz a kézben haladt. Sohasem sikerült jobban uralni a természetet, mint a 19. és a 20. században. A keresztény hit gyengülése által megerősödött a gnosztikus szemlélet, amely a haladásban és a materializmus győzelmében Démiurgosz művének beteljesülését, a lélek halálát látta. A modernitás ígérete, a jólét is ennek a veszélyeket rejtő ígéretnek a beváltása. Ennek tükrében is magyarázható az életreform szigorúan aszkétikus jellege, mely a nagyváros, mint „bűn-Bábel", a szórakozás-kihágás, mint megbetegítő tényező és az élelmiszeripar sokszínű palettájának elutasításában is megmutatkozik. Az életreformerek körében volt azonban egy olyan csoport is, amely azt a szélsőséges nézetet vallotta, hogy a megváltást, a lélek testtől való elszakadását megelőző bűnbeesésnek azt is tartalmaznia kell, hogy minden elképzelhető bűnön keresztülmenjen az ember. Ezt példázzák – Christoph Klotter és Niels Beckenbach szerint – Otto Gross orgiái a Monte Veritá kolóniában (Klotter, Beckenbach, 2012. 127.).

Az Ascona fölött fekvő Monte Veritá volt az életreformerek egyik kultikus helye, amely a svájci Alpokon túl is ismertté vált, mint a reformideák megvalósulásának színhelye. A betegséget hozó civilizációtól távol, az erdő közepén egy művészkolónia valósította meg a reformerek vízióit.

1900 nyarán egy belga gyáros gyermeke, Henri Oedekoven megvásárolja a Lago Maggiore-ra néző vadregényes dombot. Először vegetáriánusok éltek itt, akik saját magukat látták el az általuk termesztett növényekből, majd néhány évvel később megjelentek a művészek is.

Milyen utópiák valósultak meg itt? Egyszerű, természetes életet éltek és a teozófia elveit vallották az itt élő művészek, individualisták, idealisták. A lakhely egyszerű formáját választották, a testkultúra központi helyen állt mindennapjaikban. Reformruhá-

kat terveztek, melyek nem szorították le a testet és lélegezni hagyták azt. A férfiak bő, térd alá érő nadrágot viseltek, laza len felsővel. Hajukat kibontva hordták, homlokpánttal.

Monte Veritá azért is izgalmas helyszín, mert az egészségreformer és a művészi mozgalmak összekapcsolódtak, egymásra hatottak. Naponta ritmikus mozgásgyakorlatokat végeztek, amiből Rudolf von Laban vezetésével kialakult a szabad tánc. Laban1913-ban megalapította Monte Veritá-n az Életművészet Iskolát, melynek feladata a művészeti nevelés volt. Az iskolában mozgásművészetet, hangzásművészetet, szóművészetet és formaművészetet tanítottak. Isadora Duncan is ellátogatott Monte Veritá-ra. A szabad testkultúra szellemében, melynek alapja az emberi test tisztelete, gyakran csoportosan, meztelenül táncoltak a természetben, a magyar származású Rudolf von Laban (Lábán Rudolf) kultuszorientált koreográfiáit követve.

Rudolf von Laban az európai szabad tánc egyik úttörője. Nemcsak gyakorló táncosként, koreográfusként, hanem elméleti szakemberként is ismert. Ascona-ban születtek első táncleírásai, ő volt az új táncírás feltalálója. A Laban-notáció lehetővé teszi bizonyos mozdulatok későbbi megismétlését is, a leírások alapján. 1920-ban jelent meg a *Die Welt des Tänzers* című könyve, majd 1935-ben az *Ein Leben für den Tanz* című munkája. Ars poetica-ját a következő idézet fémjelzi: „Miért van szükségünk templomokra, színházi épületekre, színpadokra, kulisszákra? Vajon a jövő templomát és a jövő színpadát nem ringatózó, éneklő és csengő emberi testek és embercsoportok alkotják majd? Minek a művészet halott, merev sírja, a sötét gödör, melybe az isteni minőséget kényszerítik? Az életet akarjuk isteníteni, az életet akarjuk látni! És minden embercsoport, amely zárt egységet alkotó mű, önmaga egy élő, ringatózó templom, mely pillanatok alatt felépül, s amely pillanatok alatt fel is oszlik, hogy átadja helyét az új teremtményeknek." (Laban, 1935. 114.)

Rudolf von Laban fent idézett írásában vágy szintjén sejlik fel a korai romantikus szemlélet az ember-ember és ember-emberi környezet viszonyrendszerében: az Én és a Te közötti határ elmosása. A fent idézett szövegben kifejezésre jut az alkotói állapot lényege, hogy az alkotó önmaga teremti meg a saját energiáját, az élő mintájára, ahogyan a növények teszik, megteremti magának a fényből az atmoszférát. Megvalósul az ember metafizikai lényszerűsége, részt vesz a természet áramlásában.

A kolónia lakóinak egyik legzseniálisabb ötlete az volt, hogy ritmizálással könnyítették meg a kerti munkát. Rudolf von Laban megpróbálta a reformmozgalom világra való nyitottságának szellemében az ős-alappal való érintkezés szándékán keresztül összekapcsolni az életet a művészettel. Ezen a ponton is a korai romantikához kapcsolódva, melyben a költészet és az élet elválaszthatatlan volt, hiszen a költészet, illetve a művészet a legeredendőbb emberi tevékenység.

Nem véletlen, hogy a kolónia Ascona-ba vonzotta a művészeket, filozófusokat, politikusokat, táncosokat, festőket, írókat: Rainer Maria Rilke, Hermann Hesse, Isadora Duncan és Mary Wigman, Marianne von Werefkin, Alexej Jawlensky és Hans Arp is megfordult a kolóniában. Monte Veritá művészcsoportosulásai nagyon flexibilisek voltak, mert bizonyos tagok csak rövidebb ideig maradtak, mint például Josef Albers, Walter Gropius, Moholy-Nagy László és Oscar Schlemmer a húszas években.

1920-ban az alapító Henri Oedekoven elhagyja Monte Veritá-t, majd 1924-ben Eduard von der Heydt művészetpártoló megvásárolja a területet és felújítás után turisztika központot létesít. 1928-ban Bauhaus-stílusban szállodát építenek, s ezzel teljesen eltűnik az alapító eredeti intenciója, „átadja a helyét az új teremtményeknek".

Felvetődik a kérdés, miért voltak az olyan kommunisztikus utópiákat élő csoportosulások, mint például a Monte Veritá, rövid életűek. A válasz valószínűleg abban rejlik, hogy azt az élménysűrűséget, amelyet a „kivonulás" és a befelé vezető „titokzatos út" lehetővé tesz, az ember hosszú távon képtelen feldolgozni és szinten tartani. Nem kevésbé fontos annak vizsgálata, hogyan határozza meg az életreformer saját vágytól hajtott életének célját és hogyan birkózik meg saját emberi gyengeségeivel, esetlegességeivel. Láthattuk, hogy maga a korai romantikus ember is, aki a végtelenségben látta a világ jelenlegi állapotának és létének megoldását, gyakran a kispolgári létben és a vasárnapi romantikában végezte, ha nem akart belehalni örök, kielégítetlen, feldolgozatlan vágyódásába.

Összefoglalás

Tanulmányunkban azt követtük nyomon, hogyan visszhangoztak a német életreform mozgalmak körében a német romantika felvilágosodásra adott válaszai. Látható, hogy az ember a gondolkodás előtérbe helyezésével eltávolítja magától a világot, amely egyre idegenebbé válik számára és nem ad választ az élet értelmére vonatkozóan. A világ és önmaga között kialakult szakadék érzékelésekor önmaga felé fordul, megvizsgálta saját lelkét, ám látnia kell, hogy a világtól való ily módon történő elszakadás is ürességérzést eredményez. Az életreform-mozgalmak egyik alapkérdése a lélek és a világ közötti szakadék megszüntetésére vonatkozik. Hogyan állíthatja helyre az ember önmagából kifelé azt a kapcsolatot, amelyet a haladás felbontott?

„Egy új mitológiára van szükségünk" – ez volt a német romantika egyik legalapvetőbb gondolata. Weiss János *A mítosz mint éthosz* című tanulmányában kifejti, hogy a harmónia fenntartását és a társadalmi „egész" értelmes elrendezését a romantikusok a mítosznak tulajdonítják. A felvilágosodás hatására – szerintük – ez az értelmes egész szétesett; mindenekelőtt az egyéni érdekek előtérbe tolakodása miatt. „Csakhogy a mítosz nem pusztulhat el olyan könnyen, nem létezésének feltételei ugyanis egybeesnek újra feltámadásának feltételeivel. Vagyis az egész szétesésével *együtt* megjelenik az *új* mítosz szükséglete. De hogyan lehetne újra feltámasztani a mítoszt? Ez a romantikusok szerint csakis *művészi-erkölcsi* programként lehetséges, a politikának itt nincs keresnivalója." (Weiss, 1999. 1.)

Amennyiben a 21. század távlatából tekintünk az „új mitológia" megteremtésének romantikus igényére és ennek az igénynek az újraformálódására a 19. század végén és a 20. század első három évtizedében, egyértelművé válik a két vizsgált korszak közötti különbség. A romantika korában ugyanis még megvoltak azok a gátak, amelyek távol tartották a kártékony ideológiákat a mítoszteremtő törekvésektől.

Száz év elteltével ismét egyre világosabban érzékelhető az életreform törekvések megismétlődése: a hamisítatlan természet iránti vágy, a testi egészség és a szépség kultusza, az ezoterikus irányzatok térhódítása, a pszichoterápia jelentőségének növekedése és az önismeret fontosságának a hangsúlyozása, nem beszélve a reformpedagógia virágzásáról. A bio- és ökotermékek és bizonyos táplálkozási rituálék a test és a lélek gyógyulásának ígéretét hordozzák ma is. Látható tehát, hogy az 1880-as években induló és a 20. század első három évtizedében virágzó mozgalmak napjainkban is életformaszervező erővel bírnak. Tanulmányunkból kivezető távlatot nyitó kérdést tehetünk fel. Az életreform „reneszánsza" napjainkban csupán divatjelenség, vagy ezzel egyidejűleg újra feléled az „új mitológia" vágya is?

IRODALOM

Buchholz, K. (2001): *B*egriffliche Leitmotive der Lebensreform. In: Buchholz, Kai et al. (Hrsg.): *Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben.* Band I. HäuserVerlag, Darmstadt.

Feuchter-Schawelka, A. (1998): Siedlungs- und Landkommunebewegung. In: *Handbuch der deutschen Reformbewegungen 1880–1933.* Wuppertal.

Franz, A. (1937): *Der pädagogische Gehalt der deutschen Romantik.* Felix MeinerVerlag, Leipzig.

Klotter, C., Beckenbach, N. (2011): *Romantik und Gewalt. Jugendbewegungenim 19., 20., und 21. Jahrhundert.* VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden.

Krabbe, W. R. (1974): *Gesellschaftsreform durch Lebensreform. Strukturmerkmale einer sozialreformerischen Bewegung im Deutschland der Industrialisierungsperiode.* Vanderhoeck & Ruprecht, Göttingen.

Laban, Rudolf von (1935): *Ein Lebenfür den Tanz.* Bern.

Németh, A. (2002): A reformpedagógia gyermekképe. A szent gyermek mítoszától a gyermeki öntevékenység funkcionális gyakorlatáig. *Iskolakultúra,* 2. 21–33.

Németh, A., Pirka, V. (2013): *Az életreform és reformpedagógia – recepciós intézményesülési folyamatok a 20. sz. első felében*. Gondolat, Budapest.

Németh, G. B. (1978): *Az egyensúly elvesztése.* Magvető, Budapest.

Németh, R. (2013): *Az életreform mozgalmak eszmei háttere és civilizációkritikai szerepe*. Jog-Állam-Politika, 81–110.

Skiera, E. (2005): Az életreform-mozgalmak és a reformpedagógia kapcsolata. In: Németh, Mikonya, Skiera (szerk.): *Életreform és reformpedagógia – nemzetközi törekvések magyar pedagógiai recepciója.* Gondolat, Budapest.

Weiss, J. (1999): A mítosz mint éthosz. *Pro Philosophia Füzetek,* 1999. 3-4. 119–127.

„Étel, ital, álom, szükséges e három!”

Egészségnevelés a 20. század eleji tankönyvekben

PÁLMAI JUDIT

Az alábbi cikk egy nagyobb kutatás részletét összegzi. Az eredeti vizsgálat a Horthy-kori tantervekben, tankönyvekben és pedagógiai folyóiratokban elemezte a család funkcióit. Terjedelmi okok miatt azonban a tanulmányban a funkciók (szocializációs, gazdasági, fogyasztási, reprodukciós és felnőttek védelme) csak egy alkategóriájával, a család egészségnevelési feladataival foglalkozom, ezen belül is csak a kutatás kvalitatív eredményeit részletezem.

Az egészség fogalma a történelem folyamán sok változáson ment keresztül (Benkő, 1997, 2005), de a 19–20. század fordulóján már nem csupán a betegség hiányát jelentette. Ez a változás már a vizsgált dokumentumokban is tetten érhető, hiszen amikor az egészség fogalmát használják, egyszerre veszik figyelembe az ember testi és lelki egységét. Néhol a kiadványokban felbukkan a testi és lelki egészség mellett a szellemi egészség említése is.

A szülők egyik kiemelkedően fontos nevelési feladata volt abban az időben a gyermeket megtanítani arra, hogyan tudja megőrizni és megvédeni egészségét. Mindezen egészségnevelési folyamatnak kiterjedt tevékenységi köre volt a kor felfogása szerint, és általában – a fent már említett – az egészség bio-pszichológiai megközelítését foglalta magába (Benkő, 1997, 2005; Benkő, Tarkó, 2005). *„A beteg, gyenge test zavaróan hat a lélekre is. Óvja tehát a szülő gondosságával gyermeke egészségét, nevelje, edzze testét, hogy a betegségek erőt ne vehessenek könnyen rajta*.” A test nevelésének legfontosabb eszközei a friss levegő, a tisztaság, a megfelelő életmód, a táplálkozás, a helyes munkabeosztás és a vidám környezet. A szülő ne sajnálja a vizet gyermekétől, tanítsa meg őt a mosdásra, a fürdésre és a tisztaság szeretetére. A száj és a kéz higiéniájára naponta többször is figyeljenek. A gyermek rendszeres és egészséges táplálkozása, illetve a szeszes italoktól való mentesség is kiemelt szereppel bírjon a szülő egészségnevelési feladatai között. A gyermekek fekvőhelyének gondos kialakítása is fontos, illetve az, hogy a gyermekeket sem testi, sem szellemi munkával túlterhelni nem szabad – olvashatjuk az intelmeket *„A gyermeknevelés kis kátéja”* című könyvben (Nógrády, 1930. 22–24.).

A 20. század elején új kifejezés jelent meg az egészség fogalma kapcsán, mégpedig az egészségügyi felvilágosítás. Ebben az időszakban, az orvostudomány fejlődésének köszönhetően, elsődleges feladatnak tekintették a kuruzslás visszaszorítását, a higiéniai alapok lefektetését és a fertőző betegségek terjedésének visszaszorítását (Ackermanné, 2006. 5.). A fenti elveket figyelembe véve az analizált kiadványokban, elsősorban az olvasókönyvekben, hasonló prioritásokat találunk.

A magyar parasztcsaládok nevelési szokásai

Hazánkban a 19–20. századi parasztcsaládokban eltéréseket találunk a gyermekek neveltetését illetően. A családok feladata elsősorban az utódok erkölcsi és vallási nevelésének megalapozása, a hagyományok, a szokások és a normák átadása, illetve a munkára nevelés (Laczkovits, 1980). A paraszti közösségekben elterjedt volt az a hit, hogy az érzelmeket nem jó kifejezni a gyermekek felé, mert azzal inkább ártanának nekik, mintsem használnának (Csőke, 2000). A gyermek létét természetesnek és kívánatos-

nak találták a famíliák, annyira, hogy már az esküvő napján elkezdték jósolni, hogy fiú- vagy lánygyermeke lesz-e az ifjú párnak. A matyók esetében mindegy volt, hogy a családban milyen nemű utód születik. Ennek ellenére a fiúnak itt is jobban örültek, mint a lányoknak, hiszen a fiú születése büszkeséget jelentett az apának, mert ő vitte tovább a család nevét és vagyonát, illetve nagyobb segítséget is jelentett a ház munkájában (Füredi, 1988). Az, hogy a családok valójában mit éreztek leszármazottaik iránt, a gyermekek egészségének magtartásához és halálukhoz kapcsolódó hiedelmekben, szokásokban érhető igazán tetten (Bodovics, 2011).

Az egy évesnél fiatalabb gyerekek külön csoportot alkottak a paraszti társadalomban. Az anyjuk gondoskodott róluk úgy, hogy közben napi munkájukat ugyanúgy ellátták, mint az újszülöttek születése előtt. Annak örültek az anyák a legjobban, ha a csemetéik sokat aludtak, mert így könnyebben ellátták napi teendőiket. Ráadásul úgy hitték, hogy a gyermekek a sok alvástól nőnek nagyra és fejlődnek. Az utódok álmatlansága ellen *„máklével"* küzdöttek, de tudták, hogy a szer gyakori alkalmazása nem tesz jót a csecsemőnek, túladagolás esetén *„elveszthetí az eszét"* a baba. A szülők csak akkor merték magukra hagyni a kisdedet, ha tudták, hogy az sokáig és békésen alszik. Az anyák a csecsemőket addig szoptatták, amíg csak tudták. Ennek két oka volt, egyrészt azt gondolták, hogy a szoptatástól a gyermek erősebb és egészségesebb lesz, másodsorban pedig elterjedt az a hiedelem, hogy a szoptatás közben nem eshet újra teherbe a nő. Ha az anyáknak nem volt teje, tehéntejjel helyettesítették azt. Amíg a kisded csak anyatejen élt, addig a nők a mezőre is magukkal vitték az apróságot, hogy ott is meg tudják szoptatni. Miután már nem szopott a gyermek, *„cuclival"* hallgattatták el a síró babát. Ahogy szilárd ételt is kaphattak a csöppségek, szívesen fogyasztották a gyerekek a tejbe mártott kenyeret, vagy a szalonnából és kenyérdarabokból álló *„katonákat".* Miután a kisgyermek levált az anyáról, mert már nem kötődött az anyatejhez, a nők otthon hagyták utódaikat idősebb testvérekre, nagyszülőkre, idős szomszéd asszonyokra vagy 9-10 éves *„pesztrákra"* (Bodovics, 2011).

A gyermekek neveltetésével és egészségével kapcsolatos korra jellemző babonás hiedelmek egy igen jó példáját illusztrálja Móricz Zsigmond *A kondás legszennyesebb inge* című novellája is. Benne egy parasztasszony hiedelmei és egy nagyságos asszony modern egészségfelfogása csap össze. Egy nap az ura helyett a nagyságos asszony ment ki a földekre a munkásokat ellenőrizni, amikor észrevette, hogy egy kisbabát félig beástak a földbe. Megtudta, hogy erre azért volt szükség, hogy a gyermek el ne másszon. A nagyságos asszony megparancsolta a gyermek anyjának, hogy azonnal vegye ki onnan a kisbabát, nehogy megbetegedjen. De már késő volt, mert estére a gyermek belázasodott. A nagyságos asszony meglátogatta a családot, és megrökönyödve látta, hogy a csecsemő a földön fekszik egy koszos ingben. A hiedelem és a javasasszony utasítása szerint a beteg gyermeket a kondás legszennyesebb ingébe kellett betekerni és a hideg földre fektetni, ha ezt a család nem tette, a gyermeket halálra ítélte. Végül a nagyságos asszony tiszta, meleg ágyba fektette a gyermeket, ám az már így sem élhette meg a reggelt.

A család egészségnevelési tevékenysége a tankönyvekben

Már fentebb is kiderült, hogy a két világháború között kiemelt jelentőséggel bírt az embereket, de első sorban a gyermekeket felkészíteni bizonyos egészségügyi ismeretek elsajátítására, a járványok, a csecsemőhalandóság és egyéb balesetek megelőzése érdekében. Prioritásként határozták meg a különböző javasasszonyoktól és sarlatá-

noktól való tartózkodást, és az orvos, a *„kedvesnővérek"* és a kórházak tiszteletét, megbecsülését. A következő fejezetekben tematikusan tekinthetjük át azokat a témákat és rövid történeteket, amelyek a vizsgált időszak tankönyveiben megtalálhatók és a korabeli tanulók egészségnevelését hivatottak ellátni.

Tisztálkodás

A mindennapi tisztálkodás jelentősége jelenik meg talán a legtöbbször a tankönyvekben. Ennek lehetünk tanúi a *„Jaj, jaj!"* című elbeszélésben is, ahol a mesét a háziállatok szemén keresztül láthatjuk: A nagyszakállú kecske bement a pitvaron keresztül a konyhába, ahonnan Béni úrfi jajgatását lehetett hallani. A kecske egy darabig nézte az eseményeket, majd visszaballagott az állatokhoz, hogy beszámoljon nekik a történtekről. A pulykák, a tyúkok, a libák és a galambok mind körülállták, és úgy kérdezgették a kecskét, hogy mit látott a konyhában. A jószág beszámolt arról, hogy látott a konyhában egy dézsát, a dézsában friss víz volt, a vízben pedig Béni úrfi ült és *„sivalkodott"*. A dézsába az édesanyja ültette be a fiút, hogy fürödjön meg. De miért jajgatott az úrfi? – kérdezték az állatok. Azért, mert nem szeretett fürdeni – mondta a kecske. Egy tyúk és a többi állat is, együttérzését fejezte ki Béni úrfival, hiszen nem is való a víz másnak a kacsákon és a pulykákon kívül. Ám ezt már Sajó, a ház kutyája sem hallgathatta szó nélkül: *„Az ember nem tyúk, nem is kacsa. De azért minden embernek meg kell fürdenie, éppen úgy, mint minden komondornak is."* Béni ezt még nem tudhatja, mert nagyon kicsi, de később, ha okosabb lesz, ő is beismeri majd (Tomcsányiné, 1920. 103–104.).

A tisztálkodás fontossága egy másik tankönyvben is felbukkan. A történet szerint Pista reggel kisietett a konyhába, friss vizet töltött a mosdótálba, megmosakodott derékig. A fülét, a nyakát és a kezét is beszappanozta. A tanító úr is mindig mondogatta: *„Gyerekek, a tisztaságra ügyeljetek. A piszokban terem meg mindenféle betegség"*. Ezért mondják az emberek, hogy a tisztaság fél egészség. A friss víztől pedig nem kell félni, mert aki télen és nyáron is derékig megfürdik hideg vízben, *„egykönnyen meg nem hűl"*. Pista és Juliska meg is fogadta ezt a tanácsot, *„olyan is az a két gyermek, mint az élet. Arcuk barnapiros, szemük ragyog, szájuk mindig mosolygásra áll."* (Kozma, Mihály, 1926a, 5.)

(Kozma, Mihály, 1926a, 5).

Táplálkozás és italfogyasztás

Az olvasókönyvek különböző jó tanácsokkal is ellátják a gyermekeket az egészségük megőrzése érdekében, így az ételekkel és az italokkal kapcsolatban is megtudhattak a

korabeli gyermekek néhány fontosabb információt. Mint például, ha sokat eszünk, megbetegszünk. Bár táplálékra szükségünk van, de azt mértékkel fogyasszuk, a rendes gyermek is csak annyit eszik, amennyivel jól lakik. A legfontosabb ételünk a kenyér, a tej, a hús és a *„kerti vetemények".* Ha szomjas az ember, igyon vizet, de ha túlzottan ki van melegedve, ne igyon hideget. Aki már gyerekként a borhoz és a pálinkához lett szoktatva, felnőttként biztos részeges lesz. *„A részeg ember sajnálatraméltó."* Az alkohol hatása alatt olyan dolgokat tesz, amelyért később szégyenkezni fog. A részeges minden pénzét italra költi, otthon a gyermekei meg éheznek és sírnak. Így tehát *„sohase igyatok egyebet, mint vizet!"* – szólítja fel a tankönyv a korabeli diákokat (Tomcsányiné, 1920. 99.).

„Az élet" című leírásból a táplálkozás mikéntjét, jelentőségét és alapszabályait sajátíthatták el a tanulók. A részlet szerint a tej, a kenyér, a hús, a sajt, a túró, a bab, a lencse, a burgonya és a gyümölcs az emberek legfontosabb tápláléka. A kisgyermekek étke csak a tej. Az újszülötteket hat hónapos korig anyatejjel táplálják. Később búzaliszt-ből vagy darából készített tejpépet is ehetnek napjában egyszer, sőt egyszer-egyszer húslevest is. Tíz hónaposan a kisdednek már apróra vágott marha- vagy borjúhús is adható, kétéves korától hús és *„héjtalan főzelékek",* hét-nyolc éves korától pedig már azt ehetik, amit a felnőtte (Mócsy, Petrovácz, Walter, 1925. 12.).

A felnőttek legfontosabb tápláléka a kenyér – olvashatjuk a folytatásban. Ha egészséges az ember, akkor válogatás nélkül, mindent megeszik, csak a beteg vagy *„nyalánk"* gyermekek szoktak válogatni. Naponta háromszor kell enni, reggel, délben és este. Oda kell arra is figyelni, hogy ne együnk túl sokat, mert az megbetegíti az embert. A gyerekeknek vacsorára sem szabad jóllakni, mert úgy nem tudnak aludni. Annak van a legjobb étvágya, aki dolgozik, aki lopja a napot, annak nem esik jól az étel (Mócsy, Petrovácz, Walter, 1925. 13.).

Az ital kapcsán hasonló intelmek olvashatók a tankönyvben. Az emberek legegészségesebb itala a víz, de nem minden víz iható. Így az állott víz, a mocsár és a tó vize káros lehet az ember egészségére. A legjobb a friss és tiszta kút-, folyó- vagy forrásvíz. Fölhevült állapotban ne igyunk hideg vizet – szól itt is a figyelmeztetés. A felnőtt emberek alkoholt is isznak, mint például bort, sört és pálinkát. Ezek az italok azonban *„részegítőek",* éppen ezért veszélyesek lehetnek az egyénre, de legfőképpen a gyermekek számára ártalmasak (Mócsy, Petrovácz, Walter, 1925. 13.).

Alkoholfogyasztással kapcsolatos intelmek

A 20. század elején a társadalom óriási küzdelmet folytatott az alkohol fogyasztásának visszaszorításáért, de nemcsak a felnőttek, hanem még a gyermekek körében is. Lukács György kultuszminiszter (1905. június 18. – 1906. március 6.) fontosnak tartotta munkássága alatt a fiatalok egészségnevelését és ennek védelmét. Küzdött azért, hogy bizonyos szociálhigiéniai ismeretek kapjanak helyet a népiskolai tananyagban, így látott csak esély arra, hogy az alkoholizmus mértékét csökkentsék. Ekképpen rendeletbe foglalta, hogy az elemi népiskolai olvasmányok közé bekerüljenek olyanok is, melyek megismertetik a gyermekekkel az alkoholizmus ártalmait és következményeit (Felkai, 2002. 8.).

Ez történik abban az eseménysorban is, amely *„A gyermekek mérge"* címet kapta, és amelyben az író hétköznapi bonyodalmon keresztül igyekszik emberközelibbé tenni a szeszes italok jelentette kockázatot. Endre egy szegény napszámos gyermeke volt – kezdi a leírás. Az édesapja úgy hitte, hogy ha naponta iszik pálinkát, az erőt ad neki a

munkához. Így napjában többször is fogyasztott szeszes italt. Azt is gondolta, hogy jót tesz azzal, ha a fiának is ad reggelenként a pálinkából. Ám ennek súlyos következményei lettek: Endre hétévesen úgy nézett ki, mint egy hároméves gyermek. Egész teste reszketett, sápadt volt, játszani nem volt kedve, állandóan gyengélkedett. Az iskolában nem tudott teljesíteni, alapvető ismereteket nem tudott elsajátítani, mint például azt, hogy az embernek két keze, szeme és lába van. Végül kórházba került, de az orvosok már nem tudták meggyógyítani, hamarosan meghalt. *„A szesz tönkreteszi testünket és lelkünket. Pajtásaim! Ha egészségesek akarunk maradni, ha soká és boldogan akarunk élni, akkor szeszes italt ne igyunk! A legjobb, legegészségesebb gyermekital a víz és a tej!"* – szól a történet végén az intelem (Mócsy, Petrovácz, Walter, 1925. 14–15.).

Az alkohol *„egyáltalában fölösleges az ember táplálására s így szeszes ital nélkül jól meg lehet élni".* Olvashatjuk a *„Szeszes italok"* című leírásban. A korabeli tankönyvek a legnagyobb rosszallással és ítélettel szólnak az alkoholistákról, azon emberekről, akik saját magukat és a családjukat is nyomorba és kétségbeesésbe döntik, csak azért, hogy hódolhassanak szenvedélyüknek. Az alkoholfogyasztás csupán egy rossz szokás – folytatja tovább az írás –, amelyet ha az ember elhagy, nemcsak egészségének, de környezetének is áldás. A tankönyv külön foglalkozik a borral, a sörrel és a pálinkával, majd a folytatásban rávilágít azok elkészítési módjaira is. Miután a kiadvány végigvette a felsorolt italok készítési módját és azok hatását a szervezetre, kiemeli, hogy csak a jó Isten képes elmondani, hogy a szeszes ital hány családot tett már tönkre, hány gyermeket juttatott árvaságra, hány ember került miatta börtönbe. Ennek ellenére a szegények körében valamiért még mindig pusztítanak ezek a mérgek (Benedek, 1922. 169.).

Egy másik leírás tovább gazdagítja jó tanácsokkal a gyermekeket az alkoholfogyasztás szabályaival kapcsolatban, mondván, ha fontos valakinek az egészsége, akkor az alábbiakat tartsa be. Ha csak lehet, ne igyunk szeszes italt, csak vizet, hiszen *„a tiszta víz a legbiztosabban védelmezi az egészséget".* Ha már valaki hozzászokott az alkoholhoz, azt is csak evés közben igyon, és csak kevés bort vagy sört. Aki viszont már átlépte a mértéktelenség határát, lássa be, hogy önmagának és családjának kárára van, *„mert idő előtt nyomorultan elpusztul, elbutul, s megvénül".* A gyermekeknek szeszes italt csak akkor és annyit szabad inniuk, amennyit az orvos felírt. Pálinkát viszont az orvos soha nem ír fel gyermekek számára, mert az *„a gyenge gyermeki szervezetet a legkisebb mértékben is gyilkos módon támadja meg".* Csecsemőknek soha semmilyen formában nem adható alkohol, mert azzal megmérgezzük őket. Az az ember, akik lerészegedik, *„megfeledkezik emberi méltóságáról s a szó teljes értelmében lealjasodik oda, ahova még az oktalan állat sem süllyedhet"* (Benedek, 1922. 69.).

A hős honvéd fiai

A hős honvéd fiai című tankönyv két fiútestvér utazását kíséri végig. György és Péterke útjuk során sok érdekes emberrel találkoznak és sok hasznos tudnivalót sajátítanak el. Amint egyszer a két fiú sétálgatott, megláttak egy alacsony termetű, fürge öregembert. Péterke elkezdett viccelődni azon, hogy belőle sem lesz már Herkules. Erre Gyuri közölte, hogy valószínű ő már nem is akar Herkules lenni, megelégszik azzal, ha hosszú és egészséges élete lesz. Miből lehet tudni, hogy valaki egészséges, hiszen az az öregember is olyan vézna – kérdezi Péterke. A vékonyság nem a betegség jele – mondja György –, sőt legtöbbször az egészségé, ha viszont valaki túlzottan vékony, az jelentheti azt, hogy beteg az illető. Úgy hozta a sors, hogy a két fiú ebédnél az öregember mellé került és így összeismerkedtek vele. A férfit Dr. Nagy Samunak hívták, nyugalmazott

ezredorvos volt. Ebéd után az orvos elhívta a fiúkat egy túrára. A két idős elöl haladt, Péterke meg le-lemaradozott mögöttük. Az orvos nem is bírta megjegyzés nélkül hagyni, hogy a legfiatalabb nem képes lépést tartani egy öreggel. Pedig hogy lekicsinyelte korábban őt Péterke, mondván, hogy már nem lesz belőle Herkules. Péter erre nagyon elszégyellte magát, mert ezek szerint a doktor meghallotta a korábban tett megjegyzését. De végül megbékéltek egymással. Kicsit később, amikor tovább haladtak, Péterke megkérdezte Samu bácsit, milyen idős. Kiderült, hogy az öreg hatvannégy éves volt. Ezen Péter nagyon meglepődött, mert az ő nagyapja két évvel fiatalabb Samu bácsinál, mégis alig tudott már járni. Erre a doktor elmagyarázta neki, hogy nem mindenki egyforma, valaki hamarabb, mások később öregszenek, ez persze attól is függ, hogy az ember hogyan élte az életét. Péterke megkérte Samu bácsit, hogy avassa be őket a hosszú élet titkába (Kozma, Mihály, 1926b, 94–96.).

Samu bácsi elmesélésből megtudhatjuk, hogy ő maga gyenge, nyápic gyerek volt. De sokat tornázott, sokat mozgott, igyekezett sokat a szabadban lenni, és amikor tehette, kerti munkát végzett. Egész életében dolgozott, jelmondata pedig a következő: *„Munkásság az élet sója, / A romlástól mely megóvja."* A sok munka azonban Gyuri szerint idegessé teszi az embert. A doktor azonban úgy gondolta, hogy nem a sok munka rossz, hanem a rendszertelen, kapkodó munkának van ilyen hatása. A hosszú élet titkának további boncolgatásából kiderül, hogy a következő „összetevő" Samu bácsi szerint, hogy ne vegyünk részt semmiféle kicsapongásban. Aludjunk sokat, nyolc-kilenc órát minden nap. Bár a közmondás azt mondja, hogy aki sokat alszik, keveset él, a doktor úgy tapasztalta, hogy aki keveset alszik, az csak tovább dolgozik, de nem többet (Kozma, Mihály, 1926b, 97.).

Samu bácsi arra is figyelt élete folyamán, hogy soha ne tartsa testét túlzott melegben. Rendszeresen és rendesen étkezett, inkább keveset, mint sokat. *„Mert nem az a miénk, amit lenyelünk, hanem amit megemésztünk."* Sok tejet, tejfélét, gyümölcsöt és zöldséget evett, inkább, mint húst. Szeszes itallal nem élt, csak ritkán ivott alkoholt, itala a víz volt. A tisztaságra nagy gondot fordított, gyakran megfürdött. Igyekezett nem mérgelődni és gyakran jót tenni (Kozma, Mihály, 1926b, 97–98.).

György és Péterke egy másik alkalommal egy papi házba is hivatalosak voltak. A vacsorán a település orvosa és tanítója is megjelent. Ám az orvos késett, mert egy beteg haldoklott *„tüdő tuberkulózisban".* Péterkének feltűnt a vacsora közben, hogy míg mindenki koccintott és ivott a poharából, addig az orvos koccintott a többiekkel, de nem ivott az alkoholból. A fiú érdeklődött is ennek oka felől. Az orvos elmondta, hogy ő absztinens, tartózkodik az alkoholtól, mert az alkohol megrontja az emberek vérét és ezek az emberek könnyebben kapnak el betegségeket. Bár, ha valaki mértékkel fogyasztja azt, nem árthat, csak az a baj, hogy kevés ember tud mértéket tartani, így volt ez régen vele is. Ilyenformán akar most példát mutatni az embereknek. Ezért szervezett egy olyan egyesületet is, amelynek tagjai mind absztinensek, így az emberek erősebbekké válnak és könnyebben tudnak nemet mondani az alkoholra. Ráadásul ez az egyesület pótolja a veszteséget, amelyet az alkohol hiánya okoz, mert igyekeznek összejöveteleket, lakomákat, mulatságokat tartani a leszokottaknak, ezáltal más élvezetet kínálva nekik. A történet folytatásában kiderül, hogy az elbeszélés elején felbukkanó tbc-s beteget is az alkohol vitte a sírba. Bár a tuberkulózistól lett beteg az illető, de az alkohol legyengítette a szervezetét, s mert az alkoholra költött pénz miatt számos, alapvető szükségleteit kielégítő dologról le kellett mondania, sokkal könnyebben megbetegedett, mint azok, akik nem fogyasztottak alkoholt. Az ismeretközlésből megtud-

hattuk még, hogy a mértéktelen alkoholfogyasztásból sok baleset és bűn is származik. A beszélgetés végére Péterke is úgy döntött, hogy ha majd felnő, soha nem fog szeszes italt fogyasztani (Kozma, Mihály, 1926b, 155–158.).

A fiúk útjuk folytatása során Tiszafüredre értek, ahol egy újabb halottról hallottak, aki szívrohamot kapott. Az orvos ennek a halálnak az okát is a túl sok alkoholfogyasztásban látta. A temetésen a két fiú is megjelent, ahol József barát szívhez szóló, de tanulságos beszédet tartott az alkohol veszélyeiről (Kozma, Mihály, 1926b, 166–170.).

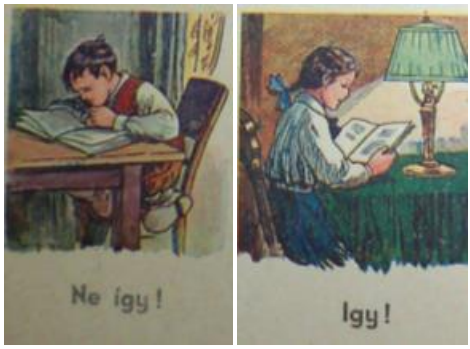
Fogápolás

A fogápolás és a cukor fogakra gyakorolt veszélyeivel találkozhatunk a *„Cukros játék"* című vidám szerepjátékban. A cukorvásárlás végére a szerző egy rövid pársorosban is megemlékezik a cukor fogakat károsító hatásáról, mégpedig ekképpen: *„Cili mindig cukrot evett, fáj a foga tőle, adhatnál most cukrot neki, nem kérne belőle"* (Pohárnok, 1940. 67.).

(Pohárnok, 1940. 67.)

Szemünk fénye

De nemcsak a fogunk épsége, a szemünk fénye is fontos, így annak védelmére szólít fel bennünket a következő történet, melyben a megfelelő olvasás módjáról is tájékozódhatunk a leírásból és a hozzá tartozó képből. Rózsikának volt a legjobb szeme az egész osztályban. Ha nem volt senkinek órája, ő csak kinézett az ablakon és abból a távolságból is le tudta olvasni a toronyóra által mutatott időt. Az osztályból más ezt nem tudta megcsinálni. Büszke is volt erre a képességére. Rózsika sokat olvasott. Egyszer egy tanító néni meglátta, hogy a kislány még alkonyatkor is a könyvet bújta. Szólt neki, hogy ezzel elronthatja a szemét. De Rózsika nem törődött vele. Késő ősszel is sokáig olvasott az ablak mellett. Hamarosan azonban elkezdte fájlalni a szemét, napokig szenvedett. Súlyos szemgyulladást kapott, amelyet bár meggyógyítottak, de már soha nem lett Rózsika szeme olyan jó, mint annak előtte, és még szemüveget is kellet hordania (Nagy, 1940, 30–31.).



(Nagy, 1940. 30.)

Élősdiek

„A hívatlan vendég" című meséből megtudhatjuk, hogy édesanya miért haragszik annyira a legyekre. Az édesanya részletes ismertetése után Évi is megértette, hogy a legyek sok betegség hordozói. Ezen nagyon elképedt, és megígérte, hogy soha nem hagyja kinn a süteményét fedetlenül. Azon is elkezdett gondolkodni, hogy ha az emberek tudják, hogy miféle bajokat terjesztenek a legyek, hogyan tudnak az utcán takaratlan árut vásárolni. Az édesanyja azonban megnyugtatta Évikét, mondván, hogy a rendőrség már betiltotta a takaratlan áruk eladását a főváros utcáin (Nagy, 1940, 154–155.).

Mozgás

Az egészséges táplálkozás mellett, az állandó testmozgás és a torna jelentősége sem szorulhat háttérbe a gyermekek életéből. Így egy kis négysoros rímszedett is felhívja erre a diákok figyelmét: *„Hogy üdék és szorgalmasak, / Jókedvűek legyetek, / Kora reggel, / Jó levegőn / Tornásszatok, gyerekek!"* (Nagy, 1936. 89.)

(Nagy, 1936. 89.)

Egy másik olvasókönyv is kiemeli a torna jelentőségét. Egy tornaóra lépéseit láthatjuk a hasonló címen megfogalmazott történetben. A gyerekek az udvaron gyülekeztek, nagy öröm ült ki az arcukon, mert a tornaóra következett. A tanító úr sorakozott fújt, majd alaki gyakorlatok tartott: *„menetelés, fordulatok".* Ezt követték a szabadgyakorlatok, amelyet a gyerekek nagyon szerettek. A tanító úr előre megmutatta a feladatokat, majd a tanulók utánozták őt (Olvasó- és tankönyv, 1936. 106.).

(Olvasó- és tankönyv, 1936. 106.)

Lukács György kultuszminisztersége alatt született rendelkezései sem csak a tantermekre, az iskola állapotára és egészséges környezetére terjedtek ki, de ő javasolja azt is, hogy a gyermekek az óraközi szüneteket, a játékokat és a testgyakorlást a szabadban, a friss levegőn végezzék (Felkai, 2002. 7.). A fenti leírásban éppen ezen esemény egyikének lehettünk tanúi a fiúk tornaórája kapcsán.

Sérülések megfelelő kezelése

A balesetekkel kapcsolatos megfelelő lépéseket szemlélteti már a következő történet, melyben Juhász család könyörületességének lehetünk tanúi, és amelyből megtudhatjuk, hogy milyen veszélyeket hordozhat magában *„A rozsdás szög".* Egész nap esett a hó. Hét óra tájban azonban kopogott valaki a Juhász család ajtaján. Egy szegény vándor kért szállást. Juhászné észrevette, hogy a vándornak fél keze van. Még nagyobb szívvel invitálta beljebb a férfit. A kályha mellett megmelegedhetett, később pedig étellel és itallal is ellátták. Vacsora után a család tagjai érdeklődtek, hogyan veszítette el a vándor a fél karját. A férfi elkezdte a történetét, amely egy rozsdás szöggel kezdődött, amit inkább ki kellett volna dobnia, nem pedig folyton egyenesítgetnie. Mert egyszer csak beleszúrt vele az ujja hegyébe. Nem ebből lett a baj, hanem abból, hogy nem hagyta a sebet vérezni és főleg, hogy nem mosta ki a rozsdát az ujjából. Helyette jól befogta a sebet, így a rozsda a sebben maradt, és *„megrontotta, megmérgezte a vért".* Másnapra már meg is dagadt a keze. *„Aztán meg azt az ostobaságot követtem el, hogy háziszerekkel kentem-fentem a fájó kezet"* – mondta a vándor. Az éjszakát végigvirrasztotta, hajnalban már iszonyatos fájdalmai voltak. Reggel azonnal kocsira ült és vágtatott az orvoshoz. *„Milyen bölcs az Isten. A nagy veszedelemben nagy fájdalmat ad. A fájdalom rákényszeríti az embert, hogy baja után lásson."* Amikor odaért az orvoshoz, szinte rátörte az ajtót, egy óra múlva már lent is volt a keze. Mikor jobban lett, az orvos elmagyarázta neki, hogy csak így lehetett az életét megmenteni, ha egy-két órával később jött volna, talán már nem is él. Ennyire veszedelmes a rozsdás szeg? – kérdezte Pista. Nem a rozsdás szög a veszedelmes – válaszolta a vándor –, hanem az emberi tudatlanság. Juhász gazda igazat adott a vendégnek, ő maga is igyekszik legyűrni a tudatlanság bűnét és tanul, másokkal beszélget és olvas, hogy minél több ismeretre tegyen szert (Kozma, Mihály, 1926a, 69–71.).

Az orvosok, nővérek és kórháza fontossága

Már a Rozsdás szög című elbeszélés is orvosi hivatás tiszteletére és megbecsülésére hívja fel a figyelmet, mint ahogy azt a következő történet is teszi, amely Dezsőt mutatja be, aki nagyon megbetegedett. Orvost hívtak Dezsőhöz, aki miután megvizsgálta a fiút,

gyógyszert írt fel neki. Kérte, hogy pár napig feküdjön még, és az orvosságot pedig pontosan, az utasítás szerint szedje be. A cselédet elküldték a gyógyszertárba, ahol a gyógyszerész elkészítette az orvosságot. Dezső miután megkapta a gyógyszert, pontosan az utasítás szerint szedte azt, és ennek köszönhetően hamarosan meg is gyógyult. Az édesapa a fiú gyógyulása után megragadta a lehetőséget, és mesélt az orvosok hivatásról. Elmondta a gyerekeknek, hogy a doktorok sokat tanulnak, amíg elkezdhetnek dolgozni. Aki beteg, az hívasson orvost, mert kicsi bajból is lehet nagy – emelte ki az apjuk. Sok ember halt már meg azért, mert az orvos helyett *„javas-asszonyhoz"* fordult. Még Isten is megköveteli tőlünk, hogy vigyázzunk az egészségünkre. Maga a törvény is gondoskodik az emberek gyógyíttatásáról, amelyet orvosnak kell ellátnia. A súlyosabb betegségeket kórházban gyógyítják. Még a legszegényebb embereket is kórházba viszik, és ott ingyen ellátják őket. A nagyvárosokban több kórház van. *„Külön kórházakat rendeznek be a ragályos betegek számára."* És arra is figyelmeztet Dezső apja, hogy senki ne sajnálja az utazás költségeit, ha műteni kell valamely testrészét, és utazzon el egy nagyváros kórházába (Mócsy, Petrovácz, Walter, 1925. 50–51.).

Az édesanya gondoskodása és ápolása, az orvos diagnózisa és a testvér aggodalma jelenik meg a *„Juliska beteg"* című elbeszélésben, a hozzá tartozó képen és az azt követő kis versikében. Juliska meghűlt és lázas lett, és mint az okos és derék anyához illik, orvost hív hozzá, aki nagy örömére megállapítja, hogy Juliska csak megfázott, mert túl hideg van a lakásban. A történet folytatásában az orvosnak köszönhetően a Karitász Egyesület segített a Varga családon tűzifával, hogy a kislány könnyebben és gyorsabban gyógyuljon (Nagy, 1936. 48.).

(Nagy, 1936. 48.)

A *„Dorottya nővér"* című hosszas elbeszélésből megtudhatjuk, hogy Pistike nagyon megbetegedett. Édesanyja kihívta hozzá az orvost, aki megállapította, hogy *„sarlahban, vörhenyben"* betegedett meg a fiú, amelynek a tüneteit is pontosan közöli az elbeszélés. A fiút kórházba kellett szállítani, mert nagyon kicsi volt a lakásuk, és volt még két másik testvére is, így félő volt, hogy esetleg ők is elkapják. Az otthon maradtak azonnal lemosták a falakat, bútorokat, Pistike ágyneműjét pedig gőzben fertőtlenítették, mivel az elpusztítja azokat a parányi élőlényeket, amelyek a betegséget okozzák. Miután a gyermek a kórházba került, az édesapa feladata volt az ezzel kapcsolatos egyéb teendők elvégzése. Így először bejelentette az iskolában Pisti betegségét, ahol kiderült, hogy másik két diák is beteg lett. Először egy szegény fiúcska betegedett meg, de a szülei nem hívtak hozzá orvost, az iskolában meg nem volt doktor, hogy kiment volna hozzá. A gyermek már meggyógyult, újból járt iskolába, de a teste még hámlott, s mire a tanító néni észrevette a betegségét, már másokat is megfertőzött (Olvasó- és tankönyv, 1936, 48–49.)

Az édesapa következő feladata, hogy elintézze a kórházi felvételi papírokat. Ekkor már Pista is benn volt a kórházban, és találkozott néhány hasonló helyzetben lévő gyerekkel. Szomorú volt, hogy el kellett hagynia egy időre a családját, de a gyerekek vigasztalták, és mondták neki, hogy jó kezekben van, mert Dorottya nővér gondoskodni fog róla. Hamarosan Pistike meg is ismerkedett a nővérrel. A nővér egész éjszaka ott virrasztott Pista ágyánál, kezével gyöngéden simogatta a fiú forró homlokát, le nem vette róla a szemét, csak akkor, ha egy másik kis beteget kellett betakarnia. A történet folytatásában Dorottya nővér fáradhatatlan munkáját és kis betegeinek gondozását láthatjuk. Nem késik a gyógyszerekkel, mindig mindenkihez van egy jó szava. Sok időt tölt a gyerekekkel, mesét olvas nekik és éjjel-nappal ápolja őket (Olvasó- és tankönyv, 1936. 50–51.).

„Az egészséges lakás"

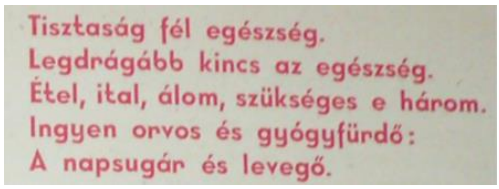
A korabeli diákok azonban nemcsak az ételekkel és az italokkal kapcsolatban kaptak javaslatokat, de még *„Az egészséges lakás"* kritériumait is megtanulhatták a népiskolában. Már a 19. század végén, az orvostudomány fejlődésével nyilvánvalóvá vált, hogy a járványok bizonyos higiéniai szabályok betartásával visszaszoríthatók. Ilyennek tekintették a zárt, kis légterű, zsúfolt és sötét lakásokat és házakat is, amelyek megfelelő táptalajt biztosítottak a fertőző betegségek elterjedésének (Ackermanné, 2006). Így óhatatlan, hogy a kor legnagyobb kihívása és célkitűzése, hogy elsajátítsák a gyermekek a tiszta és egészséges lakásokkal kapcsolatos legfontosabb higiéniai előírásokat.

Az egészséges lakás leírása egy összehasonlítással indul, amelyben a mezei és erdei állatok szomorú sorsát emeli ki a történet az emberekhez viszonyítva, mert ők a hideg télben nem tudnak fűtött, meleg hajlékba vonulni. Ám ha jobban belegondolunk, nem biztos, hogy az állatoknak rosszabb a helyzetük, mert ők a szabadban élnek, és nap mint nap friss levegőt szívhatnak. Az ember csak akkor mondhatja, hogy lakása tiszta és egészséges, ha friss benne a levegő. Rossz, állott levegőjű szobában gyorsabban megbetegszünk. Ezért muszáj a lakást naponta többször is kiszellőztetni. A kis ablakos és az alacsony beltérrel rendelkező lakások sem jók, nemcsak mert sötétebbek és nehezebb szellőztetni őket, de gyorsabban meg is romlik a levegő bennük. Új házakba se menjünk még lakni addig, amíg még a falak nem száradtak ki, mert az új falak szemfájást, csúzt és köszvényt is okozhatnak (Benedek, Kőrösi és Tomcsányi, 1923. 75–76.).

Tágas és világos háza azonban nem mindenkinek lehet, de tiszta lakása viszont igen. A szobát naponta takarítsuk, port törölni és szellőztetni nem kerül semmibe. *„A tisztaság sok betegségnek elejét veszi s megment sok undorító és kellemetlen féregtől."* Az ismeretterjesztés végén még azt is megtudhatjuk, hogy a ház tisztán tartása elsősorban az asszonyok kötelessége (Benedek, Kőrösi, Tomcsányi, 1923. 76.).

Hogy a tiszta és a világos lakás mennyire lényeges, gyakorlatiasabb példákkal is alátámasztja egy olvasmány. *„Az új falu"* című kis leírásból tudomást szerezhetünk arról, hogy az új falu valószínű a régi mellett épülhetett, mert János bácsi nap, nap után kísérte figyelemmel a házak építését. Először a házak előtt letett csövek felől érdeklődött, hogy azok mire szolgálnak. A munkások tájékoztatásából kiderült, hogy azok a *„piszkos vizet"* hivatottak elvezetni, mert ha azt *„szanaszét öntözik",* egészségtelenné teszi a ház környékét. Miután felépültek a házak, János bácsi megbarátkozott egyikmásik új lakóval. Látta, hogy a házak belül szépek, rendezettek és tiszták, kosznak nyoma sem volt. Az ablakok mindig tárva-nyitva voltak, csak úgy ömlött be a friss levegő és a napfény rajtuk. Azonban eljött a tél és János bácsi azt látta, hogy az ablakok

az új házakban ugyanúgy nyitva vannak. Nem is tudta szó nélkül hagyni, hiszen így kimegy a meleg az utcára. Ám az új szomszédok felvilágosították az öreget arról, hogy az egészséget az szolgálja, ha gyakran szellőztetnek, és amúgy is, a modern házakban már vannak korszerű kályhák, amelyek újra és gyorsan meleget teremtenek. És a *„világítás is milyen furcsa volt"!* Csak megcsavartak egy gombot a falon és már nappali fény támadt a szobában. A falu idősebb lakosai is nagyon vágytak ilyenre, és szerencsére ki is derült, hogy könnyen és olcsón beszerezhető a villany (Olvasó- és tankönyv, 1936. 15–16.).



(Nagy, 1940. 121.)

Az egészség jelentősége

A tankönyvek néhány esetben erkölcsi mondatokkal és életszabályokkal is felvértezték a jövő nemzedékét. Közülük néhány azonban az egészségre vonatkozott, illetve az egészséghez kapcsolódó illemszabályokról szólt. Ezekből kiválik, hogy hiábavaló, ha az embernek sok kincse van, de nincs hozzá jó egészsége. Tehát az egészséget meg kell becsülni, tegyünk meg érte mindent, ami módunkban áll. Körmöt rágni és orrban turkálni igen illetlen dolog. Szégyellje magát az, akinek fekete a körme. A mértékletesség fontossága itt is előkerül: *„Rövid a torkosság, hosszú a betegség. Jó fűszer s orvosság a mértékletesség."* Aki köhög, úgy illik, hogy a zsebkendőjét a szája elé tegye. És végül nemes egyszerűséggel: aki beteg, az menjen orvoshoz (Mócsy, Petrovácz, Walter, 1925. 66–67.). A korabeli „egészségfilozófiát" áthatja a mértékletesség kérdése, mely fogalom s annak fontossága már az ókorban, Arisztotelésznél is megjelent. Arisztotelész szerint a mértéktartás, a fő szabály, a *„görög kardinális erények egyike"* (Bertók, 2013. 14.). A mértékletesség elve azonban újra és újra felbukkan a történelem során, amikor az egészség témája előkerül. Napjainkban is számos útmutatás találhatunk az egészséges életmóddal kapcsolatban, ennek ellenére közös pontjuk mégis az, hogy érdemes mindenben a mértékletességre törekedni.

Az egészség jelentőségét magasztalja az a kis tanmese is, amelyben egy szegény napszámos lehetőséget kap arra, hogy helyet cseréljen egy gazdag emberrel. A napszámos hosszú gyaloglás után megérkezett egy fogadóba. Mivel nem volt sok pénze, ezért csak tejet és kenyeret kért. Eközben begördült egy hintó, amelyben egy nagyúr ült. Az uraság ki sem szállt a hintóból, úgy vitték oda neki a szolgálói a pecsenyét és a finom italt. A gazda azonban észrevette a napszámos irigy tekintetét, odaintette, és megkérdezte tőle, hogy szeretne-e helyet cserélni vele. A napszámos nagy örömmel fogadta az ajánlatot. A nagyúr erre megparancsolta a szolgáinak, hogy emeljék ki őt a hintóból. Ekkor látta csak a szegény ember, hogy az úr lába teljesen béna. Kérdezte is a gazdag, hogy így is szeretne vele helyet cserélni? De erre már a napszámos ekképpen válaszolt: *„Isten ments! Inkább szegény ember maradok holtomig! Az én egészséges tagjaim többet érnek az úr minden vagyonánál."* (Olvasó- és tankönyv, 1936. 51–52.)

A tanmese után sem marad annyiban az egészség nagy horderejének kiemelése. Bár minden ember tudja, hogy mennyire fontos az egészsége, valahogy mégis csak akkor érti ezt meg, amikor már nagy a baj. A leírás folytatásában a test működése tárul fel előttünk egy gyár hasonlataként. Az emberi test olyan, mint valami nagy gyár, amely sohasem tétlen. Ha mindenki pontosan végzi a munkáját, akkor rend van, de ha valamelyikük elmulasztja a kötelességét, zavar támad benne. A legtöbb ember maga tehet arról, hogy beteg lesz, pénzét, vagyonát, ékszereit mindenki őrzi, de az egészségére sok ember nem vigyáz. A folytatásban a leírás öt pontban foglalja össze az orvosok által összegyűjtött formulát, amelyek betartásával biztosítható, hogy egészségesek legyünk: így például értésünkre adja, hogy fontos a tisztaság, és a szappan a legolcsóbb orvosság. Vagy, hogy legyünk mértékletesek. A házunk legyen világos, szellős és tiszta! *„Munka nélkül nincs egészség!"* A szervezetünk olyan, mint egy gép, ha nem dolgozik, megeszi a rozsda. Ha viszont dolgoztunk, ne sajnáljuk az időt a pihenésre. Az éjszaka az alvásra való, a nappal pedig a munkára (Olvasó- és tankönyv, 1936. 52–53.).

