

HUMÁN INNOVÁCIÓS SZEMLE
HUMAN INNOVATION REVIEW

A PÁZMÁNY PÉTER KATOLIKUS EGYETEM BÖLCSÉSZET- ÉS TÁRSADALOMTUDOMÁNYI
KARÁNAK LAPJA

KIADJA A HUMAN EXCHANGE ALAPÍTVÁNY

XVII. évfolyam, 1. szám, 2026. június

Szerkesztőbizottság

- ALBERT-LŐRINCZ Csanád (Partiumi Keresztény Egyetem Gazdaság- és Társadalomtudományi Kar, Nagyvárad, Románia)
ALBERT-LŐRINCZ Enikő (Babeş-Bolyai Tudományegyetem Szociológia és Szociálismunkás-képző Kar, Kolozsvár, Románia)
BAUMANN, Klaus (Albert-Ludwigs-Universität Freiburg Caritaswissenschaft und Christliche Sozialarbeit - Theologische Fakultät, Németország)
BIRHER Nándor Máté (Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsész- és Társadalomtudományi Kar)
DELLAGIULIA, Antonio (Pontificia Università Salesiana, Róma, Olaszország)
ERDEI Gábor (Debreceni Egyetem Bölcsészettudományi Kar)
FLÓRA Gábor (Partiumi Keresztény Egyetem Gazdaság- és Társadalomtudományi Kar, Nagyvárad, Románia)
GÁBRITY MOLNÁR Irén (Újvidéki Egyetem Közgazdasági Kar, Szabadka, Szerbia)
HIDAS Zoltán (Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsész- és Társadalomtudományi Kar)
HOMICSKÓ Árpád Olivér (Károli Gáspár Református Egyetem Állam- és Jogtudományi Kar)
JARJABKA Ákos (Pécsi Tudományegyetem Közgazdaságtudományi Kar)
LABAŠ, Danijel (University of Zagreb, Horvátország)
SCHLETT András (Pázmány Péter Katolikus Egyetem Jog- és Államtudományi Kar)
TÉSITS Róbert (Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar)
VAJDA Norbert (Katolikus Szeretetszolgálat)

Alapító főszerkesztő

JUHÁSZ Gábor

Felelős kiadó

DÓZSA Zsófia Katalin

Nyelvi lektorálás, szerkesztés

KAPITÁNY Zoltán

Szerkesztőség

Human Exchange Emberi Erőforrás Fejlesztő és Tanácsadó Alapítvány
e-mail: info@humanexchange.hu
honlap: <https://ojs.ppke.hu/hisz/index>

ISSN 2939-8614 (Online)

ISSN 2062-0292 (Print)

HUMAN EXCHANGE ALAPÍTVÁNY, 2026

TARTALOM

FEHÉR PÁLMA VIRÁG, TÖRŐ KRISZTINA: PSZICHÉS JÓLLÉT ÉS REZILIENCIA ÖTVEN FELETT	4
BALÁZS GERGELY, BATTÁ BARBARA: STRESSZ, KIÉGÉS ÉS MEGKÜZDÉSI STRATÉGIÁK A MAGYAR ÁLLATORVOSOK KÖRÉBEN	25
UJVÁRI HEDVIG: A CSÁRDÁS FOGADTATÁSA A 19. SZÁZAD VÉGI MAGYARORSZÁGON. SAJTÓDISKURZUS ÉS KULTURÁLIS REPREZENTÁCIÓ	49
KUNOS ISTVÁN: A COACHING MÓDSZERTANI ELEMEINEK RENDSZERTANI CSOPORTOSÍTÁSA	68
CSÓKAY LÁSZLÓ, FEKETE SZABOLCS: AZ IDŐSELLÁTÁS ÉS A GYERMEKVÉDELMI SZAKELLÁTÁS KÖZÖTTI INTERGENERÁCIÓS EGYÜTTMŰKÖDÉS: LEHETŐSÉGEK, KOCKÁZATOK ÉS TRAUMAÉRZÉKENY SZAKMAI FELTÉTELEK	80
JANÓ, EVELIN; HAJDU, GÁBOR: REFORMING THE SYSTEM OF TEACHER CONTINUING PROFESSIONAL DEVELOPMENT – SHARING FIRST EXPERIENCES (2025)	94
ERDÉLI VANDA, JUHÁSZ GÁBOR, SZABÓ ISTVÁN: A DIGITÁLIS ESZKÖZHASZNÁLAT GYERMEKEKRE ÉS SZÜLEIKRE GYAKOROLT HATÁSAINAK VIZSGÁLATA	111
TORMA, REGINA: WALL IN THE HEART OF THE CITY: THE IMPACT OF THE DONALD TRUMP ADMINISTRATIONS' MIGRATION POLICY ON THE COMMUNITY OF NOGALES	131
ALADWAN, SHAHED; FEKETE, SZABOLCS: PERCEIVED MICROMANAGEMENT, PSYCHOLOGICAL SAFETY AND EMPLOYEE WELL-BEING: A SMALL-SCALE EXPLORATORY SURVEY-BASED STUDY	147
ZIEGLER ÉVA: "LONGEVITY" A RENDSZERTUDOMÁNY TÜKRÉBEN (ESSZÉ/ESSAY)	158

PSZICHÉS JÓLLÉT ÉS REZILIENCIA ÖTVEN FELETT

„ÉP TESTBEN ÉP LÉLEK?”

FEHÉR PÁLMA VIRÁG¹ – TÖRŐ KRISZTINA²

Absztrakt

Háttér: Az 50 év feletti korosztály szubjektív jólléte egy olyan pszichológiai konstruktum, dinamikusan változó állapot, amelyet több külső és belső tényező alakít. A reziliencia egy olyan képesség, amely segíti az egyént a megterhelő tapasztalatok során a pozitív adaptációban és megküzdésben. Célkitűzés: Kutatásunkban a jóllét és reziliencia összefüggéseit vizsgáljuk az ötven feletti korosztályban. Ezen két pszichés tényező és különböző demográfiai jellemzők összefüggéseit szerettük volna feltárni magyar mintán. Módszer: A kutatásban 410 fő vett részt. A részvétel kritériuma az 50. életév betöltése volt. A demográfiai adatokra vonatkozó kérdéseket követően a szubjektív jóllétet a WHO Jól-lét Kérdőívvel (WBI-5) vizsgáltuk, míg a reziliencia mérésére a Connor-Davidson Reziliencia Kérdőívet (CD-RISC) használtuk. Eredmények: Várakozásunknak és a szakirodalomnak is megfelelően beigazolódott, hogy a reziliencia és a jóllét szintje összefüggést mutat, azaz minél rezilientebb valaki idősebb korra, annál magasabb a jóllétének szintje. Ezen kívül még több fontos összefüggésre is rámutattunk mindkét pszichés tényező kapcsán. Ezek közül kiemelnénk azt, hogy a sok mozgás kihatással van a jóllétünkre. Következtetés: Eredményeink megerősítik azt a koncepciót, hogy különösen fontos idősebb korban is foglalkozni saját testi és lelki egészségünkkel. Nem lehet soha eléggé elcsépelet az „ép testben ép lélek” szöveg.

Kulcsszavak: mentális egészség, szubjektív jóllét, reziliencia, fizikai aktivitás, kapcsolati elégedettség

I. Háttér

Az 50 plusz korosztály az egészségtérképen

Ha az egészségre úgy tekintünk, mint egy megatrendre, amely meghatározza a mai életstílusunkat és egyúttal az egész életünket áthatja, akkor azt láthatjuk, hogy az egészséggel való folyamatos foglalkozás az egészségről alkotott tudásunk gazdagodását eredményezi.

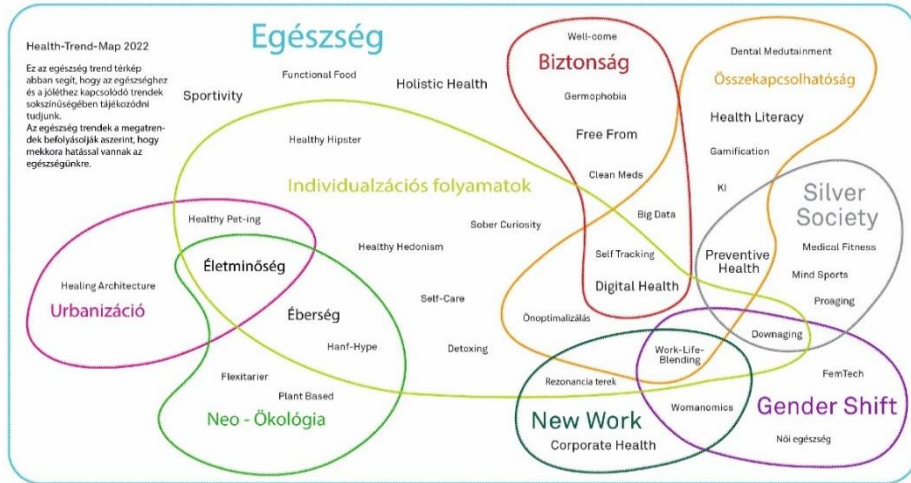
A COVID-19 vilájárvány óta tapasztaljuk, hogy a fizikai egészség mellett a mentális épség is kulcsfontosságú erőforrássá vált mindenki számára. A jövőorientált fókuszú gondolkodás az egészségről hangsúlyt helyez a személyes integritás megőrzésére. Az idősek fizikai és mentális egészsége pedig több kérdést vet fel,

¹ egyetemi adjunktus, Pázmány Péter Katolikus Egyetem, Fejlődés- és Klinikai Gyermeklélektani Tanszék, Pszichológiai Intézet; e-mail: feher.palma.virag@btk.ppke.hu; ORCID: 0009-0005-8407-6372

² intézményvezető, gyermek klinikai szakpszichológus, Vecsés és Környéke Család- és Gyermekjóléti Szolgálat és Központ; e-mail: torokrist1@gmail.com; ORCID: 0000-0001-5573-5934

különösen a COVID-tapasztalatokból és a megváltozott demográfiai adatokból kiindulva.

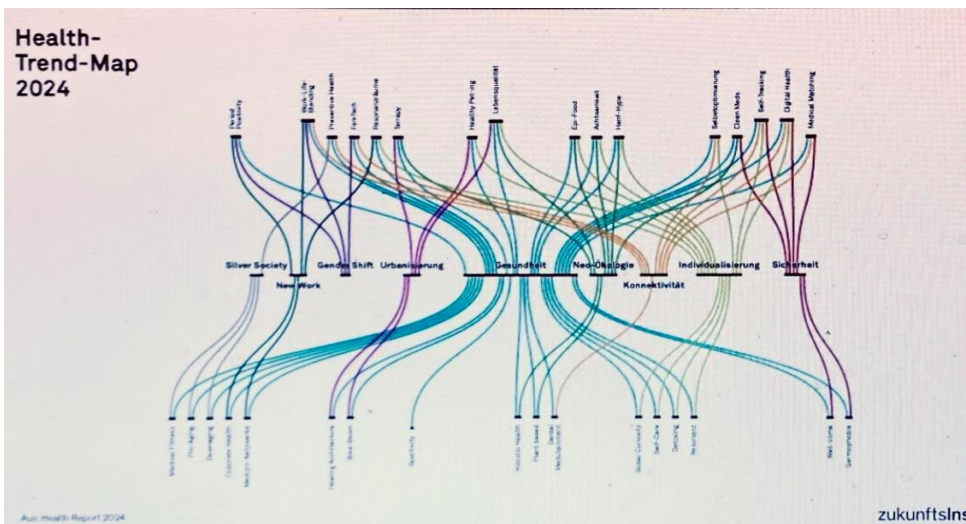
1. ábra: Egészségtrendek 2022



Forrás: Innolab, 2022

Az idősödő felnőttekkel foglalkozó egészség-altrendek számos ponton kapcsolódnak egymással. Az ábrán több kapcsolódási pontot felfedezhetünk, az azonban jól látható, hogy a preventív egészség szemlélet az egyik legfontosabb elem a silver society és a konnektivitás altrendek találkozásában.

2. ábra: Egészségtérkép 2024



Forrás: Zukunftsinstitut, 2023

Az egészséget befolyásoló tényezők idővel egyre összetettebbé válnak, és ennek az értelmezésnek a komplexitása okán nemcsak az egyéni felelősség hangsúlyozásáról lesz szó a jövőbeli egészségtrendek alakításában és a silver society jelenének formálásában, hanem az egyes hatások egymásra gyakorolt komplex szerkezetének megértéséről.

A mentális egészség az egészség térképén egy rendkívül gyorsan fejlődő trend, amely az idősödő felnőtteket arra készíti, hogy többet tegyenek mentális egészségük megőrzése érdekében, mint a korábbi generációk. Mivel a mentális egészség kérdése elkerülhetetlenül jelentősebbé válik a jövőben, éppen ezért a mentális betegségek megelőzése is kulcsfontosságú lesz, azaz a jelenben a mentális dimenzió magától értetődően épül be az egészség fogalmába és az egészséggel való törődés folyamatába, lehetőséget adva a silver society tagjainak, hogy más megközelítéssel forduljanak az egészség megőrzése felé.

A szubjektív jóllét és a pszichoszociális tényezők összefüggései

Az egészséges öregedés egyre népszerűbb kutatási terület és egyre több vizsgálat foglalkozik azzal, hogy milyen fizikai, kognitív és szociális tényezők járulnak hozzá a magas mentális egészséghez. Jelen kutatás kifejezetten a második életszakaszba lépett felnőttek vizsgálatára fókuszál, akiknél az élettapasztalat és a prioritások változása hatással lehet a jóllét szintjére, célja a mindfulness és szubjektív jóllét összefüggéseit vizsgálni a reziliencia tükrében.

Az öregedés meghatározásában számos különböző megközelítés létezik. Egyes kutatók az úgynevezett programelmélet alapján, úgy vélik, hogy az öregedés folyamata egy bizonyos program megléte, vagy annak hiánya következtében kezdődik. Minden egyén egyedi és saját ritmusú biológiai órájának lefolyása alapján fut majd le az „öregedés programja”. Az elképzelés hívei szerint ez a sejtekben programozott folyamat, vagyis az egészséges sejtek elpusztulásával kapcsolatos, míg mások arról értekeznek, hogy a gének sejszintű szabályozottságához köthető jelenségről van szó. Olyan hibaelméletek is születtek, amelyek azt hangsúlyozzák, hogy a szervezet mint rendszer elveszíti tökéletességét az élet előrehaladtával. Minden ember egy meghatározott mennyiségű energiával rendelkezik, amit élete során felhasznál: van, aki sebesebben (korai halál), még mások nagyobb kapacitású tárral rendelkeznek és tovább kitart ez az energiaszint. A rendszer hibája lehet, amikor a sejtekben történő mutáció hatására indul el az öregedés folyamata (Kovácsné, 2011). Neugarten társadalmi óra fogalma olyan meggyőződéseket, normákat jelent, amelyeket a társadalom elvár az adott személytől életkorának megfelelően. Pszichoszociális fejlődési keretben értelmezve hatást gyakorol az adott életciklus ritmusára és állomásaira. Időskorral kapcsolatosan elvárt életmódtól jelentősen eltérő viselkedés befolyásolja az egyén pszichológiai állapotát, hiszen a normától eltérő életmód, az attól különböző jellemek alkalmazkodási nehézséget okozhatnak, mellyel együtt a megélt distressz is növekedhet. Döntő szerepe van annak, hogy a változásokat megélt idős személy mennyire képes az öregedéssel kapcsolatos tapasztalatait beépíteni saját identitásába (Neugarten, 1979). A gerontológia az időskor kapuját nem a megélt évek száma alapján próbálja meghatározni, mint ahogy erre korábban különböző lehetőségeket láttunk, hanem elsősorban az emberi szervezet állapota alapján. Ennek megfelelően fontosnak tartjuk, hogy a jóllét meghatározásával is foglalkozzunk. Mit értünk jóllét alatt?

A pozitív pszichológia tudományába tartozik a jóllét kifejezés, amely magában foglalja, hogy mi szükséges a jó élethez, hogy milyen feltételek és folyamatok

segítik az egyént abban, hogy úgy érezze, érdemes élni. Gazdasági feltételek diskurzusában a jóllét az életminőség átfogó megjelöléseként jelenhet meg.

A szubjektív jóllét három komponense a pozitív érzelmek jelenléte, a negatív érzelmek hiánya és az étellel való elégedettség. Míg az első kettő a hedonikus megközelítést követi, mely szituációs helyzetektől van befolyásolva és az egyensúlyra törekszik, addig az étellel való elégedettség az eudaimonia megközelítésből ered (Diener, 2000).

Azonban fontos megjegyezni, hogy a negatív érzelmek csökkentése nem feltétlenül jelenti a pozitív érzelmek megjelenését, emellett jó fizikai egészség esetén is érezheti az egyén magát szomorúnak. A szubjektív jóllét attól függ, hogy az egyén hogyan értékeli és tapasztalja saját életét és annak minőségét, ezáltal egy dinamikusan változó állapot, melyet az aktuális események és gondolatok befolyásolnak.

A férfiak és nők szubjektív jóllétét vizsgáló kutatások eltérő eredményeket mutatnak. Batz és Tay (2018) kutatásának célja különböző szubjektív jóllétet és nemek közti különbséget vizsgáló elemzések összegzése és összehasonlítása volt, mely által meghatározták azt, hogy vajon mi okozza ezt az inkonzisztenciát. Arra a következtetésre jutottak, hogy nincs számottevően szignifikáns különbség a nemek közti általános szubjektív jóllétben (Batz-Tay, 2018).

Számos tényező van összefüggésben a szubjektív jólléttel. Hatással van rá az életkor, családi állapot, szubjektív egészség, önértékelés, étellel való elégedettség és a kontroll mértéke (Diener, 1984). Emellett negatívan korrelál a szorongással, depresszióval, reménytelenséggel, és pozitívan az élet értelmével (Susánszky et al., 2006). Különböző személyiségvonások, mint például az extravertió és neuroticizmus, összefüggnek az egyén szubjektív jóllétével (Diener, 1984).

Különböző életkori helyzetekben eltérő megpróbáltatások érik az egyént. Az 50. életévet követően egyre inkább tudatossá válhat az a gondolat, hogy véges a hátramaradt életszakasz, felerősödhet az elmúlás gondolata, emellett felléphetnek életkorral összefüggő egészségügyi kihívások, valamint az időskorhoz társuló veszteségek. Emiatt a figyelem jobban a jövőre koncentrálódhat, fontos lesz az eddig el nem ért célok teljesítése, vagy a múlton való elmélkedés jön előtérbe (Shook et al., 2017). Mindkét esetben háttérbe szorulhat az itt és most megélése. Ez szorongást, étellel való elégedetlenséget generálhat, ami a szubjektív jóllét csökkenését eredményezheti (Wang et al., 2021).

Azonban a mindfulness és a reziliencia mértéke összefüggésbe hozható az 50 év feletti személyek körében felmerülő megterhelő események és információk feldolgozásával, megéléssel, ami pozitívan hathat a szubjektív jóllét mértékére.

A bölcsességgel kapcsolatos kutatások rávilágítottak arra, hogy a mentális egészség, a pozitív affektív állapot és az étellel való elégedettség egymásra ható pozitív tényezőkként értelmezhetők. Emellett a depresszió és a negatív érzelmek alacsonyabb szintje pozitívan befolyásolja az idősebb korosztály szubjektív jóllétét. Vagyis az idősebb populáció szubjektív jóllétét alapjában véve olyan pszichés erőforrások segítik elő, mint a megküzdési képességek, az önhatékony, illetve az affektív rugalmasság. Ezen konstrukciók mindegyike megfigyelhetően a jóllét fenntartását szolgálja megpróbáltatás esetén. Az idősebb generáció körében a külső támogatás (társas támogatottság) és a belső erőforrások (bölcsesség, reziliencia) együttvéve hatnak a szubjektív jóllétre. A bölcsességről szóló kutatások alapján feltételezhetjük, hogy a bölcsesség három fő komponensből épül fel: affektív, kognitív és reflexív komponensek. Ezen faktorok közvetetten hatnak az egyén szubjektív jóllétére azáltal, hogy megerősítik a reziliencia segítségével a cselekvőképességet és

csökkentik az egyén által megélt stressznek a szintjét Az idősek jóllétét szignifikánsan támogatta a bölcsesség a kontrollérzet és a reziliencia útján: ezen tényezők közvetítették a kapcsolatot az elégedettség és a bölcsesség között. Kutatásunk jelentős részét képezi az időskori reziliencia megfigyelése. Lentebb foglalkozunk részletesebben a reziliencia meghatározásával, de általános megfogalmazásában elmondható, hogy a megpróbáló, komplikált élethelyzetekkel való megbirkózást jelenti, valamint sikeres alkalmazkodási kvalitásként értelmezhető (Gerino et al., 2017).

A szociális jóllét és a pszichés jóllét szerepe és a fizikai aktivitás jelentősége időskorban

A pszichológiai jóllét és a szociális jóllét szerepét az egészséges öregedés elősegítésében több tanulmány is vizsgálja. Kim és munkatársai (2021) a rezilienciára helyezik a hangsúlyt. A szerzők kiemelik, hogy a népesség öregedésével a krónikus megbetegedések növekvő gyakoriságának és terhének kezeléséhez egy, a korábbiaknál átfogóbb és multidiszciplináris szemléleti keretre van szükség. Míg a hagyományos erőfeszítések a kockázati tényezők csökkentésére összpontosítottak, addig vizsgálatuk alapján azt javasolják, hogy a kutatási fókuszot terjesszék ki a reziliencia és a pszichoszociális értékek bevonásával a megelőzéssel és kezeléssel foglalkozó egészségprogramokra.

Az elmúlt évtizedekben a rendszeres testmozgást edzés formájában olyan kulcsfontosságú életmódbeli tényezőként ismerték el, amely a krónikus betegségek kockázatának csökkentésével „sikeres öregedéshez” vezethet. A „sikeres öregedés” feltétele az erőnlét, az egészség – beleértve a kognitív képességeket – és a társadalmilag aktív életvezetés megléte. A „sikeres öregedés” prediktorai közé sorolható az önelfogadás, reziliencia és az öregedéssel kapcsolatos pozitív attitűdök. A már-már populárisnak tekinthető fogalom helyett érdekesebb az optimális öregedés kifejezését használni, mert a „sikeres öregedés” terminus nincsen tekintettel arra, hogy a fiziológiai értelemben vett „sikeres öregedést” nem tudja mindenki egyformán megélni, illetve túlságosan a funkcionalitás szinten tartására fókuszál, holott az életminőség időskori változása megkerülhetetlen. Az „optimális öregedés” fogalma teret ad a potenciáloknak, hogy a személy képes optimalizálni élete különböző területit és lehetőségei szerint aktívan jelen lenni (Baltes, 1990 id. Kerekes, 2015).

A rendszeres testmozgás az egyik legköltséghatékonyabb megelőző intézkedés, amelyből az 50 év felettiiek mintegy 90 százaléka profitálhat. E tekintetben az orvossal történő konzultáció döntő fontosságú a fizikailag inaktív életmód megtörésében. Az alapvető ajánlások mellett a mindennapokban érdemes tudatosan növelni a mozgásszervi aktivitást, azaz hetente többször is ajánlott egy irányított, komplex edzésprogramot végezni az élet második szakaszába lépett személyeknek. A fizikai aktivitás kifejtésében az egyik hangsúly az egész test neuromuszkuláris funkcióinak javítására/fenntartására helyeződik, hogy a mindennapi élet szervezéséhez szükséges alapvető motoros követelményeket az elesés fokozott kockázata nélkül biztosítani lehessen. A másik hangsúly az állóképességi edzésre kerül elsősorban a degeneratív szív- és érrendszeri betegségek megelőzése érdekében. A fizikai aktivitás jelentőségét időskorban több kutatási adat is megerősíti, és számos vizsgálat foglalkozik az idősek fizikai aktivitásával kapcsolatos egészségügyi előnyökkel. A kutatások nagyobb része azonban mégsem fordít elég figyelmet az öregedés és a fizikai aktivitás pszichoszociális dimenzióira. Az aktív

idősek egyéni tapasztalatait vizsgáló tanulmányok különbséget tesznek az általános testmozgást végzők és a versenysportban résztvevők tapasztalatai között. Olyan korábbi vizsgálatok eredményeire építenek, amelyekben 55 éves vagy annál idősebb résztvevők szerepeltek, akik fizikai aktivitással, valamint az öregedés és az önazonosság összefüggéseinek megértésével foglalkoztak. Az edzéseket folytatók csoportja olyan témákat tárt fel, mint a sikeres öregedés vagy a „mozgásidentitás”-ban beazonosítható időződés érzése. A versenysportban aktív csoport olyan témákat tárt fel, mint a veszteségtől való félelem, az öregedés elleni küzdelem, a sztereotípiáknak való ellenállás és a sportolói identitás idősebb korban. A tanulmányok elemzése szerint a nem versenysportoló idősebb felnőttek másképp közelítik meg az öregedés folyamatát, mint a versenysport-tapasztalatokkal rendelkezők. A rendszeres testmozgást végző idősek csoportja az optimális öregedés fogalmát tágabban és pozitív szemléletben, azaz különböző tevékenységeket és attitűdöket felölelően szemlélte, míg a versenysporttal foglalkozók gyakran az öregedéssel járó vélt veszteségek elkerülésére összpontosítottak. Ez utóbbi csoport a sportra mint az öregedés elleni küzdelem stratégiájára tekintett. Miközben mindkét csoport ellenállt a negatív öregedési sztereotípiáknak, gyakran reprodukálták ezeket a sztereotípiákat azáltal, hogy a kevésbé aktív idősebbeket negatívan jellemezték, hogy megkülönböztessék magukat tőlük. Az önazonosság mindkét csoport számára kiemelt jelentőséggel bír, és sokan az aktív életmódjukat vagy a sportolói szerepüket az énképük központi vagy meghatározó elemének tekintették. Vagetti és munkatársai (2014) átfogó kutatásuk során pozitív összefüggést találtak a fizikai aktivitás és az idősek életminősége között. A tanulmányuk során vizsgált szakirodalmak zömében a fizikai aktivitás közvetlen módon javította az életminőség különféle dimenzióit (Vagetti et al., 2014).

A reziliencia vizsgálata az 50 feletti korosztályban

A mentális egészséghez a reziliencia fogalma úgy kapcsolódik, hogy gyakran felmerül bennünk a kérdés: hogyan sikerül egyes embereknek a kedvezőtlen körülmények, a válságok és a mindennapokban tapasztalt stressz ellenére egészségesnek maradniuk? A reziliencia, melynek a magyar megfelelője a rugalmas ellenálló-képesség, a latin *resilio* szóból ered, ami visszapattanást, hátraugrást, előre-hátra feszülést, de nem megtörést jelent (Urbán-Kovács, 2016). A reziliencia fogalmára a tudomány fejlődése során számtalan meghatározás született, és jelenleg is sokféle definíciójával találkozhatunk. Az egyik legismertebb meghatározás szerint a reziliencia jóval több, mint egyszerű felépülés a sérülésből. Javasataik szerint a reziliencia fogalmát mint képességet érdemes konceptualizálni, amely egészséges és stabil szintű fizikai és pszichológiai funkcionálás fenntartására teszi alkalmassá a személyt egy traumatikus eseményt követően is.

Gerino, Rollé, Sechi és Brustia (2017) szintén kiemelik, hogy a reziliencia a traumatikus, stresszes vagy fenyegető élethelyzetekre adott eredményes alkalmazkodási folyamat. A reziliencia fogalmának multidiszciplináris megközelítése Kádár Annamária megfogalmazásában a személyiség rugalmas alkalmazkodóképessége: „képzeld el egy gumit, amit széthúzunk, és ami aztán visszapattan az eredeti alakjába” (Kádár, 2017). Mára a rezilienciáról multidimenziós szemléleti keretben gondolkodunk, amely a reziliencia jelenségére ható tényezőket külön-külön vizsgálja. Így jelenleg mind a személyes jellemzők, mind a tágabb környezet, valamint a szocio-ökonómiai környezet hatásainak kutatását helyezik a rezilienciával kapcsolatos vizsgálatok fókuszába.

A reziliencia alapvetően egy olyan dinamikus folyamat, mely a pozitív adaptációt foglalja magába, valamint azon képességet, mely által az egyén képes a mentális egészségét fenntartani vagy visszaszerezni megterhelő események átélése során (Herrman et al., 2011). Központi kérdése, hogy az egyének hogyan képesek ellenállni különböző megterhelő tapasztalatoknak, anélkül, hogy a fizikai vagy mentális fejlődésük romoljon (Herrman et al., 2011).

A mai tudomány megfogalmazása alapján a reziliencia egy olyan képesség, mely a megterhelő eseményeket követően lehetővé teszi a normális működéshez való visszatérést és alkalmazkodást, csökkenti a stressz hatásait és a változás adaptív megküzdésében segít. Ezen esetlegesen megterhelő folyamatok során védő és megküzdési képességként működik, amely által az egyén képes az új kihívásokkal szembeni megküzdésre, váratlan vagy traumatikus események átvészelésére. A reziliencia nem minden szituációban és környezetben egyforma, időspecifikus, és nem feltétlenül van jelen minden életterületen (Herrman et al., 2011).

Számos tényező befolyásolja a reziliencia mértékét az egyénben, melyek a következőképpen csoportosíthatók: személyes faktorok, mint a személyiségvonások, énráteremttség, önértékelés; biológiai faktorok, mint az agy felépítése és fizikai tulajdonságai, genetikai adottságok; környezeti tényezők, mint a szociális támogatás, biztonságos szülői kötődés (Herrman et al., 2011). Szociális támogatás legfőképpen a közeli családtagokat, barátokat és párkapcsolatot foglalja magába.

A reziliencia vizsgálata során több kutatás is azt találta, hogy a férfiaknál magasabb a reziliencia mértéke, mint a nőknél (Zubair et al., 2018). Ezt a férfiak hatékonyabb megküzdési stratégiáival magyarázták, valamint azzal, hogy a nők gyakrabban szembesülnek negatív hatásokkal, amelyek csökkenthetik rezilienciájukat (Zubair et al., 2018). Connor és Davidson (2003) kutatásukban nem találtak nemi különbségeket.

A reziliencia magas mértéke segíti az egyént a sikeres alkalmazkodásban, növeli az érzelmi állóképességét, emellett az ilyen ember pozitív problémamegoldó képességgel, rugalmassággal, találékonysággal, szívóssággal rendelkezik, és lelkesedéssel fordul az élet felé, melynek értelmet tud tulajdonítani (Cruwy et al., 2019). Emellett magasabb lelki egyensúlyt, általános fizikai és lelkiállapotot tesz lehetővé, csökkenti az észlelt stresszt, szorongást, a sérülékenységet fokát.

Számos öregedéssel járó nehéz élethelyzettel kell szembesülni az idős korosztálynak, mint a nyugdíjba vonulás, alacsonyabb anyagi bevétel, szociális izoláció és rosszabb fizikai és mentális egészség, így a reziliencia számukra nagy támogató funkciót tud betölteni, ami segíti a sikeres öregedési folyamatot. A magasabb rezilienciaszint hozzájárul a jobb mentális és fizikai egészséghez, étellel való elégedettséghez. Ezáltal a reziliencia összekapcsolható a szubjektív jóllét fogalmával, a szubjektív jóllét egyik bejósoló tényezője.

Mak és munkatársai (2011) kutatásukban a reziliencia és az étellel való elégedettség közötti összefüggést vizsgálták, és azt a megállapítást tették, hogy a rugalmas ellenálló képesség fokozza a jóllét mértékét (Mak et al., 2011). Korábbi kutatási eredmények, melyeknél a vizsgált személyek átlagéletkora 77 év volt, szintén pozitív összefüggést találtak a reziliencia és a szubjektív jóllét között.

Shook és munkatársai (2017) a jóllét témájú kutatásukban mégis azt mutatták ki, hogy magasabb jóllét figyelhető meg az 50 év feletti korcsoportoknál, mint a 25-35 életkorú személyeknél, amit jóllét-paradoxonnak nevezett (Shook et al., 2017). Ezt azzal magyarázta, hogy az idősebb korosztály tagjai magasabb diszpozicionális mindfulnesssel rendelkeznek, mint a fiatalabb korosztály. A 40-77 évesek vizsgálatánál szintén szignifikáns különbséget találtak az életkor és

mindfulness között, miszerint az életkor előrehaladtával nő a tudatos jelenlét mértéke. Mustafa és Gulati (2022) nem talált különbséget, kutatásukban azonban a legmagasabb életkori érték az 50 éves kor volt.

A korábbi évek folyamán kevésbé kutatott terület a reziliencia mediáló összefüggéseinek vizsgálata. Bajaj és Pande (2016) kutatásukban a rugalmas ellenálló képesség mediáló szerepét vizsgálták egyetemista populációnál. Azt találták, hogy a mindfulness összefüggésben áll a rezilienciával, étellel való elégedettséggel, pozitív érzelmek jelenlétével és negatív érzelmek hiányával, ezáltal a mindfulness részben indirekt úton növeli a szubjektív jóllét mértékét (Bajaj-Pande, 2016). Idősebb korosztály körében azonban még ezt a három konstruktumot együttesen nem vizsgálták számottevően korábbi kutatások.

Zubair, Kamal és Artemeva (2018) hangsúlyozzák, hogy a reziliencia – mint dinamikus folyamat – hozzájárul az egyén számára a megfelelő egyensúly megőrzéséhez a kimagaslóan kedvezőtlen szituációkban. Emellett a reziliencia erőt ad a nehézségeken való túljutáshoz, és azok effektív kezeléséhez (Zubair et al., 2018). Ennek értelmében a reziliencia mint alkalmazkodó kapacitás az idősebb korosztályt jelentősen segíti az öregedéssel járó kihívások sikeres feldolgozásában. Kutatásunk szempontjából fontosnak tartjuk a rezilienciára olyan pszichológiai konstruktumként tekinteni, amely számottevő hatással van az idősebb korosztály életminőségére és mentális egészségére (Gerino et al., 2017). A reziliencia növelése olyan célkitűzés, amelyet minden ember elérhet függetlenül az aktuális egészségi állapotától. Gerino és munkatársai (2017) vizsgálatukban megemlézték, hogy a reziliencia magas szintje növeli az idősebb korosztály pszichológiai és fizikai életminőségét. Emellett a szorongásos és depressziós tüneteket jelentősen csökkenti (Gerino et al., 2017). Morete és munkatársai (2018) brazil kutatásukban megfigyelték, hogy a krónikus fájdalommal élő idősök körében szignifikánsan alacsonyabb volt a rezilienciaindex, mint a krónikus fájdalom nélkül élő idősök körében. Megállapították azt is, hogy a krónikus fájdalommal élő vizsgálati személyek körében gyakoribb volt a depresszió, valamint mindegyik vizsgált dimenzióban lényegesen rosszabb életminőségről számoltak be (Morete et al., 2018). Ezen eredmények összhangban állnak azzal a megállapítással, hogy jobb életminőségük van és ellenállóbbak a kor megpróbáltatásaival szemben azok az idősök, akiknek magasabb a rezilienciaszintje. A reziliencia kimutathatóan jótékony hatása miatt fontos azon tényezők vizsgálata, amelyek azt jelentősen befolyásolják.

Ahogy fentebb utaltunk rá, a kutatások rávilágítanak arra, hogy a bölcsesség megerősíti a rezilienciát, ezzel hozzájárulva ahhoz, hogy az idősebb korosztályra jellemző veszteségek ellenére is megőrizték a jóllétüket, továbbá, hogy a rezilienciát befolyásoló tényezők tematikusan csoportba rendezhetők. Az eredmények azt is alátámasztják, hogy a reziliencia magasabb szintje, illetve annak növelése szignifikánsan hozzájárul az idős korosztály mentális jóllétéhez és elégedettségéhez. Azok az életmódbeli tényezők, amelyek az életminőséget támogatják, mint a rendszeres fizikai aktivitás, ahogy láttuk, szintén kapcsolatba hozhatók a jóllétel, így módon közvetve a rezilienciával.

A fentiek alapján elmondható, hogy a reziliencia kutatása az egészséges öregedés előmozdításának vonzó lehetőségét kínálja a sikeres öregedés definícióival ellentétben, amelyek gyakran az objektív egészségi állapotot helyezik előtérbe. A reziliencia fokozása céllá válhat, amelyet minden ember elérhet, függetlenül az egészségi állapotától. Betegség vagy fogyatékoság esetén is alkalmazhatnak adaptív stratégiákat a jóllét és a kiteljesedés szubjektív érzésének elérése érdekében. A források azt mutatják, hogy az időskori jóllétnek és az életminőségnek meghatározó

komponense a reziliencia. A vizsgálatok alapján is azt láthatjuk, hogy a reziliencia kiterjedt kutatása és az azt támogató és fejlesztő programok nélkülözhetetlenek az idős korosztály jóllétének és életelégedettségének növeléséhez. Kutatásunkban a reziliencia és jóllét összefüggéseire helyeztük a hangsúlyt, ehhez kapcsolódó célkitűzéseink a következők:

II. A kutatás célkitűzései

Jelen kutatás célja az 50 év feletti korosztály jóllétének és rezilienciáinak vizsgálata különböző változók mentén. Vizsgáltuk az összefüggést a nemmel, korral, lakóhellyel, egészségi állapottal, munkavisztonnyal, mozgással. Továbbá azt is vizsgáltuk, hogy a reziliencia befolyásolja-e a jóllétet a vizsgált populációban.

III. Módszer

Vizsgálati személyek

A vizsgálat során az 50. életévet betöltött személyek adatai kerültek felhasználásra. A kérdőívet összesen 409 személy töltötte ki, melyből 297 női kitöltő és 112 férfi kitöltő.

Eszközök

Az összeállított kérdőívcsomagban 3 kérdőív került felhasználásra a következő sorrend szerint: Demográfiai adatokra vonatkozó kérdőív; WHO jól-lét kérdőív (WBI-5) rövidített magyar változata; Connor-Davidson reziliencia kérdőív 10 itemes változata (CD-RISC).

A demográfiai kérdőív a következő információkra kérdez rá: nem, életkor, lakhely, legmagasabb iskolai végzettség, családi állapot, emellett felteszi a kérdést, hogy a kitöltő személy jelenleg dolgozik vagy nyugdíjas.

A szubjektív jóllét mérése a WHO jól-lét kérdőívvel történt. Magyar adaptálását Susánszky és munkatársai (2006) végezték. A kérdőív 5 tételből épül fel, nem tartalmaz fordított tételket. Az elmúlt két hét során tapasztalt érzésekre és állapotokra kérdez rá. Olyan állításokat tartalmaz, mint például „Az elmúlt két hét során érezte-e magát aktívnak és élénknek?” A résztvevők 0-tól 3-ig terjedő Likert-skálán jelölhették válaszaikat, ahol a 0 érték az „egyáltalán nem jellemző”, míg a 3 érték a „teljesen jellemző” jelentéssel bír. A magas pontszám jelöli a magas szubjektív jóllétet. Susánszky és munkatársai (2006) által végzett adaptáció során a kérdőív Cronbach-alfa értéke 0,85, mely kiváló.

A reziliencia mérésére a Connor-Davidson reziliencia kérdőív került felhasználásra, melyet Connor és Davidson (2003) dolgozott ki. A kérdőív 10 tételből áll, és nem tartalmaz fordított itemeket. Olyan állításokat tartalmaz, mint például „Amikor a dolgok reménytelennek tűnnek, akkor sem adom fel”. A válaszadás 5 fokú Likert skálán történik, ahol a 0 érték „egyáltalán nem igaz”, míg a 4-es érték „szinte mindig igaz”. Minél magasabb az elért pontszám, annál magasabb a kitöltő reziliencia mértéke. A magyarra adaptált kérdőív Cronbach-alfa értéke 0,85.

Eljárás és etikai szempontok

A kérdőívcsomag felvétele online módon történt, Google Forms formájában lett különböző közösségi felületeken megosztva, mint például Facebookon. Emellett

személyes kérdőíves felvétel is történt nyugdíjas otthonban, nyomtatott papíros formában. A kitöltés elkezdéséhez a kérdőív elején lévő Tájékoztató és beleegyező nyilatkozat elolvasása és elfogadása kötelező. A kitöltés körülbelül 10 percet vesz igénybe. Az összesítve kezelt adatok csak a kutatást végző személyek számára elérhetőek. A kérdőívsomagot a PPKE Pszichológiai Kutatásetikai Bizottsága engedélyezte (2024_36_e).

A statisztikai elemzés terve és statisztikai módszerek

Az adatbázist a Microsoft Excel program segítségével kezeltük és a számolásokat a JASP 0.19.2 programmal végeztük. Elsőként az adattisztítást végeztük el, majd a normalitást ellenőriztük Shapiro-Wilk teszttel. Adattisztítás során 4 életkori adatot írtunk át a megfelelő formátumra, például 69 év-ként megadott adatot átírtuk 69-re. A folytonos változók esetében outlier vizsgálatot végeztünk, mely során kiugró értékek voltak az életkori adatoknál és a CD-RISC kérdőív összpontszámainál. Az outlier labeling rule alkalmazása után az életkori adatokon volt csak szükséges winzorizálást végrehajtani. Az egyes eredményeknél feltűntettük az alkalmazott statisztikai próbákat.

A próbák lefuttatása előtt ellenőriztük a használt kérdőívek megbízhatóságát, és az összpontszámok leíró statisztikáját, amit az 1. táblázat foglal össze.

1. táblázat: Leíró statisztika és kérdőívek megbízhatósága

kérdőív	átlag	szórás	minimum	maximum	Cronbach- alfa
WBI-5	9,32	3,45	0	15	0,84
CD-RISC	28,68	6,78	7	40	0,86

Forrás: saját számítás: statisztikai próba (JASP 0.19.2)

IV. Eredmények

Leíró statisztika

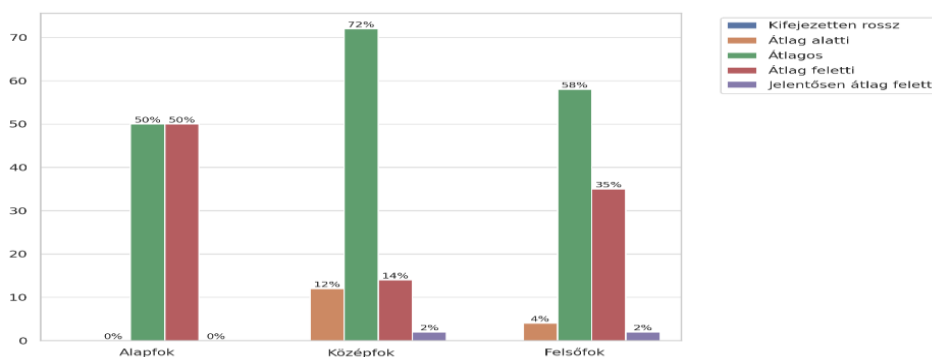
A vizsgálati személyekről elmondható, hogy átlagos életkoruk 56,40 év (SD=6,19). Nemi eloszlás szerint a férfiak átlagéletkora 56,38 (SD=5,48), a női kitöltők átlagos életkora 56,41 (SD=6,30). Iskolai végzettségüket tekintve a minta 0,5 %-a (2 fő) alapfokú végzettséggel, 29 %-a (120 fő) középfokú végzettséggel és 70 %-a (287 fő) felsőfokú végzettséggel rendelkezik. Lakóhely szerinti felosztás szerint a minta 3 %-a (13 fő) faluban, 9 %-a (37 fő) községben, 21%-a (85 fő) városban, 30%-a (123 fő) megyeszékhelyen vagy megyei jogú városban és 37 %-a (152 fő) a fővárosban lakik. Családi állapotot tekintve a minta 8%-a (34 fő) egyedülálló, 7%-a (30 fő) párkapcsolatban lévő, 6 %-a (24 fő) élettársi kapcsolatban él, 61%-a (252 fő) házasságban él, 12%-a (49 fő) elvált és 5%-a (20 fő) özvegy. Emellett a mintában a nyilatkozók közül 12%-a (49 fő) nyugdíjas és 85%-a (350 fő) dolgozik, 2 fő munkanélküli, egy fő háztartásbeli.

A vizsgálati személyek saját anyagi helyzetének, és egészségi állapotának értékelése

Anyagi helyzet saját megítélése

A vizsgálatban részt vevő személyek saját anyagi helyzetük megítéléséről is nyilatkoztak. Az anyagi helyzet értékelésének megoszlása alapján a többség – 254 fő, azaz 62% – átlagosnak ítélte meg anyagi helyzetét. A válaszadók közül 119 fő (29 %) az átlagosnál jobbnak, míg 26 fő (6 %) az átlagosnál rosszabbnak értékelte. Jelentősen átlag felettinek 10 fő (2%) minősítette helyzetét, míg egy fő esetében hiányzott az adat. Az eredmények alapján az anyagi helyzet szubjektív értékelése nem mutatott szignifikáns összefüggést az életkorral ($p = 0,382$), ugyanakkor statisztikailag igazolható kapcsolat volt az iskolai végzettséggel ($p = 0,0007$). Az eredményeket a 3. sz. ábrán szemléltetjük. Ez azt jelenti, hogy minél magasabb végzettséggel rendelkezett egy válaszadó, annál kedvezőbben ítélte meg saját anyagi helyzetét. Elemzésünk során azt is megvizsgáltuk, hogy a résztvevők lakóhelye összefüggésben áll-e az általuk megírt anyagi helyzet szubjektív megítélésével. Ennek érdekében kinegyzet próbát alkalmaztunk (χ^2), mely lehetővé teszi két kategóriaváltozó kapcsolatának statisztikai vizsgálatát. A próba eredménye alapján a két változó között szignifikáns kapcsolat mutatkozott: $\chi^2(12) = 48,58$; $p = 0,0000026$, ami azt jelenti, hogy a lakóhely típusa és az anyagi helyzet megítélése nem függetlenek egymástól. Ezt szemlélteti a 4. sz. ábra. A részletes megoszlás alapján megállapítható, hogy a fővárosban élők körében kiemelkedően magas az „átlag feletti” anyagi helyzetről beszámoló aránya (39%), míg a falusi lakosok körében e kategória egyáltalán nem fordult elő. Falun ezzel szemben az „átlag alatti” megítélés aránya (33%) volt a legmagasabb. A községek és kisebb városok jellemzően az „átlagos” és „átlag alatti” kategóriák között oszlottak meg, míg a megyeszékhelyeken élők viszonylag kedvezőbb értékelést adtak, de nem olyan mértékben, mint a fővárosiak. Összességében az eredmények azt mutatják, hogy minél nagyobb településen él valaki, annál kedvezőbben ítéli meg anyagi helyzetét. A kisebb településeken élők körében gyakoribb az átlag alatti értékelés, és ritkábbak a pozitív önjellemzések.

