

Évkönyv, 2024, 19(1), 91–107
evkonyv.magister.uns.ac.rs
Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar,
Szabadka
ISSN: 2217-8198 (Print)
ISSN: 3042-0350 (Online)

DOI: https://doi.org/10.18485/uns_evkonyv.2024.8
ETO/YDK/UDC: 502.131.1:613
Eredeti tudományos munka
A leadás időpontja: 2024. 09. 04.
Az elfogadás időpontja: 2024. 11. 26.



Major Lenke¹
Grabovac Beáta²
Námesztovszki Zsolt³
Beke Ottó⁴
Kalmár Laura⁵

Újvidéki Egyetem, Magyar Tannyelvű
Tanítóképző Kar,
Szabadka, Szerb Köztársaság

A fenntartható fejlődés és a holisztikus egészségtudat szemléletmódjának vizsgálata⁶

Ispitivanje pristupa održivom razvoju i holističkoj svesti o zdravlju⁷

Examining the Approach to Sustainable Development and Holistic
Health Awareness

Absztrakt

Környezetünkben minden összefügg, nem léteznek egymástól elkülöníthető folyamatok. Minden változás kihatással van a rendszer többi elemére. A környezeti problémák – például a fajpusztulás, ózonlyuk, üvegházhatás – nagyobb része globális

¹ lenkemajor@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-0795-3456>

² beata.grabovac@magister.uns.ac.rs, <https://orcid.org/0000-0002-9963-5668>

³ zsolt.namesztovszki@magister.uns.ac.rs, <https://orcid.org/0000-0002-1625-0114>

⁴ otto.beke@magister.uns.ac.rs, <https://orcid.org/0000-0003-3519-4901>

⁵ laura.kalmar@magister.uns.ac.rs, <https://orcid.org/0000-0002-8257-4109>

⁶ A munka megírására a 142-451-2421/2023-01 számú tartományi projektum keretein belül került sor. A projektum címe Pozitív mentális egészség – kapacitás-építés. A projektum támogatója a Vajdaság Autonóm Tartomány Felsőoktatási és Tudományos Kutatási Titkársága (nemzeti kisebbségek – nemzeti közösségek tudományos-kutatási és fejlesztési-kutatási projektumainak támogatása Vajdaság Autonóm Tartományban a 2023-as évben).

⁷ Rad je napisan u okviru projekta pod brojem 142-451-2421/2023-01. Naziv projekta je „Izgradnja kapaciteta pozitivnog mentalnog zdravlja”, a podržan je od strane Pokrajinskog sekretarijata za visoko obrazovanje i naučnoistraživačku delatnost (finansiranje naučnoistraživačkih i razvojnistraživačkih projekata nacionalnih manjina-nacionalnih zajednica u Autonomnoj pokrajini Vojvodini 2023-e godine).

jellegű, vagyis az egész Földet érinti. Mindenki ki kell alakítani egyfajta átfogó felelősségérzetet a Földért, közös élőhelyünkért. Szükséges, hogy tudatában legyünk, mennyire fontos számunkra a környezetünk egésze, természeti, társadalmi és gazdasági vonatkozásában egyaránt. Mindehhez holisztikus látásmód szükséges, amely ráirányítja a figyelmet arra, hogy nincs a környezetben elhanyagolható, lényegtelen, felesleges elem, tényező, hanem minden hálószerűen összekapcsolódik. A természet-környezet egészsége nélkül nem beszélhetünk egészséges emberi életéről sem. A természeti, társadalmi problémák károsan hatnak vissza az emberi szervezet működésére.

A 2022/2023-as évtől futó Fenntartható mentális egészség műhely elsődleges célja volt a környezettudatossággal összefüggő holisztikus gondolkodásmód, valamint a mentális egészség fejlesztése a Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar hallgatóinak körében. Tanulmányunk célja a műhelymunkában részt vevő tanulók fenntarthatósággal és holisztikus egészségfelfogással kapcsolatos fogalomrendszerének vizsgálata volt.

Kulcsszavak: *globális környezeti problémák, rendszerszemléletű gondolkodás, holisztikus egészségfelfogás*

1. Bevezető

Korunkat a globális környezeti és társadalmi problémák jellemzik. A Világ gazdasági Fórum felmérése szerint a legaggasztóbb problémák közé tartozik az éghajlatváltozás, a természeti környezet pusztítása, a kiterjedt konfliktusok és háborúk, az egyenlőtlenség, a szegénység, a vallási konfliktusok, az élelmiszer- és vízbiztonság, az oktatás hiánya, a biztonság és a jólét hiánya, valamint a munkanélküliség (World Economic Forum, 2017). A természet, a gazdaság és a társadalom válságos helyzete a természeti rendszerek dinamikus egyensúlyát és az arra épülő civilizáció létét is veszélybe sodorhatja. Környezetünk fenntarthatósága érdekében fontos kialakítani a jelen és jövő generáció tanulóiban egyfajta átfogó felelősségérzetet a Földért, közös élőhelyünkért. Szükséges, hogy tudatában legyünk, mennyire fontos számunkra a környezetünk egésze és helyi része egyaránt. Mindehhez holisztikus látásmód szükséges, amely ráirányítja a figyelmet arra, hogy a környezetben minden mindennel rendszerszerű kapcsolatot alkot. Ennek értelmében a környezet és az egészség egymástól el nem választható fogalmak. A környezet a jelen és a jövő generációk alapvető életfeltétele. Ennek minősége meghatározza az emberek élettartamát, az élet minőségét. Megfigyelhető, hogy a viselkedésünk, egymáshoz való viszonyunk is más egy rendezett egészséges környezetben, mint amikor a zaj, a szennyeződés, a rendezetlen táj és a szemét vesz körül minket. Sőt, a környezeti változásokkal összefüggésben minden pontban és tevékenységben megnyilvánuló lassú hatások is érnek mindnyájunkat, amelyek a levegő, a víz és a talaj szennyezettsége okán észrevétlenül mérgeznek bennünket, vagy amiket a táplálékkal veszünk magunkhoz anélkül, hogy ennek veszélyeiről tudomásunk lenne (Orbán, Ujfaludi, Mika, 2015).