Összegzésképpen elmondható, hogy a 20. század eleji tankönyvek nagy hangsúlyt fektettek a gyermekek egészségnevelésére. A korszak sajátos célkitűzése, hogy visszaszorítsák a fertőző betegségeket és a járványokat, ennek eszközéül pedig a szakemberek a felvilágosítás, az ismeretközlés módszerét választották. Igyekeztek mindinkább eltörölni a tudatlanságot és a babonaságot a lakosság köréből. Nemcsak az iskolában, a tanulók körében, de a szülők és a felnőtt lakosság körében is felvilágosítást végeztek, abból kiindulva, hogy „a*z embernek az egyik legősibb joga és kötelessége egészségének megvédése, fenntartása, növelése és egészen bizonyos, hogy az egészségre való nevelés legelső és leghatalmasabb impulzusait már a szülői házban kell a gyermeknek nyernie".* Az időszak elvárása szerint az egészség *„a munkateljesítésének és az egyén egész produktiv erejének"* alapját adja. A gazdasága számára is az egyik legfontosabb erőforrás az egészséges és az erős munkáskéz (Tuszkai, 1926. 39–41.). A 20. század elején az egészséges életmódra nevelés összefonódott hazánkban a nacionalizmussal. Az elszenvedett veszteségek miatt érzett keserűség, a nemzet megmaradása és felemelkedése függött attól, hogy a lakosság mennyire erős, egészséges, harcra képes. Ebben az időszakban a család egészségének a védelme az egyén felelősségi körébe tartozott (Ackermanné, 2006.).

IRODALOMJEGYZÉK

Ackermanné Kelő Kamilla (2006): Iskola-egészségügyi törekvések a XIX–XX. század fordulóján. Az egészségtan beépülése a hazai tantárgyi rendszerbe. *Studia Caroliensia,* 2006/2. sz. 5–20.

Benedek Elek (1922): *Elemi iskolások olvasókönyve. A IV. osztály számára.* Lampel, Budapest.

Benedek Elek, Kőrösi Henrik, Tomcsányi János (1923, szerk.): *Magyar olvasókönyv az elemi népiskolák III. osztálya számára.* Lampel, Budapest.

Benkő Zsuzsanna (1997): Az egészségfelfogás változása. Kísérlet az egészségfejlesztés értelmezésére. In: Benkő Zsuzsanna (szerk.): *„Mert életem millió gyökerű".* JGYTF, Szeged, 5–15.

Benkő Zsuzsanna (2000): *A családok életmódját meghatározó társadalmi tényezők.* Szenvedélybetegségek, 2000/1. sz. 54–57.

Benkő Zsuzsanna (2005): Bevezetés az egészségfejlesztésbe. In: Benkő Zsuzsanna, Tarkó Klára (szerk.): *Iskolai egészségfejlesztés*. Szakmai és módszertani írások egészségterv készítéséhez. Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó, Szeged, 13–27.

Benkő Zsuzsanna, Tarkó Klára (2005, szerk.): *Iskolai egészségfejlesztés.* Szakmai és módszertani írások egészségterv készítéséhez. Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó, Szeged.

Bertók Rózsa (2013): Az arisztotelészi értékek táblája és a mai értékválasztások változásai. In: Bertók Rózsa (szerk.): *Bevezetés az etika történetének tanulmányozásába*. Virágmandula Kft. – Ethos Tudományos Egyesület, Pécs, 13–19.

Bodovics Éva (2011): Gyermekélet és gyermekhalál a paraszti társadalomban. *Zempléni Múzsa,* 2011/1. sz. 5–19.

Csőke Csilla (2000): A gyermeknevelés néhány aspektusa a hagyományos falusi közösségben. In: Kéri Katalin (szerk.): *Ezerszínű világ*. Dolgozatok a neveléstörténet köréből. Pécsi Tudományegyetem Tanárképző Intézet, Pécs, 20–28.

Felkai László (2002): A kultuszminiszter Lukács György. *Magyar Pedagógia,* 2002/1. sz. 3–9.

Fügedi Márta (1988): *A gyermek a matyó családban*. Herman Ottó Múzeum, Miskolc.

Kozma László, Mihály Ferenc (1926a): *Pista és Juliska. Olvasókönyv az elemi népiskolák II. osztálya számára.* Lampel, Budapest.

Kozma László és Mihály Ferenc (1926b): *A hős honvéd fiai. Olvasókönyv az elemi népiskolás IV. osztálya számára*. Lampel, Budapes.

Laczkovits Emőke (1980): Adalékok a falusi gyermekek életéhez Veszprém megyében 1868–1945. *Veszprém Megyei Múzeumok Közleményei,* 1980/15. sz. 237–271.

Mócsy Antal, Petrovácz József és Walter Gyula (1925): *Második olvasókönyv a katolikus népiskolák második osztálya számára.* Szent István-Társulat, Budapest.

Nagy T. Perpetua (1936): *Betűbokréta. Új ABC a katolikus népiskolák első osztálya számára.* Szent István-Társulat, Budapest.

Nagy T. Perpetua (1940, összeáll.): *Betűbokréta. Magyar olvasókönyv a katolikus népiskolák harmadik osztálya számára.* Szent István-Társulat, Budapest.

Nógrády László (1930): A gyermeknevelés kis kátéja. In: Nógrády László, Czeke Vilma, B. (szerk.): *A gyermekszeretet iskolája*. Jász-Nagykun-Szolnok Vármegye Közönsége, Budapest, 18–33.

Olvasó- és tankönyv a katolikus osztatlan elemi népiskolák III. osztálya számára. Szent István-Társulat, Budapest, 1936.

Pohárnok Jenő (1940, szerk.): *Új betűvetés. Abécés könyv a katolikus népiskolák számára.* Szent István-Társulat, Budapest.

Tomcsányiné Czukrász Róza (1920, szerk.): *A magyar gyermek első könyve. Magyar ABC és olvasókönyv az elemi népiskola I. osztály számára.* Lampel, Budapest.

Tuszkai Ödön (1930): Az átöröklött hajlamok és figyelembevételük a nevelésben. *A Gyermek,* 1930/1-6. sz. 16–30.

A gyermekkori fontos kapcsolatok és a felnőtt kötődés mint védőfaktor a bűnöző életmód kialakulásával szemben

OSVÁTH VIOLA

A kötődéselmélet mint fejlődési pszichopatológiai keret

A kötődéssel foglalkozó elméleti kutatók kezdetben úgy vélték, hogy a biztonságos viselkedési minták biológiailag adaptívak, mivel ellentétben a bizonytalan viselkedési mintákkal, jól szervezetten érik el, és tartják fent a gondozó közelségét (Ainsworth, 1979a, 1984). Később azonban láthatóvá vált, hogy a különböző bizonytalan kötődési minták ugyanúgy biológiailag adaptív válaszok valamilyen más típusú szülői gondozásra, mint a biztonságos kötődés (Chisholm, 1999).

E nézet szerint az érzékenyen reagáló szülői gondoskodás biztonságos kötődéshez vezet, mely a felnőttnek azon képességéből és hajlandóságából ered, hogy biztosítsa gyermeke számára a magabiztos felfedezést, játékot és más tevékenységeket. Ezzel ellentétben az érzéketlen szülői gondoskodás azt jelenti, hogy a szülő nem akar erőforrásokat befektetni gyermeke nevelésébe (ennek következménye a szorongó/elkerülő típusú kötődés), vagy a szülő nem képes erre (ami szorongó/ellenálló típust eredményez). Az ilyen gyermekeknél fellelhető viselkedési minta, írják Chisholm és munkatársai, adaptív reakciónak tekinthető annak érdekében, hogy alternatív módon érje el a gyermek a szükséges erőforrásokat.

Belsky, Steinberg és Draper (1991) felvetette, hogy a korai gondozás minősége szélesebb körben befolyásolja az utódot, mint a túléléshez szükséges ellátás megszerzésére való törekvés. Azt találták, hogy azok a gyermekek, akik családjukban magas stresszszel és folyamatos bizonytalansággal szembesültek, nagyobb arányban fejlesztettek ki később olyan reproduktív stratégiákat, melyek alacsony befektetéssel jártak, és érdekorientáltabbak voltak a párkapcsolataikban, mint a biztos családi gondoskodást megélő személyek.

Belsky és Fearon (2002) 1000 anyát és gyermeket vizsgáltak a születéstől/születéstől kezdve. Azt találták, hogy azok a gyerekek érték el a legmagasabb pontszámot a szociális és kognitív készségek terén 36 hónapos korukban, akik biztonságosan kötődtek, és akik folytonosan érzékeny gondozásban részesültek. Azok a gyermekek, akik először bizonytalanul kötődtek, majd később érzékeny gondozásban részesültek, magasabb pontszámot értek el minden mutatóban, mint azok, akik biztonságosan kötődtek kezdetben, de később érzéketlen gondozást tapasztaltak. A kutatók arra is rájöttek, hogy ezeket a különbségeket a szülők élethelyzetéből adódó stressz, depresszió és a szociális támogatás alakulása befolyásolta. Azoknak az anyáknak, akik a krízishelyzetben nem kaptak segítséget a gyermek 2 éves kora körül, a gyermekei hajlamosabbak voltak a kötődési zavarra. A szerzők a fenti faktorok kumulatív hatását mutatták ki az első 3 életév vonatkozásában.

Ezek az eredmények jól korrelálnak mások megfigyeléseivel, melyek szerint a stabilitásban bekövetkező zavar a biztonságos kötődés zavarát idézi elő (Egeland és mtsai 1984, Sroufe és mtsai 1999). Lewis és Feiring azt mutatták ki, hogy az egy éves korban

biztonságosan kötődő gyermekeknek csak 8%-a szenvedett hat éves korban pszichiátriai problémákban, míg a nem biztonságosan kötődők közül 27% (Lewis, Feiring, 1991).

Ugyanakkor voltak olyan vizsgálatok, melyek azt bizonyították, hogy olyan személyek is ki tudtak alakítani biztonságos kötődést felnőtt korukban, akik koherens módon számoltak be kedvezőtlen gyermekkori élményekről (Pearson és munkatársai, 1994), tehát van lehetőség a korrekcióra, abban az esetben is, ha a korai tapasztalatok során nem alakul ki biztonságos kötődés.

Ha a kötődés és a későbbi fejlődési irányok kapcsolatát vizsgáljuk, a legkézenfekvőbb a fejlődési pszichopatológia megközelítési módját alkalmazni. Ahogyan azt Péley Bernadette (2013) meghatározta: „a fejlődési pszichopatológia evolúciós szemléletű keretnek tekinthető, amelynek célja egy olyan interdiszciplináris tudományos terület kibontakoztatása, amely tisztázza és értelmezi a biológiai, pszichológiai és szociális-kontextuális tényezők és szintek közötti kölcsönhatást, és nem állapotokra, hanem folyamatokra fókuszál. A pszichopatológia nem rögzített állapot, mindig fejlődő szervezetekben alakul ki, adaptív erőfeszítések sorozatát takarja, így a fejlődési nézőpont érvényesítése alapvető…" (Péley, 2013. 4.)

Azt, hogy a kötődéselmélet hogyan alkalmas ennek a multidiszciplinaritásnak megfelelni, azt magyar nyelven Láng András és Nagy László (2013) foglalták össze. Ők három jelenségen keresztül mutatják be a két terület (fejlődési pszichopatológia és kötődéselmélet) egymásba fonódását. Az első ilyen jelenség a Bowlby (1973) által leírt vasúthálózat hasonlat, amely azt hivatott magyarázni, hogy hogyan lehetséges, hogy ugyanolyan pszichopatológiát különböző okok válthatnak ki, illetve, hogy ugyanolyan hatások miért váltanak ki más-más patológiát. Bowlby magyarázatként azt javasolja, hogy a fejlődési irányokat sínpárokként elképzelve ne egyetlen sínpárban gondolkodjunk, hanem azok szövevényes hálózatában, ahol ugyanabba a célba számos útvonalon el lehet érni, illetve ha egy útvonalon elindulunk, számos elágazás lehetséges, ahol az eredeti céltól eltérhetünk. A hasonlat segít megérteni azt, hogy bizonyos traumák ellenére miért alakulhat ki normális fejlődés (az elágazások után vissza lehet térni az eredeti útvonalra), de azt is, hogy minél több trauma ér egy egyént a fejlődése során, annál valószínűbb valamilyen patológia kialakulása (minél több elágazással térünk el a fő csapástól, annál nehezebb visszatérni oda).

A második jelenség, melynek bevezetését Láng és Nagy javasolják, a kötődési viselkedéses rendszer, melynek hangsúlyozzák a kapcsolati, kontextuális eredetét a vonásszerű felfogással szemben, mert a kötődés minősége mindenképpen a kapcsolathoz való alkalmazkodás eredményeként jön létre. Crittenden (2000) felnőtteknek kidolgozott terápiás módszerében hangsúlyozza, hogy a biztonságos kötődés sem mindig adaptív, és a nem biztonságos kötődést sem kell feltétlenül megszüntetni, hanem meg kell tanítani a klienseket arra, hogy különböző helyzetekben melyik a legmegfelelőbb.

A harmadik jelenség a kötődéssel kapcsolatos belső munkamodellek (Bowlby, 1973) figyelembevétele. Ezek a munkamodellek egy kapcsolatot feltételeznek a múltbéli és a jövőbeni kötődési mintázatok között. A kisgyermekek internalizálják az önmagukkal és a kötődési személyekkel kapcsolatos koncepciókat, melyek az önképre és önazonosságra alapozódnak, és ez meghatározza a későbbi kötődésüket (Sroufe, 1988; Thompson, 2006). A kialakult munkamodellek konzisztenciára törekednek, egy idő után automatikussá válik a működésük, és – ahogyan egyre több tapasztalatot gyűjt a gyermek, amely megerősíti ezen belső modellek lefutását – egyre stabilabbá válnak, el-

lenállnak a változásnak (Bowlby, 1973; Cobb, Davila, 2009). Azonban, ha rigiddé válnak ezek a struktúrák, akkor megakadályozhatják az olyan információk bejutását, melyek megingathatnák a tartalmukat, így viszont már akadályozzák az alkalmazkodást, és nem segítik.

A fenti három jelenségnek tehát alapvető szerepe van a kötődés és a későbbi fejlődés kapcsolatának megértésében.

A pszichopatológiai kórképek hátterében a legújabb megközelítés azonban nemcsak rizikófaktorokat keres, hanem a vulnerabilitás mellett bevezet egy új fogalmat, a rezilienciát, melyet Cichetti és munkatársai (2006) úgy határoznak meg, mint az alkalmazkodás és egy kompetens működésmód kialakításának képességét, kedvezőtlen hatások vagy traumatizáció ellenére. A reziliencia magában foglal egy sor protektív jellemzőt is, mint a koherencia érzése (Antonovsky, 1984), önbecsülés, hatékonyság, képesség érzés (self-efficacy), biztonságérzet, reményteljesség vagy a gondolkodási funkciók, amelyek hozzájárulnak a sikeres adaptációhoz és megküzdéshez (Rutter, 1985). Rutter (1999) a pszichoszociális kockázatokkal szembeni relatív ellenállásként határozta meg a fogalmat.

Kötődés és antiszocialitás, kriminalitás

Egy átfogó tanulmányban mely a korai agresszió és magatartás zavar kockázati faktorait vizsgálta, DeKlyen és Greenberg (2008) négy kockázati tényezőt mutattak be, melyek hatással vannak az agresszió, illetve a viselkedési problémák kifejlődésére. Ezek a gyermek biológiai adottságai (reaktív viselkedés, enyhe neurokognitív gyengeség), a korai kötődési kapcsolatok minősége (bizonytalan, dezorganizált kötődési minták), a szülői nevelői stratégiák (durva és hatástalan fegyelem, melegség hiánya) és a család szocioökonómiai státusza (alacsony erőforrások, alacsony szociális támogatás, magas stressz). Azt is megállapították, hogy ezek a tényezők jellemzően összeadódnak, vagy interakcióba lépnek egymással, így hozva létre az antiszociális zavarokat.

Voltak olyan longitudinális tanulmányok, amelyek csecsemőkortól vizsgálták a gyermekek és serdülők antiszociális viselkedésének előrejelzésére szolgáló mutatókat. A gyermekkori bántalmazást számos alkalommal hozták összefüggésbe az antiszociális viselkedéssel (Cohen, 2008). Aguilar és munkatársai (2000) azt írták le, hogy a korai életszakaszban elszenvedett bántalmazás előre jelezte az antiszociális viselkedésminták előfordulását 16 éves korban, azonban az anya-gyermek interakció, melyet 13 éves korban vizsgáltak, nem volt összefüggésben vele. Trentacosta és Shaw (2008) azt állapították meg, hogy az anya ellenséges és kontrolláló válaszai a gyermek nem teljesítésére előre jelezték a kisebb devianciák megjelenését 11 éves korban. Horwitz és munkatársai (2001) azt találták, hogy a szülői gondoskodás alacsony mértéke, melyet 16 évesek saját bevallásuk szerint értékeltek, összefüggésben állt az antiszociális személyiségzavar kialakulásával 22 éves korukban.

DeKlyen és Greenberg (2008) számos folyamatot írt le, amelyen keresztül a bizonytalan szülő-gyermek kötődési kapcsolatok befolyásolhatják az impulzív, agresszív viselkedésminták kifejlődését. Az egyik ilyen tényező a stressz jelenléte, amely a korai életszakaszban módosíthatja a noradrenalin, szerotonin és dopamin neurotranszmitter rendszereket, és elnyomhatja a hippocampális neurogenezist, olyan módon, mely kihathat a felnőttkorra, és befolyásolhatja az agresszív viselkedést is.

Egy másik tényező a gyermek kontrolláló/irányító viselkedésének kialakulása, amely a csecsemőkori dezorganizált kötődési stratégiákhoz köthető, és amely a szülő-

vel szemben is jelentkezik iskolás korban (Main, Cassidy, 1988). A kontrolláló viselkedés olyan kiegészítő módszer a gondozó figyelmének felhívására mely akkor lép működésbe, ha más adaptív kísérletek kudarcba fulladtak. Ennek a viselkedésformának két változatát figyelték meg: ellenőrző gondoskodó viselkedés, melyben a gyermeket szervező, vezető és a szülőt pozitívan támogató szerep jellemzi, és irányító büntető viselkedés, mely követelőző magatartási jellemzőket mutat a szülő felé.

A harmadik tényező, hogy a szülő elérhetetlen vagy megbízhatatlan reprezentációs modellje a kognitív fejlődés egy magasabb szintjén általánosodik a másokkal való kapcsolatokra is, és hozzájárul a negatív jellemzőkhöz, melyek kialakítják az agresszív gyermek interperszonális észlelését (Dodge és munkatársai, 1986).

Végezetül a bizonytalan kötődésű óvodásoknál nagyobb arányú engedetlenség figyelhető meg (Greenberg és munkatársai, 1993), amely jelenség potenciálisan hozzájárul egy olyan út kialakulásához, melyben az agresszív viselkedés egyre gyakoribbá válik, és amely során a szociális standardok, melyeket a szülő jelképez, nem integrálódnak a viselkedésben.

Két elmélet is született, amely meghatározza a kötődés és a bűnözés közötti kapcsolatot. Ezek a szociális ellenőrzés elmélet (Hirschi, 1969, idézik Hoeve és munkatársai, 2012) és a kötődéselmélet (Ainsworth, 1979; Bowlby, 1973).

Hirschi 1969-ben a kötődést „kapocsként" értelmezte, amely biztosíték arra, hogy a gyermek elfogadja a társadalmi normákat. Szerinte a deviáns viselkedés azokban a családokban lesz kevésbé valószínű, ahol szoros kötelékek vannak, mert a fiatalkorúak, akik erősen kötődnek a szüleikhez, sokkal inkább törődnek a normatív elvárásokkal, és ez visszatartja őket a devianciától. A kötődés minősége indirekt szülői kontrollként is funkcionál: a gyermek elfogadott viselkedése az erős szülő-gyermek kapcsolatok következményeképp jelenik meg. A deviáns viselkedés azonban gyakrabban fordul elő, ha a szülők felé gyengébb a kapocs.

A kötődés-elmélet ennek alternatívájaként azt mondja ki, hogy ha a szülő-gyermek kötődési kapcsolat csecsemőkorban zavart szenved, annak hosszú távú következményeként kialakulhat az egyénben a mások iránti törődés és ragaszkodás hiánya, illetve az agresszív vagy deviáns magatartásforma (Bowbly, 1973).

A kötődéselmélet, a normális és abnormális fejlődést is magában foglalja, a szülő-gyermek közötti kötődés hatásaira fókuszálva az egészséges fejlődés és a pszichopatológia tükrében, beleértve a fiatal kori devianciákat is (Sroufe és munkatársai, 1999), míg a kontrollelmélet az abnormális fejlődésre vonatkozik, és a bűnözői magatartást magyarázza a szociális ellenőrzés alapján. A két megközelítés különbségei ellenére biztonsággal feltételezhető, hogy a gyenge vagy zavart kötődés a bűnözés kockázatával összefüggésben van.

Számos korábbi meta-analízis fókuszált a problémás viselkedésű gyermekek és a bizonytalan kötődési kapcsolatok közötti összefüggésre. Például Van Ijzendoorn, Schuengel és Bakermans-Kranenburg (1999) 12 tanulmányt vizsgáltak meg szignifikáns kapcsolatot találva a dezorganizált kötődés és az externalizáló viselkedés között. Más kutatások szintén szignifikáns kapcsolatot fedeztek fel a kötődés bizonytalansága és az externalizáló viselkedés között 69 tanulmányban (Fearon és munkatársai, 2010).

A kötődés és a bűnözés közötti kapcsolat életkor szerinti változása nem tisztázott. Két egymással ellentétes hipotézis van a kötődés-bűnözés kapcsolatának változására. A statikus elmélet azt állítja, hogy a bűnözői viselkedésben beállt változások az egyén hajlama szerint történnek, és ezek az egyéni különbségek változatlanok az élet külön-

böző szakaszaiban (Ezell és Cohen 2005). Hirschi és Gottfredson (2001) vizsgálatai azt igazolták, hogy a bűnözés okainak megállapítása egy bizonyos életkorban, más életkorokban is azonosítja ezeket az okokat, így az átfogó, longitudinális elemzések a bűnözéssel kapcsolatban feleslegessé válnak. E szerint a hipotézis szerint a szülőkhöz való kapcsolat és a bűnözés közötti kapcsolat hasonló késő gyermekkorban, serdülőkorban és fiatal felnőttkorban is.

A dinamikus fejlődési elméletek ezzel szemben azt mondják ki, hogy lehetséges a változás. Sampson és Laub (2005) életkor szerinti szociális kontroll elmélete azt veti fel, hogy az életkörülményekben bekövetkező változások fordulópontokat hoznak létre az egyén bűnözői pályájában. Vizsgálatukban azt találták, hogy a bűnözői viselkedést gátolta a családhoz és iskolához fűződő kapcsolat mind gyermekkorban, mind serdülőkorban. Fiatal felnőttkorban a szociális kötődések a munkához vagy a házastárshoz olyan fordulópontot jelentenek, melyek befolyásolják a bűnözői pálya kimenetelét. A családi kötődések csökkennek a késői felnőttkorban, ahogy a fiatal felnőtt más szociális kapcsolatokat épít. Sampson és Laub azt állítják, hogy a kötődés-bűnözés kapcsolat gyermekkorban a legerősebb, és csökken a serdülőkor és a felnőttkor során.

A kötődés és a bűnözés kapcsolatának vizsgálatakor, különbségek jelenhetnek meg a szülő nemével összefüggésben is. Először is az anyák általánosságban több időt töltenek gyermekeikkel, ami erősebb kötődéshez vezethet (Dubas és Gerris, 2002). Másodszor vannak arra utaló eredmények, hogy a szülői kapcsolatok minőségükben is eltérnek (Videon, 2005). Habár az anyák és apák mind képesek az érzékeny reakcióra, az apák ezt az érzékenységet kevesebbszer gyakorolják (Lamb, 1982). Farrington és társai (2001) eredményei szerint az apa bántalmazó viselkedése megnöveli a bűnözői viselkedés előfordulását fiúk esetében. Hoeve és munkatársai (2012) hangsúlyozzák, hogy kevés tanulmány vizsgálta a kötődési kapcsolat minőségét külön az apa és az anya esetében a bűnözéssel összefüggésben, és sem a kontrollelmélet, sem a kötődéselmélet képviselői nem tisztázták teljesen az apai kötődés hatásait.

Vannak olyan elméletek, amelyek szerint a kötődés és a szülői kontroll, a szabályok lefektetése és a szigorúság kombinációja nagyobb hatással van a gyermek viselkedésére, mint a szülő-gyermek kötődés önmagában. Hoeve és munkatársai (2012) meta-analízises vizsgálatukkal arra a megállapításra jutottak, hogy mérsékelt kapcsolat van a nevelés és a bűnözés között. Szerintük a kötődés fontosabb fiatalabb életkorban, míg a szülői kontroll fontos kockázati tényező későbbi életkorokban, mivel a kötődés-bűnözés kapcsolat gyengülni kezdett az idő előrehaladtával, amíg a szülői kontroll-bűnözés kapcsolat nem változott az életkorral (Hoeve és munkatársai, 2012).

Forgatch és munkatársai (2005) kidolgozták az Oregon Modellt, amely egy átfogó elmélet, mely a kötődésen kívül más, közvetítő tényezők szerepét is figyelembe vette a felnőttkori kriminalitás kialakulásában.

Patterson és munkatársai (2000) egy húsz évig tartó utánkövetéses vizsgálat során arra a megállapításra jutottak, hogy a deviancia megjelenése és az azt befolyásoló tényezők az életkor előrehaladtával változnak. A kriminalitás kialakulásában ők három szakaszt különböztettek meg a születéstől a felnőtt korig. Leírásuk szerint ahhoz, hogy az első szakaszban jelentkező antiszociális viselkedésből komoly serdülőkori problémák, bűnözői magatartás (második szakasz) és felnőttkori kriminalitás (harmadik szakasz) alakuljon ki, számos tényezőnek kell összejátszania, melyek közül a legfontosabbak a szülői gondoskodás zavart volta és a deviáns kortárs csoport hatása. Az Oregon Modellben (Forgatch és munkatársai, 2005) abból indulnak ki, hogy a környezeti

rizikófaktorok megzavarhatják a gyermek legfontosabb interperszonális kapcsolatainak alakulását (például a szülőkkel, tanárokkal, kortársakkal). A kapcsolatok zavart volta megnöveli a nyílt antiszociális viselkedés megjelenésének esélyét. Például, ha egy életesemény kapcsán engedetlen viselkedés alakul ki, annak már pár hónapnyi fennállása elég ahhoz, hogy tanulmányi romlás következzen be. A romlás következtében a gyermektől elfordulnak a nem deviáns kortársak, így megnő a deviáns kortársakkal töltött idő, amely drámaian megnöveli a bűnözői viselkedés előfordulási gyakoriságát (Patterson, Yoerger, 2002). Szintén Patterson és Yoerger (2002) vizsgálatai mutattak rá arra, hogy a családból hozott antiszociális minta és a deviáns kortársakhoz való korai csatlakozás megnöveli a 14 éves kor előtti letartóztatás esélyét, amely tényező pedig a legegyenesebb út a kriminalitáshoz. A családon belüli folyamatok közül a kényszerítés és a negatív megerősítés azok a tényezők, amelyek leggyakrabban az antiszociális viselkedéshez vezetnek (Forgatch és munkatársai, 2005).

DeGarmo és Forgatch (2005) a beavatkozási lehetőségeket vizsgálva azt találta, hogy ha sikerül a szülői gondoskodáson javítani, az viszont proszociális viselkedést indít be, és csökken a deviáns kortárs kapcsolatok esélye. 9 éves utánkövetéses vizsgálatukban leírták, hogy vannak olyan nevelői technikák, melyek a proszociális és a deviáns fejlődés beindításában játszanak szerepet. Minél korábban kap a szülő abban segítséget, hogy a pozitív folyamatokat erősítse, annál hatékonyabb a beavatkozás. Másik eredményük az, hogy bár a deviáns kortársakkal való barátkozás előrejelzője lehet az antiszociális fejlődésnek, de önmagában nem elégséges annak kialakulásához.

Hodges és Tizard (1989) átmeneti nevelésben részesült gyermekek utánkövetéses vizsgálata során azt találta, hogy a fiatal felnőtt korban mutatkozó antiszociális viselkedés sokkal inkább kapcsolatban állt a serdülőkori és a jelen szociális kapcsolatok alakulásával, mint a kisgyermekkori történésekkel. Ugyanakkor azt is kimutatták, hogy ezeknek a gyermekeknek felnövekedésük után mindenképpen szegényesebb volt a kapcsolatrendszere, mint a kontrollcsoportnak.

A fentebb idézett szakirodalmak áttekintése alapján tehát kimondhatjuk, hogy a fontos személyekkel kialakított kapcsolatoknak szerepük van abban, hogy kialakul-e kriminalitás egy személynél vagy sem. A kora gyermekkori kötődés milyensége befolyásolja a későbbi kapcsolatok alakulását, de a serdülőkorban vagy fiatal felnőtt korban kialakított szelektív és intenzív kötődésnek védő szerepe van a deviáns fejlődés, így a kriminalitás tekintetében is. Ezek az eredmények arra engednek következtetni, hogy ha egy gyermek korai sérüléseket szenvedett el a kötődés terén, akkor a későbbiekben veszélyeztetett a kriminalitás szempontjából, de ezt a későbbi életkorban kialakított megtartó kapcsolatok ellensúlyozhatják.

FELHASZNÁLT IRODALOM

Aguilar, B., Sroufe, L.A., Egeland, B., Carlson, E. (2000): Distinguishing the early-onset/persistent and adolescence onset antisocial behavior types. From birth to 16 years. *Develpoment and Psychopatology, 12*, 109–132.

Ainsworth, M. D. S. (1969): Maternal Sensitivity Scales. The Baltimore longitudinal project. Letöltve: http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/measures/content/maternal%20sensitivity%20scales.pdf. (letöltés dátuma: 2015. 06. 09.)

Ainsworth, M. D. S. (1984, April): *Adaptation and attachment.* Paper presented at the meeting of the International Conference on Infant Studies, New York.

Antonovsky, A. (1984): A call for a new question – salutogenesis – and a proposed answe – the sense of coherence. *Journal of Preventive Psychiatry,* 2, 1–13.

Belsky, J., Fearon, R. M. (2002): Early attachment security, subsequent maternal sensitivity, and later child development: Does continuity in development depend upon continuity of caregiving? *Attachment and Human Development,* 4, 361–387.

Belsky, J., Steinberg, L., Draper, P. (1991): Childhood experience, interpersonal development, and reproductive strategy: An evolutionary theory of socialization. *Child Development,* 62, 647–670.

Bowlby, J. (1973): *Attachment and Loss: Volume II: Separation, Anxiety and Anger.* The International Psycho-AnalyticalLibrary, 95, 1–429. The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis, London.

Chisholm, J. S. (1999): *Death, hope and sex: Steps to an evolutionary ecology of mind and morality.* Cambridge University Press, New York.

Cichetti, D., Cohen, D. J. (Eds) (2006): *Developmental Psychopatology. Volume One: Theory and Method; Volume Three: Risk, Disorder and Adaptation.* John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, NJ.

Cobb, R. J., Davila, J. (2009): Internal working models and change. In: Obegi, J. H. & Berant, E. (Eds.): *Attachment Theory and Research in Clinical Work.* Guilford Press, New York, London.

Cohen, P. (2008): Child development and personality disorder. *Psychiatric Clinics of Nort America, 31*, 477–493.

Crittenden, P. M. (2000): A Dynamic-Maturational Approach to Continuity and Change in Pattern of Attachment. In: P. M . Crittenden and A. H. Claussen (Eds.): *The Organization of Attachment Relationships- Maturation, Culture, and Context.* Cambridge University Press, Cambridge, 358–383.

DeGarmo, D. S., Forgatch, M. S. (2005): Early development of delinquency within divorced families: Evaluatingarandomizedpreventiveinterventiontrial. *Developmental Science,* 8, 229–239.

De Klyen, M., Grrenberg, M. T. (2008): Attachment and psychopatology in childhood. In: J. Cassidy, P. Shaver (Eds.): *Handbook of Attachment. Theory, research and Clinical Applications. Second Edition.* The Guilford Press, New York, London, 637–655.

Dodge, K. A, Petit, G. M., McClasky, C. M., Brown, M. (1986): Social competence in children: Monographs of the Society for Research. *Child Development, 51 (2)* serial No. 213.

Dubas, J. S., Gerris, J. R. M. (2002): Longitudinal changes in the time parents spend in activities with their adolescent children as a function of child age, pubertal status and gender. *Journal of Family Psychology, 16(4),* 415–426.

Egeland, B., Farber, E. A. (1984): Infant-mother attachment: Factors related to its development and changes overtime. *Child Development,* 55, 753–771.

Ezell, M. E., Cohen, L. E. (2005): *Desisting from crime: Continuity and change in long-term crime patterns of serious chronic offenders.* Oxford University Press, New York.

Farrington, D. P., Jolliffe, D., Loeber, R., Stouthamer-Loeber, M., Kalb, L. M. (2001): The concentration of offenders in families, and family criminality in the prediction of boys' delinquency. *Journal of Adolescence, 24(5),* 579–596.

Fearon, R. P., Bakermans-Kranenburg, M. J., IJzendoorn, a M. H. v, Lapsley, A.-M., Roisman, G. I. (2010): The significance of insecure attachment and disorganization in the development of children's externalizing behavior: a meta-analytic study. *Child Development, 81(2),* 435–456.

Forgatch, M. S., Patterson, G. R., Degarmo, D. S., Beldavs, Z. G. (2005): Testing the Oregon delinquency model with 9-year follow-up of the Oregon Divorce Study. *Development and Psychopatology, 21(2),* 637–660.

Greenberg, M. T., Speltz, M. L., DeKlyen, M. (1993): The role of attachment in the early development of disruptive behavior problems. *Development and Psychopatology, 5,* 191–213.

Hirschi, T., Gottfredson, M. R. (2001): Control theory and the lifecourse perspective. In: A. Piquero, P. Mazerolle (Eds.): *Lifecourse criminology: Contemporary and classic readings.* Wadsworth, Toronto, 229–241.

Hodges, J., Tizard, B. (1989): Social and family relationship of ex-institutional adolescents. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 30*. 77–97.

Hoeve, M., Stams, G. J. J. M., van der Put, C. E. & Dubas, J. S., van der Laan, P. H., Gerris, J. R. M. (2012): A Meta-analysis of Attachment to Parents and Delinquency. *J Abnorm Child Psychol, 40.* 771–785.

Horwitz, A.V., Widon, C. S., McLaughlin, J., White, H. R. (2001): The impact of childhood abuse and neglect on adult mental health: A prospective study. *Journal of Health and Social Behavior, 42,* 184–201.

Lamb, M. E. (1982): Paternal influences on early socio-emotional development. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 23,* 185–190.

Láng, A., Nagy, L. (2013): Kötődéselmélet és fejlődési patológia – Szemlélet, modellek, közvetítő mechanizmusok. *Magyar Pszichológiai Szemle, 68.1.,* 23–37.

Lewis, M., Feiring, C. (1991): Attachment as personal characteristic or a measure of environment. In: Gewirtz JL, Kurtines (eds.): *Intersections with attachment.* Lawrence Erlbaum, New York, 3–19.

Main, M., Cassidy, J. (1988): Categories of response to reunion with the parent at age six: Predictable from infant attachment classifications and stable over a 1-month period. *Developmental Psychology, 24,* 415–426.

Patterson, G. R., Dishion, T. J., Yoerger, K. (2000): Adolescent growth in new forms of problem behavior: Macro- and micro-peer dynamics. *Prevention Science, 1,* 3–13.

Patterson, G. R., Yoerger, K. (2002): A developmental model for early- and late-onset delinquency. In: J. B. Reid, G. R. Patterson, J. J. Snyder (Eds.): *Antisocial behavior in children and adolescents: A developmental analysis and model for intervention.* American Psychological Association, Washington, DC, 147–172.

Pearson, J. L., Cohn, D. A., Cowan, P. A., Cowan, C. P. (1994): Earned- and continuous-security in adult attachment: Relation to depressive symptomatology and parenting style. *Development and Psychopathology, 6,* 359–373.

Péley, B. (2013): Pszichopatológia és fejlődés. Diagnózis és terápia fejlődési pszichopatológiai nézőpontból. In: B. Péley (szerk.): *Pszichopatológia és fejlődés.* Akadémiai Kiadó, Budapest, 3–6.

Rutter, M. (1985): Resilience int he face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder'. *British Journal of Psychiatry, 147*, 598–611.

Rutter, M. (1999): Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy, 21,* 119–144.

Sampson, R. J., Laub, J. H. (2005): A general age-graded theory of crime: Lessons learned and the future of life-course criminology. In: D. P. Farrington (Ed.): *Integrated developmental and life course theories of offending (Vol. 14).* Transaction Publishers, Piscataway.

Sroufe, L. A. (1988): The role of infant– caregiver attachment in development. In: J. Belsky, T. Nezworski (Eds.): *Clinical implications of attachment.* Erlbaum, Hillsdale, NJ 18–38.

Sroufe, L. A., Carlson, E. A., Levy, A. K., Egeland, B. (1999): Implications of attachment theory for developmental psychopathology. *Development and Psychopathology, 11,* 1 –13.

Thompson, R. A. (2006): The development of the person: Social understanding, relationships, self, conscience. In: W. Damon, R. M. Lerner (Series Eds.) and N. Eisenberg (Vol. Ed.): *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development.* (6th ed.) Wiley, Hoboken, NJ, 24–98.

Trentacosta, C., Shaw, D. (2008): Maternal predictors of rejecting parenting and early adolescent antisocial behavior. *Journal of Abnormal Child Psychology, 36,* 247–259.

Van IJzendoorn, M. H., Schuengel, C., Bakermans-Kranenburg, M. J. (1999): Disorganized attachment in early childhood: metaanalysis of precursors, concomitants, and sequelae. *Development and Psychopathology, 11,* 225–249.

Videon, T. M. (2005): Parent-child relations and children's psychological well-being: do dads matter? *Journal of Family Issues, 26(1),* 55–78.

Lelki egészségvédelem a megváltozott munkaképességű fiatalok munkaerőpiaci integrációjában

HEGYI-TÓTH ERIKA

Bevezetés

Az Európai Unió általános foglalkoztatási vezérelveinek is köszönhetően hangsúlyossá vált a megváltozott munkaképességű emberek nyílt munkaerőpiaci integrációja hazánkban is. Nagy számban születnek olyan pályázatok, amelyek valamilyen kísérletező formában az ő foglalkoztatásukat célozzák, mentori programmal, képzésekkel támogatva (Török, 2010).

Ugyanakkor kérdéses, hogy a megváltozott munkaképességű emberek milyen gazdag pályaismerettel rendelkeznek, miképpen az is, hogy a velük dolgozó segítők (pszichológusok, szociális munkások, pedagógusok, gyógypedagógusok, egészségfejlesztők, mentálhigiénikusok, illetve a jövendő munkaadók) milyen szaktudással bírnak speciális pályaorientációjukkal, mentálhigiénés segítésükkel kapcsolatban, s ezen keresztül milyen hatékonysággal tud megvalósulni munkaerőpiaci integrációjuk (Benkő, Lippai, 2001; 2002., Benkő, 2011).

Jogszabályi változások következtében nagy számban kerülnek emberek rokkantból, megváltozott munkaképességű kategóriába (2011. évi CXCI. törvény), de az a tapasztalatom, sokaknak nehéz áthidalni a kifejezésben rejlő szemléleti változást és ezzel szemben egészségi állapotuk fennmaradó változatlanságát vagy épp romlását (http:// net.jogtar.hu; www.ksh.hu).

Mindez igénybe veszi megküzdési készségeiket, nagyfokú stresszt („megmérettetést") jelentenek a vizsgálatok, szűrések (Selye, 1964). Gyakran krízisbe sodródnak a rehabilitációs szakigazgatási szerv határozata kapcsán, amely mentén előtérbe kerül a család óvó, megtartó funkciója – ha van.

Különösen izgalmas, hogyan jelenik meg a pályaválasztási döntés és a munkaerőpiaci integráció a megváltozott munkaképességű fiataloknál, és döntésüknek mi a mentálhigiénés kontextusa.

A megváltozott munkaképesség

Megváltozott munkaképességűek jelenleg mindazok a személyek, akik vagy fogyatékkal, vagy egészségkárosodással rendelkeznek, s erről a rehabilitációs szakigazgatási szerv által kiállított határozatuk is van. E határozatban – mely orvosok, szociális munkások, egyéb munkaerőpiaci szakértők bevonásával született – szerepel annak megállapítása, hogy milyen mértékben maradt munkaképes a vizsgált személy a szerzett vagy veleszületett hiányosság vagy károsodás ellenére (Tatosné, 2008). Ez a definíció szemléletében jelentősen eltér a korábbi negatív előjelű megközelítéstől, ahol arra fókuszáltak az állapotfelmérés során, hogy a vizsgált személy rokkantsága milyen fokú.

Az értelmezésbeli különbség a foglalkoztatás szempontjából is fontos következményekkel jár. Aki megváltozott munkaképességű, az képes munkát végezni, és ennek mentén integrálható, és integrálandó a társadalom szövetébe, nem pedig egy lyuk

azon, ami a rokkantsága miatt felesleges, funkciótlan, beteg vagy gyerekszerepbe kényszerített, „ellátandó".

Bármennyire is befolyásolja a munkaerőpiaci integrációt fogyatékosságuk, minőségileg ugyanolyan munkavállalók, mint egészséges társaik, csak épp meg kell találni azt a területet, amelyre alkalmasak (Bánfalvy, 2012).

Ugyanakkor attól, hogy valaki a pozitívabb hangvételű megváltozott munkaképességű címkét kapja a rosszul csengő rokkant helyett, még nem kap munkát is. Sőt, mivel a korábban rokkant minősítést kapott emberek rehabilitálandó kategóriába kerültek, nagyon hamar szembesülniük kellett egy újabb stigmával (Goffman, 1980). Ez a stigmatizált állapot a munkanélküliség. Bár belső, egészségállapotban beállt változással nem jár a címke változása, újabb megküzdés elé állítja a különféle vizsgálatoknak egyébként is kitett és azokban megfáradt megváltozott munkaképességű személyeket.

Mindemellett, aki megváltozott munkaképességet kapott (legalábbis névként), de munkát ezzel még nem, szükséges, hogy olyan szolgáltatásokban is részesüljön, mint a nem megváltozott munkaképességűeknek is elérhető pszichológiai és pályatanácsadás, munkavállalási tanácsadás, és részesüljön a fent említett pályázatok révén akár személyre szabott munkaközvetítésben is (Török, 2010).

A pályázati program (TÁMOP 1.4.3. Pályára lépünk! Megváltozott munkaképességű és pályakezdő fiatalok munkaerőpiaci integrációját segítő innováció) – amiben az egyéni tanácsadásokat, a pályaválasztási, pályaadaptációs és karrier tanácsadásokat végeztem –, pályakezdő fiatalokra íródott ki, közöttük integrációs céllal ugyanolyan helyzetben lévő pályakezdő munkanélküli, de a helyzethez társultan még megváltozott munkaképességgel is rendelkező fiatalokkal. Az elméleti áttekintés főbb pontjai is a munkanélküliség, a pályakezdés és ennek lelki egészségre gyakorolt hatásai körül szerveződnek. E fogalmak köré csoportosulva vázolom a munkanélküliség deprivációs elméleteit, valamint az egészség-betegség dimenzióit a munkanélküliség kapcsán.

Munka mint vitamin?

A munkanélküliséggel való megküzdés gyakran már krízisközeli, annak megágyazott helyzetben találja a megváltozott munkaképességű fiatalokat. Túl vannak számos műtéten, vizsgálaton, esetleg traumán, megtapasztalták, milyen másnak lenni, mint az átlag, sokaknak a szegregációról is bőven van tapasztalatuk. A betegszerep (Sontag, 1980), az igénybe vett megküzdési készségek (Selye, 1964) mind krízisre hajlamosító tényezők lehetnek, de a személyiségbeli jellemzők mindezeken túl nagyban befolyásolják, hogyan is érinti ez az új állapot a fiatalt (Hajduska, 2008).

Mit jelent számukra a munkanélküliség, mit veszítenek, és mivel kell szembenézniük? Mit jelent a munka megléte a személy számára? A válasz részben a munkanélküliség deprivációs elméleteiben rejlik.

Egyes elméletek, mint Fryer cselekvési esélytelenség elmélete is, a manifeszt anyagi deprivációt hangsúlyozzák a munkanélküliség megélésében. Az egzisztenciális fenyegetettség olyan visszahúzó erőket mozdít meg a munkanélküli életében, melyek végső soron a viselkedésben, a cselekvésben is gátoltsághoz vezetnek (Székely, 2000).

Jahoda funkcionális modelljében a manifeszt anyagi helyett látens veszteségeket tart meghatározónak. Az egyén a munkanélküliséggel az idő strukturáltságát, közös élményeket, az alkotás örömét, az identitás és a státusz forrását, összességében a lelki egészség megtartásához szükséges látens tényezőket veszíti. E megközelítés szerint a

feleslegesség érzése, a funkció nélküliség az, amely a munkanélküliségben terheli az egyént (Jahoda, 1979, idézi Székely, 2000).

A mentális egészség és a munkanélküliség kapcsolatát vizsgálva Warr a vitaminokhoz hasonlítja a munkával együtt járó környezeti tényezőket. Helyes arányuk egészséghez, túladagolásuk vagy – munkanélküliség esetében – hiányuk hajlamosít a testi vagy lelki betegségekre (Warr, 1978).

A munkanélküliség olyan egyensúlyvesztett állapot, melyben a lelki egészség megőrzéséhez szükséges környezeti tényezők aránya felborul, némelyik meg is szűnik létezni. Ezek a tényezők a pénz, a fizikai biztonság, az értékes társadalmi pozíció, a kitűzött célok, a változatosság, a környezet bejósolhatósága, az ellenőrzés, a képességek használata, a társas kapcsolatok.

Tajfel az identitás és csoport-hovatartozás oldaláról közelítette meg a munkanélküliség fogalmát, arra hegyezve ki elgondolását, hogy a munkanélküliség a korábbi referenciapontokat támadja, így rendítve meg az ebben az állapotban szenvedő egyént (Tajfel, 1978). Elveszíti addigi munkakörnyezetét, támpontjait a társas kapcsolatokban. A család átmeneti toleranciáját is többnyire hamar követi a munkanélkülit körülvevő család rendszerszintű átalakulása, változik a munkanélküli szerepének családon belüli megítélése is.

A munkanélküliek stigmatizálása és az alapvető attribúciós hiba szintén olyan jellegzetes szociálpszichológiai jelenségek, amelyek nemcsak a tartósan munkanélkülieket, hanem a fiatal pályakezdőket is érintik. Az interjúk során többen számoltak be a munkanélküliség általi megbélyegzettségről, illetve arról, hogy közvetlen környezetük őket teszi felelőssé, kéri számon a felmerült élethelyzettel kapcsolatban. „Nem kap munkát, mert túl nagy elvárásai vannak. Nem kap munkát, mert nem keres eléggé. Ő tehet róla."

Mindez tovább taszítja a fiatal pályakezdőket a lejtőn lefelé, benntartva őket a származási család most már nem olyan feltétel nélküli ölelésében.

Tekintve, hogy a foglalkozási szerepek más szerepek fejlődését is maguk után vonják, ez a jelenség különösen kártékony lehet a későbbiekben a párkeresésben, elköteleződésben, oka lehet a családalapítás és a leválás kitolódásának (Vikár,1980).

A munkanélküliség összefoglalva olyan stresszfaktorokat foglal magában, melyek hosszú távon egészségi állapotromláshoz vezethetnek, testi és lelki értelemben egyaránt. Ezt pedig különösen fontos szem előtt tartanunk eleve egészségkárosodott és fogyatékos fiatalok pálya- és karrier tanácsadása esetében.

A munkanélküliség és betegségszerep

A munkanélküliség esetében is, hasonlóan a betegszerephez (Sontag, 1980) – főleg, ha az állapotukhoz való viszonyulásban domináns a külső kontroll, a kívülálló tényezők (rossz főnök, tanárok, politika stb.) általi meghatározottság hite –, társulhatnak bizonyos másodlagos előnyök. Ilyen a munkanélküliség kezdetén jelentkező fokozott társas támogatás (sajnálat a munkát vesztett személy felé) és állandó feladatok felelőssége alóli mentesülés.

Ugyanakkor hamarosan új szerepüzenetek és szerepelvárások fogalmazódnak meg a munkanélküli személy felé, amelyek felmutatott sikerek nélkül könnyen a tehetetlenség és passzivitás állapotába húzzák, s a felmerülő szerepveszteségek fájdalmát tovább fokozzák.

Munkanélküliség és stressz

A munkanélküliség egészséges emberek számára is tartós stressz, mely az egyensúlyi állapot gyors (olykor tartós) felborulásával jár. Megváltozott munkaképességű emberekre különösen jellemző, hogy állapotukat befolyásolja a munka megléte vagy hiánya. A munkanélküliség distressz (Selye, 1964), mely a megváltozott munkaképességű fiatalok amúgy is igénybe vett megküzdési készségeit, a személy alkalmazkodási kapacitását maximálisan igénybe veszi, kellő odafigyelés és támogatás nélkül könnyen vezet további állapotromláshoz.

A munkanélküliség az egzisztenciális fenyegetettség mellett olyan lelki és szociális veszteségekkel jár, melyek növelik a folyamatos kudarcélmények kialakulásának esélyét. A külső körülményektől meghatározott és a kiszolgáltatott állapotból adódó választási kényszer hatása alatt a pozitív jövőkép kialakítása nehezített. A munkanélküliség elhúzódása gyakran tovább tetézi pszichoszomatikus tünetekkel a már meglévő alapbetegséget vagy fogyatékosságot. Nő az alkalmazkodási zavarok valószínűsége (Hajduska, 2008).

A stresszreakció lefolyásában nemcsak fiziológiai szinten, hanem a külvilág társas ingereire adott kognitív válaszban is változást idéz elő.

A munkanélküliség mint krízis esetében a gondolkodás és a percepció könnyen beszűkül a sikeres próbálkozások elmaradásával (Hajduska, 2008). E beszűkülés mértéke is befolyásolja a megküzdést, így előnyben vannak a munkaerőpiaci integrációban azok a fiatalok, akiknél a megoldáskeresés dominál a helyzet bizonytalanságával szemben.

Munkanélküliség és tárgyvesztés

A munkanélküliséget kísérő érzelmi reakciók összességében a Kübler-Ross által leírt gyász folyamatjellemzőit mutatják: tagadás, düh, alkudozás, szorongás, bűntudat, ellenségesség, depresszív hangulat, beletörődés egyaránt megjelenhetnek (Verena Kast, 1999; Kübler Ross, 1988).

A munkanélküliség önmagában is veszteség, a fent említett látens és manifeszt tényezők miatti „gyász". A pszichikus egyensúly felborul, fontos szociális kötelékek szűnnek meg a munkanélküliséggel.

A krízisre és gyászra egyaránt jellemző figyelmi beszűküléssel, impulzivitással, fokozott szorongással jár, s újfent elmondható, hogy a vele való megküzdésben kimeríthető a személy erőtartalékait.

Munkanélküliség és fiatal felnőttkor

A munkához való jellemző attitűd, a munkavállalói szerep kialakulása a serdülőkor végére vagy az ifjúkor elejére tehető. Ennek az életkornak a sajátossága az érett szexualitás kibontása és a társ megtalálása. Feladat a párválasztás és elköteleződés mellett a pályaválasztási döntés meghozatala is. Kialakul a felnőtt társadalmi szerep, optimális esetben előtérbe kerül a másokért érzett felelősségtudat. Ennek hiányában zavar marad az én-integrációban (Vikár, 1980).

A munka megléte vagy hiánya az önbecsülés és önazonosság sarokköve. Aki munkában van, tartozik valahová, valakihez, kialakult pszicho-szociális státusza van, mely alapja az önmagához és másokhoz való viszonyulásnak (Tajfel, 1978).

Munkanélküliség, krízis és fejlődési feladatok

Erikson pszichoszociális kríziselmélete értelmében az emberi életpálya természetes velejárója, hogy adott fejlődési stádiumban olyan fejlődési feladatok megoldása szükséges, melyek érzékelhető stresszel járnak, igénybe veszik a személy megküzdési potenciálját, és változást indikálnak. A fejlődési krízis mellett a megváltozott munkaképességű fiatalokat akcidentális krízisek is érinthetik (például kapcsolati veszteség), de maga a munkanélküliség, a biztos intézményes háttér (iskola, kollégium, társak) elvesztése is tovább sodorhatja őket a krízisállapot szakaszaiban. Jacobson krízismátrix elmélete szerint a többszörös érzelmi fenyegetettség, a fejlődési és akcidentális feladatok egymásra vetülése sebezhetőbbé tesz a krízis kialakulása szempontjából (Hajduska, 2008).

A pszichoszociális fejlődés elmélet szerint a munkaképes korú fiatal felnőttek életfeladatai az intimitás vagy izoláció pólusai között feszülnek, ennek sikeres megoldása után léphetnek át az érett felnőttkorba, ahol már a termékenység és stagnálás végpontjai határozzák meg életüket. Amennyiben a munkanélküliség a fiatal felnőttkorban közvetlenül az iskola befejezése után jelentkezik, fennáll a veszélye annak, hogy a fiatal izolálódik, nem képes kialakítani sem párkapcsolatot, sem stabil munkához való viszonyt. Könnyen lemarad a serkentő társas hatásoktól. Megváltozott munkaképességű fiataloknál ez a veszély fokozottan jelentkezik.

A fejlesztésüket szívükön viselő pedagógusok arról számolnak be rendre, hogy az iskolából kimaradó fogyatékossággal élő fiatalok egy idő után leépülnek, a család megtartó ereje nem képes kompenzálni a fejlődésre serkentő ingerek hiányát.

A munkanélküliség különösen nagy kihívást jelent ebben az életkori szakaszban. Ha nem volt megfelelő a szerzett betegség vagy baleset okozta krízishelyzet miatti megküzdés, kompromisszumos megoldások születtek a helyzet kezelésére, könnyen lobbanhat krízisbe, ami addig csak enyhe halmozódás volt.

A megváltozott munkaképességű fiatalok tehát fokozottan kitettek a munkanélküliség mint jelenség több szinten megjelenő veszteségélményének. Érinti őket a gyász, a burn-out, a stigmatizálás, akcidentális krízisek. Túl azon, hogy saját állapotuk megváltozását is fel kell dolgozniuk, elaborálniuk kell a környezet rájuk nehezedő nyomását a foglalkoztatásukat illetően. Számos korlát merül föl ugyanakkor a pályaválasztásukban, amelyek szűkítik lehetőségeiket. Ilyenek a testi és pszichés sérültség miatti hátrány, a korábbi traumatizáltság, a reális önismeret és a neurotikus beállítódás vagy a túlzott szülői befolyás miatti döntésképtelenség (Kiss, 2004).

Kérdések

Tanulmányomban azt a kérdést vizsgálom, milyen mértékben szabják meg a fentiek munkaerőpiaci integrációjukat, és milyen egészségvédő faktorokat kell figyelembe vennünk hatékony segítésükkor.

Konkrétabban:

- Hogyan hat a fogyatékossággal és egészségkárosodással együtt járó betegszerep a pályaválasztásra?
- Akadályozza, szűkíti vagy a sikeres megküzdési technikáknak köszönhetően „személyre szabja”, pontosítja a lehetséges, választható szakmák körét?