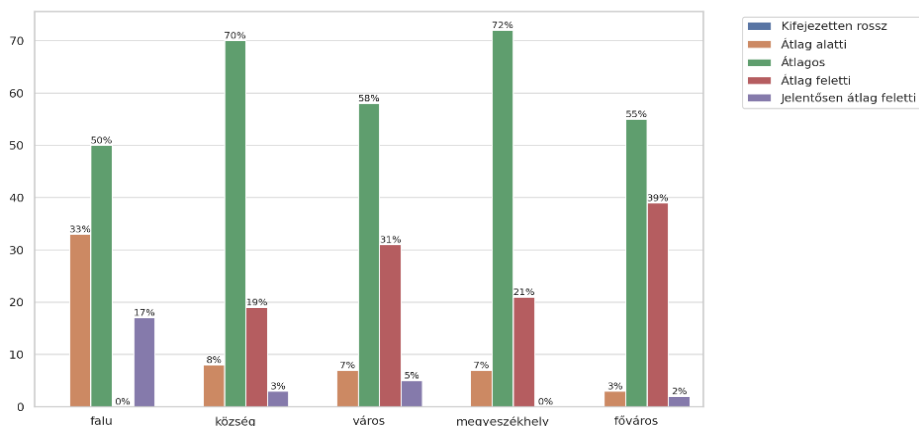
3. ábra: Az iskolai végzettség és a saját anyagi helyzet megítélése



Jegyzet: a vízszintes tengelyen az iskolai végzettség szintje, a függőleges tengelyen a válaszadók százalékos aránya, a színekkel az észlelt anyagi helyzet kategóriáit jelöljük.

Forrás: saját számítás; statisztikai próba (JASP 0.19.2)

4. ábra: A lakóhely típusa és az anyagi helyzet megítélése közötti összefüggés

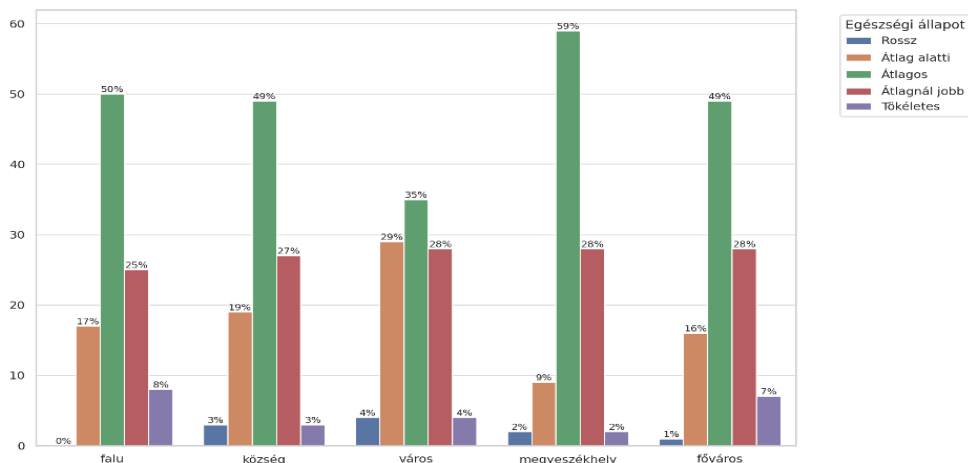


Jegyzet: a vízszintes tengelyen a lakóhely típusa, a függőleges tengelyen a válaszadók százalékos aránya, a színekkel pedig az észlelt anyagi helyzet kategóriáit jelöljük.
 Forrás: saját számítás: statisztikai próba (JASP 0.19.2)

Egészségi állapot saját megítélése

Az egészségi állapot önértékelése szintén vizsgálatra került. A résztvevők közel fele (201 fő, 49%) átlagosnak, további 113 fő (28%) pedig az átlagnál jobbnak ítélte meg egészségi állapotát. Az átlag alatti egészségi állapotot 69 fő (17%) jelezte, míg tökéletes egészségi állapotról 17 fő (4%) számolt be. Kifejezetten rossz egészségi állapotot 8 fő (2%) vallott be. A háttérváltozók közül a nem és az iskolai végzettség nem mutatott szignifikáns összefüggést az egészségi állapot szubjektív megítélésével ($p = 0,081$, illetve $p = 0,47$). Ezzel szemben a lakóhely típusa ebben az esetben is szignifikánsan befolyásolta az egészségérzetet ($p = 0,0496$), vagyis a válaszadók lakóhelye észlelhetően hatással van arra is, hogyan ítélik meg saját egészségi állapotukat. Ez utóbbi eredményt a 5. sz. ábra szemlélteti. Bár a legtöbb lakóhelytípusban az egészségi állapot önértékelése nagyjából az elvárható arányoknak megfelelően alakult, a városokban élők körében az átlag alatti egészségérzet szignifikánsan gyakoribb, míg a fővárosban lakók átlag felettinek vagy tökéletesnek ítélték meg egészségi állapotukat az elvártnál nagyobb arányban. Ez a két ellentétes tendencia eredményezte a változók közötti szignifikáns kapcsolatot ($p = 0,0496$). A megyeszékhelyeken élők értékelik leginkább kedvezően az egészségi állapotukat: 87%-uk „átlagosnak” vagy „átlagnál jobbnak” tartja azt. A falvakban élők körében magasabb a „tökéletes” állapotot jelölők aránya (8%), viszont megjelenik a „átlag alatti” értékelés (17%) is. A városban élők körében kiemelkedően magas az „átlag alatti” önértékelés (29%), és alacsonyabb az „átlagos” állapotot jelölők aránya (35%). A községek és a főváros lakóinak értékelése igen hasonló, nagyjából azonos arányban tartják egészségi állapotukat „átlagosnak” vagy „átlagnál jobbnak”.

5. ábra: Lakóhely és egészségi állapot önértékelése



Jegyzet: a vízszintes tengelyen a lakóhely típusa, a függőleges tengelyen a válaszadók százalékos aránya, a színekkel pedig az észlelt egészségi állapot kategóriáit jelöljük.

Forrás: saját számítás: statisztikai próba (JASP 0.19.2)

Az egészségi állapot és az anyagi helyzet önértékelésének összefüggései

Az elemzés során azt is khi négyzet próbával vizsgáltuk, hogy a válaszadók saját anyagi helyzetének megítélése hogyan kapcsolódik az önértékelt egészségi állapotukhoz. Az adatok elemzését teljes kategóriakiosztással, tehát öt-öt szintű bontásban végeztük el. Az eredmények azt mutatják, hogy: A „jelentősen átlag feletti” és „átlag feletti” anyagi helyzetet jelölők közül nagyobb arányban kerültek ki azok, akik egészségi állapotukat „tökéletesnek” vagy „átlagnál jobbnak” ítélték. Az „átlag alatti” és „átlagos” anyagi helyzetet jelölők között ezzel szemben megnövekedett a „rossz” vagy „átlag alatti” egészségi értékelések aránya. A kapcsolat statisztikailag is szignifikáns: $\chi^2(12) = 41,95, p < 0,001$.

Reziliencia alakulása és kapcsolata egyéb változókkal a vizsgált populációban

A reziliencia szintje a vizsgálati mintában

A reziliencia kérdőívre adott válaszok alapján számolt összpontszám átlaga 28,68 pont volt. Ezt az értéket (csoport átlag) figyelembe véve a válaszadók közül 180 fő (43,9%) ért el az átlagnál alacsonyabb pontszámot.

Reziliencia és háttérváltozók közötti összefüggések

Az alábbi (2. sz táblázatban látható) háttérváltozók és a reziliencia közötti kapcsolatot Kruskal–Wallis próbával és Spearman-féle rangkorrelációval teszteltük, mivel a reziliencia pontszám nem normál eloszlású:

2. táblázat: Reziliencia és háttérváltozók közötti összefüggések

Háttérváltozó	Statisztikai próba	χ^2 / korrelációs érték	p-érték	Szignifikancia
Családi állapot	Kruskal-Wallis	7,01	0,220	Nem
Foglalkoztatási státusz	Kruskal-Wallis	12,29	0,266	Nem
Anyagi helyzet értékelése	Kruskal-Wallis	3,73	0,292	Nem
Egy háztartásban élők száma	Spearman-korreláció	nem számítható (NaN)	-	Nem
Mozgás/séta gyakorisága	Kruskal-Wallis	11,09	0,011	Igen

Forrás: saját számítás: statisztikai próba (JASP 0.19.2)

A fenti eredmények alapján egyetlen változó esetében találtunk statisztikailag szignifikáns összefüggést: a mozgás/séta gyakorisága és a reziliencia között.

Mozgás/séta gyakorisága és a reziliencia kapcsolata

A mozgás gyakorisága alapján a résztvevők reziliencia pontszámait az alábbiak szerint (3. táblázat) összegezhettük:

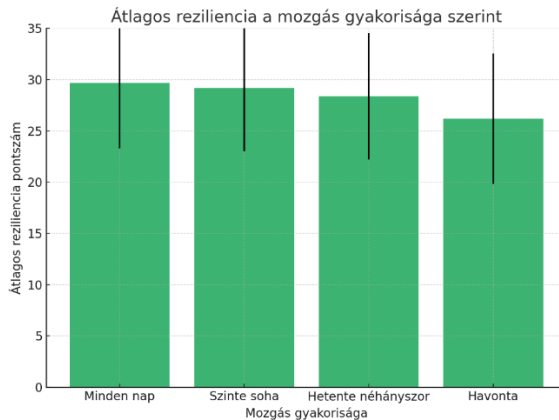
3. táblázat: Mozgás és reziliencia kapcsolata

Mozgás gyakorisága	N (fő)	Átlagos reziliencia	Szórás
Minden nap	166	29,67	6,37
Szinte soha	20	29,20	6,18
Hetente néhányszor	190	28,37	6,16
Havonta	32	26,19	6,36

Forrás: saját számítás: statisztikai próba (JASP 0.19.2)

A Kruskal-Wallis-próba alapján az eltérés szignifikáns ($\chi^2 = 11,09$; $p = 0,011$), vagyis a reziliencia pontszám szignifikánsan különbözött a mozgási gyakoriság szerint. A legmagasabb reziliencia átlagpontszámot azok érték el, akik minden nap mozognak, míg a legalacsonyabb érték a havonta mozgókra volt jellemző. Az eredményeket a 6. sz. ábrán szemléltettjük.

6. ábra: Reziliencia átlagos szintje a mozgás gyakorisága szerint



Forrás: saját számítás: statisztikai próba (JASP 0.19.2)

A jólléttel kapcsolatos eredmények

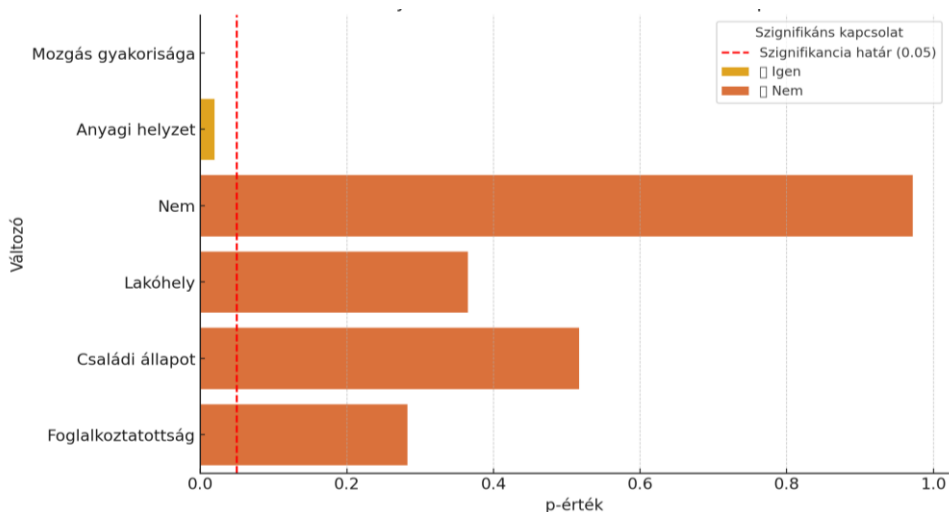
Jóllét szintje és különböző változókkal való összefüggése

A minta WHO-5 átlaga 9,32 lett. A szórás értéke 3,45 volt. A háttérváltozókat is megvizsgálva kiderült, hogy a nem, a lakóhely, a családi állapot és a foglalkoztatottság nem mutatott szignifikáns összefüggést a jóllét szintjével. A statisztikai próbák eredményei szerint ezeknél a változóknál a p-érték rendre jóval 0,05 fölött volt (pl. nem esetében $p = 0,972$; lakóhely $p = 0,365$; családi állapot $p = 0,517$). Ezzel szemben két tényezőnél egyértelmű kapcsolat rajzolódott ki. Az anyagi helyzet szubjektív megítélése és a mozgás gyakorisága statisztikailag szignifikáns hatással volt a WHO-5 pontszámra. Az anyagi helyzet esetében a p-érték 0,019-re adódott, míg a mozgás gyakorisága esetében mindössze 0,0001 volt, ami nagyon erős összefüggést jelez. Az adatokból egyértelműen kiderült, hogy a napi szintű mozgás, séta magasabb jóllétszinttel járt együtt, míg a mozgásszegény életmód látványosan alacsonyabb pontszámokat eredményezett. Ugyanez elmondható az anyagi helyzet kapcsán is: a jobb anyagi körülményekkel rendelkező válaszadók szignifikánsan magasabb WHO-5 értékeket adtak meg.

Jóllét és reziliencia összefüggései

Külön vizsgálat tárgyát képezte a pszichológiai reziliencia, vagyis a lelki alkalmazkodóképesség és a jóllét kapcsolata is. A Spearman-féle korrelációs együttható értéke 0,448 lett, ami közepesen erős pozitív kapcsolatot jelez, a p-érték pedig extrém alacsony volt ($1,47 \times 10^{-21}$), ami a statisztikai szignifikancia egyértelmű meglétét mutatja. Ez azt jelenti, hogy minél reziliensebb valaki – azaz minél jobban képes megküzdeni a nehézségekkel, stresszel –, annál inkább jelen van életében a pozitív lelkiállapot, derű és aktivitás.

7. ábra: WHO-5 jóllét és háttérváltozók közötti kapcsolat



Forrás: saját számítás: statisztikai próba (JASP 0.19.2)

Diszkusszió

A kutatás során elsőként azt vizsgáltuk, hogy a válaszadók hogyan értékelik saját anyagi helyzetüket és egészségi állapotukat, valamint azt is, hogy ezek a szubjektív megítélések hogyan kapcsolódnak különböző társadalmi-demográfiai tényezőkhöz. Az adatok alapján elmondható, hogy a többség saját egészségi állapotát átlagosnak vagy átlagnál jobbnak ítélte meg, az anyagi helyzet megítélésében is az „átlagos” és „átlag feletti” válaszok domináltak. A két változó között – anyagi helyzet és egészségi állapot saját megítélése – is szignifikáns kapcsolatot találtunk. A szakirodalom alapján azonban ismert, hogy az objektív és szubjektív anyagi jólét fontos prediktora az önértékelt egészségi állapotnak (Marmot et al., 2008). Alacsonyabb jövedelmi szinthez, gazdasági bizonytalansághoz gyakran társulnak egészségi kockázatok – akár a stressz, a rosszabb életkörülmények vagy a korlátozott egészségügyi hozzáférés miatt (Wilkinson-Pickett, 2006). A jelen minta alapján szignifikáns különbség mutatkozott az egészségi állapot önértékelésében a településtípus szerint. Ez megegyezik a korábbi kutatásokkal, amelyek szerint a területi egyenlőtlenségek – például a város és vidék közötti különbségek – mérhető eltéréseket mutatnak az egészségi állapotban (Subramanian et al., 2006). Ennek oka lehet, hogy a szubjektív megítélés sok esetben pszichológiai tényezőktől is függ, nem csupán az objektív mutatóktól (Delhey-Kohler, 2011). Hangsúlyozzuk, hogy mi is a szubjektív megítélést vettük alapul kutatásunkban. Ahogyan azt vártuk, az iskolai végzettség és az anyagi helyzet megítélése között is statisztikailag szignifikáns kapcsolatot találtunk: a felsőfokú végzettségű válaszadók szignifikánsan gyakrabban ítélték anyagi helyzetüket kedvezőnek. Ez összhangban áll a nemzetközi trendekkel, miszerint az iskolai végzettség a társadalmi státusz és anyagi jólét egyik legerősebb előrejelzője (Cutler-Lleras-Muney, 2010). A kutatás megerősíti azt az elméleti modellt, amely szerint az anyagi és egészségi állapot szubjektív megítélése összetett társadalmi tényezők eredménye, és a megélt helyzet mögött strukturális különbségek húzódnak meg – még akkor is, ha az adott mintában ezek nem minden esetben válnak

szignifikáns. A pszichés jóllét eredményeire rátérve a vizsgálat rámutatott arra, hogy a válaszadók döntő többsége átlagos jóllétszintről számolt be, és hogy a mozgás, az anyagi biztonság, valamint a pszichés rugalmasság jelentős szerepet játszanak abban, hogy valaki mennyire érzi magát jól a mindennapokban. Az eredmények arra is felhívják a figyelmet, hogy a mentális jóllét nemcsak egyéni, hanem társadalmi ügy is, és hogy ezek az összefüggések segíthetnek célzott megelőző programok és pszichés támogatások kialakításában. Jelen kutatás eredményei megerősítették, hogy a pszichés jóllét és a reziliencia között szoros kapcsolat áll fenn az 50 év feletti populáció körében. A közepesen erős pozitív korreláció (Spearman $r = 0,448$; $p < 0,001$) arra utal, hogy azok az egyének, akik magasabb rezilienciával rendelkeznek, jellemzően nagyobb szubjektív jóllétről számolnak be. Ez az összefüggés jól illeszkedik a nemzetközi szakirodalomhoz, különösen azokhoz a munkákhoz, amelyek a bölcsesség, a megküzdés és a pszichés jóllét kapcsolatrendszerét elemzik idősebb populációk körében. A fizikai aktivitás fontossága kiemelkedő: eredményeink alapján azok, akik rendszeresen mozognak, nemcsak jobb szubjektív jólléttel, hanem magasabb rezilienciaértékekről is beszámoltak. Ez a megfigyelés számos nemzetközi kutatással egybecseng, például Vagetti és munkatársai (2014) tanulmányaival, amelyek hangsúlyozzák a testmozgás pszichoszociális hatásait idősebb korban. Az aktív életmód támogatja a neuromuszkuláris funkciók fenntartását, javítja a szív-érrendszeri állapotot, de pszichológiai értelemben is növeli az önhatékonyság és kontroll érzetét. A szubjektív jóllét és anyagi helyzet közötti összefüggés szintén megerősítést nyert. A jobb anyagi körülményekkel rendelkező válaszadók magasabb jóllétszintről számoltak be, amely összhangban van Layard és De Neve (2023) kutatásával. Ők az anyagi biztonságot az egyik alapvető jólléti tényezőként azonosítják, különösen időskorban, amikor a jövedelmi források korlátozottabbak lehetnek. Érdekes módon a nem, lakóhely vagy családi állapot nem mutatott szignifikáns kapcsolatot a jólléttel, ami részben magyarázható a minta nemi eloszlásával, illetve azzal, hogy ezek a tényezők közvetett módon hatnak, más pszichoszociális közvetítőkön keresztül. A kutatás egyedi hozzájárulása, hogy nemcsak a reziliencia és jóllét kapcsolatát vizsgálta, hanem az ezt befolyásoló életmódbeli és demográfiai tényezőket is: a reziliencia pozitív hatását megerősítette az időskori kihívások – például nyugdíjazás, társas izoláció vagy fizikai egészségromlás – kontextusában vizsgálva a reziliencia szerepét. Megjegyezzük itt, hogy jelen mintánk nagyobbik része még aktív dolgozónak minősül, ami azért is lehet, mert a minta nagy része 50-60 év közötti. A magasabb reziliencia segíti az adaptív megküzdést, csökkenti a pszichés sérülékenységet és fokozza a pszichés egészséget. Ezzel összhangban Gerino és munkatársai (2017) is arra mutattak rá, hogy a reziliencia szignifikánsan hozzájárul a pszichés és fizikai életminőséghez, valamint a szorongásos és depressziós tünetek csökkentéséhez. Bár kutatásunk ezzel most nem foglalkozott, fontos szakirodalmi tény, hogy a mindfulness mint pszichológiai konstrukció, szintén fontos összefüggést mutat a rezilienciával és a jólléttel. Bajaj és Pande (2016) eredményei alapján a tudatos jelenlét részben közvetíti a reziliencia hatását a szubjektív jóllétre. Shook és munkatársai (2017) kutatása szerint a diszpozicionális mindfulness mértéke az életkor előrehaladtával nő, ami egyfajta „jóllét paradoxon” megjelenéséhez vezethet, vagyis idősebb korban a pszichés jóllét magasabb szintet is elérhet, mint fiatalabb életkorban. A kutatás korlátai közé sorolható a keresztmetszeti vizsgálati elrendezés, amely nem alkalmas oksági kapcsolatok egyértelmű azonosítására. Továbbá az önbevallásos kérdőíves módszer torzíthatja az eredményeket, például szociális kíváncsiság vagy szubjektív torzítás miatt. A nemek aránytalan eloszlása szintén befolyásolhatja az általánosíthatóságot.

Összességében azonban a kutatás erőssége, hogy egy komplex, többváltozós szemléletmódban értelmezte az időskori pszichés jóllétet, nemcsak egyéni, hanem társas és életmódbeli dimenziókat is figyelembe véve. Az eredmények rávilágítanak arra, hogy a mentális egészség és jóllét támogatása időskorban is fejleszthető, és célzott intervenciók – például fizikai aktivitást ösztönző, mindfulness-alapú vagy rezilienciafejlesztő programok – hatékonyan segíthetik az érintett korosztály mentális egészségét. Az „50 plusz generációt” gyakran „Best Ager” vagy „tapasztalt korosztály” néven emlegetik, mert az életük során megszerzett nagyfokú rugalmasság jellemzi. Ez a generáció már több kihívást leküzdött, és értékes tapasztalatokkal rendelkezik, amelyeket átadhat a fiatalabb generációknak. Ugyanakkor fontos, hogy ennek a generációnak a tagjai továbbra is aktívan foglalkozzanak saját fejlődésükkel, továbbá erősségeiket és erőforrásaikat felhasználva a jövőben is sikeresek legyenek az optimális öregedés folyamatában és elégedettek legyenek önmagukkal.

Irodalomjegyzék

Bajaj, B., Pande, N. (2016): Mediating role of resilience in the impact of mindfulness on life satisfaction and affect as indices of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 93, 63–67. o. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.005>

Baltes, P. B., Baltes, M. M. (1990): *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511665684>

Batz, C., Tay, L. (2018): Gender Differences in Subjective Well-Being. In: E. Diener, S. Oishi, L. Tay (szerk.): *Handbook of Well-Being*. Salt Lake City: DEF Publishers, USA, 1–15. o.

Connor, K. M., Davidson, J. R. T. (2003): Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. o. <https://doi.org/10.1002/da.10113>

Cruwy, T., Haslam, C., Steffens, N.K., Haslam, S.A., Fong, P., Lam, B.C.P. (2019): Friendships that money can buy financial security protects health in retirement by enabling social connectedness. *BMC Geriatrics*, 19(1). 319, <https://doi.org/10.1186/s12877-019-1281-1>.

Cutler, D. M., Lleras-Muney, A. (2010): Understanding differences in health behaviors by education. *Journal of Health Economics*, 29(1), 1–28. o. <https://doi.org/10.1016/j.jhealeco.2009.10.003>

Delhey, J., Kohler, U. (2011): Is happiness inequality immune to income inequality? New evidence through instrument-effect-corrected standard deviations. *Social Science Research*, 40(3), 742–756. o. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2010.12.004>

Diener, E. (1984): Subjective Well-Being, *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. o. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Diener, E. (2000): Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. o. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>

Gerino, E., Rollé, L., Sechi, C., Brustia, P. (2017): Loneliness, resilience, mental health, and quality of life in old age: A structural equation model. *Frontiers in Psychology*, 8, 2003. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02003>

Hermann, H., Stewart, D., E., Diaz-Granados, N., Berger, E.L. Jackson, B., Yuen. T. (2011): What is Resilience? *Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258-265. doi: 10.1177/070674371105600504

Kádár Annamária (2017): Az én mesém. A reziliencia, a rugalmas alkalmazkodóképesség kialakítása gyermekkorban. Előadás, XXI. Pszinapszis Pszichológia Konferencia, Budapest

Kerekes, Zs. (2015): Az időskor, mint krízis. In: Kiss, E., Cs., Sz. Makó, H. (szerk.): *Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana*, Pécs: Pro Pannonia Kiadói Alapítvány, 182-218. o.

Kim E. S., Tkatch R., Martin D., MacLeod S., Sandy L., Yeh C. (2021): Resilient Aging: Psychological Well-Being and Social Well Being as Targets for the Promotion of Healthy Aging. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 7. <https://doi.org/10.1177/23337214211002951>

Kovácsné, M. H. (2011): Mindenki másképp csinálja...az öregedést, avagy létezik-e sikeres öregedés? *Gerontoeducáció* 1(2), 68-99. o.

Layard, R., De Neve, J. E. (2023): *Wellbeing: Science and policy*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009298957>

Mak, W. W. S., Ng, I. S. W., & Wong, C. C. Y. (2011). Resilience: Enhancing well-being through the positive cognitive triad. *Journal of Counseling Psychology*, 58(4), 610–617. o. <https://doi.org/10.1037/a0025195>.

Marmot, M., Friel, S., Bell, R., Houweling, T. A. J., Taylor, S. (2008): Closing the gap in a generation: Health equity through action on the social determinants of health. *The Lancet*, 372(9650), 1661–1669. o. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(08\)61690-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)61690-6)

Morete, M. C., Solano, J. P. C., Boff, M. S., Filho, W. J., Ashmawi, H. A. (2018): Resilience, depression, and quality of life in elderly individuals with chronic pain followed up in an outpatient clinic in the city of São Paulo, Brazil. *Journal of pain research*, 11, 2561-2566. o. <https://doi.org/10.2147/JPR.S166625>

Mustafa, M., Gulati, S. (2022): Influence of age and gender on mindfulness attention awareness and perceived stress. *Indian journal of positive psychology*, 13(4), 377-381. o.

Neugarten, B. L. (1979): Time, age, and the life cycle. *American Journal of Psychiatry*, 136(7), 887–894. o. <https://doi.org/10.1176/ajp.136.7.887>.

Shook, N. J., Ford, C., Strough, J., Delaney, R., Barker, D. (2017): In the moment and feeling good: Age differences in mindfulness and positive affect. *Translational Issues in Psychological Science*, 3(4), 338-347. o. <https://doi.org/10.1037/tps0000139>

Subramanian, S. V., Chen, J. T., Rehkopf, D. H., Waterman, P. D., Krieger, N. (2006): Comparing individual- and area-based socioeconomic measures for the surveillance of health disparities: A multilevel analysis of Massachusetts births, 1989–1991. *American Journal of Epidemiology*, 164(9), 823–834. o. <https://doi.org/10.1093/aje/kwj313>

Susánszky, É., Barna, T. K., Staudner, 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. o. <https://doi.org/10.1556/mental.7.2006.3.8>

UrbanN., Kovács L (2016): A pszichológiai reziliencia, mint integrált alkalmazkodó rendszer. *Honvédtörvos*, 68(3-4), 43-50. o. <https://doi.org/10.29068/HO.2016.3-4.43-50>

Vagetti, G. C., Barbosa Filho, V. C., Moreira, N. B., Oliveira, V., Mazzardo, O., Campos, W. (2014): Association between physical activity and quality of life in the elderly: A systematic review, 2000–2012. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 36(1), 76–88. o. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2012-0895>

Wang, X., Zhang, J., Wu, S., Xiao, W., Wang, Z., Li, F., Liu, X., & Miao, D. (2021): Effects of meaning in life on subjective well-being: The mediating role of self-efficacy. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 49(4), 1–11. o. <https://doi.org/10.2224/sbp.9975>

Wilkinson, R. G., Pickett, K. E. (2006): Income inequality and population health: A review and explanation of the evidence. *Social Science & Medicine*, 62(7), 1768–1784. o. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2005.08.036>

Zubair, A., Kamal, A., Artemeva, V. (2018): Mindfulness and resilience as predictors of subjective well-being among university students: A cross-cultural perspective. *Journal of Behavioural Sciences*, 28(2), 1-19. o.

Internetes oldalak

Innolab (2022): *Health Trend Map 2022*. <https://www.innolab.at/trends/health-trend-map-2022/> Utolsó letöltés: 2026.02.15.

Zukunftsinstitut (2023): Entdecken Sie die wichtigsten Gesundheitstrends 2024. <https://www.zukunftsinstitut.de/zukunftsthemen/gesundheitstrends-health-trend-map> Utolsó letöltés: 2026.02.15.

MENTAL WELL-BEING AND RESILIENCE OVER THE AGE OF FIFTY

A SOUND MIND IN A SOUND BODY

PÁLMA VIRÁG FEHÉR – KRISZTINA TÖRŐ

Background: Subjective well-being of people over 50 is a psychological construct, a dynamically changing condition shaped by several external and internal factors. Resilience is an ability that helps an individual to positively adapt and cope with stressful experiences. Objective: In our research, we examine the correlations between well-being and resilience in the over-50s age group. We wanted to explore the connections between these two psychological factors and various demographic characteristics in a Hungarian sample. Method: 410 people participated in the study. The inclusion criterion was being over 50 years of age. After questions on demographic data, subjective well-being was examined using the WHO Well-Being Questionnaire (WBI-5), while resilience was measured using the Connor-Davidson Resilience Questionnaire (CD-RISC). Results: In line with our expectations and the literature on the topic, it was confirmed that resilience and well-being are correlated, i.e. the more resilient someone is in old age, the higher their well-being. In addition, we pointed out several important correlations between the two psychological factors. Among these, we would like to highlight that a lot of exercise has an impact on our well-being. Conclusion: Our results reinforce the concept that it is especially important to take care of our own physical and mental health even in old age. The saying “a sound mind in a sound body” can never be too trite.

Keywords: mental health, subjective well-being, resilience, physical activity, relationship satisfaction

STRESSZ, KIÉGÉS ÉS MEGKÜZDÉSI STRATÉGIÁK A MAGYAR ÁLLATORVOSOK KÖRÉBEN

BALÁZS GERGELY¹ – BATTÁ BARBARA²

Absztrakt

Jelen kutatás célja a magyar állatorvosok pszichológiai egészségmutatóinak feltérképezése és összehasonlítása egy nem állatorvos munkavállalói kontrollcsoporttal, mivel nemzetközi viszonylatban is egyre több tudományos közlemény hívja fel a figyelmet az állatorvosok mentális egészségének kritikus állapotára. Az adatgyűjtés online kérdőívvel, nem véletlenszerű hólabda- és kényelmi mintavételi eljárással történt. A teljes mintát 131 fő alkotta (M= 37 év; SD= 12,74 év), ebből 67 fő állatorvos alkotja a vizsgálati csoportot (M= 36,2 év; SD= 10,8 év), 61 fő képezi az aktívan munkát vállaló, munkatípus szerint nem differenciált kontrollcsoportot (M= 38,2 év; SD= 14,6 év). Az állatorvosok csoportját 54 fő nő, 13 fő férfi, míg a kontrollcsoportot 42 nő és 19 férfi alkotta. A mentális egészségi állapot felmérésére az Észlelt Stressz Kérdőív (PSS), a Maslach-féle Kiégés Leltár (MBI), és a Kognitív Érzelem-Reguláció Kérdőív (CERQ) magyar nyelvű változatai szolgáltak. Független mintás t-próbák alapján az állatorvosok szignifikánsan magasabb észlelt stressz ($p = .014$, $d = .395$) pontszámot értek el, mint a kontrollcsoport tagjai. A kiégés tekintetében az emocionális kimerülés ($p = .008$, $d = .431$) és deperszonalizáció ($p = .001$, $d = .579$) dimenzió esetében tártunk fel szignifikáns különbséget. Az állatorvos-csoporton belül a nők szignifikánsan magasabb pontszámot értek el a stressz- ($p < .001$, $d = 1.057$), és a maladaptív megküzdési stratégiák tekintetében ($p = .002$, $d = .952$). Spearman-féle korrelációs elemzés alapján a fiatalabb állatorvosok magasabb stresszt észlelnek, mint idősebb kollégáik ($r_s = -.207$, $p = .046$). A jelen minta eredményei arra utalnak, hogy a magyar állatorvosok körében fokozott figyelmet érdemelhet az észlelt stressz és a kiégés vizsgálata. Az eredmények arra is engednek következtetni, hogy érdemes a jövőben további vizsgálatokat elvégezni, valamint megfontolni a célzott prevenció és támogató beavatkozások bevezetését az állatorvosi hivatásban.

Kulcsszavak: állatorvos, észlelt stressz, kiégés, megküzdési stratégia, mentális egészség

Bevezetés

Számos nemzetközi kutatás arra mutatott rá, hogy az állatorvosi praxisban dolgozók körében magasabb a depresszió, szorongás, kiégés és öngyilkosságok aránya az általános népességhez viszonyítva. Az állatorvosoknak munkájuk során olyan specifikus helyzetekkel és nehézségekkel kell nap mint nap találkozniuk, melyek nem

¹ Balázs Gergely, volt egyetemi hallgató, Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsész- és Társadalomtudományi Kar, Pszichológiai Intézet; balazsgergo48@gmail.com; ORCID: 0009-0005-4204-9173

² Dr. Batta Barbara, egyetemi adjunktus, Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsész- és Társadalomtudományi Kar, Pszichológiai Intézet; Dél-Budai Centrumkórház, Szent Imre Egyetemi Oktatókórház; batta.barbara@btk.ppke.hu, 1088. Szentkirályi utca 28-30.; ORCID: 0009-0007-8769-2642

megszokottak más hivatások esetében. Ilyen helyzetek lehetnek például az eutanázia elvégzése, ezáltal a halállal és a gazdák gyászával való folyamatos kontaktus, vagy a rendkívül magas munkaterhelés. Ezen faktorok mind potenciális stresszforrásként értelmezhetőek, amelyek fizikai, morális és érzelmi szinten egyaránt megterhelhetik a személyt.

Háttér

Munkahelyi stressz az állatorvosi hivatásban

Az állatorvosokat érintő stresszfaktorok rendkívül komplex rendszert alkotnak; biológiai, pszichológiai és szociális (környezeti) tényezők egyaránt hatással vannak mentális állapotukra (Stetina–Krouzecky, 2022). Egy bio-pszicho-szociális modell keretében gondolkozva a biológiai stresszorok közé az olyan demográfiai tényezőket sorolhatjuk, mint a nem vagy az életkor. Számos kutatás jutott arra a megállapításra, hogy a női állatorvosok szignifikánsan magasabb stressz-szinttel, továbbá a stresszel összefüggésben álló tényezők közül magasabb depresszió, kiégés és szorongás értékekkel rendelkeznek, mint férfi kollegáik vagy mint a normál populáció (Emmett et al., 2018; Kassem et al., 2019; Shirangi et al., 2013). Azoknál a nőknél, akiknek két vagy több gyermekük van, alacsonyabbnak találták a szorongás és a depresszió szintjét gyermektelen társaikkal összehasonlítva (Shirangi et al., 2013). Az életkort tekintetbe véve a fiatalabb, tapasztalatlanabb állatorvosok azonban magasabb stressz-szintet tapasztalnak, mint az idősebb kollégáik (Dow et al., 2019; Gardner–Hini, 2006).

A pszichológiai stresszorok közé azokat a tényezőket sorolhatjuk, amelyek negatívan befolyásolhatják az állatorvosok mentális egészségét. Számos tanulmány az állatorvosokat érintő etikai és morális dilemmák meglétére helyezi a hangsúlyt a stresszel összefüggésben. Ezen tényezők meglétét jól mutatja egy kutatás eredménye, amely szerint a válaszadók több mint fele hetente átlagosan legalább egy vagy két etikai dilemmával találja szemben magát munkája során (Batchelor–McKeegan, 2012). Az állatorvosok a gyanított állatbántalmazást tartják az egyik legjelentősebb erkölcsi kihívásnak, azonban a legritkábban említik stresszforrásként (Crane et al., 2015). A legalapvetőbb és leggyakrabban említett etikai dilemmából származó stresszforrás az állatorvosok körében az eutanázia végrehajtása (Crane et al., 2015; Gardner–Hini, 2006; Meehan–Bradley, 2007). Amellett, hogy szignifikánsan összefüggésbe hozták az észlelt stressz mértékével, egy kutatás során megkérdezett állatorvosok a személyes distressz miatt nehézséget tapasztalnak az eutanázia végrehajtásában, továbbá csaknem 88%-uk jelezte, hogy gyászt élt át egy állat életének végén (Dow et al., 2019; Meehan–Bradley, 2007). Ilyesfajta morális kihívást jelent továbbá a gazdákkal való kapcsolat, különösen akkor, ha az állattartók anyagi korlátai akadályozzák a szükséges kezelés megvalósítását (Batchelor–McKeegan, 2012; Mastenbroek et al., 2014).

Az etikai dilemmákon túl a személyiségbeli különbségek is fontos tényezők lehetnek a munkahelyi stressz szempontjából. Egy állatorvosok személyiségtényezőit összehasonlító tanulmány alapján a személyiség jobb előrejelzője lehet a munkahelyi stressznek, mint a környezet. A neuroticizmus az a személyiségvonás, amely szignifikánsan előrejelzi a munkahelyi stresszt, emellett a perfekcionizmus, mint személyiségjegye és a stresszt kiváltó események kombinációja sebezhetőséget teremt az erkölcsi stresszorokkal szemben (Crane et al., 2015, Dawson–Thompson, 2017).

A szociális (környezeti) stresszorok közé többek között az interperszonális kapcsolatok, munka-magánélet egyensúlya, munkahelyi légkör és környezet hatásait sorolhatjuk. Az ügyfelekkel kapcsolatos problémák számítanak az egyik leggyakoribb stresszforrásnak, amely jelentőségteljes annak fényében, hogy az állatorvosok mentális állapota összefüggést mutat a gazdák elégedettségének mértékével (Perret et al., 2020; Pohl et al., 2022).

Mindezek mellett további tényezőket tártak fel, amelyek a munkával kapcsolatos stresszorok különböző aspektusainak felelnek meg: ilyenek a rossz munka-magánélet egyensúly, munkatársakkal kapcsolatos konfliktusok, magas munkaterhelés, túl nagy felelősség vagy anyagi problémák (Andela, 2020). Az etikai dilemmákon túl a legtöbb kutatás a munkaórák számát nevezi meg a legfőbb stresszforrásnak (Pohl et al., 2022). A ledolgozott munkaórák száma összefüggésben áll az állatorvosok által észlelt munkahelyi stresszrel: egy kutatás alapján többségük több mint heti 45 órát dolgozik, amellyel összefüggésben a stressz- és terhelés mutatók magasabbak, mint azoknál, akik heti 35 óránál kevesebbet dolgoznak (Reijula et al., 2003). Az említett stresszfaktorok eredményezhetik azt, hogy az állatorvosok körében magas a depresszió, kiégés és szuicídium előfordulási aránya (Stetina–Krouzecky, 2022).

Kiégés az állatorvosok körében

Több kutatás is kimutatta, hogy az állatorvosok a munkájukhoz köthető stresszfaktorok hatására a normál populációhoz viszonyítva szignifikánsan rosszabb mentális egészségi állapottal rendelkeznek, beleértve a kiégés szintjét is (Best et al., 2020; Perret et al., 2020). Egy másik módszertant alkalmazó kutatás az állatorvosok kiégésre vonatkozó mutatóit a CBI (Copenhagen Burnout Inventory) mérőeszközzel mérte fel, az eredmények alapján a résztvevő állatorvosok 22,2%-a személyes kiégésről, 19,7%-uk munkahelyi kiégésről és 16,6%-uk ügyfélhez kapcsolódó kiégésről számolt be (Hatch et al., 2011). A kiégés pontszámaiban a nemet és állatorvosi munkakört tekintetbe véve is találtak különbségeket a különböző kutatások. Perret és munkatársai (2020) kimutatták, hogy a női állatorvosok szignifikánsan magasabb átlagpontszámokat értek el az érzelmi kimerülés és kiégés pontszámok terén, míg férfi kollégáik e mutatókban alacsonyabb értékeket mutattak. Best és munkatársai (2020) is hasonló eredményekhez jutottak, adataik szerint a női résztvevők kiégés aránya 37,8%, míg a férfi résztvevők esetében a kiégés előfordulása 32,7% volt. Az állatorvosok körében jelen lévő kiégés nemcsak a mentális egészségre, de a munkahelyi teljesítményre is komoly hatással lehet, mely az orvosi munka szempontjából kulcsfontosságú (Hansez et al., 2008). A legtöbb kutatás a magas munkaterhelést és a magas munkahelyi elvárásokat azonosította, mint a kiégés legrelevánsabb mutatóit (Meehan–Bradley, 2007; Wallace, 2017).

Állatorvosok megküzdési stratégiái

Az állatorvosok megküzdési stratégiáit felmérő szakirodalmak száma rendkívül szegényes, annak ellenére, hogy a hiányos vagy maladaptív megküzdési stratégiák használata potenciális veszélyeztető tényezője a depresszió, kiégés és szorongás kialakulásának (Gibbons, 2010; Legerstee et al., 2011; Miklósi et al., 2011). Egy amerikai kutatás alapján az állatorvosok hajlamosak maladaptív stresszkezelési stratégiákat alkalmazni, mint az érzelmi elkerülés vagy alkoholfogyasztás (Wallace, 2017). Kutatásukban azt is kimutatták, hogy érzelmi elkerülésre irányuló stratégiák

és az alkoholfogyasztás fokozzák a kiégést, erősítik a munkahelyi követelmények káros hatásait is, ugyanakkor a társas- és a támogató munkahelyi környezet számított a legjelentősebb megküzdési erőforrásnak (Wallace, 2017). Egy női állatorvosi mintát vizsgáló kutatás alapján úgy tűnik, hogy az állatorvosok szignifikánsan nagyobb valószínűséggel alkalmaztak negatív stresszkezelési módszereket (pl. rumináció) a normál populációhoz viszonyítva (Emmett et al., 2019).

Számos tanulmányban kiemelik a reziliencia mérésének fontosságát az állatorvosok körében, amely a stressz kezelésére való képesség egyik mutatója (Connor–Davidson, 2003; Perret et al., 2020). Egy amerikai mintán készült felmérés arra az eredményre jutott, hogy a részvevő állatorvosok körülbelül 75 %-nak reziliencia pontszáma alacsonyabb volt, mint az általános népességnek, amely jól jelzi a stressz-fenyegetettség mértékét (Best et al., 2020).

Célkitűzés és hipotézisek

A kutatás célja a magyarországi állatorvosok mentális mutatóinak (észlelt stressz, kiégés), valamint a stresszhelyzetekkel való megküzdés mértékének és módjának felmérése és összehasonlítása a nem állatorvos munkavállalói kontrollcsoporttal. Kutatások alapján az állatorvosok rosszabb mentális egészségi állapottal rendelkeznek az általuk vizsgált kontrollcsoporthoz viszonyítva, beleértve a kiégés és stressz szintjét, ezzel összefüggésben pedig azt feltételezzük, hogy hajlamosabbak lehetnek maladaptív megküzdési stratégiák használatára (Best et al., 2020; Meehan–Bradley, 2007).

Számos kutatás alapján nő állatorvosok szignifikánsan magasabb stresszszinttel, továbbá a stresszel összefüggésben álló tényezők közül többek között magasabb kiégés értékekkel rendelkeznek, mint férfi kollegáik (Emmett et al., 2018; Shirangi et al., 2013). Ezzel összefüggésben feltételezzük, hogy a nők hajlamosabbak lehetnek maladaptív megküzdési stratégiák használatára. Ezen információk alapján vizsgálatunkban azt várjuk, hogy az állatorvosok körében különbség van a nemek között az észlelt stressz, kiégés és megküzdési stratégiák viszonylatában.

Több kutatás is arra enged következtetni, hogy a fiatalabb és tapasztalatlanabb állatorvosok magasabb stressz-szintet tapasztalnak, mint az idősebb kollégáik (Dow et al., 2019; Gardner–Hini, 2006). Ez alapján azt várjuk, hogy az állatorvosok körében a fiatalabb munkavállalók magasabb észlelt stressz-szinttel rendelkeznek, mint idősebb társaik, tehát összefüggés van az életkor és észlelt stressz mértéke között.

Módszer

Minta

A kérdőívcsomagot összesen 203 fő kezdte el kitölteni, azonban ebből 131 személy fejezte be hiánytalanul. A 71 fő adatait, akik befejezetlenül hagyták a kérdőívet, eltávolítottuk a mintából. A mintát képező 131 érvényes vizsgálati személy átlagéletkora 37 év (szórás 12,74), a legfiatalabb kitöltő 20, míg a legidősebb 70 éves. A vizsgált mintában a nemi eloszlást figyelembe véve 98 nő (74,8%), és 33 férfi (25,2%) szerepel. A munkakör szempontjából három csoport került kialakításra. A mintát 67 fő (51,1%) állatorvos, 61 fő (46,6%) munkavállaló nem állatorvos és 3 fő (2,3%) nem munkavállaló résztvevő alkotja. Az állatorvosok csoportjában 54 fő nő, 13 fő férfi, míg a kontrollcsoportban 42 nő és 19 férfi szerepel. A statisztikai elemzések során a kutatási kérdéseink szempontjából releváns állatorvosok

(kísérleti csoport) és nem állatorvos munkavállalók csoportját (kontrollcsoport) vizsgáltuk (128 fő), a nem dolgozó kitöltőket (3 fő) a hipotézistesztelések során kiszűrtük. A kísérleti csoport homogén, kizárólag aktívan foglalkoztatott állatorvosok alkotják, míg a kontrollcsoport munkatípus szerint nem differenciált. A munkatapasztalatot tekintetbe véve a minta átlaga 13,53 év (szórás 12,87). Az adatelemzést megelőzően adattisztítást végeztünk, hibát nem találtunk. A CERQ skála mások hibáztatása alkálán a hagyományos outlier labelling rule alapján egy kitöltő pontszámánál találtunk egy kiugróan magas 19-es értéket (Tukey, 1977). A skálaérték a 2,2-es szorzót használó módosított outlier labeling szabály alapján is kiugró értéknek minősült (Hoaglin–Iglewicz, 1987). A megtalált szélsőséges értéket a winzorizálás szabályainak megfelelően átírtuk a rangsorban következő legnagyobb, már nem szélsőséges értéknél egy egységgel nagyobbra, azaz 16-ra.

Mérőeszközök

Az informált beleegyezést elfogadva, és a demográfiai adatokra vonatkozó kérdések megválaszolását követően a vizsgálati személyek pszichés állapotára vonatkozó mérőeszközök kitöltése következett az alábbi sorrendben: Észlelt Stressz Kérdőív, Maslach-féle Kiegész Leltár, Kognitív Érzelem-Reguláció Kérdőív.