A modernkori ember természethez való viszonya gyökeresen megváltozott annak a téves felfogásnak a mentén, mely szerint az ember nem érzi magát a természet részének, hanem úgy gondolja, hogy az a küldetése, hogy meghódítsa, leigázza, uralja azt. A tudomány és a technika világának vívmányai azt a kényszerképzetet táplálják, hogy az ember képességei korlátlanok, csak az az igazán értékes, ami ember által való, és sajnálatos módon nem hajlandó tudomásul venni azt az evidenciát, hogy a természet erőforrásai kimerülnek, hogy a természet pusztítása az ember értelmi és erkölcsi képességeinek lerombolását eredményezi, és a természet legyőzésének maga az emberi ség lesz a legnagyobb vesztese (Csenger, 2014).

2. Elméleti háttér

2.1. Az ember és a környezete kapcsolatának elméletei

A fenntartható fejlődés és környezeti nevelés alakulását nagyban befolyásolták az ember és a környezete viszonyával kapcsolatban kialakult ideológiák, nézetek. Az *antropocentrikus* felfogás abból indul ki, hogy a természet óvása által az ember önmagát védi meg. A környezetnek itt nincs semmiféle belső értéke. Az ember kiemelése a természet leértékelődését vonta maga után. A korszak vezető elve az ember természet feletti uralmának érvényesítése (Balog, 2005).

A *mélyökológusok* igyekeznek a természet szabályait és ritmusát szem előtt tartva, nem azzal szembehelyezve vizsgálni az emberi életmódot. Ugyanakkor nem hagyatkoznak pusztán a tudományos ökológiai ismeretekre, hanem értékelik az érzelmeken és megérzéseken alapuló tudást is. A környezeti neveléssel foglalkozó pedagógusok többsége is követi ezt a szemléletmódot (Fűzné Kószó, 2002).

A *Gaia-elmélet* azt vallja, hogy a Földet úgy kell tekinteni, mint egy nagy organizmust, amelynek működése hasonlít az élő szervezethez. Minden alkotóeleme és rendszere kiveszi a részét a bolygó szabályozásából és egyensúlyban tartásából, fenntartva ezzel az élet jelenlegi folyamatait. Ennek a bonyolult szabályozórendszernek a működése biztosítja a bioszféra egyensúlyi állapotát. A Földet érő tartós és drasztikus hatások (stresszhelyzetek) felboríthatják az önszabályozó folyamatokat, az egyensúlyi állapot oly módon változhat meg, hogy maradandó károsodás jöhet létre bolygónkon (Fűzné Kószó, 2002).

A fenntartható fejlődés elméletének hívei kidolgoztak egy olyan gazdaságfejlesztési modellt, amely megőrzi a természeti erőforrásokat a következő generációk számára is, anyag- és energiatakarékos termeléssel, a megújítható energiaforrások hasznosításával, a fogyasztás ésszerű módosításával. Ebben a folyamatban a világ nemzetei olyan fejlődés szereplőiként jelennének meg, melynek eredményeként az egyre növekvő létszámú emberiség olyan módon használná a természeti erőforrásokat, hogy az fenntartható lenne a jövő nemzedékei számára is (Major, 2019).

2.2. A holisztikus egészségtudatossági és felelősségvállalási modell

A modern orvoslás bio-, pszichoszociális szemlélete értelmében az egészség fogalma nem csupán a testi egészséget jelenti, hanem azt, hogy a három rendszer, a szociális, a pszichológiai és az élettani állandó, folyamatos kölcsönhatásban van egymással. Az elmúlt évszázad hatalmas technikai eredményein alapuló biomedikális orvosi szemlélet hajlamos megfedkezni erről az összefüggésről, annak ellenére, hogy a társadalom egészségét tudományosan csak ilyen megközelítésben vizsgálhatjuk, és a hatékony beavatkozás alapja is ez a szemlélet (Kopp és Skrabski, 2000).

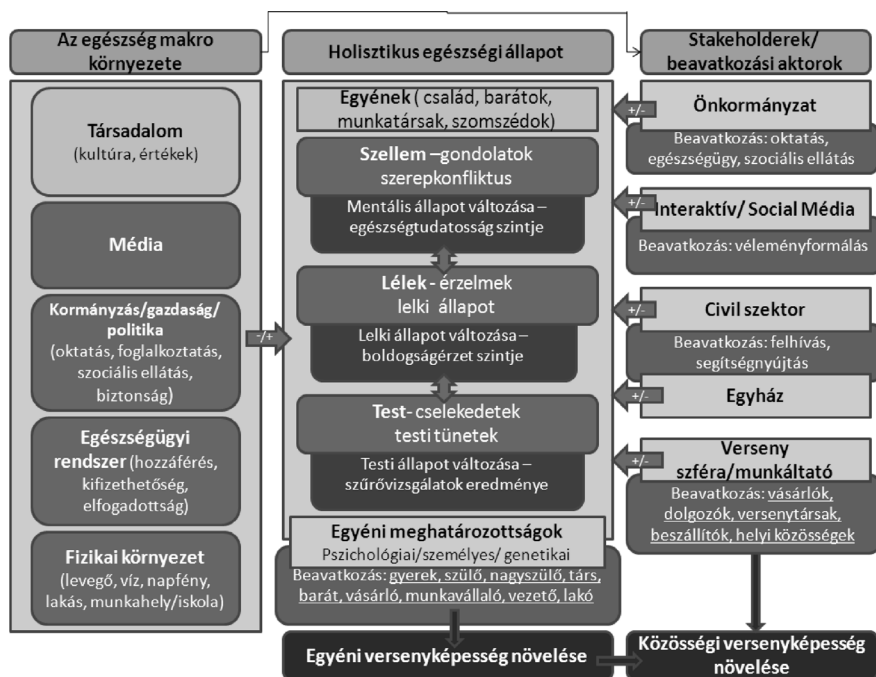
Az egészség egy olyan dinamikusan változó állapot, mely lehetővé teszi az egyén optimális társadalmi integrációját, a változó külső és belső környezeti feltételekhez való adaptációját az individuális önállóság megőrzésével (Segédlet: OM, 2004). Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) elfogadott, jelenleg érvényes meghatározása szerint az egészséget nem csupán a betegség hiánya, hanem a testi, szellemi, társadalmi jóllét jellemzi (Kormos, 1980).