- Mennyiben hozza, tartja a megváltozott munkaképességű fiatalokat a család „akadálymentesítő" háttere gyermeki pozícióban, gátolva őket a leválásban és az önálló döntések meghozatalában?
- Mennyire képesek pályaválasztásukban önálló döntések meghozatalára, illetve a munkahelyről alkotott elképzeléseik mennyiben térnek el egy átlagos pályakezdő fiatalétól?
- A családon belüli válásnak van-e szerepe a pályaválasztási döntésben?
- Sejthető-e összefüggés a pályaválasztási döntés és a munkába lépés kitolása, valamint az előtörténetben megjelenő válás, szülőkkel kapcsolatos lojalitáskonfliktus között?
- Krízisként jelenik-e meg a megváltozott munkaképességű fiataloknál a pályaválasztás és munkába lépés mint a szülőkről való leválás egy lehetséges állomása?
- A pályakezdő munkanélküliség és megváltozott munkaképesség hogyan függ össze esetükben?
- Mennyiben sikeres a munkaerőpiaci integrációban a kortárssegítés mint a segítés és a munkahelyi beválás lehetséges eszköze?

Mivel nemcsak egyéni tanácsadásokra, hanem a pályázatban vállalt kompetenciafejlesztés révén csoportos tanácsadásra is sor került, a tréningtapasztalatokat, az ott tett megfigyeléseket is illesztem egy-egy eset bemutatásához. Vizsgálom, melyek azok a pozitív, egészségmegőrző eszközök, amelyeket a velük való munkában alkalmazhatunk.

Módszer

A fenti kérdések megválaszolása érdekében egy TÁMOP pályázatban szereplő (TÁMOP 1.4.3. Pályára lépünk! Megváltozott munkaképességű és pályakezdő fiatalok munkaerőpiaci integrációját segítő innováció), megváltozott munkaképességű pályakezdők foglalkoztatására fókuszáló program alanyaival folytattam pályaorientációs és egyéni tanácsadásokat a fél éves kompetenciafejlesztő program alatt. Esetek elemzéséből szűröm le a megváltozott munkaképességűekkel való pályaorientációs munka speciális jellemzőit.

Az esetvezetések kontextusa: az integratív munkaerőpiaci program

A kliensek a tanácsadásokat megelőzően már átestek egy kiválasztási folyamaton, mely a programba való illeszkedésüket és pályaalkalmasságukat vizsgálta. A pályaalkalmasság felmérésére azért volt szükség, mert előzetesen helyi cégekkel is felvették a munkatársaim a kapcsolatot, s a program az általuk megjelölt munkakörök betöltésére szakképesítést is nyújtott a fiataloknak. Az egyéni munkahelyi beválás sikerességéhez azonban szükséges volt annak tudatosítása, hogy az adott fiatal rendelkezik-e a belépés pillanatában a munkakör betöltéséhez szükség alapvető kompetenciákkal.

A nyílt munkaerőpiaci integrációjukat segítő innovatív program keretében mentor és pszichológus nyújtott számukra támogatást, ugyanakkor a kezdetektől hangsúlyos a kortárssegítés általi integráció is.

Elsődleges célunk volt, hogy a fél éves kompetenciafejlesztés (szociális és vállalkozói kompetenciák, önismeret, konfliktuskezelés, stressz menedzsment) eredményeként ne csak sikeresen munkába kerüljenek, hanem hosszú távon ott is maradjanak.

A programba lépés kezdetén a fiatalok a pályázat kritériumait szem előtt tartva (életkor, pályakezdő álláskeresés, megváltozott munkaképesség) formai szűrésen estek át. Ezt követte, a szempontoknak való megfelelés esetén, az első interjú, mely egy félig strukturált interjúív alapján történt. Az előre összegyűjtött kérdések főleg preferenciáikra, pályájukról, munkaszerepeikről, munkakörnyezetükről alkotott elképzeléseikre irányult, de magában foglalta a szabadidős és rekreációs tevékenységeikre vonatkozó kérdéseket és a családi háttér feltérképezését is. Azon túl, hogy ezek az információk orientáltak minket a szakmával és munkával kapcsolatos elképzeléseik kiforrottságával kapcsolatban, lehetőséget adtak arra is, hogy erőforrásaikat, megküzdési készségeiket is bejósoljuk. Arra is alkalmunk nyílt, hogy a pályaválasztás mint döntés jegyében felmérjük, hogy még a fantázia vagy már a realisztikus döntések szakaszában vannak-e. Az első interjút képességvizsgálatok követték.

A csoportos képességvizsgálatokon a Holland-féle pályaérdeklődés kérdőív, PFT, figyelmi teszt (d2), és intelligenciatesztek felvételére került sor, nem érettségizettek esetén pedig igényszint próba is történt.

Mindezekből információkat szereztünk arra vonatkozóan, milyen szakképzéseket szervezzünk a fiataloknak, melyek elvégzése után jó eséllyel el tudnak helyezkedni a városi vagy megyei cégeknél. Célunk egy olyan konstrukció megalkotása volt, melyben a céges igényeket is felmértük, s ezeket a programba lépő fiatalok elképzeléseivel harmonizáltuk.

Több fogyatékossági kategóriából, veleszületett és szerzett betegséggel élő fiatalokat is sikerült a programba bevonnunk. Bevonásuk nemcsak a pályázatba léptetést jelentette, hanem fokozott figyelmet és törődést a kompetenciafejlesztő csoport többi tagjától is, szorosabb követést. Hogy az integráció minél gördülékenyebben megvalósuljon, kortárs segítőket is bevontunk (külön felkészített és mentorált önkéntes segítők, akik részben a kompetenciafejlesztő blokk alapján jelentkeztek erre a feladatra, részben a megváltozott munkaképességű fiatallal való kölcsönös szimpátia miatt).

Arányaikat tekintve a programba vont pályakezdő fiatalok száma 34 volt, ebből 7 megváltozott munkaképességű fiatal, így a fogyatékossággal élőknek bőven nyílt lehetőségük segítőt választani.

A csoportba egy a képességvizsgálat eredményei, a céges munkaerőigények és a fiatal preferenciáit szempontokként magában foglaló rangsor alapján kerültek a pályakezdők egy jóval tágabb, mintegy 120 fős mintából.

A közös munka két napos csapatépítéssel kezdődött, ezt követte az intenzív csoportos kompetenciafejlesztés, amelyben szociális készségek fejlesztése, konfliktuskezelési tréning, munkaerőpiaci ismeretek, önismeret, pályaorientáció egyaránt helyet kaptak. Mivel a rendelkezésünkre álló idői keretek meglehetősen tágasak voltak (két és fél hónapon át minden hétköznap hat órában dolgoztunk együtt), lehetőségünk nyílt arra is, hogy olyan speciális területekre is kitérjünk, mint pályagenogramok mentén a szülői munkaattitűdök és azok hatása életpályájukra, de egy gyerekkori képekkel melegítő tréningnapon a kielégítetlen és kibontásra váró törekvéseket is azonosítani tudtuk, mint a pályaválasztási döntés egy lehetséges elemét (Roe,1956, idézi Ritoókné).

A kompetenciafejlesztés íve a kezdeti, jól megalapozott önismereti munkából kiindulva haladt a felkínált szakképzési lehetőségek kiválasztásán túl egyre konkrétabb célok felé, s majd az intenzív két hetes álláskereső klubban végződött, ahonnan a következő lépés már a nyílt munkaerőpiacra való kilépés volt.

Rendre nehézséget jelentett a tréningnapok tervezésében a csoport nagysága, mely nem ideális méretű, nem frontális oktatása esetén különösen. Jórészt páros, kiscsoportos témafeldolgozások és a csoportvezetési technikák gyakori váltakozása (tranzakcióanalízis, playback skillek, dramatikus melegítések, vignetták, interaktív ppt) tartotta fenn a figyelmet és a motivációt. A tréningtapasztalatokat a továbbiakban esetekhez illesztem, és kiemelem a személyes megfigyeléseket.

Az esetek a lényegi mozzanatot hangsúlyozó esetcímekkel és fiktív nevekkel kerülnek ismertetésre. Minden olyan információt maszkolok, amely a felismerhetőséget lehetővé tenné. Elsőként a szcenikus információk mentén mutatom be a klienseket, majd a probléma, a tanácsadási igény és a szűkebb-tágabb kontextus következik, végül a pályaorientációs döntés és a programban lét és a tanácsadási folyamat jelen állomása következnek.

Esetelemzések

Kommunikációs akadálymentesítés

Edit hallássérült 22 éves fiatal. Az első, a programmal kapcsolatos tájékozatóra szintén hallássérült barátnőjével érkezett, párban, mint a kiskamasz lányok. Attraktív, magára adó fiatal benyomását tette rám, aki azonban láthatóan szorong ebben a helyzetben, ami, ahogy utóbb elmondta, egy felvételihez, rossz vizsgához hasonlított számára. Gyakran nézett ki oldalra támogatásért, jelelő segítőjére, de képes volt megfogalmazni a képzéssel kapcsolatos kételyeit, bizonytalanságát is. Bár siketek általános iskolájába járt, minden erejével azon volt, hogy integrálódjon a hallók világába. Ennek eszköze szépsége is: modellkedik.

Az első interjún nehezen tudta megfogalmazni céljait, azt éreztem, külső megerősítést vár. Folyamatos tekintettartásával, szájról olvasva kényszerítette magát minél jobb teljesítményre. Rendkívül feszültnek tűnt, nekem is nehézséget jelentett ráhangolódni artikulációjára. Úgy éreztem magam, mint egy fogyatékos pszichológus, aki Edithez hasonlóan erőlködik önmaga megértetéséhez, a mondanivaló kihámozásához.

Egyéni fejlesztési tervében célként szerepelt a szakképzés és a kompetenciafejlesztés is. Ruházati eladó szeretett volna lenni, ha a megkezdett modellkarrier abbamaradna. Rövid távú céljaként önismereti szempontból azt fogalmazta meg, hogy képes legyen árnyaltabban megfogalmazni mondanivalóját, és szeretett volna a stressztűrő képességén javítani, konfliktuskezelő technikáit gyarapítani.

A kezdeti szorongás ellenére lobbanékony természet, hirtelen felfokozott reakciók jellemzik, mely nagy általánosságban a siketek sajátja is elmondása szerint: könnyen értik félre a társas jelzéseket, provokációt sejtve ott is, ahol nincs. Edit esetében a korábbi, halló iskolában szerzett negatív tapasztalatok is (gúnyolódás, kiközösítés) fokozták érzékenységét.

A beilleszkedéstől való erős kezdeti félelmei ellenére már a szerződéskötést követő csapatépítő tréningen képes volt a frissen formálódó csoport központi alakjává fejlődni. Rugalmasan tudta követni az új instrukciókat, még kritikai észrevételeket is felvállalt. A kétnapos tréning végén láthatóan büszkén és nagyobb magabiztossággal tudott belevágni a kompetenciafejlesztő tréningnapokba.

Szívesen osztott meg élményeket napi konfliktushelyzetekről, ugyanakkor kitért minden, családját érintő kérdés elől. Élt a csoportszabállyal, mely szerint nem muszáj lelki értelemben olyan határokat átlépni, amelyek számára már nem biztonságosak. E

csoportszabályra azért volt szükség, mert a program elején nem mély önismereti csoportban történő közös munkára szerződtünk, hanem kompetenciafejlesztésre, ami egyben a határok tartására és önmaga fölött felelősségvállalásra is orientált.

Az igazi áttörést a csoportfolyamatba illesztett „szociális atom" feladat jelentette. Ennek instrukciója szerint arra kértük őket, hogy rajzolják le szimbólumokkal egy bolygórendszerhez hasonlóan a számukra fontos másokat, családtagjaikat, barátaikat, akik döntéseikben, köztük pályaválasztási döntéseikben és munkába állásukban befolyásolják őket. E feladat mentén szembesült újra rendezetlen családi viszonyaival, az anyjáról való leválással, a kora gyermekkori válással, az apa nélküli instabil családszerkezettel. Mindehhez társult, hogy a csoportfolyamat és a programba való belépés kapcsán korábbi párkapcsolata felbomlott, s ez a szakítás is mintázta az anyáról való leválás, el nem engedés és ambivalens kötődés mintázatát.

Az egyéni tanácsadások ezekre az élményekre, átkeretezésükre fókuszáltak. Úgy éreztem, az önállóan meghozott pályaválasztási döntés változásokat idézett elő élete egyéb területein is, ugyanakkor ezek a gyors változások átmenetileg meghaladták érzelmi teherbíró képessége határait. Támogatásra, tartásra szorult az átrendeződés időszakában.

Hogy ez megvalósuljon, négyszemközti beszélgetéseinket néhány alkalommal jeltolmács segítette, hogy az általam adott összefoglalások, tükrözések értelme ne csússzon félre. Edit többnyire jól olvasott szájról, hallókészüléke is jól beállított, mégis, az érzelmileg megterhelő helyzetben visszavonult a jeltolmács biztonságot adó keretei közé. Ő maga kezdeményezte csoporthelyzetben a jeltolmács bevonását is, azzal indokolva igényét, hogy a tolmács személye által közelebb kerülhet, és érthetőbbek lesznek számára társai visszajelzései.

A jeltolmáccsal konzultálva megerősödött bennem az érzés, hogy ennek az igénynek a kifejezése egy kialakulófélben lévő krízis jele lehet, társultan deprimált hangulatához, ezért kezdeményeztem a külső segítő bevonását. Habár a harmadik személy jelenléte alapvetően átrendezte a tanácsadási helyzetet, mégis olyan nyereséget hozott, mely a kommunikációs akadályokkal bajlódva semmibe veszett volna. Képesek voltunk nem a csatornára, hanem a közös cél elérésére fókuszálni.

Abban egyeztünk meg, hogy néhány tanácsadási alkalommal átnézzük a főbb gócpontokat életében, és közösen igyekszünk olyan adaptív megoldási módokat feltárni előtörténetéből, melyek révén a sikeres megküzdés kivitelezhető. Ehelyett valójában a párkapcsolat felbomlása miatti haraggal és kezdeti gyászreakcióval dolgoztunk, majd azokra az erőforrásokra került a fókusz, melyek átsegíthetik az életének ezen a fordulópontján.

Maga az egyéni tanácsadás csak három alkalmat ölelt fel, mégis, a jó időzítés és a kommunikációs akadályok feloldása átsegítette Editet a feszültség további halmozódásán, és képes volt életének kapaszkodóira rátalálni.

Aki a szívére veszi…

Zita kedves, határozott, ápolt fiatal nő benyomását teszi. Veleszületett szívbetegségben szenved. A program indulásához képest két hónappal később lépett be, de könnyedén képes volt felvenni a csoport ritmusát.

Könnyen fogalmazza meg érzéseit, indulatainak kezelésében ugyanakkor hullámzó. Pszichés teherbírására vonatkozóan a rehabilitációs szakigazgatási szerv fél oldalon keresztül taglalja előtörténetét. „Agorafóbia, pánikzavar, generalizált szorongás,

hystriotikus személyiségzavar, auto- és heteroagresszív megnyilvánulásokkal, szuicid tendencia, alacsony frusztrációs tolerancia, csökkent megoldóképesség, ezzel fokozódó tünetképzés jár együtt. Szívritmuszavar, epilepszia társul még a fent felsoroltakhoz."

Végzettségét tekintve eredetileg eladó, de ennek kapcsán számos kudarcban volt része eddig, elmondása szerint roma identitásának tulajdoníthatóan. Korábbi munkáiban főleg a beilleszkedés szakaszában szenvedett el sérelmeket, ám ennek jelei a programban csak kis mértékben voltak megfigyelhetők. Varrómunkásként dolgozik egy helyi cégnél, több, programban részt vevő csoporttársával együtt, büszke arra, hogy már eladásra termelnek. Szeretne alkotni, kézzelfoghatót létrehozni. Voltak kezdeti nehézségei a folyamat elsajátításakor, de külső segítség bevonásával hamar túllendült az akadályokon.

Főbb fordulópontok a munkaerőpiaci integrációnál, már a beválásnál jelentkeztek. Az a megfigyelésem, hogy amíg kapott a csoportvezetőtől plusz figyelmet, támogatást, addig képes volt adaptálódni a változó viszonyokhoz, azonban nagyobb önállóságot igénylő munkahelyi szituációban frusztrációtűrése már kevésbé magas színvonalú volt, elakadt, gyakran foglalkoztatta a kilépés gondolata. Korábban, párkapcsolati krízise miatti öngyilkossági kísérlete is ezt a mintázatot mutatja. A pszichés támogatás és törődés esetében kifejezetten hangsúlyos és szükséges. Az egyéni tanácsadásra is többek között ezért volt szükség.

Zaklatottan, feldúltan érkezett. Közölte, hogy nem képes a feladatokkal megbirkózni munkahelyén, úgy érzi, kiközösítik, pedig „minden idegszálával" azon van, hogy teljesítsen. Teljesítménymotivációja két tőről fakad: egyrészt bizonyítani szeretne mint roma származású fiatal, másrészt bizonyítni szeretne mint megváltozott munkaképességű ember.

A tanácsadások során jórészt a támogató, megtartó közeg és a delegált figyelem iránti szükségleteinek kielégítése kapott szerepet. Amint keretet, időt, helyet kapott arra, hogy a frusztrációját okozó helyzetet és hozzá kapcsolódó érzéseit kimondhassa, láthatóan megkönnyebbült, és képessé vált a munka folytatására. Teljesítményének színvonala ugyanakkor hangulatához hasonlóan hullámzó. Kezdetben nehezítette a munkahelyi beválást, a későbbiekben azonban a mentori segítség, a munkakörnyezet megváltozott munkaképességére való érzékenyítésével könnyebbé vált.

Folytatódtak a tanácsadások, főként párkapcsolati fókusszal, arra összpontosítva, milyen nehézségei, elakadásai vannak az elköteleződésben, leválásban, családalapítással kapcsolatban. Ehhez visszanyúltunk származási családjának normáihoz, szokásrendszeréhez. Főként az okozza számára a nehézséget, hogy családja hagyományos roma normái eltérnek félig roma, félig magyar származású férje családjának elvárásaitól. Saját kialakítandó házastársi szerepe és hozott normái okoznak benne szerepkonfliktust. Elmondása szerint a róla alkotott szakvéleményben szereplő felsorolás is egy ebből adódó krízisállapot következménye. Az egyéni tanácsadásokban preventív jelleggel ezeket a gócpontokat néztük át.

A legfőbb feszültség az önalávetődést követelő hagyományos női szerepek és önérvényesítő szándékai között áll fönn, a foglalkozási szerep kialakítása is ezért nehezített. A munkanélküliséget főként azért élte meg veszteségként, mert fokozta a korábban is megélt kiszolgáltatottságot és izolációt. Abban látta a pszichés rendeződés lehetőségét is, hogy végre sikerül munkába állnia, önfenntartó lehet, kezébe veheti az életét. A kompetenciafejlesztő csoportokra is azért járt szívesen, mert strukturálta az

időt, és kapcsolódásokat tett lehetővé társaival. Kérdés, hogy nyugvópontra tudott-e jutni foglalkozási szerepében.

Ambivalencia és halogatás

Bálint 25 éves élelmiszermérnök. Két éve munkát keres, közben targoncavezetői tanfolyamot végzett, újabb képzésekre iratkozott be, de nem képes kilépni a megszokott lebegő viszonyokból. E lebegés és halogatás főleg a származási család ellentmondásos üzeneteiből fakad. Szülei mintha összeolvadnának szemében, mintha fölé tornyosulnának, mint egy tizenegy-tizenkét éves gyerek fölé tudnak emelkedni szülei. Lázadása, függetlenségi törekvései kezdetlegesek, kerülőutasak. Csoportban is – intellektuális színvonala ellenére – meglehetősen infantilis módon képviseli magát, sokszor szinte behódolóan viselkedik az aktuális csoportvezetővel szemben.

Pszichoszomatikus betegsége miatt kapott megváltozott munkaképességű minősítést. Először egy csoportos tájékoztatón találkoztunk, jó benyomást keltett, mosolygós, ambíciózus fiatal képe idéződik fel bennem. Értetlenül hallgattam, hogy két éve nem képes elhelyezkedni. Hallgatóságából türelmetlenséget, a sürgetettség érzését váltják ki reakciói. Öltözékét tekintve stílusra nagyon is adó ember, kevésbé látható rajta az anyagi behatároltság, miközben elmondása szerint hó végére mindig kifutnak a pénzből szüleivel.

Ellentmondások vannak viselkedésében, és az elmondottakban egyaránt. Mintha minden ízében magában hordozná a szülői elutasítás és túlgondoskodás feszültségét. Teljesíteni, alkalmazkodni próbál a környezet elvárásaihoz, ugyanakkor ezekben a próbálkozásokban mintha mindig rugalmatlan lenne, és kívülről várná az utasításokat.

Egyéni tanácsadásban gyakran beszél arról, hogy ha elmegy „italozni", édesanyja milyen szigorral fogja, számon kérik, fenyegetik, beszorítva éli meg önmagát, ugyanakkor nem képes felállni, és határait megvédeni, képviselni érdekeit. Szorong és tehetetlen a munkapróba alkalmain is, ezt a viselkedési mintázatot produkálja, mindig az elfogadás és kitaszítás határán evezve, s ebben végletekig megfeszülve, elhúzódó stresszben.

Az egyéni tanácsadási alkalmakon is izzad a tenyere, vegetatív szinten is nagyon erősen jelez szervezete az otthonról származó túlnyomás és a társas stressz miatt, ugyanakkor gyermeki kiszolgáltatottságában mindig mástól, mindig külső hatásoktól várja a feszültség oldódását. Mintha egy felnőtt testbe zárt prepubertást látnék, ha rá gondolok.

Mindez nagyjából megfelel annak az életkornak is, amikor betegsége először fölmerült, és kimaradt az iskolából. Elmondása szerint addig otthon autoriter körülmények között, szinte ridegtartásban nőtt föl, igényei, szükségletei nem sokat számítottak szüleinek, ugyanakkor istenítette apját. Mindenben ahhoz kellett alkalmazkodnia, hogy mások döntenek fölötte. Betegségével, mely drámai hajhullással is együtt járt, mindez felerősödött, mindössze annyi változott, hogy az őt kezelő orvosok is felsorakoztak betegágya körül, hogy tovább erősítsék kiszolgáltatottságát és a külső kontrollnak való kitettségét. Mint egy vatta vette körül a család és a kórházi miliő, izolálva őt kortárs környezetétől.

Származási családjában ő a legfiatalabb, kései gyermek. Mintha se édesanyjának, se egyébként is impulzív apjának nem lett volna már türelme a kisfiúval való törődésre, s aztán kumulálódott allergiákkal és világgal való összeférhetetlenségben bővelkedő autoimmun betegsége. Hozzávetőleg tizenkét éves lehetett, amikor a tünetek először je-

lentkeztek. Ennek következtében kihullott a haja, kórházba került, több szinten is izolálódott. Anyja kétségbeesett, bűntudatos gondoskodásával szinte agyongondozta. Beszélgetéseinkben mintha saját érzéseit is izolálni próbálná. Egyéni tanácsadásokban mindig az a benyomásom, hogy bármelyik pillanatban összeomolhat, olyan, mint egy üvegember. Egy nagyobb koppintás, és összetörik. Pedig a konfrontációra szüksége volna.

Frusztrációs helyzetekre a betegségszerepe nyújtott számára megoldást, mindezt infantilis kommunikációval kísérve, kérdés bennem, hogy ilyen rendezetlen és ellentmondó üzenetekkel teli alapokról tud-e vajon kilépni a nyílt munkaerőpiacra. Erős az akarat a bizonyításra, de mindez inkább a külső tekintélyszemélyektől való függőségből és alárendelődésből adódóan, nem belső kontroll által vezérelten, ami nagyon sérülékennyé teszi újfent, s tovább folytatja azt az ördögi kört, mely betegszerepét és a másodlagos betegségelőnyöket fenntartja.

Az első tanácsadásra valójában egy veszteség miatt adódó krízis kapcsán került sor. A családban elhunyt a nagymama, s ez végletekig elhúzódó konfliktust indikált a megmaradt testvérek között, melynek édesapja vált áldozatul, elmondása szerint. Mindez bűntudatot és bizonyítási vágyakat indít benne, ugyanakkor ebben az igényében is valami infantilis tapadás jelentkezik. Fő cél volt nála, hogy a program ideje alatt legalább képes legyen felismerni, hogy a leválás megindulása a kulcsa annak, hogy személyes kapcsolatai kortársaival fejlődésnek induljanak.

Tapogatózás

Anita látássérült könyvtáros, informatikus. Frissen szerzett diplomájával lépett be a programba, és választotta a telefonos ügyfélszolgálatos képzést, mellyel kapcsolatban olyan elvárásai voltak, hogy meglévő diplomáját egészítheti ki egy gyakorlatorientált szakképzéssel, amit választott szakmájával harmonizál. A látássérültekre jellemzően sokat és szívesen verbalizál, ezzel tartva a kapcsolatot a külvilággal, csökkent látását kipótolva.

Vele beszélgetve nem lehet pontosan eldönteni, hogy ha felém néz, mi az a távolság, amit képes még átfogni. Mindennek ellenére elvégezte a könyvtár szakot az egyetemen, amire végtelenül büszke. Önállóságának kiindulópontja a diploma, sok erőfeszítése fekszik benne, nem szívesen költözne haza származási családjához, feladva önálló életvezetését. Több alkalommal került sor egyéni tanácsadásra, hol a beilleszkedés segítésében, hol párkapcsolati kérdések körül.

Egyszerre érzem rajta, hogy izolált (látórendszerének sérültsége miatt is), és hogy kapcsolatban lenni vágyik, de ugyanakkor el is tolja magától a hozzá közeledőket. A társas világhoz való kötődése ambivalens, mintha az ölelésbe vonás és eltaszítás egyaránt jelen lenne viselkedésében. Társai nehezen igazodnak el rajta, peremhelyzetű a csoportban, két-három emberrel tart kapcsolatot. Mintha félne és vágyna egyszerre beengedni a világába engem is. Egyéni tanácsadások során sokat és szívesen ventillálja aktuális és múltbéli feszültségeit, de ezeket jobbára csak tagadással képes hárítani. Talán épp ezért is nagyon sérülékeny.

Csökkentlátása ellenpontozására alakította ki gazdag fantáziavilágát, „álomlátó" képességét mint önmagát átkeretező narratívumot. Olyat lát, tud, amit mások nem, magát ezzel különböztetve meg az átlagtól. Viselkedésében, világhoz való viszonyulásában olykor szinte bizarr elemeket mutat, de úgy érzem, ezek inkább mint fedőtörténetek értendők. Az üzenet mögötte mindig ugyanaz, az elfogadás iránti igény.

Előtörténetében sok az agresszionak való kitettség, iskolai mobbing, magányosság, mely emlékei szinte gyászolatlanul elevenen élnek benne, a csoportban mintha provokálná is, hogy kap-e elítélő, destruktív megjegyzéseket. Negatív önértékelése nagyon megágyazott. Nyúlszájjal, farkastorokkal, látássérülten született. Édesapja korán elhagyta őket, anyja nevelte, majd nevelőapja, akivel igazán soha nem tudtak összehangolódni, annak alkoholizmusa miatt sem. Anyjával egyszerre szoros és nagyon ambivalens a viszonya. Elindult ugyan a leválás, jelenleg is külön albérletben lakik, és a programnak köszönhetően nem kényszerült az egyetem elvégzése után hazaköltözésre (amitől csaknem retteg), de állandóan elbizonytalanító, olykor negatív énképét erősítő üzeneteket kap családjából. Fizikailag külön él származási családjától, ugyanakkor anyja panaszai, betegsége érzelmileg láthatóan nagyon megérintik, amit ellentétbe fordítással vagy tagadással képes kezelni.

A róla kialakított első benyomásom az ijedtségben sűrűsödik. Mintha ő maga lenne az, vagy másokban idézné elő ezt az érzést. Több műtéten esett át, de továbbra is megmaradtak a hegek. Ő maga olyan, mint ha a szépség és a szörnyeteg meséjét egyesítené magában. Kívülről szinte hívja magára a csoport elutasítását, belül viszont érzékeny, sérülékeny, rezdülékeny. S ez a két énrész, az elutasításokat hívó és a gondoskodásra indító integrálatlanul váltakozik egymással. Gondoskodást hív elő belőlem, ugyanakkor az egyéni tanácsadásokban annyira csapong, és fókuszálatlan, hogy nagy erőfeszítésembe kerül követni gondolatmenetét. Gyakran ismétli önmagát. Talán ebben is kitapintható a középiskola évei alatti mobbing nyoma, nehézkesen tudja magát a hallgatóság szempontjainak befogadásával megfogalmazni, néha paranoid jegyeket mutat viselkedése.

Mintha több szálon kapaszkodna az életbe elakadt gyászok mentén. Elveszítette barátnőjét, akit annak férje meggyilkolt, elveszítette a korai válás miatt édesapját, aki nem volt képes megküzdeni gyermeke tökéletlenségével, el kell engednie azt a gondolatot, hogy orvosok nélkül „normálisan" éljen a világban. Most is épp fül-orr-gégészeti műtétre vár.

A pszichológiai tanácsadások során főleg arra törekszünk, hogy képes legyen újrafogalmazni magát ebben a munkába lépés előtti állapotban. Csoporttársaival a képzés kapcsán konfliktusba keveredett, miközben anyja is állandó elvárásokkal bombázza, megnehezítve ezzel az önálló életvitel kialakítását, krízis közeli helyzetben van. Bár tagadja, de mintha érezné ő is, hogy veszteségei és az én-integráció hiánya további üléseket, terápiás kereteket igényelnek.

Ami a pályaválasztási döntését illeti, az a benyomásom az eddigi beszélgetések alapján, hogy világtól való elvonulása és gazdag fantáziavilága kaphatnak helyet a választott szakmájában, könyvtár-informatikusként. E szakmában elhelyezkedve képes lehet arra, hogy a konfrontációktól mentes vagy mindenesetre csendesebb világban integrálja, feldolgozza veszteségeit, s elfogadja önmagát, fogyatékosságát is. Kitapogassa helyét ezen a zűrös, „láthatatlan" munkaerőpiacon.

Tanúságok levonása, következtetés

Folyamatosan szem előtt kell tartani a fogyatékossággal, egészségkárosodással élők előtörténetét, negatív tapasztalataikat az integrációjukkal kapcsolatban. Ezért is fontos a törekvés a befogadó munkahelyteremtésre, a cégek, vállalatok érzékenyítésére a megváltozott munkaképességűekkel kapcsolatos speciális bánásmódot illetően. Segítésük komplex feladat.

Ennek kapcsán idézem fel a pályaválasztási tanácsadás definícióját, mely szerint a tanácsadói tevékenység célja az, hogy permanens segítséget nyújtson az életpálya alakulásának valamennyi szakaszában. A pályaválasztási szaktanácsadásnak pedig lényege, hogy egyénenként segítséget nyújtson a pályaválasztási, pályaadaptációs és pályakorrekciós problémák megoldásában, miközben komplex és interdiszciplináris jellegű (Ritoókné, 2009).

A permanens segítség és az interdiszciplinaritás különösen fontos a megváltozott munkaképességű fiatalok pályatanácsadásában, hiszen a sérültségtől függően a szakembernek tisztában kell lenni gyógypedagógiai, orvosi ismeretekkel, pszichológiai sajátosságokkal az egyéni igények és feltételek megfogalmazásában, ugyanakkor naprakésznek kell lennie a törvényi, jogszabályi háttér változásával és a munkaerőpiaci igényekkel kapcsolatban is. Sok összetevős rendszert kell mozgatni, integrálni annak érdekében, hogy ne csak orientáljuk, hanem ha a pályázati háttér is adott, munkába közvetítsük, és munkahelyén a beválást segítsük.

Megváltozott munkaképességűeknél a pályaválasztás sokszor a sérültségből adódóan szűkebb keretek között mozog, kevesebb szakmából, képzésből tud válogatni a megváltozott munkaképességű fiatal. Hangsúlyosabb szerepű ezért az ép populációhoz képest a pályaadaptáció és a foglalkozási szerepek kidolgozása.

A betegségtudat, beteg szerep vagy az infantilis pozíció, a család túlóvó magatartása miatt sok esetben ütközik a születőfélben lévő foglalkozási szereppel, vagy épp nehezíti annak kialakítását. Ezt a jelenséget láthatjuk Bálintnál is. Zita esetében is erős befolyással van döntéseire a származási család, de a gyerekszerep helyett inkább a hagyományos roma női szerepek szűkítik a pályaválasztást és munkahelyi integrációt. A származási család történetében megjelenő válás – tekintve Edit esetét – a pályaválasztási döntés és a munkerőpiacra való kilépés halogatása mellett a választott pálya melletti elköteleződést nehezítheti.

Nemcsak megváltozott munkaképességűeknél, hanem az ép pályakezdő fiataloknál is tendencia, hogy a prepubertás idején vagy azt követően bekövetkező válás, talán a szülők közötti lojalitáskonfliktusba bonyolódva is, nehezíti a döntésképességet, a saját pálya kiválasztását, majd az amelletti elköteleződést. További kutatásokat igényelne a pályakezdő munkanélküliség, a halogatás, döntésképtelenség és a válás hatásainak, interakciójának vizsgálata.

A megváltozott munkaképességű fiatalok munkahelyi elvárásaival kapcsolatban továbbá elmondható, hogy azok kevésbé körvonalazottak ép társaikhoz képest. Kevésbé tartják fontosnak, hogy egyáltalán megfogalmazzák saját elvárásaikat, sokszor élik meg ezzel szemben akadályozottságukat. Erre utal az interjúkon, a PFT-én és az egyéni tanácsadásokon tapasztalt alacsony frusztrációs tolerancia, a frusztrációs teszten mutatott akadályhangsúlyos jelleggel. Ez a tendencia főleg munkahelyi beilleszkedésük során domborodik ki. Könnyen és sokszor idéződnek fel a szegregált vagy integrált intézményekben megélt kiközösítés emlékei, mobbing nyomai, készenléti állapotba helyezve és ezzel érzelmileg igénybe véve a megváltozott munkaképességű fiatal erőtartalékait.

Mindezeket összefoglalva, eltérnek pályaválasztási és pályaadaptációs tanácsadásaink szempontjai a nem megváltozott munkaképességűekéhez képest, árnyaltabb orvosi ismeretekkel kell rendelkeznünk a képességeik felmérése kapcsán, munkaközvetítésnél pedig gondos munkaköri felmérés szükséges. Arra a kérdésfelvetésre válaszolva, hogy krízis-e a megváltozott munkaképességű személy számára a pályaválasz-

tás és munkába lépés, hétből négy esetben azt látjuk, hogy igen. Eddigi szerepeik, megoldási módjaik által már nem képesek orvosolni a helyzetet, próbálkozások, olykor kapkodás jellemzi a fiatalokat. Az általam bemutatott esetek egyikében sem jutottunk el az összeomlásig, talán a kortársak általi törődésnek és a mentor munkájának is köszönhetően. Zita esetében ugyanakkor a korábbi öngyilkossági kísérletek miatt is fokozott figyelem szükséges, hiszen a mindennapokban jelenleg is fennáll az egymásnak ellentmondó szerepüzeneteknek és szerepelvárásoknak való megfelelés feszültsége.

A munkanélküliség elméleteihez visszatérve kevesen állították az első interjú során, hogy az anyagi depriváció okozza legnagyobb veszteségüket, többen a társas hatások és az idő strukturálásának hiányát vázolják föl inkább. Ugyanakkor, amikor az interjúíven arra kértük, fogalmazza meg, mit vár attól, hogy munkahelye lesz, milyen változást hoz az életében, a többség az anyagi biztonságot nevezte meg elsőként elvárt életminőségbeli változásként.

A megváltozott képességű munkanélküliek és ép pályakezdők közti különbség leginkább az önálló döntések meghozatalában, az ezzel összefüggő betegszerepben áll, ez lesz az, ami a megváltozott munkaképességűeket inkább visszaveti az álláskeresésben. A lelki egészségvédelem is ezen a ponton tud bekapcsolódni. Ha lehetőséget kapunk, hogy oldjuk a betegszerep bezártságát, akár pszichológiai tanácsadással, akár rekreációs módszerekkel, ahol a testi tapasztalások vezethetnek az én hatékonyságának megtalálásához, az integráció könnyebben megvalósul. Ezért is érdemelnek külön figyelmet például azok a próbálkozások, ahol fogyatékossággal élők számára létesítenek edzőtermeket, megadva a feltételeket ahhoz, hogy egészséges társaikhoz hasonlóan törődjenek magukkal – nem mások törődésének kiszolgáltatva járják szokott köreiket.

Társas készségeik nem megfelelőek sokszor a munkahelyi beilleszkedésben, további kompetenciafejlesztést igényelnek. E téren is fontos lehet az egészségfejlesztés és rekreáció. Életvezetési készségeik, szociális kompetenciájuk fejlesztése lehetséges részben hasonló cipőben járó pályakezdőkkel, modell alapú tanulás révén, részben hozzájuk társult, választott kortárssegítőkkel.

Az egyéni tanácsadásokban sokszor kerülnek elő szerepütközések. Főleg a betegszerep és a kialakítandó foglalkozási szerep összeegyeztetése okoz nehézséget számukra, nehezen találják meg a határt, ami a számukra még vállalható mennyiségű munkavégzés és az elvárt teljesítmény között számukra komfortos.

Többször tapasztaltam, hogy a munkahelyi feladat vagy a szakképzésben előforduló vizsga, felkészülés előhívja a betegszerep másodlagos előnyeit, átmenetileg ide menekülnek vissza az elővételezett frusztráció elől. Csekély mentori segítséggel, a probléma rendszerszintű átgondolásával azonban át tudnak lendülni a beválás és bizonyítás ezen szakaszán. Esetükben a teljesítményhelyzeten túl a társak kritikájának való kitettség is előidézheti a betegszerep bekapcsolását, de a stressztűrő képesség fejlesztésével egyéni tanácsadásokban azonban mindez orvosolható.

A tanácsadásokat és a kortárssegítést szívesen vették igénybe, valamennyien tudtak segítséget kérni elakadásukban, mindehhez pedig a kompetenciafejlesztő csoportok bizalmi légköre is hozzájárult. A többség nem vett részt még korábban önismereti csoportokon, tréningeken, ismeretlen volt számukra a csoportos tanácsadás műfaja. A playback módszerekkel felépített csapatépítés azonban mozgósította erőtartalékaikat, rávezette őket az énközlések és csoportszabályok használatára. A csoportos és egyéni életvezetési tanácsadás, a rekreációs ismeretek átadása esetükben is jól működik, csekély mértékben sem tér el hatékonysága ép társaikéhoz képest. Nyitottak az új élmé-

nyekre, megoldásmódokra, élmény alapú tanulásra. Fontos szempont lenne munkaerőpiaci integrációjuk során a prevenciós szemlélet erősítése, a károsodott és akadályozott én- és testrészek helyett az egészségesek megőrzése, megtartása.

IRODALOMJEGYZÉK

Bánfalvy Csaba (2012): *Gyógypedagógiai szociológia.* Eötvös Loránd Tudományegyetem, Bárczy Gusztáv Gógypedagógiai Kar, Budapest

Benkő Zsuzsanna, Lippai László (2001): Teljességigény egy egészségműhelyben. Egészségfejlesztő mentálhigiénikus képzési spectrum a szegedi egyetemen. *Új Pedagógiai Szemle,* LI. 2001. május, 36–53.

Benkő Zsuzsanna, Lippai László (2002): Pedagógusok és más segítő foglalkozásúak az egészségfejlesztésben. *Budapesti Népegészségügy,* XXXIII. évf. 2002. 2. szám, 139–143.

Benkő Zsuzsanna, Dr. habil. (2011): Az egészségfejlesztő szakemberek a magyar közoktatásban. A felsőoktatás válasza. *Egészségfejlesztés,* LII. évfolyam, 2011. 3. szám.

Borgen, W. A., Amudson, N. E. (1998): A Munkanélküliség dinamikája; In: Ritoókné Ádám Magda (szerk.): *A tanácsadás pszichológiája.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest, 247–256.

Fonyó Ilona, Pajor András (2000): Rehabilitációs és mentálhigiénés konzultáció. In: *Fejezetek a konzultáció pszichológiájának témaköréből.* Bárczi Gusztáv Tanárképző Főiskola, Budapest, 276–284.

Fonyó Ilona, Pajor András (2000): Pálya-konzultáció egész életen át. In: *Fejezetek a konzultáció pszichológiájának témaköréből.* Bárczi Gusztáv Tanárképző Főiskola, Budapest, 259–264.

Fonyó Ilona, Pajor András (2009) (szerk.): *Fejezetek a konzultáció pszichológiájának témaköréből.* Bárczi Gusztáv Tanárképző Főiskola, Budapest.

Goffman, E. (1981): Stigma és szociális identitás. In: *A hétköznapi élet szociálpszichológiája.* Gondolat Könyvkiadó, Budapest.

Hajduska Marianna (2008): *Krízislélektan.* ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.

Jahoda, M., Lazarsfeld, P. F., Zeisel, H. (1979): Matherial: Szociográfiai kísérlet a tartós munkanélküliség hatásairól. Új Mandátum, Budapest. In: Székely Vince (2000): *A munkanélküliség lélektani hatásainak vizsgálata,* PhD disszertáció, ELTE, Budapest.

Kast, V.(1999): A gyász: egy lelki folyamat stádiumai és esélyei. T-Twins Kiadó, Budapest.

Kiss István (2004): Pályaválasztás. In: *Pszichológia pedagógusoknak.* Osiris, Budapest, 504–515.

Kübler-Ross, E. (1998): *A halál és a hozzá vezető út.* Gondolat, Budapest.

Maslach, C. (1976): Burned-out. *Human Behavior,* 9 (5). 16–22.

Megváltozott munkaképességűek a munkaerőpiacon, 2011. Központi Statisztikai Hivatal, http://www.ksh.hu/apps/shop.kiadvany?p_kiadvany_id=10747 (letöltve: 2014.április 15.)

Selye J. (1964): *Életünk és a stressz.* Akadémiai Kiadó, Budapest.

Super, D. E. (1984): *Self-realization through the work and leisure roles.* International Association of Educational and Vocational Guidance, Dublin, Ireland, 14–25.

Super, D. E. (1989): Önmegvalósítás munkában és szabadidőben. In: dr. Ritoókné Ádám Magda, Gillemontné dr. Tóth Mária: *Pályalélektan szöveggyűjtemény.* Tankönyvkiadó, Budapest, 69–85.

Ritoókné Ádám Magda (1989) (szerk.): *A tanácsadás pszichológiája.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.

Ritoókné Ádám Magda (1994): *Pályalélektan: szöveggyűjtemény.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.

Ritoók Magda (2009): Új tendenciák a pszichológiai tanácsadás fejlődésében. In: Kulcsár Éva (szerk.): *Tanácsadás és terápia.* ELTE Eötvös Kiadó, Budapest, 221–254.

Ritoók Pálné: *Pályalélektan, a pályaválasztás pszichológiája.* (Kézirat) ELTE PPK

Roe, A és Siegelman, M. (1964): *The Origin of Interests.* American Personnel and Guidance Association, Washington D.C.

Roe, A. (1989): A foglalkozás szerepe az egyén életében, In: dr. Ritoókné Ádám Magda, Gillemontné dr. Tóth Mária: *Pályalélektan szöveggyűjtemény.* Tankönyvkiadó, Budapest, 56–67.

Sontag, S. (1980): *A betegség mint metafora.* Európa Könyvkiadó, Budapest,1983.

Székely Vince (2000): *A munkanélküliség lélektani hatásainak vizsgálata.* PhD disszertáció, ELTE, Budapest.

Székely Vince: *A munkanélküliek segítése.* www.palyatanacsadok.hu (letöltve: 2014. április 16.)

Székely Vince: *A munkanélküliség lélektana.* www.tanszoba.hu (letöltve: 2014. április 16.)

Tajfel, H. (1978): *Differentiation Between Social Groups.* Academic Press, London.
Tatosné Takács Andrea (2012): Megváltozott munkaképességű munkavállalók ellátásának és intézményrendszerének alakulása. In: *A megváltozott munkaképességű személyek foglalkoztatási rehabilitációjának és a munka világába történő fenntartható beillesztésének aktuális elméleti és gyakorlati kérdései* szakmai konferencia összefoglaló kiadványa, Pest Megyei Kormányhivatal Munkaügyi Központja, Budapest.
Török Réka (2013): *Alternatív munkaerő-piaci szolgáltatások Magyarországon.* http://eletpalya.munka.hu/c/document_library/get_file?uuid=7740d368-fd4c-47ad-ba2f-590d40770671&groupId=43711 (letöltés:2014. április 16.)
Török R., Kocsmár P. (2010): A *Magyarországon működő alternatív munkaerő-piaci szolgáltatást nyújtó civil szervezetek szolgáltatási hatékonysága. Háttértanulmány az SZMM részére.* http://eletpalya.munka.hu/c/document_library/get_file?uuid=7740d368-fd4c-47ad-ba2f-590d40770671&groupId=43711 (letöltés:2014. április 16.)
Törvény: http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=A1100191.TV (letöltve: 2014.április 12.)
Vikár György (1980): Az ifjúkor válságai. Gondolat Könyvkiadó, Budapest.
Warr, P. (1987): *Work, Employment and Mental Health.* Clarendon Press, Oxford.

Felsőoktatásban dolgozók egészségmagatartása

Egyéni és környezeti faktorok

MÁTÓ VERONIKA, TÓTH KRISZTINA, DR. PAULIK EDIT

A munkahelyi körülmények és a munkavállalók egészségi állapota szorosan kapcsolódik egymáshoz, mivel a dolgozók egészségét befolyásolja a munkakörnyezetük, annak szervezeti és kulturális vonatkozásai, elvégzendő feladataik, munkatevékenységük (Chu, Driscoll, Dwyer, 1997). Az egészségfejlesztő munkahelyeken, ahol figyelnek a munkabiztonságra, észszerű munkaidőt alkalmaznak, reálisan tudják ütemezni a munkafeladatokat, a vezetési stílus inkább motiváló, mint depriváló, ott a munkavállalók közérzete is jobb (Sparks, Faragher, Cooper, 2001). A munkahelyi körülmények befolyásolják az egyén stressz-állapotát, ezáltal az egészségi állapotát, s ezen túlmenően még az otthoni, családi kapcsolataikra is hatással vannak.

A hosszabb időn keresztül fennálló stressz egyaránt okozhat testi/lelki tüneteket, és ha ezeket nem előzik meg, illetve nem kezelik megfelelően, az illető nem lesz képes megküzdeni a stresszorokkal, és hosszú távon a kiégés útjára léphet (Cubrilo-Turek, Urek, Turek, 2006). A munka és a magánélet közötti egyensúly megbomlása esetenként szintén stressz-faktor lehet (More, 2014; Batt, Valcour, 2003; Yildirim, Aycan, 2008), de a feladatok elvégzésének és a családi szerepek összeegyeztethetőségének nehézségei is okozhatnak csökkent munkateljesítményt (Elliott, 2003). Több teher rakódik az úgynevezett 'szendvics nemzedék' tagjaira, akiknek vannak ellátandó idős szüleik, és kisgyermeket is nevelnek (Lippai és Erdei, 2014). Az így kialakuló, általában a nőket érő szerepkonfliktusokat enyhíteni tudja egy őt megfelelően támogató férj vagy partner (Elliott, 2003). A munka és a család közötti egyeztetési problémák megoldásában egy kellően viszonyuló munkahely komoly szerepet játszhat (Anderson, Coffey, Byerly, 2002).

A munkatársakkal való jó emberi kapcsolat az egészségi állapotot – direkt vagy indirekt módon – szintén kedvező irányba befolyásolhatja (Cohen, Wills, 1985). A munkahelyi stresszorokkal szemben védőfaktort jelent, ha a munkatársak együttesen, teamben tudnak dolgozni (Thomsen, Arnetz, Nolan, Soares, Dallneder, 1999).

A megfelelő munkahelyi légkörben végzett tevékenység kedvezően hat a munkavégzés hatékonyságára is; ha valaki elégedett a saját munkakörülményeivel, akkor jobb kedvvel és szívesebben dolgozik. Ehhez azonban szükség van a megfelelő anyagi megbecsültségre, a szervezeten belüli előrelépés lehetőségére, a továbbképzéshez, továbbtanuláshoz a munkáltatói támogatásra stb.

Az egyetem mint munkahely jellege miatt hatékony beavatkozási színtér lehet: az alkalmazottak között többnyire egyenrangú kapcsolatok állnak fenn, a magas szintű végzettségű, tudással és motivációval bíró személyek sok időt töltenek együtt az őket általában támogató környezetben (Hutchinson, Wilson, 2011). Mint munkahelyek, a felsőoktatási intézmények is közvetlenül befolyásolják az ott dolgozók egészségi állapotát. Ezen túlmenően az ottani dolgozók, különösen az oktatók fiatal felnőttekkel vannak folyamatos kapcsolatban, munkájuk során – viselkedésükkel, szokásaikkal, példamutatásukkal – az általuk képzett hallgatók, a leendő értelmiségiek életmódját, egészségmagatartását is alakítják.

Ez utóbbi tény miatt tartottuk fontosnak vizsgálni, a felsőoktatásban dolgozók egészségmagatartását, az egészségi állapotukra hatást gyakorló munkakörnyezetük állapotát, mindennapi tevékenységük őket érő negatív vonásait.

Módszerek

Vizsgálatunkat a Szegedi Tudományegyetem tizenkét karán végeztük; az adatgyűjtés online, önkitöltős kérdőív segítségével történt. A kérdőívben – az alapvető demográfiai adatok mellett – kitértünk a munkavállalók táplálkozási, mozgási, sportolási, szabadidő eltöltési (vö. Benkő, Tarkó, Lippai, Erdei, 2008) és orvoshoz fordulási szokásaira, rákérdeztünk a dohányzáshoz és az alkoholfogyasztáshoz való viszonyulásukra, valamint munkakörnyezetük, munkatevékenységük jellemző sajátosságaira.

A kérdőívek adatai IBM SPSS 22.0 programmal kerültek elemzésre.

Az SZTE Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ Regionális Humán Kutatás-Etikai Bizottsága által adott etikai engedély száma: 175/2012.

Eredmények

A vizsgálati minta elemszáma 261 fő volt. A minta 33,0%-a férfi és 67,0%-a nő, átlagéletkoruk 43,4 év, a legfiatalabb résztvevő 21 éves, míg a legidősebb 72 éves volt. A válaszadók főként (95,0%) Csongrád megyében laktak, de kis elemszámban megjelent Pest (2,3%), Bács-Kiskun (1,5%), Békés (0,8%) és Jász-Nagykun-Szolnok (0,4%) megye is. Többségüknek (74,7%) Szeged volt az állandó lakóhelye, 13,8%-ban voltak azok, akik naponta ingáztak munkahelyük és lakóhelyük között, míg 11,5%-nak csak ideiglenes lakóhelye volt Szegeden. A vizsgálatban résztvevők elsősorban családi házban (37,2%) vagy társasházi lakásban (42,9%) laktak. Családi állapotukat tekintve a minta több mint fele (69,8%) házas vagy élettársi kapcsolatban élt, 17,2% egyedülálló, 11,9% elvált és 1,1% özvegy volt. 54,4% egy vagy két gyermekkel rendelkezett, de a mintában előfordult három vagy több gyermekes család (15,3%) is, a válaszolók 30,3%-a gyermektelen volt.

47,9%-nak főiskola vagy egyetem volt legmagasabb iskolai végzettsége, 4,6%-a PhD fokozattal is rendelkezett, míg öt fő az MTA doktora volt. Középfokú végzettségű csak kis számban fordult elő (9,5%).

A vizsgálat lebonyolításakor a válaszadók csaknem egésze (98,1%) aktív keresőként dolgozott, 86,6%-uk volt alkalmazott, 11,5% pedig vezető beosztásban dolgozott.

Egészségmegőrzés

A vizsgálatba bevont személyek nagyon fontosnak érezték saját egészségük megőrzését, fenntartását; válaszaikban egy tízfokú skálán – ahol a 10 a „nagyon fontos" értéket jelölte – ennek jelentőségét 9,2-es átlaggal (SD=1,17) értékelték.

A minta több mint fele (60,5%) jelezte igaznak, hogy volt olyan személy a családban, aki különösen odafigyelt a családtagok egészségére. Ez a személy vagy maga a válaszadó (43,2%), vagy a házastárs/élettárs (36,8%), néhány esetben pedig a gyermek vagy a kérdezett szülője tekintette feladatának az egészség megőrzését.

A dolgozók jelentős része (96,6%) rendelkezett az egészséggel, egészségmegőrzéssel és az egészséges életmóddal kapcsolatos tudással. A munkavállalók 43,3%-a szakmájából adódóan, 53,3%-a önszorgalomból birtokolta az ilyen irányú ismereteket.

Egészségkárosító magatartásformák

Az egészségkárosító magatartásformákat tekintve kiemelendő, hogy a teljes mintának 13,9%-a dohányzott. Napi rendszerességgel 8,5% szívott cigarettát; a többségük (63,2%) napi 1–10 szálat. Két fő jelezte azonban azt is, hogy nehezen állta meg, hogy tiltott helyen ne dohányozzon.

Közel egyharmaduk (29,7%) korábban, legalább egy éven keresztül naponta vagy megközelítőleg napi rendszerességgel dohányozott, de a válaszadáskor nem dohányoztak. A cigarettázásban érintettek többsége (72,5%) átlagosan 18,5 éves korában (SD=2,71) kezdte el a dohányzást.

Bevallásuk szerint a teljes minta 13,9%-a nem, míg 40,4% csak ünnepeken, vendégségben fogyasztott alkoholt. 16,6%-ban fordult elő a havonta 2–3 alkalommal, 16,6%-ban a havonta többször történő, kis mennyiségű alkohol ivása. Mindössze öten jeleztek naponkénti egyszeri, illetve többszöri alkoholfogyasztást.

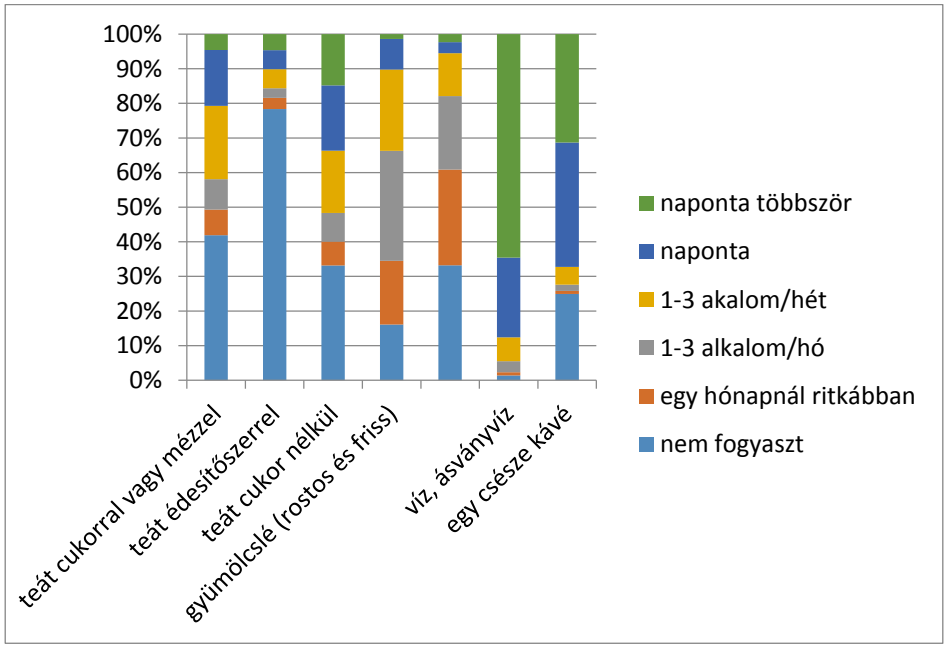
Táplálkozás

Kedvező, hogy a munkavállalók többsége naponta háromszor étkezett (1. táblázat). Az ideális ötszöri étkezés azonban csak ritkán fordult elő. A válaszadók többsége (47,9%) ritkán nassolt, 32,3%-uk viszont hetente többször, 13,8% pedig viszont napi rendszerességgel nassolt.