Észlelt Stressz Kérdőív (PSS)

Az észlelt stressz mértékének felmérésére az Észlelt Stressz Kérdőív (Perceived Stress Scale - PSS) magyar változata szolgált. A mérőeszköz eredeti angol nyelvű változatát Cohen és munkatársai (1983) fejlesztették ki, amely alapvetően az egyén által észlelt szubjektív stressz-szint meghatározását kívánja célozni. Jelen kutatásban Stauder–Konkolý Thege (2006) által magyar nyelvre adaptált 14 tételes változatát alkalmaztuk. A mérőeszköz tételei a vizsgálati személy elmúlt egy hónapjára vonatkozó gondolataira és érzéseire kérdeznék rá, amelyek az egyén szubjektív stresszészlelését tükrözik: milyen mértékben kitett stresszes élethelyzeteknek, azok mennyire nehezítik meg mindennapjait. A kérdőív 14 (PSS14) tételből áll (vannak fordított tételek), amelyeket egy 5 fokozatú Likert-skálán (0=soha, 5=nagyon gyakran) kell értékelni. A skála megbízhatósága jónak mondható (Cronbach-alfa: 0,88). A magasabb pontszámok az egyes tételeknél a stresszhelyzetek gyakoribb előfordulását, valamint a hatékonyabb megküzdést mutatják. A tételek pontszámainak összege adja meg az egyénre jellemző észlelt stressz mértékét. Jelen minta esetében a mérőeszköz belső megbízhatósága kiválóan tekinthető (Cronbach-alfa = 0,9).

Maslach-féle Kiegész Leltár (MBI)

A kiegész vizsgálatára a Maslach-féle Kiegész Leltárt alkalmaztuk (Maslach Burnout Inventory, MBI). A magyar kérdőív 22 tételből áll, amelyek három dimenzióba rendeződnek (Mészáros et al., 2013). A három egymástól független dimenzió az érzelmi kimerülés (9 tétel), a deperszonalizáció (5 tétel), valamint a személyes teljesítmény (8 tétel). A kiegész komponensein belül az érzelmi kimerülés faktor az érzelmi és fizikai kimerültséget, a deperszonalizáció a munkához és másokhoz kapcsolódó közönyös, távolságtartó, személytelen viszonyulást, a személyes teljesítmény pedig a teljesítménycsökkenést foglalja magába (Ádám–Mészáros, 2012). A használt mérőeszközben az emocionális kimerülés és a deperszonalizáció

dimenzió tartalma nem különbözik szignifikánsan a teljes kiégés érték tartalmától, azonban az eredeti elméleti modell alapján a három dimenziót egymástól függetlenül mértük (Mészáros et al., 2013). A résztvevőknek egy 7 fokú Likert-skálán kellett megjelölniük, hogy mennyire érzik magukat kimerültnek munkájuk hatására különböző szempontok mentén. A teljes kiégés- és személyes teljesítmény érték egyaránt megfelelő megbízhatósági mutatókkal rendelkezik (Cronbach-alfa: 0,87 és 0,80) (Mészáros et al., 2013). Az általunk vizsgált minta esetében az érzelmi kimerülés, deperszonalizáció és személyes teljesítmény dimenziók belső konzisztenciája jónak tekinthető (Cronbach-alfa: 0,93; 0,84; 0,82).

Kognitív Érzelem-Reguláció Kérdőív (CERQ)

Az eredeti angol nyelvű mérőeszközt (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire – CERQ) Garnefski és munkatársai (2001) fejlesztették ki a negatív életeseményeket követően alkalmazott megküzdési stratégiák mérésére. Jelen kutatásban a stresszes élethelyzetekkel való megküzdés mérésére a Kognitív Érzelem-Reguláció Kérdőív magyar változatát használtuk, amelyet Miklósi és munkatársai (2011) validáltak. Az eredeti kérdőívnek megfelelően a magyar nyelvű változat is kilenc megküzdési stratégiát különböztet meg: ezek olyan tudatos gondolkodási és figyelmi folyamatok, amelyeket az emberek érzelemszabályozás során használnak (Miklósi et al., 2011). A kilenc megküzdési mód két nagyobb dimenzióba sorolható: az adaptív stratégiák hozzájárulnak a stresszes helyzetekhez való alkalmazkodáshoz és a kapcsolódó érzelmek megfelelő szabályozásához, míg a maladaptív megküzdési módok akadályozzák az alkalmazkodást, ezáltal kóros érzelmi reakciókhoz vezethetnek. Az adaptív kognitív stratégiákat mérő alsókálák a helyzet elfogadása; a pozitív fókuszváltás a helyzet jó oldalának előtérbe helyezése; a tervezés a helyzet megoldásának keresése; az átértékelés a helyzet felruházása pozitív jelentéssel; míg a perspektívába helyezés a helyzet negatív értelmezésének csökkentése egy másik élménnyel való összevetés révén. A nem adaptív megküzdési módok az önvád vagy önhibáztatás, a rumináció az őrlődés a helyzettel kapcsolatos érzéseken és gondolatokon, a katasztrófizálás a helyzet negatív aspektusainak előtérbe helyezése, míg a mások hibáztatása a felelősség hátrítását foglalja magába. Minden említett alsókála 4 állításba rendeződik, így a kérdőív összesen 36 tételt tartalmaz. A válaszadóknak 5 fokú Likert-skálán kellett megadniuk egyetértésük mértékét (1=szinte soha, 5=szinte mindig). A mérőeszköz megbízhatósági mutatója megfelelőnek mondható (Cronbach-alfa = 0,80). A mentális jóllét mutatója szoros kapcsolatban állt az adaptív stratégiák gyakoribb alkalmazásával, valamint a nem-adaptív stratégiák mellőzésével. (Miklósi et al., 2011). Az általunk vizsgált mintán elvégzett megbízhatósági vizsgálat eredményeit az 1. táblázat: CERQ kérdőív reliabilitás-mutatói szemlélteti.

1. táblázat: CERQ kérdőív reliabilitás-mutatói

CERQ skálák	Tételek száma	Cronbach-α
Adaptív stratégiák	20	0,84
Elfogadás	4	0,6
Pozitív fókuszváltás	4	0,86
Tervezés	4	0,78

Pozitív átértékelés	4	0,78
Perspektívába helyezés	4	0,81
Maladaptív stratégiák	16	0,73
Önvád	4	0,78
Rumináció	4	0,8
Katasztrofizálás	4	0,64
Mások hibáztatása	4	0,8

Forrás: saját szerkesztés

Eljárás és etikai szempontok

A kérdőívcsomag kérdéseit megelőző részében a vizsgálati személyek tájékoztatást kaptak a kutatásra vonatkozó általános információkról, annak céljáról és személyes adataik védelmének biztosításáról. Amennyiben a tájékoztatóban található információk alapján részt kívántak venni a vizsgálatban, úgy a beleegyező nyilatkozat elfogadását követően kezdhették meg a kérdőív kitöltését.

Az informált beleegyezést elfogadva a vizsgálati személyeknek először általános demográfiai kérdésekre kellett válaszolniuk. Ezek a kérdések elsősorban az alany nemére, korára, legmagasabb iskolai végzettségére és aktuális párkapcsolati státuszára, illetve lakhelyének típusára vonatkoztak. Továbbá olyan információk megosztása is szükséges volt, amelyek a kutatási kérdések és vizsgált változók szempontjából elengedhetetlenek, mint a személy munkához kapcsolódó státusza (dolgozik/nem dolgozik), munkakörének megnevezése (állatorvos/nem állatorvos), illetve a munkatapasztalatának években meghatározott száma. Ezt követően tölthették ki a korábban bemutatott mérőeszközöket.

Az adatgyűjtést online kérdőív formájában, Qualtrics programmal végeztük. Az online kérdőívet az első szerző Facebook hírfolyamában osztottuk meg toborzó szöveggel ellátva, amellyel elsősorban a nem állatorvosi végzettséggel rendelkező munkavállalókat céloztuk meg. Az állatorvos-csoport adatainak gyűjtését az első szerző egy praktizáló ismerőse segítette, privát szakmai Facebook csoportokon keresztül történő megosztással. A kérdőív letelején a vizsgálati személyek tájékoztatást kaptak a vizsgálat céljáról, a kitöltés lehetséges hosszáról, az anonimitás és személyes adatok biztosításáról, továbbá a kitöltés megszakításának lehetőségéről. A vizsgálatban való részvétel kritériuma a tájékoztató végén található beleegyező nyilatkozat elfogadása volt, melyet a vizsgált mintában minden résztvevő kivétel nélkül jóváhagyott.

A kutatást a PPKE Pszichológia Intézet Kutatásetikai Bizottsága engedélyezte és állította ki 2024_42-es iktatószámával, ennek értelmében a kutatás összhangban van a pszichológiai kutatósetikai normákkal.

Adatfeldolgozás és adatelemzés

A vizsgált minta statisztikai elemzését a JASP 0.19.1 programmal végeztük. A statisztikai próbák feltételeinek ellenőrzését követően az első és második hipotézis tesztelésére egyoldali független mintás t-próbát alkalmaztunk. Az egyoldali elemzések alkalmazása előzetesen megfogalmazott, szakirodalmi alapon irányított hipotéziseken alapult. A harmadik hipotézis vizsgálatát egyszerű lineáris regressziós

elemzéssel kívántuk elvégezni, azonban a normalitási feltételek sérülése miatt az életkor és stressz kapcsolatának feltárására végül nem parametrikus Spearman-féle korrelációt használtunk.

Eredmények

1. hipotézis tesztelése

Hipotézis: Különbség van az állatorvos- és nem állatorvos-csoport között az észlelt stressz, kiégés és megküzdési stratégiák viszonylatában. A három releváns pszichológiai mutatót mérő kérdőív leíró statisztikáit a vizsgált csoportok bontásában az 2. táblázat szemlélteti.

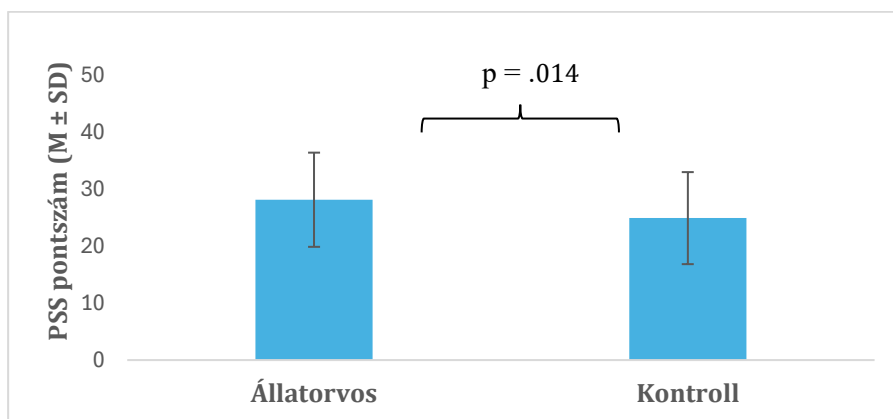
2. táblázat: Az állatorvos- és kontroll csoport leíró statisztikái

	PSS		MBI		CERQ-Maladaptív	
	Állatorvos	Kontroll	Állatorvos	Kontroll	Állatorvos	Kontroll
Átlag	28,15	24,92	54,21	44,53	46,66	45,84
Szórás	8,27	8,08	23,74	20,05	7,09	8,61
Minimum	9	9	8	3	30	31
Maximum	44	44	105	82	66	67

Forrás: saját szerkesztés

Az állatorvos-csoport ($M = 28,15$; $SD = 8,27$) és a kontrollcsoport ($M = 24,92$; $SD = 8,08$) észlelt stressz-szintjét független mintás t-próbával hasonlítottuk össze. A próba feltételei teljesültek, mindkét minta normáloszlást követ (állatorvos: $W(67) = .964$ $p = .052$; kontroll: $W(61) = .984$ $p = .619$), a szórások homogénnek tekinthetők ($F(1, 126) = .324$ $p = .570$). A két csoport között egyoldali tesztelést alkalmazva szignifikáns, gyenge különbséget találtunk ($t(126) = 2.232$ $p = .014$ (1-tailed) $d = .395$) (1. ábra). Az állatorvosok csoportja szignifikánsan magasabb észlelt stressz-szinttel rendelkezik, mint a kontrollcsoport tagjai.

1. ábra: Észlelt stressz pontszámában megnyilvánuló különbség csoportonként

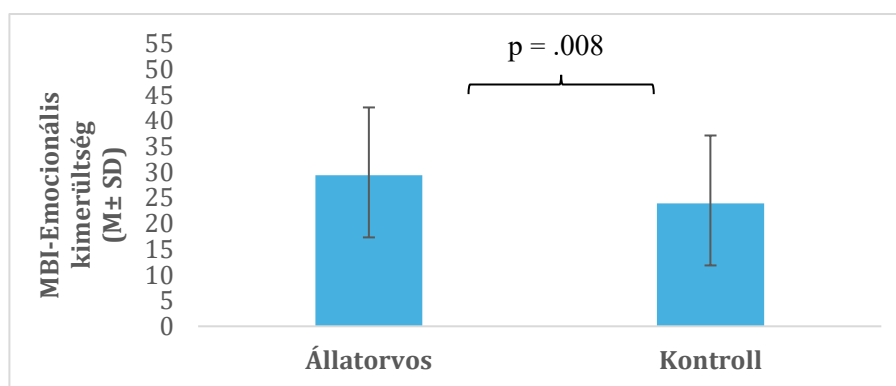


Forrás: saját szerkesztés

Az állatorvos-csoport ($M = 54,21$; $SD = 23,74$) és a kontrollcsoport ($M = 44,53$; $SD = 20,05$) kiégésnek való kitettségének mértékét független mintás t-próbával hasonlítottuk össze. A próba feltételei hiánytalanul teljesültek, mindkét minta normális eloszlást követ (állatorvos: $W(67) = .972$ $p = .137$; kontroll: $W(61) = .971$ $p = .149$), a szórások homogénnek tekinthetők ($F(1, 126) = 1.396$ $p = .240$).

Megvizsgáltuk továbbá, hogy az MBI skála dimenziói közül melyek járulhatnak hozzá a két vizsgált csoport közötti szignifikáns különbséghez. Ennek felmérésére független mintás t-próbát alkalmaztunk a vizsgálati- és kontrollcsoportot összehasonlítva. A próba feltételei kivétel nélkül teljesültek. Az emocionális kimerülés alskála tekintetében az állatorvosok ($M = 29,34$; $SD = 13,2$) és a kontrollcsoport ($M = 23,89$; $SD = 12,06$) között egyoldali tesztelést alkalmazva szignifikáns, közepes különbség mutatkozott ($t(126) = 2.434$ $p = .008$ (1-tailed) $d = .431$) (2. ábra).

2. ábra: Emocionális kimerülés alskála pontszámaiban megmutatkozó különbség csoportonként

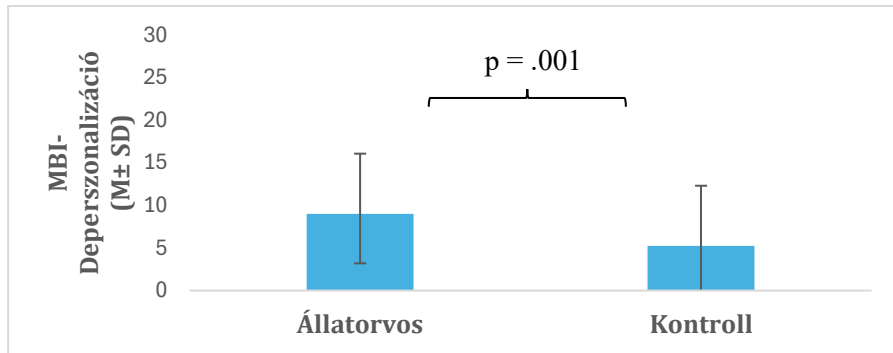


Forrás: saját szerkesztés

A deperszonalizáció dimenzió esetében a vizsgálati csoport ($M = 9,03$; $SD = 7,06$) és a kontrollcsoport ($M = 5,26$; $SD = 5,83$) között egyoldali tesztelést alkalmazva szignifikáns, közepes különbséget találtunk ($t(126) = 3.274$ $p = .001$ (1-tailed) $d =$

.579) (Hiba! A hivatkozási forrás nem található.). A személyes teljesítmény alskála tekintetében nem mutatkozott különbség a két csoport között.

3. ábra: Deperszonalizáció alskála pontszámaiban megnyilvánuló különbség csoportonként

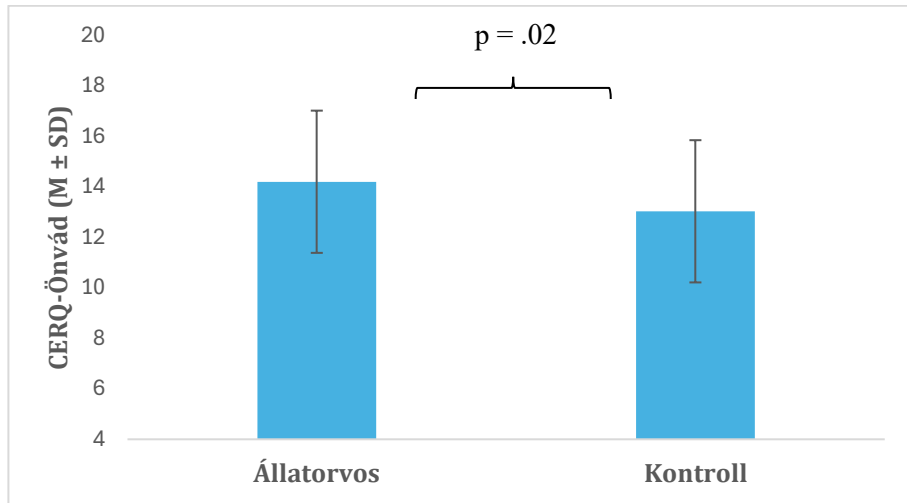


Forrás: saját szerkesztés

Első hipotézisünk harmadik részeként az állatorvosok ($M = 46,66$; $SD = 7,09$) és a kontrollcsoport ($M = 45,84$; $SD = 8,61$) maladaptív megküzdési stratégiáinak használatát független mintás t-próbával hasonlítottuk össze. A próba feltételei teljesültek, mindkét minta normális eloszlást követ (állatorvosok: $W(67) = .992$ $p = .932$; kontroll: $W(61) = .969$ $p = .130$), a szórások homogének ($F(1, 126) = 3.785$ $p = .054$). A két csoport között egyoldali tesztelést alkalmazva nem találtunk szignifikáns különbséget ($t(126) = .591$ $p = .278$ (1-tailed)). Jelen minta esetében az állatorvosok és a kontrollcsoport tagjai között nincsen különbség abban, hogy milyen mértékben használnak maladaptív megküzdési módokat.

Megvizsgáltuk továbbá, hogy a két csoport között van-e különbség a megküzdési stratégiák alskáláinak viszonylatában. Ennek felmérésére független mintás t-próbákat alkalmaztunk, amelynek feltételei skálánként és csoportonként eltérően teljesültek, a mások hibáztatása dimenzió esetén Welch-korrekciónál használtunk. Az önvád skála pontszámaiban független mintás t-próbával az állatorvosok ($M=14,19$; $SD=2,82$) és a kontrollcsoport ($M=13,02$; $SD=2,81$) között egyoldali tesztelést alkalmazva szignifikáns, közepes különbséget találtunk ($t(126) = 2.363$ $p = .02$ (1-tailed) $d = .418$) (4. ábra). Az elemzéseket az eredeti és a winzorizált értékkel is ellenőriztük, az eredmények iránya és szignifikanciája érdemben nem változott. A többi alskála esetében nem találtunk különbséget a csoportok között.

4. ábra: Önvád alszámaiban megmutatkozó különbség csoportonként



Forrás: saját szerkesztés

2. hipotézis tesztelése

Hipotézis: Az állatorvosok körében különbség van a nemek között az észlelt stressz, kiégés és megküzdési stratégiák összehasonlításában. A hipotézisünk szempontjából releváns mutatók leíró statisztikáit nemek szerinti bontásában a 3. táblázat szemlélteti.

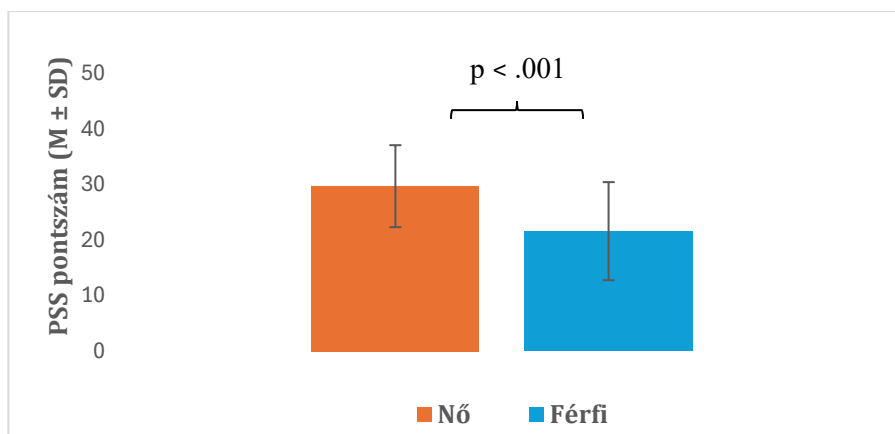
3. táblázat: Állatorvosok skálapontszámainak leíró statisztikái nemek viszonylatában

	PSS		MBI		CERQ-Nem-adaptív	
	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi
Átlag	29,72	21,62	56,46	44,85	47,89	41,54
Szórás	7,38	8,83	23,45	23,51	6,44	7,6
Minimum	11	9	12	8	35	30
Maximum	44	37	105	83	66	52

Forrás: saját szerkesztés

A nő állatorvosok ($M = 29,72$; $SD = 7,38$) és a férfi állatorvosok ($M = 21,62$; $SD = 8,83$) észlelt stressz-szintjét független mintás t-próbával hasonlítottuk össze. A próba feltételei teljesültek, mindkét minta normáeloszlást követ (nő: $W(54) = .969$ $p = .175$; férfi: $W(13) = .916$ $p = .221$), a szórások homogénnek tekinthetők ($F(1, 65) = .315$ $p = .576$). A két csoport között egyoldali tesztelést alkalmazva szignifikáns különbséget találtunk ($t(65) = 3.421$ $p < .001$ (1-tailed) $d = 1.057$) (5. ábra). Jelen minta esetében a női állatorvosok magasabb észlelt stressz-szinttel rendelkeznek, mint férfi kollégáik.

5. ábra: Az állatorvosok észlelt stressz mértékében megmutatkozó különbség a nemek összehasonlításában

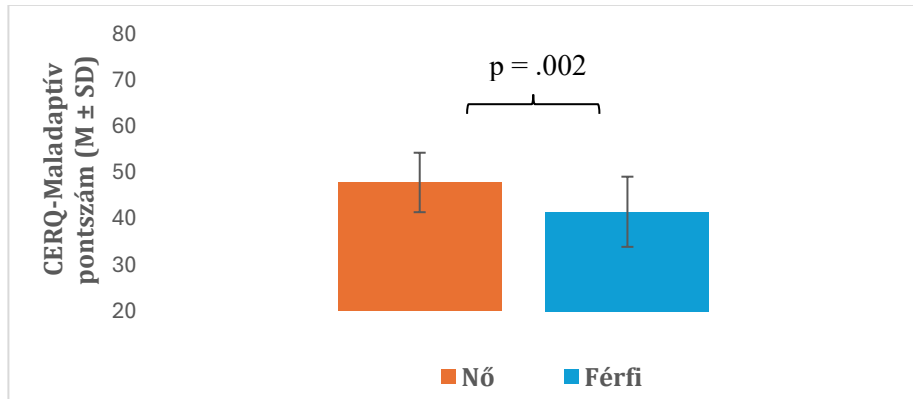


Forrás: saját szerkesztés

A nő állatorvosok ($M = 56,46$; $SD = 23,45$) és a férfi állatorvosok ($M = 44,85$; $SD = 23,51$) kiégésének mértékét független mintás t-próbával hasonlítottuk össze. A próba feltételei teljesültek, mindkét minta normális eloszlást követ (nő: $W(54) = .970$ $p = .200$; férfi: $W(13) = .946$ $p = .533$), a szórások homogénnek tekinthetők ($F(1, 65) = .065$ $p = .799$). A két csoport között egyoldali tesztelést alkalmazva nem találtunk szignifikáns különbséget ($t(65) = 1.603$ $p = .057$ (1-tailed) $d = .495$).

A nő állatorvosok ($M = 47,89$; $SD = 6,44$) és a férfi állatorvosok ($M = 41,54$; $SD = 7,60$) esetében a maladaptív megküzdési stratégiák használatának mértékét független mintás t-próbával hasonlítottuk össze. A próba feltételei hiánytalanul teljesültek, mindkét minta normális eloszlást követ (nő: $W(54) = .977$ $p = .380$; férfi: $W(13) = .936$ $p = .410$), a szórások homogénnek tekinthetők ($F(1, 65) = 1.795$ $p = .185$). A két csoport között egyoldali tesztelést alkalmazva szignifikáns különbséget találtunk ($t(65) = 3.082$ $p = .002$ (1-tailed) $d = .952$ (6. ábra). A női állatorvosok jelen minta esetében hajlamosabbak maladaptív megküzdési módokat alkalmazni, mint férfi társaik.

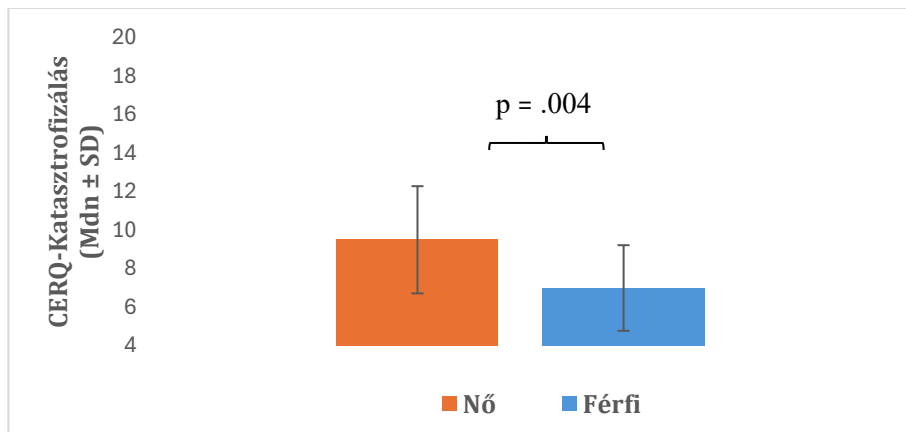
6. ábra: Az állatorvosok maladaptív megküzdési stratégiák használatában megnyilvánuló különbség a nemek összehasonlításában



Forrás: saját szerkesztés

Mivel különbséget találtunk a nem-adaptív megküzdés tekintetében a nő és férfi állatorvosok összehasonlításában, így releváns megvizsgálni, hogy melyek azok a konkrét megküzdési módok, amelyek a különbséget eredményezhetik. A katasztrofizálás alkála esetében sérült a normalitás feltétele, így Mann-Whitney tesztet használva az állatorvosok katasztrofizálás alkála pontszámaiban szignifikáns, közepes különbséget találtunk a nők (Mdn = 9,5) és férfiak (Mdn = 7) között ($U = 516$ $p = .004$ (1-tailed) $rB = .470$) (7. ábra).

7. ábra: Az állatorvosok katasztrofizálás megküzdési stratégia használata terén megnyilvánuló különbsége a nemek összehasonlításában

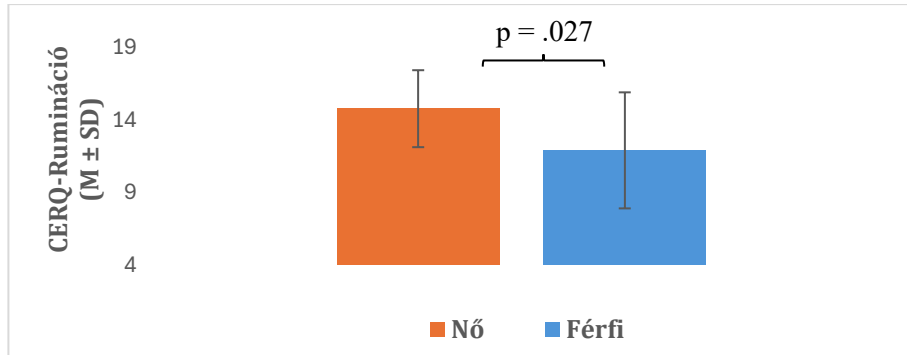


Forrás: saját szerkesztés

A rumináció dimenzió pontszámaiban a szórás-homogenitás feltételének sérülése miatt a független mintás t-próbát Welch-korrekcióval végeztük. A rumináció alkálát figyelembe véve az állatorvos-csoportban a nők ($M = 14,8$; $SD = 2,66$) és férfiak ($M = 11,92$; $SD = 4,01$) között egyoldalú tesztelést alkalmazva szignifikáns különbség mutatkozott $t(14.639) = 2.457$ $p = .027$ (1-tailed) $d = .845$ (8. ábra). A többi maladaptív

megküzdési mód esetében szignifikáns különbséget nem találtunk a két csoport között.

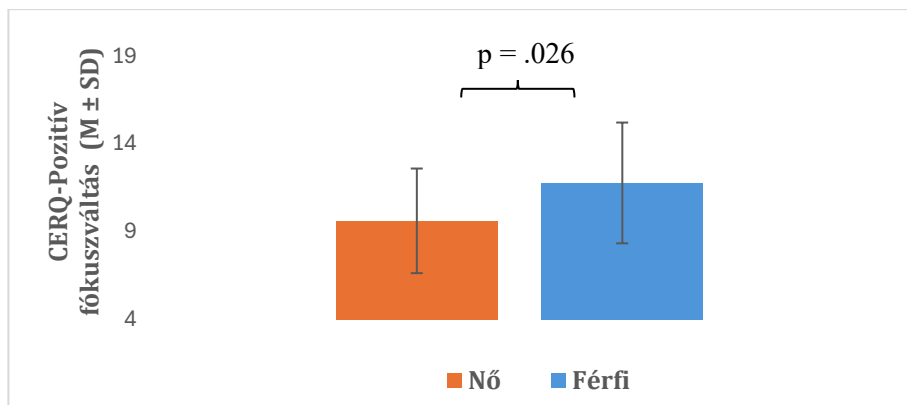
8. ábra: Az állatorvosok rumináció stratégia pontszámaiban megnyilvánuló különbség a nemek összehasonlításában



Forrás: saját szerkesztés

Az adaptív megküzdési módokban megmutatkozó különbségek felmérésére azonos módszertant használtunk. A független mintás t-próba feltételei hiánytalanul teljesültek, a pozitív fókuszváltás alskála esetében az állatorvosok csoportját figyelembe véve a nők (M = 9,61; SD = 2,98) és férfiak (M = 11,77; SD = 3,44) között kétoldalú tesztelést alkalmazva szignifikáns, közepes különbséget találtunk ($t(65) = -2.274$ $p = .026$ (2-tailed) $d = -.703$) (9. ábra). A többi alskála esetében szignifikáns különbséget nem találtunk.

9. ábra: Az állatorvosok pozitív fókuszváltás stratégia használatában megmutatkozó különbség a nemek összehasonlításában



Forrás: saját szerkesztés

3. hipotézis tesztelése

Hipotézis: Az állatorvosok körében a fiatalabb munkavállalók magasabb észlelt stressz-szinttel rendelkeznek, mint idősebb társaik, tehát összefüggés van az életkor és az észlelt stressz mértéke között.

Az állatorvosok körében az életkor és az észlelt stressz összefüggésének vizsgálatát egyszerű lineáris regresszióval kívántuk vizsgálni. A normalitás sem Shapiro-Wilk-, sem Z-tesztel nem teljesült. Mindezek által nem-parametrikus Spearman-féle rangkorrelációs próbát alkalmaztunk az állatorvosok életkora és az észlelt stressz mértéke közötti összefüggés tesztelésére. Spearman korrelációt használva szignifikáns, negatív, gyenge összefüggést találtunk az életkor és a stressz mértéke között ($r_s = -.207$ $p = .046$ (1-tailed)) (4. táblázat). Jelen minta eredményei alapján gyenge negatív irányú összefüggést találtunk az életkor és az észlelt stressz mértéke között az állatorvosokat tekintve.

4. táblázat: Észlelt stressz és életkor korrelációja az állatorvosok körében

	Életkor	PSS pontszám
Életkor	—	
PSS pontszám	-.0207*	—

Megjegyzés: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, one-tailed. Forrás: saját szerkesztés

Megvitatás

Kutatásunk fókuszában a magyar állatorvosok mentális egészségének felmérése volt a stressz, kiégés és megküzdési stratégiák mentén. Ennek érdekében megvizsgáltuk, hogy ezen mutatókban valóban van-e szignifikáns különbség a nem állatorvos munkavállalói kontrollcsoport és az állatorvosok között, valamint a vizsgálati csoportban a különböző demográfiai változók (nem, életkor) viszonylatában.

Első hipotézisünk arra vonatkozott, hogy az állatorvosok magasabb észlelt stressz- és kiégésszinttel rendelkeznek a kontrollcsoportéhoz képest, továbbá ezzel összefüggésben hajlamosabbak lehetnek maladaptív megküzdési módokat alkalmazni. Jelen mintán végzett elemzéseink alapján az állatorvosok csoportjának szignifikánsan magasabb az észlelt stressz mértéke a nem állatorvos munkavállalói kontrollcsoportéhoz viszonyítva, így ezen feltételezésünk beigazolódott. A kiégés tekintetében az emocionális kimerülés és deperszonalizáció pontszámokban találtunk szignifikáns különbséget. Eredményeink illeszkednek a korábbi kutatások megállapításaiba, amelyek alapján az állatorvosok nagyobb mértékű distresszt élnek meg mindennapjaik során. Ez számos vizsgálat szerint a kiégés kockázatát is megnöveli az általános népességgel összevetve (Best et al, 2020; Meehan és Bradley, 2007). Egy ausztrál mintán végzett felmérés alapján az állatorvosok több mint 60%-a közepes vagy annál nagyobb mértékű pszichológiai distresszt él át, emellett 22,2%-ukat a személyes kiégés, 19,7%-ukat munkahelyi kiégés, 16,6%-ukat pedig ügyfelekkel kapcsolatos kiégés érintette (Hatch et al., 2011). Az USA-ban 11627 állatorvos bevonásával készült felmérés eredménye szerint a megkérdezettek csaknem 20%-a mentális betegség kezelésében kényszerül részt venni (Nett et al., 2015). Az állatorvosokat érintő etikai és morális dilemmák lehetnek az egyik fő tényező a megnövekedett distressznek. Számos kutatás arra jutott, hogy az állatorvosok szubjektíve az eutanáziát nevezik meg az egyik fő stresszforrásnak munkájuk során (Crane et al., 2015; Meehan–Bradley, 2007). Ez a stressz hosszabb

távon is hatással van a szakemberekre, hiszen egy felmérés alapján a megkérdezett állatorvosok csaknem 88%-a gyászt él át egy állat életének kioltása következtében, tehát folyamatos érzelmi megterheléssel kell megbirkózniuk (Dow et al., 2019). Emellett erkölcsi kihívást jelenthet a gyanított állatbántalmazás észlelése és a gazdákkal való kapcsolat is, különösen akkor, ha az állattartók anyagi korlátai akadályozzák a szükséges kezelés végrehajtását (Batchelor–McKeegan, 2012; Crane et al., 2015; Mastenbroek et al., 2014). Az említett dilemmákon túl a munkahelyi túlterheltség is hatással lehet a fokozott distressz kialakulására, amelyek közt a magas munkaórák, a problémás ügyfelekkel való bánásmód, a túl nagy felelősség és a munkamagánélet egyensúly felbomlása lehet a legkézenfekvőbb tényező (Andela, 2020; Pohl et al., 2022). Ezen hatások közül a vizsgálatok alapján a magas munkaóra terheli meg leginkább a munkavállalókat, és kifejezetten a legfőbb stresszforrásnak említik (Fritschi et al., 2009; Gardner–Hini, 2006). Ebbe a problémakörbe azonosították az ügyeleti szolgálat okozta frusztrációt, a gyakori túlórákat és a hétfélig munkavégzést is (Pohl et al., 2022). Egy finn mintán végzett kutatás során megkérdezett állatorvosok egyértelműen kifejezték, hogy az ügyeleti idő csökkentése, illetve a munkaórák redukálása eredményezne leginkább könnyebbé (Reijula et al., 2003). Mindezek mellett feltárták azt is, hogy a munkaóra növekedése összefüggésben áll az érzelmi kimerüléssel, tehetetlenség-érzéssel és empátiás túlterheltséggel is, mely jellemzők szoros összefüggésben állnak a kiégéssel (Dow et al., 2019). Azonban fontos kiemelni, hogy nem feltétlenül a magas munkaóra káros, hanem az, hogy a munkavállaló mennyire érzi összhangban a munkával eltöltött időt a követelmények mértékével (Payne–Morrison, 1999). Az említett specifikus stresszforrásoknak való jelentős kitettség összefüggésben állhat azzal, hogy az általunk használt MBI kiégésskálán az emocionális kimerülés és deperszonalizáció mértékében találtunk szignifikáns különbséget a nem állatorvos munkavállalói kontrollcsoporthoz viszonyítva. Fontos kiemelni, hogy a személyiségjellemzők is hatást gyakorolhatnak a stressznek való kitettségre, például a perfekcionizmus felerősítheti a morálisan jelentős stresszorok és a pszichológiai distressz közötti összefüggést (Crane et al., 2015). Ezen jellemzők hatása nagyon jelentősnek bizonyulhat, főleg annak fényében, hogy bizonyos vizsgálatok alapján a személyiség nagyobb hatást gyakorolhat a munkahelyi stressz kialakulására, mint a környezeti hatások (Dawson–Thompson, 2017). Hipotézisünk harmadik része alapján a maladaptív megküzdési stratégiákban is különbség mutatkozhat a vizsgálati- és kontrollcsoport között, ez a feltételezésünk azonban nem igazolódott. Lehetséges, hogy a különbség inkább a megküzdés más aspektusaiban nyilvánulhat meg, többek között abban, hogy inkább érzelem-fókuszú vagy probléma-fókuszú megküzdést alkalmaznak. Csupán az önvád skála pontszámaiban mutatkozott szignifikáns különbség mintánkban, lehetséges, hogy az állatorvosok egyénileg nagyobb felelősséget cipelnek a vállukon, hiszen a beavatkozások során többnyire egyedül kell életéért felelniük, amely hozzájárulhat ahhoz, hogy hajlamosabbak lehetnek saját maguknak tulajdonítani a stresszkeltő helyzetek okait. A jelen minta eredményei alapján érdemes lehetne több figyelmet fordítani az állatorvosok mentális egészségnek védelmére és fejlesztésére. A szakirodalommal összhangban felmerülhet a pszichoedukáció beépítése már az egyetemi oktatásba is, továbbá segítséget nyújthatnának különböző kommunikációfejlesztő tréningek is, melyek megkönnyíthetnék a kliensekkel való hatékony kapcsolattartást. Számos kutatás eredményének fényében érdemes lehetne fokozottabb figyelmet fordítani a munkaterhelés csökkentésére is, amely akár a munkaórák limitálásában, akár a túlóra csökkentésében vagy az ügyeleti rendszer átdolgozásában nyilvánulhatna meg. Az Egyesült Királyságban már létrehoztak egy szakmai segítő szervezetet, mely

kutatásokkal, ajánlásokkal és különböző tréningekkel célozza az állatorvosok mentális jóllétének javítását, mely Magyarország számára is mintaként szolgálhatna (MMI).

Második hipotézisünk alapján a nő állatorvosok magasabb stressz- és kiégésszinttel rendelkeznek, ezen tényezőkkel összefüggésben pedig hajlamosabbak lehetnek maladaptív megküzdési stratégiák használatára férfi kollégáikhoz képest. Az észlelt stressz viszonylatában szignifikáns eltérést találtunk a nemek összevetésében, így ezen feltételezésünk igazolást nyert. Számos kutatás azonos következtetésre jutott (Gardner–Hini, 2006; Hatch et al., 2011; Shirangi et al., 2013). Erre többek között olyan jelenségek adhatnak magyarázatot, miszerint a nők alapvetően hajlamosabbak a szomatikus stresszreakciókra, valamint a különböző élethelyzeteket hajlamosabbak lehetnek kevésbé kívánatosnak és kontrollálhatónak értékelni (Matud, 2004). Ez a szempont releváns lehet a munkahelyi stresszel kapcsolatban is, mivel lehetséges, hogy a nők eltérően élik meg és értelmezik ugyanazokat a munkahelyi helyzeteket. Ezzel kapcsolatban egy kutatás alapján a női állatorvosok inkább a saját magukkal szembeni magas elvárásokat, a munkaterhelést, valamint a kollégákkal és kliensekkel való problémákat nevezték meg összefüggésben a stresszel, míg a férfiak fókuszában inkább a jövedelemmel és karrierrel kapcsolatos aggodalmak jelentek meg jelentős aspektusént. Fontos szempont lehet továbbá, hogy a női munkavállalók nagy részének akár a gyermekvállalás és az ebből fakadó többletfeladatok is jelenthetnek a distresszben megnyilvánuló különbséget a férfi társaikhoz képest. Egy kutatás ezzel ellentétes megállapításra jutott, mivel vizsgálatukban a gyermekvállalás nem magyarázta a stressz szintjének növekedését, sőt, akiknek két vagy több gyermekük van, jobb mentális egészséggel rendelkeznek (Reijula et al., 2003). Mindezek mellett olyan társadalmi jelenség is hatással lehet az észlelt stresszben megnyilvánuló eltérésre, mint a nemek között megnyilvánuló bérkülönbség. A jövedelmek terén észlelt különbségek erős igazságtalanságérzést kelthetnek, amely nemcsak az önértékelésre, de a munkához fűződő motivációra is negatív hatással lehet. A számos említésre került stresszfaktor fényében a kiégés mértékében is különbségek mutatkoztak meg a nemek viszonylatában számos kutatás eredményeképpen (Best et al., 2020; Perret et al., 2020). Jelen kutatás eredményei nem igazolták, hogy különbség lenne a nők és férfiak között a kiégés szempontjából, így hipotézisünk nem nyert igazolást. Ennek oka lehet önmagában az is, hogy rendkívül nagy eltérés volt a nemek tekintetében a két csoport elemszámában, a férfiakat csupán 13 fő képviselte, amely könnyen az eredmények torzítását vonhatta maga után. Emellett elképzelhető az is, hogy a stressz szintjében megnyilvánuló különbség sokkal inkább a személyiségben, a társadalmi és magánéleti hatásokban való eltéréseknek köszönhető és nem azoknak a munkahelyi stresszforrásoknak, amelyek az általunk mért kiégéshez vezethetnek (Maslach et al., 2001). A megélt distressz mértékében való különbséghez a megküzdési stratégiákban való eltérés is hozzájárulhat. Jelen minta eredményei alapján a nők szignifikánsan több maladaptív megküzdési módot alkalmaznak, amely a rumináció és katasztrofizálás alszkálák pontszámaiban is megnyilvánult. Eredményünk összhangban áll korábbi vizsgálatokkal, miszerint a nő állatorvosok hajlamosabbak lehetnek negatív stresszkezelési formákat használni, mint a rumináció, önvád, önsajnálát és elkerülés, emellett kevesebb adaptív stratégiát alkalmaznak (Emmett et al., 2019). Ezeknek a maladaptív megküzdési stratégiáknak a használata fokozott vagy állandó distresszhez vezethetnek, így az ebben megmutatkozó különbségek magyarázhatnák a korábbiakban kifejtett eltéréseket a nemek összehasonlításában. A két csoport közötti különbségek értelmezésében fontos szempont lehet továbbá, hogy a nők inkább érzelem-fókuszú-, míg a férfiak

probléma-fókuszú megküzdést hajlamosabbak használni (Matud, 2004). Az érzelem-fókuszú megküzdés a stresszhelyzet által generált érzelmeket kívánja módosítani, kevésbé hatékony és nagyobb valószínűséggel vezet pszichológiai distresszhez (Folkman–Lazarus, 1980; Sigmon et al., 1995). A szakirodalmakkal összhangban felmerülhet a jövőben a pszichoedukáció és különböző intervenciók használata vagy fejlesztése. Ez azért is lesz egyre inkább hangsúlyos, mivel felmérések alapján Bécsben, Kanadában és az USA-ban is a frissdiplomás állatorvosok közel 80%-a nő (Lofstedt, 2003).

Harmadik és egyben utolsó hipotézisünk szerint a fiatalabb, tapasztalatlanabb állatorvosok magasabb észlelt stressz-szinttel rendelkeznek, mint idősebb kollégáik. Eredményeink alapján gyenge, szignifikáns negatív összefüggést találtunk a két csoport között, ezért feltételezésünk beigazolódott. Megállapításunk párhuzamba hozható korábbi kutatásokkal, ahol a jelen vizsgálattal megegyező eredmények születtek, miszerint a diploma megszerzése óta eltelt évek számával, az életkor növekedésével, illetve az aktuális munkahelyen eltöltött idővel csökken a pszichológiai distressz mértéke (Dow et al., 2019; Fritschi et al., 2009; Gardner–Hini, 2006). Egyrészt jelentőséget kell tulajdonítani annak, hogy a fiatalabb, tapasztalatlanabb állatorvosok még sokkal kevesebb szakmai tapasztalattal rendelkeznek, ezáltal több váratlan esemény érheti őket munkájuk során, emellett nem feltétlenül képesek még olyan hatékonyan kezelni a páciensekkel vagy kollégákkal felmerülő konfliktusokat sem. A tapasztaltabb szakemberek nemcsak a praktikus készségek szempontjából lehetnek előnyben, hanem valószínűleg az évek során hatékonyabb megküzdési stratégiákat alakíthattak ki, melyek rugalmasságot, valamint kontroll- és biztonságérzetet nyújthatnak számukra. Mindezek mellett lehetséges, hogy azok az állatorvosok, akik túlságosan stresszesnek élték meg a hivatást, vagy nem tudtak megbirkózni a nehéz helyzetekkel, hamarabb hagyják el a pályát, ezáltal a reziliensebb szakemberek kerülnek túlsúlyba az idősebb életkori csoportokban. Jelen kutatás eredményei és az említett szakirodalmak alapján indokoltnak tűnik célzott stratégiák kidolgozásának megfontolása a fiatal, pályakezdő állatorvosok számára, amely a stresszkezelést és a kiváltó okok módosítását célozhatja.