A modern kori egészségtudatosság azért kerül a figyelem középpontjába, mert a jelenkori világunkban még sosem volt ilyen mértékű technológiai eszköztár, és még sosem kellett ilyen mértékű stresszel megküzdeni, mint napjainkban. Alapvető kérdésként merül fel, hogy kizárólag az egyén felel-e a saját egészségéért, vagy a szélesebb értelemben vett társadalom felelőssége is értelmezhető. Holisztikus szemléletben az egészségért való felelősségvállalás értelmezhető és kiterjeszthető az egyént körülvevő környezeti determinánsokra is. A holisztikus egészségtudatossági és felelősségvállalási modell (1. ábra) abból a problémából indul ki, hogy az egyének egészségtudatosságát és felelősségvállalását kell növelni az osztálytársadalmi jóllét növelése érdekében.

A holisztikus egészségtudatossági és felelősségvállalási modell több szempontból is átfogó. Elsőként a test-lélek-szellem harmóniájából indul ki az egyén szintjén. Ennek a hármas egységének a folyamatos egyensúlyban tartásaként, azaz pillanatnyi állapotok egymásutánjaként értelmezzük az egészségi állapotot. Másodsorban a modell holisztikus, mivel tartalmazza azokat a társadalmi tényezőket, amelyek képesek az egyéni egészséget befolyásolni, sőt abba beavatkozni is, így társadalmi determinánssá válni. Harmadrészt holisztikus, mivel integrálja a fenntartható fejlődés egészségfelfogását, azaz az egészséget a fenntartható fejlődés egyik kiindulópontjának, másrészt egyik eredményének tekinti (Juhász, 2022).

Az egészség szempontjából stakeholder az önkormányzat, ami egész-

Amennyiben tehát az egyén saját felelősségét vizsgáljuk meg a holisztikus egészségi állapotának fenntartása, helyreállítása tükrében, akkor kijelenthető, hogy szeretőgazó ismeretekkel kell rendelkeznie saját magát illetően, és a környezet, mások befolyásoló hatását tekintve. A környezet és az egészség hatékony védelmének első lépése tehát a megismerés, ami szerves része az élethosszig tartó tanulásnak (Orbán, Ujfaludi, Mika, 2015).



1. ábra: A holisztikus egészségtudatosság és felelősségvállalás modellje
Forrás: Mató-Juhász et al. (2016), idézi Juhász (2022)

A modern kori egészségtudatos ember tehát ebben a komplex rendszerben lát és él, úgy, hogy saját magának és a környezetének, másoknak a pozitív irányú felelősségvállalását elvárja. A makrokörnyezetnek és a társadalom működését hatótényezőknek a felelőssége tehát abban áll, hogy tudatosan támogató közeget nyújtanak az egyéneknek. Az egészséget támogató közeg az egészségfejlesztés újszerű megközelítését jelenti. Az egészségfejlesztés alapvető célja, hogy megkísérelje képessé tenni az embereket nagyobb kontroll elérésére, megszerzésére az életüket és egészségüket befolyásoló tényezők felett (Juhász, 2022).

2.3. Az emberiség jóllétének értelmezése fenntartható fejlődési célok rendszerének tükrében

A fenntartható fejlődéshez és ezáltal az egyének és a társadalmak jóllétének eléréséhez három központi és egymással összefüggő elem – a gazdasági növekedés, a társadalmi integráció és a környezetvédelem – összehangolására van szükség. Az ENSZ tagállamai 2015-ben egy új fenntartható fejlődési célrendszert fogadtak el, amely

2030-ig a szegénység felszámolását és a fenntartható jövő felépítését tűzi ki célul. Az új fenntartható fejlődési program: *The 2030 Agenda for Sustainable Development* (United Nations, 2015) középpontjában 17 globális, fenntartható fejlődési cél található (2. ábra).



2. ábra: Fenntartható fejlődési célok. Forrás: Division for Sustainable Development, 2015

A nemzeti programok és a nemzetközi együttműködés új korszakát bevezető agenda valamennyi országot olyan tevékenységekre kötelezi, amelyek nemcsak a szegénység alapvető okaival foglalkoznak, hanem a gazdasági növekedés és jólét fokozásával, továbbá az emberek egészségügyi, oktatási és szociális szükségleteivel, miközben a környezetvédelemre is koncentrálnak (Faragó, 2015).

A célokat magában foglaló program azzal az igénnyel lép fel, hogy rendszerbe foglalja a fenntartható fejlődés különböző (társadalmi, környezeti és gazdasági) dimenzióit, s egyúttal rendelkezzen a program végrehajtásához szükséges lépésekről és eszközökről is.