Étkezés	Naponta	Hetente többször	Ritkán	Soha
Reggeli	79,3	7,4	12,4	0,9
Tízórai	19,4	17,1	36,4	27,2
Ebéd	74,7	17,5	6,9	0,9
Uzsonna	12,4	19,8	42,4	25,3
Vacsora	82,0	12,9	4,1	0,9
Nassolás	13,8	32,3	47,9	6,0

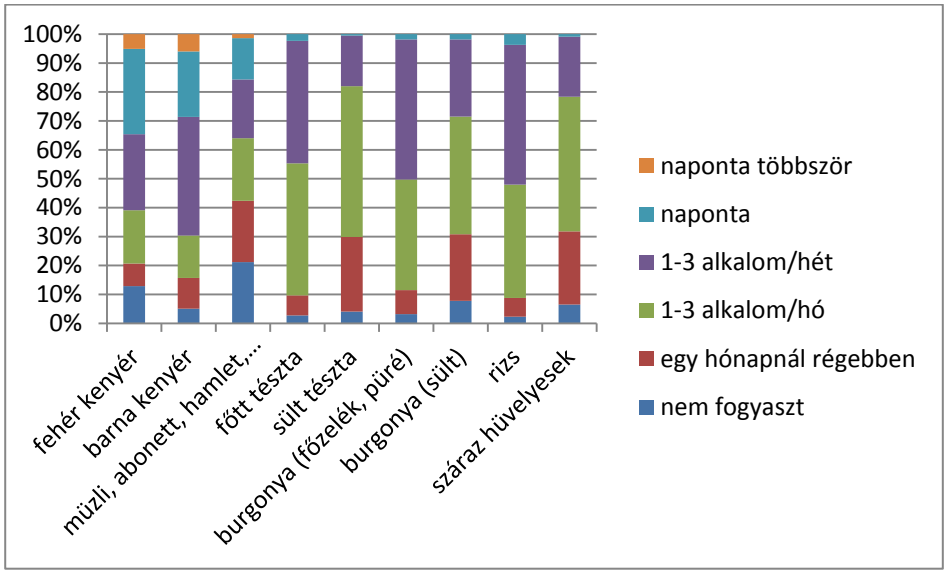
1. táblázat
A munkavállalók étkezési gyakorisága %-ban

Vizsgáltuk az egyes élelmiszerek fogyasztási gyakoriságát (FFQ) is. Nagyon kedvező, hogy a folyadékok közül a vizet, ásványvizet a munkavállalók napi szinten használták (1. ábra). A teát is megemlítették, az ezt fogyasztók 33,6%-a cukor nélkül itta. A gyümölcslé viszont kevésbé gyakori folyadék volt. A szénsavas üdítők, a magas cukortartalmú szörpök a munkavállalók többségénél havonta vagy ritkábban fordultak elő. Kávéfogyasztásukat az jellemezte, hogy naponta egyszer vagy naponta többször került sorra egy csésze kávé, de közel egynegyedük (24,9%) egyáltalán nem ivott kávét.



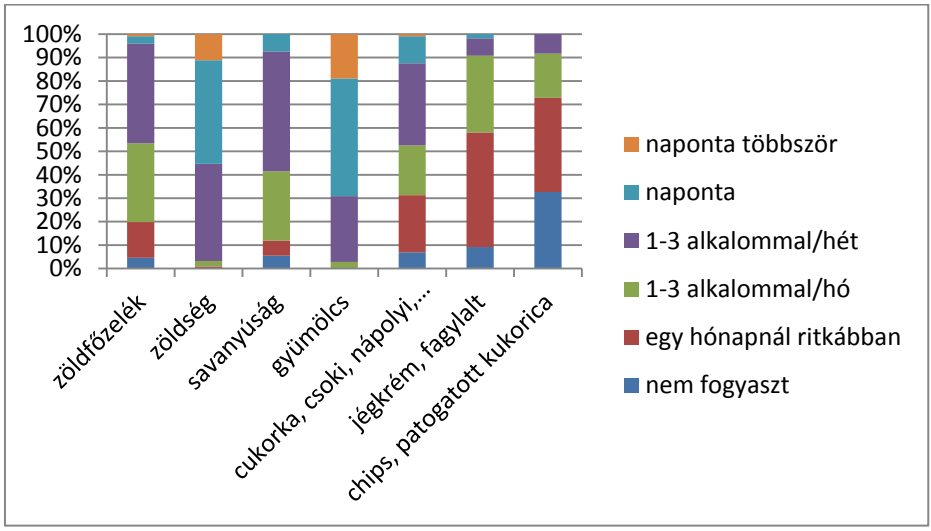
1. ábra
Italok fogyasztási gyakorisága

A szénhidrátforrást jelentő élelmiszerek gyakorisága vonatkozásában azt tapasztaltuk, hogy a vizsgált személyek körében a fehér kenyér volt a legkedveltebb, de mellette a barna kenyér is – amelyről tudott, hogy jelentős élelmi rost forrás – legalább heti néhány alkalommal megjelent étkezésükben (2. ábra). A burgonya esetében kedveltebbnek tűnt a püré vagy főzelék, a tésztánál a főtt formában történő fogyasztás. A rizs és a burgonyafőzelék vagy -püré fogyasztása esetén is igaz volt, hogy heti néhány alkalommal jelent meg étkezésükben. Száraz hüvelyeseket – amelyek szintén jó élelmi rost és fehérje források – havonta 1–3 alkalommal vagy annál ritkábban ettek.



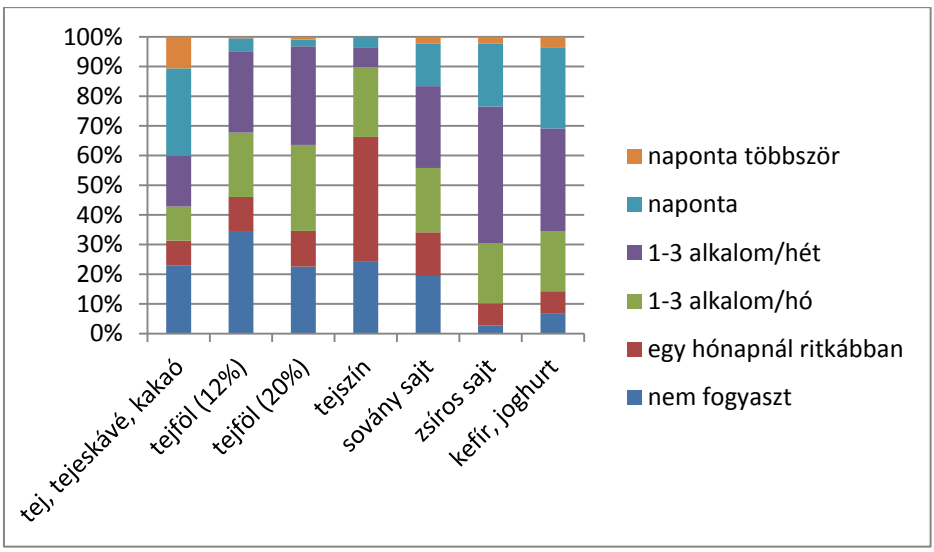
2. ábra
Szénhidrát forrást jelentő élelmiszerek fogyasztási gyakorisága

Naponta ötször kellene nyers zöldséget és gyümölcsöt enni, sajnos a vizsgálati eredményekből az tűnt ki (3. ábra), hogy a munkavállalóknak csekély része táplálkozott így. A válaszok szerint naponta többször fogyasztott nyers zöldségeket 11,1%, nyers gyümölcsöket pedig 18,9%. Kedvező volt, hogy a snack-ek (chips, pattogatott kukorica) étkezésbe való beiktatása csak heti néhány alkalommal vagy attól ritkábban volt megfigyelhető. A jégkrém, fagylalt fogyasztás sem volt gyakori, havonta néhány alkalommal vagy ritkábban fordult elő.



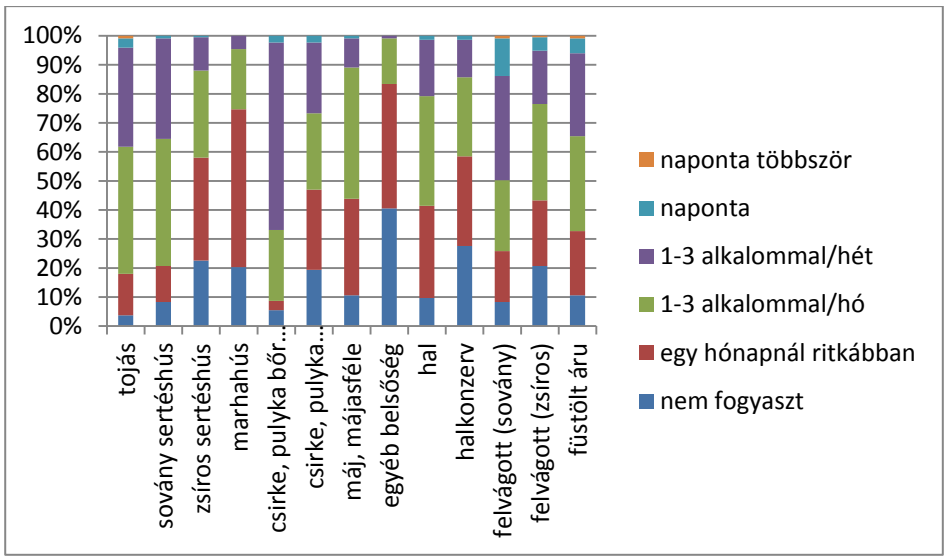
3. ábra
Zöldség-, gyümölcs-, édességfogyasztási szokás a mintában

Felnőttkorban napi fél liter tej vagy ennek megfelelő sovány tejtermék bevitele a javasolt. Különböző zsírtartalmú tejet azonban csak a választ adók 40,1%-a ivott naponta, akár többször is (4. ábra). A sajt- és joghurtfélék napi rendszerességgel történő fogyasztása szintén csak kis arányban fordult elő. Sajnos, kedveltebbnek mutatkozott a zsírosabb sajtfélék és a tejfölök beiktatása étkezésükbe.



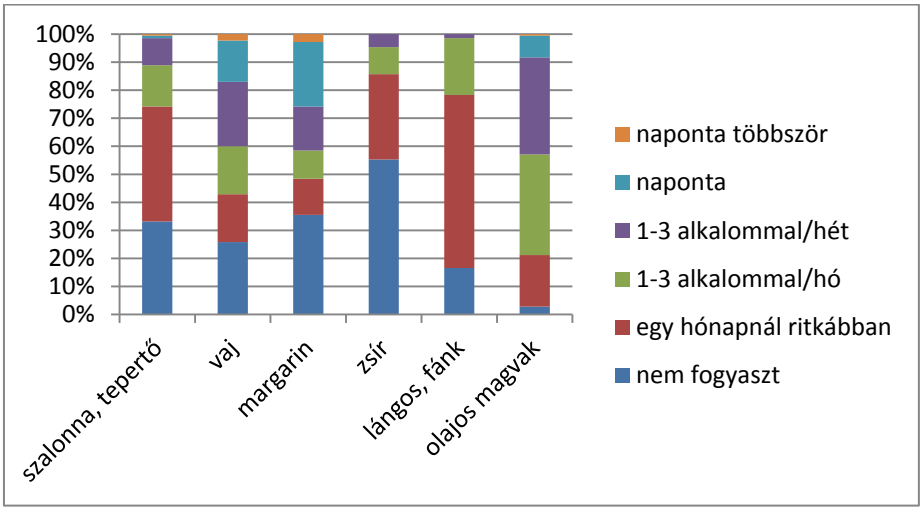
4. ábra
Tej, tejtermékek fogyasztási gyakorisága

A megkérdezettek többsége heti vagy havi 1–3 alkalommal evett meg átlagosan 3–4 darab tojást, amely mennyiség megfelel a táplálkozási javaslatnak (heti 5 darab), akkor is, ha figyelembe vesszük az élelmiszerekben, ételekben lévő tojásmennyiséget is (5. ábra). Jobban kedvelt volt a sovány sertéshús és a bőr nélküli csirke, pulykahús fogyasztása, mint a zsírosabb húsoké. A hal különösen fontos, nemcsak a fehérje bevitel szempontjából, hanem a tengeri halak esetében az omega-3 zsírsav bejuttatása miatt is. Sajnos, csak a minta egyötöde (20,8%) esetében teljesült, hogy heti 2 alkalommal halhúst is ettek; 14,3% halkonzerv formájában evett halat. A zsírosakhoz képest kedveltebbnek mutatkozott a sovány felvágottak fogyasztása. Füstölt áruk 94%-nál legfeljebb heti 1–3 alkalommal vagy annál ritkábban fordultak elő, ez előnyös, hiszen magas nátriumtartalmuk élettani szempontból nem kedvező.



5. ábra
Tojás, hús és húskészítmények fogyasztási gyakorisága

Főzés során elsősorban (63%) napraforgóolajat, 22,7%-uk olíva- vagy repceolajat használt. 5,6%-uk kókuszzsírt vagy -olajat, 7,4%-uk állati zsiradékot is felhasznált, a margarin és a vaj alkalmazása elenyésző számú volt (6. ábra). Vélhető, hogy ennek anyagi vagy szokásbeli okai voltak. Kenyérkenéshez gyakrabban használták a margarint, mint a vajat, de mindkettő kedvelt volt, a zsíros kenyér viszont meglehetősen ritkán jelent meg étkezésükben. Nem volt gyakori a szalonna, a tepertő s különösen a lángos vagy a fánk fogyasztása, ezekhez képest előtérbe helyezték az olajos magvakat.



6. ábra
Zsírdús élelmiszerek, zsiradékok fogyasztási gyakorisága

Az egészséges táplálkozás részét képezi, hogy az ételeket kevésbé sósan készítsék, és inkább fűszerezéssel próbáljanak ízesíteni. Az egyetemi dolgozók több mint fele (61,8%) esetében ez igaznak mutatkozott, azaz csak a főzéskor hozzáadott sómennyiséget fogyasztották el, 32,7%-uk a kevésbé sós, sótlan élelmiszereket, ételeket részesítette előnyben. Szerencsére kevés számban fordult elő (5,5%), hogy annyira sósan étkeztek, hogy az elkészült ételt külön is megsózták.

Többségük (93,1%) nem követett alternatív táplálkozási formát, a szemi-vegetáriánust 2,8%-uk vállalta, a reformtáplálkozást követők pedig 2,3%-ot tettek ki.

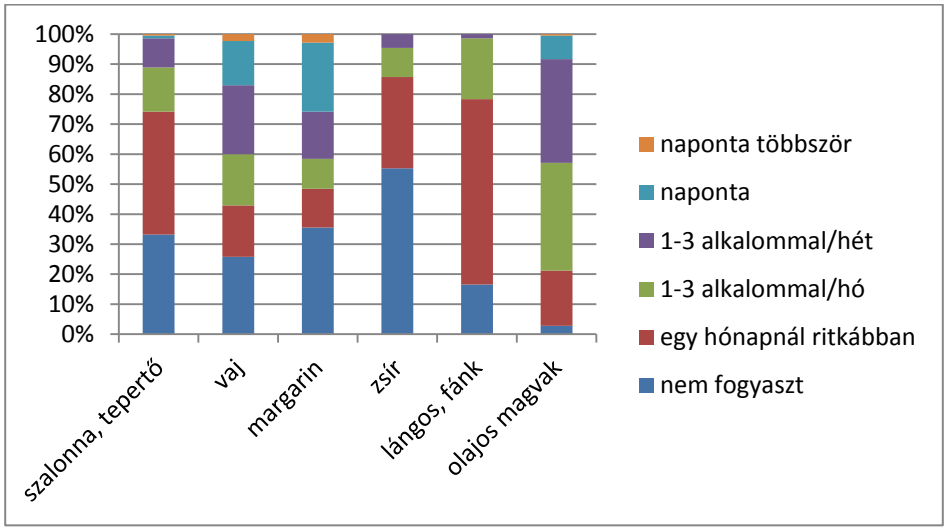
Mindössze 6,9%-a követett valamilyen divatos diétát fogyókúrázás céljából. Többségük rendszeresen vitt be a szervezetébe vitamin és/vagy ásványi anyag készítményt.

A diétázók részmintáján adódó vitaminfogyasztási szokásokhoz hasonlóan a teljes vizsgálati mintában részt vevők 64,5%-a esetében rendszeres volt a vitamin és/vagy ásványi anyag készítmény bevitele, amely elsősorban kombinált formában történt (40,1%), másodsorban viszont csak vitaminokat jelentett (21,2%).

Mozgás

A válaszadók 78,2%-a végzett valamilyen testmozgást. Ebbe beleértetődött az aktív gyaloglás, a kocogás, a kerékpározás is, amit minimum hetente egyszer végeztek. Ezt 33,7% hetente 1–2 napon, 22,1% 3–4 napon, 20,0% 5 napon, 24,2% pedig naponta megtette.

Sporttevékenységet a dolgozók 44,8%-a végzett, általában heti több alkalommal (79,4%). Mindezt nem a barátaik vagy gyermekük/gyermekeik javaslatára folytatták (7. ábra), hanem elsősorban azért, hogy egészségesek legyenek (90,8%), a jó közérzet kialakításához (66,3%), mert örömet okozott a számukra (57,1%), hogy edzettek legyenek (53,1%), vagy csak azért, hogy jól nézzenek ki (48,0%). Kilenc esetben orvosi javaslatra végezték. A mintában részt vevők 12,7%-a viszont nem űzött sem testmozgást, sem pedig sporttevékenységet.



7. ábra
A munkavállaló sporttevékenység végzésének célja

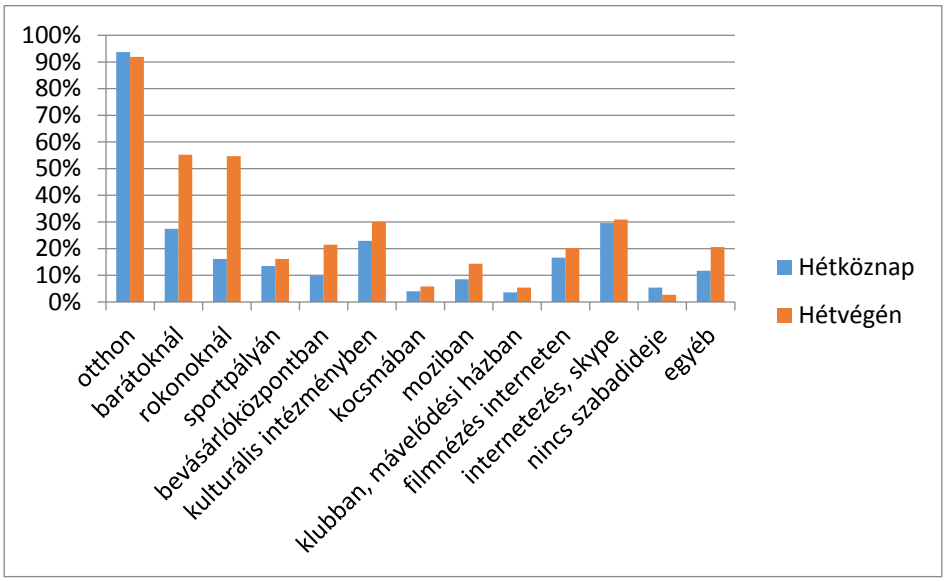
Szabadidő

Az egyetemi munkavállalók egy átlagos szabadnapon is átlagosan két és fél órát foglalkoztak munkahelyi dolgaikkal, amit vagy otthon, vagy a munkahelyükön végeztek. Egy szabadnapon nyolc órát aludtak, 6-6,5 órát munkával töltöttek, illetve négy és fél órányi szabadidős tevékenységet végeztek. Ez utóbbi módon eltelt órák száma lényegében kedvezőnek mondható. Ez túlnyomórészt olvasással, beszélgetéssel, vendégeskedéssel, sütéssel, főzéssel, sétálással, tévénézéssel, zenehallgatással, kirándulással, kertészkedéssel vagy éppen sportolással telt el (2. táblázat).

Tevékenység	%	Tevékenység	%	Tevékenység	%
szórakozóhely látogatása	9,0	**sport**	28,7	**olvasás**	73,1
zenehallgatás	37,2	**kertészkedés**	36,3	**sütés, főzés**	54,3
aktív zenélés	9,0	**barkácsolás**	11,7	**sétálás**	48,4
tévénézés	43,5	**kézimunka**	13,9	**kirándulás**	37,2
mozi	13,0	**sakk, kártya, bridzs, társasjáték**	10,3	**vadászat**	1,4
színház, hangverseny	20,6	**biliárd, teke, bowling**	2,7	**unokázás**	1,4
beszélgetés, vendéglátás	62,8	**egyéb játék**	13,5	**nyelvtanulás**	1,4

2. táblázat
A munkavállalók szabadidős tevékenysége

Egy átlagos hétköznap is majdnem két órát (1,84±1,29) volt lehetőségük szabadidős tevékenységekre fordítaniuk. Mindössze 5,4% válaszolta azt, hogy hétköznap nincsen szabadideje. Ezt az időt elsősorban otthon vagy barátoknál, vagy kulturális intézményben töltötték, de rokonoknál vagy épp a sportpályán is tartózkodtak (8. ábra). Közel egyharmaduk internetezéssel, skype-olással vagy neten filmnézéssel töltötte el ezt az időt. Hétköznap kevesen voltak klubban vagy művelődési házban. Viszont voltak olyanok is (2,7%), akik még hétvégén sem rendelkeztek szabadidővel.



8. ábra
A munkavállalók hétköznapi és hétvégi szabadidejének eltöltési módja

Üdülés

Kikapcsolódás céljából az elmúlt három év alatt az egyetemi dolgozók közel fele három vagy több alkalommal üdült belföldön, s külföldön is volt csaknem harmaduk (3. táblázat). A válaszadóknak majdnem a 40%-a azonban a három év alatt egyszer sem üdült külföldön.

	Belföldön (%)	Külföldön (%)
Egyszer sem	16,6	38,6
Egy alkalommal	14,3	22,4
Kettő alkalommal	22,9	11,2
Három vagy több alkalommal	46,2	27,8
Összes	100,0	100,0

3. táblázat
Az egyetemi vizsgálatba bevont munkavállalók elmúlt három év alatti üdülési szokásai

Akik belföldön nem voltak nyaralni az elmúlt három évben, azok többnyire külföldön sem voltak; akik viszont három vagy több alkalommal is eljutottak belföldön nyaralni, azok közel fele ugyanennyi alkalommal utazott külföldre is (4. táblázat).

		Külföldi nyaralások száma az elmúlt három évben(%)				
		Nem volt külföldi nyaralás	Egy alkalommal	Kettő alkalommal	Három vagy több alkalommal	Összesen
Belföldi nyaralások száma az elmúlt három évben %	Nem volt belföldi nyaralás	11,7	2,2	0,9	1,8	16,6
	Egy	7,2	3,6	1,3	2,2	14,3
	Kettő	9,0	8,5	2,2	3,1	22,9
	Három vagy több	10,8	8,1	6,7	20,6	46,2
	Összesen	38,6	22,4	11,2	27,8	100,0

4. táblázat
Nyaralások száma az elmúlt három évben

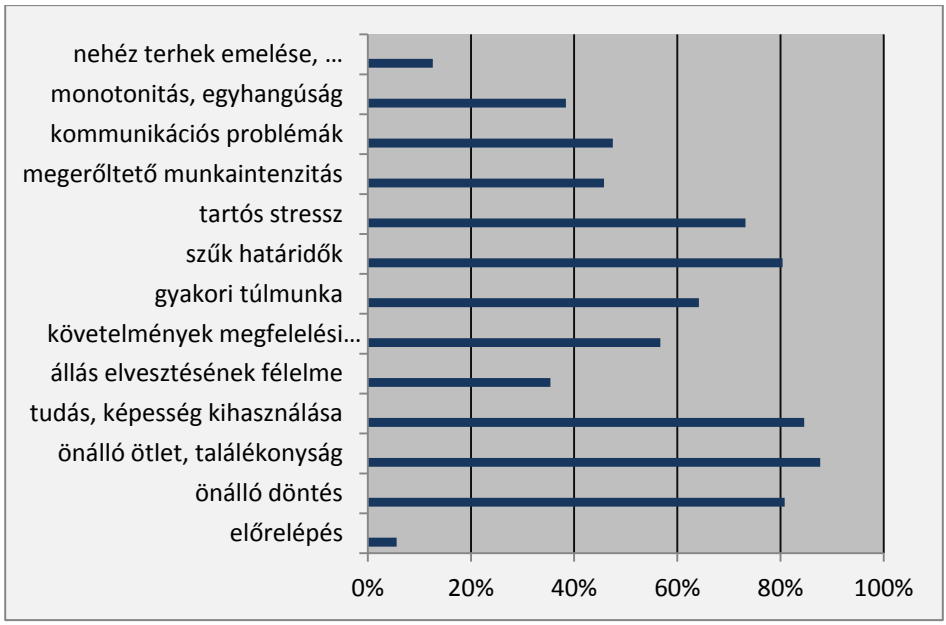
*Szűrővizsgálatokon való részvétel*A nők emlőszűrésre kétévente (42,4%) vagy annál ritkábban (34,0%) mentek el, a méhnyakszűrésen való részvétel többségüknél éves rendszerességgel (64,5%) megtörtént. Nem volt kevés azonban azon nők száma, akik ritkábban, mint kétévente vettek részt a méhnyakszűrésen (18,7%).

Munkakörnyezet, munkatevékenység jellemzése

Egy tízfokú skálán, ahol az 1-es érték a „nem megterhelő" és a 10-es érték a „nagyon megterhelő" kategóriát jelentette, inkább szellemileg érezték megterhelőnek munkájukat a választ adók (átlag: 6,8, SD=2,31).

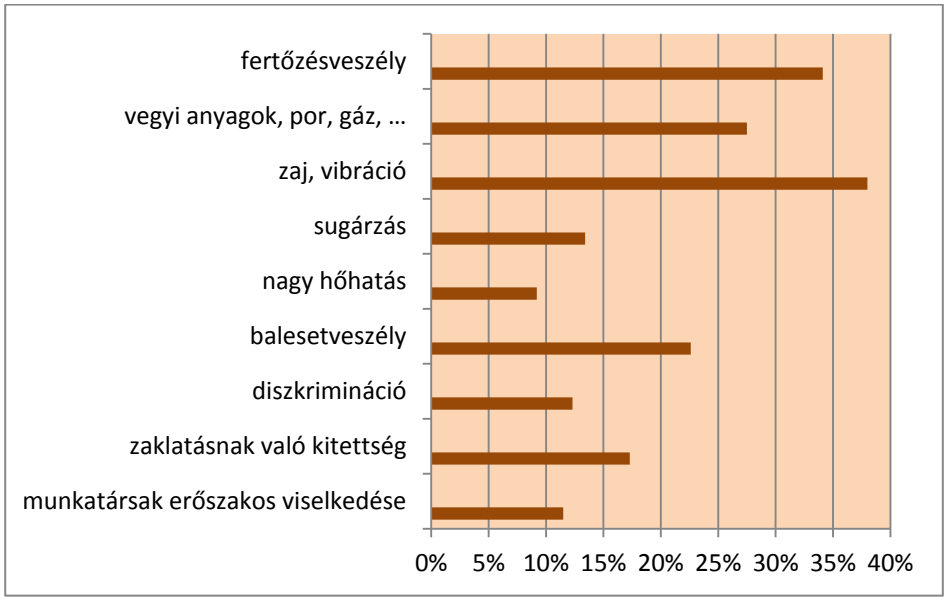
Átlagosan napi 7,8 órát (SD=1,77) dolgoztak munkahelyükön, és 2–2,5 órát (SD=2,60) munkaidőn túl is foglalkoztak a munkahelyi dolgaikkal. Napi szinten átlagban 5 órányi időtartamban (SD=2,55) számítógéppel végezték munkájukat. Az életkor és a számítógép előtt töltött idő negatívan korrelált ($r=-0,24$, $p<0,01$), azaz minél idősebb volt valaki, annál kevesebb időt töltött számítógép előtt. A munkaórák számának növekedésével megnövekedett a szellemi ($r=0,19$, $p<0,01$) és fizikai megterheltség ($r=0,15$, $p<0,05$) szintje is. E tendenciával egyezően, a túlórák számával szintén emelkedett a fizikai ($r=0,23$, $p<0,01$) és szellemi terheltség ($r=0,14$, $p<0,05$). Ugyanakkor a számítógép előtt töltött órák száma negatív kapcsolatot mutatott a túlórák számával ($r=-0,20$, $p<0,01$).

Az oktatóknak megítélésük szerint lehetőségük volt tudásuk, képességük kihasználására; önálló döntések meghozatalára, munkájuk általában sok önálló ötletet, találékonyságot kívánt (9. ábra). De a tartós stressz, a szűk határidők és a gyakori túlmunka is jelen volt munkájukban.



9. ábra
Végzett munkatevékenység jellemzői

Megkérdeztük véleményüket a munkakörnyezeti körülményekről is (10. ábra). A válaszadók több mint egynegyede zajnak és vibrációs hatásoknak, fertőzésveszélynek volt kitéve, illetve vegyi anyagok, por, gáz jelenlétében végezték munkájukat. Közel egyötödüknek volt része munkahelyi zaklatásban, és több mint 10,0%-uk jelezte a kollégák erőszakos viselkedését.



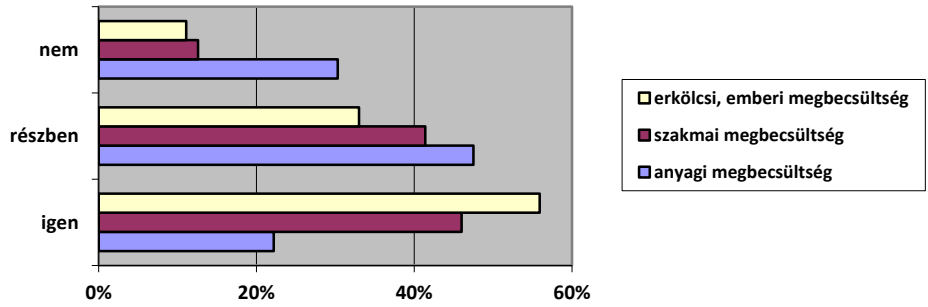
10. ábra
Munkatevékenységet alapvetően jellemző környezeti körülmények

Munkahelyükön 20,7%-uknak nem volt lehetősége, hogy munkaeszközeit testi adottságához igazítsa.

A munkavállalók az elmúlt öt évben a munkakörülmények javítása érdekében tett intézkedések közé tudták sorolni az ételmelegítési és tárolási lehetőségeket, a külön étkező helyiség meglétét (5,1%) és a rugalmas, családi körülményekkel összeegyeztethető munkaidőt (44,8%). A klíma felszerelését (44,1%), az egyéni adottságoknak megfelelően beállítható bútorokat (32,2%); a számítógépek folyamatos korszerűsítését (29,9%), a munkavégzés közbeni szünet lehetőségét (24,1%) is említették. Egy tízfokú skálán 4,5-ös (SD=2,35) átlaggal értékelték az egyetemi munkavállalók egészségi állapotának megőrzésére, javítására vonatkozó intézkedéseket, ahol az 1 az „egyáltalán nem elégedett", míg a 10 a „maximálisan elégedett" véleményt jelentette. Jelentős volt azok száma (17,6%), akik szerint nem történt az elmúlt öt évben ilyen irányú intézkedés.

A dolgozók mind a munkatársaikkal (54,4%), mind a feletteseikkel (46,0%) általában jól kijöttek. Nem kis számban volt említve, hogy harmonikus, jól együttműködő a viszony a munkatársakkal (34,9%), a felettesekkel (39,1%). Bizonyos esetekben viták mind a két kapcsolat megítélésénél megjelentek.

A munkavállalók inkább erkölcsileg, emberileg (55,9%) érezték magukat megbecsülve, anyagilag azonban csak kisebb mértékben (47,5%) (11. ábra).



11. ábra
A munkavállalók munkahelyi megbecsültsége

A munkahelyi légkört egy tízfokú skálán inkább jónak (6,9 átlag, SD=2,02) ítélték meg, amely skálán az 1 a „nagyon rossz" és a 10 a „nagyon jó" értéket jelölte. A munkahelyi légkör és a szellemi megterheltség mértéke negatívan korrelált, azaz minél jobbra értékelte valaki a munkahelyi légkört, annál kevésbé érezte munkáját szellemileg megterhelőnek ($r=-0,17$, $p<0,01$).

Az egyetemi dolgozók 36,0%-a tudott az egyetem keretein belül olyan szabadidős tevékenység létezéséről, amelyen lehetősége is lett volna részt venni. Meglepő volt viszont, hogy 17,6% állítása szerint nem volt ilyen, s jelentős volt azok aránya (46,4%) akik nem tudták konkrétan megnevezni.

Összegzés

A Szegedi Tudományegyetemen dolgozók – elsősorban a nők – számára nagyon fontos volt a saját egészségük állapota. Néhány kivételtől eltekintve rendelkeztek egészségmegőrzéssel és egészséges életmóddal kapcsolatos ismeretekkel. A dohányzás és a rendszeres alkoholfogyasztás nem volt rájuk jellemző. Többnyire naponta háromszor étkeztek, folyadékként főleg vizet és ásványvizet fogyasztottak; kedveltebb volt a fehér, de gyakorinak mutatkozott a barna kenyér evése is. Étrendjükben elsődleges volt a sovány felvágott, a sovány sertés hús, a bőr nélküli csirke, a pulyka a húsfélék közül. Étkezésükbe a száraz hüvelyesek, a nyers zöldségek és gyümölcsök, a tej, a sajt és joghurtfélék, valamint a halhús gyakoribb beiktatása célszerű lenne. Az ételek utánsózása csak keveseknél fordult elő. Nem volt jellemző a divatos diéták, az alternatív táplálkozási formák követése. Jelentős számban végeztek rendszeres testmozgást, s a sporttevékenység is relatíve gyakori volt körükben. Szabadidejüket többnyire rokoni vagy baráti környezetben töltötték, de a kulturálódásnak, mozgásnak is teret engedtek. Sajnálatos, hogy volt közöttük olyan, aki üdülés céljából elutazni az elmúlt három évben egyszer sem tudott. A szűrővizsgálatokon való részvételük a hazai átlagnak megfelelőnek mutatkozott.

A többségében alkalmazotti, kisebb részben vezető beosztásban lévő egyetemi dolgozók napi 10–10,5 órát foglalkoztak munkahelyi dolgaikkal, amit még munkaidejükön túl is meg kellett tenniük. Átlagosan napi 5 órát dolgoztak számítógép előtt. Munkájukat elsősorban szellemileg érezték megterhelőnek. Munkavégzésüket jellemezte a tartós stressz, a szűk határidők megléte, a gyakori túlmunka. Sokan úgy végezték munká-

jukat, hogy féltek állásuk elvesztésétől. Jónak ítélték azt, hogy feladatuk végzése során lehetőséget kaptak önálló döntések meghozására, s hogy meglévő tudásukat ki tudták használni. Munkájukat megfelelő munkahelyi légkörben, általában jó munkahelyi kapcsolatok meglétében végezhették.

Sajnálatos azonban, hogy vannak még olyan részlegei az egyetemnek, ahol nem volt lehetősége a dolgozónak a munkaeszközeit a testi adottságaihoz hozzáigazítani. Az információáramlás sem mutatkozott kellően hatékonynak, mivel sokan nem is tudtak róluk, illetve nem volt lehetőségük az egyetem által nyújtott szabadidős tevékenységekben részt venniük. Az anyagi megbecsültségről általában nem nyilatkoztak pozitívan; a válaszadók fele megfelelőnek, közel egyharmaduk rossznak vagy nagyon rossznak ítélte a saját anyagi helyzetét.

Összességében megállapítható, hogy a vizsgálatba bevont SZTE egyetemi munkavállalók egészségmagatartása megfelelőnek volt tekinthető, munkatevékenységeiket szubjektív szempontból többnyire kellő légkörben, jónak mondható munkatársi kapcsolatok mellett tudták végezni.

Figyelembe kell azonban venni, hogy a felsőoktatásban egyre több az elvárt feladat, egyre nehezebb a követelményeknek megfelelni, a munkaintenzitás többnyire megerőltető, s mindezeket a megterhelő változásokat az anyagi és erkölcsi elismerés nem igazán követi. (2002 óta lényegében ugyanazért a jövedelemért végzik a felsőoktatásban dolgozók a feladatukat, a 2016-os évben került sor egy 15%-os fizetésemelésre.) A felsőoktatásban dolgozók igyekeznek a minőségi képzés szintjét megőrizni, de a megfelelő jövedelem adta életszínvonal biztosítása, az infrastrukturális, az egészségi állapotot egyértelműen befolyásoló munkahelyi körülmények javítása, a stresszhatások mérséklése, a burning-out folyamatba történő bekerülés és az említett okok miatt távozók növekvő arányának megelőzése érdekében szükséges lépések megtétele nélkül a felsőoktatás elkerülhetetlen minőségi romlása fog bekövetkezni. Ez viszont sem a hallgatóknak, sem az felsőoktatásban dolgozóknak, sem pedig az irányítóknak nem lehet érdeke.

IRODALOMJEGYZÉK

Anderson, S. E., Coffey, B. S., Byerly, R. T. (2002): Formal organizational initiatives and informal workplace practices: links to work-family conflict and job-related outcomes. *Journal of Management,* 28 (6), 787–810.

Batt, R., Valcour, P. M. (2003): Human Resources Practices as Predictors of Work – Family Outcomes and Employee Turnover. *Industrial Relations – A Journal of Economy and Society,* 42 (2), 189–220.

Dr. Benkő Zsuzsanna, Dr. Tarkó Klára, Lippai László, Dr. Erdei Katalin. (2008): Hagyomány és modernitás a Visegrádi négyek országainak életmódjában – nemzetközi összehasonlító elemzés. *Népegészségügy,* 86. évfolyam 1. szám, 26–36.

Chu, C., Driscoll, T., Dwyer, S. (1997): The health-promoting workplace: an integrative perspective. *Australian And New Zealand Journal of Public Health,* 21 (4), 377–385.

Cohen, S., Wills, T.A. (1985): Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin,* 98 (2), 310–357.

Cubrilo-Turek, M., Urek, R., Turek, S. (2006): Burnout syndrome: assessment of a stressful job among intensive care staff. *Collegium Anthropologicum,* 30 (1), 131–135.

Elliott, M. (2003): Work and Family Role Strain Among University Employees. *Journal of Family and Economic Issues,* 24 (2), 157–181.

Hutchinson, A. D., Wilson, C. (2011): Improving nutrition and physical activity in the workplace: a meta-analysis of intervention studies. *Health Promotion International,* 27 (2), 238–249.

Lippai, L., Erdei, K. (2014): Lelki egészségfejlesztő programok előkészítése városi szinten – a hódmező-vásárhelyi lelki egészségfelmérés elemzésének tanulságai. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika,* 15 (4), 351–371.

More, A. K. (2014): Study on work life balance among the teaching professional in higher education system in reference to rural area. *International Journal of Marketing, Financial Services & Management Research,* 3 (12), 209–221.

Sparks, K., Faragher, B., Cooper, C. L. (2001): Well-being and occupational health in the 21st century workplace. *Journal of Occupational and Organizational Psychology,* 74, 489–509.

Thomsen, S., Arnetz, B., Nolan, P., Soares, J., Dallneder, J. (1999): Individual and organizational wellbeing in psychiatric nursing: a cross-cultural study. *Journal of Advanced Nursing,* 30 (3), 749–757.

Yildirim, D., Aycan, Z. (2008): Nurses' work demands and work-family conflict: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies,* 45 (9), 1366–1378.

Community-supported agriculture from the perspective of health and leisure*

KIS BERNADETT

Spring

The idea for the study on which this paper is based emerged when I was looking at a photo taken at a farm event on a sunny Saturday morning in September 2012. Most men in the picture are collecting heavy pumpkins, while the women are busy cooking a large bowl of ratatouille. Some children are crawling on and into the boxes of pumpkins, others are trying to use the corn shredder. All seem to be enjoying what they are doing. One among them is me. Calling back my memories of that harvest feast, questions arose in me: what is happening there? What am I doing there? Am I working? Am I spending my leisure time? Or am I promoting my health? Or all of these?

Of course these questions did not come out of the blue. I am a psychologist working in higher education in an institute of health promotion and I have been a member of a community-supported agriculture (CSA) initiative for two years spending a lot of my leisure time in it. CSA is a particular approach to the production and distribution of local food. It is based on the direct connection between a nearby farmer and people who eat what the farmer has produced. An early proponent of the movement, Robyn Van En summed it up like this: 'food producers + food customers + annual commitment to one another = CSA + untold possibilities' (Henderson, Van En, 2007. p. 3). The commitment is advantageous for both sides; the farmer can build a direct and long-term relationship with his customers, paying attention primarily to food production, and the customers will know where the food comes from, how it is produced and who produces it (Réthy, Dezsény, 2013). This notion of the farmer's accountability to the customers is largely responsible for the emergence of several local agricultural forms (e.g., farmers' markets, community gardens, direct marketing production; Mair, Sumner and Rotteau, 2008). The distinguishing feature of CSA is its capacity to establish communities around the interwoven issues of food, land and nature (Groh, McFadden, 1997). People support local producers who respect the integrity of the ecosystems (Mair, Sumner, Rotteau, 2008), who know that the health of the ecosystems lies in diversity, connectivity and relationships which have been cut up by capitalism (Büscher et al. 2012). CSA belongs to those movements which seek to 'to de-link wholly or partially from the overwhelming powers of neoliberal globalization' (Harvey, 2005. p. 200-201) and can be seen as a step towards the decommodification of food (Hinrichs, 2000) and nature. It brings together producers and consumers in a local food network where the farmer engages in supplying the customers with whatever the farm gives throughout the year and the consumers' engagement is manifested by their upfront payment and commitment for the entire season. In this effort, consumers become 'sharers' of a farm (philosophically they have their common farm) and they share both the 'inherent risks and potential bounty' (Henderson, Van En, 2007. 3.). By changing both production and consumption patterns,

* The present paper was first published in: Annals of Leisure Research. 2014. Vol. 17, No. 3, 281–295, http://dx.doi.org/10.1080/11745398.2014.941885

CSA offers a partial alternative to the ruling economy. As CSAs have strong links to the organic farming movement which addresses sustainability questions, CSA is also seen as a solution to problems presented by modern industrial agriculture (Vadovics, Hayes, 2007). The emergence of the French AMAP, the Portuguese Reciproco, the Canadian Agriculture soutenue par la communauté and many more CSAs worldwide show that people from different countries respond the same to the challenge of globalization and try to adapt CSA principles to local features (Henderson, 2010).

In Hungary, the idea of CSAs is relatively new; besides an attempt of the Open Garden Foundation (Nyitott Kert Alapítvány) at around the millennium – when consumers after the restricted economy of the socialist regime seemed not yet ready for an economic model which offered limited choice (Vadovics, Hayes, 2007) – there have not been such initiatives until a few years ago. Even now there are only half a dozen so-called share CSAs in Hungary, the creation of which was a result of a project coordinated by the international network of community-supported agriculture, URGENCI, to disseminate the French AMAP[1] concept in Central and Eastern Europe (Henderson 2010). One of these CSAs is the Wheel of the Year Ecofarm where I am a member and where the farmers wanted to establish a CSA like farm and community based on the French AMAP principles.[2] As they say their mission is to create 'a network connecting CONSCIOUS urban and rural people who are RESPONSIBLE for their own health and that of the environment, as well as INTERESTED in local communities and the landscape around them' (http://evkerek.blogspot.hu/).

So the roots of my original questions came partly from my involvement in this Vegetable Community and partly from my experience as a university teacher in an institute of health promotion. There was one more thing: our institute was to hold an international conference on leisure. It was then that I started focusing on leisure and wondering about my own leisure in the light of my CSA membership. Empowered by Blackshaw (2010, xv), who in his book, *Leisure*, 'rejects the pre-ordained distribution of academic territory which normally decides who is qualified to speak about what', I decided to investigate my membership from a health and leisure perspective, the former being a known, the latter being quite an unknown aspect for me. I just felt that a traditional, structuralist view on leisure, which I was familiar with, would be too narrow and outdated in the twenty-first century to describe my leisure associated with my CSA membership, so I wanted to explain and interpret it in the light of literature which demonstrate how leisure is reappraised in a postmodern context (Blackshaw, 2010; Rojek, 1995, 2001, 2010).

One may ask whether a CSA membership qualifies as a leisure activity. Here I rely on the arguments of Ravenscroft et al. (2013) who in making reference to Roberts (2011), Mair ([2002] 2003) and Blackshaw (2010) says 'yes'. So I decided to dedicate an entire season (from the spring of 2013 till February 2014) to observe, analyse, critically reflect upon and interpret CSA from the perspective of health promotion and leisure. Deciding on an appropriate methodology was not an easy task. I knew that it would be impossible to distance myself from the material; I bring my background and my identity into this research, and this should be obvious. I took to heart Peshkin's discussion on the role of subjectivity:

My subjectivity is *the* basis for the story that I am able to tell. [..] It makes me who I am as a person *and* as a researcher, equipping me with the perspectives and insights that shape all that I do as a researcher. (Glesne, Peshkin, 1992. 104.)

So subjectivity was something to capitalize on. I would position this paper on what Behar (1996. 174.) calls the 'borderland between passion and intellect, analysis and subjectivity, ethnography and autobiography, art and life'. My study seeking to address the questions of what my CSA membership tells us in terms of health promotion and leisure and how leisure, health and community-supported agriculture can be connected fits this concept as being on the 'borderland' of disciplines.

I applied the researcher as participant research methodology. My status was a complete member as I fully immersed in the research setting to 'grasp the complete depth of the subjectively lived experience' (Adler, Adler, 1994. 380). Data were collected from participant observation, personal discussions, personal communication, farm newsletters and documents, the community mailing list and records of core group meetings. I also used my feelings and reflections from auto-observation as vital data for understand-ing the world of CSA. First my observations were more general and over time they became more focused. The data collection process was intertwined and interactive with data analysis and interpretation. I identified key themes in my field notes and looked for interconnectedness between leisure and health associated with CSA. The three themes are: pleasure connected to food and eating, resistance and gifting, and I added two from scholarly literature on postmodern leisure: devotional practice and search for meaning derived from liquid leisure (Blackshaw, 2010) and civil labour (Rojek, 2001, 2010). These five themes form the basis of my analysis and structure my narrative. This paper is both a process and a product. It tries to grasp how I have changed throughout my study and how it has reorganized the work-leisure relationship in my life. The narration follows the changing of the seasons in deep honour of our farm, the Wheel of the Year Ecofarm.

This farm is a small, independent, labour-intensive certified organic family farm run by a young couple, who have qualifications in agriculture. They produce more than 100 different types of vegetables per year. Some of these are heirloom vegetables which are not used in modern large-scale agriculture. Their customers are called Members. The farm provides 40 boxes of vegetables a week, which practically means that they supply 60-65 families with vegetables week by week.

There is a written agreement between the farmers and each member of the community, signed before each season, in which mutual commitments are laid down. It specifies the time and place of the distribution of the boxes and the payment conditions; members are to pay monthly, which is not as strict as the French AMAP model in which customers are to pay for the whole year before the agricultural year begins. The farmers, as they say, would not have had the courage to ask for full prefinancing within Hungarian conditions. They try to increase gradually the length of the commitments to make people get accustomed to this new economic and social initiative. The agreement mentions and the farmers themselves keep on emphasizing that the money the customers pay is not for the price of the vegetables but financing of the production of the vegetables. Actually, the whole year budget of the farm (all costs and human work) is distributed among the community members. For some people, it might be difficult to adapt to the system at the beginning. However, the weekly farm newsletters, the exchange

box at the pick-up point and the possibility of sharing the boxes serve to ease this adaptation.

The year 2013 means a change in the farmers' lives. Because of environmental and personal reasons they have decided to give up the Budapest community where they have also delivered their produce, so the Szeged community is to be enlarged. As the first rays of the sun come out, I get news from them on the community mailing list stating that a meeting is going to be held to recruit some new members. Old members are welcome to speak about their experiences. Though I have loads of work to do, I cannot resist going as I am deeply grateful for what we got last year from the farm and the community. I listen again to the accounts of the farmer's wife on the French AMAP and I am again (and ever since) fascinated by both the idea and her character. A young woman with calloused, workman's hands, full of enthusiasm, natural charm, and authentic and clear thoughts.

I look at the people and wonder why they are here, what motivates them to join a CSA. I recall my memories of my first encounter with the CSA. It was two years ago that with loosened familial ties, being a bit disillusioned by the structural transformation of the Hungarian higher education, I was looking for new impulses in my life and was on a quest to find a livable community when I saw the notice about a forthcoming meeting at the local Waldorf school about CSA. The scene attracted me as Waldorf pedagogy is characterized as 'alternative', so I assumed that this initiative was something considered alternative. One more thing that attracted me was that it was associated with food, healthy food, and as being passionate for gastronomy I was more than curious though I thought, as a health promoter, my husband and I were on a healthy diet.

This audience seems to grab the message of AMAP: the farm needs people, people need the farm. After the presentation, four of us are speaking about our experiences of the previous year. All of us mention that it is invaluable to have freshly harvested, seasonal organic produce every week from kind, authentic and deeply committed people who grow these vegetables with utmost care and love. We speak about how the system has changed our cooking and shopping habits, which seems to be a usual consequence of being a member according to most studies (Saltmarsh, Meldrum, Longhurst, 2011).

This time the introduction of the applicants is left out which I feel is a bit of a loss compared to last year when sitting in a circle we introduced ourselves and spoke about our motivations to join. I remember telling everyone that besides having local fresh food, I was looking for a community, which made me an odd-one out. The majority of the people expressed their wish to have an access to quality food and there were also some whose motivations went beyond it; these people wanted to support a local farmer and small-scale agriculture. Both motivations are characteristic of people applying for an AMAP membership (Girou, 2008). The introduction seemed useful as it turned out that some of us live very close to each other, though we had never met before. The seeds of a community were sown there.

As the weather gets warmer, we are called to take part in a meeting at the farm to start the season. It is a good opportunity for us to learn more about the farm and farming techniques and mingle with the new members. The farm is marvellous, neatly arranged, we can find every shade of green. Beautiful beds abound, we are convinced that the vegetables are produced in an organic way. The stuffed socks we see inbetween the salad lines intrigue us, and we learn that they are filled with wool because it is said that wool keeps roes away. Knowing that our vegetables are produced in a sustainable and resilient way gives us a feeling of trust. I proudly watch this marvellous

farm and the beautiful landscape and think that it exists partly because of my and the community's commitment to our CSA.

The season starts and the first pick-up day has arrived. I am eager to meet the community members again and to see what nature can offer us at this time of the year. The first box contains asparagus, chives with their edible flowers, sunchoke, arugula and many more marvellous vegetables. I cannot resist smelling and tasting them. During the evening, I am sitting in our garden with my husband with two plates of fresh green vegetables, a real treat for us, a gift from the farmers and nature. As the rich flavours of these vine-ripened vegetables are exploding on our taste buds, we feel that this is one of the biggest luxuries in this modern consumerist world. I think everyone should have the right to access such fresh and healthy food.

As we are well into May, I decide to build a composter because there is so much green waste from the vegetables, and I feel this is so precious, part of something that was grown with love and care, that we should give it back to the life cycle. It takes a day for us to plan and build the wooden composter but by the end of the day it stands in the corner of the garden and we proudly watch our creation. Recycling enlivens our home, new waste collection techniques are being formed. I really feel now that we contribute to the health of the environment. I do not just teach about environmental health at the university, but actively do for it. CSA slowly permeates my life.

Summer

The season of growth, bounty, pleasure and love. Boxes are filled with various kinds of salads, other leafy greens, carrots and fennel with its immensely mild long green edible leaves, rainbow coloured Swiss chard and courgettes in various shapes and colours, fragrant herbs which usually decorate and perfume our home until they are eaten.

During the summer pick-ups, after putting the vegetables into my basket, I often sit under the huge, shady trees and share ideas with other members about food, family, life or environmental problems or watch children playing and members coming and lining up at the registration table waiting their turn to tick their names. Most of them do not seem to be annoyed that the members at the beginning of the queue and the farmer get into lengthy conversations. The pace and time are slower in this food community. We seem to be part of a growing minority who chooses slowness over speed. The Slow Movement propagates the right to determine our tempos so to live and do things at the right speed. By doing this, we can reclaim 'the time and tranquility to make meaningful connections' (Honoré, 2004. 277.) with people, with nature and with ourselves. So this community is immune to the 'hurry virus', the feeling of having to rush all the time which has been identified as a cause of illnesses (Tranter, 2010). This is certainly a health benefit and there are some more. With statements like 'I'm all green inside' or 'My body is purified and I have clearer thoughts', members express that eating these vegetables contributes to their physical and mental well-being and they also support the health of the environment. The idea of CSA encompasses all perspectives of a modern health conception: the physical, mental, social, environmental and the spiritual dimensions (Benkő, 2005), and I have a deep conviction that what happens here is health promotion in action. The World Health Organisation's (1986) Ottawa Charter defines health promotion as 'the process of enabling people to increase control over, and to improve their health'.

But how is it possible that my discipline, health promotion has not embraced the notion of sustainability? The problem has several levels. First, people promoting sustainable agriculture are mainly environmentalists with a systems orientation, while health professionals are trained in one or two disciplines and as a consequence have narrower insights into the food theme. Second, the problems of industrial agriculture are not described in key health concerns and while a person can be aware of the challenges of the global food system, it is difficult to integrate it into the current health paradigm (Cohen et al., 2004).

Also after the millennium, the health promotion community addressed the new forces that shape our health: new patterns of consumption and communication, commercialization, global environmental change and urbanization. The answer from health promotion officials was the creation of the Bangkok charter (World Health Organisation, 2005), in which one of the key commitments was the focus on communities and civil society saying that they 'often lead in initiating, shaping and undertaking health promotion. [E]mpowered communities are highly effective in determining their own health, and are capable of making governments accountable for the health consequences of their policies and practices'. In 2006, the Health in All Policies initiative was proposed during the Finnish presidency of the EU stating that health must become a critical goal of all governments.

Taking a look at these milestones of health promotion, I must say that the goals have been expressed but the implementation is still lagging behind. The civil society and communities, including the communities around CSAs, being conscious of these new forces that shape our health could react quicklier than governments. The initial role of these communities in promoting health is even more transparent when we learn that sustainable development and health promotion has not been linked for long. It was only in 2010 that Kickbusch linked the two agendas saying that 'in many cases, the best choices for health are also the best choices for the planet; and the most ethical and environmental choices are also good for health' (7). Recognizing the decisive role of the food system in what we eat and critising today's global food system as being dangerous to the health of the people and that of the environment, she urged to put food governance, production, distribution and consumption into the focus of health promotion. What she proposes to do at the global level, we do in our CSA at a local level. Soon I arrive at a whole-systems level of thinking: the importance of interconnectedness, relationships, consequences and feedback loops. I understand the disappointment of the elderberry producer who usually sells his products during the time of the pick-ups while he speaks about the efforts of local producers to sell their seasonal products in the shadow of big corporations.

As the food theme is a 'disciplinary buffet table' (Mair, Sumner, and Rotteau 2008, 381), it is not only health promotion that arrives at it but also a whole range of disciplines including leisure studies. The upcoming conference of the International Sociological Association Research Committee on Sociology of Leisure (Benkő, Tarkó and Lippai, 2013) organized by our institute gives me the opportunity to have a closer look at my CSA from the perspective of leisure and leisure studies. As a psychologist, I have just a strong intuition that my leisure can neither be described in terms of free time (De Grazia, 1964; Lippai, 2007) or activity (Kelly, 1996), nor as a residual category of work (Slater, 1998). There must be more to it.

My intellectual wanderings about leisure start with the Beijing Consensus on Leisure Civilization, a document of the International Sociological Association Research Committee on Sociology of Leisure (2010). I am deeply impressed by the wording and spent half a night trying to translate it to share with my collegues. It is so close to what I think of leisure. The parallel with health and health promotion seems evident for me. I find that the same forces have shaped our health and leisure, and the reaction from the leisure studies community and the health promotion community are very much alike. By making references to the respect of nature, reducing waste, promoting an environmentally friendly life, I feel sustainability is hidden among the lines, the very theme addressed by the health promotion agenda. In parallel with the spiritual dimension of health is the deep and creative contemplation that leads us to discover the true goal of life. Informed by Blackshaw (2010), I also find another parallel with health. As in modern health approaches, the focus is on how individual people interpret their health, what meaning they give to it, I feel the focus in leisure studies has moved towards the lived experiences, 'to place people's experience of leisure as the centre of their analyses' (115).

One of the key themes in our community is pleasure associated with food and eating. One source of pleasure comes from the sheer beauty of these vegetables. The experience can be compared to the aesthetic pleasure of watching a painting or other works of art. The other source of pleasure comes from the taste of these vine-ripened, chemical free products. A lot of members assert that they do not find any pleasure in eating store bought vegetables. Even their children turn away from these products. The pleasure of food and eating is also at the heart of the Slow Food Movement such as the propagation of eco-gastronomy, 'the notion that eating well should [,] go hand in hand with protecting the environment' (Honoré, 2004. 58.). The fusion of pleasure and ecological principles is the very theme our CSA is about. So to supplement what I have mentioned above: often the best food choices are the tastiest and healthiest; what is good to our health and the health of the planet is often the tastiest. By this emotional or sensual involvement, the preparation of food and eating becomes a leisurely activity and eating is not just a maintenance for life but enhancement.