Korlátok

Jelen kutatás számos limitációval rendelkezik. Az adatgyűjtés online történt a közösségi médiában az első szerző ismerősei körében, emellett a magyar állatorvosok hivatalos Facebook csoportjában került megosztásra. Ez alapján nem véletlenszerű eljárás keretében hólabda- és kényelmi mintavételt alkalmaztunk, mely kizárja a reprezentatív minta kialakításának lehetőségét. Ezáltal fontos kiemelni, hogy mintánk nem képezi le a teljes populációt, eredményeink nem általánosíthatóak. Érdeemes megemlíteni, hogy mintánk a nemi eloszlást figyelembe véve nem egyenletes, a nő résztvevők jelentősen felülreprezentáltak (80,6%). Ez különösen a nemek szerinti összehasonlításoknál jelent módszertani problémát, mert a kis elemszám csökkenti a statisztikai erőt, növeli a becslések bizonytalanságát, és érzékenyebbé teszi az eredményeket egyedi válaszadói mintázatokra. Kiemelendő továbbá, hogy a kontrollcsoport nem differenciált munkatípus szerint, ellentétben a vizsgálati csoporttal, amely homogén, kizárólag állatorvosokból áll. Ez azért fontos, mert a vizsgált változók erősen függhetnek a munkakörétől, munkaterheléstől, felelősségi szinttől, munkaidőtől és ügyfélkapcsolati terheléstől is. Ennek fényében a kontrollcsoport foglalkozási heterogenitása csökkentheti az összehasonlítás

pontosságát. Ez különösen jelentős lehet az általunk a kiegészítő felmérésére használt MBI kérdőív esetében, amely első sorban a humán szolgáltatás szektorban dolgozó szakemberek vizsgálatára szolgál. Az adatelemzések során kiegészítésként megvizsgáltuk a CERQ kérdőív egyes alskáláiban megnyilvánuló különbségeket is a csoportok viszonylatában. Az elemzések során nem alkalmaztunk korrekciót, így az alskála-szintű elemzések növelik az elsőfajú hiba valószínűségét. Ennek fényében a kapcsolódó eredményeket érdemes óvatossággal kezelni.

Összefoglalás/kitekintés

Kutatásunk a magyar állatorvosok észlelt stressz- és kiegészítőtípusok felmérését, továbbá az általuk használt megküzdési stratégiák feltérképezését volt hivatott megvizsgálni a nem állatorvos munkavállalói kontrollcsoport viszonylatában. Eredményeink alapján az állatorvosokra nagyobb mértékben jellemző a stressz, illetve magasabb kockázatot mutatnak a kiegészítő szempontjából, mint a nem állatorvos munkavállalói kontrollcsoport. A maladaptív megküzdési módok használatában ez a különbség nem mutatkozott meg, így a stresszkezelést érdemes a jövőben más elméleti elgondolás mellett felmérni. Az állatorvosok körében a jelen mintában a nő és fiatalabb állatorvosok magasabb pontszámot értek el a vizsgált mutatók tekintetében.

Az állatorvosok mentális egészségének vizsgálata rendkívül fontos és egyre sürgetőbb lesz a jövőben, hiszen rendkívül magas az öngyilkossági kísérletek és befejezett öngyilkosságok aránya az általános népességhez viszonyítva (Schwerdtfeger et al., 2020). Egy több mint 11 ezer állatorvost vizsgáló kutatás alapján a válaszadók 17%-a számolt be öngyilkossági gondolatokról, és 1%-uk kísérelt meg öngyilkosságot az egyetem elvégzését követően (Nett et al., 2015). Német mintán hasonló eredmények születtek, az állatorvosok 19,2%-át klasszifikálták öngyilkossági gondolatokkal, emellett az állatorvosok öngyilkossági kockázata hatszoros-hétszeres volt az általános népességhez viszonyítva (Schwerdtfeger et al., 2020). Ennek fényében jelen kutatást a jövőben érdemes lehet továbbfejleszteni, és felmérni a hazai állatorvosok körében az öngyilkossági gondolatokat és viselkedéseket, amelyet például a SBQ-R (Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised) önbeszámoló kérdőívvel lehetne kivitelezni. A szakirodalomban egyértelműen a depressziót azonosítják a legnagyobb rizikófaktornak az öngyilkosság szempontjából (LeFevre, 2014). Az állatorvosok körében a depresszió is sok embert érint, a felmérések alapján a súlyos és nagyon súlyos depressziós tünetekkel rendelkezők megoszlása az Egyesült Királyságban 5,8%, Kanadában 9%, Németországban 10%, Ausztráliában pedig közel 8% volt (Bartram et al., 2009; Best et al., 2020; Hatch et al., 2011; Schwerdtfeger et al., 2020). Továbbfejlesztve kutatásunkat magyar mintán is érdemes lenne megvizsgálni, hogy milyen mértékben kitéttek az állatorvosok a depresszióknak, amelyre a leggyakrabban használt Beck Depresszió Kérdőív (BDI) magyar változata megfelelő alapot biztosítana (Rózsa et al., 2001). Mindezek mellett számos szakirodalom a stresszel való megküzdés felmérésére a reziliencia koncepcióját használja, amely a stresszel szembeni ellenállóképesség egyik legfontosabb mutatója, és mind a mentális, mind pedig a fizikai egészségre erős bejósoló erővel bír az állatorvosok körében is (Connor–Davidson, 2003; Perret et al., 2020). Ennek fényében a jövőben a kognitív-érzelemregulációs technikák felmérése mellett a reziliencia vizsgálata előrelépést jelenthetne. Legutolsó sorban a kvantitatív adatgyűjtési technikák mellett kvalitatív interjú módszereket lenne érdemes

használni a későbbiekben annak érdekében, hogy felmérjük a magyar állatorvosok szubjektíve mely stresszforrásokat érzékelik a legjelentősebbnek.

Irodalomjegyzék

Ádám S., & Mészáros V. (2012): Psychometric properties and health correlates of the Hungarian Version of the Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey (MBI-HSS) among physicians. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 13(2), 127–143. <https://doi.org/10.1556/Mental.13.2012.2.2>

Ádám S., & Salavecz G. (2010): Theoretical background and assessment of stress: Review of the test battery utilized in the János Selye Mental Health Programme. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 11(1), 53–80. <https://doi.org/10.1556/Mental.11.2010.1.4>

Andela, M. (2020): Burnout, somatic complaints, and suicidal ideations among veterinarians: Development and validation of the Veterinarians Stressors Inventory. *Journal of Veterinary Behavior*, 37, 48–55. <https://doi.org/10.1016/j.jveb.2020.02.003>

Bartram, D. J., Yadegarfar, G., & Baldwin, D. S. (2009): A cross-sectional study of mental health and well-being and their associations in the UK veterinary profession. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 44(12), 1075–1085. <https://doi.org/10.1007/s00127-009-0030-8>

Batchelor, C. E. M., & McKeegan, D. E. F. (2012): Survey of the frequency and perceived stressfulness of ethical dilemmas encountered in UK veterinary practice. *Veterinary Record*, 170(1), 19–19. <https://doi.org/10.1136/vr.100262>

Best, C. O., Perret, J. L., Hewson, J., Khosa, D. K., Conlon, P. D., & Jones-Bitton, A. (2020): A survey of veterinarian mental health and resilience in Ontario, Canada. *The Canadian Veterinary Journal*, 61(2), 166–172.

Cohen, S., Gianaros, P. J., & Manuck, S. B. (2016): A Stage Model of Stress and Disease. *Perspectives on Psychological Science*, 11(4), 456–463. <https://doi.org/10.1177/1745691616646305>

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983): A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385. <https://doi.org/10.2307/2136404>

Cohen, S., Kessler, R. C., & Gordon, L. U. (1997): *Measuring Stress: A Guide for Health and Social Scientists*. Oxford University Press.

Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003): Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>

Crane, M., Phillips, J., & Karin, E. (2015): Trait perfectionism strengthens the negative effects of moral stressors occurring in veterinary practice. *Australian Veterinary Journal*, 93(10), 354–360. <https://doi.org/10.1111/avj.12366>

- Dawson, B. F. Y., & Thompson, N. J. (2017): The Effect of Personality on Occupational Stress in Veterinary Surgeons. *Journal of Veterinary Medical Education*, 44(1), 72–83. <https://doi.org/10.3138/jvme.0116-020R>
- Dow, M., Chur-Hansen, A., Hamood, W., & Edwards, S. (2019): Impact of dealing with bereaved clients on the psychological wellbeing of veterinarians. *Australian Veterinary Journal*, 97(10), 382–389. <https://doi.org/10.1111/avj.12842>
- Emmett, L., Aden, J., Bunina, A., Klaps, A., & Stetina, B. U. (2019): Feminization and Stress in the Veterinary Profession: A Systematic Diagnostic Approach and Associated Management. *Behavioral Sciences*, 9(11), 114. <https://doi.org/10.3390/bs9110114>
- Emmett, L., Stetina, B., Aden, J., Bunina, A., Klaps, A., Meric, B., & Kovacovsky, Z. (2018): *Distract more—Ruminate less! Coping strategies in female vets.*
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980): An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219. <https://doi.org/10.2307/2136617>
- Gardner, D., & Hini, D. (2006): Work-related stress in the veterinary profession in New Zealand. *New Zealand Veterinary Journal*, 54(3), 119–124. <https://doi.org/10.1080/00480169.2006.36623>
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001): Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311–1327. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)
- Gibbons, C. (2010): Stress, coping and burn-out in nursing students. *International Journal of Nursing Studies*, 47(10), 1299–1309. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2010.02.015>
- Hansez, I., Schins, F., & Rollin, F. (2008): Occupational stress, work-home interference and burnout among Belgian veterinary practitioners. *Irish Veterinary Journal*, 61(4), 233. <https://doi.org/10.1186/2046-0481-61-4-233>
- Hatch, P., Winefield, H., Christie, B., & Lievaart, J. (2011): Workplace stress, mental health, and burnout of veterinarians in Australia: education, ethics & welfare. *Australian Veterinary Journal*, 89(11), 460–468. <https://doi.org/10.1111/j.1751-0813.2011.00833.x>
- Hoaglin, D. C., & Iglewicz, B. (1987): Fine-Tuning Some Resistant Rules for Outlier Labeling. *Journal of the American Statistical Association*, 82(400), 1147–1149. <https://doi.org/10.1080/01621459.1987.10478551>
- Kassem, A. M., Witte, T. K., Nett, R. J., & Carter, K. K. (2019): Characteristics associated with negative attitudes toward mental illness among US veterinarians. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 254(8), 979. <https://doi.org/10.2460/javma.254.8.979>
- LeFevre, M. L. & on behalf of the U.S. Preventive Services Task Force. (2014): Screening for Suicide Risk in Adolescents, Adults, and Older Adults in Primary Care: U.S.

- Preventive Services Task Force Recommendation Statement. *Annals of Internal Medicine*, 160(10), 719–726. <https://doi.org/10.7326/M14-0589>
- Legerstee, J. S., Garnefski, N., Verhulst, F. C., & Utens, E. M. W. J. (2011): Cognitive coping in anxiety-disordered adolescents. *Journal of Adolescence*, 34(2), 319–326. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.04.008>
- Lofstedt, J. (2003): Gender and veterinary medicine. *The Canadian Veterinary Journal*, 44(7), 533–535.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001): Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Mastenbroek, N. J. J. M., Demerouti, E., Van Beukelen, P., Muijtjens, A. M. M., Scherpbier, A. J. J. A., & Jaarsma, A. D. C. (2014): Measuring potential predictors of burnout and engagement among young veterinary professionals; construction of a customised questionnaire (the Vet-DRQ). *Veterinary Record*, 174(7), 168–168. <https://doi.org/10.1136/vr.101761>
- Matud, M. P. (2004): Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1401–1415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>
- McKinley, N., McCain, R. S., Convie, L., Clarke, M., Dempster, M., Campbell, W. J., & Kirk, S. J. (2020): Resilience, burnout and coping mechanisms in UK doctors: A cross-sectional study. *BMJ Open*, 10(1), e031765. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-031765>
- Meehan, M. P., & Bradley, L. (2007): Identifying and evaluating job stress within the Australian small animal veterinary profession. *Australian Veterinary Practitioner*, 37(2), 70–83.
- Mészáros V., Cserhádi Z., Oláh A., Perczel Forintos D., & Ádám S. (2013): A munkahelyi stresszel való megküzdés egészségügyi szakdolgozók körében – lehetőségek a kiégés és depresszió megelőzésének szolgálatában. *ORVOSI HETILAP*.
- Miklósi, M., Martos, T., Kocsis-Bogár, K., & Perczel Forintos, D. (2011a): A Kognitív Érzelem-Reguláció Kérdőív magyar változatának pszichometriai jellemzői. 2, 26, 102–111.
- Nett, R. J., Witte, T. K., Holzbauer, S. M., Elchos, B. L., Campagnolo, E. R., Musgrave, K. J., Carter, K. K., Kurkjian, K. M., Vanicek, C. F., O’Leary, D. R., Pride, K. R., & Funk, R. H. (2015): Risk factors for suicide, attitudes toward mental illness, and practice-related stressors among US veterinarians. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 247(8), Article 8. <https://doi.org/10.2460/javma.247.8.945>
- Payne, R. L., & Morrison, D. (1999): The importance of knowing the affective meaning of job demands revisited. *Work & Stress*, 13(3), 280–288. <https://doi.org/10.1080/026783799296075>

- Perret, J. L., Best, C. O., Coe, J. B., Greer, A. L., Khosa, D. K., & Jones-Bitton, A. (2020): Association of demographic, career, and lifestyle factors with resilience and association of resilience with mental health outcomes in veterinarians in Canada. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 257(10), 1057–1068. <https://doi.org/10.2460/javma.2020.257.10.1057>
- Pohl, R., Botscharow, J., Böckelmann, I., & Thielmann, B. (2022): Stress and strain among veterinarians: A scoping review. *Irish Veterinary Journal*, 75(1), 15. <https://doi.org/10.1186/s13620-022-00220-x>
- Reijula, K., Räsänen, K., Hämäläinen, M., Juntunen, K., Lindbohm, M., Taskinen, H., Bergbom, B., & Rinta-Jouppi, M. (2003): Work environment and occupational health of Finnish veterinarians. *American Journal of Industrial Medicine*, 44(1), 46–57. <https://doi.org/10.1002/ajim.10228>
- Rózsa, S., Szádóczy, E., & Füredi, J. (2001): A Beck depresszió kérdőív rövidített változatának jellemzői hazai mintán. [Psychometric properties of the Hungarian version of the shortened Beck Depression Inventory.]. *Psychiatria Hungarica*, 16(4), 384–402.
- Schwerdtfeger, K. A., Bahramsoltani, M., Spangenberg, L., Hallensleben, N., & Glaesmer, H. (2020): Depression, suicidal ideation and suicide risk in German veterinarians compared with the general German population. *Veterinary Record*, 186(15). <https://doi.org/10.1136/vr.105430>
- Shirangi, A., Fritschi, L., Holman, C., & Morrison, D. (2013): Mental health in female veterinarians: Effects of working hours and having children. *Australian Veterinary Journal*, 91(4), 123–130. <https://doi.org/10.1111/avj.12037>
- Sigmon, S. T., Stanton, A. L., & Snyder, C. R. (1995): Gender differences in coping: A further test of socialization and role constraint theories. *Sex Roles*, 33(9), 565–587. <https://doi.org/10.1007/BF01547718>
- Stauder, A., & Konkoly Thege, B. (2006): Az észlelt stressz kérdőív (PSS) magyar verziójának jellemzői [Characteristics of the Hungarian version of the Perceived Stress Scale (PSS)]. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7, 203–216. <https://doi.org/10.1556/Mental.7.2006.3.4>
- Stetina, B. U., & Krouzecky, C. (2022): Reviewing a Decade of Change for Veterinarians: Past, Present and Gaps in Researching Stress, Coping and Mental Health Risks. *Animals*, 12(22), 3199. <https://doi.org/10.3390/ani12223199>
- Tukey, J. W. (1977): *Exploratory data analysis*. Addison-Wesley Publishing Company.
- Wallace, J. E. (2017): Burnout, coping and suicidal ideation: An application and extension of the job demand-control-support model. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 32(2), 99–118. <https://doi.org/10.1080/15555240.2017.1329628>

STRESS, BURNOUT, AND COPING STRATEGIES AMONG HUNGARIAN VETERINARIANS

GERGELY BALÁZS – BARBARA BATTÁ

The aim of the present study was to map the psychological health indicators of Hungarian veterinarians and compare them with the general population, as a growing body of international scientific literature draws attention to the critical state of veterinarian's mental health. Data collection was conducted via an online questionnaire using non-probability snowball and convenience sampling methods. The total sample consisted of 131 individuals (M= 37 years; SD= 12.74 years), of whom 67 veterinarians formed the study group (M= 36.2 years; SD= 10.8 years), and 61 individuals constituted the control group, consisting of active employees undifferentiated by occupation (M= 38.2 years; SD= 14.6 years). The veterinarian group included 54 women and 13 men, while the control group consisted of 42 women and 19 men. The Hungarian versions of the Perceived Stress Scale (PSS), the Maslach Burnout Inventory (MBI), and the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) were used to assess mental health status. Based on independent samples t-tests, veterinarians scored significantly higher in perceived stress ($p = .014$, $d = .395$) than members of the control group. Regarding burnout, significant differences were found in the dimensions of emotional exhaustion ($p = .008$, $d = .431$) and depersonalization ($p = .001$, $d = .579$). Within the veterinarian group, women were significantly more exposed to stress ($p < .001$, $d = 1.057$) and were more prone to utilizing maladaptive coping strategies ($p = .002$, $d = .952$). Spearman's correlation analysis revealed that younger veterinarians perceive higher levels of stress than their older colleagues ($r_s = -.207$, $p = .046$). The results highlight the vulnerability of the mental health of Hungarian veterinarians, these findings underscore the urgent need for further studies, as well as the implementation of targeted preventive and supportive interventions within the veterinary profession.

Keywords: veterinarian, perceived stress, burnout, coping strategy, mental health

A CSÁRDÁS FOGADTATÁSA A 19. SZÁZAD VÉGI MAGYARORSZÁGON

SAJTÓDISKURZUS ÉS KULTURÁLIS REPREZENTÁCIÓ

UJVÁRI HEDVIG¹

Absztrakt

A tanulmány a *Csárdás* című balett 19. század végi magyar és német nyelvű recepcióját elemzi, különös tekintettel arra, miként formálódott a „nemzeti balett” fogalma a korabeli nyilvánosság eltérő sajtóregisztereiben. Az írás egy korábbi, részletes sajtórekonstrukció eredményeire épít, ezeket azonban érvelő keretben hasznosítja: azt mutatja be, hogyan vált a periodikus sajtó a kulturális értelmezés aktív közegévé, amelyben a mű identitásképző szerepet kapott. Az elemzés amellet érvel, hogy a *Csárdás* recepció jelentése nem egyetlen kritikai pozícióból, hanem különböző nyelvű és műfajú lapok egymásra ható olvasataiban stabilizálódott. Míg a magyar nyelvű kritika a balettet elsősorban a nemzeti hiány és pótlás horizontjában értelmezte, a budapesti német nyelvű sajtó európai műfaji normák felől közelített, az élclapok pedig a színpadi reprezentáció túlerheltségét tették láthatóvá. A tanulmány a kulturális reprezentáció, az autenticitás és a kultúráközvetítés fogalmait mentén mutatja be, hogy a *Csárdás* nem pusztán balettpremierként, hanem a korszak egyik fontos mediális eseményeként vált értelmezhetővé: a nemzeti önkép, a műfaji adaptáció és a sajtó általi kulturális közvetítés metszéspontjában.

Kulcsszavak: 19. századi sajtó; nemzeti balett; *Csárdás*; kulturális reprezentáció; kultúráközvetítés

1. Bevezetés – A *Csárdás* mint a sajtónyilvánosságban konstruált nemzeti balett

Amikor 1890 decemberében a Magyar Királyi Operaház bemutatta Szojanovits Jenő *Csárdás* című balettjét, a mű azonnal a korszak nyilvánosságának metszéspontjába került. A premier – bármennyire is kísérleti vállalkozás volt művészi értelemben – a sajtó különböző regisztereit olyan kulturális jelentésrétegek mozgósítására készítette, amelyek messze túlnőttek egy új táncjáték bemutatóján. A *Csárdás* már első megjelenésének pillanatában sajtóeseménnyé vált: a magyar és a magyarországi német nyelvű napi sajtó és az élclapok egymástól eltérő, mégis egymással kommunikáló narratívákban határozták meg, mit jelenthet a „magyar balett” a 19. század végének kulturális önképében (Ujvári 2023a).

A magyar balettművészet intézményi szerkezete ekkorra alapvetően töredezett volt. A budapesti Operaház működését a viszonylagos nemzetközi elszigeteltség, a vezetői körökben állandósuló hatalmi-személyi konfliktusok, valamint az olasz képzésű balettmesterek stílári preferenciái egyaránt meghatározták. Mindez olyan műfaji hiányhelyzetet eredményezett, amelyben a magyar táncagyomány csak esetlegesen, többnyire látványos vagy karakterisztikus betétként jelent meg, de nem vált organikus módon a színpadi balett dramaturgiai és

¹ PhD, egyetemi docens, PPKÉ BTK Kommunikáció- és Mediatudományi Intézet; ujvari.hedvig@btk.ppk.hu; h.ujvari@t-online.hu; ORCID: 0000-0002-4199-0464

koreográfiai nyelvének részévé. Ebben a kontextusban a *Csárdás* megjelenése több volt, mint egy új darab premierje: olyan műfaji és intézményi próbatétellé vált, amelyben a magyar tánc színpadi reprezentálhatóságának kérdése először kapott szélesebb sajtónyilvánosságot (Körtvélyes, 1966, 34–35. o.; Vályi, 1956).

Benedict Anderson (2016) „képzelt közösség” fogalma különösen termékenynek bizonyul a *Csárdás* recepciójának megértésében. A sajtó a nemzeti közösséget reprezentációkon keresztül létrehozó médiumként nem csupán reagált a darabra, hanem megalkotta azt a horizontot, amelyben a „nemzeti balett” egyáltalán elhelyezhető volt. A kritikusok rendre normatív elvárásokat fogalmaztak meg: vajon tartalmaz-e elegendő „népies” elemet; miként stilizálja a csárdást és más magyar táncformákat; hogyan illeszti be a verbunkos vagy a magyar nóta toposzait az akadémikus balett keretei közé; és alkalmas-e arra, hogy a nemzeti kifejezés médiumává váljon egy olyan műfajban, amelynek európai hagyományai alapvetően idegenek a magyar néptánc kultúrától.

Regina Bendix (2009) autenticitáselmélete jól megvilágítja e diskurzus működését: a „hitelesség” a korabeli sajtóban nem inherens tulajdonságként, hanem retorikai konstrukcióként jelent meg; olyan elvárásként, amelyet újra és újra megteremtettek, gyakran egymásnak ellentmondó módon. A magyar kritika egy része a hitelességet a néptánc elemek és népi dallamok „eredetiségéhez” kötötte, míg más lapok – különösen a hazai német nyelvű polgári sajtó – a stilizáció modernségét, sőt, európai kompatibilitását tekintette mérvadónak. Philip Bohlman (1988) megállapítása, miszerint a népi kultúra nem statikus örökség, hanem minden reprezentációval újraformálódó folyamat, közvetlenül érvényesül a *Csárdás* esetében: a falusi táncok és a magyar nóta az operaszínpadon már eleve színpadi konstrukcióként jelennek meg, amelynek hitelességét a sajtó értelmezi vagy megkérdőjelezi.

A balett fogadtatása csak több nyilvánosságrész együttes vizsgálatával érthető meg. A magyar politikai sajtó (pl. *Fővárosi Lapok*, *Pesti Hirlap*) a *Csárdást* a nemzeti balett első, történetileg szükségszerű kísérleteként mutatta be, olyan műként, amely a hosszú ideig hiányzó műfaj helyére lép. A német nyelvű polgári sajtó (pl. *Pester Lloyd*) európai kontextusba illesztette a darabot: a francia balett, a bécsi táncjátékok és az orosz nemzeti balettek felől értelmezte a magyar próbálkozást, és a műfaji alkalmazkodás kérdéseire összpontosított. Az élclapok, különösen a *Bolond Istók*, ironikus tükörként működtek: ikonográfiai torzításaikkal, nyelvi paródiáikkal azt mutatták meg, mennyire válhat túlterheltté a nemzeti önkép, ha a színházi reprezentációt didaktikus vagy allegorikus szimbólumok irányítják. A *Csárdás* olyan „mediális csomóponttá” lett, ahol a különböző sajtónyelvek nem csupán egymás mellett léteztek, hanem kölcsönösen értelmezték, módosították egymás narratíváit. A mű jelentése így nem a színpadon, hanem a sajtó diskurzív tereiben stabilizálódott (Ujvári, 2023a).

Jelen tanulmány ebből a perspektívából vizsgálja a *Csárdást*: nem mint műfaj történeti kuriózumot, hanem mint a nyilvánosság által létrehozott identitásképző konstrukciót, amelyben a különböző sajtótermékek egymást kiegészítő, olykor élesen eltérő szerepet játszottak. A lapok ebben az esetben nem pusztán kommentálták az eseményt, hanem megalkották azt a kulturális horizontot, amelyben a „magyar balett” fogalma először vált értelmezhetővé.

2. A *Csárdás* előtörténete a sajtóban: intézményi hiányok és a nemzeti balett szükségességének diskurzusa

A *Csárdás* 1890. évi bemutatója nem előzmények nélküli esemény volt: a korabeli magyar sajtó már jóval a premier előtt olyan elvárásokat, hiányérzeteket és kulturális igényeket fogalmazott meg, amelyek lényegében előre kijelölték a darab értelmezési horizontját. A lapok a balett megszületését nem egyszerűen művészi vállalkozásként kezelték, hanem a hazai táncművészet fejlődési zavarainak, intézményi hiányainak és nemzeti reprezentációs deficitjeinek lehetséges korrekciójaként. Ennek háttérében az a visszatérő sajtóbeli tapasztalat állt, hogy míg az opera Erkel és Liszt munkássága révén viszonylag korán megtalálta a nemzeti művészet kanonikus formáit, addig a balett műfaja jóval lassabban és nehezebben illeszkedett bele a magyar kulturális önreprezentáció eszméjébe. A kritikai diskurzus ezért a *Csárdás* kapcsán nem pusztán egy új balett esztétikai értékét mérlegelte, hanem azt is, képes lehet-e a mű a népi táncformákat – a csárdást, a palotást vagy a verbunkost – a színpadi dramaturgia részévé tenni (Gelencsér, 1984, 153–154. o.; Vályi, 1956).

A kritikák a balett hazai késését gyakran intézménytörténeti okokkal hozták összefüggésbe. A budapesti Operaház nemzetközi elszigeteltsége, a vendégművészek költséges szerződtetése, a vezetésen belüli hatalmi feszültségek és az olasz képzésű balettmesterek stiláris hegemoniája mind hozzájárultak ahhoz a sajtóban kialakult képhez, hogy a balett nem önálló művészeti ágként, hanem repertoárkitöltő funkcióval létezik (Gelencsér, 1984). A zenei szakírók többször hangsúlyozták, hogy a balett számára nem maradnak eszközök, mert a költségvetés nagy részét az opera igényei kötik le, valamint a vezetés következetlen műsorpolitikáját kritizálták. Ebben a közegben különösen élesnek hatott a hiány retorikája: a kritikusok visszatérően hangoztatták, hogy a magyar táncművészetből hiányzik a nemzeti tematika és a népi kultúra színpadi integrációja – olyan hiányok, amelyek pótlására a *Csárdást* mintegy „előre felkért” darabként kezdték kezelni.

A *Csárdás*ról szóló előzetes sajtóbeszámolókat már a tervezés és próbafolyamat idején megkezdték a mű diskurzív pozicionálását (Ujvári, 2023a). Amikor az Operaház igazgatósága 1890 februárjában elfogadta a darabot, a zenei szakírók szinte azonnal úgy értelmezték, hogy ez a mű „teljesen magyar” témájú lesz, és olyan zenei-táncos anyagra épül, amelyben a magyarországi népek táncai és dallamai jelennek meg. Ez a hangsúlyozás nem pusztán információközlés volt: a sajtó már a próbák előtt kijelölte azt a feladatot, amely a darabnak jut: az első magyar balett szerepét. A *Pesti Napló*, a *Fővárosi Lapok* és a *Zenelap* szinte egybehangzóan állították, hogy a *Csárdás*nak „küldetése” van: a nemzeti tematika megjelenítése és a magyar balettművészet történeti megkésetttségének kiegyenlítése.

Ezt a jelentésképzést a látvány kulturális szerepének előzetes hangsúlyozása tovább erősítette. A lapok hetekig részletekbe menően számoltak be a díszletekről, valamint a korhű magyar viseletekről, amelyekkel kapcsolatban a sajtó már a premier előtt a „nemzeti reprezentáció vizuális programját” emlegette. A jelmezeket és a színpadi képeket „magyar viselet-kiállításként”, „a nemzeti típusok galériájaként” írták le, ami világossá tette, hogy a darabot az újságok elsődlegesen nem esztétikai, hanem reprezentációs aktusként értelmezik. A tánc és a dramaturgia előtt tehát már eleve ott állt a szimbolikus jelentés elvárása.

A sajtótörténeti előzmény egyik érdekes eleme a hitelesség iránti igény megfogalmazása, még a bemutató előtt. A lapok részletesen foglalkoztak Mazzantini Lajos (1857–1921) balettmester „néprajzi tanulmányútjaival”: hogy bejárta az

Alföldet, Erdélyt és a Tátrát, hogy a táncokat „eredeti közegükben tanulmányozza” (Ujvári, 2023a). Ez a diskurzus tökéletesen illeszkedik Regina Bendix (2009) autenticitáselméletének logikájába: az „eredetiség” már nem inherens minőség, hanem a nyilvánosság által megfogalmazott elvárás, amelyet a művésznek igazolnia kell.

Ugyanilyen meghatározó volt az a mód, ahogyan a sajtó előre tematizálta a balett intézményi szerepét. A kritikusok élesen bírálták az Operaház műsorpolitikáját, amelyben a balett rendszerint a bevételtermelés eszköze volt: ha az operapremierek nem vonzottak elég közönséget, a balettnak kellett megtöltenie a kasszát. A *Csárdás*t e szerep miatt kettős nyomás alá helyezték: egyszerre kellett megfelelnie a nemzeti programnak és a repertoárgazdálkodás pragmatikus elvárásainak. Ez a kettős pozíció – kulturális küldetés és pénzügyi funkció – a fogadtatás későbbi ellentmondásos értékeléseinek is egyik forrása lett.

Mindez arra mutat rá, hogy a *Csárdás* még a bemutatót megelőzően a nyilvánosság diskurzív terében született meg. A kritikusok várakozásai, a nemzeti tematika előzetes kiemelése, a néprajzi hitelesség retorikája és a díszletek nemzeti látványprogramként való értelmezése együttesen olyan keretet hoztak létre, amely a mű befogadását eleve meghatározta. A sajtó tehát nem pusztán reagált a darabra, hanem előzetesen megalkotta jelentésének kereteit: a *Csárdás* nemcsak a színpadon, hanem a sajtó által létrehozott kulturális horizonton is az első magyar balett prototípusává vált.

3. A magyar nyelvű sajtó értelmezési stratégiái: kanonizáció, hiánypótlás és a nemzeti esztétika normái

A *Csárdás* bemutatójára adott magyar nyelvű kritikai reakciók nem csupán esztétikai ítéletek voltak, hanem a nemzeti balett fogalmának első diskurzív körvonalai. A *Fővárosi Lapok*, a *Pesti Hírlap*, a *Pesti Napló*, a *Zenelap* és más periodikumok értelmezési mintázatai jól mutatják, hogy a darab fogadtatása a sajtóban egy olyan aktusként jelent meg, amelyben a műalkotást a nemzeti kulturális program szerkezeti hiányaira adott válaszként értelmezték. A kritikusok ugyanis egyetértettek abban, hogy a magyar táncművészetben évtizedek óta fennállt egy betöltetlen hely: a nemzeti balett helye, amelyet a *Csárdás*, még ha tökéletlen formában is, de végre igyekezett kitölteni.

A magyar nyelvű sajtó kritikái ezért már az első megjelenésekben normatív horizontokat jelöltek ki. A bemutató előtti hetekben megjelent írások rendszeresen hangsúlyozták, hogy a darab magyar tárgyú, magyar népi motívumokkal átszótt, és a magyar életből merített mű, amelynek „küldetése” van. Ez a retorika világosan mutatja: a *Csárdás* fogadtatása nem semleges esztétikai mezőben zajlott, hanem egy előre kialakított, elvárásokkal teli diskurzus keretében. A kritikusok ugyanakkor tisztában voltak azzal, hogy a balett műfaja, mint akadémikus és alapvetően nemzetközi kódokra épülő forma, csak részben egyeztethető össze a magyar népi kultúra reprezentációs igényeivel. Így az értékelések nagy része az illesztés, az adaptáció és a stilizáció problémáira összpontosított.

A sajtóorgánumok egyik legkövetkezetesebb értelmezési stratégiája a darab nemzeti státuszának történeti szükségszerűségként való értékelése volt. A *Pesti Napló* a bemutató előtt úgy fogalmazott, hogy a *Csárdás* az első magyar balett megteremtője kíván lenni, ami – ahogyan a lap hangsúlyozta – nem művészi ambíció, hanem kulturális feladat (Ábrányi, 1890). Ugyanezt a gondolatot erősítette a *Fővárosi Lapok* is, amikor arról írt, hogy a darab egy rég óhajtott műfaj betöltetlen helyére lép

(N. N., 1890b). Ezek az értelmezések egyértelműen illeszkednek Benedict Anderson nyilvánosság- és nemzetképzés-elméletéhez: a sajtó performatív módon hozza létre azt a kulturális teret, amelyben a magyar nemzeti balett mint eszme egyáltalán megfogalmazódhat.

A szakírók a darab szerkezetét és dramaturgiáját illetően is a nemzeti esztétika normáit keresték, ám ezek a normák korántsem voltak egységesek. A *Zenelap* például a címadást kritizálva úgy vélte, hogy a mű heterogén szerkezete – amelyben a csárdás tánc csupán a záróképben jelenik meg – nem indokolja a címválasztást. Mégis hozzáteszi: a magyar balettművészet helyzete miatt a logikai kohézió számonkérése nem indokolt, mert a műfaj hazai adaptációja még a formálódás fázisában van (N. N., 1890a). Ez a kettősség – az elvárt nemzeti jelleg és a nagyvonalú kritikai engedelmény – végig jellemző maradt a *Csárdás* fogadtatására.

Id. Ábrányi Kornél kritikája különösen jó példája annak, ahogyan a sajtó a művet egyfajta kulturális próbatételként kezelte. Noha több dramaturgiai és zenei problémát felrótt a balettnak, mégis hangsúlyozta: a nemzeti táncjáték legfontosabb feladata nem a szerkesztési tökéletesség, hanem a magyar zenei és táncnyelv színpadra emelése. Értelmezése szerint a nemzeti táncjátéknak nem az akadémikus balett logikáját kell követnie, hanem a hatás és a nemzeti karakter kifejezése a döntő mérce. Ez az álláspont – amely a művészet esztétikai és reprezentációs funkcióit egymás mellett kezeli – szervesen illeszkedik Regina Bendix autenticitás-elméletéhez: a magyar kritikusok számára az autentikus nemzeti karakter nem kronológiai vagy folklorisztikai hitelességet jelentett, hanem egy érzelmi és identitásképző retorika színpadi megjeleníthetőségét.

A sajtó visszatérő kérdése volt a népies és akadémikus táncnyelv kombinálhatósága. A lapok egy része dicsérte Mazzantini balettmester néprajzi igényességét, néptáncgyűjtő útjait és azt az igyekezetet, amellyel a paraszti táncformákat a balett nyelvbe igyekezett beilleszteni. Ugyanakkor nem ritkán megjelent a kritikai fenntartás is: a népies mozdulatanyag stilizált formában történő színrevitele szükségszerűen távolodik az eredetiség ideáljától, amit a kritikusok egy része problematikusnak ítélt. A *Pesti Hírlap* például megjegyezte, hogy a népi tánc színpadi változata óhatatlanul veszít természetességéből, ugyanakkor éppen e stilizáció teszi alkalmassá a táncot arra, hogy az operaházi reprezentáció eszközévé váljon. Ez a kettős elvárás – hitelesség és reprezentatív jelleg – a recepció egyik legfontosabb feszültségpontja (Antalik, 1890).

A zenei referensek ugyanakkor a mű dallamvilágát és szerkezeti felépítését illetően is az európai összehasonlításokat helyezték előtérbe. Több lap – különösen a magyar nyelvű fórumok – párhuzamot vontak Josef Bayer 1885-ös *Wiener Walzer*ével, amelyet a budapesti közönség is jól ismert (Ujvári, 2023b). A *Csárdás* ennek tükrében gyakran a magyar válaszkísérletként jelent meg a bécsi táncjáték modelljére: a kritikusok azt figyelték, hogy a hazai mű mennyiben képes megteremtteni a maga nemzeti esztétikai jellegét egy olyan műfaji környezetben, amely hagyományosan a bécsi, párizsi és orosz balettkultúrához kötődött. Ebben az értelmezési keretben a zenei eklektikát – többek között Erkel-, Massenet-, Wagner- és Goldmark-hatások jelenlétét – nem feltétlenül negatívumként értékelték, hanem a nemzeti törekvés történeti fázisaként: a műfaj adaptációjának szükségszerű sajátosságaként.

A sajtóban gyakran visszatérő motívum volt a balett közönségsikere, amelyet a lapok a nemzeti tematika társadalmi elfogadottságának bizonyítékeként magyaráztak. A teltházaz előadásokat és a lelkes tapsot a kritikusok nem önmagában művészi érdeként, hanem kulturális indikátorként értelmezték: a közönség

együttérző reakciója a nemzeti balett iránti társadalmi igényt demonstrálta. A *Fővárosi Lapok* például úgy fogalmazott: a magyar közönség önmagára ismert a táncjáték motívumkincsében, ami azt mutatja, hogy a kritika a nézők reakcióit is a nemzeti kulturális program megerősítéseként olvasta.

A sajtó tehát kettős szerkezetbe helyezte a *Csárdást*: egyrészt a mű saját esztétikai teljesítményét vizsgálta, másrészt a darabot történeti-kulturális szükségsszerűségként láttatta. A kritikusok számára a balett nem a befejezett nemzeti forma volt, hanem egy olyan műfaji és identitásképző átmenet, amelynek jelentősége éppen hiányosságaiában, kísérleti jellegében mutatkozott meg. A *Csárdás* így nemcsak egy színpadi műalkotás recepciótörténetében kapott helyet, hanem a magyar kulturális modernitás egyik szimbolikus pillanatává vált: a sajtó diskurzív terében megjelenő kísérletként, amely először tette lehetővé, hogy a magyar balett mint kulturális kategória formát öltjön.

4. A *Csárdás* sajtóbeli konstrukciója mint műfaji és reprezentációs probléma

A *Csárdás* fogadtatásának rekonstruálásakor hamar kiderül, hogy a napilapok és zenei szaklapok szövegei nem pusztán esztétikai értékítéletek sorát adják, hanem egy sajátos politikai sajtónyilvánosság működését is láthatóvá teszik. Olyan diskurzív mezőt rajzolnak ki, amelyben a darab egyszerre jelenik meg első igazi magyar balettként, kasszasikernek szánt intézményi beruházásként, a nemzeti zene apológiájaként és exportképes kulturális termékként remélt projekcióként, miközben a recenzensek mindig reflektálnak arra is, hogy mindezt milyen mértékben tudja a mű ténylegesen beteljesíteni.

A *Zenelap* lelkes beszámolója a kasszasiker horizontjából indul ki, s így szinte modellértékű példája annak, hogyan fűződik össze a nemzeti balett eszméje a politikai-intézményi gazdaságosság nyelvével. A lap szerint szinte biztosra vehető, hogy a darab nemcsak tartósan műsoron marad, hanem folyamatos telt házakat is hoz majd. A siker kulcsa a jól megválasztott téma, a közönségizléshez igazított feldolgozás, az Operaház gondos, igényes kiállítása, és végső soron az a tény, hogy a darab igazi magyar balettként hirdethető, vagyis egyszerre magyar a témája és a zeneszerzője. A nemzeti tablókban a néző saját magára, történelmére, hangulatvilágára ismer rá; a „magunkra ismerés” élménye a kritika logikájában az esztétikai értéket is felülíró legitimációs tényezővé válik. A *Zenelap* olvasatában a *Csárdás* nemcsak kulturális teljesítmény, hanem intézményi erőforrás: a dalszínház „kasszadarabja”, amely megoldást kínál a Mahler-éra repertoárpolitikai és pénzügyi problémáira egyaránt (N. N., 1890a).

A *Pesti Napló* recenzense, id. Ábrányi Kornél (i. l., 1890a, 1890b) ennél rétegzettebb, analitikusabb módon közelít a darabhoz, de alapvetően osztja azt a kiindulópontot, hogy a *Csárdás* a magyar zenei és táncgyomány reprezentációjára épített vállalkozás. A műfajt ugyan nem tekinti balettnak a szó klasszikus értelmében, inkább „táncgyvelegnek”, a különféle magyar és más nemzeti táncok ügyesen színre vitt egymásutánjának, ám ezt nem feltétlenül negatív minősítésként fogalmazza meg. A mimikai, pantomimikus elem háttérbe szorulása, a cselekmény lazább szerkezete inkább a műfaj sajátos adaptációjaként jelenik meg, semmint hibaként. A zenei anyag eredetisége helyett a recenzens az ismert magyar és nemzetiségi táncok, verbunkos dallamok és indulók tudatos felhasználására helyezi a hangsúlyt. Nézete szerint a hatás kulcsa abban rejlik, hogy a három nemzeti felvonás „a magunkét” állítja elének, s

ezt „mi magunk érezhetjük át a legintenzívebben”. A nemzeti azonosulás itt is az esztétikai értékelés döntő mércéjeként jelenik meg.

Mindezek mellett a *Pesti Napló* már messzebbre is tekint: felveti a kérdést, vajon egy ilyen karakteresen nemzeti darab kiléphet-e a magyarországi kontextusból és nemzetközi repertoárdarabbá válhat-e. A recenziens tudatosan helyezi a *Csárdást* abba a Mahler-kori összefüggésbe, amelyben a balettrepertoár jelentős része Bécsből „importált” művekből állt; ehhez képest a Sztojanovits-féle kompozíció az „export” lehetőségét villantja fel. A válasz azonban óvatosan szkeptikus: a történeti motívumok és a cselekmény „specifikusan magyar” jellege, a zene „realisztiko-naturalisztikusnak” ítélt hangszerelése, az orchesztrális stilizáció hiánya mind azt eredményezi, hogy a darab kevésbé integrálható a nemzetközi balettkontextusba. A Rákóczi-induló színpadi „öltözete” a Berlioz-féle feldolgozás mellett halványnak tűnik, s a recenziens szerint a *Csárdás* muzsikája nem rendelkezik azzal a „ragyogó prizmával”, amelyen keresztül a nemzetközi közönség érdeklődése felkelhető lenne. A nemzeti zene és tánc apologetikája tehát egyszerre erősség és korlát: belföldön identitásképző, külföldön potenciálisan hermetikus.

A *Pesti Napló* kritikája ugyanakkor nem zárkózik el a konstruktív javaslatoktól. A recenziens a darab lehetséges revízióját vázolja fel: feszebb szerkezet, bizonyos részek áthangszerelése, a tündértánc „nemesebb ízlésre valló” ritmikái átdolgozása, a szólisztikus zenei-táncos szerepek erőteljesebb kiemelése mind olyan eszközök lennének, amelyek a *Csárdást* közelebb vihetnék a „nemzetközi mércéhez” anélkül, hogy feladná nemzeti karakterét. A kritika itt már nem csupán leíró, hanem normatív-programadó: a magyar balett potenciális exportképességének feltételeit vetíti előre.

Más lapok ezzel párhuzamosan jóval radikálisabban fogalmazták meg fenntartásaikat, mindenekelőtt a zene és a nemzeti szimbólumok kezelésével kapcsolatban. Márkus Miksa (Atropos, 1890) recenziójában egyenesen úgy látja, hogy Sztojanovits „meglehetősen elhibázott” zenét írt; a szerző „érzéketlenséggel” közelít a magyar nóta sajátosságaihoz, amit a *Cserebogár* dallamának „kegyetlen tönkretétele” példáz a legjobban. A „cserebogár” csodabogárrá degradálása, a Rákóczi-induló erőtlen, fenség nélküli hangszerelése az ő szemében nem pusztán esztétikai tévelygés, hanem a magyar zenei emlékezet megsértése. A *Szózat* záróképben való felhangzása pedig ízlésbeli vétségként jelenik meg: a nemzet ünnepi éneke itt nem felemel, hanem zavarba hoz, mert a recenziens szemében egy vidám balett végére helyezve profanizálja a hazafias rítus nyelvét. A kritika tónusa itt már nem pusztán esztétikai, hanem morális: a nemzeti szimbólum megfelelő kontextusának kérdését feszegeti, s ezzel a politikai sajtónyilvánosság normatív horizontját is láthatóvá teszi.

Hasonlóan problematikusnak tartja a *Szózat* színpadi pozicionálását a *Budapesti Hirlap* ítése is, jóllehet a darab egészét tekintve jóval elismerőbb. A szerző (H, 1890) Sztojanovitsot és Mazzantinit „a csárdás historiográfusainak” nevezi: a darab az ő olvasatában a magyar tánc történeti-esztétikai összefoglalása, amely a magyar lélek és a hadivirtus látványos tablóját adja. A záró *Szózat* viszont itt is elhibázott dramaturgiai gesztusként jelenik meg: a csárdások után, amikor a nézők érzelmi állapota még a tánc szenvedélyes energiájában rezeg, a nemzeti himnusz-jellegű zárás inkább túlterheli a hatást, mintsem beteljesíti. A lap mégis hangsúlyozza, hogy mindez nem von le az alkotók érdemeiből: Mazzantinit „legzseniálisabb táncmesterként” méltatja, a balettet pedig összességében jelentős mérföldkönek tartja.

A *Pesti Hirlap* (A. K. 1890) ehhez képest markánsabban politizálja a *Csárdás* fogadtatását: a premier sikerének leírása mellett nyílt kritikát fogalmaz meg Mahler igazgatói stratégiájával szemben. Értetlenségének ad hangot amiatt, hogy a magyar szerző magyar tematikájú darabját az igazgató „indokolatlanul késleltette”, miközben közel két év alatt nem tudott olyan újdonságot színre hozni, amely tartósan bevált volna. A recenzió itt a nemzeti repertoár szimbolikus rangján keresztül vonja kérdőre az operaházi vezetést: mintha a *Csárdás* késlekedő bemutatása önmagában is a magyar zene és balett másodlagos kezelésének bizonyítéka lenne. A zenei referens ezzel párhuzamosan elismeri, hogy Sztojanovits az *Új Rómeó*hoz képest nagyobb és komolyabb feladatra vállalkozott: a magyar zene és tánc „vázlatos történelmi áttekintését” próbálta megadni, s a muzsika – minden aránytalansága mellett – képes volt jelentős hatást gyakorolni a közönségre.