A fenntartható fejlődés céljai nem érhetők el abban az esetben, ha gyakori a súlyos betegség, az ugyanis akadályozza a gazdasági fejlődést és a szegénység enyhítését. Az emberek egészsége viszont nem tartható fenn egészséges környezet, egészséges fogyasztási és életmódbeli szokások, felelős egészségügyi rendszer nélkül és a természeti erőforrásokkal való helyes gazdálkodás nélkül. Ugyanakkor az egészség pozitívan hat mind a gazdasági, mind a társadalmi fejlődésre. Különösen a fejlődő országokban hozzájárul a nemek közötti egyenlőség növekedéséhez, valamint a társadalmi szolidaritáshoz, de közvetlenül vagy közvetett módon hozzájárul a fenntartható fejlődés

mind a 17 céljához. Következésképpen az egészség, a fenntartható fejlődéshez való összetett kapcsolódása miatt, a fenntartható fejlődés központi elemének tekinthető (World Health Organisation, 2016).

Az egészség és jóllét a 3-as számú célként jelenik meg a 17 fenntartható fejlődési cél között. Az angolul „*Good Health and well-being*”-ként megfogalmazott cél magyar nyelvű fordítása kétféle formában is létezik. Találkozhatunk „*Egészség és jólét*” valamint „*Egészség és jóllét*” formájában is a fenntartható fejlődési cél magyar nyelvű fordításában. A magyar nyelvben a jólét és a jóllét szavak között mindössze egy betű az eltérés, a jelentésbeli különbség mégis nagy (EIONET, online). Jólétben az anyagi javak meglétét értjük, míg a jóllét az anyagi jólétben túl magában foglalja a nem anyagi értékeket. Az egyes emberek vagy a társadalom jó élete nem kizárólagosan az anyagi jólétől függ, hanem számos érték együttes teljesülésének a függvénye (Gyulai, 2012). A fordításbeli eltérés nem technikai jellegű hiba, hanem követi az angol terminológia változását. A jó életről szóló nézetek napjainkban átalakulóban vannak. Egy-két évtizeddel ezelőtt a nemzetközi vitákban a „wealth” vagy a „welfare” szó használata volt jellemző, ami anyagi jólétet jelentett. Általános volt az a vélekedés, hogy aki gazdag, az boldog is, és megfordítva is: csak az lehet boldog, aki gazdag. Ma már az ENSZ, az OECD, az EU vagy az Európai Környezetvédelmi Ügynökség dokumentumaiban rendre a „well-being” kifejezést használják. Ez magyarul jóllétet jelent, két ll-el. Tudományosan is bizonyított, hogy az anyagi jólétnek nincs, vagy nem feltétlenül van szoros kapcsolata a boldogsággal, a jólléttel. Sok kutatás szerint a valódi boldogságot globálisan mérve, és az eredményeket összehasonlítva, a tömegesen boldogabb emberek nem a jómódú államokban élnek. A jóllét sokkal inkább örömet, biztonságot, egészséget, közösségeket takar. A jövőre vonatkozó prognózisok szerint egy újfajta értékrend van kialakulóban, amelyben a jóllét (well-being) fogalomköre kerül előtérbe: a kereslet szerkezete gyökeresen átalakul; az innovációk, a technikai fejlesztések széles körben elterjednek, és csatlakoznak a fogyasztók megváltozott szokásaihoz. Ez együtt alapjaiban megváltoztatja a napi tevékenységeinket és létrejöhet a valóban fenntartható gazdaság (EIONET, online).

3. A rendszerszemléletű gondolkodás fejlődésének vizsgálata a fenntartható fejlődés és a holisztikus egészség fogalma mentén

3.1. A kutatás előzményei: a Fenntartható mentális egészség műhely munkája az MTTK-n

A Magyar Tannyelvű Tanítóképző Karon a Fenntartható mentális egészség műhely általános célja a hallgatók fenntarthatósággal kapcsolatos ismereteinek és környezettudatos magatartásának fejlesztése, mentális egészségük növelése, valamint a társadalomtudományi és módszertani tartalmak összekapcsolása volt. A műhelymunka három esemény mentén valósult meg.

Az első esemény a *Fenntartható mentális egészség* című előadás volt. Az előadás összekapcsolta a pszichológia és a pedagógia tudományterületeit az emberi jólétre és a környezeti hatásokra fókuszálva. A mentális egészség (pozitív) pszichológiai megközelítését, a környezeti attitűdök és a fenntarthatóság fogalmait járta körül vajdasági kutatásokra támaszkodva. A műhely interaktív módszerekkel vezette be a résztvevőket a vonatkozó aktuális kutatási trendekbe. A program hozzájárult a vajdasági közösség mentális jóléti tudatosságának növeléséhez.

A második esemény a VIFÓ (Vajdasági Ifjúsági Fórum) által szervezett, „*Itthon, határtalanul*” konferenciasorozat – *Egy zöldebb Vajdaságért!* elnevezésű rendezvény keretein belül valósult meg. A konferencia célja felhívni a figyelmet a környezetvédelem és a fenntarthatóság fontosságára és egyúttal felmérni az aktuális helyzetet Vajdaságban. A különböző előadások és műhelymunkák során a résztvevők arra a kérdésre keresték a választ, hogy a Vajdaságban élő fiatalok hogyan tudnak tenni a környezetünkért és hogyan lehetnek tudatosabbak.

A harmadik esemény során a környezeti nevelés módszertani alapjaival ismerkedhettek meg a résztvevők, valamint sor került az *EcoLogi környezettudatossági szemléletformáló applikáció* bemutatására és kipróbálására is. Az applikáció célja, hogy elérhető közelségbe hozza a környezetvédelmi fogalmakat, megismertesse azokat a lehetőségeket, amivel állampolgárként élni tudunk és élnünk kell egy fenntarthatóbb jövő érdekében.

3.2. A kutatás célja

Az oktatásnak segíteni kell a tanulókat abban, hogy jobban megértsék a világot, amelyben élnek, hogy felismerjék az emberiség jövőjét fenyegető problémákat, azok összetettségét és egymásba kapcsolódó jellegét. A rendszerszemléletű gondolkodás nélkülözhetetlen annak megértéséhez, hogy a környezet és a fejlődés minden kérdése egy rendszerben létezik, továbbá hogy minden cselekvésünknek környezeti és társadalmi következményei vannak a jövőre nézve.