Community festives and rituals are a good way to celebrate food and indulge in social relations. In August, there are some hints to me from the farmers to organize the bread feast but my other personal commitments sweep away even the idea of it in my mind though I am eager to feel what I felt at last year's bread feast. We were getting around a table under a huge shady tree and while sharing our home-made bread, pastes and marmelades, we were swapping ideas about food and life. It was a true convivial athmosphere. I remember telling the members that one thing that cannot be speeded up is bread baking. I use wild yeast which forces me to slow down and this adds a spiritual dimension to bread baking. This is my attempt to live better in a fast-paced postmodern world and I hope this act of deceleration 'gives another push to the Slow Movement' (Honoré, 2004. 17.). By changing how we think about food as one of our most basic needs which connects us to Mother Nature, we are changing our lifestyle (Benkő et al., 2009). I agree with Alice Waters, Slow Food International governor, that 'Loving food is the most personal and least abstract way to be an environmentalist'. So while eating can be a leisurely activity which is connected to pleasure, it is also a health issue, and 'an agricultural act' (Berry, 1990. 145.).

Autumn

As August gives way to September, the leaves on the trees begin to change, for a transitory period the farm still gives us the bounty of heirloom tomatoes with the flavour of summer, but at the same time root and tuber vegetables appear in our boxes that are much more characteristic of autumn. On the first pick-up day of September agreements for the autumn-winter are to be signed by both the farmer and the member. I notice a nice and friendly handshake between a member and the farmer, a gesture which I have never seen before. As I overhear their conversation, they are shaking hands for the fruitful partnership and the farmer is thankful for the trust and support. This handshake can be a symbol of a local food sytem but not that of the global food system. According to Anderson and Cook (2000), a local food system 'reworks power and knowledge relationships' (p. 112) by restoring the distorted physical, social and metaphysical distance between farmers and consumers and 'gives priority to local and environmental integrity before corporate profit-making' (p. 112). I become more and more aware that the involvement in our CSA has political implications related to power and ideology. There are a lot of statements within the community which uncover the resistance to the dominant food system. People often express their opposition to giant corporations and the agribusiness food complex. Members admit sometimes being ashamed that they do their weekly shopping in one of the supermarket chains even though they know they should refrain from it, as if it were a central value of this culture-sharing group to resist these temples of consumerist culture. Soon I also discover my own resistance through disagreements with my husband about where to shop and through the suspicion with which I search for the origin of a product. In our CSA, there is no need to look for labels, detecting the source of origin, as the vegetables come from the farm to our table as they are, without any packaging. They are 'food with the farmer's face on it', as the name of the first Japanese CSAs translates. The mutual trust between the farmer and the members is the guarantee. What I have experienced and observed is highly redolent with what leisure studies has embraced: the notion of leisure as resistance (e.g. Shaw, 2001; Mair, [2002] 2003), food as a key concept with an overtly political character (Harris, 2005) and eating 'as a locus for reflection, resistance, and the articulation of alternatives – the essence of political practice' (Mair, Sumner, Rotteau, 2008. 385.).

Our CSA challenges and rearticulates dominant ideological understandings not only about food but health as well. There are a lot of conversations going on within the community where people express their opposition towards the state health care system, medicalization or what Beck calls a 'risk society' (Beck, Giddens, Lash, 1994. 6.), and share ideas about alternative medical practices, or recommend alternative health care to each other. Sometimes I can do nothing but agree with them. However, I feel myself in a 'schizophrenic' position. Health promotion can be seen as representing the state and bureucray and to some extent the commodification of health, while my CSA membership can be interpreted within a social, environmental movement towards the decommodifica-tion of health and food which constitutes a political act. What I can do is to build my experiences into my university work but I agree with Labonte (1994) that vehicles must exist or be created through which social movement knowledge can be translated into broader sectors. Understanding the causes of these social movements 'may help [scholars and citizens as well] to engage the politics of popular culture and to

craft, refine, and put into action alternatives that benefit everyone' (Mair, Sumner, Rotteau, 2008. 400.).

I am more than satisfied with the vegetables we get from the farm but as with other members, the question also arises in me: where to get healthy local fruit, dairy products or meat. It is again a step for the community towards taking more control over our food/ system and health. Both health promotion (e.g., Kickbusch, 2010) and leisure scholars (e. g., Mair, Sumner, Rotteau, 2008) would say that our community is more and more empowered. Finally, the farmers make agreement with two local producers to sell organic fruit to the community members during the time of the pick-ups.

Our CSA is not only characterized by its resistance to the consumer market ideology, but it has a proactive, visionary sense of new social and economic relationships. If we accept that unchecked capitalism has contributed to the degradation of our agriculture and gastronomy, 'the remedy is not to be found in the marketplace, but rather in a set of spaces and practices that abandon the reductionist logic of the market altogether' (Dunlap, 2012. 42.). I have found practices that are not characteristic of the capitalist market. The farmers' dominant rhetoric involves gift and gifting. In the farmer-customer agreement and other farm documents there are references to gifting: the farmer's as being gifted by having a community around them; offering their knowledge as a gift to the community; nature giving us its gifts every week. This rhetoric is so powerful that it infuses our communication within the community. Once we were asked by the farmer how we could be even more contented, and a bunch of people including me assured him that we accept every kind of vegetable we get from the farm, may they be curved, grubby or a bit woody (but they rarely are so). We do not measure them. But why is it that my otherwise overly critical disposition is kept at bay? Because we do not take these vegetables as commodities but rather as gifts, the gifts of nature. Following Hyde's (2007) interpretation of gift – which is a freely made gesture to maintain the flow of resources – to measure, reckon value or to make a cost–benefit analysis would mean to step outside the cycle of the gift. If I did not feel like this, I would find Hyde's (2007) words too sentimental, 'the gift [...] when it comes speaks commandingly to the soul and irresistibly moves us' (xvii). It is this creative spirit of the gift that establishes bonds among us and we feel obliged to accept, give and reciprocate this gift; commodities do not have this nature and they rather disconnect people according to Hyde (2007). It is this continuous act of giving and receiving gifts within which sustainability questions can be explained and interpreted: we do recycling and composting because we feel obliged to do so, to make the gift flow.

All these features show that our community has elements of what is called a gift community. This version of CSA evolved from Steinerian roots and according to Ravenscroft et al. (2012), it 'involves farmers, community and land working intensely together' (9) as they all constitute an organism and 'is characterised by a strong ethic of care and [...] by community connections that insist on linking health, food and community security' (9). The farmers say that 'this is not our work to earn money, this is our life' which is consistent with this version of CSA according to Jarosz (2011). They do not want to make a huge profit; they just want to live with the land and not from the land. It is also within this notion of gift community that 'the shared risks and rewards' can be interpreted. Because of a storm, we were left without gooseberries but the farm compensated us with the bounty of summer squash. To enter into a human—nature gift relationship means that the effects of this relationship cannot be

predicted or even controlled. We experience the ways in which we are connected to Nature; we are not lords of it but parts of it. We are far away from the efficiency, calculability, predictability and control of McDonaldization, Ritzer's (2003) symbolic notion for capitalist consumer culture.

At the end of September, 12 of us are invited for a core group formation meeting by the farmers. As the email says 'a core group is responsible for working out the details of the CSA, it spreads the workload and its operation decreases the likelihood of the farmer's burnout. Activities may include crop selection; payment schedules; organizing distribution, volunteer activities, and special events'. I am honoured to be invited and when I arrive at the meeting I find 10 keen members and the farmers who think it is time to delegate some tasks to members. To the best of our knowledge, there is no core group at any other Hungarian CSA. It is both a challenge and responsibility for us. Right at the beginning we find a playful, untranslatable name to give the group an identity. Ideas are pouring, we prove to be a highly inspirational and creative bunch of people. As a result of the group's activity, the recipe blog is being added by the vegetable biographies to educate members and the organization of the volunteer work at the distribution is also referred to the care of the core group. The weekly meetings usually last well into the evening, so after a month or so I am having a disagreement with my husband about unmet familial commitments, a clear indication that I devote quite a lot of time to my core group activity, a devotional practice as Blackshaw (2010) would call it.

I remember that several months ago, I was asked to fill out a questionnaire about Hungarian CSAs. When asked about the positive outcomes of being a member, I gave a 5 on a 1-5 Likert scale in the category of 'chance for leisure activities'; however, I was puzzled by the wording. For me the whole thing seems to mean leisure, not just one or two activities associated with it so I added the following:

It is hard to define and categorize the positive outcomes of being a member, but I would say what captured me was the spirituality of this whole thing and that a CSA initiative is a good thing and being involved in it is extremely good. I firmly believe that CSAs can give a useful and meaningful devotion to people besides the fresh and high quality vegetable.

Autumn, with a lot of work in our CSA, gives me an opportunity to lament on my thoughts. On an October pick-up day, it is my turn to help with the distribution. I do this with joy and pleasure. I enjoy socializing with members, help them, I do it for good reasons, for the community, for the ideal of the CSA, something which is beyond my own interest. Every movement I do – taking out empty boxes to the car, cleaning the tables, sweeping the hallway of the school – is a meaningful, truly human activity for me. The small gesture of sweeping gives me a true experience. A real lived experience. As Blackshaw (2010) puts it:

We need to get greedy for the small, true details of life that leisure offers us. It is only when we are able to grasp the possibility that we will be able to step clear of consumer cluttered lives into a new relationship with ourselves and the world, one which is at once simpler and more profound than the liquid life pursued under what current conditions allow (p. 149).

I may seem to be too sentimental, but I would say that my movement has something sacred in it, 'as if it were something holy, as though engaging in it were a religious function' (Blackshaw 2010. 141.). This is not the same sweeping I do in my courtyard, or to be more precise, it is the same act but with a different meaning. And

the meaning seems to be more important than the action itself. This is consistent with the findings of Ravenscroft: the meanings behind the activities of CSA members were much greater than the significance of the activities themselves (Ravenscroft et al., 2013). This means that Blackshaw (2010. 141.) is right when he says 'leisure has become a hermeneutical exercise'.

For me and the core group, the whole of October is about preparing for the approaching Saint Martin feast, to invite the staff of the Waldorf School to say thank you for hosting the community's pick up. We are throwing ourselves into the preparation wholeheartedly, it is the first project coordinated by the core group. I decide to contribute to the feast with a presentation on the spiritual aspects of CSAs. I am burying myself into the legend of Saint Martin whose feast marks the end of the agricultural year. I am concentrating on what his simple and modest life can teach us – something that the Beijing Consensus also addresses. I am preparing to speak about the flow of the gift to make the Steinerian rooted gift community work.

In spite of our enthusiasm, other preparations do not seem to go very well as the members are not so willing to offer food for the potluck. For weeks, it seems that the core group would host the staff, quite a disappointment for one or two core group members. I am not impatient, community does not build spontaneously. We speak about how this membership has formed a new identity for us. And that 'other' people cannot understand our delight in CSA. What others see as inconveniences and constraints in the system, I regard as self imposed limitations, markers of my freedom. Or to quote Blackshaw (2010. p. 150.) 'since freedom imposes no constraints on us to find it, we need to impose some kind of constraints on ourselves'. In the end, we change our way of communication towards the community and we present the event to the members as an offering and not as a duty. This seems to have worked because when I arrive at the school, I find long rows of tables loaded with cakes, pumpkins, salads and other delicious things and candles burn among them against the growing darkness of the season, a tradition at Saint Martin's Feast. I do not bring any food; however, I feel that with my presentation I can contribute to the intellectual and spiritual development of the farm, to make an ideal realized - 'my artful living' as Blackshaw (2010) would call it.

Winter

December greets us with unusually warm weather, but the boxes full of heavy pumpkins, cabbages and root vegetables remind us that the end of the year is approaching. The core group is busy organizing a Christmas celebration for the last pick-up day. We decide on baking gingerbreads for the community and we gather in the home of one of us. I have loads of work to do, still I devote some time to make my contribution to the gingerbread making. I offer my rich collection of colourful ribbons as a decoration for the gingerbreads thinking that these ribbons symbolize our connectedness. Again it is my turn to be the volunteer helper at the last pick-up. The registration table is loaded with gingerbreads of different shapes and decorations. People seem to be impressed by both the gesture and the beauty of our creations, some of them take a long time selecting from the different gingerbreads. We overestimated the quantity needed, so it happens that our small Christmas tree at home is almost exclusively decorated with the gingerbreads – fully articulating my identity. And the ribbon of the gingerbread reminds me of the wording of the Beijing Consensus: leisure as 'a soft ribbon that gently

connects people's material life to their spiritual life' (2010). These Christmas ribbons become the representation of my leisure connecting my material and spritual life.

The new year starts with a dilemma for the farmers and they ask the core group to discuss the matter. Some retailers see an opportunity for selling their products at the time of the pick-ups. We are more and more like a marketplace and the question arises whether this is what the farmers and the community want. The core group unanimously rejects consumerism. Principles are worked out about who is allowed to sell what kind of products and when. This is a crucial point in the development of the community. It is a clear standpoint that time and space should be devoted to the community and not to consumption. We also agree that each member has the right to participate in decision-making. The foundation of a participatory democracy is being laid down here. Our involvement in the communal life of our CSA reminds me of the Greek leisure ideal. For the polis members, leisure was the arena where civility was cultivated and where many spheres of human activity were conjoined: the political, the social, the economic and the cultural (Hemingway 1988). Rojek's (2001) 'life politics' or Mair's 'civil leisure' ([2002] 2003) also draw our attention to the relationship between leisure and citizenship rights. Far from being a passive consumer, CSA members can take up an active political role in their leisure and they can become the co-producer of their own food and thus contribute to social change. It is communities like ours and their communal leisure practice that Arai and Pedlar (2003. p. 199.) redirect our attention to in leisure studies emphasizing the importance of these communities in 'confront[ing] the social and political crises in (post) modern democratic capitalist countries'.

While the farm rests in winter, and there are only stored vegetables to be distributed among members, the soil seems to be lifeless but a closer look would reveal the rich interconnectedness of the soil web; millions of organisms are doing their job just like the core group is busy in the background preparing for the spring season. We are making a questionnaire to evaluate last year and we are brainstorming about the development of the recipe blog. While we are doing this, I challenge the others with the question whether it is work or leisure for them. Some of them are puzzled by it and would choose neither. Some say, it is something like volunteer work, still others hold that it is satisfying work done for their own pleasure and for the community. These constructions are close to 'civil labour' (Rojek, 2001), which 'refers to voluntarily chosen socially neccessary labour' (p. 122.). With this notion, Rojek (2001) does not neutralize leisure but calls for a revison between work, the individual and society because 'the distinction between leisure and the rest of life is untenable' (p. 123.). All core group members are women on maternity leave and/or self-employed with the exception of me. Most of us see our CSA membership as a coherent part of our wider lives and view it as a personal project to become more aware and conscious parents, teachers, etc., and competent, relevant and credible citizens (Rojek, 2010). This way leisure for us ceases to be the reward for work, it is rather a site for self-development and for civic participation that enhances care for the self and care for the other (Rojek, 2010). As one member tells, 'it is not about what we do, but rather that we do it together'. Unlike paid emloyment in the market society which carries the connotation of burden, these work experiences are satisfying, creative and productive, and they are key contributions to social capital (Rojek, 2001). To put together Rojek and Hyde, civil labour puts constraints on individual choice and freedom, such as a gift commu-

nity puts constraints on members, but 'these assure the freedom of the gift' (Hyde, 2007. 126.).

The coldness and darkness of winter give me the opportunity to turn inside, to comtemplate what I have been given from my CSA, what I have gained, and to take a look at my membership from a health and leisure perspective. First I have more insight into the food system as a key determinant of health. Being a CSA member means an opportunity to understand interconnectedness among food governance, production and consumption and to arrive at a whole-systems way of thinking. Being part of a local food system, I can contribute to my family's health and that of the environment. I also started to live in the seasons, follow my emotions and have meaningful rituals around the agricultural year. From the leisure perspective, I started to see eating as a pleasurable empowering practice which constitutes a political act. My membership is a way for me to search for meaning and to try to go beyond postmodern individualization and grab the meaning of life which is the meaning of leisure (Blackshaw, 2010). My CSA membership creates an artful living. This is what it means to me to be in harmony with myself, with others and with nature. CSA creates a space where I can live an authentic and healthy life, a spiritual thriving towards everything which is beautiful, truthful and good. The sheer idea of CSA warms my heart.

I look out of the window onto our garden and I see some tree buds...

NOTES

1. Associations pour le maintien d'une Agriculture paysanne, Associations for the protection of small-scale farming.
2. However, Hungarian CSAs bear the hallmarks of an AMAP, there are some modifications so that the system fits more to the Hungarian conditions (see later for example of payment conditions). Throughout the paper, I am going to use the term CSA and vegetable community to refer to my CSA.

REFERENCES

Adler, P. A., P. Adler. (1994): „Observational Techniques." In *Handbook of Qualitative Research*, edited by N. K. Denzin and Y. S. Lincoln, 377–392. Thousand Oaks, CA: Sage.

Anderson, M. D., J. T. Cook. (2000): „Does Food Security Require Local Food Systems?" In *Rethinking Sustainability: Power, Knowledge and Institutions*, edited by J. M. Harris, 228–248. Ann Arbor: University of Michigan Press.

Arai, S., A. Pedlar. (2003): „Moving beyond Individualism in Leisure Theory: A Critical Analysis of Concepts of Community and Social Engagement." *Leisure Studies* 22 (3): 185–202. doi:10.1080/026143603200075489.

Beck, U., A. Giddens, S. Lash. (1994): *Reflexive Modernization: Politics, Tradition and Aesthetics in the Modern Social Order*. New York: Stanford University Press.

Behar, R. (1996): *The Vulnerable Observer: Anthropology that Breaks Your Heart*. Boston, MA: Beacon Press.

Benkő, Zs. (2005): „Bevezetés az egészségfejlesztésbe [Introduction to Health Promotion]." In: *Iskolai egészségfejlesztés* [School Health Promotion], edited by Zs. Benkő, K. Tarkó, 1327. Szeged: JGYF Kiadó.

Benkő, Zs., K. Tarkó, L. Lippai, (eds. 2013): *Leisure, Health and Well-being. Conference Abstracts*. Szeged: Juhász Gyula Faculty of Education, Institute of Applied Health Sciences and Health Promotion, University of Szeged.

Benkő, Zs., K. Tarkó, K. Erdei, L. Lippai. (2009): „Hagyomány és modernitás a 'Visegrádi négyek' családjainak életmódjában; Táplálkozási szokások [Tradition and Modernity in the Lifestyle of the

Families of the Visegrad Countries; Eating Habits]." In: *Tudományos és művészeti műhelymunkák* [Academic and Artistic Workshops], edited by Sz. Tóth, 410-414. Szeged: SZTE JGYPK, Garamond 2000.

Berry, W. (1990): *What Are People for?* New York: North Point Press.

Blackshaw, T. (2010): *Leisure*. Abingdon: Routledge.

Büscher, B., S. Sullivan, K. Neves, J. Igoe, D. Brockington. (2012): „Towards a Synthesized Critique of Neoliberal Biodiversity Conservation." *Capitalism Nature Socialism* 23 (2): 4–30. doi:10.1080/10455752.2012.674149.

Cohen, L., S. Larijani, M. Aboelata, L. Mikkelsen. (2004): *Cultivating Common Ground. Linking Health and Sustainable Agriculture*. Oakland, CA: Prevention Institute.

De Grazia, S. (1964): *Of Time, Work, and Leisure*. New York: Twentieth Century Fund/Anchor Books.

Dunlap, R. (2012): „Recreating Culture: Slow Food as a Leisure Education Movement." *World Leisure Journal* 54 (1): 38–47. doi:10.1080/04419057.2012.668038.

Girou, S. (2008): „Collective farm shops and AMAP (French CSA) in southwest France. Commitment and Delegation on the Part of Producers and Consumers." Paper presented at 2nd Sustainable Consumption an Alternative Agrifood Systems Conference, Arlon, May 27–30.

Glesne, C., A. Peshkin. (1992): *Becoming Qualitative Researchers: An Introduction*. White Plains, NY: Longman.

Groh, T., S. McFadden. (1997): *Farms of Tomorrow Revisited*. Kimberton, PA: Biodynamic Farming and Gardening Association.

Harris, D. (2005): *Key Concepts in Leisure Studies*. London: Sage.

Harvey, D. (2005): *A Brief History of Neoliberalism*. Oxford: Oxford University Press.

Hemingway, J. L. (1988): „Lesiure and Civility: Reflections on a Greek Ideal." *Leisure Sciences* 10 (3): 179–191. doi:10.1080/01490408809512188.

Henderson, E. (2010): „The World of Community Supported Agriculture." Paper presented at the 4th URGENCI International Symposium on Community Supported Foods and Farming, Kobe, February 22.

Henderson, E., R. Van En. (2007): *Sharing the Harvest*: *A Citizen's Guide to Community Supported Agriculture*. White River Junction, VT: Chelsea Green Publishing Company.

Hinrichs, C. (2000): „Embeddedness and Local Food Systems: Notes on Two Types of Direct Agricultural Market." *Journal of Rural Studies* 16 (3): 295–303. doi:10.1016/S0743-0167(99) 00063-7.

Honoré, C. (2004): *In Praise of Slowness: How a Worldwide Movement is Challenging the Cult of Speed*. New York: HarperSanFrancisco.

Hyde, L. (2007): *The Gift. Creativity and the Artist in the Modern World*. New York: Vintage.

International Sociological Association Research Committee on Sociology of Leisure. (2010): „Beijing Consensus on Leisure Civilization." In: *Leisure and Civilization: Interdisciplinary and International Perspectives*, edited by I. Modi, M. Huidi, N. Zequn, 232–234. Beijing: China Travel and Tourism Press.

Jarosz, L. (2011): „Nourishing Women: Toward a Feminist Political Ecology of Community Supported Agriculture in the United States." *Gender, Place and Culture* 18 (3): 307–326. doi:10.1080/0966369X.2011.565871.

Kelly, J. R. (1996): *Leisure*. 3rd ed. Boston, MA: Allyn & Bacon.

Kickbusch, I. (2010): *The Food System: A Prism for Present and Future Challenges for Health Promotion and Sustainable Development Triggering Debate: White Paper*. Geneva: Health Promotion Switzerland.

Labonte, R. (1994): *Health Promotion and Empowerment. Practice Frameworks*. Toronto: Centre for Health Promotion, University of Toronto.

Lippai, L. (2007): „Free Time." In: *Tradition and Modernity in the Life-Style of the Families of the Visegrád Countries*, edited by Zs. Benkő, 79–90. Szeged: Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó.

Mair, H. [2002] (2003): „Civil Leisure? Exploring the Relationship between Leisure, Activism and Social Change." *Leisure/Loisir* 27 (3/4): 213–237. doi:10.1080/14927713.2002.9651304.

Mair, H., J. Sumner, L. Rotteau. (2008): „The Politics of Eating: Food Practices as Critically Reflexive Leisure." *Leisure/Loisir* 32 (2): 379–405. doi:10.1080/14927713.2008.9651415.

Ravenscroft, N., N. Moore, E. Welch, A. Church. (2012): *Connecting Communities through Food: The Theoretical Foundations of Community Supported Agriculture in the UK*. CRESC Working Paper Series Working Paper No. 115. Manchester: The University of Manchester.

Ravenscroft, N., M. Moore, E. Welch, R. Hanney. (2013): „Beyond Agriculture: The Counter-Hegemony of Community Farming." *Agriculture and Human Values,* 30 (4): 629–639. doi:10.1007/s10460-013-9437-7.

Réthy, K., Z. Dezsény (2013): *Közösség által támogatott mezőgazdaság. Útmutató gazdálkodóknak a rövid élelmiszerláncokról és a termelői-fogyasztói közösségek létrehozásáról* [Community-supported Agriculture. Instructions for Farmers on Establishing Short Supply Chains and Farmer-producer Communities]. Ökológiai Mezőgazdasági Kutatóintézet Közhasznú Nonprofit Kft (ÖMKI).

Ritzer, G. (2003): *Contemporary Social Theory and Its Classical Roots: The Basics*. New York: McGraw Hill.

Roberts, K. (2011): „Leisure: The Importance of Being Inconsequential." *Leisure Studies* 30 (1): 520. doi:10.1080/02614367.2010.506650.

Rojek, C. (1995): *Decentring Leisure: Rethinking Leisure Theory*. London: Sage.

Rojek, C. (2001): „Leisure and Life Politics." *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal* 23 (2): 115-125. doi:10.1080/014904001300181701.

Rojek, C. (2010): *The Labour of Leisure*. London: Sage.

Saltmarsh, N., J. Meldrum, N. Longhurst. (2011): *The Impact of Community Supported Agriculture: Final Report*. Bristol: Soil Association.

Shaw, S. (2001): „Conceptualizing Resistance: Women's Leisure as Political Practice." *Journal of Leisure Research* 33 (2): 186–201.

Slater, D. (1998): „Work/Leisure." In *Core Sociological Dichotomies*, edited by C. Jenks, 391–405. London: Sage.

Tranter, P. J. (2010): „Speed Kills: The Complex Links between Transport, Lack of Time and Urban Health." *Journal of Urban Health* 87 (2): 155–166. doi:10.1007/s11524-009-9433-9.

Vadovics, E., M. Hayes. (2007): „Nyitott Kert – egy helyi bioélelmiszer-hálózat Magyarországon [Open Garden – A Local Organic Producer-consumer Network in Hungary]." In: *Fenntartható fogyasztás Magyarországon* [Sustainable Development in Hungary], edited by E. Vadovics, E. Gulyás, 237–258. Tudományos konferencia. Konferenciakötet.

World Health Organisation. (1986): „Ottawa Charter for Health Promotion." *Health Promotion International* 1: ii-v. doi:10.4278/0890-1171-1-1-ii.

World Health Organisation. (2005): *The Bangkok Charter for Health Promotion in a Globalized World*. Geneva.

3. rész:
Egészségfejlesztés és tehetséggondozás

Nők – iskola-esélyegyenlőség*

FERENCZ KITTI ÉS DR. HABIL. TARKÓ KLÁRA

1. Hátrányos megkülönböztetés, nemi hovatartozás miatti hátrányos megkülönböztetés, egyenlőtlenség

Kiindulási pontként mindenekelőtt fontosnak tartjuk a címben megjelölt fogalmak definiálását, meghatározását.

Hátrányos megkülönböztetés, *diszkrimináció* „a modern használatban minden olyan bánásmód, cselekedet, tevékenység, kijelentés, elmulasztott viselkedés, amely az egyéneket valamely csoporthoz tartozásuk miatt különbözően kezeli, ami jellemzően egyes csoportok tagjait előnyösen, míg másokat hátrányosan érint" (Czibere, 2008, 58.). Diszkriminálni azt jelenti, hogy különbséget teszünk, vagy eltérő bánásmódot alkalmazunk akkor, ha nincs tényleges különbség két ember vagy két helyzet között, illetve ha ugyanazzal a módszerrel kezelünk szituációkat, abban az esetben is, ha a tények eltérnek egymástól (Czibere, 2008).

A *nemi hovatartozás miatti megkülönböztetés* fogalmába „minden olyan megkülönböztetést, kizárást vagy korlátozást értünk, amelynek az a hatása vagy célja, hogy csorbítsa, vagy megsemmisítse a politikai, gazdasági, társadalmi, kulturális, polgári vagy bármely más területen fennálló emberi jogok és alapvető szabadságjogok elismerését és megvalósítását a férfiak és nők közötti egyenlőség alapján" (Czibere, 2008, 58.).

Végül meg kell említenem a nemek közötti *egyenlőtlenség* fogalmát: a nők és férfiak közötti egyenlőtlenségeket meg lehet vizsgálni, így meg tudjuk állapítani, hogy van-e benne olyan egyenlőtlenség, amely hátrányt rejt magában. Ha találunk ilyen igazságtalanságot, akkor igyekeznünk kell megszüntetni azt (Czibere, 2008).

2. Egyenlőség, egyenjogúság, egyenlő bánásmód férfiak és nők számára, esélyegyenlőség

Négy olyan fogalom, melyek akár egymás szinonimáiként is értelmezhetőek lennének, ugyanakkor mégis szükség van mindegyikük pontos meghatározására, hogy a későbbiekben általunk festett kép minél világosabban táruljon az olvasó elé. Az egyenlőség, egyenjogúság és esélyegyenlőség fogalmát a tanulmány témájához igazodva a férfiak és nők közötti viszonyok alapján értelmezzük.

Férfiak és nők közötti *egyenlőségről* az esetben beszélhetünk, ha teljesül az, hogy az emberi lények szabadon dönthetnek, fejleszthetik egyéni képességeiket, úgy, hogy nem kell alkalmazkodniuk az évszázadok során kialakult és rögzült nemi szerepekhez. A két nem, nők és férfiak szükségleteit, vágyait, viselkedési formáit azonos mértékben veszik figyelembe, bátorítják, értékelik. Az egyes nemek közötti *egyenjogúság* a férfiak és nők közötti egyenlőség által valósul meg (Czibere, 2008).

„Az *egyenlő bánásmód* követelménye a diszkrimináció tilalmát, illetve a hátrányos megkülönböztetéstől mentes élethez való jog garantálását jelenti" (Czibere, 2008, 60.). Ezen elv megkívánja a jogalkotóktól és -alkalmazóktól, hogy a releváns tulajdonságaik

* TDK 2014 1. helyezett, OTDK 2015 résztvevő tanulmány.

és helyzetük alapján összehasonlítható személyeket azonosan, míg az eltérőeket ne azonosan kezelje, értékelje. Így valósulna meg a férfiak és nők esélyegyenlősége és szűnne meg a nemi alapú hátrányos megkülönböztetés (Czibere, 2008).

Esélyegyenlőségnek nevezünk „mindazon jogi és nem jogi eszközök összességét, amelyek azt a végső célt szolgálják, hogy a nők, a férfiakkal egyenlő eséllyel érvényesülhessenek az élet legkülönbözőbb területein" mint oktatás, egészségügy, munkaerőpiac, szociális biztonság (Czibere, 2008, 65.). Olyan támogató intézkedéseket jelent, amellyel a hátrányos csoportok, jelen esetben a nők vagy férfiak hátrányai csökkenthetőek, leküzdhetőek. Az egyének annak ellenére érhetik el céljaikat, törekedhetnek a jobbra, hogy meg nem változtatható tulajdonságaik, hogy nőnek vagy férfiaknak születtek, hátráltatná őket ebben. (Czibere, 2008).

3. Esélyegyenlőségi dokumentumok, kezdeményezések az Európai Unióban és Magyarországon

3. 1. Esélyegyenlőségi törekvések, dokumentumok az Európai Unióban

Az első olyan lépés, amely azt szabályozta, hogy a férfiak és nők között nem lehet különbség, a 1948-as, az ENSZ által elfogadott *Az Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozata* volt. A nyilatkozat kimondja, hogy a férfiak s nők egyenjogúak, nem lehet megkülönböztetés nem alapján, valamint egy házasságban a férfit és nőt ugyanazon jogok illetik meg (*Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozata*, 1948).

A következő dokumentum a *Római Szerződés,* amely 1957-ben az Európai Közösséget létrehozó szerződés volt, és kimondta az „egyenlő munkáért egyenlő bér" elvét, ezzel megalapozva az esélyegyenlőségi politikák létrejöttét. A szerződés nem tér ki a munkakörökre, illetve a bérezésre. A fent említett elv mellett megjelent az egyenlő bánásmód gondolata is. A '70-es évektől kezdődően lett nagyobb szerepe az egyenlő bánásmódnak, ekkor léptek tovább az egyenlő bérezéssel kapcsolatos diskurzuson, és dolgozták ki az egyenlő bánásmód irányelveit. Az 1999-től érvényes amszterdami szerződés tovább szélesítette, konkretizálta az esélyegyenlőségi törekvéseket. 2007-ben az európai uniós esélyegyenlőség éve kapcsán született több kutatás a diszkriminációval kapcsolatban és az ahhoz kapcsolódó attitűdökről (Albert, Gyulavári, 2002; Niederfiringer, Soltész, Simonovics, 2013; Sík, Simonovics, 2008).

Az Európai Unió közösségének egyik alapelve a nők és férfiak közti egyenlőség megteremtése. Noha nem szüntették meg a különbségeket (kevés nő vezető pozícióban, alacsonyabb jövedelmű munkakörökben), jelentéseikben azt találni, hogy egyre több nő van jelen a munkaerőpiacon, valamint többen és jobb minőségű oktatásban részesülnek. A tanulmány megírásának időpontjában a „Nők és férfiak közötti esélyegyenlőségre vonatkozó stratégia 2010–2015" nevű munkaprogram volt hatályban. A jövő célkitűzéseit a *Nők chartája* tartalmazza: az egyenlő munkáért egyenlő bérezés (elgondolkodtató, hogy az egy 1957-es intézkedés része volt), egyenlőség a döntéshozatalban, gazdasági függetlenség, nemi erőszak megszüntetése, az esélyegyenlőség kiterjesztése az EU határain túlra. Az intézkedések hatása, megvalósításának kontrolljaként minden évben jelentés készül: *A nők és férfiak közötti egyenlőségéről szóló jelentés.*
(*http://ec.europa.eu/justice/gender-equality/index_hu.htm*)

3. 2. Esélyegyenlőségi törekvések, dokumentumok Magyarországon

A második világháború után hazánkban szovjet mintára formálták át a tradicionális női szerepeket a „dolgozó nő" típusára. A jogi lépésekkel kívánták megtámogatni azon törekvésüket, melynek első lépcsője az volt, hogy új, nőkre is teljes mértékben kiterjedő választási törvényt fogadtak el 1945-ben. A magyarországi nők és férfiak közötti esélyegyenlőségi törekvések kiindulópontjaként az 1949. évi XX. törvényt, a Magyar Köztársaság Alkotmányát idézzük: *„66 § (1) A Magyar Köztársaság biztosítja a férfiak és a nők egyenjogúságát minden polgári és politikai, valamint gazdasági, szociális és kulturális jog tekintetében."* (*A Magyar Köztársaság Alkotmánya,* 1949., 15.) A két nem esélyegyenlőségét kimondta az alkotmány, ezzel formailag megszüntette a nők hátrányos megkülönböztetésének lehetőségét, jogilag. A magyar jogrendszer biztosítja az „egyenlő munkáért egyenlő bért" elvének érvényesülését, amit a Munka Törvénykönyvének 5. §-a is megerősít (Albert, Gyulavári, 2002; Pukánszky, 2006).

A fordulópont az esélyegyenlőség terén hazánkban 2003-ban jött el, amikor megszületett a *2003. évi CXXV. „törvény az egyenlő bánásmódról és az esélyegyenlőség előremozdításáról"* címmel. A törvény meghatározza az egyenlő bánásmód megsértésének ismérveit (foglalkoztatás során is), az előnyben részesítés részleteit, valamint a védett tulajdonságokat. A törvény megkülönbözteti a közvetlen- és közvetett diszkriminációt, a zaklatást, a jogellenes elkülönítést, valamint a megtorlást. A rendelkezés egyúttal megalapította az *Egyenlő Bánásmód Hatóságot*, amely a törvény által meghatározott rendelkezéseket igyekszik megvalósítani, betartatni 2005 óta (Niederfiringer, Soltész, Simonovics, 2013; Sík, Simonovics, 2008).

Magyarország Alaptörvénye (2012. január 01.), így fogalmazza meg az egyenlő bánásmódról szóló törekvéseit: „(3) A nők és a férfiak egyenjogúak." (Szabadság és felelősség, XV. cikk) (*Magyarország Alaptörvénye,* 2012.)

Az előzőekben bemutattuk a férfiak és nők közötti esélyegyenlőséget biztosító törvényi kereteket, azonban úgy gondoljuk, noha a fent említett törekvések több tíz évesek, még mindig nem tudták teljesen felszámolni a nemek közötti diszkriminációt és egyenlőtlenséget. A törvényi háttér megteremtésénél nagyobb feladat a diszkrimináció leküzdése. Úgy is mondhatnánk, hogy az egyenjogúság megvalósult, azonban az esélyegyenlőség még várat magára.

4. A nők helyzete Magyarországon

Amíg a kormányok törvénybe iktatták céljaikat, törekvéseiket, mi történt a nőkkel, változott-e a helyzetük, mi a jelenlegi helyzet, hogy érzik magukat; országunk hol áll a női-férfi esélyegyenlőség megvalósításának terén? Ezek csupa olyan kérdések, amelyek megválaszolása elengedhetetlen a továbblépés szempontjából.

Az alábbiakban a közelmúlt nők helyzetével kapcsolatos kutatásait kívánom bemutatni a teljesség igénye nélkül.

4.1. Gender Gap Report 2013–2014

A Világgazdasági Fórum (World Economic Forum) 2006 óta végez felméréseket a nemek közti esélyegyenlőség terén, a gazdasági helyzetet, oktatást, egészségügyet és politikai részvételt vizsgálva. Az egyes országok (számuk évről-évre növekszik) maximum 1 pontot érhetnek el a különféle területeken.

A 2013-as *Gendder Gap Report*-jában, amelyben 136 országot hasonlítanak össze a nemek közti egyenlőség alapján, hazánk a 87. helyen végzett. Ez azt jelenti, hogy az Európai Unió országai közül Magyarország az utolsó, Európában is csak három ország van utánunk: Albánia, Örményország és Azerbajdzsán. Bolíviában, Ugandában, Mozambikban és Botswanában is kisebb a nemek közti különbség, mint hazánkban (*The Global Gerder Gap Report,* 2013).

A jelentés négy dimenzióban vizsgálta az országokat:

- A nők gazdasági részvétele és lehetőségei: 68. hely.
- *A nők iskolai végzettsége: 62. hely.*
- A nők egészségi állapota és túlélési esélyei: 34. hely.
- A nők politikai szerepvállalása: 120. hely. (*The Global Gerder Gap Report,* 2013.)

A 2014-es felmérés, noha hivatkoznak arra, hogy általában túl sok információt súlyoznak, ezért nem teljesen pontos, mégis megmutatja, hogy a magyarországi helyzet még mindig nem változott a nemek közötti esélyegyenlőség terén: a 2013-as 87. helyezéshez képest 2014-ben a 93. helyet foglalja el Magyarország. Iskolai végzettség alapján a 142 ország közül 2014-ben a 71-ek lettünk. A gazdasági lehetőségek 0,97 pontot, az oktatás 0,99 pontot, az életesélyek és egészségi állapot 0,97 pontot, és a politikai helyzet 0,64 pontot kapott (*The Global Gerder Gap Report*, 2013).

A jelentés sok kritikát kapott amiatt, hogy a két nem esélyegyenlősége helyett a nők esélyegyenlőségét vizsgálja, elfedve azokat a területeket, ahol esetlegesen a férfiak lennének hátrányban. Eszerint nem a nők elnyomása a fő probléma, hanem az, hogy Magyarországon nagyok a nemek közötti különbségek a különböző területeken *(http://valodiegyenloseget.blog.hu/2014/11/05/gggindex_a_felrevezeto_lista_a_nemek_kozti_egyenlosegrol?utm_source=bloghu_megosztas&utm_medium=facebook_share&utm_campaign=blhshare).*

Ami véleményünk szerint szomorú a GGG Report-tal kapcsolatban, az az, hogy mindenki úgy értelmezheti, ahogyan saját világnézete diktálja, és hiányoljuk a szakszerű, az adatok mögé néző és főképp egységes elemzést. Azonban nem hanyagolható el az a kép sem, amit a vizsgálat fest, miszerint Magyarországnak van némi behoznivalója, alakítani valója a nemek esélyegyenlőségét illetően mind a tények, mind pedig a kommunikálás szempontjából.

Meg kell említenünk, hogy a nőkkel és férfiakkal kapcsolatos tanulmányok, kutatások legtöbbjének témája a kereseti különbség, a foglalkoztatási különbségek aránya, statisztikai adatokkal alátámasztva, azokat elemezve. Hiányoljuk, hogy az adatok mögé nem merészkednek az ilyen elemzések, ahogyan az okokat firtató tanulmányok sem kapcsolódnak össze a statisztikái adatokat közlő társaikkal.

5. Nemek esélyegyenlősége az oktatásban

A vizsgálódásunk szempontjából az egyik legjelentősebb téma a nemek esélyegyenlősége, a nemek szerinti diszkrimináció az oktatásban és az ehhez kapcsolódó magyarázatok.

A nemek alapján történő megkülönböztetés talán nem annyira közvetlen, mint például az etnikai hovatartozás alapján történő diszkrimináció, azonban létezik és egyes kutatások szerint alapjai lehetnek a későbbiekben az élet más területén a nőket ért hátrányos megkülönböztetésnek, valamint annak a ténynek, hogy Magyarországon

csak „mutatóban" vannak jelen vezető beosztásban (oktatás, kereskedelem, politika) nők, vagy a férfiakhoz képest több energia befektetése árán jutnak hozzá azokhoz. (*palyazat.gov.hu/download/8632/A7_Nemek%20es,lyegy.Łtmutatˇ.pdf*)

A nemekre vonatkozó megkülönböztetés az iskolában megjelenhet sztereotípiák, előítéletek, attitűdök, túláltalánosítások formájában még az iskolai szocializáció különféle szintjein is. Megjelenik a tankönyvek sztereotip illusztrációiban, a tananyag kisebbségeket, köztük a nőket is kihagyó tartalmaiban, valamint a tanárok tudatos vagy nem tudatos szerepmintáinak, attitűdjeinek átadásában. (*palyazat.gov.hu/download/8632/A7_Nemek%20es,lyegy.Łtmutatˇ.pdf*)

A nemek esélyegyenlőségének megjelenésével az oktatásban foglalkozó kutatásokat megfigyelésünk szerint az óvatosság jellemzi: a nők oktatástörténetével, foglalkoznak a nemek reprezentációjával, a nők ábrázolásával a tankönyvekben, a nők arányával a felsőoktatásban, ehhez kapcsolódóan munkaerő piaci hátrányaikkal nagyobb arányú részvételük ellenére.

Számunkra ez a téma nagyon tág válaszokat tartogat, hiszen viszonyítás, egyéni vélemény dönti el, hogy melyik nőnek mi számít hátrányos megkülönböztetésnek: a skála az iskolai szexista kijelentésektől kezdve egészen a nem alapján történő szegregációig terjed.

Mindenekelőtt fontosnak tartjuk áttekinteni a nőnevelés legfontosabb állomásait, történelmét.

5. 1. Nőnevelés az évezredek tükrében

5. 1. 1. NŐNEVELÉS AZ ÓKORBAN ÉS A KÖZÉPKORBAN

Az ókorban a leányok nevelésének célja az volt, hogy hűséges feleségek, illetve jó anyák váljanak belőlük. Ebből következik, hogy a nő legfőbb szerepe az volt, hogy életképes gyermeket szüljön, lehetőleg fiút, és felnevelje azokat, vezesse a háztartást és rendelkezzen az ahhoz szükséges készségekkel. Kevesen tanultak meg írni, olvasni, illetve kevesekből lett tudós nő, aki oktathatott, valamint őket vak gyűlölet övezte tevékenységükért (Pukánszky, 2006).

A kereszténység Újtestamentumában enyhülni látszó nőkép a gyakorlatban nem látszott megvalósulni: a nőket az esendőség, a szellemi alacsonyabb rendűség, a testi gyengeség és a bűnre való hajlandóság jellemezte a kora keresztény korszaktól kezdve az egész középkorban, melynek motívumai egészen a XIX. századig megtalálhatóak. A lányok nevelésében a minta Szűz Mária volt: a leánygyerek legyen szelíd, ájtatos, szemérmes, a világ dolgaiban tudatlan, tanítsák meg írni-olvasni, valamint a nőknek való házimunkára, mindezt segítő-támogató módon. Ez a szellem hatja át a keresztény nőnevelést évszázadokon keresztül (Pukánszky, 2006).

A középkori gondolkodókat is foglalkoztatták olyan kérdések, melyek a nők társadalmi helyzetéről szóltak: nők oktatása-nevelése, magántulajdon, politikai szerep, a nők szabadságjogai. A vita alakulásához hozzájárult Christine de Pisan írónő, aki kiállt a nők mellett a nőellenes vádaskodásokkal szemben, azonban a nők társadalmi korlátainak tudatában még nem foglalt állást az egyenjogúság mellett (Pukánszky, 2006).

A középkorban a nők nevelése három színtéren zajlott: a kolostorokban, a városokban, illetve a nemesi származású hölgyek nevelése a nemesi udvarokban. A női szerzetesrendek a férfi rendekkel párhuzamosan jöttek létre, valamint ugyanazokat a szigorú szabályokat követték működésük során. Később kialakultak „világi" rendek is, melyek oktatási, betegellátási, illetve egyéb jótékony tevékenységekkel foglalkoztak. A

kialakuló apácarendek főként nemesi származású nőket vettek fel rendükbe, anyagi hozzájárulás fejében: az így vagyonra szert tett rendek megalapozták a szerzetesnők tanításához szükséges javakat (Pukánszky, 2006).
Elsődleges kritérium volt az írni-olvasni tudás, volt lehetőség a szerzetesnői életre készülők „előoktatására", hogy belépésükkor rendelkezzenek a megfelelő ismeretekkel. Az oktatás mellett fontosnak tartották a növendékek szeméremre, alázatra és engedelmességre nevelését, valamint a helyes magatartásformák kialakítását a kolostori élet megismerésével. A XIII. századig több tudósnő is akadt az apácák között, akik műveltségükkel néhol meghaladták a kor férfiait. Az a tendencia, amely az intellektus növelését célozta a századok során, leépült, helyét átvette az „intenzív vallásos érzelmekkel teljes lelki élet" (Pukánszky, 2006, 28.).
A nemesi származású nő tanítása elemi szükséglet volt, hiszen a hűbérbirtok vezetése férje távollétében rá maradt. Az írás-olvasás készségén túl rendelkeznie kellett a gazdaság vezetéséhez szükséges ismeretekkel: pénzügyek, gazdálkodás, harcászat, orvoslás, valamint éneklés, tánc, francia nyelv, illemszabályoknak megfelelő viselkedés. Az olvasás, művelődés szintén hozzátartozott a nemes hölgyek mindennapjaihoz, egészen a XIII. századig, amikor az egyetemek alapításával párhuzamosan kiszorultak a magasabb műveltségi körökből. A középiskolák és a felsőoktatás nem adott lehetőséget a nők továbbképzésének (Pukánszky, 2006).
A XII–XIII. századi városokban kialakult az igény vallási iskolák mellett az anyanyelven oktató világi iskolák létrehozására, ahol a fiúk és a lányok is olvasni, írni és számolni tanulhattak – azonban ez csak a vagyonosabb polgári családok gyermekeinek kiváltsága lehetett. A lányok oktatása tízedik életévükben általában befejeződött, azonban volt rá példa, hogy tovább folytathatták tanulmányaikat latin nyelven, valamint néhol a céhek is megengedték kézműves mesterség tanulását lányok számára. Azonban a XVI–XVII. században a nők munkavégzése beszűkült, a ház közüli munkák elvégzésére korlátozódott (Pukánszky, 2006).
A nők megítélése a XVIII. századi felvilágosodás és humanizmus hatására sem változott: a nő még mindig másodrendűnek számított, jogaikat, oktatásukat nem bővítették, valamint a nőkről szóló írások között egyre erőteljesebben voltak jelen a nőellenes, *mizogin* (nőgyűlölő) hangok (Pukánszky, 2006).

5.1.2. NŐNEVELÉS A XVIII. SZÁZADI MAGYARORSZÁGON

Hazánkban az Árpád-kortól kezdődően a nők nagyobb szabadságjogokat élveztek, mint Európa más országaiban: volt vagyonuk, örökölhettek, vásárolhattak gyám felügyelete nélkül. Az Anjou-korban ugyan bevezették a férfiágú öröklést, mégis a „leánynegyed" (az apa negyed vagyona, mely megillette a leánygyermeket, ha földtelen nemeshez vagy jobbágyhoz ment feleségül), valamint a „fiúleányság" (lányok „fiúsítása", ha nincs fiú örökös, hogy a lány gyermek is örökölhessen) intézménye is védte a nők érdekeit. A nők körülbelül a XVIII. századig nem vették fel férjük nevét, özvegyként függetlenné váltak, politikai rangokat örökölhettek férjüktől (ispán). A magyar királynék a Habsburg-ház uralkodásáig férjük társai voltak az uralkodásban, nem pedig alattvalóik, így társuk halálakor uralkodhattak, míg gyermekük nem vette át a hatalmat tőlük (Pukánszky, 2006).

A XVIII. század közepén a magyarországi nők megbecsülése is idomult az európai gyakorlathoz, megjelentek hazánkban is a nőket lekicsinylő, nőellenes eszmék. A nők alárendeltként léptek be a házasságba, társadalmi státuszuk férjükét követte. A nőknek magázniuk kellett férjüket, illetve a fiúkat, míg lányukat tegezhették, illetve a lá-

nyoknak is magázniuk illett édesapjukat. Fiatalon, kiszolgáltatottan adták a lányokat, nőket férjhez, nem volt szabad férjválasztás számukra. A házasságban kettős mérce uralkodott, ha a házastársak nem illettek össze, akkor megengedett volt a férj számára a kicsapongás, míg a nőknek, engedelmesnek és hűségesnek kellett maradniuk (Pukánszky, 2006).

A XVIII. században Magyarországon a lányok oktatását-nevelését női tanító rendek végezték. A Pázmány Péter által behívott *angolkisasszonyok* 1627-ben, Pozsonyban alapították első nevelő intézetüket, majd 1770-ben Budán hoztak létre nyilvános iskolát, valamint egy bentlakásos leánynevelő intézetet. Az *orsolyiták* 1676-ban Pozsonyban alapítottak először iskolát, majd terjeszkedtek további magyar nagyvárosokba, mint Kassa, Sopron, Nagyvárad. Ezekben a zárdaiskolákban írást, olvasást, kézimunkát, éneklést, táncot, rajzot, német és francia nyelvet tanultak a lányok. Dacára az iskolák alapításának még mindig igen kevés lányt járattak iskolába, ezzel is a nők tudatlanságának elősegítése volt a cél (Pukánszky, 2006).

5.1.3. NŐNEVELÉS A XIX. SZÁZADI MAGYARORSZÁGON

A XVIII. század végétől kezdődően hazánkban megélénkült a nők helyzetével, iskoláztatásával kapcsolatos közdiskurzus: többségben voltak azok, akik a nőkhöz illő tudás gyarapítását szorgalmazták, voltak, kevesen ugyan, akik a nők magasabb oktatását szorgalmazták, azonban a nők és a férfiak egyenlő jogait az iskoláztatásban senki sem vetette fel. De hogy is vethették volna fel az egyenlőséget az oktatásban, ha a nők és a férfiak megítélése sem volt egyenlő (Pukánszky, 2006).

A század elején még mindig él a csendes, engedelmes, tudatlan nő képe, akit esetleg azért lenne érdemes tanítani, hogy férjének érdekes társa legyen. Azonban egy kibontakozó vitában megjelentek azon gondolatok, hogy érdemes lenne nőnevelő intézményeket alapítani, hiszen a nők ugyanannyi ismeretanyagot képesek megérteni, illetve elsajátítani, mint a férfiak (Pukánszky, 2006).

A kor nőneveléssel és a nők helyzetével foglalkozó gondolkodója volt *Fáy András*, aki írásaiban nőnevelési reformokról beszél, azonban nem gondolja, hogy meg kellene változniuk a nők és férfiak közti viszonyoknak. *Brunszvik Teréz,* akinek nevéhez kötődik az első magyar kisdedóvó intézet megalapítása, szintén foglalkozott élete folyamán a nők helyzetével, a nőnevelés fejlesztésének igényével. Gondolataival egy erőteljesebben változtatni kívánó vonulatot képvisel, úgy gondolta, hogy a nőknek is részt kell venniük a felsőbb oktatásban illetve, az elvolt ismeretek tanulása helyett ő a gyakorlati, természettudományos képzést tartotta elsődlegesnek a nők számára (Pukánszky, 2006).

A fent említett, Fáy András és Brunszvik Teréz is papírra vetett egy-egy tervezetet leányképző intézmények felállítására, azonban gyakorlatban egy harmadik személy, Karancs Teréz törekvései valósultak meg, aki 1846-ban hozott létre Miskolcon egy leánynevelő intézetet. Ez a nevelde még mindig elsősorban a családi életre készítette fel a lányokat, dacára annak, hogy létrehozója valósnak látta az esélyegyenlőséget – elméletben. Ezzel párhuzamosan Teleki Blanka grófnő nyitott Pesten hasonló intézetet, ám ő a főnemesi családból származó lányokat kívánta anyanyelven, a magyar kultúra jegyében nevelni. A grófnő nyíltan kiállt a nők emancipációjáért, valamint az egyetemek megnyitását sürgette a nők számára. Ezek után hazánkban sorra nyíltak meg magánkézben lévő leányképző intézetek (Pukánszky, 2006).

A polgári iskolákban a lányok oktatása a fiúkéval együtt folyt; ez nem pedagógiai célzattal, hanem a praktikum miatt történt így. Az 1806-ban kiadott második Ratio

Edicationis a leánynevelés elkülönítését és leányiskolák felállítását szorgalmazta. Nemcsak nemek, hanem társadalmi helyzet alapján is megosztotta a rendelkezés a lányokat: külön kívánta a parasztok, a polgárok és a nemesek leánygyermekeit nevelni. 1845-ben az elemi oktatás két tagozatra bomlott, mely alsó tagozatának két osztálya mindenki számára kötelező volt. Elmondhatjuk, hogy ebben az időszakban a lányok kevesebben vettek részt az oktatásban, kevesebb ismeretanyagot kaptak, és kevesebb ideig is jártak iskolába. 1855-ben Pesten nyílt meg az első tanítóképző intézet az angolkisasszonyok vezetésével: két évfolyamos volt, és a vizsga letétele után jogot adott a népiskolákban való tanításra (Pukánszky, 2006).

1868-ban létrehozták a hat osztályos elemi népiskolát, és bevezették a hattól tizenkét éves korig tartó tankötelezettséget. A két nemet még mindig külön oktatták, azonban tananyaguk már egységes volt. Létrehozták a polgári iskolát, amely az elemi iskolára épülve a fiúknak hat, a lányoknak négy évig tartott. Ez a törvény alapította meg a tanítónő képző intézményeket, melyekbe a négy elemi osztályt elvégzett leányok nyerhettek felvételt. A képzés három évig tartott, azonban a tanítónő képzés és a tanító képzés tartalma, illetve komolysága még mindig nem egyezett meg. Az első tanítónő képző intézetet 1869-ben nyitották meg Budán, majd Kolozsváron, Szabadkán, Pozsonyban és Győrött. Ettől kezdve folyamatosan nőtt a tanítóképzők, illetve az ott képzettek száma, melynek egy kormányzati rendelet vetett véget, amely megszabta, hogy a tanítóképzőt végzetteknek öt évig a pályán kell maradniuk, különben vissza kell téríteniük képzésük költségeit az államnak. Az intézkedés dacára sem csökkent drámaian ezen iskolatípus népszerűsége, az 1913-as évben a tanítónők száma meghaladta a férfi tanítókét (Pukánszky, 2006).

Magyarországon, Európa más országaihoz hasonlóan már a XIX. század végén látták a nők jogaiért küzdő mozgalmak, hogy a nők egyenjogúságához vezető úton a legfontosabb lépcső a nők magasabb iskolázottsága. Ezen felbuzdulva az Országos Nőképző Egyesület küzdelmének nyomán 1875-ben megnyílt az első állami hat évfolyamos felsőbb leányiskola: négy elemi osztály elvégzése után lehetett felvételt nyerni, majd két éves előkészítő után következett a négy évfolyamos középiskola. Ezen iskolatípus sem jogosított még az érettségi vizsga letételére, hanem „célja a humán műveltségű családanya és feleség szerepkörére való felkészítés volt" (Pukánszky, 2006, 130.). 1895-ben tették először lehetővé a nőknek, hogy magán érettségi vizsgát tegyenek, valamint hogy mint magántanuló elvégezhessék a középiskolát, 1896-ban pedig megalapították az első leánygimnáziumot. Még érzékeltette magát a nőies jelleg, azonban már a felsőoktatásba lépéshez szükséges érettségi bizonyítványt adott ki (Pukánszky, 2006).