A *Fővárosi Lapok* (K, 1890) elemzése tovább tágítja a perspektívát: a csárdás műfajának történelmi áttekintéséből kiindulva mutatja meg, hogy a tánc milyen útvonalon jutott a paraszti kultúra marginális pozíciójából a városi báltermek és végül a nemzeti színpad reprezentatív terébe. A csárdás útja Wenckheim Bélától a Nemzeti Színházon át az Operaházig a nemzeti kultúra demokratizálódásának, majd kanonizációjának történeteként rajzolódik ki. Ebben az olvasatban a *Csárdás* nem csupán új műfaji kísérlet, hanem egy hosszabb mentalitástörténelmi folyamat betetőzése: a magyar tánc végérvényes „beemelése” a reprezentatív magas kultúra színpadára. A lap ugyanakkor realisan látja a korlátokat: Mazzantinitől – olasz származása és a hazai balettintézmény fejletlensége miatt – nem várható el, hogy a csárdásnak „határozottabb műformát adjon”; a balett továbbra is csoportjelenetekre, látványosságra és „ballet-egyveleg” jellegre épül, elsősorban takarékosági és intézményi okokból.

Id. Ábrányi Kornél (1890) tárcája a *Pesti Napló*ban mindezt egy szélesebb magyar zenetörténelmi narratívába ágyazza. A magyar zene fejlődését olyan folyamatként írja le, amely nem illeszkedik a nyugat-európai kronologikus fejlődésmodellhez: a hosszabb történelmi hiátus után az utóbbi évtizedekben bekövetkezett „késői, de intenzív” kitörés a dal, a kórusmű, az opera és immár a balett terén is jelentős eredményeket hozott. A balett története az ő értelmezésében szorosan követi az operáét: korábban csupán díszítő elem, divertissement volt, mostanra azonban egész estés, önálló műfajjá nőtte ki magát. A nemzeti eszme megjelenítését Ábrányi szerint a balett esetében nehezebb számonkérni, mint az operán; éppen ezért tekinti úttörőnek Sztojanovits vállalkozását, amely a magyar népi és hadi világ színpadi ábrázolásán keresztül mégis a nemzeti érzésekre kíván hatni. A komponista teljesítményét jelentősnek tartja: a zeneszerző szerinte jól ragadja meg az egyes jelenetek hangulatát, s a meglévő dallamokat – népdalokat, indulókat – művészi érzéssel illeszti be új kontextusukba. A balett zenéjének vokális kiegészítése (kórus, énekszó) Ábrányi szerint fontos újítás, amely tágítja a műfaj lehetőségeit. A darabnak tartós közönségsikert jósol, s ezzel implicit módon a nemzeti balett intézményes legitimációját is erősíti meg.

Ha mindezt együtt látjuk, kirajzolódik egy olyan politikai-kritikai sajtómező, amelyben a *Csárdás* egyszerre jelenik meg esztétikai, intézményi és nemzetpolitikai projektként. A lapok a művet különböző szempontok szerint mérlegelik – kasszadarabként, exportreményként, zenei kísérletként, a csárdás történelmi „historiográfiájaként”, a Mahler-éra tüneteként –, de abban megegyeznek, hogy a balett tétje jóval túlmutat önmagán. A mű megítélése akörül forog, hogy képes-e a magyar zenei és táncagyományt a nemzeti reprezentáció rangjára emelni, s egyben beilleszthető-e a Monarchia és Európa kulturális keringésébe. A sajtó diskurzív

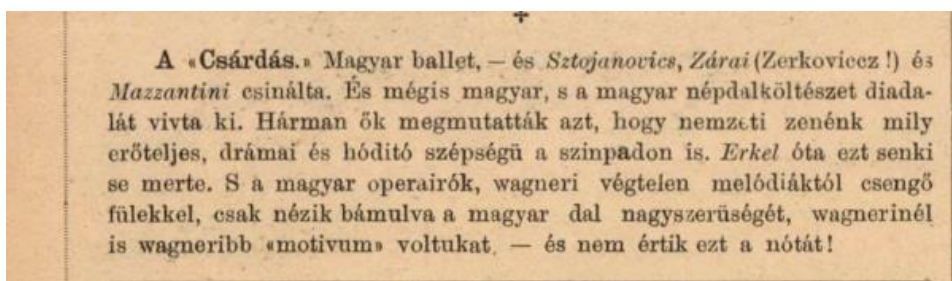
munkája – az elismerés, a fenntartások, a morális felháborodások és az exportálhatóság körüli viták – valójában azt teszi láthatóvá, hogy a *Csárdás* milyen módon vált egy egész korszak kulturális önképének próbakövévé.

4. 1. A satirikus sajtó szerepe: az élclap mint demisztifikáló nyilvánosság

A *Csárdás* operaházi bemutatója nemcsak a napi- és zenekritikai sajtóban keltett visszhangot, hanem az élclapok figyelmét sem kerülte el. Ez a recepciós réteg nem a balett esztétikai értékelésének fő fórumaként, hanem a nemzeti reprezentáció, az operaházi látványosság és a színpadra vitt „magyarság” ironikus kommentárjaként értelmezhető. Az élclapi reflexiók nem alkotnak egységes ítéletet: a *Bolond Istók* és a *Borsszem Jankó* más politikai és retorikai pozícióból szólal meg (Buzinkay, 1983), de mindkettő arra mutat rá, hogy a *Csárdás* köré épülő „magyar balett”-diskurzus könnyen válhatott a paródia tárgyává. A humor itt nem pusztán mellékes sajtóvisszhang, hanem a nemzeti színpadi reprezentáció kritikai próbája: az élclapok azt teszik láthatóvá, hogy a balettre egyszerre nehezedett a műfaji újdonság, a nemzeti zenei önkép és a látványos operaházi reprezentáció elvárása.

A *Bolond Istók* egyik rövid megjegyzése kifejezetten a nemzeti zene diadalaként mutatja be a balettújdonságot. A szöveg hangsúlyozza, hogy a *Csárdás* „magyar balett”, jóllehet alkotói között nem kizárólag magyar nevek szerepelnek: Sztobjanovics, Zárαι – a lap zárójeles, gúnyos formájában „Zerkovicz!” – és Mazzantini. A glossza ennek ellenére azt állítja, hogy a mű „a magyar népdalköltészet diadalát” vívta ki, sőt azt bizonyította, hogy a nemzeti zene „erőteljes, drámai és hódító szépségű” lehet a színpadon is. A szöveg retorikája a magyar dallam elsőbbségét a wagneri motívumokkal szemben fogalmazza meg: a magyar operairók, akiknek fülében „wagneri végtelen melódiák” csengenek, csak bámulják a magyar dal nagyszerűségét, de „nem értik ezt a nótát”. A megjegyzés tehát egyszerre illeszkedik a *Bolond Istók* nemzeti hangoltságú retorikájába és abba a századvégi vitakörbe, amely a magyar opera és balett lehetőségét a népi dallamanyag, a cigányzenei hagyomány és a nyugat-európai zenei minták viszonyában gondolta el.

1. ábra: „A »Csárdás«”



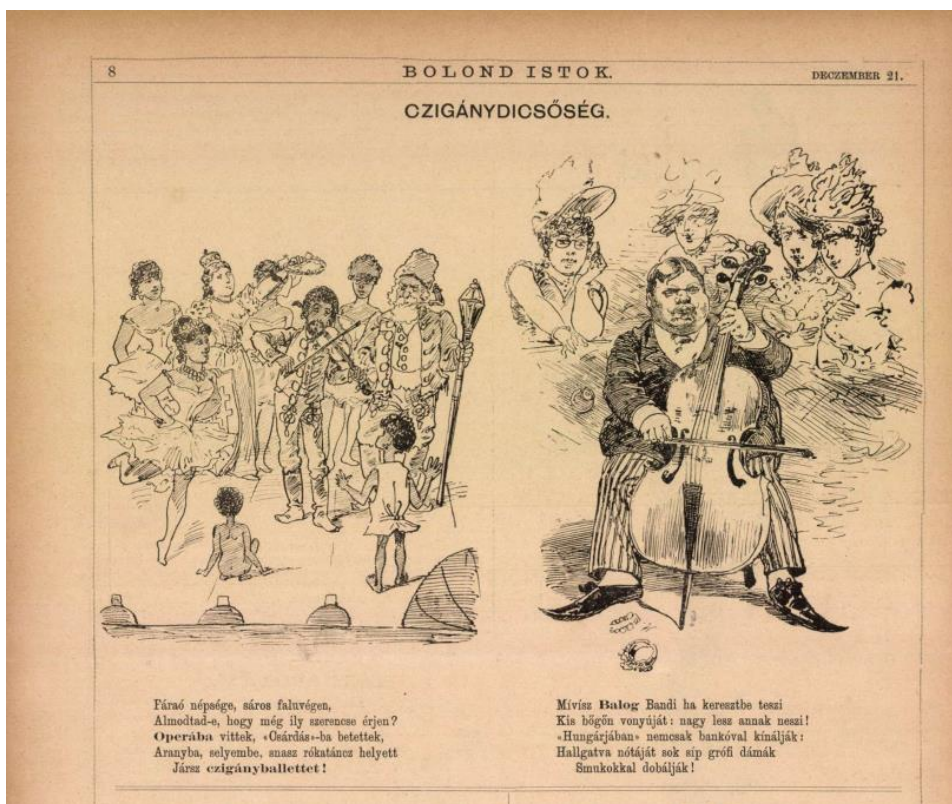
Forrás: *Bolond Istók*, 1890. december 14., 7. o. = [N. N.] (1890d)

A *Bolond Istók* recepciójának másik, képi és verses formában megjelenő eleme a „Czigánydicsőség” című rajz és kísérszöveg. Ez nem a *Csárdás* egészét karikírozza, hanem a balett egyik leglátványosabb és ideológiailag legterheltebb elemére, a cigányság színpadi megjelenítésére összpontosít. A kép bal oldalán táncosnők és jelmezes alakok láthatók, jobb oldalon pedig egy hangszeres cigányzenész, egy csellista ül, körülötte idealizált, illetve színházi nőalakokkal. A kompozíció nem

konkrét dramaturgiai jelenetet rekonstruál, hanem azt az áthelyezést figurázza ki, amelynek során a szegény faluszéli cigány alakja az Operaház reprezentatív, díszes közegébe kerül.

A vers ezt a társadalmi és színpadi elmozdulást teszi nyílttá: „Fáraó népsége, sáros faluvégén, / Álmodtad-e, hogy még ily szerencse érjen? / Operába vittek, »Csárdás«-ba betettek, / Aranyba, selyembe, snasz rókatáncz helyett / Jársz cigányballettet!” A gúny lényege nem egyszerűen az, hogy cigány alakok kerültek a színpadra, hanem az, hogy a színpadra emelés a lap szemében groteszk társadalmi felemelésként jelenik meg (Tamás, 2012): a „sáros faluvég” világa az Operaház fényes, arannyal és selyemmel jelölt terébe kerül. A vers hangneme erősen lekezelő és etnicizáló; éppen ezért a forrás nem tekinthető semleges humoros kommentárnak. A *Bolond Istók* itt a cigányságot egyszerre használja a magyar zenei hagyomány hordozójaként és a társadalmi idegenség karikatúrisztikus alakjaként. Ez a kettősség jól mutatja, milyen ellentmondásosan jelent meg a cigányzene és a cigány alakja a nemzeti színpadi reprezentációban: nélkülözhetetlen forrása a „magyar” hangzásnak, ugyanakkor az élclapi diskurzusban továbbra is lenéző, egzotizáló és társadalmilag alárendelő retorika tárgya marad.

2. ábra: „Czigánydicsőség”



Forrás: *Bolond Istók*, 1890. december 21., 8. o. = [N. N.] (1890c)

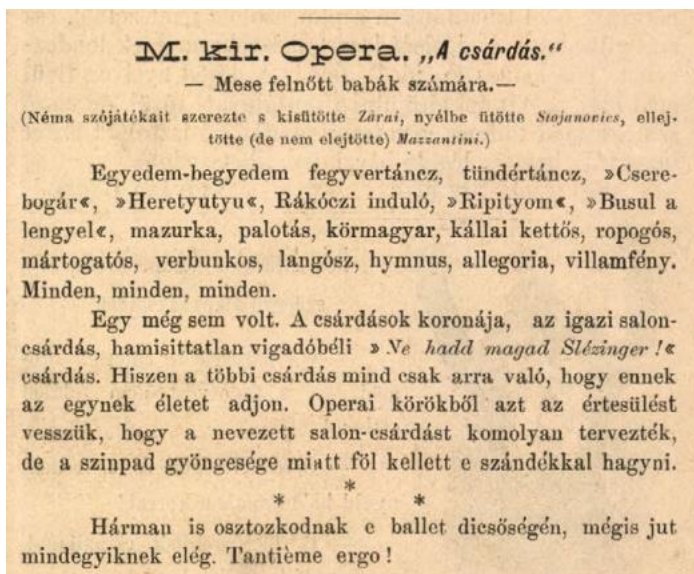
A *Borsszem Jankó* más irányból közelít a baletthez. „M. kir. Opera. »A csárdás.« – Mese felnőtt babák számára” című írása nem a cigányság ideologikus színpadra emelését,

hanem a balett műfaji és látványdramaturgiai túlsúlyosságát állítja pellengérré. Már az alcím is parodisztikus: a mű „néma szójátékait” Zárai „szerezte s kisütötte”, Stojanovics (sic!) „nyélbe ütötte”, Mazzantini pedig „ellejtette (de nem elejtette)”. A szerzőség ilyen komikus szétosztása a balett kollektív produkciós jellegét gúnyolja, miközben a „tantième ergo” zárófordulat arra is utal, hogy a sikerből és a bevételből több alkotó is részesedik.

A glossza legemlékezetesebb része a felsorolás: „fegyvertáncz, tündértáncz, »Cserebogár«, »Heretyutyu«, Rákóczi induló, »Ripityom«, »Busul a lengyel«, mazurka, palotás, körmagyar, kállai kettős, ropogós, mártogatós, verbunkos, langósz, hymnus, allegoria, villámfény. Minden, minden, minden.” A felsorolás humora nem abból fakad, hogy a felsorolt elemek önmagukban nevetségesek volnának, hanem abból, hogy egymás mellé halmozva a balett reprezentációs telítettségét érzékeltetik. A *Csárdás* a glossza szerint mindent fel akar mutatni, ami a magyar táncos-zenei és történeti képzelethez kapcsolható: népi dalokat, történelmi utalásokat, nemzeti zenéket, tánc típusokat, allegóriát és látványeffektust. A „Minden, minden, minden” ismétlése pontosan ezt a túltelítettséget parodizálja.

A *Borsszem Jankó* iróniája különösen ott válik élessé, ahol a glossza azt állítja, hogy egyetlen elem mégis hiányzott: „A csárdások koronája, az igazi saloncsárdás, hamisítatlan vigadóbeli »Ne hadd magad Slézinger« csárdás.” A mondat egyszerre játszik rá a városi társasági tánckultúrára, a Vigadó világára és a „magyar” tánc polgári-szalonbeli változatára. A paródia tétje itt az, hogy a balettben felsorakoztatott sokféle nemzeti és népi elem ellenére a glossza szerint éppen az a csárdás hiányzik, amelyet a városi közönség saját tapasztalatából, társasági emlékezetéből ismerhetett. A *Borsszem Jankó* tehát nem a nemzeti balett eszméjét támadja közvetlenül, hanem azt a színpadi konstrukciót, amely a magyar jelleg megteremtését látványos motívumok halmozásával próbálja elérni.

3. ábra: „M. kir. Opera. »A csárdás.«”



Forrás: *Borsszem Jankó*, december 14., 7. o. = [N. N.] (1890f)

Ebben az összefüggésben válik különösen fontossá a *Borsszem Jankó* alapítójának és szerkesztőjének, Ágai Adolfnak a *Fővárosi Lapok*ban megjelent tárcája is (Csicseri Bors, 1890). Bár ez a szöveg nem élclapban jelent meg, hangneme, iróniája és tárgyyszerűen megfogalmazott kifogásai közel állnak ahhoz a kritikai mezőhöz, amelyben az élclapok is elhelyezkednek.

Ágai a *Csárdást* a nemzeti tánc színpadi reprezentációjának nagy várakozásával fogadta. Előzményként Josef Bayer *Bécsi keringőjét* említi (Ujvári, 2023b), amelyet „ethnologikus balettnek” nevez, mert a táncot a néplélek és a nemzeti temperamentum kifejeződéseként értelmezi. E gondolatmenet szerint a keringő éppúgy hordozza egy nép karakterét, mint ahogyan a csárdás is a magyar tánc sajátosságait: andalgó kezdést, délceg lendületet, majd szilaj aprózást és szenvedélyes forgást.

Ágai csalódása éppen ebből a magas elvárásból következik. Nem a darab egészét utasítja el, sőt elismeri, hogy a mű „fogalmazásában” és egészében sikerült alkotás. Kifogásai elsősorban a részletekre vonatkoznak, vagyis arra, hogy a színpadi magyarítás és történeti-etnográfiai reprezentáció több ponton hiteltelennek vagy pontatlannak tűnt számára. Az első felvonásban megjelenő, távolról érkező cigányok viseletét például anakronisztikusnak tartotta: szerinte a „hindu faj, a messze kelet mohamedánja (vagy pláne még pogánya)” nem léphetne elénk gombos atillában és csizmába gyúrt szűk nadrágban. A kifogás mögött nem modern értelemben vett etnográfiai pontosság áll, hanem az a korabeli elvárás, hogy a nemzeti vagy népi színpadi kép legalább belső történeti logikájában legyen következetes. Ágai szerint ugyanezért hat hiteltelennek az általuk táncolt kopogós is.

Zenei tekintetben Ágai szintén vegyes benyomásokról számol be. Erkel, Massenet, Wagner és Goldmark dallamait véli kihallani Sztojanovits saját kompozíciói mellett, ezért a művet nem tartja minden további nélkül „magyar zeneműnek”; szerinte legfeljebb „zeneműről” lehet beszélni. Ez a megjegyzés különösen fontos, mert a *Csárdás* körüli kritikai és élclapi diskurzus egyik központi kérdésére mutat rá: miként lehet a magyar népi vagy cigányzenei anyagot operaházi, balettszínpadi formába integrálni anélkül, hogy a mű vagy eklektikus egyveleggé, vagy pusztá stilizációvá válna. Ágai elismeri, hogy Sztojanovits bőségesen merít a magyar népdalkincsből, de úgy látja, hogy nem értette és nem érezte meg a cigány harmonizálás eredetiségét. Ez a bírálat egyszerre zenei és kulturális természetű: a magyarosság nem pusztán dallamidézetek kérdése, hanem előadásmód, hangzás, harmonizálás és színpadi hitelesség összetett együttese.

Ágai legerőteljesebb kifogása az előadás zenei kivitelezésére vonatkozott. A színpadon muzsikáló cigánybanda és az operaházi zenekar között féltütemnyi különbséget hallott, s ezt a két zenetést „nemes függetlenségének” ironikus képével írta le. A megfogalmazás egyszerre komikus és pontos: a „húzták oly nemes függetlenségben egymástól” fordulat a tényleges tempó- és együttjátékbeli problémát a kulturális összhang hiányának metaforájává emeli. A zenekari bizonytalanság így túlmutat önmagán: annak a nehézségnek a jelképe lesz, hogyan lehet az operaházi intézményes zeneapparátust és a cigánybandához kötött magyaros zenei képzetet egyszóval színpadi formában összefogni.

A tárca további kifogásai ugyancsak a színpadi hitelesség és a látványdramaturgiai következetesség köré rendeződnek. Ágai zavarónak tartja, hogy a női szereplők által alakított huszárok fülbevalót viseltek; a fegyvertáncban a pajzsok és buzogányok csattogása helyenként nem illeszkedett a zenéhez és a színpadi történéshez; dramaturgiailag pedig nehezen értelmezhető, hogy a fejedelemhez érkező lengyel követség a vendégsátorba vonul anélkül, hogy Rákóczit üdvözlőné.

Ezek a részletek első pillantásra apró, köztözködő észrevételeknek tűnhetnek, de valójában a *Csárdás* egész recepció problémájához kapcsolódnak. A balettnak nemcsak magyar témájúnak kellett lennie, hanem mozdulataiban, jelmezeiben, történeti utalásaiban és zenei szerkezetében is hiteles magyar színpadi világnak kellett volna mutatkoznia. Ágai éppen azt érezte, hogy a részletek e hitelességet több ponton megbontják.

Az élclapi és ironikus sajtóreakciók tehát nem pusztán a *Csárdás* sikerének melléköngéi. A *Bolond Istók* nemzeti-zenei pátozzsal vegyített, ugyanakkor erősen előítéletes retorikája, a „Czigánydicsőség” képi-nyelvi gúnyrajza, a *Borsszem Jankó* műfajparódiája és Ágai Adolf humorral átszőtt szakmai kritikája együtt azt mutatja, hogy a balett a századvégi magyar nyilvánosságban több, egymással feszültségben álló jelentésréteg hordozójává vált. Egyszerre volt nemzeti balettként ünneplhető újdonság, operaházi látványosság, a magyar zene színpadi lehetőségének kísérlete, valamint olyan konstrukció, amely a maga túlzásfoltosságával és anakronizmusaival könnyen parodizálhatóvá vált.

A humor téje ebben az esetben nem az, hogy az élclapok egyszerűen nevetségessé tették volna a *Csárdást*. Inkább arról van szó, hogy a szatirikus és ironikus szövegek révén láthatóvá vált a nemzeti reprezentáció törekenysége. A *Csárdás* olyan elváráshorizontba került, amelyben a magyar táncnak, a magyar zenének, a cigányzenének, a történeti allegóriának és az operaházi látványosságnak egyszerre kellett volna érvényesülnie. Az élclapok éppen ezt a „mindent egyszerre” logikát fordították vissza humorba. A *Borsszem Jankó* felsorolásában a nemzeti elemek bősége komikus halmozássá válik; a *Bolond Istók* „Czigánydicsőség”-ében a cigányság operai felemelése groteszk társadalmi látvánnyá alakul; Ágai tárcájában pedig a hitelesség apró zavarai és a zenei együttjáték hibái a nemzeti balett színpadi megvalósíthatóságának kérdésévé növekednek.

E források alapján a *Csárdás* élclapi és ironikus recepciója nem egyetlen nagy karikatúrában vagy összefüggő ellennarratívában ragadható meg, hanem több kisebb, de pontosan célzó kommentárban. A lapok nem ugyanazt kifogásolták, és nem ugyanazzal a politikai vagy kulturális előfeltevéssel közelítették a darabhoz. Mégis közös bennük, hogy a balettet nem önmagában, hanem a róla kialakított nyilvános beszéd részeként értelmezték. A *Csárdás* így nemcsak mint színpadi mű, hanem mint sajtóesemény is jelentőssé vált: olyan produkcióként, amelyen keresztül a századvégi magyar kultúra saját nemzeti önképét, zenei ambícióit, előítéleteit és színházi reprezentációs technikáit is próbára tette.

5. A német nyelvű sajtó értelmezési horizontja: három diskurzus és egy alternatív jelentésháló

A *Csárdás* bemutatója a budapesti német nyelvű sajtóban (Ujvári, 2012) egészen más értelmezési keretben jelent meg, mint a magyar nyelvű kritikákban. Míg a magyar lapok elsősorban a nemzeti balett megkésetttségének pótlását, a műfaji „születés” gesztusát, illetve a folklór autenticitásának kérdését állították előtérbe, addig a német nyelvű sajtó – a korszak heterogén, de közös kulturális horizonton mozgó médiumegyüttese – alapvetően a balett európai normái felől közelített a darabhoz. Ez a diskurzus nem elsősorban a magyar tánc identitásteremtő szerepét vizsgálta, hanem azt, hogy a *Csárdás* képes-e a nemzeti motívumokat a színpadi modernség, a stilizáció és a műfaji átjárhatóság mércéjén át hitelesen reprezentálni. A budapesti német nyelvű sajtó három meghatározó orgánuma – a *Neues Pester Journal*, a

Politisches Volksblatt és a *Pester Lloyd* – sajátos, egymástól jól elkülöníthető értelmezési mezőt hozott létre. Ezek a diskurzív terek ugyan összeköttetésben álltak a magyar nyelvű recepcióval, mégis önálló, alternatív jelentéshálót konstruáltak, amelyben a darab nem a nemzeti művészet beteljesüléseként, hanem a magyar balett európai láthatóvá válásának próbájaként jelent meg.

A *Neues Pester Journal* esetében e horizont első pillantásra a kritika könnyedebb, a közönség élményvilágához közvetlenebbül kapcsolódó hangján érhető tetten. A lap rövid, de lelkes beszámolója már a főpróba kapcsán jelezte, hogy a darab sikeréhez nem férhet kétség: a jelenetek sokaságát, a látványosságot, a gondos betanítást és a pompás kiállítást olyan értékként emelte ki, amelyet nem elsősorban a nemzeti reprezentáció, hanem a modern nagyvárosi színház szórakoztató ereje felől tett értelmezhetővé.

A *Journal* kritikája nem történeti, műfaji vagy esztétikai kategóriákba rendezi a darabot. Számára a *Csárdás* elsődleges funkciója abban áll, hogy kielégítse a közönség kíváncsiságát, és a balett műfaját – amelyet a lap implicit módon a vizuális élmény, a mozgalmasság és a könnyed narrativitás kereszteződéseként fog fel – a modern szórakoztató színház közegébe illesse. A dramaturgiai hiányosságok ebben az értelmezési keretben nem válnak meghatározó problémává: a nézőtér szórakoztatása és a látványvilág gazdagsága a lap értékrendjében ellensúlyozza a szerkezeti lazaságot. Ezzel a *Neues Pester Journal* olyan befogadási horizontot jelöl ki, amely a balettet a nagyvárosi élménykultúra médiumaként teszi értelmezhetővé (N. N., 1890e; x, 1890).

A *Politisches Volksblatt* már árnyaltabb, történeti és műfajelméleti szempontokat is működtető diskurzust teremt. Kern Aurél (1890) kritikája – amely már önmagában is sajátos kulturális gesztus – a magyar balett történeti legitimációját kísérli meg felrajzolni, és a *Csárdást* olyan folyamatba illeszti, amelyet a kritikus egészen a 14. századi milánói udvari balettig vezet vissza. A *Volksblatt* ezzel sajátos genealógiai elbeszélést hoz létre, amelyben a magyar balett nem elszigetelt kísérletként, hanem a műfaj európai fejlődéstörténetének késői, de elismerésre méltó epizódjaként jelenik meg.

A lap ugyanakkor távol marad a magyar kritikát gyakran átható nemzeti retorikától: Kern nem a „népi lélek” megjelenítését kéri számon, hanem azt hangsúlyozza, hogy a *Csárdás* végre olyan tárgyat választott, amely méltó a balett magasabb művészi igényeihez. A balett nemzeti karaktere ebben a diskurzusban nem folklorisztikus hitelességben, hanem történeti és kulturális illeszthetőségben testesül meg: abban, hogy a magyar tánc képes-e a műfaj európai konvencióit saját motívumaival összhangba hozni. A *Volksblatt* számára a *Csárdás* „a magyar művészet panteonjába” tartozik, de nem pusztán azért, mert magyar tárgyat dolgoz fel, hanem azért, mert a magyar elemeket a balett európai műfajtörténetébe illeszthető formában jeleníti meg.

Más esztétikai és kritikai normarend szerint működött a *Pester Lloyd*, amely a korszak német nyelvű polgári nyilvánosságának legmagasabb intellektuális és művészi igényeit képviselte (Ujvári, 2022). Beer Ágost (1890) kritikája a *Csárdást* nem a nemzeti művészet beteljesüléseként, hanem a modern balett műfaji próbatételeként értelmezte. Kiindulópontja az volt, hogy a balett történetében a zene sokáig alárendelt szerepet játszott, s csak a Gluck–Noverre-féle reformok után vált egyenrangú komponenssé. Ezzel az értelmezési kerettel Beer a *Csárdást* nem izolált jelenségként, hanem egy hosszú európai műfajtörténet kontextusában vizsgálta, figyelmét pedig nem a népi anyag eredetére, hanem annak színpadi átírására összpontosította. Sztojanovits zenéjét nem etnográfiai, hanem zenei és dramaturgiai

minősége alapján értékelte: dicsérte a hangszerelés gazdagságát, az első kép atmoszférateremtő erejét, a dallamformálás érzékenységét, ugyanakkor világosan kimondta, hogy a dramaturgia az első képet követően megszakad, és a darab ezt követően két hosszú divertissement-t kínál a nézőnek. Ez a kritikai horizont egyszerre modern és európai: Beer elismerte a magyar törekvést, de egyúttal világossá tette, hogy a *Csárdás* értéke nem önmagában az etnográfiai hitelességben, hanem a magyar motívumok balettnyelvbe való sikeres integrációjában rejlik.

A három német lap diskurzusa együtt azt mutatja, hogy a budapesti német nyelvű sajtó a *Csárdás* jelentését alapvetően más kulturális projektben helyezte el, mint a magyar nyelvű kritika. A magyar lapok számára a darab – még kritikusi fenntartások mellett is – a nemzeti balett megteremtésének kísérlete, a kulturális hiány pótlása és az identitásteremtő reprezentáció egyik lehetséges formája volt. Ezzel szemben a német nyelvű sajtó elsősorban azt vizsgálta, hogy a magyar táncnyelv képes-e a népi anyagot stilizált, színpadspecifikus formában beilleszteni a kontinens színpadi hagyományába. A magyar és német nyelvű kritikai horizont közötti különbség így nem csupán esztétikai, hanem fogalmi is: a magyar kritikák az autenticitást – Bendix értelmezésével élve – inkább a kulturális eredet retorikája felől közelítették meg, míg a budapesti német nyelvű sajtó a hitelességet a reprezentáció minőségében, a színpadi formateremtés sikerében mérte.

E két horizont különbsége abban is megmutatkozott, ahogyan a sajtó a közönség szerepét értelmezte. A magyar lapok a nézőtéri lelkesedést gyakran a nemzeti érzület jeleként olvasták, míg a német nyelvű sajtó a közönség reakcióit inkább a modern nagyvárosi publikum esztétikai nyitottságának bizonyítékként értékelte. A magyar nyelvű lapok értelmezésében a közönség reakciói a nemzeti közösség érzelmi önazonosításának jeleiként jelentek meg; a német nyelvű recepcióban ezzel szemben a polgári kultúrafogyasztás indikátoraként működtek.

A három német lap tehát – különbözőségeik ellenére – olyan alternatív jelentéshálót hozott létre, amelyben a *Csárdás* nem nemzeti esszenciaként, hanem műfaji kísérletként, a „magyar balett” európai értelemben vett próbatételeként jelent meg. Míg a magyar kritika a nemzeti művészet születését ünnepelte vagy kérdőjelezte meg, a német nyelvű sajtó azt vizsgálta, hogy a magyar táncnyelv miként illeszthető be a 19. század végi nagyvárosi színpad modern esztétikai rendjébe. A *Csárdás* ezáltal két különböző kulturális térben nyerte el jelentését: Magyarországon nemzeti gesztusként, a német nyelvű közegben pedig olyan műfaji kísérletként, amelynek értéke elsősorban abban állt, hogy a magyar balettet egy európai normarend szerint olvasó nyilvánosság számára is értelmezhetővé tette.

Konklúzió

A *Csárdás* bemutatóját követő sajtónyilvánosság egészének áttekintése arra a következtetésre vezet, hogy a darab nem egyszerűen színpadi eseményként, hanem egy olyan kulturális önértelmezési helyzet csomópontjaként működött, amelyben a 19. század végi magyar társadalom különböző diskurzusai – esztétikai, politikai, identitásbeli és intézménytörténeti nézőpontok – egyszerre váltak artikulálhatóvá. A *Csárdás* recepciója nem egyetlen mérlegelési szempont mentén szerveződik, hanem olyan többszólamú sajtómezőben, amelyben a mű jelentése folyamatosan újraértelmeződik. Amennyiben elfogadjuk, hogy a sajtó nem csupán a művek nyilvános értelmezésének terepe, hanem a kulturális reprezentáció egyik legfontosabb performatív médiuma, akkor világossá válik, hogy a *Csárdás* nem a

balett esztétikai minősége, hanem a köré szerveződő, különböző logikájú sajtódiskurzusok miatt vált a korszak meghatározó kulturális eseményévé.

A liberális polgári napilapok, a zenei szaklapok és a politikai élclapok, noha eltérő normák szerint ítélték, egyaránt hozzájárultak ahhoz, hogy a *Csárdás* nemzeti tesztként jelenjen meg: olyan műként, amelyen keresztül mérhetővé vált, hogyan képzeli el a magyar nyilvánosság a nemzeti tánc, a nemzeti zene és a nemzeti színpadi reprezentáció fogalmát. A polgári sajtó azért tartotta jelentősnek a művet, mert egy új műfaji identitás, a „magyar balett” lehetőségét látta benne; ezért a kritikusok a hibák ellenére is folyamatosan a „továbbfejleszthetőség” és az „exportálhatóság” szempontjait mérlegelték. Ez a hozzáállás azt jelzi, hogy számukra a *Csárdás* nem lezárt esztétikai produktum volt, hanem a kulturális modernizáció programjába illeszkedő nemzeti projekt, amelyet a kritika nem bírált le, hanem – saját feladatfelfogásának megfelelően – segíteni próbált abban, hogy a magyar zenei és táncos örökség nemzetközi szinten is megjelenhessen.

A szaklapok ezzel szemben sokkal élesebben tematizálták azokat a szakmai hiányosságokat, amelyek a műfaj újszerűségéből, az anyag összetettségéből vagy éppen Sztójánovits munkamódszeréből adódtak. Mégis figyelemreméltó, hogy a szakmai kritika sem képes – vagy nem is törekszik – elszakadni a nemzeti keretezéstől: a zene és a koreográfia minősége mellett mindig előkerül a „magyar jelleg”, a „népi forrás”, a „nemzeti érzés hitelessége”, a hangszerelésben és dramaturgiában megjelenő „magyar lélek” kérdése. Ez azt bizonyítja, hogy a vizsgált időszakban a szakmai és a nemzeti logika nem állt egymással szemben; sokkal inkább egymást kiegészítő értékelési normarendszert alkottak, és a mű befogadását nem lehet kizárólag esztétikai dimenziók mentén értelmezni.

A politikai élclapok – a *Borsszem Jankó* és a *Bolond Istók* – radikálisan különböző pozícióból, mégis egymást kiegészítő módon járulnak hozzá a *Csárdás* kulturális jelentésének kialakulásához. Az élclapok olvasatában a darab nem pusztán balett, hanem metafora és allegória, amelyben a magyar társadalom önmaga színpadi karikatúrájára ismer rá. A *Borsszem Jankó* a nemzeti teatralitás túlbujánzását, a reprezentációs gesztusok szertelenségét, a műfaji montázs esztétikai következetlenségét teszi nevetségessé.

A *Bolond Istók* ezzel szemben a darabban a nemzeti energiahordozót, a kulturális önérvényesítés bizonyítékát látja, és olyan diskurzust működtet, amelyben a magyar zene és tánc színpadi megjelenése nemzeti önállósodási aktusként értelmeződik. Bár a két élclap egymással politikailag ellentétes regiszterben beszél, közös bennük, hogy nem a balett esztétikai minősége érdekli őket elsődlegesen, hanem az, amit a *Csárdás* nemzeti cselekvésként jelent. Ez a közös logika emeli a balettet a sajtóban a nemzeti szimbolikus tér egyik fontos szereplőjévé.

Mindezek alapján kijelenthető, hogy a *Csárdás* recepciója olyan sajtótörténeti jelenség, amelyben jól láthatóvá válik a korszak magyar nyilvánosságának szerkezete. A darab fogadtatása rávilágít arra, hogy a 19. század végi magyar sajtó nem egységes narratívát, hanem egymás mellett létező, egymással versengő és egymást kiegészítő nyilvánosságtípusokat működtetett: a liberális polgári diskurzus racionalizáló, intézménykritikai és modernizációs narratíváját; a szakmai diskurzus professzionizáló, normákhoz kötött nyelvét; és a szatirikus politikai nyilvánosság reflexív, ironikus és gyakran identitáspolitikai szempontokat előtérbe helyező logikáját. A *Csárdás* ezeknek a nyilvánosságtípusoknak a metszéspontjában vált jelentőssé: nem azért, mert egyöntetű siker vagy kudarc lett volna, hanem mert mindhárom diskurzus saját nyelvén mondott róla valamit, és e kijelentések együtt konstruálták meg a mű kulturális jelentését.

A konklúzió legfontosabb felismerése ezért az, hogy a *Csárdás* – függetlenül esztétikai megítélésétől – nemzeti performatív aktusként működött a magyar sajtóban. A darabot nem lehet úgy elemezni, mintha pusztán zenei-koreográfiai produktum lenne; jelentését az a komplex, sokszor egymásnak ellentmondó, mégis egymást értelmező diskurzus hozta létre, amelyben a balett egyszerre vált műfaji kísérletté, nemzeti kulturális programmal bíró színpadi látvánnyá, politikai allegóriává és az operaházi intézményrendszer megítélésének próbakövévé. A *Csárdás* recepciója ezért egyúttal a magyar nemzeti identitás 19. század végi nyilvánosságon belüli képződésének esettanulmánya is: azt mutatja meg, hogy a nemzeti identitás nem adott struktúra, hanem folyamatosan újratermelődő diskurzív konstrukció, amelynek formálásában a sajtó – műfajtól és politikai orientációtól függetlenül – meghatározó szerepet játszott.

Felhasznált irodalom

Ábrányi Kornél, Id. (1890): „Csárdás”. *Pesti Napló*, december 4., 1. o.

Anderson, Benedict (2016): *Imagined Communities. Reflections on the Origin and Spread of Nationalism*. London: Verso.

A[ntalik]. K[ároly]. (1890): A csárdás. *Pesti Hirlap*, december 9., 1–2. o.

Atropos [Márkus Miksa] (1890): A hétről. *Ország-Világ*, december 13., 801. o.

A[ugust]. B[eer]. (1889): Königlich Opernhaus. *Pester Lloyd*, december 17., melléklet.

Beer, August (1890): Csárdás. *Pester Lloyd*, december 9., melléklet.

Bendix, Regina (2009): *In Search of Authenticity: The Formation of Folklore Studies*. Madison: University of Wisconsin Press.

Bohlman, Philip Vilas (1988): *The Study of Folk Music in the Modern World*. Bloomington and Indianapolis: Indiana University Press.

Buzinkay Géza (1983): *Borszem Jankó és társai: Magyar élclapok és karikatúráik a XIX. század második felében*. Budapest: Corvina.

Csicseri Bors [Adolf Ágai] (1890): „Csárdás” – Egy kis köztöködés. *Fővárosi Lapok*, december 16., 2556–2557. o.

Gelencsér Ágnes (1984): Balettművészet az Operaházban. In: Staud Géza (szerk.): *A Budapesti Operaház 100 éve*. Budapest: Zeneműkiadó. 151–164. o.

H. (1890): „A csárdás”. *Budapesti Hirlap*, december 9., 1–2. o.

i[dősebb]. [Ábrányi Kornél]. (1890a): A „Csárdás”. *Pesti Napló*, december 7., 3. o.

i[dősebb]. [Ábrányi Kornél]. (1890b): A „Csárdás”. *Pesti Napló*, december 9., 2. o.

K. (1890): Csárdás. *Fővárosi Lapok*, december 9., 1–2. o.

- Kern, Aurel von (1890): „Csárdás”. *Politisches Volksblatt*, december 9., 5. o.
- Körtvélyes Géza (1966): Balett és néptánc. *Muzsika*, február 1., 34–35. o.
- [N. N.] (1890a): A „Csárdás”. *Zenelap*, december 23., 4–5. o.
- [N. N.] (1890b): A „Csárdás” főpróbája. *Fővárosi Lapok*, december 7., 2493–2494. o.
- [N. N.] (1890c): Czigánydicsőség. *Bolond Istók*, december 21., 8. o.
- [N. N.] (1890d): M. kir. sidagópera: A „Csárdás”. Magyar ballet. *Bolond Istók*, december 14., 7. o.
- [N. N.] (1890e): In der königlichen Oper. *Neues Pester Journal*, december 7., 5. o.
- [N. N.] (1890f): M. kir. Opera. „A csárdás”. – Mese felnőtt babák számára. *Borsszem Jankó*, december 14., 7. o.
- Tamás, Ágnes (2012): *Nemzetiségi sztereotípiák – összehasonlító perspektívában*. PhD-disszertáció. Szeged: SZTE.
- Ujvári, Hedvig (2012): *Deutschsprachige Presse in der östlichen Hälfte der Habsburgermonarchie: Deutschsprachige Medien und ihre Rolle als Literaturvermittler in Ungarn in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts*. Herne: Gabriele Schäfer Verlag.
- Ujvári, Hedvig (2022): Der Pester Lloyd als Quelle musikhistorischer Forschungen: Ein Annäherungsversuch mit Beispielen aus dem 19. Jahrhundert. *Studia Musicologica*, 63(3-4), 277–298. o., <https://doi.org/10.1556/6.2022.00017>
- Ujvári Hedvig (2023a): Magyar tematikájú balettbemutatók a Magyar Királyi Operaházban Gustav Mahler vezetése alatt a korabeli sajtó tükrében: Új Rómeó – Csárdás – Vióra. In: Paál, Vince (szerk.): *Médiatörténeti mozaikok 2022*. Budapest: Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság Médiatudományi Intézete. 39–69. o.
- Ujvári, Hedvig (2023b): Viennese Waltz: Reception and Social Historical Context in Vienna and Budapest. *Tánc és Nevelés / Dance and Education*, 4(1), 69–83. o. <https://doi.org/10.46819/TN.4.1.69-82>
- Vályi Rózsi (1956): Nemzeti táncagyományaink sorsa a színpadon, és a balett az abszolutizmus és a kiegyezés korában. In: Vályi, Rózsi (szerk.): *A magyar balett történetéből*. Budapest: Művelt Nép. 92–145. o.

THE RECEPTION OF *CSÁRDÁS* IN LATE 19TH-CENTURY HUNGARY

PRESS DISCOURSE AND CULTURAL REPRESENTATION

HEDVIG UJVÁRI

This study examines the late nineteenth-century Hungarian- and German-language reception of the ballet *Csárdás*, with particular attention to the ways in which the concept of “national ballet” was shaped within the different press registers of the periodical public sphere. Building on the findings of an earlier, detailed reconstruction of the press reception, the article repositions this material within an argumentative framework: it shows how the periodical press became an active medium of cultural interpretation, through which the work acquired an identity-forming function. The analysis argues that the reception history of *Csárdás* was not stabilised from a single critical position, but emerged through the interacting readings of newspapers and journals differing in language, genre and political-cultural orientation. Whereas Hungarian-language criticism primarily interpreted the ballet within the horizon of national absence and symbolic compensation, the German-language press in Budapest approached it through European generic norms, while the satirical papers exposed the overburdening of theatrical representation. Drawing on the concepts of cultural representation, authenticity and cultural mediation, the study demonstrates that *Csárdás* became intelligible not merely as a ballet premiere, but as one of the significant media events of the period: situated at the intersection of national self-image, generic adaptation and the cultural mediation performed by the press.

Keywords: 19th-century press; national ballet; *Csárdás*; cultural representation; cultural transfer

A COACHING MÓDSZERTANI ELEMEINEK RENDSZERTANI CSOPORTOSÍTÁSA

KUNOS ISTVÁN¹

Absztrakt

A coaching az elmúlt két évtizedben egyre népszerűbbé vált, túllépve a hagyományos tréningek és tanácsadási formák kereteit. Ez a fejlődés megköveteli a módszertani elemek rendszerezését, ami alapvető a szakma professzionalizálásához, a képzés minőségéhez és a kutatások megbízhatóságához. A tanulmány egy ötdimenziós taxonómiát javasol, amely integrálja a nemzetközi szakmai szervezetek (ICF, EMCC) elveit, valamint a rendszerelvű és megoldásközpontú coaching megközelítéseket. Az öt dimenzió – a kommunikációs technikák, a kognitív-pszichológiai stratégiák, a rendszerelvű szemlélet, a cél- és eredményorientált struktúrák, valamint az etikai és reflektív kompetenciák – egy keretet biztosítanak, amely segíti a coaching folyamatok átlátható értékelését és a hatékonyság mérését. A javasolt modell célja, hogy hidat építsen a coaching elmélete, gyakorlata és a tudományos kutatás között.

Kulcsszavak: coaching, módszertan, rendszertan (taxonómia), kompetenciák, integráció

1. Elméleti háttér és szakmai standardok

A coaching mint professzionális gyakorlat, az elmúlt két évtizedben kiemelkedő fejlődésen ment keresztül. Világszerte megnőtt az igény a vezetők, munkavállalók és szervezetek fejlesztésére olyan módszertanok segítségével, amelyek túlmutatnak a hagyományos tréningeken és tanácsadási formákon (Cox et al., 2018). A coaching rugalmassága, személyre szabottsága és interaktív jellege révén olyan eszközzé vált, amely képes támogatni a változásmenedzsmentet, a teljesítményfejlesztést és a személyes jóllét elősegítését (Grant, 2017). Ezen folyamat eredményeképpen a coaching mára multidiszciplináris területté vált, amelyben pszichológiai, pedagógiai, szervezetelméleti és menedzsment-tudományos alapok egyaránt érvényesülnek.

A coaching fogalmának meghatározása számos tudományos vitát generált. Az International Coaching Federation (ICF) például úgy definiálja a coachingot, mint „egy partnerség a klienssel egy gondolatébresztő és kreatív folyamatban, amely inspirálja őt arra, hogy maximalizálja személyes és szakmai potenciálját” (ICF, 2021, 3. o.). Ez a definíció hangsúlyozza a folyamat egyenrangú jellegét, valamint a kreativitás és az önfelfedezés szerepét. Az European Mentoring and Coaching Council (EMCC, 2015/2023) ezzel szemben nagyobb hangsúlyt fektet a kompetenciákra, az etikai keretekre és a professzionalizmusra. Az eltérő megközelítések is mutatják, hogy a coaching módszertani rendszerezése nemcsak elméleti, hanem gyakorlati kérdés is.

A szakirodalomban több irányzat alakult ki a coaching módszertani kereteinek megértésére. Egyes kutatások a pszichológiai irányzatokat hangsúlyozzák,

¹ kvalifikált coach, intézeti tanszékvezető, habilitált egyetemi docens; Miskolci Egyetem, Vezetéstudományi Intézet, Vezetési Tanszék; istvan.kunos@uni-miskolc.hu; ORCID: 0000-0003-4481-5271

mint például a kognitív viselkedésterápiás elemek integrációját (Neenan–Palmer, 2012), míg mások a szervezetfejlesztési és vezetésstudományi perspektívákat emelik ki (Passmore–Fillery-Travis, 2011). Ezen eltérő megközelítések közös pontja, hogy mindegyik a coaching gyakorlatának tudományos alapokra helyezését, valamint a mérhetőség és a hatékonyság javítását célozza. Egyre több empirikus kutatás foglalkozik a coaching hatásmechanizmusával. Mára nyilvánvalóvá vált, hogy a coaching pozitívan befolyásolja a munkavállalói teljesítményt, az önhatékonyságot és az attitűdöket. A vezetői coaching a szervezeti eredményeken túl, az egyéni jól-létet is jelentősen képes növelni. Ezek az eredmények megerősítik, hogy a coaching módszertani rendszerezése nélkülözhetetlen annak érdekében, hogy a gyakorlat tovább fejlődhessen, és összehasonlíthatóvá váljon a különböző kontextusokban alkalmazott beavatkozások hatása. Mindemellett a coaching iparág gyors expanziója etikai és minőségbiztosítási kérdéseket is felvet. A nemzetközi akkreditációs testületek, mint az ICF és az EMCC, éppen ezért törekednek olyan keretek kidolgozására, amelyek egységesítik a módszertani elveket és kompetenciákat (ICF, 2021; EMCC, 2015/2023). A rendszerezés tehát nem pusztán akadémiai kérdés, hanem hozzájárul a szakmai sztenderdek kialakításához, a képzés minőségéhez és a kutatás megbízhatóságához is.