Műhelymunkánk során igyekeztünk olyan tartalmakat feldolgozni és olyan módszereket alkalmazni, amelyek hozzájárulnak a környezettudatosság alakításához az olyan kompetenciaelemek fejlesztése által, mint a rendszerszemlélet, a kritikai és a kreatív gondolkodás, a fenntartható fejlődéssel kapcsolatos tudáselemek bővítése, a globális, regionális és helyi környezeti problémák ismerete. Emellett olyan elemek is helyet kaptak a műhely tematikájának kialakításában, mint a fenntartható fejlődés etikai dimenziójának tudatosítása, a nemzedékek közötti és nemzedékeken belüli szolidaritás és felelősség (Vitályos, 2014).

Kutatásunk célja a műhelymunkában részt vevő tanító- és óvóképzős hallgatók ismereteinek vizsgálata volt a globális környezeti problémák és az egészség összefüggéseivel, valamint a fenntarthatóság és a holisztikus egészség fogalmával kapcsolatban.

3.2. Mérészköz és módszer

A vizsgálat kérdőíves adatfelvétel segítségével történt, tudásmérő teszt segítségével. A kérdőív online formában állt a felmérésben részt vevők rendelkezésére. A kérdőív háttérinformációra vonatkozó kérdéseket, valamint tudásmérő kérdéseket tartalmazott. A tudásmérő kérdések a következő, a műhelymunka során feldolgozott témakörök mentén kerültek megfogalmazásra: fenntartható fejlődés, globális környezeti problémák, holisztikus egészségfogalom.

3.3. Minta

A kutatásban részt vevők mintáját (N=77) két csoport képezi. Az első csoportba az interdiszciplináris műhelymunka eseményein részt vevő hallgatók tartoznak (N=25), ők képezik a vizsgálat kísérleti csoportját. Kontrollcsoportként olyan hallgatókat vizsgáltunk, akik nem vettek részt a műhelymunka eseményein (N=52). A kísérleti és a kontrollcsoport tagjai is az Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar hallgatói.

3.4. Eredmények

A felmérés során egyrészt a kísérleti csoport válaszait elemeztük abból a szempontból, hogy helyesen értelmezik-e a fenntarthatósággal, holisztikus egészségfogással és környezeti neveléssel kapcsolatos legfontosabb fogalmakat és összefüggéseket a műhelymunkában történő részvételt követően. Másrészt összevetettük a kísérleti és a kontrollcsoport tanulóinak válaszait, ezzel is vizsgálva a műhelymunka során feldolgozott tartalmak hatását az ismeretjellegű tudás gyarapítása szempontjából.

3.4.1. A fenntarthatóság fogalma

A Brudtland Bizottság *Közös jövőnk* című jelentése alapján a fenntartható fejlődés fogalma alatt a társadalom egyes elemeinek olyan fejlődési folyamatát értjük, amely „kielégíti a jelen (materiális) igényeit anélkül, hogy csökkentené a jövő generációk képességét, hogy kielégítsék a saját igényeiket” (WCED, 1987). A fenntarthatóság fogalma ma már ennél sokkal széleskörűbb nézőpontokat ölel fel. Az ember érdekei mellett figyelembe veszi a többi élőlény és a természeti környezet fenntartásának szempontjait is. A műhelymunka során megvalósult előadássorozat egyik központi témája volt a holisztikus szemléletmódra való rávilágítás. Ez a modell párhuzamba állítja a természeti környezet, a társadalom működése és az ember testi-lelki egészsége közötti harmonikus együttműködés szükségességét ezen egymással szorosan összefüggő rendszerek fenntarthatósága érdekében.

Felmérésünk során vizsgáltuk, hogy a hallgatók találkoztak-e már a fenntarthatóság fogalmával. A kísérleti csoportban részt vevő hallgatók közül mindenki hallott már a fogalomról, a kontrollcsoport tagjai közül 26 hallgató hallott róla, 26 hallgató pedig azt állította, hogy nem hallott róla.

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

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

Példa a klasszikus definíciót idéző megfogalmazások közül:

- „*Próbáljunk meg úgy élni, hogy ne rontsuk el a világot, hogy a jövő generációja is tudjon normális körülmények között élni.*”
- „*A fenntartható fejlődés az élővilág megóvása, hogy utódaink is hasonló életszínvonalon éljenek mint mi.*”

Példa az önálló, de továbbra is emberközpontú megfogalmazások közül:

- „*Fejlődés egész életen át.*”
- „*Olyan környezetet biztosítunk, ahol biztonságban élhetünk és tudatosan fejlődhetünk.*”
- „*Egészség ápolása, társadalmi közösségek fenntartása és fejlődése.*”

Példa a rendszerszemléletű, fejlődésre irányuló megfogalmazások közül:

- „*Olyan folyamatok, amelyek fenntarthatóan segítik világunkat, például teszkelami jót a jelenben, valami maradandót, amivel a jövő generációit is segítem.*”
- „*Olyan fejlődés, amely testileg, lelkileg, anyagilag fenntartható.*”
- „*Egészség fenntartása, közösségek fenntartása és fejlődése.*”
- „*Olyan „újítás” vagy fejlesztés akár önmagunkon akár a környezetünkön, melynek fennmaradása lehetséges, finanszírozható és eredménye is van.*”