A felsőoktatás terén az áttörés 1895-ben jött el a nők számára, amikor is megnyitották előttük az egyetemek bölcsészeti és orvosi karát, valamint a gyógyszerészeti tanfolyamot. A rendelet egyúttal lehetővé tette a külföldön nők által megszerzett diplomák honosítását is: ez tizenöt év után megengedte az első magyar orvosnőnek, Hugonnai Vilmának, hogy praxisát megkezdje. Noha a nők felvétele az egyetemekre nagy lépés volt az egyenjogúság felé, azonban a közgondolkodás még mindig nem engedhette meg a nők teljes térhódítását a felsőoktatásban: a három fent említett karon kívül a többi elzárkózott a nők képzésétől, minden felsőoktatásban továbbtanulni kívánó hölgynek a vallás- és közoktatási miniszter engedélyét kellett kérnie, valamint 1904-től kezdve csak jeles érettségivel tanulhattak tovább. A nők egyetemi tanulmányait még sok-sok évig korlátozták, valamint a parázs viták ezzel kapcsolatban nem

hunytak ki, hol az ellene, hol a mellette tábor fejtette ki véleményét a nők felsőoktatásba való létéről – még mindig a család egységét látták felborulni benne (Pukánszky, 2006).

5.1.4. NŐKÉP ÉS NŐNEVELÉS A XX. SZÁZADBAN

A századfordulót kettősség jellemezte a nők ügyének kapcsán: a század közepén kibontakozó és teret hódító nőjogi törekvések a XX. század első negyedében elérték a választójog nőkre való kiterjesztését (Magyarországon 1919, korlátozva 1922-ben), azonban a nők társadalmi szerepe még mindig a kifinomult ízlésű feleség és anya státuszt tartotta meg (Pukánszky, 2006).

Az első világháború borzalmai azonban arra késztették a nőket, hogy önállósodjanak, a hátországot erősítve részt vegyenek a termelésben, a szolgáltatóiparban, pótolják a hiányzó tanítói létszámot, és megnöveljék az egyetemen tanulók számát. Voltak azonban, akik ápolónőként, katonaként a fronton részesei is voltak a csatáknak. Ez ahhoz vezetett, hogy a női egyenjogúságot, önállóságot kezdték jobban elfogadni, azonban az ellenzői tábor ugyanúgy erős maradt, támadásait pedig tudományos alapokra helyezte át (Pukánszky, 2006).

Az, hogy a nők a háború alatt a férfiak munkáját végezve, jó fizetést kapva megízlelték az önállóságot és a szabadságot, elvezetett odáig, hogy a '20-as évekre kialakult a modern nő képe. A modern nő, aki önálló, felszabadult, és küzd a hagyományos felfogás kereteivel. Azonban ez a szabadság nem tartott sokáig a nők számára, hiszen a háború után az államok azon igyekeztek, hogy visszaállítsák a nők tradicionális szerepét: háziasszony és családanya (Pukánszky, 2006).

Magyarországon is hasonló tendencia zajlott le: kezdetben a modernizáció, majd a hagyományhoz való visszatérés, visszakényszerítés volt a meghatározó. A nőktől elvárt szerep a két világháború között ismét az otthon meleg légkörének megteremtése, berendezése, valamint a háztartás vezetése volt. Azonban mindezen törekvések sem tudtak gátat szabni annak a tendenciának, hogy egyes nők nem kértek a családi idillből, hanem munkát vállaltak és önállóságra törekedtek. Jellemzően egyre több nő lépett be a munkaerőpiacra, rendelkezett magasabb végzettséggel, amely érdemessé tette magasabb pozíciók betöltésére – ez a folyamat sem jelentett nagyobb fejlődést, még mindig az alacsonyabb presztízsű munkaköröket töltötték be nők, sőt lassan elkezdődött kiszorításuk a munkaerőpiacról (Pukánszky, 2006).

A második világháború utáni gazdasági fellendülés a nők helyzetének javulását sejtette, azonban folytatódott a 1920–1930-as években megkezdődő szétválás a munka világában: kialakultak a nőiesnek számító szakmák, amelyben kevés férfi dolgozott, és alacsony megbecsülés jellemezte. Nem változott a nők hagyományos szerepe sem a háború után egy ideig, sőt ha netán munkát vállalt, ugyanúgy a házimunka, a háztartás vezetése rá hárult. A nők növekvő részvétele a felsőoktatásban elősegítette emancipációjukat, azonban megszilárdította hagyományos szerepüket: egyrészt ezen időszakban megugrott a nők száma a felsőoktatásban, másrészt kialakult a nevek szerinti differenciálódás az iskolarendszerben (női szakmák, női szerepekre való felkészítés) (Pukánszky, 2006).

Az 1970-es évekre mind nagyobb hangsúly terelődött a nők és férfiak közötti esélyegyenlőségre az oktatás terén, megfogalmazták, hogy a nőket ugyanolyan minőségű és mennyiségű oktatás illeti meg, mint a férfiakat, minden iskolai szinten. A nők számának további növekedése a felsőoktatásban látszólagos bizonyságot adott a ne-

mek közötti egyenlőségre, azonban elmondható, hogy a XX. század második felében is markánsan elkülönülnek a jellemzően „férfias" és „nőies" szakok (Pukánszky, 2006).

5.1.5. NŐKÉP ÉS NŐNEVELÉS A XX. SZÁZADBAN MAGYARORSZÁGON

A két világháború között Magyarországon még mindig népszerűek voltak a *tanítóképző* intézetek: oka, hogy sok nőnek kellett eltartania saját magát, illetve a kor felfogása miatt – a nő feladata a gyermeknevelés – ez a pálya elfogadottnak számított. Egy 1926-os reformmal háromfelé osztották a nők számára a középfokú oktatást. Ezzel a tervezettel az egyenlő esélyeket kívánták megteremteni fiúk és lányok között az egyetemre való bejutás terén. Létrehozták az úgynevezett *leánylíceumot*, itt modern nyelveket, természettudományt, illetve művészetet oktattak, a *leánykollégiumot*, ahol az általános, magasabb szintű női hivatáshoz szükséges tudást szerezhették meg, valamint a *leánygimnáziumot*, amely az egyetemre, illetve főiskolára készítette fel a lányokat. Ezek az iskolatípusok nyolc évfolyamosak voltak, felvételt a tizedik életévüket betöltött lányok nyerhettek, akik elvégezték az elemi népiskola negyedik osztályát (Pukánszky, 2006).

1926-ban Klebersberg rendelete eltörölte azt, hogy a nők csak jeles érettségivel iratkozhatnak be az egyetemre. 1927-ben megnyíltak a természettudományi, közgazdasági, kereskedelmi, mezőgazdasági karok, a testnevelési és műszaki főiskolák. 1934-ben egységesítették a középfokú oktatást, és létrehozták a gimnáziumot, azonban ez még nem volt koedukált. Ezen iskolatípus nyolc osztályos volt, megegyezett a két nem tantárgyainak készlete, azonban az óraszámok eltérőek voltak, melyet a két nem közti különbséggel magyaráztak (Fényes, 2010; Pukánszky, 2006).

A nők hátránnyal indultak a kollégiumi felvételin, sokukat gimnázium helyett ipari középiskolába, egyetem helyett főiskolára terelték. A világválság után az egyetemek kvótát húztak a női tanulók számának maximalizásáért: az orvosi karon 30%, a gyógyszerész tanfolyamon 50%, valamint a bölcsészkaron 30%-os a kvóta. Az egyetemen tanuló nők, a diplomások nagyobb arányban voltak városiak, jómódúak, és nagy arányban a zsidó felekezethez tartoztak (Fényes, 2010; Pukánszky, 2006).

1945-ben teszik kötelezővé az egységes nyolc osztályos oktatást, valamint 1950-ben az általános- és középiskolákban is visszaállítják a középkor óta elfeledett koedukált oktatást. 1948-ban az iskolák államosítása is megtörtént, ennek következtében 1949-ben kialakították a négy évfolyamos gimnáziumokat, valamint a speciális szakképzést adó négyéves középiskolákat. A szocialista világ jellegzetes törekvése volt, hogy a kemény fizikai igénybevétellel járó szakmákba (traktoros, bányász) nőket toboroztak – a terv azonban, hogy mezőgazdasági gépkezelőket és bányászokat képezzenek, nem valósult meg (Pukánszky, 2006).

1946-tól a felsőoktatás minden karára a nők korlátozás nélkül beiratkozhattak. Fokozatosan emelkedett a nők aránya az egyes szakokon, és 1980-ra a felsőoktatásban tanulók fele nő volt, ami 1990-re tovább emelkedett. A legjobban fejlődő felsőoktatási ágazatban, a pedagógusképzésben a nők aránya még mindig magas (Fényes, 2010; Pukánszky, 2006).

A szakmunkásképző iskolákban férfiak, a gimnáziumokban a nők vannak többségben, szakközépiskolában kiegyenlített az arány, a felsőoktatásban azonban szintén a lányok vannak többségben. Napjainkban a nők száma a felsőfokú képzettségi szinteken felfelé haladva csökken (vertikális szegregáció). A szakok szerinti megoszlást vizsgálva azt láthatjuk, hogy természettudományi, agrár és műszaki szakokon több a férfi, amíg a tanárképző, bölcsész és társadalomtudományi szakokon több a női tanuló (horizontális szegregáció) (Fényes, 2010).

5.2. Vertikális és horizontális szegregáció nemek szerint az oktatásban

A nők alacsonyabb presztízsű szakokon tanulnak, kevésbé elismert pálya vár rájuk, kevesebb jövedelemmel, amely negatív hatással van a nők érvényesülésére. A *horizontális szegregáció* azt jelenti, hogy az oktatásban vannak olyan szakok, ahol tipikusan több nő tanul (tanárképzés), és vannak tipikusan férfias szakok (fizikus, informatikus, mérnök). A *vertikális szegregáció* jellemzője, hogy a felsőoktatásban felsőbb szintek felé haladva kevesebb a nő. Ugyanezt a munkaerőpiacra levezetve: vannak elnőiesedett, illetve elférfiasodott munkakörök (horizontális szegregáció), valamint a vertikális szegregációt átültetve: kevés nő tölt be vezető szerepet (Fényes, 2010).

Mik lehetnek a szegregáció okai? Egyes kutatók a szocializációban látják az okot: a szülőknek és a tanároknak is más-más elvárásai vannak a fiúkkal (jók matematikából) és a lányokkal (jók olvasásból) szemben is, ami okozhatja az eltérő tanulási utakat. Ha egy lány jó matematikából, akkor szorgalmas, azonban ha egy fiú, akkor tehetséges. A lányok külső oknak tulajdonítják sikerüket, a kudarcot belsőnek, míg a fiúk fordítva. A nőknek kisebb az önbizalmuk a magas presztízsű állás betöltésére (Fényes, 2010).

Ezt a nézetet hirdeti a Katty Kay és Claire Shipman szerzőpáros, Womenomics című könyvükben: arról számolnak be, hogy magas beosztású interjúalanyaik legtöbbje úgy gondolta, hogy a szerencsén múlott, hogy megkapták az állást, nem érdemelték ki, vagy nem ők a legalkalmasabbak az adott pozíció betöltésére. A szerzőpáros is arra a következtetésre jutott, hogy az önbizalom-szakadék (the confidence gap) létrejöttéhez hozzájárul a szocializáció, a lányok fiúktól jóval eltérőbb neveltetése (*http://feminfo.444.hu/2014/04/22/neked-sincs-eleg-onbizalmad/*).

Más megközelítések szerint a fiúk és a lányok eltérő kognitív képességei, készségei is okként szerepelhetnek: a lányok jellemzője a verbalizáltság, a logikai memória és a kreativitás egyes fajtái, míg a fiúkra az analitikus, aritmetikai és matematikai jobb teljesítmény. Ez az intellektuális teljesítmény más irányát, nem pedig egyik vagy másik felsőbbrendűségét jelenti (Fényes, 2010).

A lányok karriertudatossága is a háttérben állhat: tudatosan választanak „női" foglalkozást. Jacobs kutatásai során arra jutott, hogy a nemi szegregációt a társadalmi nyomások és korlátok termelik újra, mellyel a férfiak és nők életükön keresztül találkoznak (Fényes, 2010).

5.3. A nők megjelenése a tankönyvekben és kötelező olvasmányokban

Ha a nők hátrányos megkülönböztetésének okait kívánjuk keresni az oktatás-nevelés felől közelítve, véleményünk szerint érdemes áttekinteni azokat a tanulmányokat, amelyek a nők reprezentációját kutatják, mind a tankönyvek, mind pedig a kötelező olvasmányok kapcsán.

Kereszty Orsolya tanulmányában összefoglalja azokat a tanulmányokat melyek a Magyarországi tankönyvek társadalmi nemek alapján történő elemzésével foglalkoznak. Bevezetőjében kitér arra, hogy a tankönyvek nem kisebb szerepet játszanak, mint attitűdök, élmények, érdeklődési körök, tapasztalatok variációit kínálják, melyek meghatározzák a gyermeki lét minden aspektusát. Többek között azt is a szocializáció során sajátítjuk el, hogy nemünkhöz mérten hogyan kell viselkednünk, meghatározza nemi identitásunkat, melyben a tankönyveknek, kifejezetten az alapvető ismereteket tartalmazó, készségfejlesztő, valamint a nyelvtankönyveknek van jelentős szerepe. A tankönyvek által közölt ismeretanyag meghatározza a nemi identitás fejlődését, a ne-

mekkel kapcsolatos sztereotípiák, illetve egyenlőtlenségek újrateremtését (Kereszty, 2005).

A tankönyv a tantárgyhoz köthető tudás birtokosa, ugyanakkor a rejtett tanterv kapcsán a világ megértéséhez, megéléséhez szükséges tudásanyagot is tartalmazza. Ezért lehet a tankönyv a társadalmi egyenetlenségek újrateremtője, sztereotípiák, előítéletek hordozója. Fontos, hogy a nemek közti esélyegyenlőséghez hozzájárulva a tankönyvek sztereotípia-mentesen mutassák be az egyes nemek szerepeit, viselkedésmintáit. Kereszty tanulmányában felhívja a figyelmet arra, hogy a tankönyv mindig csak egyféle világot tud bemutatni, így más világok esetleg láthatatlanok maradnak. Ennek az a veszélye, hogy néhány tanuló világa, identitása kirekesztődik. A másik probléma a szerző szerint, hogy a tankönyv írójának, illetve a tankönyvet kiadásra érdemesnek tartó kiadónak a világnézetei, értékei jelennek meg a tankönyvekben. A megoldást abban látja, hogy ha a különféle identitású tanulókat megtanítják kritikusan elemezni az egyes tankönyvek tartalmát, így a különféle értelmezések teret kapnak (Kereszty, 2005).

A szerző azt a problémát is felveti, hogy a leány-, illetve fiúgyermekek iskolai személyiségfejlődésük során látnak-e olyan modelleket, melyek nemi identitásuk fejlődéséhez szükségesek, és vajon ezek a modellek ugyanazt jelentik-e mindkét nem számára, valamint megjelennek-e az egyes nemek által betöltött társadalmi szerepek, valamint milyen a reprezentációjuk a tankönyvekben (Kereszty, 2005).

Czachesz Erzsébet, Lesznyák Márta és Molnár Edit Katalin ugyanebben a témában íródott értekezése rámutat arra, hogy a tankönyvekben a férfiak a fiúk tapasztalatai, gondolkodásmódja jelenik meg, a kötelező olvasmányok listája főképp férfi szerzők munkáit tartalmazza, ezáltal hiányzik a nők világának bemutatása. Így elvesznek fontos részletei a világ megtapasztalásának, amely mindkét nem számára fontos lenne (Kereszty, 2005; Czachesz, Lesznyák, Molnár, 1996).

Kereszty úgy gondolja, hogy a tankönyvek szelektálnak, az olyan embertípusok, akik nem férnek bele a sztereotipizált tankönyvvilágba, kiszorítódnak: így a tankönyvek szereplőinek többsége fehér bőrű, magasságuk és testalkatuk megegyezik, valamint középosztálybeliek, és a férfiak és nők ábrázolása elkülönül. A témával foglalkozó kutatások összefoglalják, hogy a tankönyvekben alacsony a nők reprezentációja, nem életszerű a nők bemutatása, valamint jellemző a nukleáris családkép ábrázolása (Kereszty, 2005).

5.4. Kitekintés – Gender pedagógiák

Szót kell ejtenünk a *„feminista pedagógiák",* egyes esetekben *„gender pedagógiák"* véleményéről a nők és férfiak közti iskolai esélyegyenlőséggel kapcsolatban. A társadalomtudományok olyan szemléletmódja ez, amely a társadalmi nemek, valamint a feminizmus szemüvegén át vizsgálja a világot.

A *gender* nem más, mint a társadalmi nemet jelölő angol szó, amely köré szerveződött a nőkkel kapcsolatos alárendelő, diszkrimináló attitűd. A társadalmi nem azonban a nőket és a férfiakat egyaránt tartalmazza. Az egyenlőség a társadalmi nemek között akkor valósulhat meg, ha az adott egyén lehetőségei és jogai nem állnak összefüggésben nemével (Czibere, 2008).

„A feminista pedagógiá(k) alkalmazzák a feminista elmélet(ek), kutatás, módszertanok eredményeit; módszereik alkalmazásakor előtérbe helyezik a női pszichikumot és a női értékeket" (Kereszty, 2007. 2.). Véleményük szerint a nemi szerepek társa-

dalmilag meghatározottak, ebből kifolyólag a nők, lányok hátránnyal indulnak az oktatásban: szinte láthatatlanok a tankönyvekben, valamint a nemi szocializáció során általuk elsajátított szerepek nem egyeznek az iskolában szükséges személyiségvonásokkal. A feminista pedagógiák célja az iskolai élet szexista és rasszista gyakorlatába való beavatkozás, valamint az egyenlőtlenségek újratermelésének megakadályozása (Kereszty, 2007).

A társadalmi nem kategóriája nem része a pedagógiai diskurzus mindennapjainak. A feminista pedagógiák fő kérdései, hogy hogyan alakulnak a tanteremben, a tanórákon a hatalmi egyensúlyok, hogy mi tekinthető tényleges tudásnak, valamint arra törekszik, hogy olyan tudásanyag jöjjön létre, amely a nem, szerinte maszkulin történelmen alapul. A tudás átadása nem passzív folyamat, fontos a gyermek kritikus feldolgozása, saját nézőpont kialakítása. Véleményük szerint, mind a közoktatást, mind pedig a felsőoktatás, mentes a nemi nézőponttól. A szerző a feminista pedagógiák kapcsán problémásnak látja, hogy azok nem kerülnek bele a pedagógiai *mainstreambe*: csak a felsőoktatásban találhatóak meg, egy-egy kurzus, szabadegyetem, civil kezdeményezés által (Kereszty, 2006).

Thun Éva értekezésében szintén arra hívja fel a figyelmet, hogy a gender alapú pedagógiák nem részei a pedagógiai párbeszédnek, valamint a pedagógusképzésnek sem. A szerzőnő úgy gondolja, hogy a genderelméletek azért nem lépnek be a pedagógusképzés anyagába, mert merőben felborítanák a hagyományos társadalmi nemi viszonyokat, amely az oktatási rendszer fenntarthatóságát veszélyeztetné (Thun, 2006).

6. Nőkép – férfikép: változó nemi szerepek

Sokan gondolják úgy, köztük mi magunk is, hogy változnak a női és férfi szerepek, átalakul a nőkről, férfiakról kialakított kép. Hogy merre tart a változás, azt egyértelműen nem lehet meghatározni, azonban vannak erre vonatkozó kutatások, tanulmányok.

Az első ilyen kutatást a Férfiak Klubja nevű honlap Nagy férfiteszt címmel tette közzé. Az on-line tesztet 7491 férfi töltötte ki, akik többségében 25 és 45 év közötti korosztályokból kerültek ki. A kérdőív a férfias értékekről, a férfiak jelen állapotáról, illetve férfias problémákról kérdezte kitöltőit: melyek a legfontosabb férfias értékek, a dominancia-e a fontosabb vagy az elismerés, megbecsülik-e a férfiakat eléggé, valamint, hogy mit kell tenniük azért, hogy megváltozzon a férfiak megítélése.
(*http://ferfiakklubja.hu/sajto/hirek/4382-az-elso-nagy-ferfiteszt-eredmenyei*)

Az eredmények szerint a legfontosabbnak tartott férfias értékek a következőek: humor, önállóság, lovagiasság, hűség, gyengédség. A macsóság, az uralkodás és a szolgálóság nem férfias érték, tulajdonság. A férfiak háromnegyede válaszolta, hogy a 15–25 évesek értékei térnek el legjobban a többi korosztálytól, amit ezen korcsoport válaszai is megerősítettek. Érdekes eredmény, hogy a válaszolók fele gondolta úgy, hogy az értékeket, illetve a férfiszerepeket a médiából tanulják a fiatalok. A válaszadók kis százalékánál megjelentek a *„férfi a teremtés koronája”,* illetve *„férfiuralom van, amit érvényesíteni is tudnak”* sztereotípiák.
(http://hvg.hu/plazs/20141021_Meglepo_eredmenyek_ezek_a_legfontosabbak)

A szerepek felcserélődéséről ír tanulmányában Ranschburg Jenő, aki szerint megjelentek a nőies férfiak és a férfias nők. Változni látja a klasszikus férfi (a versengő, a harcos, a családfenntartó, az erős, agresszív), illetve női (gondoskodó, kifinomult, törékeny, szelíd, kiszolgáltatott) tulajdonságokat. Fel kell tenni a kérdést, hogy vajon ezek a tulajdonságok velünk születettek, vagy meghatározott társadalmi szerepek,

sztereotípiák, melyeket a szocializáció során sajátítunk el. A XX. század első évtizedeiben az utóbbi elv látszott helyesnek. Az ’50-es években az agyféltekék használatával magyarázták a különbségeket: a lányok a bal féltekéjüket használják jobban, ahol a beszédközpont is található, a fiúk pedig a jobb agyféltekét, amely a térorientációért felel. Azonban egyértelmű választ a szerző nem ad a kérdésre (Ranschburg, 2007).

Ranschburg szerint a férfiak „ősi” harca a hatalomért és a nők harca a férfiszerzésért átalakulóban van: a nők saját magukért vívnak harcot, a férfiak pedig az attraktivitásra helyezik át a hangsúlyt, megjelenik a metroszexualitás, a femininebb férfiak. A nők szerepei elférfiasodnak: férfias stílus, öltözködés, késői gyermekvállalás, megjelent a szingli, maszkulinabb nő (Ranschburg, 2007).

6.1. Maszkulinitás – feminitás dimenziója

Hofstede kutatásában azt vizsgálta, hogy mennyire különülnek el a férfias és nőies szerepek az egyes országokban. Azt találta, hogy *maszkulinnak* minősül egy társadalom, ha a nemek érzelmi szerepei elkülönülnek, a férfiaktól elvárt, hogy kemények és magabiztosak legyenek, az anyagi siker éltesse őket, a nőktől pedig, hogy gyengédek, szerények legyenek, és az élet minőségével törődjenek (Japán, USA, Nagy-Britannia). Feminin egy társadalom, ha a nemek érzelmi szerepei között átfedés van, a férfiakkal és a nőkkel szembeni elvárás is az, hogy gyengédek, szerények legyenek, és az élet minőségével törődjenek (Svédország, Hollandia, Norvégia) (Hofstede, 2008).

Egyének rendelkezhetnek egyszerre feminin és maszkulin tulajdonságokkal, de társadalmak csak femininek vagy maszkulinak lehetnek. Magyarország a felmérés szerint erősen feminin társadalommal rendelkezik (Hofstede, 2008).

A femininebb társadalmakban a cél az, hogy a férfiak és nők egyaránt vegyék ki részüket az otthoni és a munkahelyi munkából, kicsi a nemek közötti különbség. A maszkulin társadalmakban a nők felszabadítása pedig a nők beengedését jelenti a férfiak által birtokolt pozícióba. A maszkulinabb társadalmakban a nők azért küzdenek, hogy megkapják ugyanazokat a jogokat, mint a férfiak, míg a femininebb országokban a férfiakkal együtt kívánja megváltoztatni a társadalmat, felszabadítani a férfiakat is (Hofstede, 2008).

IRODALOMJEGYZÉK

Albert Levente, Gyulavári Tamás (2002): *Nők és férfiak közötti esélyegyenlőség az Európai Unióban és Magyarországon*. A Magyar Köztársaság Külügyminisztériuma, Budapest.

A Magyar Köztársaság Alkotmánya. http://alkotmany.hu/alkotmanyok/hatalyos/hatalyosalkotmany.pdf (Megtekintés dátuma: 2014. 11. 06.)

A nők és férfiak közötti egyenlőségéről szóló jelentés. (*http://ec.europa.eu/justice/gender-equality/index_hu.htm*)

Czachesz, E., Lesznyák, M., Molnár, E. K. (1996): Lányok és nők a kötelező olvasmányokban, tankönyvekben. *Educatio,* 3. szám, 417–430.

Czibere Ibolya (2008): *Gender ABC*. Debreceni Egyetem Szociológia és Szociálpolitika Tanszék, Debrecen. http://mek.oszk.hu/13000/13058/ (Letöltés dátuma: 2014. november 6.)

Az Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozata. http://www.menszt.hu/layout/set/print/content/view/full/201. (Megtekintés dátuma: 2014. november 6.)

Fényes Hajnalka (2010): *A nemi sajátosságok különbségének vizsgálata az oktatásban*. Debreceni Egyetemi Kiadó, Debrecen.

Hofstede, G. J.G. (2008): *Kultúrák és szervezetek – Az elme szoftvere.* VHE Kft., Pécs.

Kereszty Orsolya (2005): A társadalmi nemek reprezentációjának vizsgálata tankönyvekben. *Könyv és nevelés*, 2005. szeptember, 56–67. http://www.tanszertar.hu/eken/2005_03/kereszty.htm. (Megtekintés dátuma: 2014. december 3.)

Kereszty Orsolya (2006): Társadalmi nem az oktatásban – Kezdeményezések Magyarországon. In: Kende Anna (2006, szerk.): *Pszichológia és feminizmus: Hogyan alakította át a pszichológia elméleteit, kutatási kérdéseit és módszereit a társadalmi nem kutatás.* L'Harmattan, Budapest, 297–313.

Kereszty Orsolya (2007): A társadalmi nem (gender) mint a kutatás tárgya a pedagógiában. *Educatio,* 2007., 4. sz., 637-649. http://epa.oszk.hu/01500/01551/00042/pdf/658.pdf. (Megtekintés dátuma: 2014. december 4.)

Magyarország Alaptörvénye. http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=A1100425.ATV

Neiderfiringer Veronika, Soltész Anikó, Simonovits Bori (2013): *Az esélyegyenlőségi terv hatásának vizsgálata*. Egyenlő Bánásmód Hatóság, Budapest. http://www.egyenlobanasmod.hu/tamop/data/eselyegyenlosegiterv_vegleges.pdf (Letöltés dátuma: 2014. november 6.)

Nemek esélyegyenlősége útmutató. palyazat.gov.hu/download/8632/A7_Nemek%20es,lyegy.Łtmutat˘.pdf. (Megtekintés dátuma: 2014. november 10.)

Pukánszky Béla (2006): *A nőnevelés évezredei. Fejezetek a lányok nevelésének történetéből*. Gondolat Kiadó, Budapest.

Ranschburg Jenő (2007): Férfias nők, nőies férfiak. In: Kaló Jenő, Pándy Mária, Popper Péter, Ranschburg Jenő (2007, szerk.): *Felcserélt szerepek. Nagyszerű nők, gyönyörű férfiak*. Saxum Kiadó, Kaposvár, 121–153.

Sik Endre, Simonovics Bori (2008)*:* Egyenlő bánásmód és diszkrimináció. In: Kolosi Tamás, Tóth István György (2008, szerk.): *Társadalmi Riport*. Tárki, Budapest, 363–386.

The Global Gender Gap Report (2013). http://reports.weforum.org/global-gender-gap-report-2013/#section=list-of-countries. (Megtekintés dátuma: 2014. november 6.)

The Global Genred Gap Report (2014). http://www.weforum.org/reports/global-gender-gap-report-2014. (Megtekintés dátuma: 2014. november 6.)

Thun Éva (2006): A társadalmi nemek tudománya a neveléstudományban és a tanárképzés / pedagógusképzés pedagógiájában. In: Pető Andrea (2006, szerk.): *A társadalmi nemek oktatása Magyarországon.* Ifjúsági, Családügyi, Szociális és Esélyegyenlőségi Minisztérium, Budapest, 117–126.

WEBLAPOK

http://valodiegyenloseget.blog.hu/2014/11/05/gggindex_a_felrevezeto_lista_a_nemek_kozti_egyenlosegrol?utm_source=bloghu_megosztas&utm_medium=facebook_share&utm_campaign=blhshare (Megtekintés dátuma: 2014. november 6.)

http://www.bmeip.hu/download/engemiserint/Nok%20es%20ferfiak%20kozotti%20egyenloseg.pdf (Megtekintés dátuma: 2014. november 6.)

http://feminfo.444.hu/2014/04/22/neked-sincs-eleg-onbizalmad/ (Megtekintés dátuma: 2014. november 10.)

http://ferfiakklubja.hu/sajto/hirek/4382-az-elso-nagy-ferfiteszt-eredmenyei

http://hvg.hu/plazs/20141021_Meglepo_eredmenyek_ezek_a_legfontosabbak

A „Z” generáció „komfortzónája” a XXI. században*

SZABÓ DORIÁN ÉS PÁLMAI JUDIT

1. Bevezetés

A jelen dolgozat két olyan tényezőt emel ki a való életből, amely befolyásolja a mai fiatalság mindennapjait. A különböző generációk fogalma Tari Annamária „Y” majd „Z” generáció című könyvének elolvasása után került érdeklődésünk középpontjába. Ezekben számos kérdést taglal, valamint olyan tényeket tár az olvasó elé a mai fiatalságról, melyek elgondolkodtatóak. Egyre kevesebb fiatal sportol, viszont egyre többen vannak azok, akik hosszú időt töltenek a közösségi oldalakon. Felmerült a kérdés, miszerint a „Facebook őrületnek” és a mozgáshiánynak a 11–18 évesek körében van-e valamilyen kapcsolata. Befolyásolja-e a mai Z generáció komfortzónáját a Facebook? Kihat-e ez valamilyen mértékben arra, hogy mennyit mozognak?

A rekreációszervező és egészségfejlesztő szakemberek (Benkő, 2011; Tarkó, 2013) munkájában fontos, hogy az egészséges életmódra való ösztönzés mellett – ideértve a napi aktív testmozgást, az egészséges ételek fogyasztását és a káros szenvedélyek mérséklését –, a gyerekekkel többet kommunikáljunk. Ne csak elvárjunk dolgokat, amelyeket például egy iskolai testnevelés óra keretében kell elsajátítani, mert így lehetséges opcióként felmerül, hogy megutáltatjuk velük egy életre a mozgást, és marad az otthon töltött idő a számítógép előtt. Úgy gondoljuk, nemcsak a szülő és a tanár feladata a gyerekek nevelése, hanem részben a miénk is, hiszen azt egy felnőtt sem akarja, hogy a gyermeke egy virtuális világban szocializálódjon.

A dolgozat első fejezete megfogalmazza a fő célokat, szót ejt a közösségi oldalak hatásairól, valamint tisztáz pár fogalmat a szakirodalmi elemzés során. Leírja, mit ért a dolgozat a komfortzóna alatt, illetve mi alapján sorolhatunk be valakit a Z generációba, és miért gondoljuk azt, hogy a „digitális bennszülött” kifejezés megállja a helyét a mai világban. Taglalja továbbá a „multitasking” jelenséget is, kivetítve a fiatalok mindennapi életére. Ezek után még a mozgáshiányt is vizsgálja, bemutatva, hogy milyen gondokat szülhet, ha a gyermek nem mozog eleget.

A dolgozat további része bemutatja a kutatási eredményeket. A vizsgálat kérdőíves módszerrel történt, papír alapon vagy online formában kitöltetve, és az alábbi kérdésekre fókuszált: Hogyan érintené a gyerekeket, ha egyik napról a másikra megszűnne az oldal? Milyen tevékenységeket végez a gyermek a Facebookon? Lenne-e bármilyen motivációs tényező, ami kimozdítaná a gyermeket a számítógép elől, hogy többet mozogjon, ezáltal többet legyen szabad levegőn? Továbbá gyakoriság szempontjából mennyit mozognak ma a gyerekek?

A jelen kutatás fel szeretné hívni a figyelmet arra, hogy a mai fiatalság értékrendszere teljesen más, mióta úgy is beszélhet valaki a barátjával, hogy felkel, és fellép a Facebookra. Nem kell ehhez sem a parkba lemenni, sem elmenni focizni a haverokkal. Csak egy regisztráció szükséges…

---

* TDK 2014 2. helyezett

2. Célkitűzések

Célunk felhívni a figyelmet a felnövekvő nemzedékre, hiszen a Facebook és a virtuális közösségek olyan változást eredményeznek, ami kihat egy iskoláskorú gyermek mindennapi életére. Nem elsősorban ez a fő ok, hogy sok az elhízott gyerek, vagy hogy a megfelelő mozgáskultúra nem alakul ki a fiataloknál, mindenesetre közrejátszik. Megfelelő prevencióval pedig javítani lehetne a statisztikákon, és kellő odafigyeléssel sikerülhet elérni azt, hogy még több gyerek számára örömet jelentsen a délutáni edzés, az extrém sport, egy labdajáték vagy bármilyen más tömeg-, esetleg egyéni sport.

2.1. A közösségi oldalak hatásai

„A közösségi oldalak károsak lehetnek az emberek lelki egészségére, mert csökkentik a személyes kapcsolatokat." (Aric, 2009. 15.)

E kijelentés is egyfajta figyelemfelkelés lehet arra, hogy egy közösségi oldalhoz való tartozás nem mindig jó. Főleg akkor lehet káros, ha az egyén ezzel kel és ezzel fekszik, esetleg mindent közzétesz, ami épp vele történik. Személyes kapcsolatai is megromolhatnak, hiszen a virtuális világban lebonyolított kommunikációban nincsenek gesztusok, sem hanglejtések, így egy mondatnak negatív színezete is lehet, pedig a közlőnek nem ez volt a szándéka. Utána pedig jön a magyarázkodás, ami egy személyes „face-to-face" beszélgetés során elkerülhető lett volna. A lelki egészség károsodásának megakadályozásához pedig preventív megoldásokat kell keresnünk.

Ma már elképzelhetetlen egy tizenéves számára, hogy ne csatlakozzon a világ legnagyobb közösségi oldalához, a Facebookhoz. A lassan több mint tíz éve működő oldalt egy fiatalnak sem kell bemutatni. Meggyőződésünk viszont, hogy rengeteg fiatal nincs tisztában az oldal esetleges negatív hatásaival, amelyek akár a személyiségfejlődést is megzavarhatják egy ilyen korú gyereknél, esetleg kihathatnak az egészségre is. Sok ember el is gondolkodik, miért vannak a közösségi oldalak, egyáltalán szükség van-e rájuk.

Szerintünk igen. *„Az internet generáció sokféle módon különböző közösségeket alakít ki az interneten. Idetartozhatnak az iskolából vagy valós világukban máshol megismert barátaik, de egyre inkább kiterjesztik a kört másokra is."* (Tapcott, 2001. 72.) Elemezvén ezt a mondatot, pozitív dologként fogjuk fel, hogy a gyermek kapcsolatot ápol osztálytársaival és barátaival, hasznos ismereteket is szerezhet, viszont a másik oldalon ott van annak a veszélye, hogy ismeretlenek kezdenek el a gyerekkel beszélgetni, rossz társaságba kerül, vagy olyan tartalmakat néz, melyek nem az ő korosztályának szólnak. Az idegenekkel való kommunikáció sem mindig hátrány, hiszen mondjuk, ha más nemzetiségű gyermekkel veszi fel a kapcsolatot, a nyelvet is könnyebben elsajátíthatja. Összegezve, úgy érzem, hogy a technikai fejlődésnek köszönhetően már nem nagy meglepetés, ha minden fiatal csatlakozni akar az oldalhoz.

2.2. A „komfortzóna" jelen értelmezése

Mit is jelenthet valakinek a komfortzóna? Tulajdonképpen azokat, amelyek megszokottak a mindennapi élet során. Ezeket soha nem hagynánk el semmilyen körülmények között. Ilyen például az esti olvasás vagy a reggeli elfogyasztása. Ez nagyon sok embernél a reggeli egészségkárosító cigaretta-kávé kombinációját jelenti, amelyek nélkül nem tudják elindítani a napot. Másoknál a számítógép vagy más információs eszköz aktiválását és felhasználását arra, hogy megnézzék, mi történt az üzenő falon addig, míg ők más tevékenységet folytattak.

Van ezzel szemben egy olyan elképzelés, melyet Mike Brown taglal. Ő azt hangsúlyozza, hogy az emberek legyőzik félelmeiket, és egyéniségekké válnak, amint kilépnek komfortzónájukból azért, hogy megismerjék határaikat, illetve azt, hogy mire képesek. Ehhez olyan helyzetbe kell kerülniük, ahol használni kell az agyukat, és amely helyzetek stresszel járnak (Brown, 2008).

Véleményünk szerint ez teljesen megállja a helyét. Ha egy fiatal olyan helyzetbe kerül, ami elgondolkodtató vagy épp számára túl extrém, például balesetet lát az autópályán, nem biztos, hogy az első dolga az, hogy tárcsázza a mentőket. Sok ember ilyenkor manapság fényképeket készít, hogy megoszthassa a Facebook-on. Esetleg ha kilépne ezekből a megszokott tevékenységekből, lehetséges, hogy azt oszthatná meg ismerőseivel, hogy segített ellátni egy ütőeres vérzést, vagy alkalmazott egy mellkasi kompresszsziót.

Az idő előrehaladtával úgy tűnik, hogy a Facebook egyfajta megfelelési kényszert állít az emberek elé. Csakis olyan dolgokat tesznek közzé, amelyek számukra elfogadhatóak, és ismerőseik körében is elfogadott, ezáltal több „lájkot" és kommentet kapnak. Nem akarnak kilépni abból a megszokott zónából, nem akarnak egyéniséggé válni. Amit régen megkapott egy elhízott kisgyermek atlétikaedzésen, hogy futott, és közben biztatták, segítették a társai, ő pedig próbálta túlszárnyalni a határait, az ma már sok fiatalban nincs meg. Ma a legtöbb gyerek ül a gép előtt és Facebookozik, közben megoszt egy-két információt, miközben a többiek „biztatják". Sok hasonló korú gyerek számára problémát jelent elmenni edzésre, mert fél az őt érő támadásoktól, esetleges kritikáktól.

2.3. A „Z" generáció és a digitális bennszülöttek

„Az újfajta fiatalságot és kultúrát kialakító új médiával egyúttal egy internet-generációs ideológia kialakulásának is szemtanúi lehetünk" (Tapscott, 2001. 337.)?

A kérdés, úgy hisszük, jogos, nem véletlen, hogy valaki generációkról beszél. Mindenesetre tény, hogy a mai gyerekeknek már nem okoz gondot regisztrálni egy közösségi oldalra, mivel ők ebben a korban élnek. A Z generáció fénysebességgel dolgozza fel az információkat, de végtére is egy munkahelyen ez manapság fő erénynek számít (Trunk, 2009).

Z generációs egyénekről beszélünk tehát azok esetében, akiknek ha azt mondjuk, hogy meg kell tanulnia az Árpád Ház királyait, nem az első dolga lesz kinyitni a történelemkönyvet. Sokkal inkább fog hagyatkozni a Wikipédiára vagy más weboldalra, esetleg megkérdezi egyik ismerősét Facebookon, hogy ő miből tanult. Ez természetesen semmilyen problémát nem okoz, viszont további kérdéseket vet fel.

„Hogyan hívhatnánk napjaink „új" diákjait? Egyesek N-generációként emlegetik őket (N mint Net), mások D-generációról beszélnek (D mint digitális). De véleményem szerint a legtalálóbb és a leghasznosabb kifejezés rájuk a digitális bennszülöttek (Digital Natives)."

(Prensky, 2001. 1.)

Legfőképpen azért helytálló ez a megnevezés a mai világban, mert kimondva-kimondatlanul a Facebook egyfajta robbanást eredményezett a legtöbb ember életében. Nem szükséges már képeslapot feladni a nyaralás helyszínéről, egyszerűen megosztjuk a fényképünket az oldalon, és abban a percben több száz ismerősünk láthatja, függetlenül attól, hogy több száz kilométer lehet a feladó és a címzettek között.

„A Facebook sikerének végső titka azonban az, hogy folyamatosan leköti a felhasználóit." (Shih, 2010. 43.) Ez a lekötöttség is bizonyítja, hogy a fiatalok nagyon nehezen tudnának elszakadni az oldaltól, hiszen így elvesztenék a napi rutinjaikat, amelyek igazából az oldal megjelenése óta is megvoltak, de a digitális világ megváltoztatta ezt bennük.

2.4. Multitasking

Egy idősebb, 80 év körüli nagymama sokszor kéri unokája segítségét abban, hogy mutassa meg a számítógépen, hogyan kell kitörölni a felesleges üzeneteket, vagy hogyan tudná elindítani a zenét a Youtube-on. Unokája részéről ez semmilyen nagyobb tudást nem igényel, viszont a nagymamának ezek teljesen új dolgok. Nem ebben nőtt fel. Így számára már igen nehézkes a számítógép vagy az internet működését megérteni. Ha csörög a mobiltelefon, felveszi, viszont közben nem fog ebédelni vagy öltözködni. Ezzel szemben a Z generáció már könnyedén legyőzi ezt az akadályt.

„…régen egy dolognak egy ideje volt, ma már több dolognak van egy ideje." (Tari, 2011 56.) Ez azt bizonyítja, hogy az információs világból induló multitasking a mindennapi életbe beültethető. Ezen felül azt is bizonyossá teszi, hogy a mai fiatalság „siet" minden téren. *„…a Z generáció egyszerre öt-hat tevékenységet is folytathat a számítógépén, okos telefonján és egyéb eszközökön. Vagyis chatel, miközben nézegeti a Facebook-oldalát, zenét hallgat és filmet tölt le, de megválaszol egy SMS-t is, és nem zavarja, ha közben még egy barátja is megszólal mellette."* (Tari, 2011. 56.) Mindezeket úgy, hogy közben a mozgás háttérbe szorulhat. Fontosabb lesz megosztani egy képet a barátokkal az üzenő falon, mint elmenni edzésre. Évekkel később pedig bármit feláldoznának ezek az emberek, hogy egészségesebbek legyenek. De lehet, hogy akkor már késő…

2.5. A mozgáshiány hatásai

Százszázalékosan nem tudjuk azt mondani, hogy a napi Facebook-használat befolyásolja a mozgásszegénységet a fiataloknál, viszont azt állíthatjuk, hogy közrejátszik benne. Nem biztos, hogy kialakulnak egy olyan ember számára a megfelelő motorikus funkciók, aki napi több órát ül a számítógépe előtt, és beszélget a barátaival. Minden ember számára – különösen igaz ez a gyerekekre – biztosítani kell a napi mozgást.

„A mozgásfejlődés tehát átfogja az ember sokrétű mozgásformáinak és mozgáskészségeinek egyéni fejlődését, valamint a kondicionális, illetve koordinációs képességek kialakulását." (Farmosi, 1999.) E készségek nélkül nehéz lenne ülni, enni, de még „kattintgatni" az egérrel is. Ezért különösen fontos, hogy – főleg a tizenéves korosztálynál – megszerettessük a mozgást, hiszen ez az időszak a csúcsidőszak a mozgástanulásra, fejlesztésre. Nem szabad hagyni, hogy a számítógép vagy egyéb információs eszköz sokáig a kezük ügyében legyen, hiszen ez kihathat a hanyag testtartásra, az elhízásra, és a későbbiekben ezek egészségi gondokat is okozhatnak.

3. Anyagok és módszerek

A következő fejezet a címben megjelölt kutatás lépéseit és eredményeit részletezi. Kutatásunk során olyan iskolákat kerestünk, ahol nem a sport van első helyen. Meggyőződésünk, hogy azok a gyerekek, akik valamilyen sportiskolába, esetleg sporttagozatra járnak, kevésbé érintettek, ritkábban találkoznak ezzel a problémával.

Mivel a kérdőív elektronikus úton is elérhető volt, olyan emberek is segítettek, akik számára sokat jelent a mozgás, ezért úgy gondoljuk, hogy egyik oldalra sem dőlt el a mérleg nyelve. Összesen 385 embert sikerült lekérdezni az ország különböző területeiről: főleg keleti, déli és középső területeken élő fiatalokat.

Kutatásunk jó keresztmetszeti vizsgálatnak bizonyult, mely során bebizonyosodott számunkra, hogy mindenki érzi a „problémát", amelyet a digitális világ generál, csak senki nem akarja tudomásul venni.

4. Eredmények

A dolgozat azt vizsgálja, hogy a Facebooknak van-e valamilyen kapcsolata a mozgáshiánnyal. A kérdőíveket 203 fiú és 182 lány töltötte ki. A statisztikai adatok kiértékelésének és a megfelelő következtetések levonása érdekében a papír alapon kitöltött kérdőívek adatai is rögzítésre kerültek az „online-kerdoiv.com" rendszerében. Dolgozatunk további részét a kérdőívek elemzésével folytatjuk. Az eredmények elgondolkodtatóak és fontosak a Z generációra nézve.

4.1 A kérdőívek kiértékelése

Az első három kérdés a demográfiai adatokat segített tisztázni. A válaszadókat három csoportra osztottuk, így voltak a válaszadók között 11–13, 14–16 és 17–18 évesek. Ezek megoszlása sorrendben 75, 189 és 121 (db) kitöltőt jelent. Az állandó lakóhely típusára is rákérdeztünk, mert kíváncsiak volt arra, hogy egy fővárosban, illetve egy községben élő gyermeket tekintve van-e bármilyen eltérés akár a napi Facebook-használat, akár a napi testmozgás között. A demográfiai adatokat az 1. táblázat foglalja össze.

Kitöltők megoszlása	Nem	Kor	Állandó lakóhely
férfi	203 fő	-	-
nő	182 fő	-	-
11–13 év	-	75 fő	-
14–16 év	-	189 fő	-
17–18 év	-	121 fő	-
főváros	-	-	62 fő
megyeszékhely	-	-	110 fő
város	-	-	150 fő
község	-	-	63 fő

1. táblázat
Demográfiai adatok

A 4. kérdés azt vizsgálta, hogy ki rendelkezik Facebook-profillal. A válaszadók közül mindösszesen 5 fő válaszolt úgy, hogy nincs fent a Facebookon. Ők a kérdőív Facebookra vonatkozó részét ki sem töltötték. Ez százalékos arányban annyit jelent, hogy a teljes minta 98,7%-a (380 fő) aktív felhasználó.

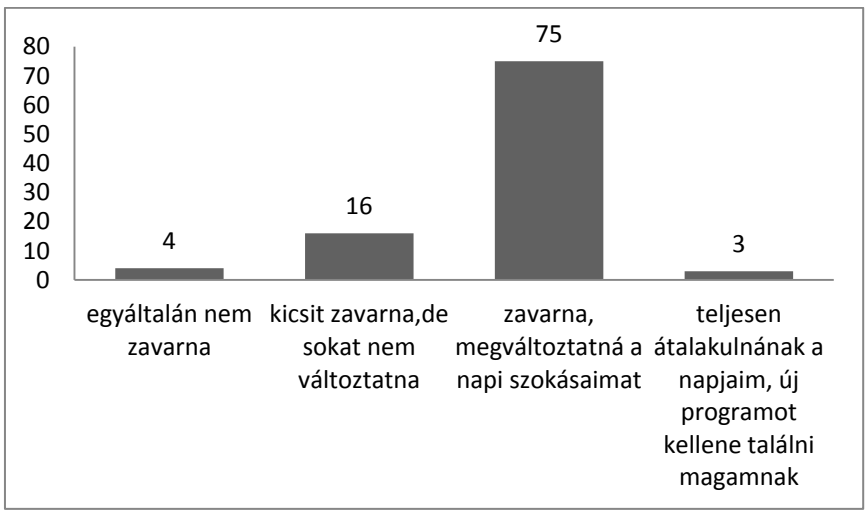
Elmondható tehát, hogy nemtől és kortól függetlenül beszélhetünk egyfajta „Facebook őrületről". Vajon ez a rajongás tényleg csak őrület, vagy nevezhetjük esetleg „függőségnek"? Feltettünk hát egy olyan kérdés, hogy „Facebook-függőnek" érzed-e magad. Érdekelt bennünket, hogy ez a korosztály miként értelmezi a függőség szót. Nem várt eredményeket kaptunk.

Sokat lehet hallani ismerőseink szájából, hogy csoki függők vagy vásárlás függők, de mit is jelent a függőség? *„Azok a magatartásmódok, melyek bizonyos anyagok rendszeres fogyasztását foglalják magukba, és e szerektől függőség alakul ki. A személyiség nem tud lemondani róla, még akkor sem, ha ezek testi, lelki és szociális ártalmait érzi, vagy a környezete tiltja.”* (http://www.boldog-gyermek.hu/szamitogep_fugges.html) A definíció és az eredményeink hasonlóságot mutatnak. Azon megkérdezettek, akik rendelkeznek Facebook-profillal (380 fő) 53,6%-a (204 fő) válaszolta azt, hogy ő „függő”. Ezen felül 27,8% (106 fő) úgy válaszolt, hogy nem tudja eldönteni, „függő”-e. Ha csak ezt a két halmazt nézzük, a 380 főből 310 fő (81,5%) komoly problémával küzd.

Összes kitöltő	385 fő
Rendelkezik Facebook-profillal.	380 fő
Nem rendelkezik Facebook-profillal.	5 fő
„Függőnek” tartja magát.	204 fő
Nem tudja eldönteni, „függő-e”.	106 fő
Nem tartja magát függőnek.	70 fő

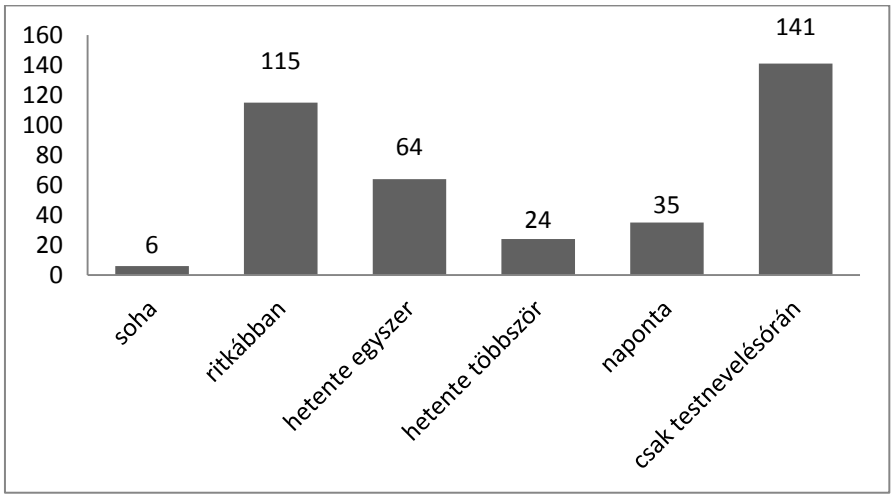
2. táblázat
„Facebook-függőség”?

De miért is gondoljuk így? A 204 emberből, aki függőnek tartja magát, 98 fő napi szinten 4-6 órát tölt Facebook használattal. Közülük 75 fő (76,5 %) úgy válaszolt arra a kérdésre, hogy miképp érintené őt, ha egyik napról a másikra megszűnne az oldal, hogy *„zavarná, megváltoztatná a napi szokásait*”. (1. diagram)



1. diagram
„Facebook-függők”, akik napi 4-6 órát töltenek el a Facebook-on, válaszai arra a kérdésre, hogyan érintené őket, ha egyik napról a másikra megszűnne az oldal (%)

A válaszadó gyerekek 36,62%-a (141 fő) csak testnevelésórán végez aktív testmozgást. Ehhez még hozzávettük azokat, akik azt jelölték meg, hogy ritkábban. Ők 115-en (29,87%) voltak. A két halmaz pedig közel 70%.



2. diagram
Kitöltők gyakoriságának mutatója, hogy ki milyen gyakran végez aktív testmozgást (fő)

A gyerekek absztinenciája nincs olyan szinten, hogy esetleg azt tudják mondani, hogy állj, ne tovább: Sokat ülök a gép előtt, inkább elmegyek mozogni. Úgy gondoljuk, ennek a felismerésére lehetünk segítségre mi mint rekreációszervező és egészségfejlesztő szakemberek. Megfelelő programokkal és motivációval sikerülne a fiatalokat elmozdítani a monitor elől.

A kérdőívben szereplő utolsó kérdés során kíváncsiak voltunk, mennyire lehet a gyerekeket motiválni. Abból a 98 főből, aki azt válaszolta, hogy a napi szinten 4–6 órát Facebookzik, 58 fő (59,1%) állította, hogy *„többet mozogna, ha lenne megfelelő motivációja"*.

	fő
Semmi nem tud motiválni.	5
Talán megpróbálnám.	24
Biztos többet mozognék, ha lenne megfelelő motiváció.	58
Nem számít a motiváció, anélkül is szívesen mozgok.	11

3. táblázat
Motiváció a mozgásnövelésre azok körében, akik napi 4–6 órát Facebook-oznak egy nap.

Motiválni tudja a gyereket a szülő, a tanár, de mi, leendő szakemberek is. Ehhez viszont a szülő részéről példamutatásra, időre és elérhető célok meghatározására lenne szükség. A pedagógus részéről a biztatásra és a dicséretre, a szakemberek részéről pedig olyan programokra, amelyek érdeklik a fiatalokat. A részfeladatok felcserélhetők.

A fenti felsoroláshoz kiemeljük még a megfelelő kommunikációt is a gyerekek felé. A kommunikáció azért nagyon fontos, mert teljesen más a személyes beszélgetés, mint a „chatelés". A megkérdezettek jelentős hányada fő tevékenységei között azt jelölte be válaszként, hogy „chatel" a barátokkal, amikor fellép az oldalra. Úgy gondoljuk, ezeket a beszélgetéseket lehetne megejteni személyesen akár a szabadban, hiszen fontos a beszélgetés során az érzelmi reakció, a visszacsatolás.

Tapscott szerint a fiatalok gyakran közös érdeklődésükről beszélgetnek a világhálón, mint a sport vagy a gitározás, de gyakran nincs is határozott célja a társalgásuknak. (Tapscott, 2001). Ez lehet a legnagyobb probléma. Azon felül, hogy ülnek a gép előtt, vagy fekszenek a kanapén és a mobiltelefonjukat nyomkodják, a szervezet számára szükséges mozgást elhanyagolják. Holott meggyőződésünk, hogy napi egy, esetleg másfél óra aktivitás elegendő lenne, azért, hogy a szervezetben ne következzenek be visszafordíthatatlan változások, amelyek a későbbi életüket befolyásolhatják. A szellemi frissesség megtartásának is egyik eszköze a mozgás. Ezen felül azért elengedhetetlen a megfelelő kommunikáció, mert azáltal, hogy egy tizenéves fiatal rövidítéseket használ beszélgetés közben, a későbbi életében nehezére esik majd kerek egész, összetett mondatokat megfogalmazni és leírni, de előfordulhat az is, hogy a szóbeli kommunikációját is befolyásolja az írott, jelekkel történő chatelés.

4.2. A fővárosban és egy községben lakó 2-2 fiatal válaszainak kiértékelése

Fontosnak tartjuk a településtípusok elkülönítését, mert a fővárosban mindig nagyobbak a lehetőségek. Arra voltunk kíváncsiak, hogy a Budapesten élő fiatalok válaszai és egy községben élő ugyanilyen korú egyének válaszai mennyire különböznek. Felfedezhetők-e olyan következtetések, melyek során bebizonyosodik, hogy egy kistelepülésen a megfelelő infrastruktúra hiányában a gyerekek inkább parkban töltik szabadidejüket.

A 2-2 fő közül 1-1 fiú és 1-1 lány válaszait elemezzük. A válaszadók életkora minden esetben 14 év. Az említett fiatalok mindegyike rendelkezik Facebook-profillal, és senki nem tudja eldönteni, „függ"-e az oldaltól, viszont mind a négy ember több mint kétszer megnyitotta az oldalt a kitöltés előtti két órában. Ez bizonyítja, hogy mindegy milyen térségből származnak, de késztetést éreznek, hogy fellépjenek az oldalra.

A fővárosi lány úgy vélekedett, szívesen áldozna 7000 Ft-ot Facebook-használatra, ha előfizetéses lenne az oldal. A vidéki lány nem. Ő szívesebben áldozna 7000 Ft-ot inkább az aktív testmozgásra (konditerem, uszoda). A fiúk részéről inkább testmozgásra áldoznának mindketten, viszont érdekes, hogy a 4 megkérdezettből 1 fiú (községi) végez aktív testmozgást hetente többször, a többiek a „ritkábban" választ jelölték meg. Az a fiú, aki rendszeresen mozog, igazolt sportoló valamilyen egyesületben, viszont a másik három személy napi testmozgásainak ideje nem haladja meg az egy órát sem.