A bevezetés másik fontos feladata a kutatás céljának tisztázása. Jelen tanulmány arra vállalkozik, hogy áttekintse a coaching módszertani elemeinek rendszerezésével kapcsolatos eddigi törekvéseket, majd egy új, integrált rendszerezést javasoljon. Ez a rendszerezés ötdimenziós keretbe szervezi a módszertani elemeket: (1) kommunikációs technikák, (2) kognitív-pszichológiai stratégiák, (3) rendszerelvű szemlélet, (4) cél- és eredményorientált struktúrák, valamint (5) etikai és reflektív kompetenciák. A javasolt modell célja, hogy hidat képezzen a gyakorlat, a képzés és a tudományos kutatás között. A coaching módszertani elemeinek csoportosítása nem csupán elméleti kihívás, hanem gyakorlati szükségszerűség. Egy világosan meghatározott rendszerezés hozzájárul a coaching szakma professzionalizálódásához, segíti a képzési programok összehasonlíthatóságát, és alapot teremt a hatásvizsgálatok számára. A következő fejezetben ezért részletesen áttekintjük a szakirodalom és a nemzetközi szervezetek által kidolgozott elméleti kereteket. A coaching módszertani rendszerezésének egyik legfontosabb kiindulópontja a nemzetközi szakmai szervezetek által kidolgozott kompetencia- és etikai keretrendszer. Ezek a keretek nemcsak a szakmai identitás kialakításában játszanak szerepet, hanem orientációs pontot nyújtanak a képző intézmények, a kutatók és a gyakorló coachok számára is (Passmore–Fillery-Travis, 2011). A fejezet célja, hogy áttekintse a két meghatározó szakmai szervezet – az International Coaching Federation (ICF) és az European Mentoring and Coaching Council (EMCC) – kereteit, majd kitekintést adjon az alternatív és fejlődő megközelítésekre.

1.1. Nemzetközi kompetencia-keretek

1.1.1. Az ICF kompetencia-rendszere

Az ICF a világ egyik legnagyobb és legismertebb coaching szervezete, amely több mint 50 000 tagot számlál világszerte (ICF, 2021). Az ICF által kidolgozott kompetenciarendszer célja, hogy egységes nyelvezetet és mércét adjon a coaching folyamat minőségéhez. A 2021-ben frissített ICF Core Competencies négy fő területet határoz meg:

1. **Alapok megteremtése** (pl. etikai magatartás, coaching szerződés kialakítása).
2. **A kapcsolat együtt megteremtése** (pl. bizalomépítés, biztonságos tér kialakítása).
3. **Hatékony kommunikáció** (pl. aktív hallgatás, erőteljes kérdezés, tudatos visszajelzés).
4. **A tanulás és fejlődés elősegítése** (pl. célkitűzések tisztázása, akciótervezés, felelősségvállalás ösztönzése).

Az ICF rendszerének erőssége, hogy világosan körülhatárolja azokat a magatartásformákat, amelyek mérhetőek és értékelhetők a coaching képzések során (ICF, 2021). Ugyanakkor kritika érte amiatt, hogy túlságosan viselkedésorientált, és kevésbé reflektál a különböző elméleti irányzatok módszertani sokszínűségére (Clutterbuck, 2016).

1.1.2. Az EMCC professzionális gyakorlati keretrendszere

Az EMCC által kidolgozott Professional Practice Framework (EMCC, 2015/2023) nyolc kompetenciakategóriát különít el, amelyek lefedik:

- az önismeretet és önfejlesztést,
- a coaching szerződés és kapcsolat kezelését,
- a bizalom és a kapcsolat mélyítését,
- a fejlődés támogatását,
- a folyamat menedzselését,
- a reflektív gyakorlatot és a szupervíziót.

Az EMCC erőssége, hogy nagy hangsúlyt fektet a coach személyes és szakmai fejlődésére, valamint a reflektív és etikai dimenziókra (EMCC, 2015/2023). E keretrendszer egyértelműen a hosszú távú szakmai professzionalizációt célozza, és kiemelt szerepet ad az akkreditációs rendszereknek. A gyakorlatban ez azt jelenti, hogy a coachokat folyamatos önértékelésre, szupervízióra és szakmai közösségi részvételre ösztönzi.

1.2. Alternatív és fejlődő megközelítések

A coaching gyakorlata nem korlátozódik az ICF és EMCC által kidolgozott standardokra. A szakirodalomban több alternatív irányzat is megjelent, amelyek új dimenziókat emelnek be a módszertani diskurzusba.

1.2.1. A rendszerelvű (systemic) coaching

A rendszerelvű megközelítés abból indul ki, hogy az egyén problémái és erőforrásai nem választhatók el a környezeti és szervezeti kontextustól (Hawkins–Turner, 2019). A coach tehát nemcsak az ügyfél céljaival dolgozik, hanem feltárja a kapcsolati hálót, a szervezeti kultúrát és a rejtett dinamizmusokat is. Ezzel a megközelítéssel a coaching folyamat inkább hasonlít egy komplex rendszerdinamikai beavatkozásra, ahol az egyéni fejlődés a tágabb környezet változását is előidézi (ICF, 2021).

Ez a szemlélet egyre inkább teret nyer a szervezeti coachingban, különösen vezetői szinten, ahol a döntéshozatal és a hatásmechanizmusok többszintűek (Hawkins, 2021).

1.2.2. A megoldásközpontú (solution-focused) coaching

A megoldásközpontú rövidterápia (SFBT) alapelveire épülő coaching olyan jövőorientált technikákat alkalmaz, amelyek a kliens erőforrásaira és korábbi sikereire építenek (de Shazer et al, 2007). A megoldásközpontú coaching rövid idő alatt hozhat konkrét változásokat, melyek hatékonyságnövelő ereje pszichológiai és szervezeti értelemben is megnyilvánul. A módszer tipikus eszközei közé tartoznak a skálázó kérdések, a kivételek keresése és a kívánt jövőkép vizualizálása. Ez a megközelítés különösen hasznos gyors változásokat igénylő kontextusokban, például agilis szervezetekben (Grant, 2017).

Az ICF és az EMCC keretei biztosítják a coaching szakmai sztenderdjeinek alapját, míg az alternatív irányzatok – mint a rendszerelvű és megoldásközpontú coaching – hozzájárulnak a módszertan gazdagításához. A különböző modellek integrálása lehetővé teszi egy olyan taxonómia kidolgozását, amely rugalmasan alkalmazható eltérő kontextusokban, miközben megfelel a minőségbiztosítási követelményeknek. A következő fejezetben ennek empirikus alapjait, vagyis a coaching hatékonyságával kapcsolatos kutatási eredményeket tekintjük át.

2. Empirikus eredmények és hatásvizsgálatok

A coaching módszertani elemeinek rendszerezéséhez elengedhetetlen a rendelkezésre álló empirikus kutatások áttekintése. Bár a coaching sokáig elsősorban gyakorlati tapasztalatokra épült, az elmúlt két évtizedben egyre több szisztematikus vizsgálat és metaanalízis jelent meg, amelyek számszerű adatokkal is alátámasztják a coaching hatékonyságát. Ezek a kutatások egyrészt hozzájárulnak a coaching legitimitációjához, másrészt alapot nyújtanak a módszertani rendszerezések kialakításához.

2.1. A coaching hatékonyságának metaanalízisei

A gyakorló coachok gyakran tapasztalják, hogy a coaching jelentős pozitív hatást gyakorol a munkavállalói teljesítményre, az önhatékonyságra és a munkával való elégedettségre is, mindemellett hozzájárul a munkahelyi attitűdök javulásához és a vezetői készségek fejlődéséhez is.

A vezetői coaching az egyéni fejlődésen túlmenően a szervezeti kultúrára és a csapatműködésre is kedvező hatást gyakorol, ahol a coaching hosszú távú hatásai is felszínre kerülhetnek.

Ezek az összegző kutatások egyértelművé teszik, hogy a coaching nem csupán szubjektív élmény, hanem mérhető és dokumentálható eredményekhez vezet, amelyek indokolttá teszik módszertani elemeinek alapos rendszerezését.

2.2. A coaching hatásmechanizmusai

A coaching hatásmechanizmusainak vizsgálata kulcsfontosságú annak megértésében, hogy mely módszertani elemek járulnak hozzá leginkább a változáshoz.

Grant (2017) szerint a coaching legfőbb hatásmechanizmusai közé tartoznak:

- a célkitűzés és célkövetés, amely strukturálja a folyamatot,
- az önreflexió elősegítése, amely növeli az önismeretet,
- az erőforrások aktiválása, amely fokozza az önhatékonyságot,
- az akcióorientált tanulás, amely lehetővé teszi az új viselkedésminták kipróbálását.

Hasonlóképpen, De Haan és munkatársai (2011) kutatásai azt mutatják, hogy a coachingban a kapcsolat minősége és a bizalom szintje gyakran nagyobb hatással bír az eredményekre, mint maga a módszertani megközelítés. Ez arra utal, hogy a coaching módszertani elemeit nem önmagukban, hanem interakcióban kell vizsgálni a kapcsolati dinamikákkal.

2.3. Módszertani variációk és kontextusfüggőség

Mára az is kiderült, hogy a coaching hatékonysága kontextusfüggő, így például a megoldásközpontú coaching különösen hatékony lehet rövid távú, teljesítményorientált helyzetekben, míg a rendszerelvű coaching inkább a komplex szervezeti átalakulások során bizonyul eredményesnek (Hawkins, 2021).

Ez a kontextusfüggőség alátámasztja a rendszertani megközelítések szükségességét, hiszen a különböző módszertani elemek különböző helyzetekben bizonyulhatnak optimálisnak. Az empirikus bizonyítékok alapján ezért a coaching módszertanát nem lehet egységes, univerzális séma alapján értékelni, hanem differenciált megközelítésre van szükség.

2.4. A coaching mérési kihívásai

Bár az empirikus kutatások száma növekszik, továbbra is jelentős kihívás a coaching eredményeinek mérése. Sok vizsgálat szubjektív önértékelésen alapul, ami torzításokat hordozhat (Theeboom et al., 2014). Más esetekben a mért eredmények (pl. teljesítménymutatók) számos külső tényezőtől is függenek, amelyeket nehéz kontrollálni. Ennek megfelelően a coaching rendszerezésének kialakításakor figyelembe kell venni, hogy a módszertani elemek mérhetősége és operacionalizálhatósága különböző mértékű lehet. Egyes elemek, mint a célkitűzés vagy a kérdezéstechnika, viszonylag jól definiálhatók és mérhetők, míg más, szubjektívebb dimenziók – például a bizalomépítés vagy a reflektív gondolkodás – nehezebben standardizálhatók. Az empirikus kutatások azt mutatják, hogy a coaching széles körben pozitív hatásokat gyakorol az egyénekre és szervezetekre, ugyanakkor a módszertani variációk és kontextusfüggőség miatt differenciált megközelítés szükséges. A coaching hatásmechanizmusainak megértése rávilágít arra, hogy a módszertani elemek rendszerezése nem pusztán elméleti gyakorlat, hanem gyakorlati következményekkel jár a mérés, az akkreditáció és a képzés számára is. A következő fejezetben ezért bemutatok egy javasolt taxonómiai keretet, amely integrálja a szakirodalmi és empirikus eredményeket.

3. Rendszerezési javaslat a coaching módszertani elemeinek csoportosítására

A coaching módszertani elemeinek rendszerezése kulcsfontosságú a szakmai gyakorlat standardizálásához, a képzési programok fejlesztéséhez, valamint a kutatási eredmények összehasonlíthatóságához. Az előző fejezetek áttekintése alapján világossá vált, hogy a különböző kompetencia-keretek (ICF, 2021; EMCC, 2015/2023), valamint az alternatív megközelítések (rendszerelvű, megoldásközpontú coaching) integrációja egy egységes taxonómia kialakításához vezethet.

3.1. A rendszerezés célja és elvei

A javasolt rendszerezés célja:

1. **Átláthatóság biztosítása:** a coaching folyamatok módszertani elemei könnyen kategorizálhatóak legyenek.
2. **Gyakorlat és elmélet összekapcsolása:** a szakmai standardokat és a kutatási eredményeket egyaránt figyelembe veszi.
3. **Mérhetőség támogatása:** lehetővé teszi az elemek operacionalizálását és a hatás vizsgálatát.

A taxonómia felépítése ötdimenziós, amely az ICF és EMCC kompetenciáit, valamint a rendszerelvű és megoldásközpontú módszertan elemeit integrálja.

3.2. Ötdimenziós taxonómiai keret

3.2.1. Kommunikációs technikák

Az első dimenzió a coaching kommunikációs eszköztárát foglalja magában. Ide tartoznak az aktív hallgatás, a kérdezőtechnika, a visszajelzés és a parafrázis használata (ICF, 2021). A kommunikációs kompetenciák alapvetőek a kapcsolatépítéshez és a bizalom kialakításához, amely számos kutatás szerint a coaching hatékonyságának legfőbb prediktora (De Haan et al., 2011).

3.2.2. Kognitív-pszichológiai stratégiák

A második dimenzió azokat a módszereket tartalmazza, amelyek a kliens gondolkodási mintáira, hiedelmeire és érzelmi feldolgozására irányulnak. Ide sorolható például a célkitűzés, az önreflexió ösztönzése, valamint a megoldásközpontú technikák, mint a kivételek feltárása és a jövőkép vizualizálása (Grant, 2017).

3.2.3. Rendszerelvű szemlélet

A harmadik dimenzió a coachee környezeti és szervezeti kontextusát veszi figyelembe. A rendszerelvű coaching a kapcsolati háló, a szervezeti dinamika és az interakciós minták vizsgálatát foglalja magában (Hawkins–Turner, 2019).

Ez a dimenzió különösen fontos vezetői és szervezeti coaching esetében, ahol a változás több szinten történik.

3.2.4. Cél- és eredményorientált struktúrák

A negyedik dimenzió a coaching folyamat strukturáltságát és célorientáltságát tartalmazza. Ide tartozik a coaching szerződés kialakítása, a SMART célok meghatározása, az akciótervezés és a progresszív visszajelzés (ICF, 2021; EMCC, 2015/2023). Ez a dimenzió segít biztosítani, hogy a coaching ne csak élmény legyen, hanem mérhető, eredményorientált folyamat.

3.2.5. Etikai és reflektív kompetenciák

Az ötödik dimenzió a coach etikai és reflektív képességeit foglalja magában. Ide tartozik az önreflexió, a szupervízió, az etikai döntéshozatal és a professzionális fejlődés (EMCC, 2015/2023). Ezek a kompetenciák biztosítják a coaching hosszú távú minőségét, a szakmai integritást, valamint a kliens biztonságát.

3.3. A dimenziók összekapcsolása

A taxonómia dimenziói egymással szoros kölcsönhatásban működnek. Például a kommunikációs technikák és a kognitív-pszichológiai stratégiák együtt teszik lehetővé az önreflexió ösztönzését, míg a rendszerelvű szemlélet és az etikai kompetenciák biztosítják, hogy a coaching folyamat mind a szervezeti, mind az egyéni kontextusban etikus és fenntartható legyen (Hawkins, 2021; De Haan et al., 2011).

Ez az integrált megközelítés lehetővé teszi a coaching módszertani elemeinek rendszerszintű értékelését és összehasonlítását különböző kontextusokban, miközben támogatja a kutatás és a gyakorlat közötti szinergiát.

3.4. Alkalmazás a gyakorlatban és a képzésben

A javasolt taxonómia számos gyakorlati alkalmazási területtel bír:

1. **Coach képzés:** a képzési modulok a dimenziók alapján strukturálhatók, így a hallgatók világosan láthatják a kompetenciák egymáshoz való viszonyát.
2. **Akkreditáció:** a rendszerezés használatával mérhetővé válik a coach kompetenciáinak fejlődése, ami megkönnyíti az akkreditációs folyamatot (ICF, 2021).
3. **Hatásvizsgálat:** a dimenziók operacionalizálása lehetővé teszi a coaching folyamat és hatásai kvantitatív és kvalitatív mérését.

Az empirikus kutatások és a nemzetközi szakmai standardok összekapcsolása révén a rendszerezés a coaching szakma tudományos alapokra helyezését, valamint a gyakorlati alkalmazások és a képzési programok fejlesztését egyaránt támogatja.

A javasolt ötdimenziós taxonómia integrálja a nemzetközi kompetenciakereteket, az alternatív coaching megközelítéseket és az empirikus eredményeket. Ez a keret lehetőséget biztosít a módszertani elemek strukturált csoportosítására, mérhetőségére és gyakorlati alkalmazására. A következő fejezetben a kritikai szempontokat és a módszertani kihívásokat tárgyaljuk, amelyek további finomítást igényelnek a rendszerezés teljes körű alkalmazása során.

4. Kritikai szempontok és módszertani kihívások

Bár a coaching módszertani rendszerezése jelentős előrelépést jelent a szakmai standardok és a gyakorlati alkalmazások összekapcsolásában, a taxonómia kialakítása és használata számos kritikai és módszertani kihívást vet fel. A következő alfejezetekben áttekintjük a legfontosabb kérdéseket, amelyek befolyásolják a rendszerezés érvényességét, alkalmazhatóságát és tudományos megalapozottságát.

4.1. A módszertani elemek operacionalizálása

Az egyik legnagyobb kihívás a coaching módszertani elemeinek mérhetővé tétele. Bizonyos elemek, például a kérdezőtechnika, a célkitűzés és az akciótervezés viszonylag jól operacionalizálhatók, azonban más dimenziók – például a reflektív gondolkodás, a bizalomépítés vagy a szervezeti kontextus figyelembevétele – komplex és szubjektív jellegük miatt nehezen mérhetők (Theeboom et al., 2014). A mérési problémák gyakran torzítják a coaching hatásosságáról szóló eredményeket, ami a rendszerezés érvényességét is befolyásolhatja. Ennek megfelelően a kutatóknak és gyakorlóknak olyan mérési protokollokat kell kidolgozniuk, amelyek egyszerre figyelembe veszik a kvantitatív és kvalitatív dimenziókat.

4.2. Kontextusfüggőség és rugalmasság

A coaching hatásmechanizmusai erősen kontextusfüggőek (Hawkins, 2020). Egy módszertani elem hatékonysága nagyban függ a szervezeti kultúrától, a coachee személyiségétől, a vezetői stílustól és a külső környezeti tényezőktől. Ez a rugalmasság ugyan előny, ugyanakkor nehezíti a rendszerezés általánosíthatóságát.

A szakirodalom hangsúlyozza, hogy a rendszerezés nem lehet merev és kizárólagos, hanem adaptálható keretrendszerként kell működnie, amely figyelembe veszi a coaching komplex és dinamikus természetét (Clutterbuck, 2016; Grant, 2017).

4.3. Etikai kérdések és standardizáció

Az etikai dimenzió kiemelt fontosságú a coachingban, mivel a folyamat során a coachee gyakran személyes és érzékeny információkat oszt meg. A rendszerezés alkalmazása során biztosítani kell, hogy a szabványosítás ne menjen az etikai rugalmasság rovására. Az EMCC és az ICF iránymutatásai szerint a coachoknak mindig a kliens érdekeit kell szem előtt tartaniuk, még akkor is, ha ez eltér a rendszerezés előírásaitól (ICF, 2021; EMCC, 2015/2023). A szabványosítás és az etikai rugalmasság közötti feszültség csökkentése fontos szempont a gyakorlati alkalmazás során, ami további kutatásokat igényel a hatékony bevezetés érdekében.

4.4. Kompetenciafejlesztés és képzés

A rendszerezés alkalmazása a coach képzésben is kihívásokat jelent. Bár a dimenziók strukturáltsága segíti a képzési modulok kialakítását, a kompetenciák fejlesztése nem lineáris folyamat. A coachok fejlődése egyéni, és gyakran ciklikus jellegű, ahol a reflektív gyakorlat és a szupervízió kulcsszerepet játszik (EMCC, 2015/2023).

Ez azt jelenti, hogy a képzési programoknak lehetőséget kell biztosítaniuk az egyéni fejlődési útvonalakhoz való alkalmazkodásra, miközben a rendszerezés dimenziói mentén mérhető eredményeket kell biztosítaniuk.

4.5. Tudományos kutatás és validáció

Annak ellenére, hogy a coaching rendszerezésének tudományos érvényessége továbbra is korlátozott, metaanalízisek és szisztematikus áttekintések bizonyítják a hatékonyságát. A módszertani elemek konkrét hozzájárulása a változásokhoz kevésbé számszerűsített. Ezért a javasolt rendszerezés hatékonysági mérése további kutatásokat igényel, különösen longitudinális vizsgálatok és kontrollált kísérletek formájában, annak érdekében, hogy a különböző dimenziók hatása világosan elkülöníthető és mérhető legyen.

A kritikai szempontok és a módszertani kihívások rávilágítanak, hogy a coaching rendszerezésének alkalmazása meglehetősen komplex feladat. A fő kihívások a mérhetőség, a kontextusfüggőség, az etikai rugalmasság, a kompetenciafejlesztés és a tudományos validáció területén jelentkeznek. Mindezek figyelembevételével a rendszerezés tovább finomítható és adaptálható. A következő fejezet összegzi a cikk főbb eredményeit, és rámutat a lehetséges jövőbeli kutatási irányokra.

5. Következtetés és javaslatok

A coaching módszertani elemeinek rendszerezése és taxonómiai keretbe foglalása elengedhetetlen a szakmai standardok, a képzési programok és a kutatás összehangolásához. A cikk bemutatta a nemzetközi kompetencia-kereteket, a fejlődő megközelítéseket, az empirikus kutatások főbb eredményeit, valamint egy ötdimenziós rendszerezést, amely integrálja a különböző módszertani elemeket.

5.1. Főbb megállapítások

1. **Szakmai keretek integrációja:** Az ICF és az EMCC kompetenciái megfelelő alapot adnak a coaching módszertani elemeinek kategorizálásához, azonban önmagukban nem fedik le a gyakorlati diverzitást és a kontextusfüggő tényezőket (ICF, 2021; EMCC, 2015/2023).
2. **Alternatív megközelítések fontossága:** A rendszerelvű és megoldásközpontú coaching módszerek integrációja a taxonómiába lehetővé teszi, hogy a coaching folyamatai komplex és dinamikus kontextusban is alkalmazhatók legyenek (Hawkins–Turner, 2019).
3. **Empirikus bizonyítékok:** Egyéni és szervezeti szinteken a metaanalízisek és szisztematikus áttekintések megerősítik a coaching pozitív hatásait, ugyanakkor a módszertani elemek validálásához a különféle hatásmechanizmusok differenciált vizsgálata szükséges.
4. **Kritikai szempontok:** A taxonómia operacionalizálása, a kontextusfüggőség, az etikai rugalmasság és a tudományos validáció terén további fejlesztések szükségesek, hogy a keret valóban alkalmazható és megbízható legyen a gyakorlatban és a kutatásban (Theeboom et al., 2014; De Haan et al., 2011).

5.2. Javaslatok a gyakorlat és a kutatások számára

1. **Gyakorlati alkalmazás:** A rendszerezést a coaching képzési programokban, moduláris felépítésként célszerű használni. A hallgatók megismerhetik a

dimenziók közötti összefüggéseket, miközben gyakorlati tapasztalatot szereznek a módszertani elemekről.

2. **Akkreditáció és minőségbiztosítás:** A taxonómia támogatja a kompetenciák mérését és nyomon követését az akkreditáció során, valamint a coachok folyamatos fejlődésének monitorozását (ICF, 2021).
3. **Kutatási irányok:** További longitudinális és kontrollált kutatások szükségesek a taxonómia dimenzióinak validálásához, valamint a coaching hatásmechanizmusainak pontos feltárásához. A kvalitatív és kvantitatív módszerek kombinációja javasolt a komplex folyamatok teljes körű vizsgálatához.
4. **Rugalmasság és adaptáció:** A coaching taxonómiáját rugalmas keretrendszerként kell kezelni, amely alkalmazkodik az eltérő szervezeti, kulturális és egyéni kontextusokhoz. Az etikai szempontok és a kliens-specifikus igények kiemelt figyelmet igényelnek (EMCC, 2015/2023).

Összességében megállapítható, hogy a coaching módszertani elemeinek rendszerezése és taxonómiai keretbe foglalása alapvető a szakmai fejlődés, a képzés és a tudományos kutatás támogatásához. A javasolt ötdimenziós taxonómia lehetővé teszi a módszertani elemek strukturált és mérhető értékelését, miközben figyelembe veszi a kontextusfüggőséget, az etikai szempontokat és az alternatív megközelítések előnyeit. A jövőbeni kutatások és gyakorlati alkalmazások során a taxonómia további finomítása és validálása kulcsfontosságú, hogy a coaching szakma tovább erősítse tudományos és gyakorlati megalapozottságát. Ezzel a keretrendszerrel a coaching nem csupán hatékony eszközzé válhat az egyéni és szervezeti fejlődés támogatásában, hanem a szakmai identitás, a minőségbiztosítás és a tudományos kutatás szempontjából is megerősítheti a szakmát.

Irodalomjegyzék

Bachkirova, T., Spence, G., Drake, D. (2017): *The SAGE handbook of coaching*. London: Sage.

Boyatzis, R. E., Smith, M. L., Van Oosten, E. (2019): *Helping people change: Coaching with compassion for lifelong learning and growth*. Boston: Harvard Business Review Press.

Cavanaugh, M. J. (2006): Coaching from a systemic perspective: A complex adaptive conversation. In: Stober, D. R., Grant, A. M. (szerk.) *Evidence based coaching handbook*. New York: Wiley, pp. 313–354.

Clutterbuck, D. (2016): *Coaching the team at work*. London: Nicholas Brealey Publishing.

Cox, E., Bachkirova, T. and Clutterbuck, D. (2018): *The complete handbook of coaching*. London: Sage.

De Haan, E. (2008): *Relational coaching: Journeys towards mastering one-to-one learning*. Chichester: Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781119206316>

De Haan, E., Culpin, V., Curd, J. (2011): Executive coaching in practice: What determines helpfulness for clients of coaching? *Personnel Review*, 40(1), pp. 24–44. <https://doi.org/10.1108/004834811111095500>

De Shazer, S., Dolan, Y., Korman, H., Trepper, T., Mccollum, E., Berg, I. K. (2007): *More than miracles: The state of the art of solution-focused brief therapy*. New York: Routledge.

EMCC (2023): *EMCC professional practice framework*. London: EMCC.

Grant, A. M. (2017): The third 'generation' of workplace coaching: Creating a culture of quality conversations. *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 10(1), pp. 37–53. <https://doi.org/10.1080/17521882.2016.1266005>

Hawkins, P. (2021): *Leadership team coaching: Developing collective transformational leadership*. London: Kogan Page.

Hawkins, P., Smith, N. (2013): *Coaching, Mentoring and Organizational Consultancy: Supervision, Skills and Development*. Maidenhead: Open University Press.

Hawkins, P., Turner, E. (2019): *Systemic coaching: Delivering value beyond the individual*. London: Kogan Page.

ICF (2021): *Core competencies of professional coaching*. Lexington, KY: International Coaching Federation.

Ives, Y. (2008): What is 'coaching'? An exploration of conflicting paradigms. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 6(2), pp. 100–113.

Kimsey-House, H., Kimsey-House, K., Sandahl, P., Whitworth, L. (2018): *Co-active coaching: The proven framework for transformative conversations at work and in life*. 4th edn. Boston: Nicholas Brealey Publishing.

Neenan, M. and Palmer, S. (2012): *Cognitive behavioural coaching in practice*. London: Routledge.

O'Connor, S, Cavanagh, M. (2013): The coaching ripple effect: The effects of developmental coaching on wellbeing across organisational networks. *Psychology of Well-Being*, 3, Paper 2., <https://doi.org/10.1186/2211-1522-3-2>

Palmer, S., Whybrow, A. (2018): *Handbook of coaching psychology: A guide for practitioners*. 2nd edn. London: Routledge.

Passmore, J., Fillery-Travis, A. (2011): A critical review of executive coaching research: A decade of progress and what's to come. *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 4(2), pp. 70–88., <https://doi.org/10.1080/17521882.2011.596484>

Rock, D. (2009): *Your brain at work: Strategies for overcoming distraction, regaining focus, and working smarter all day long*. New York: HarperBusiness.

Theeboom, T., Beersma, B., Van Vianen, A. (2014): Does coaching work? A meta-analysis on the effects of coaching on individual level outcomes in an organizational context. *Journal of Positive Psychology*, 9(1), pp. 1-18. <https://doi.org/10.1080/17439760.2013.837499>

Whitmore, J. (2017): *Coaching for performance: The principles and practice of coaching and leadership*. 5th edn. London: Nicholas Brealey Publishing.

TAXONOMIC CLASSIFICATION OF THE METHODOLOGICAL ELEMENTS OF COACHING

ISTVÁN KUNOS

Coaching has become increasingly popular over the past two decades, going beyond the framework of traditional training and consulting forms. This development requires the systematization of methodological elements, which is essential for the professionalization of the coaching industry, the quality of training and the reliability of research. The study proposes a five-dimensional taxonomy that integrates the principles of international professional organizations (ICF, EMCC) and systemic and solution-oriented coaching approaches. The five dimensions – communication techniques, cognitive-psychological strategies, systemic approach, goal- and outcome-oriented structures, and ethical and reflective competencies – provide a framework that helps to transparently evaluate coaching processes and measure effectiveness. The proposed model aims to build a bridge between coaching theory, practice and scientific research.

Keywords: coaching, methodology, taxonomy, competencies, integration

AZ IDŐSELLÁTÁS ÉS A GYERMEKVÉDELMI SZAKELLÁTÁS KÖZÖTTI INTERGENERÁCIÓS EGYÜTTMŰKÖDÉS: LEHETŐSÉGEK, KOCKÁZATOK ÉS TRAUMAÉRZÉKENY SZAKMAI FELTÉTELEK

CSÓKAY LÁSZLÓ¹ – FEKETE SZABOLCS²

Absztrakt

A tanulmány az idősellátás és a gyermekvédelmi szakellátás közötti intergenerációs együttműködés lehetőségeit, kockázatait és szakmai feltételeit vizsgálja. Kiindulópontja, hogy az idősothonban élő emberek és a gyermekotthonban vagy lakásotthonban élő fiatalok találkozási nem kezelhető egyszerű jótékonyági vagy ünnepi programként, mivel két sérülékeny célcsoport, két eltérő intézményi logika és többféle pszichoszociális kockázat kapcsolódik össze. A nemzetközi szakirodalom és a gyakorlati modellek alapján az intergenerációs programok ígéretesek lehetnek, de hatásuk nem automatikus, és különösen óvatos adaptációt igényelnek a gyermekvédelmi szakellátásban élő, gyakran traumatikus élettapasztalatokkal rendelkező serdülők esetében. A tanulmány amellet érvel, hogy az ilyen együttműködés csak alacsony kockázatú, önkéntes, dokumentált, traumaérzékeny és értékelt pilotként indítható felelősen. A javasolt megközelítés a résztvevők felkészítésére, a határtartásra, a szakmai koordinációra, a visszalépés jogára, valamint a biztonsági, elfogadhatósági és megvalósíthatósági értékelésre helyezi a hangsúlyt.

Kulcsszavak: intergenerációs együttműködés; idősellátás; gyermekvédelmi szakellátás; gyermekotthon; traumaérzékeny szemlélet; pilotprogram

Bevezetés

Időről időre felmerül a szociális gondoskodás két nagy területén, az idősellátásban és a gyermekvédelmi szakellátásban, hogy létrehozható-e közöttük olyan kapcsolat, amely nem alkalmi jótékonyági gesztus, hanem szakmailag is értelmezhető együttműködés. Első pillantásra a gondolat egyszerűnek tűnhet: idősek és fiatalok találkozási, beszélgetési, közös tevékenysége emberileg vonzó lehetőség. Közelebbről nézve azonban két intézményes élethelyzet, két sérülékeny célcsoport és két eltérő szakmai logika találkozik. Ezért a gyermekotthonban élő fiatalok és a bentlakásos idősellátásban élő emberek kapcsolata nem kezelhető ugyanúgy, mint egy egyszeri óvodai műsor, iskolai látogatás vagy ünnepi program.

A nemzetközi szakirodalom az intergenerációs programokat ígéretes, de nem automatikusan hatékony beavatkozásként írja le. A gyermekek és fiatalok mentális jóllétére vonatkozó bizonyítékok korlátozottak és inkonzisztensek (Campbell et al., 2024), miközben az intergenerációs kontaktus az idősekkel kapcsolatos attitűdök

¹ pszichológus, gyermekvédelmi szakértő; csokayl@yahoo.com; ORCID: 0009-0005-9084-8340

² Ph.D., egyetemi adjunktus, kutatóközpont vezető, Pécsi Tudományegyetem Társadalmi Felzárkózás és Szociális Gazdaság Kutatóközpont; fekete.szabolcs@pte.hu; ORCID: 0009-0001-8640-2494

javításában erősebb empirikus alappal rendelkezik (Drury et al., 2016). Az aktív idősödés szempontjából az intergenerációs programok ígéretesek, de a vizsgálatok elméleti és módszertani heterogenitása miatt az eredményeket óvatosan kell értelmezni (Savino et al., 2025). Ez a heterogenitás nem pusztán módszertani részletkérdés: a vizsgálatok eltérő életkorú gyermekekkel és fiatalokkal, különböző intézményi és közösségi környezetekben, nehezen összehasonlítható programformák alapján dolgoznak. Ezért a nemzetközi eredmények nem kezelhetők egységes bizonyítékként, különösen akkor nem, ha a hazai gyermekvédelmi szakellátásban élő, serdülőkorú, gyakran traumatikus élettapasztalatokkal rendelkező fiatalokra szeretnénk őket alkalmazni. A jelen írás ezért nem azt kívánja bizonyítani, hogy az idősellátás és a gyermekvédelmi szakellátás összekapcsolása önmagában kívánatos, hanem azt vizsgálja, hogy milyen szakmai, etikai, szervezeti és módszertani feltételek mellett lehet felelősen gondolkodni ilyen együttműködésről.

A központi állítás egyszerű: az idősotthonok és gyermekotthonok közötti intergenerációs együttműködés akkor lehet szakmailag védhető, ha nem látványprogramként, hanem alacsony kockázatú, önkéntes, dokumentált, traumaérzékeny és értékelt pilotként indul. A kérdés tehát nem az, hogy „jó dolog-e”, ha idősek és fiatalok találkoznak, hanem a szakmailag releváns kérdés az, hogy kik, milyen céllal, milyen előkészítés után, milyen tevékenységben, milyen gyakorisággal, milyen felelősségi rend mellett és milyen kilépési lehetőségekkel vehetnek részt ilyen programban.

Intergenerációs tanulás és korábbi modellek

A hazai pedagógiai gondolkodásban Varga László már 2012-ben világosan jelezte, hogy az intergenerációs nevelés több a nemzedékek pusztá egymás mellé helyezésénél. A generációk közötti tanulás kölcsönös kapcsolat: kulturális tapasztalatcserét, szociális tanulást, az érzelmi és társas kompetenciák fejlődését, valamint a generációk közötti gátak oldását is jelentheti (Varga, 2012). Ez a kiindulópont az idősellátás és a gyermekvédelem határterületén különösen fontos, mert a két intézményi világ pusztá összehozása még nem teremt tanulási helyzetet. A kapcsolatnak akkor van szakmai értelme, ha a résztvevők számára értelmezhető, biztonságos és reflektált közös tapasztalatot hoz létre.

Varga megközelítésének egyik fontos eleme, hogy az intergenerációs nevelés a különbözőség elfogadásához és a másik életvilágának megértéséhez kapcsolódik. Ez a gyermekotthon és idősotthon esetében nem egyszerűen pedagógiai kérdés, hanem intézményi kultúrák találkozása is. A fiatalok számára az idősödés, a testi korlátozottság, a lassabb kommunikáció vagy az emlékezés más formái idegennek tűnhetnek; az idősek számára pedig a serdülők nyelve, tempója, digitális világa vagy érzelmi intenzitása lehet nehezen követhető. Az intergenerációs tanulás éppen akkor válhat értékké, ha ezeket a különbségeket nem elfedi, hanem biztonságos keretben teszi megbeszélhetővé.

Szűcs Boglárka áttekintése alapján az intergenerációs programok több szervezeti-módszertani formában jelenhetnek meg. Ide tartoznak a közös vagy egymáshoz kapcsolódó intézményi terek, a közösen végzett közösségi tevékenységek, azok az önkéntes segítségformák, amelyekben fiatalok támogatnak idős embereket, valamint azok a programok, amelyekben idősek segítik gyermekek tanulását, képességfejlesztését vagy szocializációját (Szűcs, 2017). Ezek a modellek hasznos kiindulópontot jelentenek, de többségük óvodai, iskolai, közösségi vagy önkéntes keretben működik. Ebből a jelen tanulmány szempontjából az következik, hogy a

gyermekvédelmi szakellátásban nem család pótló kapcsolatról, hanem kiegészítő kapcsolati és tanulási térről érdemes beszélni. Egy gyermekotthoni fiatal számára az idősoththoni résztvevő nem „új nagyszülő”, az idős résztvevő számára a fiatal nem „pótunoka”.

Ezt a határt az állami vagy intézményi szülői felelősség, vagyis a *corporate parenting* logikája felől is fontos tisztázni. A gyermekvédelmi szakellátásban az állam és az intézményi szereplők nem pusztán ellátást szerveznek, hanem a gyermek fejlődéséért, biztonságáért, kapcsolati és oktatási esélyeiért is felelősséget viselnek. Egy intergenerációs program ezért nem veheti át ezt a felelősséget, hanem legfeljebb annak egyik kiegészítő, kontrollált, szakmailag kísért eszköze lehet (Rácz, 2014).

A Seattle-ben működő Providence Mount St. Vincent Intergenerational Learning Center gyakran idézett példája azt mutatja, hogy a generációk közötti kapcsolat nemcsak alkalmi programként, hanem intézményszervezési elvként is megjelenhet. A program sajátossága, hogy a gyermekellátás fizikailag is az idősellátó intézményen belül működik, a gyermekek és az idősek rendszeres, tervezett és felügyelt tevékenységekben találkoznak, a pedagógusok pedig az idősoththon rekreációs és aktivitási munkatársaival koordinálják a közös alkalmakat (Providence Mount St. Vincent, 2018). A példa azonban nem egyszerűen átvehető modell, hanem inkább azt jelzi, hogy az intergenerációs program csak akkor válik komolyan vehetővé, ha intézményi infrastruktúra, személyzet, szabályozottság és fenntartási logika áll mögötte. Különösen fontos korlát, hogy a Providence-modell elsősorban óvodáskorú gyermekekre épül, vagyis olyan életkorra, ahol a találkozások pedagógiai, kommunikációs és érzelmi dinamikája alapvetően eltér a gyermekvédelmi szakellátásban élő serdülők helyzetétől. A gyermekotthonban vagy lakásoththonban élő fiatalok esetében erősebb lehet a korábbi veszteségek, kötődési sérülések, bizalmatlanság, intézményi fáradtság vagy ellenállás szerepe, ezért a modell csak korlátozottan és jelentős szakmai adaptációval alkalmazható. A hazai kutatási rés így nem pusztán abban áll, hogy kevés hasonló program ismert, hanem abban is, hogy a nemzetközi minták többsége nem erre a célcsoportra, nem ilyen intézményi környezetre és nem ilyen kockázati szerkezetre épül.

A Providence-modellből különösen két elem emelhető át óvatosan a magyar gondolkodásba. Az egyik a rendszeresség: nem ünnepi látogatásokról, hanem tervezett, ismétlődő közös helyzetekről van szó. A másik a szakmai felügyelet: a gyermekek és idősek nem magukra hagyott kapcsolatban vesznek részt, hanem pedagógusok, aktivitási munkatársak és intézményi szakemberek által kísért folyamatban. A gyermekvédelmi szakellátásban ez még hangsúlyosabb követelmény, mert a résztvevők közötti érzelmi dinamika, a határok kérdése és a váratlan reakciók kezelése külön szakmai figyelmet igényel.

A Malteser Hilfsdienst gyakorlati projektfüzete más típusú tanulással szolgál. Az ott bemutatott programok - például bevásárlási kísérés, közös kirándulás, kézműves tanulás, digitális eszközhasználat támogatása, biográfiai munka az internet segítségével vagy demenciával élő idősek kísérése - nem nagy intézményi modelleket írnak le, hanem konkrét, kis léptékű tevékenységeket. Különösen fontos, hogy ezeknél a programoknál a felkészítés, az önkéntesség, a világos megállapodások és a határtartás is megjelenik: például a fiatalok nem fogadhatnak el pénzt vagy árut „jutalomként”, és prevenció okokból bizonyos segítségnyújtási helyzetekben nem léphetnek be az idős ember lakásába (Malteser Hilfsdienst, é. n.). Ez a szemlélet jól alkalmazható a gyermekvédelmi szakellátásra: a tevékenység legyen egyszerű, szabályozott és előre megbeszél, a kapcsolat pedig ne csússzon át ellenőrizetlen magánviszonyba.

A MATES-útmutató ugyanezt a logikát módszertani szinten erősíti meg. Nem létezik minden közösségre és minden célcsoportra egyformán alkalmazható intergenerációs kézikönyv; a programot a helyi szükségletekből, a résztvevők motivációiból és az intézményi kapacitásokból kell felépíteni. Az útmutató kulcstényezőként nevezi meg a partnerségeket, a résztvevők felkészítését, a munkatársak képzését, a változatos, kapcsolatépítő tevékenységeket, a fenntarthatóságot, a monitoringot és az értékelést (Almeida Pinto et al., 2009). Magyar viszonyok között ebből az következik, hogy nem egy külföldi intézményi modellt kell lemásolni, hanem egy kis léptékű, visszafordítható és folyamatosan tanuló pilotot érdemes kialakítani.

Hazai intézményi kiindulópontok

Magyarországon szervezeti szempontból elvileg több kapcsolódási pont is elképzelhető az idősellátás és a gyermekvédelmi szakellátás között. Az állami fenntartású intézményeknél közös ágazati irányítási logika jelenhet meg, az egyházi és civil fenntartóknál pedig olyan nagyobb szervezetek működnek, amelyek több ellátási formában is jelen vannak. A Máltai Szeretetszolgálat, az ÁGOTA Gyermekvédelmi Szolgáltató vagy a református szeretetszolgálati hálózatok példája arra utal, hogy a szervezeti előfeltételek bizonyos esetekben adottak lehetnek.

Ez azonban önmagában még nem módszertan. A közös fenntartói háttér, a földrajzi közelség vagy a jó személyes kapcsolat legfeljebb megkönnyítheti az egyeztetést, de nem tesz aktívvá, biztonságossá vagy szakmailag megalapozottá egy olyan programot, amelyben gyermekvédelmi szakellátásban élő fiatalok és idősothtoni lakók vesznek részt. A szervezeti közelség ajtót nyithat, de nem helyettesíti a célok, felelősségi viszonyok, kiválasztási szempontok, etikai szabályok, adatvédelmi és gyermekvédelmi protokollok, valamint az értékelési rend előzetes tisztázását.

A megvalósíthatóságot nemcsak módszertani, hanem szociálpolitikai és intézményirányítási korlátok is befolyásolják. A gyermekvédelem és az idősellátás gyakran külön finanszírozási, adminisztratív és szakmai logikák szerint működik, ezért egy közös programnak sokszor nincs természetes intézményi gazdája. A humánerőforrás-hiány, a magas fluktuáció, a dokumentációs terhek és az ellátási alapfeladatok elsőbbsége miatt egy új együttműködés könnyen „pluszprogramként” jelenhet meg. Ez nem pusztán szervezéstechnikai probléma, hanem a hazai ellátórendszer egyik strukturális korlátja: a költségvetési és intézményi silók eleve megnehezítik, hogy két külön logika szerint működő ellátórendszer közös, folyamatos és értékelhető programot tartson fenn. Ezért már a tervezés elején tisztázni kell, ki viseli a koordináció, a kísérés, az utazás, a helyettesítés, a dokumentáció és az értékelés feladatait és költségeit.

A mindennapi praxisban csak olyan megoldás tekinthető reálisnak, amely nem az intézményi nevelők, gondozók vagy mentálhigiénés munkatársak informális lelkesedésére épül, és nem növeli automatikusan az amúgy is kritikus terhelésüket. Ennek egyik lehetséges formája a fenntartói, hálózati vagy projektalapú koordinátor bevonása, aki nem veszi át az intézményi szakemberek felelősségét, de leveszi róluk a szervezési, kapcsolattartási, dokumentációs és értékelési feladatok jelentős részét. A koordinátor feladata lehet a két intézmény közötti egyeztetés, a közös protokoll kialakítása, a résztvevői beleegyezések és adatkezelési kérdések rendezése, az alkalmak előkészítése, valamint a reflexió és értékelési folyamat támogatása. Ilyen köztes koordináció nélkül a program könnyen esetleges marad, vagy éppen azokra a

munkatársakra terhelődik rá, akiknek elsődleges feladata továbbra is az alapellátási és nevelési-gondozási munka biztosítása.

Az idősek bentlakásos ellátására készült módszertani útmutató nem intergenerációs programkézikönyv, hanem az idősellátás teljes körű szakmai működéséhez ad keretet. A jelen téma szempontjából ezért nem közvetlen modellként, hanem az idős résztvevők személyközpontú, autonómiát, kapcsolati szükségleteket és mentálhigiénés szempontokat figyelembe vevő ellátási keretként használható (Balog et al., 2025).

A gyermekvédelmi szakellátás szempontjai

A lehetséges együttműködés szempontjából pontosítani kell, hogy itt elsősorban nem a gyermekjóléti alapellátásban érintett, családban élő gyermekekről, hanem a gyermekvédelmi szakellátásban, azon belül is gyermekotthonban vagy lakásotthonban élő fiatalokról van szó. A gyermekjóléti alapellátás a családban élő gyermekek veszélyeztetettségének megelőzésére vagy mérséklésére irányul, míg a szakellátás azoknak a gyermekeknek nyújt gondozást és nevelést, akik valamilyen okból nem maradhatnak vér szerinti családjukban (1997. évi XXXI. törvény; Rácz, 2022). A gyermekotthoni helyzet azért különösen releváns, mert itt maga az intézmény válhat az intergenerációs kapcsolat szervezőjévé.