3.4.2. A globális környezeti problémák hatása az egészségre

A globális problémákkal kapcsolatban elsősorban olyan fogalmakra asszociálunk, mint a klímaváltozás, a vízhiány, a hulladékprobléma, vagy a biológiai sokszínűség rohamos csökkenése. Ezek a problémák elsősorban a társadalmi és gazdasági folyamatok környezetre gyakorolt hatását jelzik, ugyanakkor legalább ilyen fontos lehet ezen tényezők hatásának vizsgálata az emberek testi és lelki egészségének vonatkozásában is. Számos emberi (társadalmi) tevékenység veszélyezteti a környezetünket, amelyek súlyos következményekkel járhatnak az egészségünkre. Egy, a WHO-hoz köthető kutatás megállapítása szerint a klímaváltozás a 21. század legnagyobb fenyegetése a globális egészségre, ez alól pedig nem képez kivételt a mentális egészség sem. Az ember által előidézett környezeti változások olyan krónikus stresszorokkal járnak, mint az energia- és vízhiány fenyegetése. Az APA (Amerikai Pszichológiai Társaság) megfogalmazásában az ökológiai szorongás „a környezeti katasztrófától való krónikus félelem, amely az éghajlatváltozás visszavonhatatlannak tűnő hatásának megfigyeléséből, továbbá a saját és a következő generációk jövőjéért érzett aggodalomból ered” (Csányi és Kiss, 2022).

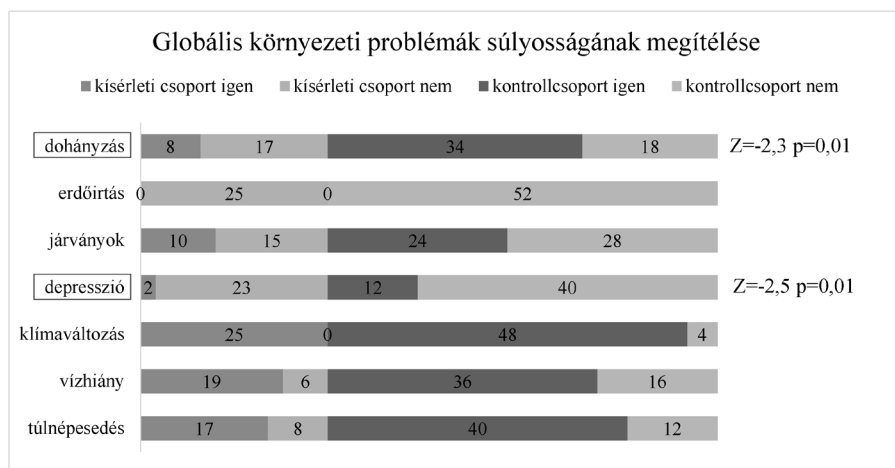
Kutatásunk során megkérdeztük a felmérésben részt vevő hallgatóktól, hogy mit értenek globális probléma alatt. A lehetséges válaszok között szerepelt a túlnépesedés, vízhiány, klímaváltozás, és egyéb, a természetet, környezetet közvetlenül érintő problémák, de a járványok és a depresszió fogalma is bekerült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

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

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

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

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



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

3.4.3. Holisztikus szemléletmód

Már a legősibb egészségfelfogások fő jellemzője is a holisztikus szemléletmód volt, amely a hangsúlyt az egyénen belüli, az emberek közötti és a környezettel kapcsolatos egyensúlyi állapotokra helyezi (Pál, 2005). Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) elfogadott, jelenleg érvényes meghatározása szerint az egészséget nem csupán a betegség hiánya, hanem a testi, szellemi, társadalmi jólét jellemzi.

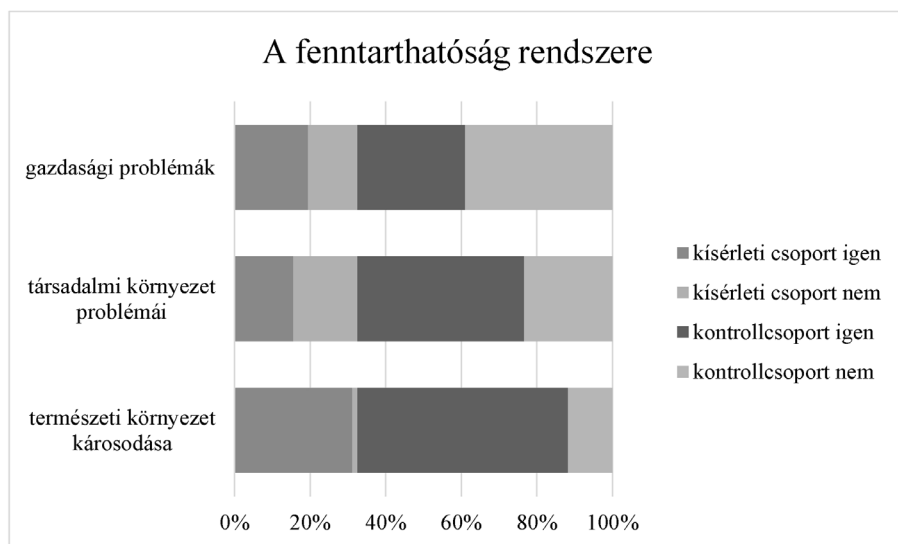
Vizsgálatunk során megkértük a hallgatókat, hogy próbálják meg megfogalmazni, mit takar a holisztikus kifejezés az egészséggel összhangban. A kísérleti csoportba tartozó 25 hallgató közül 4 nem válaszolt a kérdésre, de 21 hallgató megközelítőleg pontosan megfogalmazta a holisztikus egészségfelfogás mibenlétét.

A kontrollcsoportban részt vevő hallgatók közül mindössze két személy tudott megközelítőleg helyes definíciót meghatározni a fogalommal kapcsolatban. A kontrollcsoportba tartozó többi résztvevő vagy üresen hagyta a válaszlehetőséget, vagy azt felelte, hogy nem hallott még a fogalomról.