A motivációs kérdésnél a fővárosi lány válaszolta, hogy semmi nem tudja motiválni, a fővárosi fiú és a vidéki lány, hogy talán megpróbálnák, míg a rendszeresen sportoló fiú azt, hogy nem számít a motiváció, anélkül is szívesen mozog. (4. táblázat)

	fővárosi fiú	községi fiú	fővárosi lány	községi lány
Kor	14	14	14	14
van Facebook fiókja	igen	igen	igen	igen
„függ" az oldaltól	nem tudja eldönteni	nem tudja eldönteni	nem tudja eldönteni	nem tudja eldönteni
fellépett az oldalra a kitöltés előtti 2 órában	kettőnél többször	kettőnél többször	kettőnél többször	kettőnél többször
áldozna – 7000 Ft Facebook	nem	nem	igen	nem
áldozna – 7000 Ft aktív mozgás	igen	igen	nem	igen
aktívan sportol	ritkán	hetente többször	ritkán	ritkán
igazolt sportoló	nem	igen	nem	nem
napi mozgás ideje	kevesebb, mint 1 óra	3óránál több	kevesebb mint 1 óra	kevesebb mint 1 óra
motiváció a mozgásra	talán	szívesen mozog	semmi nem tudja	talán

4. táblázat
2 fővárosban és 2 községben élő válaszadó eredményei

Elmondható tehát, hogy nagyon sok fiatalnak nincs megfelelő motivációja. Az viszont bebizonyosodott, hogy teljesen mindegy, hogy az ország melyik részén lakik valaki abból a szempontból, hogy mennyire aktív mozgás terén, és mennyire a Facebook terén.

4.3. Mi lehet a megoldás?

Dolgozatunk előző részeiben már foglalkoztunk a multitasking jelenséggel, amely két vagy több tevékenység egyidejű, párhuzamos végzését jelenti. Kérdőívünk 8. kérdése úgy hangzott: *„mit csinálsz, mikor fellépsz a Facebookra?"* A kérdés után zárójelben szerepelt, hogy azt jelöld be, ami a legjellemzőbb rád, amit a legtöbbször csinálsz. Összesen 751 válaszlehetőség jelent meg a 380 kitöltőtől. 78 ember jelölt be egy válaszlehetőséget, 103 ember kettőt, míg 199 személy kettőnél többet. Legjellemzőbb válaszok voltak: *„chatelek a barátokkal", „megosztok egy fényképet magamról",* illetve *„nem csinálok semmi hasznosat az oldalon, csak megnyitom".*

Összes kitöltő, akinek van Facebookja	380 fő
Válaszok száma a 8. kérdésre	751 db
1 válaszlehetőséget jelölt be	78 fő
2 válaszlehetőséget jelölt be	103 fő
2-nél több választ jelölt be	199 fő
fő tevékenységek % -ban	
Chatelek a barátokkal.	67%
„Like"-olom ismerőseim bejegyzéseit.	9%
Nem csinálok semmi hasznosat az oldalon, csak megnyitom.	13%
Megosztok egy fényképet magamról.	10%
Egyéb	1%

5. táblázat
Multitasking jelenléte a kérdőív 8. kérdésénél

Ezt az időintervallumot lehetne arra felhasználni, hogy a fiatalokat kimozdítsuk otthonról. A jelenség megint csak azt bizonyítja, hogy a gyerekek több mindenre figyelnek, viszont lehet, hogy így egy dologra nem fordítanak kellő figyelmet. Bizonyítja azt is, hogy játszani vagy „chatelni" a barátokkal fontosabb az aktív testmozgásnál.

Ezen kell változtatnunk. Ötleteink közül szeretnénk párat kiemelni. Meglátásunk szerint megfelelő programkínálattal színesebbé tehetnénk egy gyerek mindennapjait. Ezek olyan rekreációs programok lehetnének, ahol nem elsősorban a teljesítmény számít. Ilyen például a külföldön elterjedt *„Color futás"* vagy *„Buborékfoci".* A Facebook azonban már az életünk része, viszont a Facebookot is fel lehet használni arra, hogy a gyerek az ott töltött időt hasznosan töltse el. Ilyen a már említett külföldi gyerekekkel való beszélgetés. Meggyőződésünk, hogy ha lennének olyan programok meghirdetve az említett közösségi hálón, amelyeken **„egészséges"** gyerekek találkozhatnának **mozgássérült** gyermekekkel, teljesen másképp értékelnék a mozgás szabadságának lehetőségeit. Hiszen lehet, hogy valaki olyan betegséggel születik, amely számára nem teszi lehetővé, hogy aktívan mozogjon élete során. Egy mozgásra alkalmas gyerek pedig ezek után elgondolkodna azon, mennyire jó is neki, hogy tud futni, ugrani, dobni labdát vezetni vagy úszni. Ezek pusztán lehetőségek arra, hogy a fiatalok egészségesebben éljenek.

5. Összefoglalás

A jelen dolgozat fel kívánta hívni a figyelmet arra a problémára, amely a mindennapi életünkbe beágyazódott. Állíthatjuk, hogy a Facebook igenis közrejátszik abban, hogy a gyerekek keveset mozognak. Ezen változtatni egyedül nem tudnak, ezért szükség van a szülőkre, a tanárokra, az edzőkre és a rekreációszervező és egészségfejlesztő szakemberekre.

A cél az, hogy a gyerekek, amikor majd tíz vagy húsz évvel idősebbek lesznek, ne gyógytornára járjanak gerincferdülés miatt, vagy már nagyon fiatalon szemüveget kelljen viselniük a túlzott számítógépezés következtében.

Továbbá cél az is, hogy a mozgást ne kényszerként éljék meg. Ne úgy álljanak hozzá, hogy most muszáj testnevelés órán átöltözni és részt venni, hanem öröm legyen nekik, hogy a szabadban futhatnak vagy labdázhatnak, mozoghatnak. Így az elhízott fiatalok száma is csökkenhet, és egy egészségesebb generáció nőhet fel.

IRODALOMJEGYZÉK

Benkő Zsuzsanna (2011): Az egészségfejlesztő szakemberek a magyar közoktatásban. A felsőoktatás válasza. EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS LII:(3) 21–26.

Brown, M. (2008): Comfort Zone: Model or metapfor?. *Australian Journal of Outdoor Education,* 2008/1. sz. 3–12.

Farmosi István (1999): *Mozgásfejlődés.* Dialóg Campus Kiadó, Budapest.

Prensky, M. (2001): Digital Natives, Digital Immigrants. *On the Horizon,* 2001/5.sz. 1–6.

Sigman, A. (2009): Well Connected? The biological implications of 'social networking'. *Biologist,* 2009/1. sz. 14–20.

Shih, C. (2011): *A Facebook kora.* Kiskapu Kft., Budapest.

Számítógépfüggő a gyermekem.
http://www.boldog-gyermek.hu/szamitogep_fugges.html (2014. december 22.)

Tapscott, D. (2001): *Digitális gyermekkor.* Kossuth Kiadó, Budapest.

Tari Annamária (2011): *Z generáció.* Tericum Kiadó, Budapest.

Tarkó Klára (2013): Egészségfejlesztés továbbra is felsőfokon. In: Tarkó Klára , Lippai László (szerk.): *„Gyümölcs? A fa beváltja azt, amit virágával ígért." Tanulmányok Benkő Zsuzsanna 60. születésnapjára.* SZTE JGYPK Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési Intézet, Szeged, 13–38.

Trunk, P. (2009): What Generation Z will be like at work. (2015. január 1.)
http://blog.penelopetrunk.com/2009/07/27/what-work-will-be-like-for-generation-z/

Az elhízás megítélése Magyarországon az elhízottak, illetve a normál testsúlyúak körében*

LÉP ROLAND ÉS PÁLMAI JUDIT

Bevezetés

A dolgozat témája az elhízás megítélése Magyarországon az elhízottak, illetve a normál testsúlyúak körében. Cél egy átfogó képet mutatni arról, hogy napjainkban az elhízás milyen elfogadottsággal bír az országunkban. A témaválasztást az indokolja, hogy mindenképpen szerettünk volna egy olyan témakörrel foglalkozni, ami emberekről szól, a magyar társadalmon belül egy olyan csoportról, akiknek a megítélését általában negatív attitűdökkel párosítják.

Az elhízás nemcsak a társadalmunkban, hanem a világ szinte összes országában egy nem elfogadott jelenség. Fontosnak tartjuk bemutatni azt, hogy milyen szakaszokra bontható az elhízás megítélése az emberiségnél, és mihez köthetőek a változások. Ezzel a témával sokat foglalkoznak a modern világban az interneten, valamint a televízióban, a fogyókúrás termékek árusítása nagyon komoly üzletággá fejlődött az országunkban és az egész világon egyaránt. De ez elmondható sajnos másképp is, hogy nem mindenkinek éri meg az elhízás, például komoly kiadásokat fordítanak az országok az elhízás okozta betegségek gyógyítására az egészségügyi ellátásban. Mivel az előítéletgenerálásban a médiának is nagy szerepe van, úgy gondoljuk, ezért célszerű ezzel a témával is foglalkozni.

Manapság senki nem akar elhízott lenni, ezt számos kutatás bizonyította is, mindenki azzal küzd, hogy a felesleges kilók, amelyek rajta vannak, eltűnjenek. Ez részben azért van így, mert kényelmetlenül érezzük magukat egy elhízott láttán, másrészt mert a környezetükben élő egyes emberek, akiknek ilyen problémáik nincsenek, megszólják, kritizálják őket. Az előbbi egyértelműen a társadalom nyomása, mivel nem számít „normálisnak", ha valaki nem olyan testalkattal rendelkezik, mint azt a médiában, az újságokban látni lehet. A világ folyamatosan változik, és ehhez alkalmazkodik a divat (Benkő, 2008), valamint az emberek.

Dolgozatunkban nem foglalkozunk olyan személyekkel, akiknek minimális plusz kilói vannak, amik akár egy kis mozgással, valamint tudatos táplálkozással sikerrel kezelhetőek. Azokkal a személyekkel foglalkozunk, akiknél az elhízás jelentős, nemcsak plusz kilókról van szó, hanem egy olyan számottevő túlsúlyról, ami korábban vagy jelenleg is meghatározza az életüket. Tehát az elhízás alatt az egyén adottságaihoz mérve fogjuk valakiről megállapítani, hogy elhízottnak számít-e, valamint az egyén saját véleménye is sokat számít ennél a kategóriánál. Itt gondolunk a testmagasságra, életkorra, nemre és természetesen a súlytömegre, ezek fogják igazolni, hogy a vizsgált személyek valóban elhízottnak mondhatóak-e.

Dolgozatunkban azt kutatjuk, mások hogyan látják az elhízott embereket, hogy ítélik meg őket manapság. Elsősorban Magyarországon, mivel a vizsgált személyek

---

* TDK 2014. 1. helyezett

magyar állampolgárok. Az ítélkezés, előítélet központi szerepet kap, egyik fő elemzési szempontként szerepel. Úgy gondoljuk, hogy létezik előítélet, ha a túlsúlyról van szó. Már egészen fiatal korban megjelenik ez az előítélet a gyerekeknél is, és ebből később komolyabb problémák is származhatnak. Első hipotézisünk az, hogy a vizsgált normál testsúlyú emberek előítéletesek a túlsúlyosokkal szemben. Ebből következve állapítottuk meg a második felvetést, miszerint mivel az emberekben létezik előítélet az elhízott társaikkal szemben, így számukra a testalkatuk befolyással bír az életük egyes területeire (öltözködés, utazás, munkahely, párkapcsolatok, táplálkozás, mozgás). A következő problémafelvetés szerint negatív sztereotípiákat használnak az elhízottakkal szemben. A negyedik hipotézis szerint az elhízott emberek nem kérik a szakemberek segítségét. Végül az utolsó problémafelvetés arra irányul, hogy a normál testsúlyú emberek úgy gondolják, hogy az elhízott személyeknek nem megfelelő a táplálkozásuk, ezért vannak a jelenlegi állapotukban.

Hogy a témával minél mélyebben tudjunk foglalkozni, a kutatás módszere az interjúztatás volt. Elhízott, illetve nem elhízott személyekkel félig strukturált interjúkat készítettünk, ez lehetővé teszi, hogy eltérjünk az alapkérdésektől, ha szükséges. A két célközönség kérdései szinte teljesen ugyanazok, csak néhány szó tér el, a testalkatukhoz alakítva. Így átfogó képet kapunk majd arról, hogy miként gondolkodnak ugyanazon kérdésekről a normál testsúlyú, illetve az elhízott interjúalanyok.

Az elhízás definíciója

„Az elhízás a test zsírtartalmának kóros mértékű felszaporodása, ami a testi-lelki egészséget károsan befolyásolja. A definíció általános jellegéből következik, hogy az elhízás tényének és mértékének megállapításához elengedhetetlen a zsírszövet mennyiségére vonatkozó élettani adatok ismerete. A test zsírtartalma különböző életperiódusokban jelentősen változik, és mennyiségét a nem és a fizikai aktivitás is befolyásolja." (Ilyés, 2001. 14.)

Az fenti definíció pontosan behatárolja, hogy ki számít a tudomány szerint elhízottnak, illetve hogy milyen életszakaszokban mi az ideális és mi számít a normáltól eltérőnek. Fontos, hogy megemlíti a férfiak és a nők közti testi különbséget az elhízás szempontjából, mivel későbbiekben a kutatási eredmények is igazolják e különbségeket abban, ahogyan a két nem megéli, elfogadja az elhízást.

Az elhízás megítélése a múltban és a jelenben

A legkézenfekvőbb tudás, ami igazolja, hogy az elhízás az emberiséggel egyidős, a willendorfi Vénusz szobor. A szobor egy túlsúlyos, elhízott nőt ábrázol, azonban ezt a túlsúlyt akkor az egészség, valamint a termékenység szimbólumának tartották. Ebből következik, hogy az elhízás elfogadott volt, és pozitív jelenségnek tekintették az emberek. Elég sokáig fennmaradt ez a vélekedés, kisebb változások ugyan itt is megfigyelhetők, például a középkorban és a reneszánsz idején az elhízottság, túlsúly a jómódot szimbolizálta. Ez a gondolkodás egészen kitartott a 20. század elejéig, még ebben az időben is az volt az elfogadott, hogy a jólét, hatalom társul az elhízáshoz, és csak a tehetős emberek „kiváltsága" volt. Míg az utóbbi inkább a férfiakra volt jellemző, de a nők körében is ugyanúgy elfogadott volt az elhízás, csak náluk, úgy, mint több ezer évvel ezelőtt, a termékenységet és szexuális vonzerőt jelentette (Haraszti, 1997).

Ezzel szemben, ha valaki sovány volt, vagy a mai ideálnak megfelelő, az ellenkezőleg nem pozitív, hanem negatív előítéleteket kapott. Ilyenformán a nőknél nem a termékenységet, hanem a terméketlenséget jelentette. *„A korábbi századokban a nők ún. szexuális zsírpárnáját mindig kihangsúlyozta a divat: a XVI–XVII. századi a hasat, a XVIII. századi a gömbölyű vállakat és a telt arcot, a XIX. századi pedig a far ívelését emelte ki. A XX. század második feléig sosem volt divatos olyan női ideálképzés, amely a zsírpárnákat mellőzte volna."* (Haraszti, 1997. 14.)

A férfiaknál pedig az elhízás tekintélyt sugallt, mivel nagydarab, így meg tudja védeni saját magát és családját, ezek mellett még a nagyobb testhez nagyobb erő is társul. A 20. században indul meg a változás az elhízás megítélésével kapcsolatban. Ekkor ugyanis megindul a tömegtermelés, melynek az egyik tényezője az, hogy szinte minden társadalmi szinten elérhetővé válnak bizonyos élelmiszerek, ilyenek például a péktermékek, cukrozott élelmiszerek, és az alkohol. Ebből következik az, hogy az éhezés visszaszorul és ezt felváltja a jóltápláltság. Így az étel már nem volt a gazdagok kiváltsága, nem számított luxusnak, elvesztette hatalmi szimbólumát (Haraszti, 1997).

Más idők, más ideálok, így az elhízást felváltotta a soványság. Elsősorban nem az idős korosztályra jellemző, hogy követni akarja ezt az ideált, hanem a fiatalságra. Napjainkban az egészség fontos szerepet kap, manapság divat a sportolás és a hobbisportolás is. Ezzel az embereknek egy fontos célja van, hogy formában tartsák, vagy -hozzák magukat. A forma alatt, mind a nőknél, mind pedig a férfiaknál a jelenkori ideált tekinthetjük, amely a vékony és izmos testalkatban nyilvánul meg. Fontos az az üzenet is a mai normál testsúlyhoz igazítva, hogy az egyén képes saját testét irányítani, így vágyain felül tud kerekedni, ellen tud állni a csábításoknak, azaz független ember, akinek semmi nem parancsol. Mivel a mai ideális testsúlyt megtartani nehéz feladat, ezért a diétázás is beépült a társadalom tudatába. Hogy az elhízást elkerüljék az emberek, sok mindenről képesek lemondani, akár szenvednek, éheztetik magukat, csak hogy a plusz kilók még véletlenül se jelenjenek meg a testükön. Mindezt azért, hogy elfogadottak legyenek a társadalomban, hogy alkalmazkodjanak a jelenlegi elvárásokhoz (Haraszti, 1997).

Előítéletek háttere az elhízással kapcsolatban

„Ha kimegyek egy uszodába, nincs alkalom, hogy ne kapnék valami megjegyzést. Minimum azt, hogy nem marad víz a medencébe, vagy, hogy könnyű a daginak, mert a hája fenntartja. De gyakran bejön az is, hogy ronda, disznó, s hogy van képem idejönni, rontani az összképet. Kinek van kedve így ott maradni valahol?" (Haraszti, 1997. 26.)

A fent idézett történetből kiderül, hogy hogyan vélekedik egy túlsúlyos, elhízott egy olyan egyszerű dologról, mint hogy lemenjünk-e strandra vagy sem. Egyszerű igen, de ugye ha belegondolunk a mondandójába, akkor már nem is érezzük olyan egyszerűnek. Hiszen senki nem szeretne úgy közösségbe menni, hogy ott mindenki céltáblájává válik, megalázzák, kinevetik, sértegetik. Ha így át tudjuk érezni a helyzetét, akkor az már egy jó jel, mivel az azt jelenti, hogy nem vagyunk olyan előítéletesek az elhízottakkal szemben, mint a leírt történetben a feltételezett személyek. Ez mindenképpen valós jelenség, és ezek a képek lepergenek az emberek fejében, ha mondjuk egy elhízott személyt meglátnak a strandon. Úgy gondoljuk, hogy az előítéletek onnan kezdődnek, hogy ők mások, nem a jelenkori ideálnak megfelelő a testalkatuk.

Az emberek többsége úgy véli, hogy könnyű túlsúlyosnak, elhízottnak lenni, mivel összevissza lehet enni azt, amit szeretünk, és még az edzőteremben se kell megizzad-

nunk, hogy tartsuk a súlyunkat. A normál testsúlyt nehéz fenntartani vagy elérni, mert az már lemondásokkal és erőfeszítésekkel jár. Így ebből adódik, hogy az elhízottakat akaratgyenge személyiségnek tartják, viszont, ha ez ilyen egyszerű lenne, akkor úgy gondoljuk, hogy nem lennének túlsúlyos emberek. Mint ahogy azt olvasni és hallani lehet, az elhízás nem csak abból áll, hogy eszünk sokat és nem mozgunk. Ettől sokkal több tényező befolyásolja a genetikától a környezeti tényezőkig, persze a mozgást és a megfelelő táplálkozást nem lehet figyelmen kívül hagyni, mivel talán a két legjelentősebb életmód elemről van szó az elhízás kapcsán (Benkő, Lippai, Tarkó, Erdei, 2011).

„…Ha valaki más, akkor az nem a mi törvényeink, szabályaink szerint nőtt fel, s ezért nem is kötik azok a szabályok, amelyeket a közösségünk saját nyugalma, biztonsága érdekében kialakított. Aki más az szokatlan idegen módon fog reagálni, cselekedni. A más az kiismerhetetlen, kiszámíthatatlan. A másságot ezért rosszul tűrik az emberek…" (Haraszti, 1997. 27.) Nehezebben alkalmazkodunk ahhoz, ami nem megszokott, ez nyilván érthető is, viszont miben másabb egy túlsúlyos ember egy normál testsúlyú embernél? Neki nem lehet rossz napja? Neki nem kell megfelelnie az elvárásoknak? De igen! Sőt, jobban is. Neki nincs szüksége szeretetre, elfogadásra, megbecsülésre? De van! Még többre is, mint másoknak. Ahogy a bevezetésben is elhangzott, senki sem akar manapság elhízott vagy túlsúlyos lenni, ez egy olyan állapot, amiből ki kell segítenünk embertársainkat azzal, hogy támogatjuk, megértjük őket. Nem pedig olyan előítéleteket táplálni feléjük, amivel csak még jobban megnehezítjük az életüket.

„Utazom a metró mozgólépcsőjén lefelé, mikor a másik oldalról, a felfelé menő lépcsőről átkiabálnak valami alpári gorombaságot, összefüggésben a kövérségemmel." (Haraszti, 1997. 28.)

Ez az idézet azt mutatja meg, hogy a nagyvárosokban sokkal könnyebben tud valaki sértegetni, becsmérelni másokat, mint mondjuk a falvakban. Ugyanis a kisebb közösségek összetartóbbak, az emberek szorosabb kapcsolatot ápolnak a közösséggel, mint egy városban, ahol lazábbak az értékek. Az ilyen és ehhez hasonló megnyilvánulásoknak a lényege az, hogy a személyek erősíteni akarják magukat, biztonságérzetüket növelni tudja az, hogy az ilyen sértegetéseknek nem lesz következménye, és mindezt a rövid hatalomérzés miatt teszik. Régebben inkább a pozitív előítéleteket használták az emberek, ugyanis akkor a norma inkább a túlsúly volt (Haraszti, 1997).

Már fiatalkorban megjelenhet az előítélet az elhízottakkal szemben

Ki ne emlékezne arra az ovis mondókára, hogy: *„Digi-dagi daganat, kergeti a halakat, de a halak ügyesek, digi-dagi elesett"*. Az biztos, hogy ezt a verset nem az egyik kispajtásunk költötte, de nem is valamelyik akkori „kortársunk". A nálunk idősebb korosztály szüleménye volt ez a mondóka, amit megtanítottak a kicsiknek, ezáltal már ők is használták mondjuk egy csúfolás során. Ezenkívül még számos gúnyszó és csúfolás létezik az elhízottakra vonatkozóan. Az előítéletet a gyerekek tanulják, nem pedig velük születik. Ha nem a családban hallja a szüleitől, akkor ott van az iskola, óvoda, sportegyesületek, játszótér, valamint az összes olyan szocializációs közeg, ahol társaival van körülvéve. Tehát a szocializáció része a pozitív és a negatív előítéletek megismerése. Az, hogy mennyire élnek a negatív megbélyegzéssel társaik felé, már az egyén személyétől függ, ezt is természetesen sok minden befolyásolja, például hogy milyen műsorokat, meséket, filmeket néz a televízióban, de erre majd a későbbiekben kitérünk. A következőkben bemutatunk egy külföldi kutatási eredményt, amely a gyerekek előítéletességét vizsgálta az elhízással kapcsolatban.

Egy amerikai szociálpszichológus végzett olyan kísérletet, melyben óvodás gyerekek előítéletességét vizsgálta. Célja az volt vele, hogy megvizsgálja, létezik-e előítélet a vizsgált csoportnál. Az alábbiak szerint végezte a kísérletet. Képeket mutatott a gyerekeknek, melyeken kövér, mozgássérült, tolókocsis, mankós, torzult arcú gyerekek szerepeltek. A kutatás alapján egyértelműen kiderült, hogy a gyerekek nem rokonszenveztek azokkal a képekkel, amiken kövérek vannak. Az óvodás gyerekek szívesebben játszanak sovány babákkal, de a kövér gyerekek is inkább azokat választják, nem pedig a kövér babákat (Haraszti, 1997).

Ez a kutatás is azt bizonyítja, hogy már egészen fiatal korban részeseik az előítéleteknek, használják is azokat. Az ő esetükben elfogadottabb, mivel még a fogalmat sem ismerik, nem hogy annak jelentését, és hogy ezzel milyen mértékben tudnak valakit megbántani. Itt a felelősség a szocializációs közegeken, valamint természetesen a szülők hozzáállásán van. Ebben a korban különösen oda kell figyelni arra, hogy a gyerekek ne bántsák, csúfolják társaikat, mivel ebben a korban a legsérülékenyebbek.

Hogyan vélekednek a nők és férfiak az elhízásról?

Ha azt mondjuk, hogy inkább a nőket foglalkoztatja jobban a súlyuk, ezen senki sem lepődik meg. Ennek természetesen oka is van, ami összegezve úgy néz ki, hogy elsősorban a nők elé állítanak egy elérhetetlen soványsági ideállt. Gondoljunk csak a címlapokon szereplő modellekre: a férfiak többsége azzal a női ideállal elégedett, így a nők, hogy tetszenek a férfiaknak, azokat a formákat akarják elérni. Ez fordított esetben nem volt így a köztudatban, a férfiak mindig is elsőbbséget élveztek a nők előtt, nekik nem kellett megfelelniük, ők számítottak a teremtés koronáinak (Haraszti, 1997).

Manapság sokat változott ez a vélekedés is a nők javára, tehát ugyanúgy a nőknek is van egy elvárásuk a férfi ideálról. Pszichoanalitikus értelmezés szerint a férfiak félnek attól, hogy a nők egyenjogúak, ezért meg kell fosztani őket a nőiességüktől, és egy elérhetetlen soványságideállt felállítani nekik, ami majd arra készteti őket, hogy nem találják magukat szépnek, kívánatosnak. Ezek után annak is örülhetnek, ha a férfiak egyáltalán elfogadják őket (Haraszti, 1997).

A média, internet szerepe az elhízás megítélésében

Fontosnak tartjuk, ha röviden is, de bemutatni azokat a lehetséges hírforrásokat, amikkel az emberek találkozhatnak, és hogy ott milyen képet látnak az elhízottakról általában. Vannak természetesen pozitív cikkek, kutatások fent az interneten, vagy műsorok a televízióban az elhízásról, ami jó, mert tájékoztatja az érdeklődőket, hogy milyen következménnyel járhat az elhízás. Igen, az érdeklődőket, akik általában túlsúlyosak vagy félnek attól, hogy elhíznak, és ezért böngésznek a téma után, keresik a lehetőségeket, hogy lefogyjanak, vagy megtartsák a jelenlegi alakjukat. Ezzel azt akarjuk mondani, hogy javarészt nem azok az emberek érdeklődnek az elhízás után, akiknek ilyen problémájuk nincs is, vagy azok, akik előítéletesek az elhízott embertársaik felé. Ők abból „táplálkoznak", amit a média eléjük tár, vagy az interneten olvasható negatív, vagy pozitív cikkekből.

Már a pozitív cikkeknek is megvannak a veszélyei, mert előnyös annak, aki mondjuk túlsúlyos, elhízott, és tájékoztatás jelleggel olvassa el, viszont aki eleve előítéletes a témával, őt csak megerősíti, hogy a túlsúlyosak akaratgyengék, mivel ilyen és olyan problémájuk származhat belőle, még sem akarnak tenni semmit a változásért.

A Disney rajzfilmekben is szinte kivétel nélkül csak tökéletes alakú hercegnőkkel és hercegekkel találkozhatunk. Ha nem gonosz személyiségként tüntetik fel az elhízottakat, akkor általában bugyuta szerepeket kapnak komédiákban, ezáltal pedig azt erősítik a nézőkben, hogy nem kell őket komolyan venni. Napjainkban mindenki az ideált akarja követni, ezért is közvetítik a műsorok, hírek, újságok a minden ember számára kívánt alkatot, mivel ez érdekli az embereket, ezt lehet eladni számukra. Összegezve tehát komoly befolyással bírnak az említett hírforrások abban, hogy hogyan ítéljük meg az elhízott személyeket a társadalmunkban (Haraszti, 1997).

Kutatás

10 elhízott személlyel és 20 normál testalkatú személlyel készítettünk interjúkat. A résztvevők között a fiataltól az idős korosztályig sikerült interjúalanyt találni. Előre meghatározott kérdéseket tettünk fel mindkét csoportnak, azonban ha szükséges volt, akkor eltértünk ezektől, hogy mélyebben tudjunk beszélgetni. Ezek mellett természetesen a demográfiai adatokat is lekérdeztük. A minta az elhízottak voltak, hozzájuk igazodott a normál testsúlyúak kérdéssora is. A következőkben bemutatunk néhány interjúkérdést, és a rájuk adott válaszokat röviden elemezzük.

Mit gondol, az emberek előítéletesek az elhízott emberekkel szemben?

Elhízottak: 10 személyből egy gondolja úgy, hogy nem előítéletesek az emberek az elhízottakkal szemben, ő egy 46 éves férfi. A többi 9 alany viszont úgy véli, hogy azok. 7-en egyértelműen azt válaszolták, 2 személy pedig azt, hogy előítéletesek, de nem a többség, mivel a környezetükben ezt szerencsére nem tapasztalják. Az egyik interjúalany a következő választ adta: *„Igen. Az emberek, úgy gondolom, hogy alapvetően előítéletesek. És nem kizárólag csak az elhízott emberekkel szemben. Én úgy gondolom, hogy az emberek önmagukkal nincsenek megelégedve, amikor a tükörbe néznek, és inkább bántanak, olyat, amilyenek nem akarnak lenni, nehezebb felismerni saját problémáikat és hibáikat." (Nő, 36 éves)*

Normál testsúlyúak: 20 személy közül 18-an úgy gondolják, hogy előítéletesek az emberek az elhízottakkal szemben. Két személy szerint pedig csak kevesen vannak azok, akik előítéletesek, a többség jóindulatú, az egyik személy itt elhízott volt régebben. Megkérdeztük azt is, hogy ők előítéletesek-e, és 13-an azt mondták, hogy igen, volt már rá példa, ennél a kérdésnél a nemek közti különbség 8-5 a férfiak javára. *„…Igen. Mert úgy gondolom, hogy nem figyelnek eléggé magukra, rosszak a táplálkozási szokásaik, nem eléggé fegyelmezettek…"(Nő, 68 éves)* Ez volt a válasz arra, hogy személy szerint előítéletes-e. Egy másik interjúalany is hasonlóképpen vélekedik: *„… Nem mindenki az. Sokakat nem zavar sem a saját, sem mások túlsúlya. Szinte természetesnek veszik. Engem zavar, ha más túlsúlyos, és nem becsüli sem saját magát, sem szeretteit azzal, hogy vigyázzon a súlyára, ezáltal az egészségére, életére…" (Nő, 41 éves)*

Ennél a kérdésnél mind a két vizsgált csoport hasonlóan gondolkodott, a kapott válaszok alapján a véleményük szerint létezik az emberekben előítélet, azonban ezt csak a véleményük és a tapasztalataik alapján mondják. Kitértünk arra is, hogy személy szerint a normál testsúlyúak körében ki gondolja magát előítéletesnek az elhízottakkal szemben, amire 13 személy válaszolta azt, hogy nekik vannak előítéleteik a kövérekkel szemben.

A súlyával kapcsolatos előítéletek befolyásolták-e az életét? Múltban vagy a jelenben, és mit gondol, a jövőben fogja-e?

Elhízottak: A válaszok megoszlanak, van, akinek csak régen befolyásolta, van, akinek a jelenben is befolyásolja, és van, aki úgy gondolja, hogy a jövőben is fogja. Pontosítva, egy személy gondolja úgy, hogy nem befolyásolták az életét, az összes többi alany érezte, vagy érzi a hatását ezeknek az előítéleteknek: *„…Igen, régen sokat mondtam magamnak, hogy úristen, hogy nézek ki, manapság már nem, el tudtam fogadni magam. Álláskeresésnél nagyon féltem, azért, mert úgy éreztem, hogy az emberek másként néznek rám, mert túlsúlyos vagyok. Nem szeretek enni nyilvánosan, mert olykor magamon érzem az emberek tekintetét…" (Nő, 33 éves)* Van, aki előnyt tudott kovácsolni ezekből a sérelmekből, és ezeknek a hatására sikerült fogynia, míg van, aki azt mondta, hogy olyan sokat bántották régebben, hogy manapság is úgy érzi, hogy semmi önbizalma nincsen. Összegezve tehát, befolyással bírnak azok az előítéletek, amiket régebben, valamint amit manapság kapnak a testalkatukra vonatkozóan.

Ön szerint a megkülönböztetés befolyásolja-e az elhízott személyek életét? Miként befolyásolja?

Normál testsúlyúak: A megkérdezettek közül 17 személy úgy gondolja, hogy mindenképp negatívan befolyásolják az elhízottak életét ezek a megkülönböztetések. *„…Szerintem igen. Mivel be vannak skatulyázva ebbe a kategóriába, ezért úgy gondolja (ha nem is tudatosan), hogy neki annak eleget kell tennie. Azért gondolom ezt, mert akit valóban zavar a túlsúlya, az igen is tesz ellene. Amiként befolyásolhatja: még többet eszik, nem megy szórakozni, feszélyezve érzi magát emberek között, depressziós lesz…" (Nő, 24 éves)* Akik úgy gondolják, hogy befolyásolja, nagy részük azt mondta, hogy ezáltal szomorúak és rosszkedvűek lesznek. 3 személy szerint nem biztos, hogy negatívan, lehet, hogy észre sem veszik, nem is foglalkoznak ezekkel a megkülönböztetésekkel, sőt akár ösztönzőleg hathat rájuk. Nincs információjuk arról, hogy miként élhetik meg ezeket az elhízottak.

Az elhízottak 90%-a azt tapasztalja, hogy befolyással bír a túlsúly az egyén életére. Míg a normál testsúlyúak véleménye is megegyezik ezzel a vélekedéssel, ott is csaknem ilyen magas eredményt kaptunk ezzel a témával kapcsolatban.

Mit gondol, a normál testsúlyúak előnyt élveznek az elhízottakkal szemben?

Elhízottak: 10-ből 9-en úgy gondolják, hogy előnyt élveznek a normál testsúlyú emberek az elhízottakkal szemben. Álláskeresésnél gondolják, hogy legjobban szembetűnő ez az előny. *„…Igen. Hiszen az számít szépnek a társadalomban, ami szabályos szép. Egyértelmű, hogy egy karcsú nőt vesznek fel titkárnőnek, nem egy kövér nőt. Van ahol ez pl. feltétel. Volt már a tv-ben hasonló riport. Egy csúnya és nem túl dekoratív nő és a pont ellenkezője a munkaerő piacon ugyanarra a munkára jelentkezve, ugyan olyan kondíciókkal. Kitalálható, hogy melyiket vették fel…" (Nő, 33 éves)*

Normál testsúlyúak: A megkérdezett 20 ember közül 18-an gondolják úgy, hogy mindenképpen előnyt élveznek, 2 személy véleménye szerint pedig nem feltétlenül, bizonyos munkák esetében van csak így. Sokan megemlítették, hogy a munka terén, mondjuk egy állásinterjú során is előnyt élveznek, mivel a megjelenésük meggyőzőbb. Vannak olyan helyzetek, amikor a fizikai teljesítmény számít, és itt is a véleményük szerint egy normál testsúlyos jobban teljesít, mivel sokan említették, hogy ők könnyebben mozognak, mint elhízott társaik. *„…Természetesen előnyt élveznek. Rengeteg dolgot le-*

hetne felsorolni. Kezdjük a tömegközlekedésben való részvétellel. A normál testsúlyú embernek kényelmesen elég egy ülés, kényelmesen arrébb tud húzódni, ha esetleg korlátot támasztva utazik és valaki szeretne mellette elsuhanni. Előnyt élveznek továbbá a súlykorlátozott dolgokban, és a sportolásban is jóval kiemelkedőbbek lehetnek..." (Férfi, 20 éves) Az egyik válaszadó szerint az élet minden területén hátrányt szenvednek, itt hétköznap példákat mondott, mint például nekik körülményesebb moziba menni vagy buszra szállni az ülőhelyek miatt, úgy gondolja, hogy az elhízottaknak ez komoly probléma.

A válaszadók szerint előnyt élveznek, csupán 3 megkérdezett gondolja azt, hogy nem kimondottan. Akik úgy vélik, hogy a társadalom inkább elfogadja a normál súlyt, azok szerint ezek az előnyök az álláskeresésnél, valamint a fizikai teljesítménynél jelentősek.

Hipotézis vizsgálat

H1. A vizsgált normál testsúlyú csoportban létezik előítélet az elhízottakkal szemben.
Az összesen 30 vizsgált személy közül 27-en gondolják úgy, hogy az emberek előítéletesek az elhízottakkal szemben. Általános vélekedés szerint a vizsgált személyek csaknem 100%-a gondolja azt, hogy előítélet létezik, ha az elhízásról van szó. Ez igen magas arány, mivel gondoljunk bele, hogy a vizsgált személyek különböző korúak és iskolai végzettségűek, de mégis van egy téma, amiről azonosan vélekednek, tehát eszerint az előítélet létezhet az adott témában, és akár nemcsak a vizsgált csoportra levetítve, hanem társadalmi szinten is. A hipotézis itt arra irányul, hogy csak a normál súlyúak előítéletességét vizsgáljuk az elhízottakkal szemben. Pontosan azt, hogy személy szerint ők előítéletesek-e az elhízottakkal szemben. A 20 személy közül 18-an mondták azt, hogy szerintük az emberekben létezik előítélet. 13-an mondták azt, hogy igen, előítéleteik vannak, 2 személy elhízott volt ennél a csoportnál, számukra nem létezik előítélet az elhízással kapcsolatban, és a maradék 5 személy is azt válaszolta, hogy ők személy szerint nem azok. Megkérdeztük, hogy miben nyilvánult meg az előítéletességük, és a válaszadók nagy része azt felelte, hogy inkább cikizésben, beszólogatásban, valamint nem szívesen barátkoznak elhízottakkal. Érdekességként, ha az elhízottak tapasztalatait is vizsgáljuk ennél a feltevésnél, akkor azt az eredményt kapjuk, hogy az a 13 előítéletes személy, aki ezt nyíltan kijelentette, bővül 10 személlyel, mivel az elhízottak elmondásai alapján mind találkoztak előítéletes emberekkel a testsúlyuk miatt. Mindent együtt és figyelembe véve kijelenthető, hogy a vizsgált csoportban létezik előítélet az elhízottakkal szemben ráadásul többségben vannak azok a személyek, akik erről így vélekednek. Az első hipotézis igazolást nyert.

H2. Az elhízottak hátrányt szenvednek az élet bizonyos területein (öltözködés, utazás, munkahely, párkapcsolatok, táplálkozás, mozgás).
A vizsgált 30 személy közül 29 gondolta és tapasztalta úgy, hogy az elhízottak hátrányt szenvednek az élet bizonyos területein. Itt természetesen az elhízottak volt a vizsgált csoport a felvetés alapján, és a 10-ből 9 személy szenvedett már hátrányt a testsúlya miatt. A leggyakoribb terület az öltözködés volt. Ezen belül, hogy kevés olyan üzlet van, ami a méreteikre szabott ruhákkal is foglalkozik, sokszor fordul elő az is, hogy egyáltalán nincsenek a méreteikben ruhák. Körülményes és megnehezíti az öltözködésüket. A normál testsúlyúak véleménye is az volt, hogy az elhízottaknak talán az öltözködés az, ami problémát okozhat, mivel úgy gondolják, hogy a méretükben kevés a csi-

nos, divatos ruha. Az öltözködés mellett még megjelentek a párkapcsolatok is, amit többen megemlítettek az elhízottak közül, hogy nehezebb ismerkedni a súlyúkkal. Egyértelműen kijelenthetjük, hogy bizonyos területeken hátrányt szenvednek az elhízottak, így igazolást nyert ez a hipotézis is.

H3. Normál testsúlyú emberek úgy gondolják, hogy az elhízott személyek a helytelen táplálkozás miatt elhízottak.
13 személy említette elsődleges elhízási tényezőként a rendszeres, helytelen táplálkozást. Ezt követően a mozgáshiány, genetika volt a leggyakoribb lehetséges tényező. Úgy gondoljuk, nem véletlenül a sztereotípiáknál is megjelent ennél a csoportnál az, hogy sokat esznek, a második leggyakoribb kifejezés az volt. A többség úgy gondolja, hogy a táplálkozás az, ami elsődlegesen befolyásolja a testsúlyt, viszont annyira itt nem volt egyértelmű ennek az elemnek a fölénye a többivel szembe. Ettől függetlenül igazolást nyert ez a felvetés.

H4. A vizsgált személyeknél az elhízást negatív sztereotípiákkal párosítják.
Az elhízott személyeknél a leggyakoribb az volt, hogy „szeret sokat enni", míg a normál testsúlyúaknál az, hogy „lusta". Itt az összes 30 személy számít a vizsgálatnál. Az elhízottaknál sokkal több pozitív sztereotípia is elhangzott, míg a normál testsúlyúaknál lényegesen kevesebb, viszont mind a két csoport itt ugyanazokat említette meg, a vidám és a mosolygós kategóriákat. Mivel a „sokat esznek" egy negatív sztereotípia ebben a témában, így a vizsgált személyeknél a negatív sztereotípiák vannak többségben az elhízott személyekkel kapcsolatban. Nem egyértelműen, de igazolva lett a feltevés.

H5. A vizsgált elhízott személyek, nem kérik/kérték a szakemberek segítségét.
Ez a kérdés csak az elhízott személyekre vonatkozott. 10-ből 2-en fordultak már szakemberhez a testsúlyuk miatt. A többség nem, viszont van két személy, aki már kikérte tanácsadó véleményét, így ez a hipotézis megdőlt. Nem lehet egyértelműen kijelenteni, hogy nem kérték vagy nem kérik a hozzáértők segítségét.

Összegzés

Különböző korú és iskolai végzettségű férfiakkal és nőkkel, elhízottakkal, valamint normál testsúlyúakkal egyaránt készült interjúink feldolgozásával az volt a célunk, hogy képet kapjunk arról, hogy a vizsgált csoportok azonos dolgokban hogyan gondolkodnak. Megvizsgáltuk, létezik-e előítélet az elhízott társaikkal szemben, és az elhízottakat milyen negatív megkülönböztetés éri mindennapjaikban. Leendő szakemberként feladatunknak látjuk a társadalom összetartását. Az elhízottakat megérteni kell, nem bántani, hiszen csak ekkor tudunk nekik segíteni. Szándékosan nem foglalkoztunk az elhízás okozta betegségekkel, egészségfejlesztőként a hatáskörünk a megelőzésben van, ezen a szinten viszont csökkenteni lehet az elhízás okozta megbetegedéseket. Nemcsak a betegség miatt veszélyes elhízott személynek lenni, hanem azért is, mert a társadalom megkülönbözteti, kirekeszti őket. Ezek a megkülönböztetések számos sebet ejtenek az elszenvedő alanyokon, mint ahogy az kiderült a kutatásban, a mai napig bennük élnek ezek a negatív emlékek. A megkérdezett elhízott személyek közül mindenki megemlítette, hogy gyerekkorban tapasztalt sok hátrányos megkülönböztetést, ebből arra következtetünk, hogy a gyerekek még nincsenek tisztában azzal, hogy ilyen sértő, csúfolódó szavakkal milyen mély nyomot hagyhatnak a társaikban. Ezért külö-

nösen oda kell figyelni arra, hogy az óvodákban, iskolákban előítéleteket ne tapasztaljanak a gyerekek, ami a pedagógusok, óvónők felelőssége.

Az iskolákban az egyén képességeihez kell igazítani a felméréseket. Kimondottan a tornaórákra gondolunk, hisz itt lehetőség van a testi adottságokat úgy kezelni, hogy abból ne származhassanak előítéletek. Arra gondolunk, hogy más értékelő rendszert kell felállítani az elhízottaknak és a normál testsúlyúaknak. Vegyük például a távolugrást, ahol meg van határozva az, hogy melyik távolság milyen érdemjeggyel jár. Egy elhízott gyermeknek sokkal kisebb az esélye, hogy jeles osztályzatot szerezzen ebben felmérőben, mint mondjuk egy normál testsúlyú társának. Ettől függetlenül, még a gyermek a saját képességeihez mérten a lehető legtöbbet adhatja ki magából, ha nem ahhoz mérjük, amihez esélye sincsen. Az önbizalmukat erősíteni kell, nem pedig rombolni. Gondoljunk bele abba, hogy ez a gyerek rossz jegyeket szerez a felmérők során, mi pedig elvárjuk tőle, hogy a mozgáshoz pozitív élményeket társít a jövőben, és hogy majd idősebb korában élvezi és szereti a mozgást. Így nem fog menni. Egy rekreációszervező és egészségfejlesztő szakembernek mindig a csoport képességeit kell figyelembe venni és aszerint dolgozni velük. Ez bármely oktatás, tanítás, nevelés terén egy eredményes hozzáállás. A gyerekeknél az egésznek a kulcsa a mozgás megszerettetése, ezáltal szívesebben megy el mozogni csoportban vagy egyénileg. A rekreáció és az egészségfejlesztés erről is szól, hogy mozgásnál ne kimondottan a teljesítmény kapjon szerepet, hanem a szórakozás. Minden olyan intézményben, ahol gyerekekkel foglalkoznak, szükség van olyan szakemberekre, akik a rekreációt ismerik, és annak egészségnevelő hatásaival is tisztában vannak. Véleményünk szerint kevesebb gyerek lenne, aki a mozgást hárítaná, mint sem választaná.

Mit tehetnénk szakemberként az elhízott felnőtt emberekért? Az életmód tanácsadás (Tarkó, Benkő, 2014) szükségszerű. Nem lehet véglegesen lecsökkenteni a fent említett óvodai, iskolai mozgásos prevencióval az elhízottak számát. Mivel tudjuk, hogy az elhízásnak és a túlsúlynak számos befolyásoló tényezői vannak, így az a mozgás népszerűsítésével nem szüntethető meg. Másrészt meg nem csak a jövő generációjának kell megadni az esélyt, az idősebb korosztály is útmutatásra szorul. Voltak fogyókúrás műsorok a tv-ben, azonban talán csak azoknak volt eredményes, akik szerepeltek benne, folyamatosan naponta lehet olvasni az interneten fogyókúrás cikkeket, tanácsokat mozgással kapcsolatosan. De ezek által az emberek többsége nem ismeri fel saját motivációját, nem tudják megfogalmazni maguknak a remélt változást, ami a legfontosabb abban, hogy elinduljanak a kívánt helyes úton. Az egészségfejlesztő szakember ebben tud segíteni, és nemcsak pillanatnyi tanácsot ad, mint akár egy háziorvos, hanem végigkísérheti a személyt célja megvalósításában mint támogató, útmutató.

Kellenek olyan helyek, irodák a falvakban, városokban, ahol az emberek megtalálják ezeket a szakembereket. Az első lépésnek nem feltétlenül az edzőterem ajtaján át kell történnie, amitől az elhízottak többsége tart is, hanem egy olyan irodába kell belépnie, ahol empatikus szakemberek várják, és motiváltak a céljuk megvalósításában. Fontos, hogy az interneten és a lakosság tudatában is ott legyenek ezek az irodák, mert minél többen tudomást szereznek róla, annál több emberen lehet segíteni. Első kapcsolatfelvétel akár az interneten keresztül is történhet a kliens és az egészségfejlesztő szakember között, sokaknak ez könnyebb megoldás lehet. Az már egy más kérdés, hogy mi a jó, ha ezek az irodák magáncégek vagy önkormányzati, vagy állami támogatással jönnek létre. Az utóbbi nyilván nemesebb társadalmi szempontból, azt mutatná,

hogy a magyar társadalomnak célja, hogy minden egyes ember egyenlő esélyekkel éljen, súlyuktól függetlenül.

IRODALOMJEGYZÉK

Haraszti László, dr. (1997): *A felnőttkori elhízás. A kövérség pszichológiai problémái.* Subrosa Kiadó, Budapest.

Ilyés István, dr. (2001): *Az elhízás mai szemlélete.* Medicina Könyvkiadó Rt., Budapest.

Benkő Zsuzsanna (2008): A divatról Simmel értelmezése alapján. Hagyomány, modernitás, divat a visegrádi országok családjainak életmódjában. In: Tarkó Klára, Barabás Katalin (szerk.): *Egészségfejlesztés a tudományokban: Szemelvények a Szegedi Egészségfejlesztő Műhely hazai és nemzetközi tudományos munkáiból.* Szegedi Egyetemi Kiadó, Szeged, 247–259.

Benkő, Zs., Lippai, L., Tarkó, K., Erdei, K. (2011): The relationship between nutrition habits and obesity in the Central East European region – lessons learnt from a comparative transnational research. In: *European Sociological Association. Social Relations in Turbulent Times.* ESA 10th Conference. Konferencia helye, ideje: Geneva, Svájc, 2011. 09. 07. – 2011. 09. 10. ESA Publications Division, Geneva, 359–360.

Tarkó, K., Benkő, Zs. (2014): Education For Lifestyle (Leisure) Counselling In An Unequal World (Szeged, Hungary). In: *XVIII ISA World Congress of Sociology: Facing an Unequal World: Challenges for Global Sociology: Book of Abstracts.* Konferencia helye, ideje: Yokohama, Japán, 2014.07.13. – 2014. 07. 19. 967.

Magyar egyetemisták táplálkozási szokásainak szociológiai vizsgálata*

VASADI VIKTÓRIA ÉS PÁLMAI JUDIT

Bevezetés

Dolgozatunk témája a táplálkozásszociológia témakörét foglalja magában, azon belül is a magyar egyetemisták táplálkozási szokásait. Életmódunk és egészségi állapotunk talán egyik legfontosabb befolyásoló tényezője a táplálkozás. Kevés szó esik azonban arról, hogy mikor eszünk, hogyan eszünk, milyen társadalmi hatásai és befolyásoló tényezői vannak a táplálkozásnak.

A kutatás során nem érdekelt bennünket, hogy a vizsgált személyek miből mennyit esznek, megfelelő arányban van-e jelen táplálkozásukban a szénhidrát és a fehérje, hiszen ez egy teljesen új és nagyobb szabású kutatást feltételez. A megkérdezettek táplálkozási szokásainak szociológiai hátterére voltunk kíváncsiak, arra, hogy miként táplálkoznak, milyen különbségek vannak azok között, akik otthon élnek, akik kollégiumban vagy akár albérletben. Mikor esznek, és mennyi idejük van az órák között étkezni, van-e idejük rá?

I. Irodalmi áttekintés

1. Életmód, egészség, táplálkozás

Az életmódot alapvetően befolyásolják a táplálkozási szokások, a fizikai aktivitás, a szabadidő eltöltése és a különböző káros élvezeti szerek fogyasztása (Benkő, 200).

A táplálkozási szokásaink befolyásolják leginkább életmódunkat. A magyar lakosság táplálkozási szokásai még mindig nem felelnek meg az elvárt táplálkozási alapelveknek, hiszen összességében túlzott zsír-, cukor- és energiafogyasztással és sajnos kevés zöldség, gyümölcs és gabonafogyasztással jellemezhető (Varga-Hatos, Karner, 2008; Benkő, Tarkó, Erdei, Lippai, 2009).

A megfelelő táplálkozás nem hozza magával automatikusan az egészséget, viszont az kijelenthető, hogy a betegség-megelőző magatartás, ezen belül is az egészséges táplálkozás nagyban befolyásolja, hat az egészségi állapotra (Barna, 2000).

2. Táplálkozást befolyásoló tényezők

2.1. CSALÁD, ISKOLA

A táplálkozási szokások alakulnak ki a legelőször a gyermek fejlődése során, éppen ezért ezt a legnehezebb megváltoztatni. A családnak ezért rendkívül fontos szerepe van a helyes táplálkozásmagatartás kialakulásában. A családi étkezések hosszú távon befolyásolják az egyének táplálkozási szokásait.

Az élelmiszerfogyasztásra és annak módjára számos tényező hat. Ilyen tényezők többek között az etnikai tényezők, a társadalom rétegződése és státusz-meghatározottsága, a habituális adottságok, a család és háztartási tényezők (Kozák, 2009).

---

* TDK 2012. 1. helyezett

Természetesen a család mellett nagyon fontos szerepet kap az iskola színtere, melynek feladata nemcsak a megfelelő közétkeztetés, de az egészséges életmódra való nevelés és egészségfejlesztés is.

Az Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet (OÉTI) hivatalos weboldalán olvashatóak azok a rendelkezések, amelyek szabályozzák a közétkeztetést, így az óvodai és az iskolai étkeztetést is. Mindezen rendeletek tartalmazzák az egyes korcsoportoknak megfelelő étkezések energiatartalmát és számát *(http://www.oeti.hu/?m1id=5&m2id=94).*

2.2. IDŐ

„Ne feledd, hogy az idő pénz" – írta Benjamin Franklin már 1748-ban. Napjainkban is ismeretes ez a szállóigévé vált mondás, ugyanis rohanó és „elanyagiasodó" világunkban már minden a pénzről szól. Felgyorsult világunkban sokan a megélhetésért, a létfenntartásért küzdenek. Sokak munkaideje meghaladja a napi 8 órát, ami sajnos a különböző fiziológiás szükségletek elhanyagolásával jár, így a táplálkozási szokások negatív irányba való elmozdulásával is.

Az egyik nagyon fontos kényszerítő eszköz a fogyasztási szokásokra, éppen emiatt az étkezési szokásokra is, az időkorlát. Ha azt vesszük, hogy az időnk szűkös, halasszthatatlan dolgaink akadnak, akkor az idő értékesebbé válik az étkezésekkel szemben, így az étkezések egy kevésbé időigényes folyamat felé indulnak el. Ahhoz, hogy az étkezésre fordított időt leredukáljuk, olyan élelmiszerek kerülnek előtérbe, amelyek elkészítésének időráfordítása minimális. Éppen ezért a konzerv, a mélyhűtött termékek, a tartósított élelmiszerek, előre elkészített ételek virágkorukat élik. A háztartási idő a gyorséttermek megjelenésével és a vendéglők miatt gyakorlatilag nullára csökkent. Növekszik az igény az otthon, gyorsan elkészített ételek iránt is, melyre a mikrohullámú sütő és a mirelit ételek megoldást jelentenek (Bíró, 2002).

2.3. PSZICHÉ

„Az embernek meg kell tanulni a helyes táplálkozást, ugyanúgy, ahogyan megtanulja a beszédet, a társadalmi érintkezés formáit, az irodalmi, technikai és egyéb ismereteket. Ez a tanulási folyamat sajnálatosan kevéssé valósul meg, és így a felnövekvő új generációk nehéz teherként és a hátrányos következményeket kényszerként vállalva hurcolják végig életükön a szülők, a közösség sok tekintetben elavult szokásait." (Bíró, 2002.)

A táplálkozás, az étkezés bizonyos érzelmi töltéssel rendelkezik. Ha egy étel szépen, ízlésesen és gusztusosan van tálalva, akkor ez akár már az örömszerzés egyik formája is lehet. Az étkezés körülményei nagyon sokat jelentenek. Az, hogy éppen hogyan terítettek meg, milyen környezetben étkezünk, milyenek a körülmények, milyen személyekkel étkezünk, ezek mind pozitívan befolyásolhatják az étkezésünket (Bíró, 2002).

2.4. GAZDASÁG

A '90-es években végzett felmérés alapján, amelyet az Európai Unió tagállamai között végeztek, elmondható, hogy az élelmiszerek megvásárlásánál 43%-ban az élelmiszerek ára a befolyásoló tényező, emellett még fontos a minőség, az egészséges táplálkozás, a családi szokások, a hagyomány és a megszokás (Bíró, 2002).

Az ár a gazdaságilag fejlett országokban is kiemelt helyen szerepel az élelmiszerek megvásárlásánál. A szegényebb lakosság az olcsóbb élelmiszereket vásárolja meg, és ebből próbálja fedezni tápanyagszükségletét, azonban elmondható, hogy kevés zöldsé-

get, gyümölcsöt és kevés teljes kiőrlésű gabonaterméket fogyasztanak. A gazdagabb családok többletpénzüket húsra költik, ám zöldség- és gyümölcsfogyasztásuk nagyon alacsony. Ezért az ilyen családok táplálkozása is hiányos és minőségi szempontból kevésbé változatos (Bíró, 2002).

2.5. POLITIKAI TÉNYEZŐK

A táplálkozási szokások kialakulásában és változásában fontos szerepe van a táplálkozáspolitikának. A politika nagyon sok mindennek része, és felelős a magyar lakosság egészségi állapotáért.