A gyermekotthonokban és lakásotthonokban élő gyermekek jellemzően idősebb korosztályhoz tartoznak, mivel a szakmai és jogszabályi logika szerint a 12 év alatti gyermekek számára elsődlegesen a nevelőszülői elhelyezés volna kívánatos. A gyakorlat ettől eltérhet, de az intergenerációs együttműködés tervezésekor különösen számolni kell azzal, hogy a célcsoport sok esetben serdülőkorú fiatalokat jelent. Ez erősíti a kommunikációs, határtartási, értékrendi és motivációs kérdések jelentőségét.

A gyermekvédelmi szakellátás fogalmi és intézményi pontosítása azért is szükséges, mert az intergenerációs együttműködés kockázatai és lehetőségei másként értelmezhetők családban élő, alapellátásban támogatott gyermekek, illetve gyermekotthonban vagy lakásotthonban élő fiatalok esetében. Csókay gyermekvédelmi összefoglaló munkái jól használhatók ehhez a háttérhez, mert a gyermekvédelem fogalmát, alapelveit, rendszerét és a szakellátás sajátosságait pedagógiai és intézményi szempontból is áttekintik (Csókay, 2019, 2021).

A gyermekotthonban vagy lakásotthonban élő fiatalok jelentős része olyan életpasztalatokkal érkezik a szakellátásba, amelyek fokozott szakmai érzékenységet igényelnek. Ide tartozhat az elhanyagolás, bántalmazás, családi kapcsolatok megszakadása, veszteségélmény, kötődési sérülés, bizalmatlanság, a gondozási helyek változása és az intézményi élethez való kényszerű alkalmazkodás. A kötődéseméleti háttér szempontjából Bowlby klasszikus munkája azért használható, mert a korai kötődési kapcsolatok, a biztonság, a szeparáció és a későbbi kapcsolati működés közötti összefüggések alapfogalmait adja meg; a gyermekvédelmi szakellátás konkrét intézményi következményeit azonban inkább Duleba, Szennai és Rácz munkái alapján érdemes értelmezni (Bowlby, 1969; Duleba, 2012; Rácz, 2022; Szennai, 2021).

A gyermekotthonban élő fiatalok helyzetét nemcsak traumatikus előtörténetük, hanem oktatási és jövőkép-alakító hátrányaik miatt is külön kell kezelni. Szennai Dóra kutatása szerint a gyermekotthonban nevelkedő fiatalok körében gyakori a szociokulturális hátrány, a kötődési hiány, az átélt trauma, a tanulási és beilleszkedési nehézség, valamint a lemorzsolódási veszélyeztetettség. Ez azért releváns az

intergenerációs együttműködés szempontjából, mert a program csak akkor lehet szakmailag értelmes, ha nem általános „jó élményként”, hanem a fiatalok tényleges tanulási, kapcsolati, motivációs és jövőkép-alakító szükségleteihez igazított kiegészítő lehetőségként jelenik meg (Szennai, 2021).

A gyermekvédelmi szakellátásban készült képesség- és tehetséggondozási módszertan különösen jól illeszthető ehhez a kérdéshez. A módszertan abból indul ki, hogy a szakembereknek először meg kell ismerniük a gyermeket, és ez az információszerzés nem egyszeri, hanem a gondozás-nevelés teljes időtartamára kiterjedő folyamat. A felmérés nem korlátozódhat egyetlen módszerre, több szakaszban, a túlterhelés elkerülésével kell történnie, és a fejlődést visszatérően ellenőrizni kell. Különösen fontos megállapítása, hogy a képességfelmérés és -fejlesztés egyik hatékony módja a helyzetteremtés: olyan helyzetek kialakítása, amelyekben a gyermek képességei megnyilvánulhatnak és gyakorolhatók (Belügyminisztérium, 2023).

Ebből az intergenerációs együttműködésre nézve az következik, hogy a programot nem „jó élményként” kell önmagában megindokolni, hanem a fiatal egyéni gondozási-nevelési szükségleteihez, terhelhetőségéhez és fejlesztési céljaihoz kell igazítani. Az egyéni elhelyezési terv és az egyéni gondozási-nevelési terv logikája alapján a részvételnek konkrét, személyre szabott indoka lehet: például kommunikációs készség, együttműködés, felelősségvállalás, digitális tudásátadás, türelem, empátia vagy közösségi részvétel fejlesztése. A részvétel ugyanakkor nem lehet jutalmazás, büntetés vagy intézményi reprezentációs kötelezettség. Ez a megközelítés összhangban van azzal a gyermekvédelmi nevelési elvvel, amely szerint a gondozási helyen zajló nevelés nem egyszerű felügyelet vagy programszervezés, hanem a gyermek testi, lelki, szellemi fejlődését, önálló életvezetésre való felkészítését, kapcsolati működését és társadalmi beilleszkedését támogató szakmai folyamat (Farkas, 2014).

A traumaérzékeny keret itt nem azt jelenti, hogy a program terápiás beavatkozás lenne, vagy hogy minden résztvevőt sérültként kellene kezelni. Inkább azt jelenti, hogy a tervezés során elsődleges szempont a fizikai és pszichológiai biztonság, az átláthatóság, a bizalomépítés, a választási lehetőség, az együttműködés és az érintettek méltóságának tisztelete (SAMHSA, 2014; Wall et al., 2016). A gyermekek és fiatalok nem passzív kedvezményezettek, hanem véleménnyel, határokkal és kontrolligénnyel rendelkező résztvevők.

Az idősellátás szempontjai

Az idősotthonban élő emberek helyzete szintén nem értelmezhető pusztán életkori kategóriaként. Az idősellátásban élők testi, lelki és szociális állapota, aktivitása, kommunikációs képessége, társas hálójára és mentális terhelhetősége jelentősen eltérhet. A bentlakásos idősellátás módszertani útmutatója ezért a bio-pszichoszociális szükségletek feltárását, az emberi méltóság, autonómia, önrendelkezés és egyéni bánásmód érvényesítését hangsúlyozza (Balog et al., 2025). Az intergenerációs program csak akkor illeszkedhet ehhez a logikához, ha az idős résztvevő nem passzív „fogadó félként”, hanem döntéssel, határokkal, igényekkel és erőforrásokkal rendelkező személyként jelenik meg.

Az idősek bentlakásos ellátásáról szóló útmutató mentálhigiénés fejezete külön is kiemeli a kapcsolatok fenntartásának és kialakításának jelentőségét, a közösségi élet erősítését, valamint a személyre szabott szabadidős és foglalkoztatási tevékenységeket. A közösségi élet tartalma közös élményekben és kapcsolatokban

formálódik, a programokba pedig érdemes kapcsolatokat erősítő elemeket beépíteni (Balog et al., 2025). Ez az intergenerációs együttműködés szempontjából fontos legitimáció: a fiatalokkal való találkozás nem idegen az idősellátás céljaitól, de csak akkor, ha az a lakók mentálhigiénés szükségleteihez, teherbírásához és autonómiájához igazodik.

Az idős résztvevők számára a program lehetséges hozadéka a társas aktivitás, az elismerés, a generativitás és a hasznosság élménye lehet. Nem az a cél, hogy az idősek „pótnagyszülőként” működjenek, hanem hogy tapasztalataik, történeteik, készségeik és figyelmük láthatóvá váljanak. A Providence-programban is hangsúlyos elem, hogy az idősek szerepmodellként jelenhetnek meg, miközben újra átélhetik a kapcsolódás és a szükségesség érzését (Providence Mount St. Vincent, 2018). Ez azonban csak akkor támogató tapasztalat, ha a részvétel önkéntes, a terhelés fokozatos, és a szakemberek figyelik az elfáradás, szorongás, zavartság vagy túlzott érzelmi bevonódás jeleit.

Az idősothonok szempontjából fontos az is, hogy a program ne a lakók napirendjének és szükségleteinek rovására jelenjen meg. Egy idős ember számára egy zajos, hosszú, kiszámíthatatlan csoportos alkalom nem feltétlenül támogató; lehet megterhelő vagy zavaró is. Ezért az időtartamot, a résztvevők számát, a helyszínt, a zajszintet, a kognitív terhelést és a pihenési lehetőséget előre kell tervezni. Az idősellátási szakemberek szerepe nem csupán a helyszín biztosítása, hanem annak folyamatos mérlegelése, hogy a program az ellátottak méltóságát, jóllétét és biztonságát szolgálja-e.

Kapcsolódási pontok és elkerülendő szerepfélreértések

Az idősothonok és gyermekotthonok világa első látásra távolinak tűnik egymástól. Az egyik intézmény lakói életútjuk késői, sokszor lezáró szakaszában járnak, a másikban élő fiatalok pedig fejlődési szempontból érzékeny életszakaszban vannak. A két csoport életkora, fizikai állapota, kommunikációs ritmusa, intézményi helyzete és kapcsolati tapasztalata jelentősen eltér. Mégis vannak olyan strukturális párhuzamok, amelyek szakmai szempontból indokoltá teszik az együttműködés óvatos vizsgálatát.

Mindkét csoport esetében megjelenhet az eredeti életközegtől való eltávolodás, a korábbi kapcsolatok részleges vagy teljes megszakadása, az intézményi életrendhez való alkalmazkodás, valamint az autonómia és a személyes kontroll beszűkülésének tapasztalata. Ezek a folyamatok természetesen eltérő okokból és eltérő életkorban következnek be, mégis hasonló érzelmi kérdéseket vethetnek fel: kihez tartozom, mennyiben dönthetek a saját életemről, ki figyel rám, hogyan őrizhetem meg személyes méltóságomat egy intézményi környezetben. Ezt azonban nem szabad „sorsközösségként” rávetíteni a résztvevőkre. A párhuzam inkább rejtett analógia, amelyet a szakemberek a felkészítés és a reflexió során óvatosan segíthetnek értelmezni.

A „pótnagyszülő-pótunoka” modell előzetes elvárásként kifejezetten kockázatos. Hamis várakozásokat, túl gyors érzelmi bevonódást, újabb csalódást vagy veszteségélményt okozhat. Ugyanakkor nem zárható ki, hogy egyes esetekben, önkéntes és szakmailag kísért folyamatban kialakuljon meleg, bizalmi, nagyszülő-unoka jellegű kapcsolati minőség. Ezt azonban nem szabad programcéllként, indikátorként vagy intézményi ígéretként kezelni. A szakmai cél a biztonságos kapcsolati és tanulási tér megteremtése, nem a családi kapcsolatok imitálása.

A program értéke így inkább a kölcsönös figyelem, elismerés és hasznosság élményében keresendő. A fiatalok adhatnak digitális tudást, aktivitást, társas érdeklődést, segítséget vagy egyszerű jelenlétet. Az idősek adhatnak élettapasztalatot, történeteket, kézműves vagy háztartási tudást, kulturális emlékeket, helytörténeti ismereteket és türelmes figyelmet. A Malteser-projektek éppen azért hasznos minták, mert nem nagy érzelmi szerepeket írnak elő, hanem konkrét, közösen végezhető, alacsony küszöbű tevékenységeket kínálnak (Malteser Hilfsdienst, é. n.).

Kritikus feltételek

Az együttműködés első kritikus feltétele a résztvevők kiválasztása. Nem minden gyermekotthonban élő fiatal és nem minden idősothoni lakó számára megfelelő az intergenerációs program. A bevonás előtt mindkét intézmény szakembereinek mérlegelniük kell az aktuális pszichés állapotot, a fizikai terhelhetőséget, a kommunikációs képességet, a konfliktuskezelést, a fertőzésvédelmi és egészségügyi szempontokat, valamint azt, hogy a résztvevő érti-e a program célját és határait. A gyermekeknél különösen fontos a gyám, a gondozási hely és szükség szerint a pszichológus vagy fejlesztő szakember álláspontja.

A második feltétel az önkéntesség és a visszalépés joga. A részvétel egyik oldalon sem lehet kötelező. A gyermeknek és az idős résztvevőnek is tudnia kell, hogy nemet mondhat, szünetet kérhet, vagy kiléphet a programból anélkül, hogy ezt büntetésként, elutasításként vagy személyes kudarcként értelmeznék. A traumaérzékeny szemlélet egyik alapja éppen az, hogy a résztvevő ne elveszítse, hanem növelje kontrollját saját részvétele fölött (SAMHSA, 2014).

A harmadik feltétel a felkészítés. A fiataloknak előre tudniuk kell, milyen egészségi vagy kommunikációs sajátosságokkal találkozhatnak az időseknél; az időseknek pedig azt, hogy a gyermekvédelmi szakellátásban élő fiatalok viselkedése mögött gyakran veszteség, bizalmatlanság, indulatkezelési nehézség vagy korábbi sérülés állhat. A felkészítés nem diagnózisok átadását jelenti, hanem olyan általános érzékenyítést, amely segít elkerülni a félreértéseket, a moralizálást és a személyes sértődésként értelmezett reakciókat.

A negyedik feltétel a világos határtartás. Előre tisztázni kell, lehet-e ajándékot adni, lehet-e külön kapcsolatot tartani, mi történik fényképezéskor, ki kezeli az adatokat, hogyan jelezhető kellemetlen helyzet, és mi a protokoll konfliktus, sírás, agresszív reakció, rosszullet vagy hirtelen megszakítás esetén. Ezek a kérdések nem kezelhetők pusztán informális jóindulat alapján, mert a gyermekotthonban élő gyermekek jogainak gyakorlása, a házirend, az adatkezelés, a fényképezés, a kapcsolattartás és a panasz- vagy jelzési lehetőségek mind a gyermekvédelmi intézményi működés részét képezik. Herczeg Rita gyermekotthonok házirendjeit vizsgáló tanulmánya ezért jól kapcsolható ehhez a ponthoz: a gyermekek jogai nem elvont deklarációk, hanem a mindennapi intézményi szabályozásban és a konkrét részvételi helyzetekben érvényesülnek vagy sérülnek (Herczeg, 2004).

A Malteser-füzet gyakorlati példái jól mutatják, hogy a legegyszerűbb tevékenységek is igényelnek határszabályokat. A gyermekvédelmi szakellátásban ezek a szabályok még fontosabbak, mert a kapcsolat nem kerülhet át ellenőrizetlen, informális térbe.

Az ötödik feltétel a kapcsolódás és elválás kezelése. Egy rosszul előkészített program a jó szándék ellenére is okozhat feszültséget, csalódást vagy újabb veszteségélményt. Ha például egy fiatal kötődni kezd egy idős résztvevőhöz, majd a

kapcsolat hirtelen megszakad, vagy ha nem világos, hogy a program mikor és hogyan ér véget, az együttműködés nem támogató, hanem kockázatos tapasztalattá válhat. Ugyanez igaz az idősekre is: számukra is megterhelő lehet az elutasítás, a konfliktus, a fiatalok intenzív viselkedése vagy a kapcsolat váratlan megszűnése.

A hatodik feltétel a koordináció és finanszírozás. A program nem maradhat lelkes munkatársak informális vállalása. Meg kell nevezni a koordinátort, a két intézmény kapcsolattartóit, az alkalmak felelőseit, az utazás, kísérés, helyettesítés, dokumentáció és értékelés költségeinek viselőit. A MATES-útmutató kulcstényezői között ezért szerepel a partnerség, a munkatársi felkészültség, az idő és rendelkezésre állás, a fenntarthatóság, valamint a monitoring és értékelés (Almeida Pinto et al., 2009).

A gyermekvédelmi oldalon különösen fontos a szakmai kapacitások reális felmérése. A gyermekotthonban vagy lakásotthonban dolgozó pszichológus, fejlesztő szakember vagy más segítő szakember nem pusztán „jelen van” a rendszerben, hanem a gyermekek, a munkatársak és az intézmény egészének támogatásában is szerepet kaphat. Ezért egy intergenerációs pilot szakmai kísérése nem tekinthető automatikusan rendelkezésre álló többletfeladatnak; előre tisztázni kell, hogy van-e tényleges szakmai kapacitás a felkészítésre, a feldolgozásra és az esetleges krízishelyzetek kezelésére (Józsa, 2007).

Egy óvatos pilot lehetséges szerkezete

A hazai adaptáció reális kiindulópontja nem közös intézmény létrehozása, hanem kis léptékű pilot. A pilot első szakasza az intézményközi egyeztetés: a két intézmény vezetői és szakemberei tisztázzák a célokat, célcsoportot, időtartamot, felelősségi rendet, kockázatkezelési szabályokat és az értékelési szempontokat. Ebben a szakaszban nem programnaptárt, hanem biztonsági és szakmai keretet kell létrehozni.

A második szakasz a résztvevők előzetes kiválasztása és felkészítése. A gyermekvédelmi oldalon a részvételnek illeszkednie kell az egyéni gondozási-nevelési tervhez, vagy legalábbis nem lehet azzal ellentétes. Az idősellátási oldalon a részvételt az egyéni gondozási terv, az egészségi állapot, a mentális terhelhetőség és az érdeklődés alapján kell mérlegelni. A felkészítés célja nem az, hogy a résztvevők „jó benyomást keltsenek”, hanem hogy reális képet kapjanak a találkozásról, a másik oldal sajátosságairól és saját döntési lehetőségeikről.

A harmadik szakasz a rövid, alacsony intenzitású találkozások bevezetése. A tevékenységek kezdetben legyenek egyszerűek: közös kézműves foglalkozás, társasjáték, zenehallgatás, rövid séta az intézmény kertjében, digitális eszközhasználat támogatása, régi fényképekhez vagy helyi emlékekhez kapcsolódó beszélgetés, közös ünnepi előkészület, növénygondozás. A cél nem a látványos esemény, hanem az, hogy a résztvevők megtapasztalják: a találkozás kiszámítható, rövid, megszakítható és szakmailag kísért.

A negyedik szakasz a reflexió. Minden alkalom után rövid, de strukturált szakmai visszajelzést kell gyűjteni: mi működött, mi okozott feszültséget, ki fáradt el, ki szeretné folytatni, szükséges-e módosítani a párosításokat, időtartamot vagy tevékenységet, illetve megjelentek-e olyan viselkedéses jelek, amelyek a kapcsolatépítés, empátia, türelem, társas aktivitás vagy túlterhelődés szempontjából értelmezhetők. A fiataloknál ez illeszkedhet a nevelői beszélgetéshez vagy a gondozási-nevelési folyamat dokumentációjához; az időseknél a mentálhigiénés és foglalkoztatási dokumentációhoz. Itt hasznosítható a gyermekvédelmi

képességgondozási módszertan logikája is: a tevékenység egyben megfigyelési és fejlesztési helyzet, de csak akkor, ha nem túlterhelő és nem egyszeri benyomások alapján értékelik (Belügyminisztérium, 2023).

Az ötödik szakasz a döntés a folytatásról és az értékelés módszertani lezárása. A pilot végén nem azt kell bizonyítani, hogy a program általában „sikeres” volt, hanem azt, hogy az adott intézményi és személyi feltételek mellett biztonságosan működtethető-e, kiknek hasznos, kiknek nem megfelelő, milyen erőforrást igényel, milyen kockázatok jelentkeztek, és milyen feltételek mellett lenne folytatható. Egy kis léptékű pilot esetében különösen fontos a mérés módszertani óvatosság: a kis elemszám, az önkéntes részvétélből fakadó szelekció, a kontrollcsoport hiánya, az intézményi környezet sajátosságai és a szociálisan elvárt válaszadás torzíthatják az eredményeket. Ezért az értékelés elsősorban nem oksági hatásvizsgálatként, hanem megvalósíthatósági, biztonsági és elfogadhatósági értékelésként értelmezhető.

A sikerkritériumok egy része működtetési jellegű lehet: az önkéntes részvétel fennmaradása, az incidensek hiánya vagy kezelhetősége, a pozitív vagy legalábbis nem terhelő résztvevői visszajelzések, a szakmai stáb által dokumentált tanulási pontok, valamint a program módosíthatósága. Ezek azonban önmagukban túl puhák lennének, ezért érdemes kiegészíteni őket előre rögzített megfigyelési szempontokkal és egyszerű mérési eszközökkel. Az idős esetében vizsgálható például a társas aktivitás, a szubjektív magány vagy az elszigetelődés változása rövid, validált magányosság- vagy társas kapcsolati skálával, kiegészítve a mentálhigiénés vagy foglalkoztatási munkatárs strukturált megfigyelésével. A fiatalok esetében az empátia fejlődése nem általános személyiségváltozóként, hanem konkrét, megfigyelhető viselkedésekben operacionalizálható: képes-e kivárni az idős résztvevő lassabb kommunikációját, felismeri-e a másik szükségleteit, kérdez-e, segítséget ajánl-e, képes-e határtartó módon kapcsolódni, illetve hogyan reflektál a találkozásra.

A validitás érdekében az értékelés nem támaszkodhat kizárólag elégedettségi visszajelzésekre. Legalább három forrást érdemes kombinálni: a résztvevők rövid önreflexiós visszajelzéseit, a szakemberek strukturált megfigyeléseit és a programdokumentációt. Így nem az a kérdés, hogy a program általában „jó hatású-e”, hanem az, hogy az adott intézményi kontextusban milyen változások, terhelések, kockázatok és tanulási pontok azonosíthatók. Ez a megközelítés egyszerre védi a résztvevőket a túlzó hatásígéretektől és erősíti a program tudományos igényű értékelhetőségét.

A pilotban külön érdemes kezelni a kommunikációs protokollt. A fiatalok és idősök közötti spontán beszélgetés fontos, de a szakembereknek előre jelezniük kell, milyen témák kerülendők vagy különös érzékenységet igényelnek: családi veszteségek, bántalmazás, halál, intézményi elhelyezés okai, vallási vagy politikai konfliktusok, pénz, ajándék, személyes elérhetőségek. Nem az a cél, hogy a kapcsolat steril legyen, hanem az, hogy a résztvevők ne kerüljenek olyan beszélgetési helyzetbe, amelyet nem tudnak biztonságosan kezelni.

A program dokumentációjának rövidnek, de használhatónak kell lennie. A túlzott adminisztráció elriaszthatja az intézményeket, a dokumentálatlanság viszont kiszolgáltatottá teszi a résztvevőket. Minimumként rögzíthető a résztvevők köre, a felkészítés megtörténte, az alkalmak ideje és tartalma, a jelen lévő szakemberek neve, az esetleges incidensek, a résztvevői visszajelzések és a módosítási döntések. Ez a szakmai tanulás alapja, és egyben védi a gyermekeket, az időseket és az intézményeket is.

Összefoglalás

Az idősellátás és a gyermekvédelmi szakellátás közötti intergenerációs együttműködés nem magától értetődő és nem kockázatmentes. A két célcsoport közötti különbségek, a gyermekvédelmi szakellátásban élő fiatalok traumatikus élettapasztalatai, az idősothtoni lakók egészségi és mentális sérülékenysége, valamint az eltérő intézményi logikák miatt a program csak gondos előkészítéssel képzelhető el.

A szakirodalom alapján az együttműködés felelős adaptációja több, egymást kiegészítő szakmai szempontból építhető fel. Az intergenerációs tanulás pedagógiai és társadalmi jelentősége abban áll, hogy a generációk közötti kapcsolat nem pusztán együttlét, hanem kölcsönös tanulási, kapcsolati és attitűdformáló helyzet lehet (Szűcs, 2017; Varga, 2012). A nemzetközi gyakorlati példák azt mutatják, hogy az ilyen programok akkor működhetnek biztonságosan, ha strukturáltak, felügyeltek és konkrét tevékenységekhez kötődnek (Malteser Hilfsdienst, é. n.; Providence Mount St. Vincent, 2018), míg a programtervezési útmutatók a partnerség, a kis lépték, a monitoring és a fenntarthatóság jelentőségét emelik ki (Almeida Pinto et al., 2009). A gyermekvédelmi oldalon a kötődéseméleti háttér, a szakellátásba kerülés krízisei, a gyermekotthonban élő fiatalok oktatási és kapcsolati hátrányai, valamint az intézményi felelősség kérdése egyaránt azt erősítik meg, hogy a részvétel csak egyéni szükségletekhez, terhelhetőséghez és fejlesztési célokhoz igazítva lehet szakmailag védhető (Bowlby, 1969; Duleba, 2012; Rácz, 2014; Szennai, 2021). A gyermekvédelmi nevelés, a gyermekotthoni jogok és házirendek, valamint a pszichológusi és szakmai háttérkapacitás kérdései további feltételként jelzik, hogy a program nem működhet informális jóindulat alapján, hanem szabályozott, dokumentált és szakmailag kísért folyamatként kell megjelennie (Farkas, 2014; Herczeg, 2004; Józsa, 2007). Ezt egészíti ki a gyermekvédelmi képességgondozási módszertan, amely a gyermek megismerésének és fejlesztésének folyamatosságát hangsúlyozza, valamint az idősellátási útmutató, amely a személyközpontú, kapcsolati és mentálhigiénés gondozás kereteit adja meg (Balog et al., 2025; Belügyminisztérium, 2023).

A legfontosabb következtetés ezért nem az, hogy az idősothtonok és gyermekotthonok közötti együttműködést mindenütt be kell vezetni, hanem az, hogy ahol erre valódi szakmai szándék és kapacitás van, ott kis léptékű, önkéntes, traumaérzékeny és értékelt pilotként érdemes elkezdni. Az értékelésnek ugyanakkor nemcsak a résztvevői elégedettséget, hanem a működtethetőséget, a biztonságot, a mérhető vagy megfigyelhető kapcsolati változásokat, valamint az intézményi kapacitások fenntarthatóságát is vizsgálnia kell. A program nem helyettesíti sem az idősellátás, sem a gyermekvédelmi szakellátás alapfeladatait, nem pótolja a családot, és nem oldja meg az intézményi magányt vagy a gyermekvédelem strukturális nehézségeit. Megfelelő feltételek mellett azonban kiegészítő kapcsolati teret teremthet, amelyben idős emberek és gyermekotthonban élő fiatalok egymás számára nem ellátási problémaként, hanem tapasztalatokkal, szükségletekkel és erőforrásokkal rendelkező személyként válhatnak láthatóvá.

Irodalomjegyzék

Bowlby, J. (1969): *Attachment and loss*: Vol. 1. Attachment. Basic Books.

Campbell, F., Whear, R., Rogers, M., Sutton, A., Barlow, J., Booth, A., Tattersall, A., Wolstenholme, L., Thompson-Coon, J. (2024): What is the effect of intergenerational

activities on the wellbeing and mental health of children and young people? A systematic review. *Campbell Systematic Reviews*, 20, Article e1429. <https://doi.org/10.1002/cl2.1429>

Csóky, L. (2019): Röviden a gyermekvédelemről – pedagógusoknak. *Embertárs*, 2019(1), 1–12.

Csóky, L. (2021): Gyermek- és ifjúságvédelmi alapismeretek. In M. Barcsák et al., *Gyermekvédelmi szervezetfejlesztő projekt a katolikus köznevelési és szakképzési rendszerben* (pp. 14–39). Katolikus Pedagógiai Intézet.

Drury, L., Hutchison, P., Abrams, D. (2016): Direct and extended intergenerational contact and young people's attitudes towards older adults. *British Journal of Social Psychology*, 55(3), 522–543. <https://doi.org/10.1111/bjso.12146>

Rácz, A. (Szerk.). (2014): *Jó szülő-e az állam? A corporate parenting terminus gyakorlatban való megjelenése*. Rubeus Egyesület.

Rácz, A. (2022): *Teóriától a gyermekvédelem praxisáig: Útkeresések egy szolgáltatásfókuszú gyermekvédelemért*. ELTE Eötvös Kiadó. <https://doi.org/10.21862/2022/RaczPraxis/5442>

Savino, M., De Luca, L., Nocentini, A., Menesini, E. (2025): Intergenerational interventions and their impact on active aging: A systematic review. *International Psychogeriatrics*. Advance online publication, Article 100142. <https://doi.org/10.1016/j.inpsyc.2025.100142>

Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2014): SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach (HHS Publication No. SMA 14-4884). Substance Abuse and Mental Health Services Administration.

Wall, L., Higgins, D., Hunter, C. (2016): *Trauma-informed care in child/family welfare services*. Australian Institute of Family Studies.

Internetes oldalak

1997. évi XXXI. törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról. Elérhető: <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=99700031.TV> (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Almeida Pinto, T., Hatton-Yeo, A., Marreel, I. (2009): Ideenführer für die Planung und Implementierung generationsübergreifender Projekte. *Association VIDA / MATES Project*. Elérhető: https://intergeneration.ch/wp-content/uploads/2012/02/ideenfuehrer_mates_projekt_dt.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Balog, J., Bárdos, T., Breitenstein, E., Bunyevác, A., Buzuné Farkas, I., Csiba, E., et al. (2025): Módszertani útmutató idősek bentlakásos ellátását nyújtó intézményeknek. *Szociális Ágazati Portál*. Elérhető: <https://szocialisportal.hu/wp-content/uploads/2025/06/Modszertani-utmutato-idosek-bentlakasos-ellatasat->

nyujto-intezmenyeknek_signed_6972079_7_20250612133240.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Belügyminisztérium. (2023): Képesség- és tehetséggondozás a gyermekvédelmi szakellátásban: Módszertan. Elérhető: https://szocialisportal.hu/wp-content/uploads/2023/04/Kepesseg-es-tehetséggondozas-a-gyermekvedelmi-szakellatasban_modszertan.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Duleba, N. (2012): Az állami gondozás krízisei. *Nagyerdei Almanach*, 3(5), 131–150. Elérhető: https://nagyalma.hu/container/volume/2012/122.08_DN_131-150p.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Farkas, Á. (2014): A nevelés kérdései a gyermekvédelmi gondoskodásban. In A. Rácz (Szerk.), *Jó szülő-e az állam? Gyermek- és ifjúságvédelmi tanulmányok IV.* (pp. 246–273). Rubeus Egyesület. Elérhető: http://rubeus.hu/wp-content/uploads/2014/05/CPnemzetkozi_2014_final.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Herczeg, R. (2004): Gyermeki jogok gyermekotthonokban. *Kapocs*, 3(2), 22–31. Elérhető: https://epa.oszk.hu/02900/02943/00011/pdf/EPA02943_kapocs_2004_2_04.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Józsa, V. (2007): Észrevételek a „Szakmai protokoll gyermekotthonban vagy lakásotthonban dolgozó pszichológusok számára” című szakmai dokumentumhoz. *Család, Gyermek, Ifjúság*, 2007(1), 21–25. Elérhető: https://epa.oszk.hu/03400/03457/00066/pdf/EPA03457_csalad_2007_1_021-025.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Malteser Hilfsdienst e.V. (é. n.): Gemeinsame Wege – Miteinander der Generationen: Projektbeschreibungen zur Zusammenarbeit von Jugend und Sozialem Ehrenamt. Elérhető: https://www.malteserjugend.de/fileadmin/Files_sites/Malteserjugend/Malteserjugend/Publikationen/Broschuere_Crossing_Generation.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Providence Mount St. Vincent. (2018): Providence Mount St. Vincent & its intergenerational programming. Elérhető: <https://www.providence.org/-/media/project/psjh/providence/wa/files/the-mountain/pmsvintergenerational-programming-0118.pdf> (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Szennai, D. (2021): A gyermekotthonban nevelkedő fiatalok oktatási részvétele és jövőképe: Kutatási tanulmány. Gattyán Alapítvány. Elérhető: https://gattyanalapitvany.hu/wp-content/uploads/2021/09/VEGL_tanulmany_GAkutatas_0511.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Szűcs, B. (2017): Generációk egymásért: Az intergenerációs tanulás. In M. R. Kiss (Szerk.), *Jövőidő – 30 éves a Barankovics Alapítvány.* Barankovics István Alapítvány. Elérhető: https://barankovics.hu/_f/letoltesek/jovoido_2_old.pdf (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

Varga, L. (2012): Generációk közötti tanulás. In A. Kardos (Szerk.), *Generációk közötti tanulás (Disszeminációs füzetek 39.)*. Tempus Közalapítvány. Elérhető: <https://mek.oszk.hu/19700/19758/19758.pdf> (Utolsó letöltés: 2026.05.31.)

INTERGENERATIONAL COOPERATION BETWEEN ELDERLY CARE AND CHILD PROTECTION RESIDENTIAL CARE: OPPORTUNITIES, RISKS AND TRAUMA-INFORMED PROFESSIONAL CONDITIONS

LÁSZLÓ CSÓKAY – SZABOLCS FEKETE

The study examines the opportunities, risks and professional conditions of intergenerational cooperation between residential elderly care and child protection residential care. It argues that encounters between older adults living in care homes and young people living in children's homes or residential care settings cannot be treated as simple charitable events or occasional festive programmes. Such initiatives bring together two vulnerable groups, two different institutional logics and several psychosocial risks. Based on international literature and practical models, intergenerational programmes may offer valuable opportunities, but their effects are not automatic and require particularly careful adaptation in the context of adolescents in child protection residential care, many of whom have experienced trauma, loss or disrupted attachment relationships. The article argues that cooperation between elderly care homes and children's homes can only be professionally justified if it starts as a low-risk, voluntary, documented, trauma-informed and evaluated pilot programme. The proposed framework emphasises participant preparation, clear boundaries, professional coordination, the right to withdraw, and the evaluation of safety, acceptability and feasibility rather than overstated impact claims.

Keywords: intergenerational cooperation; elderly care; child protection residential care; children's homes; trauma-informed approach; pilot programme

REFORMING THE SYSTEM OF TEACHER CONTINUING PROFESSIONAL DEVELOPMENT – SHARING FIRST EXPERIENCES (2025)

EVELIN JANÓ¹ – GÁBOR HAJDU²

Abstract

The primary goal of writing our study is to examine and present the domestic and international teacher training system and, on this basis, to reinforce the importance of teachers' continuous professional development. First, we provide a historical overview of the functioning teacher training, supplemented with research results. In the second chapter of our article, we discuss the government decree that has dominated the Hungarian continuing education system for a quarter of a century, the shortcomings of the system, and the continuing education needs of the teaching community. In the final part of our work, we will address the transformation of teacher training in Hungary in 2025. First, we will present the legal framework, then briefly introduce the structure and goals of the system and report the first experiences of Pázmány Péter Catholic University as a partner institution involved in the implementation of further training.

Keywords: teacher continuing professional development, public education, teacher training, teacher career

Introduction

One of the foundations of any country's economy is the establishment of a well-functioning education system and the preparedness of those working within it to provide formal education to younger generations. Teachers with appropriate qualifications form an important cornerstone of how schools operate. Teachers' knowledge, professional competence and motivation significantly determine the effectiveness and efficiency of education in a country (Halász, 1999). In our changing world, the continuing professional development of teachers is becoming increasingly important. On the one hand, the students entering schools are becoming increasingly diverse, arriving with varying levels of preparation and motivation; which supersedes traditional teaching roles and models, meaning that continuous development and adaptation are expected of teachers to a great extent. In addition, they must keep pace with the technological developments and the challenges of globalisation; as it is the teacher's task to prepare students to embrace and navigate these changes. As the economy transforms, including labour market demands, the younger generation must also be prepared for successful employment (Halász, 1999). Overall, however, for teachers to effectively prepare students for a successful career launch, there is no alternative to lifelong learning, a key component of which is participation in further training.

¹ Pázmány Péter Catholic University, Faculty of Humanities and Social Sciences, ORCID ID: 0000-0002-0642-3333

² Pázmány Péter Catholic University Faculty of Humanities and Social Sciences, ORCID ID: 0009-0002-6065-6215

1. The importance and functioning of teacher training at national and international levels

Continuous professional development for teachers is receiving increasing attention worldwide (Day–Sachs, 2004). Teacher training lays the foundations for teachers to develop the fundamental knowledge and skills inherent in teaching, but it cannot provide them with comprehensive knowledge of every aspect of the teaching profession (AL–Weher–Abu–Jaber, 2007; Richards, 2015; Skinner, 2005). Unfortunately, teacher training cannot provide everything that teachers actually need to know and apply in their school work, and this requires them to continue learning throughout their careers. Furthermore, educational philosophy and the context in which they must teach constantly change. These diversities and rapid changes can lead to teachers’ professional knowledge and skills becoming outdated, necessitating constant updating (Sayed–Badroodien, 2018, pp. 3–13; Scales et al., 2011). Teachers’ preparedness and participation in high-quality professional development courses are also important factors in students’ learning performance (Supovitz, 2001; Yoon et al., 2007). According to Supovitz’s (2001) model, higher-quality teaching is the result of outstanding professional development, as the practical application of new knowledge acquired by teachers has a positive impact on students’ comprehension and learning processes. The OECD’s TALIS 2024 survey also highlights the importance of teachers’ continuous professional development. Teacher training courses and less formal (self-directed) learning activities are not only found in some form in every country, but teacher participation is also strikingly high everywhere: OECD 96%, Hungary 91%. On average, just over half of teachers (55%) – but 73% in Hungary – believe that professional development activities have had a positive impact on their teaching practice (Bozsik–Nagy, 2025).

However, in order for teachers to be able to participate in professional development on an ongoing basis, school leaders must ensure that support is available and that the conditions are in place to enable staff to learn, develop and improve their performance (Bubb–Earley, 2007; Guskey, 2000).

Lifelong learning, which is a series of learning activities that can take place anywhere for anyone, is not only aimed at enabling people to acquire new knowledge and skills, but also at integrating them into society and making them part of social transformation (Jarvis, 2009; Demiralay–Karadeniz, 2008; Demirel, 2009). As the future demands daily adaptation to change and the acquisition of new knowledge, teachers play a key role in ensuring that the importance of lifelong learning is reflected in students’ attitudes (Harangi, 2011). The principle of lifelong learning has long been a cornerstone of the European Union’s education policy (Borbélyová–Pataki Tóthová, 2023). A 2021 study involving 205 teachers also confirmed that it is important for teachers to keep their expertise up to date and that they are willing to participate in training courses from which they can incorporate new knowledge into their daily work. The study also noted that, unfortunately, enthusiasm for participating in further training tends to decline with age (Bognár–Szilárd–Kálmán, 2024).

Current international practice in teacher training essentially distinguishes between two types of training: the training in the traditional sense, where teachers can attend subject-specific courses designed to refresh and update their existing professional knowledge and skills; and so-called additional programmes, which may

lead to the acquisition of new skills and, ultimately even a new qualification (Mihály, 2005).

Abroad, the system of teacher training – which may be compulsory – was first established in 1910 for Greek secondary school teachers, and then in 1922, also in Greece, for teachers in primary schools. In this respect, Hungary lags behind, having only introduced such a system through a government decree in 1997 (Mihály, 2005). The publication titled *Key Topics in Education in Europe* (2004) provides an excellent overview of the teacher training systems in other European Union countries. Every country has a teacher training program, in which participation is regulated by law or employment contracts. Participation is compulsory in sixteen European countries, whilst in the others it is voluntary. The most common system is one in which teachers are required to devote a certain amount of time to training, but may also participate in further training on a voluntary basis. Countries reward participation in further training in different ways. In the Netherlands, it is generally accepted that continuous professional development is a professional duty for teachers. In Finland, Sweden and the United Kingdom, participation in further training is more closely linked to the conditions for professional advancement. Trainings organised during work hours cause substitution problems, whilst training outside work hours may negatively affect participation rates. In some countries, such as Finland and the United Kingdom, the majority of training courses are generally held before or immediately after the start of the school year. The duration of trainings also vary. In the Netherlands, 10% of annual working hours must be spent on professional development courses, which means that teachers here spend the most time in further training within Europe. In Germany, teacher training is not compulsory, but teachers regard participation in programmes organised by teacher training institutions as a natural part of their professional development. In some federal states, these include residential institutions where teachers can acquire new knowledge and methods over varying periods of time. In the United Kingdom, 42 hours of compulsory training is required annually, but since 2001 there has also been a maximum six-week ‘creative leave’ for teachers working in schools with challenging conditions, with the aim of allowing experienced teachers to engage in self-development.

According to the results of the OECD’s TALIS 2018 survey, 94% of teachers in OECD countries took part in some form of professional development within a year. At the same time, 90% of school principals in OECD countries participated in some form of professional development over the past year, which represents a high participation rate. Lithuania is particularly at the forefront, with the highest proportion of teachers taking part in professional development. In this country, participation in professional development is also very significant for the purposes of retaining employment and career progression. Looking at the types of training, courses and seminars are the most popular among teachers internationally. 80% of training participants believe that the content of the training is useful in their teaching practice. As for future demands, teachers would like to have access to more training opportunities in the areas of ICT skills, teaching methods used in multicultural environments, and teaching methods for students with special educational needs (Balázs-Vadász, 2019).

The first Hungarian ministerial decree regulating the further training of teachers was issued in 1906. The aim of the further training courses was to inform colleagues about new ideas, events, achievements and endeavours, that is, about progress and to encourage staff at public schools to engage in effective work through these influences. In 1912, the first European institution dedicated to the regular and

continuous further training of teachers was established in Budapest under the name of Capital City Pedagogical Seminar (Weszely, 1912). After 1945, the first wave of the reorganisation of further teacher training took place. At that time, due to political changes, retraining and ideological re-education were at the heart of further training. From 1947, psychological content was given increasing prominence in further training programmes, and by 1949, they had moved away from professional issues. In the 1950s, a centralised continuing education system was established, which was replaced by a decentralised approach in the 1960s. As a result of decentralisation, local continuing education initiatives and county and district courses began to proliferate. Over time, however, it was realised that a coordinating body was needed, and so county cabinets were established. The best-known form of continuing professional development offered by the county cabinets was the complex practical seminar introduced in the 1970s. This combined ideological, pedagogical-psychological, subject-specific and methodological knowledge, whilst striving to organically link theory and practice through individualised learning (Gönczöl, 2011). It was during this period that the regular further training of educational leaders – principals and subject supervisors – also began in an independent form (Halász, 1994). In 1985, the state relinquished central control and direct supervision of classroom processes. Instead of training cabinets, county pedagogical institutes began to organise further training for teachers. They became the most important domestic centres for pedagogical professional services. According to a 1986 study, training for teachers during this period took various forms. For example, there were so-called intensive training courses organised by higher education institutions, as well as nationally and county-organised courses; various forms of leadership trainings, professional conferences and experience exchanges were available; and it was possible to participate in pedagogical experiments and research both individually and in groups (Bognár, 1986). Gönczöl and Szebenyi (1987) also highlighted a number of problems during this period. Despite the variety of training programmes, only 48% of secondary school teachers and 44% of primary school teachers in active service took part regularly in further training. In the case of nursery school teachers, however, this proportion was only 15%. More than 40% of continuing professional development took the form of courses, and the proportion of one-time lectures was significant. Participation in research and development, however, was low. The many different institutions offering continuing professional development operated in an uncoordinated manner. There was no guarantee that programmes running under the same title actually provided equivalent knowledge. Furthermore, the domestic continuing professional development system did not provide any support for those starting their careers. As early as the 1980s, ideas for modernising teachers' continuing professional development were formulated. These sought to eliminate the ad-hoc nature of continuing professional development content. The aim was to develop the training provision on the basis of specialist knowledge and facts, so that it would be in harmony with both the objective needs of public education and the personal needs of teachers. However, with the closure of the National Institute of Education, these plans were left without a representative (Gönczöl 2011). In the early 1990s, the National Institute of Public Education was responsible for coordinating further training and introducing quality assurance procedures into the system. Based on the opinions of foreign experts, the 1996 Public Education Act sought to place the teacher further training system on a new footing. Thus, the 1996 Public Education Act stipulated that teachers must participate in further training at least once every seven years, and that the employment of any

teacher who, through their own fault, failed to participate in further training or did not successfully complete their studies would be terminated from their employment. Those who successfully completed their studies, however, began to receive financial recognition for their continuing professional development (Gönczöl, 2011). It was only after all this that the 1997 government decree regulating continuing professional development could be drafted, which shaped continuing professional development for teachers in Hungary for many decades.

2. The legal framework of the 'old' system of further teacher training and a presentation of the research findings that motivated and supported the change

As can be seen, the legal framework for teacher further training has always served a dual purpose: on the one hand, it sought to ensure the continuous professional renewal of teachers; on the other hand, as a legal norm, it functioned as a tool within the educational policy toolkit in the service of quality management. Over the decades, pedagogical expectations, methodological paradigms, digital technologies and the social environment have changed significantly, so the training system should also adapt to these changes.

Government Decree No. 277/1997 (XII.22.) on further teacher training, the teacher qualification examination, and the allowances and benefits for participants in training provided a stable framework for a quarter of a century, but over time it became complicated and, in part, outdated. Since its publication, the decree has been amended a total of 36 times, and the range of options for fulfilling the requirement to attend at least 120 teaching hours as part of one or more continuing education courses every seven years has expanded significantly during this period. When the legislation was first published, this requirement could be met by:

- a second or further degree obtained through further undergraduate or postgraduate study at a college or university level following the acquisition of the higher education qualification and vocational qualification required for the post;
- in the case of teachers of theoretical vocational subjects, preparatory vocational subjects, and teachers providing practical training, a first teaching qualification in addition to the relevant vocational qualification and professional competence, or
- the acquisition of a higher-level vocational qualification listed in the National Training Register that supports educational and teaching work, and
- teachers educating and teaching in the language of a national or ethnic minority in the country where that language is spoken, teachers teaching in the target language in bilingual school education in the country where that language is spoken, language teachers providing language training in the country where the foreign language is spoken,
- teachers involved in pre-school and school education for national and ethnic minorities in the home country in further training related to the teaching of cultural studies, and
- participation in further training organised on the basis of international agreements.

In contrast, immediately prior to the repeal of the legislation, the obligation could already be fulfilled:

a) by obtaining any of the following documents relating to further professional qualifications or certifications:

- a certificate confirming the passing of the teacher's professional examination or an equivalent examination,
- an additional certificate obtainable through a training programme providing a higher level of higher education, corresponding to the higher education qualification and vocational qualification required for the post,
- in the case of holding a higher education qualification and professional qualification entitling the holder to fill the post, an additional certificate attesting to a higher education level required for performing managerial duties, or a certificate obtained through specialist further training, in the case of a teaching qualification, a further certificate attesting to the fulfilment of the requirements for the field of study in accordance with the training and exit requirements,
- the qualifications and professional qualifications specified in Sections 8–22 and Annex 2 of Government Decree 401/2023 (30 August) on the implementation of Act LII of 2023 on the new career path for teachers
- which develop a teacher's professional competence, abilities and skills or lay the foundations for the acquisition of new teaching qualifications, a document certifying the completion of a course of study aimed at acquiring partial knowledge in accordance with Section 42(2) of Act CCIV of 2011 on National Higher Education, resulting in at least thirty credit points,
- a document certifying participation in complex development projects, implemented in cooperation with the teaching staff and measurable in terms of student achievement,
- a document certifying the completion of the European Computer Driving Licence: ECDL START or ECDL Select, which serves to promote digital literacy and enables the full utilisation of the benefits offered by information technology tools,
- a document certifying language proficiency at a minimum of level B1, in accordance with the government decree on state-recognized language examinations certifying foreign language proficiency and the recognition in Hungary of language examination certificates issued abroad certifying foreign language proficiency,
- a document certifying completion of further training accredited by the Minister responsible for culture, as well as a diploma certifying completion of courses or specialist further training in the cultural field conducted by a higher education institution

b) by participating in the following further training courses

- teachers teaching in the target language in bilingual school education in the country where the target language is spoken, teachers teaching a foreign language in the country where that language is spoken, in language preparation,

- teachers involved in ethnic minority nursery education, school education and boarding school education in the country where the ethnic minority language is spoken, as well as in language training at foreign institutions teaching in the languages of ethnic minorities and fostering their cultures, and in further training related to the teaching of ethnic studies and country studies,
- language training for teachers and educators teaching in Hebrew in Israel, as well as further training related to the teaching of folk culture and country studies,
- in further training announced under the Council of Europe's Pestalozzi Programme, the Council of Europe's European Centre for Modern Languages Programme, the European Union's Lifelong Learning Programme, and organised on the basis of bilateral intergovernmental work plans

c) up to a quarter it may also be achieved by the following means

- participation in a scholarship programme supporting public education research,
- by participating as a professional mentor in trainee preparation,
- unorganised activities aimed at enhancing professional competence and developing skills (hereinafter: self-training), which may take the form of observing the experiences of others (class observation) or testing and demonstrating working methods, procedures, techniques and approaches in one's own practice (demonstration lesson),
- participation in non-accredited training lasting fewer than thirty contact hours, provided that the training period is at least five hours,
- participation in specialist consultancy provided to the relevant teaching staff or teaching community as part of consultancy activities organised at the request of the public education institution, provided that the analytical and evaluative activities are carried out with the participation of the teachers concerned.