Az egészség fogalmának dinamikus egyensúlyi állapota azt jelenti, hogy az egyén szervezete, testi és szellemi állapota, valamint a természeti, tárgyi és társadalmi környezet által kifejtett hatás között alakul ki. A környezetet tehát komplex rendszerként kell szemlélni, ahol az egyes történések (például a természeti környezet károsodása) hatással vannak a rendszer többi elemére is. A vizsgálat során megkérdeztük a résztvevőket, hogy véleményük szerint a természeti környezetben, a társadalmi környezetben vagy a gazdasági környezetben felmerülő problémák veszélyeztetik-e az ember egészségét (4. ábra). Helyes válaszként azt fogadtuk el, ha mindhárom választ bejelölték a hallgatók.

A kísérleti csoportba tartozó 25 hallgató közül mindössze 5 volt, aki mindhárom lehetőséget bejelölte. A kontrollcsoport 52 résztvevője közül pedig csak 14-en választak megfelelően. Mindkét csoportban a gazdasági környezetet érintő hatásokat tartották legkevésbé ártó tényezőnek az egészségre nézve.

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



4. ábra: A fenntarthatóság rendszerének értelmezése a kísérleti és a kontrollcsoport által

3.4.4. Jól(l)ét

A „jól-lét” kifejezés sokkal tágabban értelmezhető, mint a jólét. Utóbbi a jóléti közgazdaságtan tárgya, amelyet sokféleképpen meg lehet határozni: jövedelem, vagyon, alapvető javak, képességek stb. A jóllét ezzel szemben egy átfogó kifejezés az ember testi-szellemi „jó érzésére”. Az angol terminológia is különbséget tesz jóllét (well-being) és jólét (welfare) között (Géber, 2012). Műhelymunkánk tematikájának fontos szempontját képezte ennek a fogalomkörnek a megvitatása a hallgatókkal együtt.

Vizsgálatunk során megkértük a mintában szereplő tanulókat, hogy próbálják meg megfogalmazni, mi a különbség a jólét és a jóllét kifejezések között. A kísérleti csoport 25 tagja közül 20-an válaszoltak a kérdésre, és mindegyik válasz megközelí-

tően helyes felfogást tükrözött. A kontrollcsoporttól 22 válasz érkezett, ezek többsége is megfelelően meghatározta a két fogalom közötti különbséget és a fogalmak jelentésének lényegét.

Példák a helyes és megközelítőleg helyes megfogalmazások közül:

- *Jólét inkább pénzügyi fogalom, azaz „jól élek”. A jóllét inkább egészség, azaz „jól lenni”.*
- *Jólét ha gazdagabb környezetben élünk, a jóllét pedig ha fizikailag és mentálisan is jól érezzük magunkat.*
- *A jólét anyagi gazdagságot jelent, míg a jóllétnek nem csak anyagi feltételei vannak, például mennyire vagyunk egészségesek, milyen az élőhelyünk biztonsága, mennyire stabil a gazdasági jogi helyzet, mennyi stressz ér bennünket stb.*
- *A jólét az anyagi biztonságot jelenti. A jóllét magába foglalja a lelki boldogságot is.*
- *Jólét anyagi „jólétet” jelent, az anyagi javak jelentése. A jóllét pedig az ember egészségére vonatkozik, de nem csak a testi egészségére, hanem a LELKI egészségére is.*

4. Összegzés

Tanulmányunkban igyekeztünk rámutatni a rendszerszemléletű gondolkodásmód fejlesztésének szükségességére a fenntarthatóságra nevelés szempontjából. Eredményeink alapján képet kaphattunk a Fenntartható mentális egészség műhelymunka hatásának mértékéről a holisztikus szemléletmód fejlesztését illetően. A műhelymunkában feldolgozott témakörök és megvalósított tevékenységek hatásvizsgálatának eredménye rámutatott arra, hogy az Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Karán mindenképpen folytatni kell azokat a törekvéseket, amelyek az egészségnevelés és a fenntartható fejlődés pedagógiai céljainak megvalósítására vonatkoznak.

Pedagógusképző intézményként végső célunk, hogy a társadalmi kihívásokra reagáló, innovatív módszerekkel, online alapú eszközök használata által hozzájáruljunk a hallgatók komplex egészségtudatának és rendszerben történő gondolkodásmódjának fejlesztéséhez, ezzel felkészítve a leendő pedagógusokat a környezet- és egészségnevelési feladatok ellátására, a módszerek gyakorlatban való alkalmazására és a jövő generációinak a globális kihívásokra történő felkészítésére.