„Az élelmezés- és táplálkozáspolitika célzott tevékenységi sorozatot jelent, amelyet gyakran a kormányzat kezdeményez, és amely a lakosság kifogástalan minőségű, elegendő mennyiségű és kellő választékot nyújtó élelmiszerellátását szolgála úgy, hogy ez hozzájáruljon az egész népesség lehető legjobb tápláltsági állapotához." (Bíró, 2002. 46.)

A táplálkozáspolitika magában kellene hogy foglalja a táplálkozási ismeretek alapvető oktatását, a táplálkozással és életmóddal foglalkozó szakembereknek a képzését, mindezek mellett pedig a teljes lakosság informálását, tájékoztatását. Mindezekhez hozzátartozik az is, hogy az élelmiszerek megfelelő módon legyenek felcímkézve, tartalmazzanak használati utasítást, az összetétel pedig minden terméken egyértelműen jelenjen meg (Bíró, 2002).

I. Magyar egyetemisták táplálkozási szokásainak szociológiai vizsgálata

1. A vizsgálat helye, ideje, vizsgált személyek

A vizsgálatot 2012. szeptember és október hónapjában végeztük. A vizsgálathoz a kérdőíves módszert használtuk fel, mert úgy gondoltuk, ezzel a módszerrel tudjuk a leghatékonyabban lekérdezni a választott célcsoportot, és így a legegyszerűbb és leggyorsabb eljuttatni hozzájuk a kérdőívvel. A célcsoport az aktív főiskolai/egyetemi hallgatók voltak az ország több felsőoktatási intézményéből.

A vizsgálatot egy internetes kérdőív segítségével végeztük (www.ripet.hu). A kérdőívet egy közösségi portál „Szegedi Egyetemisták" csoportjában tettük közzé, illetve saját ismerőseink révén más egyetemek közösségi felületein is hozzáférhetővé vált. 131 kitöltött kérdőívet kaptunk vissza, melyeket az ország 17 különböző egyetemén hallgató diákok töltöttek ki.

2. A vizsgálati kérdések, hipotézisek

A vizsgálatban a táplálkozási szokások kerültek előtérbe, ugyanis a témával kapcsolatban számos feltételezés merült fel, melyekre szerettünk volna válaszokat kapni.

Az egyik feltételezés az volt, hogy a főiskolások/egyetemisták táplálkozási magatartása a vizsgaidőszakban negatív irányba változik. A vizsgaidőszak eljövetele egy teljesen más életforma, ugyanis nem kell órákra járni, nincs az ember szigorú időhöz kötve, de emellett fokozott és tartós stresszhatás éri. Érdekes lehet, hogy ebben az időszakban hogyan táplálkoznak a hallgatók, milyen változások következnek be étkezésükben a vizsgaidőszak hatására a szorgalmi időszakhoz képest.

Egy másik hipotézis az volt, hogy a főiskolások/egyetemisták fő szempontja élelmiszervásárláskor a termék ára és nem az, hogy mennyire egészséges. A legtöbb egyetemista ebben a korban már maga alakítja táplálkozását, maga dönti el, mit vásárol meg

a boltban és mit nem. Érdekes dolgot vet fel mégpedig, hogy mi alapján vásárolnak a hallgatók. Figyelembe veszik-e, hogy egy termék egészséges vagy épp nem.

A harmadik hipotézis, hogy az egyetemisták hétköznapi táplálkozási szokásai jelentősen eltérnek a hétvégi szokásaiktól, ugyanis több főtt ételt esznek, és több idejük is van enni. Nyilvánvaló, hogy az embernek hétvégi és hétköznapi étkezése eltér egymástól, hiszen hétvégén az emberek többsége nem dolgozik, nem jár iskolába, így több időt szakíthatnak a nyugodt étkezésre.

Feltételeztük, hogy az albérletben és kollégiumban élő hallgatók hiába laknak külön háztartásban, családjuk így is nagyban befolyásolja táplálkozási szokásaikat. A család alapvetően befolyásolja a táplálkozási magatartás kialakulását, de a kérdés az, hogy mennyire van hatással a család a felnőttkorban, amikor saját háztartásban él már egy fiatal.

Úgy gondoltuk, hogy azoknak, akik a szüleikkel laknak otthon, vagy éppen naponta ingáznak az iskola és a szülői ház között, megfelelőbb és kiegyensúlyozottabbak a táplálkozási szokásaik, mint azoknak, akik kollégiumban vagy éppen albérletben laknak. A kutatás során ezekre a hipotézisekre kerestük a választ.

3. A kérdőív elemzése

3.1. DEMOGRÁFIAI JELLEMZÉS

A kérdőívet 131 fő töltötte ki, közülük 101 nő volt és 31 férfi. A kitöltő korosztály 18 és 27 év közötti, átlagéletkoruk 21,53 év. A kitöltők közül 10 fő a fővárosban lakik, 40 fő megyeszékhelyen, városban pedig 54 fő él. Községben a válaszadók közül 26-an laknak, tanyán pedig 1 fő él. A táplálkozási szokások vizsgálata révén fontos volt tudni azt is, hogy a tanítási idő alatt hol laknak a hallgatók.

A kérdőívben 5 kategóriát és egy egyebet különböztettünk meg. A kategóriák alapján elmondható, hogy a válaszadók közül 11-en laknak a tanítási helyükön a szüleikkel együtt. A tanítási helyen albérletben 54 fő él, tanítási helyen kollégiumban pedig 40 fő. Azok, akik szüleikkel laknak, de bejárósak a tanítási helyükre, 18-an vannak, saját lakásban a tanítási helyen pedig 3-an élnek. 5 fő jelölte be az egyéb kategóriát, közülük 2 fő írta, hogy nagyszüleivel lakik, a másik 3 személy erre a kérdésre nem adott választ.

A kérdőívre a válaszok az ország 17 különböző egyeteméről érkeztek. A legtöbben 74-en a Szegedi Tudományegyetem hallgatói, 13 fő az Eszterházy Károly Főiskola, 11-en pedig a Kaposvári Egyetem hallgatói. 5-5 fő válaszolt a Pécsi Tudományegyetemről és a Semmelweis Egyetemről is. A Szolnoki Főiskoláról 4, a Kecskeméti Főiskoláról 3 kitöltés érkezett. Az Eötvös Lóránd Tudományegyetem, a Budapesti Kommunikációs és Üzleti Főiskola, a Debreceni Tudományegyetem, a Szent István Egyetem, a Kodolányi János Főiskola és a Budapesti Műszaki Egyetem hallgatói közül 2-2 fő, a Károli Gáspár Református Egyetem, a Nemzeti Közszolgálati Egyetem, a Nyugat-magyarországi Egyetem és a Dunaújvárosi Főiskola hallgatói közül pedig 1 fő töltötte ki a kérdőívet.

3.2. ELEMZÉS

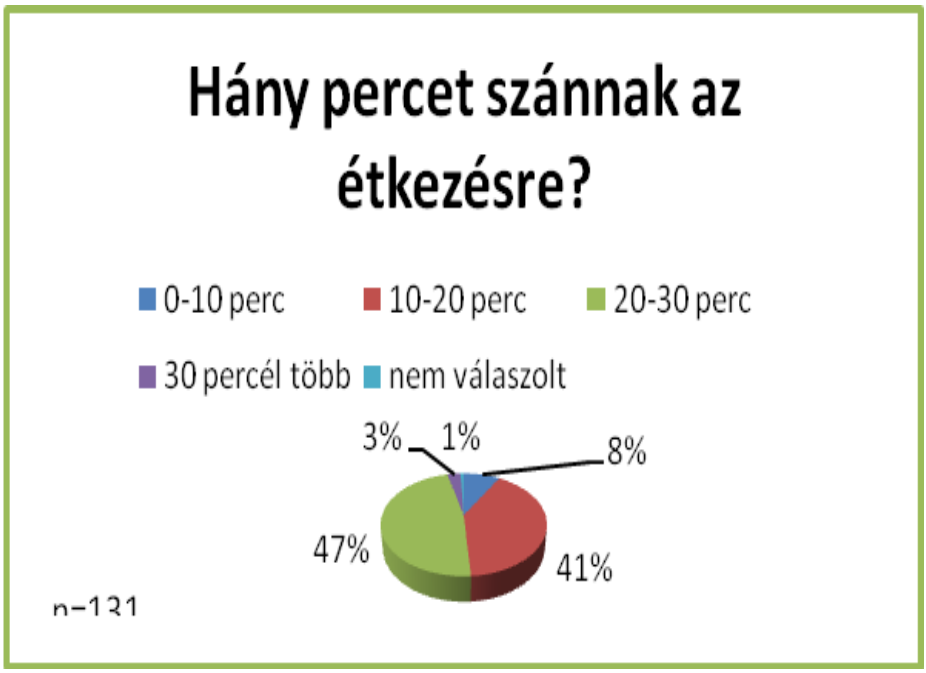
3.2.1. Az otthonról hozott ételek

Az egyik kérdés csak az albérletben és kollégiumban lakóknak szólt. Ezzel a kérdéssel azt szerettük volna mérni, hogy a család továbbra is befolyásolja-e az egyetemisták táplálkozási szokásait. A válaszadók közül 94 emberre vonatkozott ez a kérdés. Közülük 81,91% mondta, hogy rendszeresen szokott otthonról élelmiszert vinni a tanítási helyére. További 10,64% néhány alkalommal, és mindösszesen 7,45% azoknak az arán-

nya, akik nem szoktak magukkal ételt vinni a tanítási helyükre. Ebből következik, hogy bár külön háztatásban, más városban élnek szüleiktől a hallgatók, még alapvetően a család határozza meg, hogy mit esznek a hétköznapokban.

3.2.2. Az étkezések időtartama

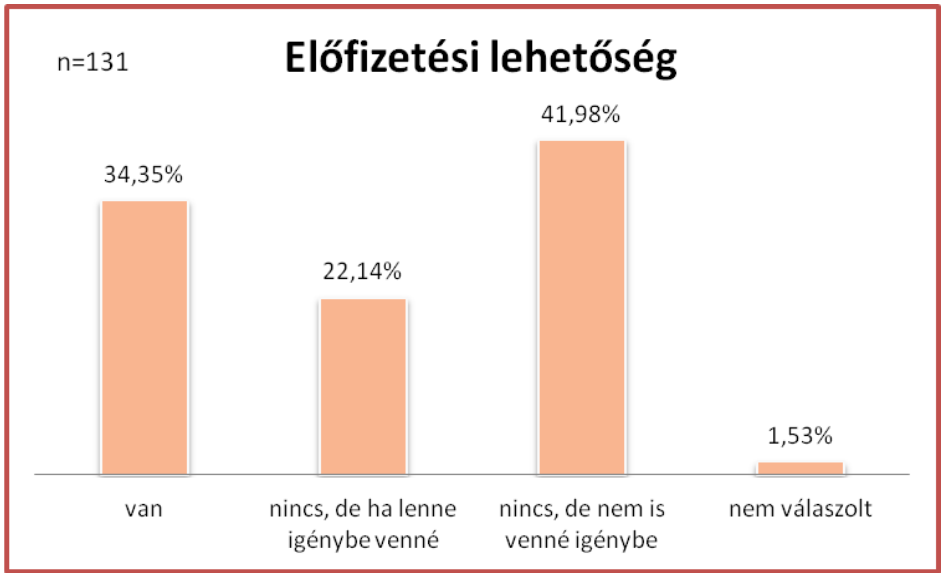
A kérdőívben rákérdeztünk arra is, hogy hány percet szánnak általában az ebédjükre az egyetemisták. A válaszadók 47,33%-a mondta azt, hogy körülbelül 20–30 percet, 40,46%-uk csupán 10–20 percet és 8,4%-uk 0 és 10 percet szán az ebédjére. Mindösszesze 3,05%-uk mondta azt, hogy 30 percnél több időt tud szánni az ebédre.



1. ábra

3.2.3. Előfizetési és főzési lehetőségek

Fontosnak tartottuk megkérdezni, hogy az egyetemek, tanszékek és kollégiumok lehetőséget biztosítanak-e arra, hogy a hallgatók előfizethessenek valamilyen étkezésre. A megkérdezettek mindössze 34,35%-a mondta azt, hogy van lehetőségük valahol előfizetni. 22,14%-uk azt mondta, hogy nincs lehetőség, de ha lenne, akkor szívesen előfizetnének. 41,98%-uk pedig azt válaszolta, hogy nincs lehetősége előfizetni, de ha lenne, sem fizetne elő semmire.

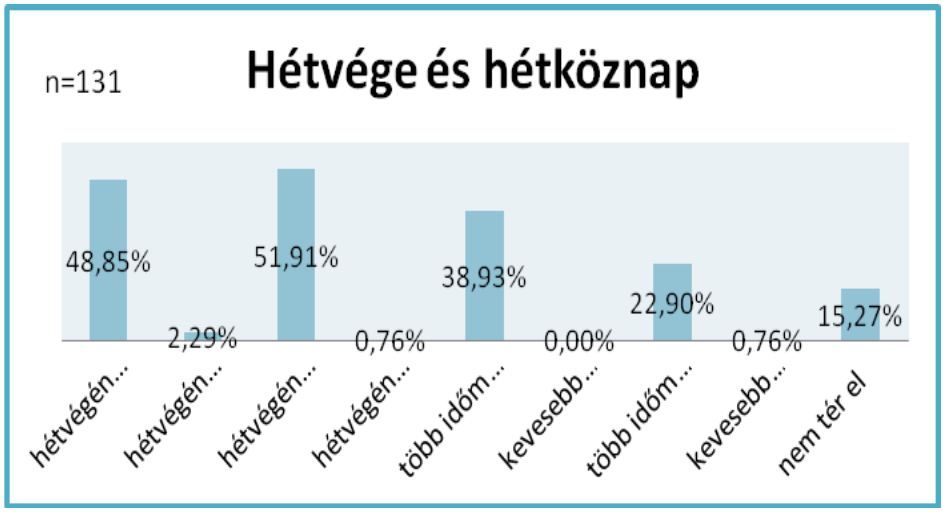


2. ábra

Arra a kérdésre, hogy van-e lehetősége főzni, 54,96% azt válaszolta, hogy van lehetősége főzni magára, és rendszeresen él is a lehetőséggel. 25,19%-uknak van lehetősége főzésre, de nem akar főzni. További 10,69%-nak van lehetősége, de nem tud főzni. Mindössze 6,87%-uk mondta, hogy nincs lehetősége főzni magára, de ha lenne, nagyon szívesen megtenné. 2,29%-uknak nincs lehetősége a főzésre, de ha lenne, sem élne a lehetőséggel. A kollégisták 45%-ának van lehetősége valahol előfizetni, a többi 55%-nak azonban nincs. A kollégiumban lakók 90%-ának van lehetősége a főzésre, és mindössze 10%-uknak nincs.

3.2.4. Hétköznapi és hétvégi étkezések közti változások

Az egyetemisták hétvégi étkezése jelentősen különbözik az eredmények alapján. A hallgatók 48,85%-a többet eszik hétvégén, mint hétköznap. 51,91%-uk több főtt ételt eszik hétvégén, 38,93%-uknak pedig több ideje jut az étkezésre. A válaszadók 22,9%-a jobban oda tud figyelni az étkezésének a módjára hétvégén, mint hétköznap. Mindezekkel ellentétben mindössze 2,29%-uk állítja, hogy kevesebbet eszik a hétvégén, 0,76%-uk kevesebb főtt ételt eszik. Szintén 0,76%-uk válaszolta azt, hogy kevésbé tudnak odafigyelni az étkezés módjára. A válaszadók mindösszesen 15,27%-a válaszolta csak azt, hogy nem tér el a hétköznapi és hétvégi étkezése.

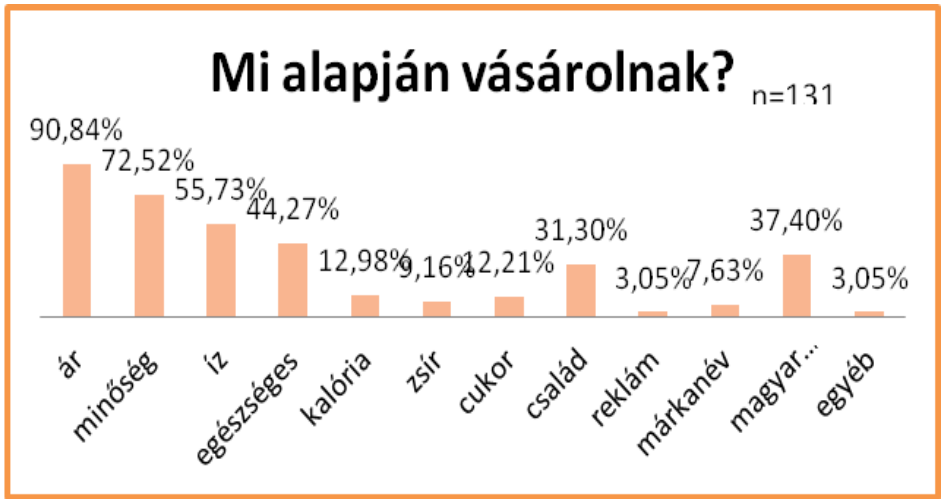


3. ábra

Az eredményekből látható, hogy az egyetemisták táplálkozási szokásai jelentősen megváltoznak a hétköznapihoz képest, ráadásul a hétvégi étkezések sokkal kedvezőbbek az egészség szempontjából. Ennek hátterében természetesen sok minden állhat. Az egyetemi hallgatók körében valószínűsíthető, hogy hétvégén a szülők főznek otthon, nekik nem kell ezzel foglalkozni, holott hétköznap ez az ő feladatuk.

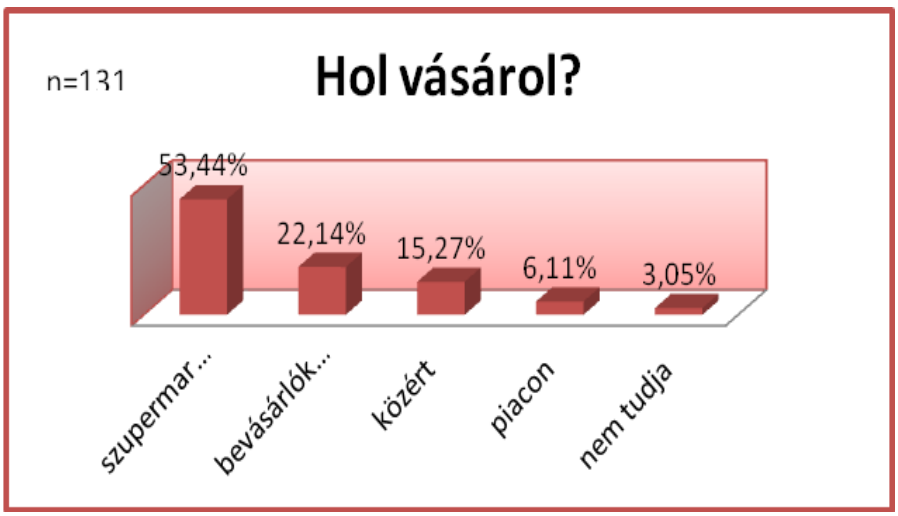
3.2.5. Vásárlás befolyásoló tényezői és színhelye

A hallgatók táplálkozási magatartásához hozzátartozik az is, hogy mi alapján választjuk ki az ételt. A válaszadók 90,84%-ának vásárláskor a termék ára a legfontosabb, ez az elsődleges szempont szinte minden megkérdezettnél. További 72,52%-nak a minőség, 55,73%-nak pedig az íz a fontos. Mindössze 44,27%-uk válaszolta azt, hogy neki fontos, hogy az adott termék egészséges legyen. A családi szokások, hagyományok 31,30%-ban befolyásolják a vásárlási szokásokat. Az, hogy magyar terméket vásároljanak 37,40%-nak fontos. A termékek cukortartalmát 12,21%-a veszi figyelembe, a kalóriatartalmat 19,98%-uk, a zsírtartalmat pedig csak 9,16%-uk. Összességében elmondható, hogy a felsőoktatásban tanulókat leginkább a termék ára befolyásolja vásárlási szokásaikban, az pedig, hogy mennyire egészséges az étel, csak a negyedik legfontosabb szempont a megkérdezettek körében.



4. ábra

A választott termékeket a válaszadók 53,44%-a valamilyen szupermarketben szerzi be, 22,14%-uk pedig különböző bevásárlóközpontban. 15,27%-uk közértben vásárol, és mindössze 6,11%-uk az, aki piacon. Ennek hátterében az állhat, hogy a szupermarketekben az emberek mindent egy helyen meg tudnak venni.



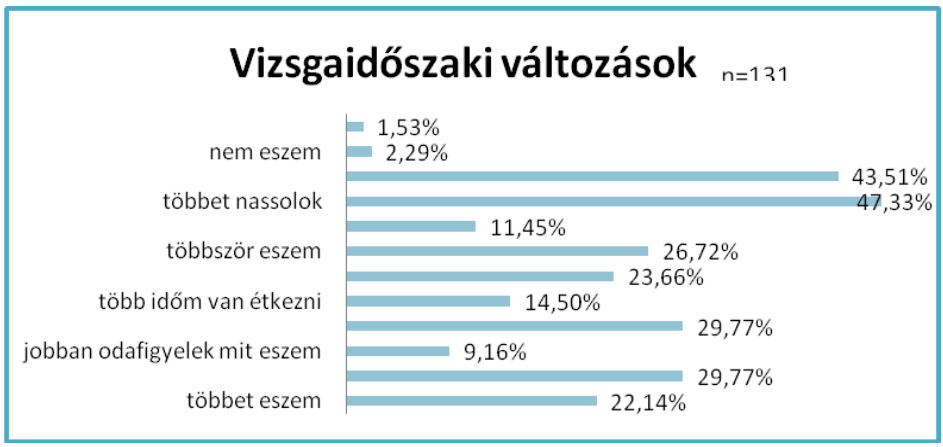
5. ábra

3.2.6. A táplálkozási szokások átalakulása a vizsgaidőszakban

A vizsgaidőszak minden hallgató számára egy teljesen más életformát eredményez. Kíváncsiak voltunk, hogy ebben az időszakban az egyetemistáknak változik-e a táplálkozási szokása, és ha igen, akkor az miben jelenik meg. A válaszadók mindössze 1,53%-a

mondta azt, hogy a szorgalmi időszakhoz képest nem változnak a táplálkozási szokásai. 22,14%-uk azt válaszolta, hogy többet eszik ilyenkor, viszont 29,77%-uk kevesebbet. 29,77%-uk azt válaszolta, hogy kevesebb figyelem jut ilyenkor a táplálkozásukra, és csak 9,16%-uk, hogy több. Csupán 14,5%-uk mondta, hogy több ideje van az étkezésekre, ezzel szemben pedig 23,66% válaszolta azt, hogy kevesebb ideje van ebben az időszakban étkezni. A megkérdezettek 26,72%-a többször eszik ilyenkor a szorgalmi időszakhoz képest, viszont 11,45%-uk kevesebb alkalommal tud étkezni.

Jelentős változást mutat az egyetemisták nassolási szokása is, hiszen a válaszadók 47,33%-a mondta, hogy a vizsgált időszakban jelentősen többet nassol, amely csokoládét, csipszet és egyéb más egészségkárosító ételt jelenet. A válaszadók 43,51%-a mondta azt, hogy a vizsgaidőszakban jelentősen több koffeintartalmú italt vesz magához, amely elsősorban több kávéfogyasztást és több taurin tartalmú energiaital fogyasztását jelenti. A megkérdezettek 2,29%-a ebben az időszakban nem igazán eszik.



6. ábra

3.2.7. Táplálkozási tanácsok igénye

A kérdőív végén rákérdeztünk arra is, hogy az egyetemi hallgatók szívesen fogadnának-e táplálkozási tanácsokat egészségfejlesztő szakos egyetemista társaiktól. A válaszadók 70,99%-a szívesen venne táplálkozási tanácsokat, azonban 29,01%-uk nem.

III. Hipotézisvizsgálat eredményei

Az első hipotézis beigazolódott, mely szerint a vizsgaidőszakban az egyetemisták táplálkozási szokásai negatív irányba fordulnak. Hiszen abban az időszakban alapvetően több kávét és több energiaitalt fogyasztanak, melyek nagy dózisban köztudottan rontják az egészségi állapotunkat. Elmondható az is, hogy a többségnek kevesebb ideje van étkezni, kevesebb figyelmet tud szentelni az étkezésre, mint más időszakban. Éppen ezért azt gondoljuk, a vizsgaidőszak mindenféleképpen negatív hatással van az egyetemisták táplálkozási szokásaira.

A második hipotézis, miszerint az egyetemisták fő vásárlási szempontja a termék ára, szintén beigazolódott. A válaszadók több mint 90%-ánál szerepet játszik a termék

kiválasztásánál a termék ára. Jelen vizsgálat alapján csak a negyedik legfontosabb helyen szerepel az, hogy a termék mennyire egészséges.

A harmadik hipotézis szerint a hallgatók táplálkozási szokásai hétvégén megfelelőbbek, mint a hétköznapokban, részben beigazolódott, hiszen a válaszok alapján elmondható, hogy általában több főtt ételt esznek, jobban megadják az étkezések módját, több idejük van az étkezésre. Azt feltételezzük, hogy ennek hátterében teljes mértékben a család áll. Hiszen valószínűsíthető, hogy a hallgatók az időszak nagyobb részét otthon töltik, nem kell ételt készíteniük, nem kell bevásárolniuk, így több idejük van mindenre. Teljesen más körülményeik vannak, mint az egyetemen töltött hétköznapokban.

A negyedik hipotézisben azt vizsgáljuk, hogy az albérletben és kollégiumban élők táplálkozási szokásait a család mennyire befolyásolja. Ez az állítás is beigazolódott, hiszen a legtöbb válaszadó azt állította, hogy visznek magukkal otthonról élelmiszert a tanítási helyükre. Nyilvánvaló, hogy olyan ételeket visznek magukkal, amelyek alapvetően jellemzik a család táplálkozási szokásait. Kisgyermekkorban is a család a legnagyobb befolyásoló tényező a táplálkozási magatartás alakulásában, úgy látszik, hogy ennek befolyásoló hatása még erre a korszakra is jellemző lehet.

Az utolsó hipotézisben, mely szerint a szüleikkel lakó hallgatóknak kiegyensúlyozottabbak a táplálkozási szokásai, mint azoknak, akik albérletben vagy kollégiumban laknak, az igazolás egyértelműen nem mondható ki, hiszen a vizsgálat során nem mutatható ki kimagasló eltérés. Az otthon élő hallgatók és az albérletben lakók körülbelül ugyanakkora arányban vesznek előre elkészített és félkész termékeket. A szüleikkel lakó hallgatók körülbelül ugyanannyit költenek hetente élelmiszerre, mint a kollégiumban vagy albérletben lakó hallgatók. Éppen ezért számottevő különbség nincs aközött, hogy valaki a szüleivel lakik vagy éppen kollégiumban, esetleg albérletben. A hétvégi és hétköznapi étkezések közötti különbségek és változások megjelennek mind a két csoportban. Főzési lehetőségeik között azonban nincs semmilyen különbség, alig van olyan hallgató, akinek nincsen lehetősége a szorgalmi időszakban főzni magának.

Összegzés

Összességében elmondható, hogy a vizsgált egyetemisták táplálkozási szokásai és magatartásai nem a legmegfelelőbbek. Érdekes kérdés, hogy miért alakul ez így. Azt gondoljuk, hogy ennek a korosztálynak az egészségtudatosságra való nevelése valahol elvész, ugyanakkor az egészség, az egészséges életmód és az egészséges táplálkozás napjaink központi kérdése. Nagy hangsúlyt fektetünk az egészséges életmódra nevelésre óvodai és kisiskolás korban. De mi történik a középiskolásokkal és a fiatal felnőttekkel? Már-már olyan érzésünk lehet, hogy ennek a korosztálynak az egészségfejlesztésével és egészségnevelésével kevesebbet törődünk. Természetesen tudjuk, hogy nagyon nehéz ebben a korszakban érdemi munkát végezni, de a lehetőségek tárháza számottevő.

Gyermekkorban foglalkozunk a megelőzéssel, próbáljuk kialakítani a megfelelő szokásokat. Ez vagy sikerül, vagy nem. Ha sikerül, örülünk, hogy sikert értünk el, ha nem, akkor pedig évekkel később, amikor a gyerekekből dolgozó felnőttek lesznek, számon kérjük rajtuk, hogy elhízottak, hogy nem tudják, hogyan kell táplálkozni, a ki nem alakult mozgáskultúráról nem is beszélve. Úgy vélem, sokkal többet kellene törődnünk ezzel a korosztállyal.

Természetesen ahhoz, hogy tisztább képet kapjunk az egyetemisták életmódjáról, egy komplex és sokkal nagyobb szabású vizsgálatra lenne szükség, mely a különböző tudományterületek képviselőinek összehangolt munkáját igényli. Ezek után pedig olyan megoldási terveket és javaslatokat lehetne kialakítani, amelyek révén valóban jobbá tehetjük és magasabb színvonalra emelhetjük a fiatalok egészségi állapotát.

A munkahelyek nagyobb részénél van ebédidő, ám az egyetemeken az órarend nem feltétlen teszi lehetővé a nyugodt étkezést. Az órák között van általában egy 30 perces szünet. De ha ezt a 30 percet arra használják fel a hallgatók, hogy egyik épületből a másikba érjenek, olyankor nem marad más, mint útközben enni. Természetesen nem minden hallgatónak kell épületek között „vándorolni", de ha egy épületen belül vannak az órái, nincs kialakítva olyan tér, szoba, ahol nyugodtan és megfelelő körülmények között tudná elfogyasztani az egyetemista az ételét.

Azt gondoljuk, fontos lenne, hogy minden egyetemi épületben legyen egy olyan hely, ahol egyrészt két óra között megfelelő körülmények között tudnának ebédelni a diákok, ahol van egy mikro, esetleg egy menza, ahol a diákok valóban jó minőségű élelemhez, megfizethető áron hozzá tudnak jutni. Ennél már csak az lenne a jobb megoldás, ha az egyetem lehetővé tudná tenni, hogy 12 és 13 óra között ne legyen tanítás, így lehetőséget biztosítva mindenkinek és nemcsak a hallgatóknak, de az egyetemen tanító pedagógusoknak is arra, hogy megfelelő körülmények között, megfelelő módon tudjanak ebédelni.

A vizsgálat során az is kiderült, hogy az egyetemisták többsége szívesen fogadna rekreációszervezés és egészségfejlesztés szakos egyetemista társaiktól táplálkozási tanácsokat. Úgy gondoljuk, hogy ez új utat nyithat afelé, hogy az egyetemek közreműködésével a terepgyakorlatok listája bővüljön a rekreációszervezés és egészségfejlesztés alapszakos hallgatók számára.

A célunk az volt a dolgozattal, hogy bemutassuk, a táplálkozás sokkal többrétű dolog annál, mint amennyit gondolunk. Nemcsak a táplálkozás mennyisége a fontos, hanem a milyensége és a körülmények is. Nemcsak azt kell szem előtt tartanunk, hogy pontosan milyen arányban viszünk a szervezetünkbe tápanyagokat, hanem azt is, hogy jól érezzük magunkat a táplálkozás során, nyugodtak, kiegyensúlyozottak legyünk.

A dolgozatunkat néhány táplálkozási alapszabállyal szeretném lezárni, melyek betartásával jobbá tehetjük táplálkozási szokásainkat, életmódunkat és mindennapi életünket.

1. Tekintsd úgy az ételed, hogy az a legjobb, ami számodra itt és most megszerezhető! Élvezd az evést!
2. Alaposan rágd meg a falatot!
3. Szagolgasd, ízlelgesd az ennivalót!
4. Mindig ugyanabban az időpontban, lehetőleg otthon vagy étteremben egyél!
5. Ne beszélj, írj, tévézz stb., amíg eszel!
6. Változatosan egyél! Próbálj ki új ételeket!
7. Az evéssel is segítsd védekező, öngyógyító rendszereidet! (Dudás, 2000.)

IRODALOMJEGYZÉK

Barna Éva, dr. (2000.): *A táplálkozás egészségkönyve.* Kossuth Kiadó.

Benkő Zsuzsanna (2000): A családok életmódját meghatározó társadalmi tényezők. *Szenvedélybetegségek,* Addictologia Hungarica 2000/1. 54–58.

Benkő Zsuzsanna, Tarkó Klára, Erdei Katalin, Lippai László (2009): Hagyomány és modernitás a „Visegrádi négyek" családjainak életmódjában; Táplálkozási szokások. In: Tóth Szergej (szerk.): *Tudományos és művészeti műhelymunkák: Új utakon a Pedagógusképző Kar című konferencia előadásai.* JGYK, Szeged, 465.

Bíró György, dr. (2002.): *A táplálkozás társadalmi jelentősége.* Semmelweis Egyetem Egészségügyi Főiskolai Kar, Budapest.

Bíró Géza, dr. és Bíró György, dr. (2000.): *Élelmiszer-biztonság, Táplálkozás- egészségügy.* Agroinform Kiadó, Budapest.

Dudás Róbert (2000): *Változó világ 36. A táplálkozás.* Press Publica Kiadó, Budapest.

Kozák Ákos (2009.): Táplálkozás, fogyasztás és életmód a rendszerváltás utáni Magyarországon. *Élelmiszer, Táplálkozás és Marketing,* 2009/1-2. sz. 19–23.

Varga-Hatos Katalin, Karner Cecília (2008): A lakosság egészségi állapotát befolyásoló tényezők. *Egészségügyi Gazdasági Szemle,* 2008/2. sz. 25–33.

INTERNETES FORRÁSOK:

Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet hivatalos honlapja

1. http://www.oeti.hu/download/kozetkeztetes_11-14ev.pdf
2. http://www.oeti.hu/download/kozetkeztetes_ovoda.pdf
3. http://www.oeti.hu/download/menza_vegleges_boritoval_20091123.pdf

Utolsó megtekintések:
2012. november 6. 14:32.

The Hungarian upper primary teachers' health-conscious and value transmitting behaviour*

MS. ANITA KRAUSZ, MR. ARNOLD NAGY, MS. ÁGNES BÁLINT,
MR. ÁKOS NAGY-HEVESI, MS. KITTI FRANCISKA FERENCZ, MS. CSILLA CZOLDÁN,
MS. DALMA BERECZKY, MR. SÁNDOR SZABÓ, MR. MÁTÉ KIS, KLÁRA TARKÓ, PHD

Introduction

Unlike its predecessors, the National Core Curriculum (NCC) issued in 2012 distributed the elements of health promotion knowledge and skills and integrated them into different areas of learning. Former health educators' and health promotion teacher's (Benkő, 2011) goals must be achieved in various other classes. Teachers of the different areas of learning, therefore, should have information, ability and skills which they can contribute to the development of their students' healthy behaviour. Is the Hungarian educator society ready for all these changes?

As there are no researches in this topic we had to define those values which should be important for a teacher who intends to promote health. Fortunately the NCC determines 12 main values e.g. Physical and mental health education; Family life education; Sustainability and environmental awareness; etc. Therefore we can easily measure what values do teachers prefer, and if these values meet to their lifestyle. Finally, we can state whether this population has the prerequisits for performing the NCC's task referring to raising a healthy generation or not.

Methods

Participants

We asked 104 Hungarian upper primary teachers from 7 cities (Gyula, Hódmezővásárhely, Kalocsa, Kiskunhalas, Szeged, Szeghalom, Vác) of the Southern Great Plains area of Hungary. The members of the sample were chosen from the primary schools of our research team members' hometowns. The areas of learning were defined by the NCC and the composition of participating teachers were as follows: Hungarian grammar and literature (12), History (11), Art (4), Music (5), Physical education (12), Technique (2), Mathematics (11), Information technology (4), Physics (4), Chemistry (5), Biology (12), Geography (6), Foreign languages (16)

Data acquisiton and analysis

We performed our research with the method of questionnaire. It had 45 questions, which contained 7 socio-demographic ones. The remaining 35 questions were closed questions referring to the focus of the research: lifestyle of the teachers, their values in theory and practice, health education in schools. The remaining 3 open questions were

* TDK 2012. 1. helyezett; előadás elhangzott: Leisure, health and well-beng (Holistic leisure and health). Mid-term conference of ISA RC13 Sociology of Leisure. 2013. szeptember 18–20. Szeged.

asking about their information source concerning healthy lifestyle, their opinion about the introduced every day Physical education and about what schools can do to make their students feel more comfortable.

All the data was processed by SPSS v15.0. The results are given in percentage of the analyzed data.

Results

85,58% of the teachers pay attention to their hygiene, 73,08% avoid addictions, 73,07% pay attention to nutrition, 55,76% do physical activities, 53,86% attend screenings, 41,34% take vitamins, 37,50% do sports, 11,54% consult with doctors, 4,80% relax. Consequently our first hypothesis "Health is an important value for the interviewed teachers. However their definition of health is mainly physical, which important elements are sport, nutrition and hygiene." was verified by data.

We gave 26 value options in the questionnaire to choose the five most important from in their life, then choose the five most important which they think should be transmitted to the students. According to the given answers the female and male teachers' 5 most important values in their life were the same. These are family, health, love, happiness and honor. So we asked about their transmitted values to the students. 79,2% of the female teachers said the most important value to transmit was honour, 44,2% said the second was health, tolerance was the third value with 42,9%, guide got 39% on the fourth place and literacy got 33,8% on the fifth place. The male teachers also thought honour was the most important transmitted value (73,1%) and health was the second (65,4%). These were followed by relations (38,5%), literacy (34,6%) and guide (30,8%). So our second hypothesis "The interviewed teachers transmit those values to the students which are important in their own life as well. Particularly: Family, Love (family), honour, knowledge." was partly correct because honour and health were one of the most important own- and transmitted values of the teachers.

The teachers' lifestyle is very important while they are guiding students. When we asked about their nutrition 47% said they drank more than 2 litres liquid a day. 64% ate vegetables and 70% ate fruits daily. 77% ate white meat weekly and 85% hardly ever ate junk food. There were great differences when we asked them about physical activity and sport. 90% of P.E. and Biology teachers did sports. Math, Physics and Chemistry teachers barely did any exercises in their free time. We got the best results when we analyzed the data of addictions because 90% of the teachers were non-smoker and 93% drank alcohol rarely. Our third hypothesis "The lifestyle of the interviewed teachers differs positively from the Hungarian adult population, because guiding is their significant task." was true in terms of the fact that 43% of the Hungarian adults try to dine healthier, 36% of them do sports and only 16% forbear addictions (Sonda Ipsos, 2009).

We were curious if the Hungarian education emphasizes health well. Only 26% of the teachers thought health was emphasized well in the Hungarian education and 75% thought it was not enough. Therefore our fourth hypothesis "According to the interviewed teachers the education neither locally nor nationwide emphasizes health." was verified by data.

Our fifth hypothesis "The sex, age, marital status, hometown, area of learning and years as a teacher are the most influential variables of the research's results." could not be verified because the amount of the sample was not enough for a detailed analy-

sis, therefore we could analyze the answers only by sex. The results would have been frittered away by other parameters.

Conclusion

According to our results mental health was as important for the surveyed educators as physical health was, and their lifestyle factors differed positively from the Hungarian adult population's average. Their own values partially matched their transmitted values, though, they did not think that the Hungarian education dealt well with health. We can state, furthermore, that the most determining variable was the sex of the teachers. The results did not show significant relationships by the educators' professional fields.

REFERENCES

Benkő Zsuzsanna, Dr. habil. (2011): Az egészségfejlesztő szakemberek a magyar közoktatásban. A felsőoktatás válasza. *Egészségfejlesztés,* LII. évfolyam, 2011. 3. szám.
http://www.nincsde.hu/letoltes/szonda-ipsos_kutatasi-osszefoglalo.pdf

Sauna culture, and the role of sauna in recreation and health promotion among university students of Szeged and Turku*

MS. ÁGNES BADÁR AND MARGIT BORKOVITS, PHD.

> "The sauna… Is an apotheosis of all experience: Purgatory and paradise; earth and fire; fire and water; sin and forgiveness. It is lyrical ecstasy. It is resurrection from the dead. It is eternal new birth… You are healed, you are made new."
>
> *(Constance Malleson)*

Introduction

In this study we are researching the use of sauna, the sauna habits and sauna cultures and the role of sauna in recreation and health promotion among university student of Szeged (Hungary) and Turku (Finland). Idea about this research topic came from Ágnes, who spent a semester in Turku as an Erasmus student.

Since I have first been in Finland, I cannot forget that feeling, what I felt there. I have already sat in a sauna before, but it is impossible to compare the real Finnish sauna to others. It is such a different feeling when you are sitting there totally mother naked and watching the moon and the Tower of Turku Cathedral or the nature and then run into the sea. Finnish people are said to be a cold tempered nation, but I would argue with it, but their nature, well yes that is cold mostly in winter. So it is understandable why sauna has this important role in their life. It has been stated (Katona and Tóth, 1997) as such a natural part of their life, that they have no doubt about how, why and what to do in the sauna.

I was always interested in Finnish culture, and as I studied Recreation Organisation and Health Promotion at the University of Szeged at the Juhász Gyula Faculty of Education, I wanted to choose a topic that is linked to these two areas. As a bachelor of this area I believe it is important to research a field of this topic that is yet to be discovered by most people. Sauna has so many positive effects and possibilities in recreation and health promotion. It decreases everyday stress, toxins head out of the body, the whole body and soul becomes purified, the mind becomes relaxed, the immune system intensifies, it promotes the cardiovascular system, the respiratory system, it makes the skin beautiful and last but not least delays the aging processes (Weiss, 2010).

I have chosen these two universities because I wanted to know if these old traditions are still alive in the consciousness of young Finnish people as a way of recreation and a way of spending their leisure time and on the other side if Hungarian young people know the positive effect of sauna and if they even incorporate it to their recreation.

---

* TDK 2012. 1. helyezett; előadás elhangzott: Leisure, health and well-beng (Holistic leisure and health). Mid-term conference of ISA RC13 Sociology of Leisure. 2013. szeptember 18–20. Szeged.

After the perusal of the literature about health care, recreation and sauna I made up a questionnaire for measuring the sauna culture and the role of sauna in recreation and health promotion among university students of Szeged and Turku.

1. Analysis of literature

1.1. Health definition nowadays

There are many interpretations about what health is (see: Benkő, 2005; 2011). If we compare these, we find out that "health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity" (WHO, 1948). This feeling is subjective and depends on the person's living conditions, and who these connect to its own social and financial environment, and how the person can keep the balance among these. The main question is how important the role of the sauna in keeping this balance (Kósa, 2006; Paulus, Petzel, 2009).

1.2. Leisure time and recreation

Nowadays most people can speak English, so they can easily find out what the direct translation of the Latin word, *recreare* means. Re = newly and create = build, form or generate. But what do we have to recreate? Recreation is nothing else but all the cultural, social, playful and physical activities done in leisure and free time as a way of active rest that can help to treat fatigue and stress and to restore and enhance a person's physical and mental performing skills (Fritz, 2006).

Within 24 hours of a day after work, biological needs and sleep we have the rest 7-8 hours to be spent effectively. This free time can be productive or non-productive. It is only our choice how, where, with whom we want to spend our leisure time, if we want to have a rest and relax, or go out with our friends etc. While reading these we can realise that we cannot separate recreation and leisure time from each other. It is important to find an activity, be it active or passive, with which we can restore, recreate our physical, mental, spiritual and emotional deficits (Fritz, 2006; Szabó, 2002).

1.3. The history of spas and Finnish sauna

Spa culture goes back to the prehistorical times. All cavemen had known even the dry and wet sweat baths. It is hailed from north Asia and had spread all around the Northern Hemisphere. People used these cabins for healing, because it was easier to heat up air than water or anything else. They also used herbs in these cabins, so it had a really nice feeling inside (Weiss, 2010).

Finnish sauna has a 2000-year-old history, and its homeland is also Asia, as Finnish people had migrated from Mongolia to their new habitation. Their first move was to build a sauna even before building their own home. This habit enroot very deep in Finnish people. Traditions fall away from generation to generation, and anything can happen, they can still enjoy the pleasant effect of sauna and let the steam blow away their problems. It is part of their everyday life. Out of 5 million habitants 1.5 million has an own private sauna, and we haven't even mentioned the public spas. This is the only way to survive cold and dark winters. They have to protect not just their physical health but also their spiritual health in the 3-month-long darkness, which can easily help someone to become depressed, but if someone foretastes this kind of good, she or he will never let it go. This happened to Finnish people, too. This habit spread around

in Europe and finally arrived to Hungary, too, a few decades ago. Unfortunately in Hungary there are no circumstances, yet, to create that high level of sauna culture like the Finns and other Eastern European countries like Germany, Denmark, etc. have. While in every other country it is accepted and actually obligatory to go to the sauna naked, here in Hungary there are only a few spas where it is allowed or even possible to act like this. Hopefully this area will evolve in the next few years (Goldberg, Schreiber, 2003; Katona, Tóth, 1997; Weiss, 2010).

1.4. Recreation and health promotion in the sauna

Sauna is nothing else but the source of well-being and health. A kind of double sensation can whirl the person in the sauna. You feel yourself totally awake and pleasantly tired at the same time (Goldberg, Schreiber, 2003; Katona, Tóth, 1997; Weiss, 2010).

Regularity is indispensable in these healing and preventing processes. A regular sauna visitor's system is more resistant, it can become sick rarely. This stimulating effect lies in the fact that while being in the sauna our whole body works on a higher level because it has to fight first with heat and then with cold. It directly impresses the skin, the cardiovascular system, respiratory system, immune system, the metabolism households, autonomic nervous system, lymphatic system, muskoloskeletal system, water and mineral balance and last but not least the psyche, while at the same time mental flexibility rises and sense and spiritual fitness work on a high level (Goldberg, Schreiber, 2003; Mikolásek, 2003; Weiss, 2010).

An important value of the sauna is the relaxing and refreshing effect. It can come true only if we take enough time for it, we stay calm and quiet inside. Finnish people say that anger and stress evaporates inside, as sauna serves not just the body's but the problem's and unpleasant feeling's purgation, too (Goldberg, Schreiber, 2003; Mikolásek, 2003).

2. Own research

2.1. The aims of the research

In our paper we researched the popularity of Finnish sauna as a way of recreation and health promotion, and the level of sauna culture among Hungarian and Finnish university students. This research assessed the frequency, the quantity of time spent in the sauna, and the amount of people that choose the use of sauna in the mindset of recreation and social health.

2.2. Hypothesis

- H.1. We presume that it is more important for Finnish students to pass their leisure time in the sauna.
- H.2. On our opinion Finnish students have a more developed sauna culture than Hungarian students.
- H.3. We suppose that Finnish students use sauna in health promotion and prevention more effectively than Hungarian students do.

2.3. Material and Method

The study utilized random sampling technique and an anonymous and self-reported online survey questionnaire. The participants were 50 Hungarian and 50 Finnish stu-

dents; their average age was 24 years. It took about 2 weeks while we got back the answers, and then we could start the analysis. The survey had 27 questions, from which the first part was about leisure time spending habits and if sauna has a role in it, the second was about the sauna culture and the last was about the role of sauna in health care and prevention. In the evaluation we used diagrams to show the results.

2.4. Results

For our first survey question which was, "Is sauna as a way of recreation and health promotion more popular among Finnish than among Hungarian students?" we got the following answers (We will illustrate the most significant results only.).

56% of Finnish student spend their leisure time with relaxing (we know that sauna is a way of relaxing techniques) and only 24% of Hungarian students do so. On the other hand exactly the same 56% of Hungarian students spend their leisure time with active rest (doing sports etc.) and only 14% of Finns choose this way of recreation. To reach the well-being state out of 50 Finns 16 and only 2 Hungarians choose sauna, as from the rest 48 and 24 participants respectively choose doing sports and from all two nations 11-11 people choose sleeping to reach this state. For the question about the frequency of visiting sauna we got back the answers that 16 Finnish student and only 5 Hungarians visit the sauna weekly. The most common answer from Hungarians was monthly, 22 people visit the sauna every month.

In their sauna habits there were huge differences. First we asked what they wear in the sauna. 94% of Finns wear nothing and 88% of Hungarians wear a swimsuit while being in the sauna. There are 4 sections (preparing, heating, cooling and finishing) which they can go through during one turn. We got back almost the same answers; there was only a little difference in the process that while 33 Finns take part in the preparing section, there are only 10 Hungarians who also take part in it. 45 out of 50 Finns stay on the highest level in the sauna, the rest starts there and goes lower later. 8 Hungarian students stay on the lower, 22 on the middle, 11 on the top, 3 start lower and then go higher and 6 start on the top and then go lower. In the positions there weren't that big differences. Also 30 Finns and Hungarians sit in the sauna and the rest is laying or both sitting and laying. We were curious about their behaviour in the sauna. Luckily all Finnish and Hungarian students know how to behave in this sacred place. They relax in silence, or talk with their friends or even with strangers quietly. Of course there are some cases when the story goes well and they become a bit louder but only 15 Finnish and 3 Hungarians gave this answer.

In the last part we wanted to know if Finnish or Hungarian students have more knowledge about the healing effects of sauna. we wanted to know if they visit the sauna more at winter time. 20 Finns and 33 out of 50 Hungarians gave the answer yes to this question. As a way of immune fortification 27% of Finns and 44% of Hungarians use the sauna. 60% of Finns and 42% of Hungarians don't care about their health, and 13% of Finns and 14% of Hungarians have other methods. It is important for everyone to accelerate the healing process during an illness. We wanted to know that how often these students use the sauna in this treatment. 24% of Finnish students do use and the rest 76% do not, and 48% of Hungarian students use the sauna to decrease their illness' time, and the rest 52% do not.

2.5. Conclusions

After seeing these results we can determine that our first hypothesis was correct, as Finnish youth use sauna more effectively in their recreation than Hungarian students. Hungarian students spend their leisure time with active rest like doing sports and on the other side sauna has a very important role in Finn's recreation.

The second hypothesis was not exactly correct. We can't say that Finnish students have a more developed sauna culture, but a different culture. Of course they have older traditions, but we are trying to catch up and acquire these habits.

The third hypothesis was incorrect. Finnish students never think about sauna as a healing treatment. For them it is only a relaxing technique, while Hungarian students use this process with predilection.

Hopefully in the near future we can use this research in a sequent study and search this area and reveal the results for those who are interested in this topic.

REFERENCES

Benkő Zsuzsanna (2005): Bevezetés az egészségfejlesztésbe. In: Benkő Zsuzsanna, Tarkó Klára (szerk.): *Iskolai egészségfejlesztés. Szakmai és módszertani írások egészségterv készítéséhez*. Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó, Szeged, 13–27.

Benkő Zsuzsanna, Dr. habil. (2011): Az egészségfejlesztő szakemberek a magyar közoktatásban. A felsőoktatás válasza. *Egészségfejlesztés*, LII. évfolyam, 2011. 3. szám.

Fritz P. (2006): *Mozgásos rekreáció*. Bába Kiadó, Szeged.

Goldberg J., Schreiber C. (2003): *Szauna: nagyszerű élmény az érzékeknek – és az egész testnek*. Holló és Társa Kft., Kaposvár.

Katona I., Tóth J. (1997): *Szauna: amit a szaunáról tudni kell*. IT Stúdió, Szeged.

Kósa K. (2006): Az egészség és az egészséget meghatározó tényezők. In: Barabás Katalin (2006): *Egészségfejlesztés: Alapismeretek pedagógusok számára.* Medicina Könyvkiadó Rt., Budapest, 13–17.

Mikolásek A. (2003): *Szaunázás*. CSER Kiadó, Budapest.

Szabó J. (2002): A rekreáció elmélete. In: Szabó J. (2002): *Rekreáció: Az elmélet és gyakorlat alapjai*. JGYF Kiadó, Szeged, 23–49.

Paulus P., Petzel T. (2009): Bevezetés az egészségfejlesztésbe. In: Benkő Zs. (2009): *Egészségfejlesztés módszertani kézikönyv*. Mozaik Kiadó, Szeged, 20–30.

Weiss J. (2010): *Szauna: jó közérzet testnek és léleknek*. KFT.

Hogyan vélekednek hallgatóink szakjainkról?

Czeglédi Anna – Rekreációszervezés-és egészségfejlesztés alapképzési szak

Életem egyik legjobb döntése volt az első évem itt a szakon. Nem tudtam, mire számítsak, de mikor elkezdődött az év, tudtam, hogy jó helyen vagyok. Az évfolyamtársak nagyon jó fejek, és hamar megtaláltuk a közös hangot. Az órákra – nem túlzok – imádok bejárni, nem csak azért, mert érdekel az anyag, hanem mert a tanárok is értik a dolgukat. Azoknak ajánlom ezt a szakot, akik szeretnék „megajándékozni" az embereket egy kiegyensúlyozott és boldog élettel.

Jancsó Mária – Rekreációszervezés-és egészségfejlesztés alapképzési szak

A képzést elsősorban azoknak ajánlanám, akik elhivatottak az egészséges életmód iránt, fontosnak tartják, hogy másokon tudjanak segíteni. A határozottság, a jó szervezőkészség, az aktivitás fontos követelmények a szakot választóktól. Eddigi tapasztalataim szerint míg a rekreációszervezéssel kapcsolatos szakmák közismertek, addig az egészségfejlesztés nem igazán terjedt el hazánkban, viszont gyakorlati jelentősége egyre inkább felértékelődik. Társadalmunkban mind nagyobb szükség van az egészséggel foglalkozó szakemberekre.

Bucsányi Renáta – Rekreációszervezés-és egészségfejlesztés alapképzési szak, egészségfejlesztés szakirány

A szakon eltöltött három év alatt olyan látókörre tettem szert, amelyet ösztöndíjpályázatok és tanszéki támogatás nélkül nem tudtam volna elérni. Éltem az Erasmus és a Balassi Intézet-Campus Hungary lehetőségeivel, eljutottam Portugáliába és Németországba, új kapcsolatokat építhettem, különböző kultúrákat ismerhettem meg, illetve bővítettem tudásomat az egészségfejlesztő tevékenység témakörében.

Ferencz Kitti – Egészségfejlesztés tanár master szak

Egészségfejlesztőnek lenni nemcsak egy szakma, hanem életmód. Ahhoz, hogy elérjük ezt a célt, eggyé kell válnunk a hivatásunkkal, meg kell ismerni annak minden aspektusát. Az egészségfejlesztés tanári mesterszak azoknak az egészség mellett elkötelezett pedagógusjelölteknek vagy az egészségnevelés iránt érdeklődő diplomásoknak tökéletes választás, akik jó hangulatban szeretnék tölteni napjaikat, nyitottak a csoportmunka-orientált oktatásra, kreatívak, valamint tudnak az oktatási kereteken kívül is gondolkodni. Intézetünk az egészségfejlesztés bölcsője, tanáraink sokféle terület tudását birtokolják: szociológia, pszichológia, egészségfejlesztés, pedagógia, medicinális- és sporttudományi ismeretek, környezettudományok. Mivel az egészségnevelés nem csak a tanórai keretek között zajlik, ezért a képzésben hangsúlyt kap a tanórán kívüli módszertan, a szabadidő szervezése, játékos tanulás, szórakozás, aktív pihenés.

Úgy képzelem el a képzést, mint egy nagy üveggömböt, amely színes mozaikokból áll: a részek hiába színesek és szerteágazóak, mégis egy egységes egészet alkotnak. Ezzel tudnám szemléltetni azt, amit az egészségfejlesztés-tanár mesterszak jelent a számomra: sokrétű, ám egységes tudást.

Jójárt Gabriella – Egészségfejlesztés tanár master szak

Életem egyik legjobb döntése volt, hogy egészségfejlesztés tanárnak jelentkeztem. A képzés előtt is fontos volt számomra az egészség, a testi-lelki harmónia és az, hogy másoknak is segítsek ezen értékek elérésében. A legfőbb ok, amiért a tanári pályát választottam ezen a területen, az volt, hogy a gyermekeket könnyebb a helyes útra terelni, valamint minél hamarabb természetessé válik az egészséges életmód, az egyén felnőtt korában nagyobb valószínűséggel fog a korábban már elsajátítottak szerint élni. A tanítási gyakorlatom csak megerősítette bennem, hogy jó helyen vagyok. Amikor a gyerekek odafigyelnek rád, hisznek benned, és a segítségedet kérik táplálkozás, mozgás vagy szabadidőeltöltés kapcsán; az fantasztikus érzés. Ha az egyetem elvégzése után nem tudok tanárként elhelyezkedni, akkor is gyerekekkel szeretnék foglalkozni, hogy továbbadjam a hallgatói éveim alatt szerzett tudásomat és tapasztalatomat.