Irodalom

- Balog, A. (2005). A 20. század ökológiai irányzatai. *Korunk*, (4), 50–54.
- Csányi, G. & Kiss, K. D. (2022): Klímaszorongás vagy ökoaggodalom? Egy radikális ököpszichológia felé. *Fordulat*, 15(31), 151–181.
- Csenger, L. (2014). Alternatív módszerek és eszközök az ökoiskolában. In Vitályos, G. Á. (Ed.): *Fenntarthatóságra nevelés a nevelési-oktatási intézményekben*. Tanulmánykötet. ELTE Tanító és Óvóképző Kar.
- Division for Sustainable Development (2015): *Sustainable Development Goals*. Megtekintés: 2023. 12. 21. Forrás: <https://sdgs.un.org/>
- Európai** Környezeti Információs és Megfigyelő Hálózat (EIONET): *Jólét és/vagy jólét?* Megtekintés: 2023. 12. 21. Forrás: <https://eionet.kormany.hu/jolet-es-vagy-jollet>
- Faragó, T. (2015). *A fenntartható fejlődés új ENSZ-programja*. Magyar ENSZ Társaság. Megtekintés: 2023. 12. 21. Forrás: <https://nakfo.mbfisz.gov.hu/hu/node/476>
- Füzné Kószó, M. (2002). A környezeti nevelés koncepciói. *Iskolakultúra*, 12(1), 40–50.
- Gébert, J. (2012). A jólét mérésének elméleti alapjai és problémái. In Bajmócy, Z., Lengyel, I., Málovics, Gy. (Eds.): *Regionális innovációs képesség, versenyképesség és fenntarthatóság*. JATEPress.
- Gyulai, I. (2012). *A fenntartható fejlődés*. Ökológiai Intézet a Fenntartható Fejlődésért Alapítvány, Miskolc.
- Juhász, A. (2022). A modern kori egészségtudatosság, avagy mit is értünk ma holisztikán? *Recreation*, 12(3). DOI: 10.21486/recreation.2022.12.3.5
- Kopp, M., & Skrabski, Á. (2000). Pszichoszociális tényezők és egészségi állapot. *Demográfia*, 43(2–3), 252–278.
- Kormos, S. (1980). *Egészségnevelés és közművelődés*. Medicina Könyvkiadó.
- Major, L. (2019). *A fenntarthatóság pedagógiája. A fenntarthatóság és a környezeti nevelés megjelenése a szerbiai alsó tagozatos oktatásban*. Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar.
- Mató-Juhász, A., Kiss-Tóth, E., Szegedi, K. (2016). Holistic Health Model of Sustainable Development, *European Scientific Journal*, (12)21, 227–239.
- Orbán, S., Ujfaludi, L., Mika, J. (2015). Bolygónk környezeti problémái. In Mika, J. & Pajtókné Tari, I. (Eds.). *Környezeti nevelés és tudatformálás* (pp. 17–35.). Eszterházy Károly Főiskola Líceum Kiadó.
- Pál, K., Császár, J., Huszár, A., Bognár, J. (2005). A testnevelés szerepe az egészségtudatos magatartás kialakításában. *Új Pedagógiai Szemle*, 55(6), 25–32.
- Segédlet az iskolai egészségnevelési, egészségfejlesztési program elkészítéséhez (2004). Oktatási Minisztérium.
- United Nations (2015): *Transforming our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development*. Megtekintés: 2023.12.21. Forrás: <https://sdgs.un.org/2030agenda>
- Vitályos, G. Á. (Ed.): *Fenntarthatóságra nevelés a nevelési-oktatási intézményekben*. Tanulmánykötet. ELTE Tanító és Óvóképző Kar.

World Economic Forum (2017): *Global Shapers Annual Survey, Global Shapers Community*. Megtekintés: 2023. 12. 21. Forrás: <https://t.ly/vrQTM>
World Commission on Environment and Development (1987): *Our Common Future: The Brundtland Report*. Oxford University Press. Megtekintés: 2023. 12. 21. Forrás: <http://bit.ly/1bZJgwk>
World Economic Forum (2017). *Global Shapers Annual Survey*, Global.
World Health Organization (2016). *World Summit on Sustainable Development*. Megtekintés: 2023. 12. 21. Forrás: <https://t.ly/uTDt>

Ispitivanje perspektive održivog razvoja i holističke zdravstvene svesti

Lenke Major, Beáta Grabovac, Zsolt Námesztovszki, Ottó Beke, Laura Kalmár
Univerzitet u Novom Sadu, Učiteljski fakultet na mađarskom nastavnom jeziku
Subotica, Republika Srbija

Apstrakt

Sve je u našem okruženju povezano, nema odvojenih procesa. Svaka promena utiče na druge elemente sistema. Većina ekoloških problema – kao što su izumiranje vrsta, ozonska rupa, efekat staklene bašte – su globalne prirode, što znači da utiču na celu Zemlju. U svim ljudima se mora razviti neka vrsta sveobuhvatnog osećaja odgovornosti za Zemlju, za naše zajedničko stanište. Neophodno je da osvestimo koliko nam je životna sredina u celini važna, kako u svom prirodnom, tako i socijalnom i ekonomskom aspektu. Sve ovo zahteva holistički pristup, koji usmerava pažnju na to da u okruženju nema zanemarljivih, nebitnih ili nepotrebnih elemenata ili faktora, već da je sve povezano kao mreža. Bez zdravlja prirodne sredine ne možemo govoriti o zdravom životu čoveka. Prirodni i društveni problemi štetno utiču na funkcionisanje ljudskog tela.

Primarni cilj radionice Održivo mentalno zdravlje, koja je počela školske 2022/2023. godine, bio je razvoj holističkog načina razmišljanja o ekološkoj svesti među studentima Učiteljskog fakulteta na mađarskom nastavnom jeziku. Cilj našeg istraživanja bio je da ispitamo sistem konceptata u vezi sa održivošću i holističkim zdravljem učenika koji učestvuju u radionici.

Ključne reči: globalni ekološki problemi, sistemsko razmišljanje, holistički koncept zdravlja

Examining the Approach to Sustainable Development and Holistic Health Awareness

Lenke Major, Beáta Grabovac, Zsolt Námesztovszki, Ottó Beke, Laura Kalmár

University of Novi Sad, Hungarian Language Teacher Training Faculty
Subotica, Republic of Serbia

Abstract

Everything in our environment is connected, there are no separate processes. Every change affects other elements of the system. The majority of environmental problems - such as species extinction, the ozone hole, the greenhouse effect - are global in nature, meaning that they affect the entire Earth. A kind of comprehensive sense of responsibility for the Earth, for our common habitat, must be developed in everyone. It is necessary to be aware of how important our environment as a whole is to us, both in its natural, social and economic aspects. All of this requires a holistic approach, which directs attention to the fact that there are no negligible, unimportant, or unnecessary elements or factors in the environment, but that everything is connected like a network. Without the health of the natural environment, we cannot talk about a healthy human life. Natural and social problems have a detrimental effect on the functioning of the human body.

The primary goal of the Sustainable Mental Health workshop, which will start in the 2022/2023 academic year, was the development of a holistic way of thinking related to environmental awareness among the students of the Hungarian Language Teacher Training Faculty. The aim of our study was to examine the concept system of students participating in the workshop regarding sustainability and holistic health.

Keywords: global ecological problems, systemic thinking, holistic concept of health