The very fact that there is a centrally defined, regulated system of continuing professional development, backed by funding, is of great importance. Continuing professional development adds value for both the school and the individual, as it serves as a tool for professional growth and development. For a long time, an important element of the teacher continuing professional development system was the professional examination, as well as the subject-specific training leading up to it, which subsequently also meant a pay rise for teachers. In an increasing number of institutions, in-house continuing professional development was organised for all or part of the teaching staff. In the case of in-school training, teachers undertake the programme together and acquire the same knowledge, so they can consult with one another and discuss the results and successes achieved as a result of the training. Most of the training courses were interactive and, alongside the theoretical foundation, there was ample scope for practical application; in other words, participants were able to put what they had learnt into practice during the courses. A positive aspect of the system was that the duration could be chosen; the 30-hour courses were popular and the training system was flexible.

The shortcomings of the system are highlighted by the fact that individual and organisational interests could not always be reconciled. Schools drew up a

continuing professional development programme every five years, which was implemented through annual enrolment plans. At the same time, individuals were required to complete the 120-hour continuing professional development requirement over a period of seven years. It was quite difficult to synchronise the five- and seven-year planning cycles. A further complicating factor was that some of the advertised training courses did not go ahead due to a lack of sufficient numbers, so in these situations too, the plans had to be revised. It was also problematic that leadership training was organically integrated into the continuing professional development system, yet there were hardly any leadership further training courses. Finally, there were significant differences in quality between individual further training courses, and it was not assessed whether the content acquired there could ultimately be put to use in everyday practice (OFI 2009, Last accessed: 19 December 2025).

It is worth reviewing teachers' continuing professional development needs and attitudes in the light of some research findings.

In a study conducted in 2003 at the request of the Teacher Training Methodology and Information Center school principals indicated that the most useful topics for developing further training content would be differentiated teaching methods, managing children with special needs, catching up, cooperation with parents, and managing conflicts between students. In 2001/2002, one-third of teaching staff, and in 2002/2003, one-quarter of teaching staff, took part in some form of further training. Schools where more teachers participated in these trainings achieved better results in terms of students' progression to further education (Liskó, 2004).

In later years, in 2013 and 2014, small-scale studies (involving approximately 80–100 participants) were also conducted on the existing in-service teacher training system. Most teachers prefer to take part in subject-specific, practical, methodological and psychological training. They are most pleased when the skills acquired during training contribute to their daily work within a short period of time, yielding almost immediate benefits (Nagy, 2015).

The 2014 TELEMACHUS study highlighted that nursery teachers are able to devote the most time to further training, and that the majority (38%) favour face-to-face training, 27% would be happy to participate in distance learning using e-learning materials, 20% would prefer some form of correspondence course. 14% of teachers would like a paper-based distance learning format. Kindergarten, primary and secondary school teachers would mostly like to take part in courses on environmental education, health education and talent development. Among teachers working in combined schools, further training courses on talent development are the most popular, followed by those on learning and teaching, and finally those covering health education and mental health (Márkus, 2015). A 2021 study, mentioned earlier, further reinforces the expectations already articulated in the early 2000s. Teachers are most keen on further training aimed at the development of students with special educational needs (SEN), and those struggling with integration, behavioural and learning difficulties (IBLD), as they encounter an increasing number of such students in their work and wish to learn alternative, modern teaching methods to enrich their lessons. Interest in further training courses on mastering digital technologies has also increased as a result of COVID-19. There is a high demand for further training in foreign languages and for courses that focus on the teacher as a person (Bognár-Szilárd-Kálmán, 2024).

All these factors together have laid the foundation for the teacher training system to undergo development and transformation in 2025. The only question is to what extent this could be a further development that preserved the advantages of the previous system and not a step backward.

3. Presentation of the legislation governing the new type of teacher training system, and sharing of the initial experiences of Pázmány Péter Catholic University

In their research examining relevant academic studies in the field of teacher continuing professional development, Merino et al. (2025) concluded that the implementation of a professional development programme focusing on scientifically and socially relevant topics requires a strategic combination of pedagogical innovation, expert collaboration, technological integration and a research-oriented approach. These elements prepare teachers to face contemporary challenges and position them as agents of change both within their academic disciplines and within their communities. These ideas, together with those described in the previous chapters, have laid the foundations for the reform of the Hungarian teacher training system in 2025 as follows:

Government Decree No. 419/2024 (23 December) on the system of continuing professional development for teachers – which came into effect on 1 January 2025 – can be seen as a significant reform initiative that breaks with previous traditions in several aspects. At the same time, it fits more closely into the system established by Act LII of 2023 on the new career path for teachers and its implementing regulation – Government Decree No. 401/2023 (30 August). On the one hand, it shortens the seven-year cycle to a five-year period – thereby aligning the duration of the five-year in-service training programme drawn up by the head of the institution with the duration of the training cycle, as stipulated in the previous legislation. On the other hand, it breaks with the practice of defining the quantitative requirements for further training in terms of teaching hours and introduces the concept of credits, which is more in line with the terminology used in current training legislation. At the same time, it defines that one credit is equivalent to sixty minutes of study time, which includes the time required to cover the syllabus, meet the requirements, complete assignments, and study, as well as the time taken to sit an exam or complete an essay. Accordingly, a total of one hundred and twenty credits must be completed in the relevant training programmes over five years. The regulation defines two types of training:

So-called content-refresher training courses contribute to the renewal and supplementation of the knowledge and skills acquired in training related to the teacher's specific professional qualification. These are designated for the teacher by the principal of the relevant institution. Only the National University of Public Service (NKE), or an institution involved in the programme through its cooperation, is authorised to organise them, and the relevant professional requirements are laid down in the regulation itself.

The so-called optional training courses serve to expand and develop the knowledge and skills necessary for the teacher's educational work. Teachers may select these themselves from among the courses announced by the Educational Authority. The Educational Authority, or the institution it involves, is authorised to organise these. When assessing the quality of the available training courses, the

opinion of the Teacher Further Training Accreditation Board is also sought. The optional further training courses may be redeemed

a) by obtaining the following documents:

- a certificate confirming the passing of the teacher's professional examination or the professional examination for specialist psychologists,
- a certificate qualifying the holder to hold a teaching position, as set out in Sections 8–22 and Annex 2 of Government Decree 401/2023 (VIII. 30.) on the implementation of Act LII of 2023 on the new career paths of teachers, and in an institution governed by the ministerial decree on the operation of specialised educational service institutions,
- new professional qualifications obtained through specialist further training entitling the holder to hold a teaching position,
- in the case of existing teaching qualifications, a document certifying the fulfilment of the compulsory general knowledge (learning) requirements in accordance with the training and output requirements,
- a document certifying the completion of further training relevant to the specialist area of the person providing specialist advice, or further training as a subject coordinator relevant to their specialty,
- a certificate issued confirming completion of the public education principal training programme under the new teacher further training system.

b) By participating in the following training courses:

- teachers teaching in the target language in bilingual school education in the country where the target language is spoken, and teachers teaching a foreign language in language training in the country where the language is spoken,
- in the case of teachers involved in ethnic minority nursery education, school education and boarding school education, in the country where the ethnic minority's language is spoken, as well as in language training at foreign institutions teaching in the languages of ethnic minorities and fostering their cultures, and country studies, or, where such further training is organised in Hungary under an international agreement, by participating in it,
- participation in further training announced under the Council of Europe's Pestalozzi Programme, the Council of Europe's European Centre for Modern Languages Programme, the European Union's Lifelong Learning Programme, and organised on the basis of bilateral intergovernmental work plans,
- in the case of teachers of foreign languages, by participating in language training in the country where the language is spoken, or, where such further training is organised in Hungary on the basis of an international agreement, by participating in that training.

Religious education training constitutes a special type of training, organised by the established church for its religious instructors and teachers. The established church in question is authorised to organise these.

During the five-year cycle, teachers must obtain 60 credits by completing content-refresher training and a further 60 credits through optional further training – in the case of teachers with multiple specialties, these are distributed proportionally across the subjects they teach. Exceptions to this rule include special needs teachers, conductors, developmental teachers, nursery or school psychologists, teachers

working exclusively in primary art schools or educational support services, and teachers at vocational secondary schools who only teach vocational subjects, who fulfill their entire requirement through optional further training.

The new system promotes a direct link between training and the relevant issues of the subject taught and pedagogical practice, as well as the objectives and learning environment of the school in question, by focusing more strictly on subject areas and standardising the content of content-based and refresher training; we have also addressed this need on the part of teachers in our present work. A relatively recent finding on this topic is the 2017 report by the Learning Policy Institute, which further reinforces the view that teachers' professional development is effective when it is not an isolated event, but a continuous, practical and collaborative learning process directly linked to everyday school life and student learning (Darling-Hammond-Hyler-Gardner, 2017.)

At the same time, several serious risks of the new system are already apparent at the time of its introduction. One of the biggest is the quasi-monopoly of training, which can lead to a particularly disadvantageous outcome both from a financing perspective – by eliminating market competition – and from a content perspective – by introducing strong quantitative and content control of training. Another notable shortcoming is the lack of precise recording of financing, as the mechanism for reimbursing training institutions for the training provided free of charge in the new system is unclear. The elimination of market competition and the uncertain financing mechanism may lead to a serious reduction in the service quality of training in the long term, as well as to their “overpricing”. Among the risks, it is also important to highlight the rapid pace of the system's introduction, as the legislature – given the scale of such a transformation – has set extremely short deadlines for both the period open to possible comments and social debate, as well as the transition period from the promulgation of the law to the introduction of the new system.

The presentation given by Mr. László Kisfaludy, on 10 May 2025 at the National Association of Public Education Experts confirms the launch of 105 content-refresher training courses from 1 September 2025 as part of a new type of in-service teacher training. On the Educational Authority's website, 104 of these are currently listed as available for enrolment and completion. Kisfaludy notes that around 50 of these programmes are new, and the range is set to be continuously expanded based on teachers' needs. Most of the new continuing professional development programmes are worth 30 credits; there are programmes requiring physical attendance, e-learning/distance learning, online attendance, and programmes combining physical and online attendance (blended) for content renewal. In addition to these, the Educational Authority's register lists 633 optional training courses for teachers. Using the results of research assessing teachers' needs for further training, three optional courses can now be found in the problem area of SEN and students with integration, learning, and behavioral difficulties, just as this type of further training needs were identified in Hungary in 2003 and 2021. (Liskó, 2004; Balázs-Vadász, 2019; Bognár-Szilárd-Kálmán, 2024). According to the first public results available on the NKE website, by autumn 2025, a thousand teachers had already taken part in the new type of teacher further training; on a scale of one to five, they rated their satisfaction with the operation of the new system at 4.77, and 97% of participants would recommend the training to their colleagues. The training courses appear to fill a gap and are considered valuable; their practical focus is clear, and this is something they wish to strengthen further in the future (NKE website).

The government organises these content-renewal training courses with the involvement of 15 higher education partner institutions. One of the partner institutions of the National University of Public Service is the Pázmány Péter Catholic University, which has significant experience in organizing similar sui generis continuing education programs; among other things, it participated in the transformation of the social leadership training system and organized training in its pilot phase (Hajdu-Tóth, 2023).

The new system was launched in early October 2025 with 576 teachers to be trained, 18 content-renewal courses, 37 training groups and a teaching team of twenty members. Of the 18 courses, four are for nursery teachers, five are aimed at primary school teachers, and the rest offer further training opportunities to various subject teachers. The courses are tuition-free and include full board, and teachers are also eligible for travel expenses. A significant proportion of the teachers attending the further training courses come from educational institutions in or around the capital, but accommodation is provided for those travelling from further away. By the time of writing this article – December 2025 – fourteen out of thirty-seven groups had launched and the satisfaction indicators further reinforce the satisfaction results published by NKE. These content-renewal training courses also appear to confirm the integration of the results of earlier needs assessments conducted among teachers. The need to address the teacher as a person is excellently met by the professional supervision sessions for nursery and primary school teachers, and there are, of course, courses designed to develop teachers' digital skills as well. A significant proportion of the training consists of courses on teaching and learning methodology, which develop teachers' existing skills in a practice-oriented manner, for which there is also considerable demand. Training courses that refresh content and reinforce the inclusion of elements of Hungarian culture in teaching are also very popular; these further training courses are not new in the sense that such an approach to shape teachers' attitudes has been important in further training from the very beginning.

Summary

Overall, it can be said that the continuing professional development of teachers is a topic of particular importance both nationally and internationally, as the preparedness and competence of teachers are key in the lives of the younger generation and, in the long term, for the proper functioning of a country. Both the old and new systems of teacher training in Hungary have placed great emphasis on ensuring the continuity and cyclical nature of further training. It was clear that the continuing education system, which had been operating for a significant period of time under Government Decree 277/1997. (XII.22.), was transformed based on well-founded criticisms, teacher demands and research results, but at the same time, the new system did not provide answers to all problems and, moreover, introduced new risk factors and questionable conceptual elements. A transparent, professional renewal-oriented and, last but not least, well-organized, easily accessible continuing education system also plays a significant role in retaining professionals working in public education. Nothing underscores the importance of this more than the fact that, although the number of applicants for teacher training has begun to rise in recent years, this growth is not evenly distributed. (Birher-Hajdu-Janó, 2025). We hope that, by taking into account the experiences, results and risk factors, we will be able to develop a system for this socially important issue that will bring the quality and efficiency of the domestic education system closer to international trends.

Bibliography

Legal sources

A vallás és közoktatásügyi m. kir. minister 1905. évi 102.594. számú rendelete az elemi népiskolai tanítók és tanítónők továbbképző tanfolyamainak szervezetéről. (Decree No. 102,594 of 1905 issued by the Royal Minister of Religion and Public Education regarding the organization of continuing education courses for elementary school teachers.)

1961. évi III. törvény a Magyar Népköztársaság oktatási rendszeréről (Act III of 1961 on the Educational System of the Hungarian People's Republic)

1985. évi I. törvény az oktatásról (Act I of 1985 on Education)

2011. évi CCIV. törvény a nemzeti felsőoktatásról (Act CCIV of 2011 on National Higher Education)

2023. évi LII törvény a pedagógusok új életpályájáról (Act LII of 2023 on the New Career Path for Teachers)

A pedagógus-továbbképzésről, a pedagógus-szakvizsgáról, valamint a továbbképzésben résztvevők juttatásairól és kedvezményeiről szóló 277/1997. (XII.22.) Korm. rendelet (Government Decree No. 277/1997 (XII.22.) on continuing education for teachers, the professional examination for teachers, and the allowances and benefits for participants in continuing education)

A pedagógusok új életpályájáról szóló 2023. évi LII. törvény végrehajtásáról szóló 401/2023. (VIII. 30.) Korm. rendelet (Government Decree No. 401/2023 (August 30) on the implementation of Act LII of 2023 on the new career path for teachers)

A pedagógus-továbbképzés rendszeréről szóló 419/2024. (XII. 23.) Korm. rendelet (Government Decree No. 419/2024 (December 23) on the system of continuing education for teachers)

Books, journal articles

Al-Weher, M., Abu-Jaber, M. (2007): The effectiveness of teacher preparation programmes in Jordan: A case study. In: Townsend, T. and Bates, R. (eds.) *Handbook of teacher education: Globalisation, standards and professionalism in times of change*. Dordrecht, The Netherlands: Springer, pp. 241–265. https://doi.org/10.1007/1-4020-4773-8_17

Balácsi, I, Vadász, Cs. (2019): *TALIS 2018. Összefoglaló jelentés*. [Online]. Budapest: Oktatási Hivatal. https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatasi/meresek/talis/TALIS_jelentes_2018.pdf

Birher, N., Hajdu, G; Janó, E. (2025): Ki fog tanítani? – A pedagógusképzés jelene és jövője az egyházi szerepvállalás tükrében. *Magyar Tudomány*. [Online],186(7) pp. 1424–1435. <https://doi.org/10.1556/2065.186.2025.7.16>

- Bognár-Szilárd, B., Kálmán, A. (2024): Pedagógusok élethosszig tartó tanulását célzó attitűd vizsgálat. In: Józsa, K; Borbélyová, D; Orsovics Y; et al. (eds.) *15th International Conference of J. Selye University.: Pedagogical Sections. Conference Proceedings.* [Online]. J. Selye University, pp.121-141. https://uk.ujs.sk/dl/4966/Zbornik_UJS_2023_pedagogia.pdf
<https://doi.org/10.36007/4966.2024.121>
- Bognár, T. (1986): *Pedagógusvélemények a továbbképzés rendszeréről.* Budapest: OPI.
- Borbélyová, D, Pataki Tóthová, E. (2023): A pedagógusok szakmai továbbképzési rendszerének összehasonlító vizsgálata Magyarországon és Szlovákiában. *ERUDITIO-EDUCATIO.* [Online]. 18(4), pp.18-35. http://e-eruditio.ujs.sk/wp-content/uploads/2023/12/Eru-Edu_2023_4_02_Study_018-035.pdf
<https://doi.org/10.36007/eruedu.2023.4.018-035>
- Boszik, L. A, Nagy, R. E. (2025): *TALIS 2024. Összefoglaló jelentés.* [Online]. Budapest: Oktatási Hivatal. https://www.oktatas.hu/pub_bin/dload/kozoktatas/meresek/talis/TALIS2024.pdf
- Bubb, S., Earley, P. (2007): *Leading and managing continuing professional development.* 2nd ed. London: Paul Chapman Publishing. <https://doi.org/10.4135/9781446216637>
- Darling-Hammond, L., Hyler, M. E., Gardner, M. (2017): *Effective Teacher Professional Development.* [Online]. Palo Alto, CA: Learning Policy Institute. https://learningpolicyinstitute.org/sites/default/files/product-files/Effective_Teacher_Professional_Development_REPORT.pdf
<https://doi.org/10.54300/122.311>
- Day, C., Sachs, J. (2004): Professionalism, performativity and empowerment: Discourses in the politics, policies and purposes of continuing professional development. In: Day, C. and Sachs, J. (eds.) *International handbook on the continuing professional development of teachers.* London: Open University Press, pp. 3–32.
- Demiralay, R., Karadeniz, Ş. (2008): Developing information literacy skills for lifelong learning in primary education. *Cypriot Journal of Educational Sciences.* 2(6), pp. 89–119.
- Demirel, M. (2009): Implications of Lifelong Learning on Educational Institutions. *Cypriot Journal of Educational Sciences.* 4(3), pp. 199–211.
- Gönczöl, E. (2011): Trendek és fordulópontok a magyarországi pedagógusok továbbképzési rendszerének működésében. In: Sági, M. (ed.) *Erők és eredők. A pedagógusok munkaerő-piaci helyzete és szakmai továbbfejlődése: nemzetközi kitekintés és hazai gyakorlat.* [Online]. Budapest: OFI. pp. 87–128. https://ofi.oh.gov.hu/sites/default/files/attachments/erok_es_eredok.pdf
- Gönczöl, E., Szabenyi, P. (1987): *A pedagógus-továbbképzés fejlődési útjai.* Budapest: OPI.

Guskey, R. T. (2000): *Evaluating professional development*. Thousand Oaks, California: Corwin Press.

Hajdu, G., Tóth, T. (2023): A szociális vezetőképzés jogszabályi rendszerének kialakulása a 2018 és 2023 közötti időszakban, *Humán Innovációs Szemle*, 14(2). <https://doi.org/10.61177/HISZ.2023.14.2.7>

Halász, G. (1994): Iskolavezetés és vezetőképzés. Hazai igények és nemzetközi tendenciák. *Educatio*. [Online]. (2) pp. 269–281. <https://epa.oszk.hu/01500/01551/00008/pdf/767.pdf>

Halász, G. (1999): A pedagógusok továbbképzése: az oktatásfejlesztés eszköze. *Iskolakultúra*. [Online]. 9(6-7) pp. 108-117. https://real.mtak.hu/61664/1/EPA00011_iskolakultura_1999_06_07_108-117.pdf

Harangi, L. (2011): Gyermekek és fiatalok motiválása az egész életen át tartó tanulásra. *Új Pedagógiai Szemle*. [Online]. 61(11-12), pp. 23-29. https://epa.oszk.hu/00000/00035/00150/pdf/EPA00035_upsz_2011_11-12_023-029.pdf

Jarvis, P. (ed.) (2009): *The Routledge International Handbook of Lifelong Learning*. USA: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203870549>

Key topics in education in Europe. (2004): Keeping teaching attractive for the 21st century. Volume 3. The teaching profession in Europe. Profile, trends and concerns. [Online]. Belgium: Eurydice. <https://www.lu.lv/materiali/biblioteka/es/pilnieteksti/izglitiba/The%20teaching%20profession%20in%20Europe%20-%20Profile%20trends%20and%20concerns%20-%20Report%20IV%20-%20Keeping%20teaching%20attractiv.pdf>

Kisfaludy, L. (2025): *A pedagógus továbbképzés megújítása*. [Online]. Május 10, <https://koszoe.hu/images/2025/Pedag%C3%B3gus%20tov%C3%A1bbk%C3%A9pz%C3%A9s%20meg%C3%BAj%C3%Adt%C3%A1sa.pdf>

Koltai, I. (1939): A csurgói m. kir. áll. tanítóképző-intézet története. In: *Közlemények a Szegedi M. Kir. Ferenc József-Tudományegyetem Pedagógiai-Lélektani Intézetéből* (31). Szeged

Liskó, I. (2004): A pedagógus továbbképzés hatékonysága. *Educatio*. [Online]. (3) pp. 391-405. <https://epa.oszk.hu/01500/01551/00029/pdf/963.pdf>

Márkus, E. (2015): A Magyarországi pedagógusok továbbképzési tapasztalatai és tanulási tervei. In: Pusztai, G. és Morvai, L. (eds.) *Pálya-modell: Igények és lehetőségek a pedagógus-továbbképzés változó rendszerében*. [Online]. Nagyvárad-Budapest: Partium Könyvkiadó. pp. 107-127. <https://mek.oszk.hu/14700/14765/14765.pdf>

Merino, C, Pacheco, G, Arenas-Martija, A, Becerra P, Solís-Pinilla, J. (2025): Continuing professional development in teachers: insights for designing a formative trajectory in scientific education. *Frontiers in Education*. [Online]. 10, Paper 1537502.

<https://www.frontiersin.org/journals/education/articles/10.3389/feduc.2025.1537502/full>, <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1537502>

Mihály, I. (2005): Érdekességek a tanárok továbbképzésének nemzetközi gyakorlatáról. *Új Pedagógiai Szemle*. [Online]. 55(9), pp. 56-63. <https://epa.oszk.hu/00000/00035/00095/2005-09-vt-Mihaly-Erdekessegek.html>

Nagy, K. (2015): A pedagógus-továbbképzés megítéléséről. *Opus et Educatio*, [Online]. 2(3), pp. 155-160. <https://journals.bme.hu/oe/article/view/38909/22698>, <https://doi.org/10.3311/ope.62>

Richards, J. C. (2015): *Key issues in language teaching*. Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009024600>

Scales, P., Pickering, J., Senior, L., Headley, K., Garner, P., Boulton, H. (2011): *Continuing professional development in the lifelong learning sector*. Glasgow: Open University Press.

Skinner, D. (2005): *Get set for teacher training*. Edinburgh: Edinburgh University Press. <https://doi.org/10.1515/9780748626205>

Sayed, Y., Badroodien, A. (2018): CPD in the context of sub-Saharan Africa. In: Sayed, Y. (ed.). *Continuing professional teacher development in sub-Saharan Africa: Improving teaching and learning*. London: Bloomsbury Academic, pp. 3-14. <https://doi.org/10.5040/9781474277914.ch-001>

Supovitz, J. A. (2001): Translating teaching practice into improved student achievement. In: Fuhrman, S. (ed.). *From the Capitol to the Classroom: Standards-based Reforms in the States. The 100th Yearbook of the National Society for the Study of Education*. Chicago: University of Chicago Press, pp. 81-98. <https://doi.org/10.1177/016146810110300805>

Weszely, Ö. (1912): *Pedagógiai Szeminárium*. Budapest.

Yoon, K. S., Duncan, T., Lee, S. W. Y., Scarloss, B., Shapley, K. L. (2007): *Reviewing the evidence on how teacher professional development affects student achievement. Issues & Answers Report. REL 2007-No. 033*. [Online]. Washington, DC: U.S. https://www.researchgate.net/publication/234730012_Reviewing_the_Evidence_on_How_Teacher_Professional_Development_Affects_Student_Achievement_Issues_Answers_REL_2007-No_033

Websites

NKE Website (Teacher Training Platform of the Ludovika University of Public Service) - Már közel 1000 pedagógus vett részt a megújult továbbképzéseken, a válaszadók 97%-a pedig ajánlaná kollégáinak a továbbképzési programokat. (2025): <https://pedagogus-probono.hu/mar-kozel-1000-pedagogus-vett-reszt-a-megujult-tovabbkepzeseken-a-valaszadok-97-a-pedig-ajanlana-kollegainak-a-tovabbkepzesi-programokat/> (Last accessed: 20 December 2025.)

OFI Website (Institute for Educational Research and Development). A hazai pedagógus-továbbképzés fő jellegzetességei. (2009):. <https://ofi.oh.gov.hu/hazai-pedagogus-tovabbkepzes-fo-jellegzetessegei>(Last accessed: 19 December 2025.)

A PEDAGÓGUS-TOVÁBBKÉPZÉSI RENDSZER ÁTALAKÍTÁSA – AZ ELSŐ TAPASZTALATOK MEGOSZTÁSA (2025)

JANÓ EVELIN – HAJDU GÁBOR

Tanulmányunk megírásának elsődleges célja a hazai és nemzetközi pedagógus-továbbképzési rendszer vizsgálata, bemutatása és ennek alapján annak megerősítése, hogy mennyire fontos a pedagógusok folyamatos szakmai fejlődésének biztosítása. Elsőként egy kutatási eredménnyel alátámasztott történeti áttekintést adunk a pedagógusok továbbképzésének működéséről. Értekezésünk második fejezetében a hazai továbbképzési rendszert negyedszázadon át uraló kormányrendeletet és a rendszer hiányosságait, valamint a pedagógustársadalom továbbképzési igényeit taglaljuk. Munkánk utolsó részében a magyarországi pedagógus-továbbképzés 2025-ben történt átalakításával foglalkozunk. Először a jogszabályi kereteket ismertetjük, majd röviden bemutatjuk a rendszer felépítését és céljait, illetve beszámolunk a Pázmány Péter Katolikus Egyetem – mint a továbbképzések megvalósításába bekapcsolódó egyik partnerintézmény – első tapasztalatairól is.

Kulcsszavak: pedagógus-továbbképzés, köznevelés, tanárképzés, pedagógus életpálya

A DIGITÁLIS ESZKÖZHASZNÁLAT GYERMEKEKRE ÉS SZÜLEIKRE GYAKOROLT HATÁSAINAK VIZSGÁLATA

ERDÉLI VANDA¹ – JUHÁSZ GÁBOR² – SZABÓ ISTVÁN³

Absztrakt

A mesterséges intelligencia és a digitális technológia gyors térnyerésével egyre fiatalabb korcsoportok esetében figyelhető meg a különböző elektronikus és digitális eszközök, illetve a mesterséges intelligencia használata, ami szükségessé teszi az új jelenség kisgyermek fejlődésére gyakorolt hatásainak vizsgálatát. A kutatás elsődleges célkitűzése a gyermeki eszközhasználati mintázatok és a szülői nevelési attitűdök interakciójának feltárása volt. A kutatási fókusz nyolc év alatti gyermekek digitális eszközhasználatának felmérésére irányult annak érdekében, hogy konkrétan kép rajzolódhasson ki a célcsoport modern technológia felhasználására irányuló jellegzetességeiről, valamint az ehhez kapcsolódó, a szülőket, gondviselőket érintő aktuális kérdésekről, problémákról és kihívásokról. A vizsgálat során inter-, illetve transzdiszciplináris megközelítésmód, az adatfelvétel részeként témaspecifikus szakirodalmi forráskutatás és feldolgozás, valamint online kérdőíves megkérdezés került alkalmazásra. Az adatfeldolgozáshoz, illetve az eredmények képzéséhez és értékeléséhez matematikai statisztikai műveleteket végeztünk. A klaszterelemzés eredményeként három szülői csoportot sikerült azonosítani, amelyek közti differenciáltság leginkább a szülői attitűdök és az általuk gyakorolt kontroll, a gyermekek jellemzői, valamint a gyermeki eszközhasználat jellegzetességei mentén vált kézzelfoghatóvá. A kutatás fontos megállapításai közé tartozik, hogy a szülői attitűdök és a kisgyermek egyéni jellemzői egyaránt döntő mértékben befolyásolják a gyermekek eszközhasználatát, miközben fontos megjegyezni, hogy az eredmények értelmezéséhez több szempont, illetve tényező együttes figyelembevétele szükséges. Az eredményekből leszűrhető következtetések és javaslatok tekintetében elmondható, hogy a szülői csoportok számára új, adaptív megküzdési és támogató stratégiák kidolgozása válik célszerűvé.

Kulcsszavak: digitális technológia, nyolc év alatti gyermekek, gyermekkori fejlődés, digitális szokások, nevelési stílusok

Irodalmi áttekintés

A koragyermekkor intenzív fizikai és mentális fejlődés jellemzi, ebben az időszakban a gyermekek adaptívan reagálnak a környezetükre, így egyáltalán nem közömbös, hogy életük első szakaszában milyen jelenségekkel találkoznak, milyen hatások érik

¹ szociálpedagógus, PPKE BTK Gondoskodáspolitikai Intézet Gondoskodás és Technológiai Innováció Kutatócsoport; erdelivanda@gmail.com; ORCID: 0009-0009-3852-7709

² egyetemi docens, kutatócsoport vezető, PPKE BTK Gondoskodáspolitikai Intézet Gondoskodás és Technológiai Innováció Kutatócsoport; juhasz.gabor@btk.ppk.hu; ORCID: 0009-0003-6078-3545

³ PhD-hallgató, Pécsi Tudományegyetem ÁOK Elméleti Orvostudományok Doktori Iskola; szaboistvan987@gmail.com; ORCID: 0009-0001-0290-8878

őket (Varga, 2019). Az alfa generáció gyermekeit születésüktől fogva körülveszik, fejlődésüket jelentős mértékben befolyásolják a különböző elektronikus, illetve digitális eszközök. Egyre gyakoribb, hogy a gyermekek egészen kiskoruktól kezdve különböző okoseszközök felhasználóivá válnak (Konok et al., 2019; Clemente-Suárez et al., 2024; Konok et al., 2021). A kisgyermekek digitális eszközhasználatát leginkább a szülői szokások, a könnyű hozzáférés, a multiszenzoros élmények és az azonnali sikerélmény motiválják, és olyan motívumok tartják fenn, mint például a kíváncsiság, a koherens visszajelzés és a siker (Csépe–Török, 2020).

Az eszközhasználat kisgyermekekre gyakorolt hatásait tekintve számos területet vizsgáltak és azonosítottak a tárgykörben megvalósult kutatások során. A direkt hatások az eszköz sajátosságaihoz köthetők, ilyenek például a relatíve kis méretű képernyő, a statikus, leggyakrabban ülő helyzethez kötött eszközhasználat, továbbá a digitális tartalmak jellemzőihez kapcsolódó hatások, mint például a játék tematikája, valamint a vizuális és hangigerek (Liszikai-Peres-Konok, 2022). Az indirekt hatások abból következnek, hogy az elektronikus, illetve digitális eszközökkel foglalkozó gyermekek nem hagyományos játékokkal játszanak és nem végeznek fizikai tevékenységeket (Liszikai-Peres-Konok, 2022).

A digitális eszközhasználat következményeként olyan, az optimális fejlődéshez nélkülözhetetlen offline tevékenységek szorulhatnak háttérbe, mint például a testmozgás vagy a társas készségek fejlesztése. Ennek megfelelően kimondottan káros is lehet a testi-lelki-szellemi fejlődéshez ténylegesen szükséges aktivitások hiánya a nyolcéves kor alatti gyermekek esetében (F. Lassú–Megyeriné Fácskas, 2021), hiszen ebben az időszakban jelentős kognitív, szociális, érzelmi, nyelvi, motorikus és erkölcsi fejlődés történik, amit a túlzott eszközhasználat negatív módon és mértékben befolyásolhat. A szabadban töltött idő csökkenésével, valamint az olvasásra, mozgásra, játékokra és társas tevékenységekre szánt idő rövidülésével (Kósa, 2006) összefüggésben a túlzott eszközhasználat negatívan hathat tehát a gyermekek fejlődésére. Ez a médiában megfigyelhető reklámok hatásaival kiegészülve (Council on Communications and Media, 2016; Ferguson et al., 2012; Ng et al., 2015; Robinson et al., 2017) hosszú távon elhízáshoz és magasabb testtömeg indexhez (Council on Communications and Media, 2016) vezethet. A negatív hatások között említhetők a figyelemmel kapcsolatos problémák, a gyengébb tanulmányi eredmények és a szociális képességek alulfejlettsége is (Clemente-Suárez et al., 2024). Az eszközhasználat gyermekek kognitív képességeit befolyásoló hatásai megfigyelhetők a tanulási folyamatok, az emlékezőképesség (Clemente-Suárez et al., 2024), az információfeldolgozás (Tóth-Mózer et al., 2012), és a figyelmi fókusz (Konok et al., 2020) tekintetében. Jelentős hatások mutathatók ki továbbá az eszközhasználatához kapcsolódóan a komplexebb szociokognitív képességek (Gál, 2015), a tudatelméleti képességek (Konok et al., 2020), a társas megismerés és a kompetenciák, az empátia, és az érzelemreguláció (Clemente-Suárez et al., 2024) vonatkozásában is. Az eszközhasználatához köthető maladaptív szokások miatt ugyancsak negatív hatások figyelhetők meg a gyermekek fizikai egészségére és fejlődésére vonatkozóan. A beszédfejlődéssel (Acebedo et al., 2020; Aziz et al., 2023; Madigan et al., 2020; Mustonen et al., 2022; Nugraha et al., 2019; Salunkhe et al., 2021) és a rövidlátással (Alvarez-Peregrina et al., 2020) való összefüggések tisztázása mellett a vizsgálatok kiterjedtek továbbá az étkezések közbeni túlzott eszközhasználatra is.

A közvetlen hatásokon túl, számos közvetett hatás is összefüggésbe hozható a kisgyermekkori eszközhasználattal, amelyek azonosítása szintén aktuális és releváns kérdéseket, problémákat vet fel. A televízió háttérhasználata például

befolyásolhatja a szülő és a gyermeke közötti interakciók gyakoriságát és milyenségét (Council on Communications and Media, 2016), megzavarhatja a gyermeki játékot és elvonhatja a gyermekek figyelmét (Council on Communications and Media, 2016).

A gyermekek eszközhasználati szokásait vizsgálva számos különbség figyelhető meg (Alvarez-Peregrina et al., 2020; Common Sense Media, 2017; Konok et al., 2020; Kósa, 2006; Mann et al., 2025; Televele Médiapedagógiai Egyesület, 2018). A befolyásoló tényezők között említhető a gyermek életkora (Mann et al., 2025), szocio-emocionális fejlettsége (Council on Communications and Media, 2016), az otthoni környezetet jellemző családmódel, a szülők életkora, egészségügyi állapota, motivációja, valamint szintén jelentős faktor lehet a szocio-ökonómiai státusz is (Radesky et al., 2014).

Egy 2025-ös, az USA-ban végzett felmérés eredményeiből kiderült, hogy a 8 év alatti korosztály naponta nagyjából 2 óra 27 percet tölt különféle elektronikus eszközök használatával. Az eszközhasználati idő hossza nagyban függ a gyermek életkorától. Míg a két év alatti gyermekek naponta átlagosan 1 óra 3 percet töltenek eszközhasználatl, a 2-4 éveseknél az erre fordított idő már 2 óra 4 perc, az 5-8 évesek körében pedig 3 óra 28 perc (Mann et al., 2025). A gyermekek eszközhasználatát kezdetben általában a televíziónézés teszi ki, ami a későbbiekben kiegészül különböző elektronikus, digitális, illetve okoseszközökkel és felhasználási módokkal (Gados-Janek, 2023; Rideout-VJR Consulting, 2017). Fontos kiemelni, hogy a folytonosan változó médiatrendek hatással vannak a gyermekek médiafogyasztására és eszközhasználatára. A legújabb hatások között megfigyelhető, hogy a gyermekek egyre több időt töltenek relatíve rövid videós tartalmak fogyasztásával, valamint felhasználásukban megjelent és rohamosan terjed a mesterséges intelligencia használata is (Mann et al., 2025), ami további nehézségeket jelenthet a szülők számára abban, hogy naprakészek maradjanak gyermekük felhasználói szokásait illetően.

A gyermeki eszközhasználat tekintetében nem lehet egységes adatokról beszélni, sokkal inkább tendenciák írhatók le, amelyek értelmezése több dimenzió együttes figyelembevételével lehetséges. Az American Academy of Pediatrics és a World Health Organization egységesen azt javasolják, hogy kétéves kor alatt az elektronikus-, illetve digitális eszközökhöz kapcsolódó tevékenységek mellőzésre kerüljenek, kivétel lehet azonban például a videóhívás (Council on Communications and Media, 2016; World Health Organization, 2019).

A szülők, gondviselők és pedagógusok szerepe kiemelkedő a gyermekek eszközhasználatát illetően, azonban a szülők, de sokszor a pedagógusok, nevelők sincsenek tisztában az optimális felhasználási módokkal (Alamri et al., 2023). Megfelelő tájékoztatás és oktatás hiányában a vonatkozó irányelvekben megfogalmazottak nem teljesülnek kellőképpen a gyakorlatban és a gyermekek jóval több időt tölthetnek az ajánlott intervallumhoz képest nem javasolt eszközhasználatl (Carson et al., 2019; Madigan et al., 2019).

Az okoseszközök fizikai és mentális jólétre gyakorolt negatív hatásai mellett fontos felhívni a figyelmet az internethasználat veszélyeire, az online zaklatás és egyéb online devianciák kockázataira. A kockázatok, veszélyek között említhető, hogy a gyermeki eszközhasználat gyakorisága és a felhasználás módja jelentős mértékben befolyásolhatja a függőség kialakulására irányuló hajlamot is. A digitális függőség már korai életkorban megjelenhet. Ennek legfőbb oka az agyi jutalmazó rendszer túlzott aktiválása, ami egyre több inger kereséséhez vezethet. A folyamatos stimuláció következményeként a gyermek egyre kevesebb örömet talál a valóságos ingerekben, így egyre inkább a digitális eszközök felé fordulva próbál pozitív élményekhez jutni.

A nagymintás vizsgálaton alapuló Adolescent Brain Cognitive Development (ABCD) kutatások eredményei kimutatták, hogy a túlzott képernyőidő gyengíti a végrehajtó funkciókat szabályozó fronto-striatális kapcsolatokat, fokozza a jutalom-orientációt (azonnali kielégülés keresése), és csökkenti a jutalomfeldolgozó agyterületek aktivitását (Chen et al., 2023).

Módszertan

A tématerület fogalmainak, befolyásoló tényezőinek és a köztük meghúzóó összefüggések, valamint a tárgyterületen megvalósított vizsgálatok eredményeinek megismerése érdekében témaspecifikus szakirodalmi forráskutatást és feldolgozást végeztünk. Az ún. gyorsított eredményértékelés módszerének alkalmazásával elektronikus adatbázisokban kutattuk és gyűjtöttük össze a tématerülethez kapcsolódó magyar és angol nyelvű tudományos publikációkat. A témaspecifikus áttekintés során a kisgyermekkorai elektronikus és digitális eszközhasználat, a szülők mint felhasználók, a családi környezetet jellemző okoseszköz-felhasználási szokások, magatartásminták, a szülői kontroll, valamint a gyermekek testi, lelki, szellemi, érzelmi fejlődése, jólléte és az említettekkel rokon értelmű magyar és angol nyelvű kifejezések voltak az általunk felhasznált keresőszavak. Az empirikus szakirodalmi feldolgozás során összegyűjtött publikációkat a keresőszavaknak megfelelően kategorizáltuk. Vizsgálatunk célja az volt, hogy egy, a témakörhöz kapcsolódó releváns adatbázist hozzunk létre, egyszersmind a témakörhöz kapcsolódó kutatások tematikus feltérképezését is elvégezve.

Az adatfelvétel eszközeként a korábbi, tárgykörben folyt vizsgálatok mérőeszközeinek és kapcsolódó módszertani sajátosságai vizsgálatára épülő online kérdőív került összeállításra. A Google Formsban elkészített online kérdőív a közösségi média oldalakon található szülői és közösségi csoportokban került megosztásra azon feltételezés alapján, amely szerint a válaszadói csoport tagjai ebben a kommunikációs közegben relatíve könnyen és gyorsan válnak elérhetővé, illetve a téma iránti érdeklődés jelentős válaszadói hajlandóságot eredményezhet. Az általános szociodemográfiai kérdések (például a szülő neme, életkora, iskolai végzettsége, lakóhelyének típusa) mellett a kutatás során alkalmazott kérdések több dimenzió mentén kerültek megfogalmazásra. A szociodemográfiai jellegzetességek feltárására irányuló kérdéscsoportban szereplő kérdésekre kapott válaszok feldolgozása lehetővé tette a különböző háttérrel rendelkező válaszadók összehasonlítását, valamint a gyermekek eszközhasználati szokásai és a demográfiai tényezők között megfigyelhető összefüggések elemzését. Ezt követően a gyermekekre vonatkozó adatok kerültek rögzítésre. Az ebben a csoportban található kérdések a gyermekek elektronikus, illetve digitális eszközhasználati szokásainak feltárására irányultak, illetve szülői attitűdök megismerésére. A gyermeki eszközhasználatra vonatkozó kérdések a kutatás központi részét képezték, mivel az általuk használt eszköztípusok, felhasználási célok, módok és körülmények vizsgálata alapvető a fejlődésüket támogató technológiai lehetőségek feltárását illetően. A szülői attitűdöket és véleményeket felmérő kérdéscsoport mentén pedig a szülői szabályozásra és az általuk gyakorolt kontroll mértékére került a fókusz, amelynek eredményeként képet kaphattunk az eltérő szülői gyakorlatokról.

A vizsgálati célcsoportba a nyolc év alatti gyermekek szülei, nevelői kerültek. A nyolc év alatti gyermekekre jellemző, hogy intenzíven fejlődnek és a szenzitív periódusok és az agyi plaszticitás okán rendkívül fogékonyak a környezeti ingerekre (Konok et al., 2020; Varga, 2019). Kritikus tehát a fejlődésük tekintetében, hogy

ebben az időszakban milyen ingerek és kölcsönhatások érik őket. A korcsoportba tartozó gyermekek szülei kerültek a keresztmetszeti vizsgálat középpontjába arra számítva, hogy a szülők részéről megfelelő mennyiségű és értékelhető adat, információ szerezhető meg gyermekeik eszközhasználatára vonatkozóan. Az elemzésbe összesen 1025 válaszadó ($N = 1025$) került bevonásra, a mintába való beválasztás kritériumai között az alábbiak szerepeltek: családban élő, nyolc év alatti gyermeket nevelő, szülői szerepet ellátó, felnőtt korú, magyar állampolgárok, akik magyar nyelven képesek értelmezni és megválaszolni a mérőeszközben (online kérdőív) feltett kérdéseket.

A statisztikai feldolgozást megelőzte egy részletes adatkezelési folyamat, amelynek során adatbázis került létrehozásra, tisztításra. Az eltérő mértékegységű és nagyságrendű változók standardizálása elengedhetetlen volt annak érdekében, hogy a klaszterképzésben minden változó azonos súllyal vegyen részt, megelőzve, hogy a nagyobb számértékekkel rendelkező változók torzító hatást gyakoroljanak az eredményekre. A Likert-skálás attitűdtételek esetében (például: „Mennyire ért egyet azzal az állítással, hogy...?” kezdetű kérdések tekintetében) a válaszopciók egységesen 1-től 4-ig terjedő besorolást kaptak. A használati gyakoriságot mérő változóknál (pl. „Naponta többször”, „Naponta egyszer”, „Hetente”, „Havonta”, „Nem használ” válaszopciók esetében) rangskálás kódolást alkalmaztunk 0-tól 5-ig növekvő sorrendben, a ritkábban előforduló válaszoktól a gyakoribbak felé haladva.

Bár a hiányzó válaszok aránya alacsony volt, azokat célzott imputációs eljárásokkal pótoltuk. Amennyiben például egy szülő nem adott választ egy attitűdkérdésre, ugyanakkor más kérdés(ek)re adott válaszaiból egyértelműen kiderült, hogy gyermeke nem használ okoseszközt, ott a hiányzó érték nemleges válasszal került helyettesítésre, mivel a szituáció vélhetően irreleváns volt számára. Azokban az esetekben, ahol a hiány okára nem lehetett következtetni, a középérték vagy a leggyakoribb válasz került beillesztésre, ezzel minimalizálva a torzítás lehetőségét. A változók döntő többségénél azonban nem jelentkezett számottevő hiány, így a klaszterelemzés közel teljes körű adatmátrixon alapult.

Az adatfeldolgozás során mesterséges intelligenciával támogatott klaszterezést alkalmaztunk a rejtett mintázatok és alpopulációk hatékony feltárására. A nagyméretű adatbázisok elemzésekor a K-means algoritmus jól skálázható, egyszerű és kiszámítható megoldást nyújt, mivel alapvető matematikai műveletekre – távolságszámításra és átlagképzésre – épül. Ugyanakkor a kezdeti középpontok véletlenszerű kijelölése befolyásolhatja a végeredményt, ami instabil klaszterstruktúrákhoz vezethet. A stabilitás növelése érdekében a hatékonyabb inicializációt biztosító K-means++ eljárás alkalmazása, valamint a futtatások többszöri megismétlése javasolt. A K-means algoritmus feltételezi, hogy a klaszterek gömb alakúak és a centroidok köre szerveződnek; komplexebb struktúrák esetén más típusú algoritmusok bizonyulhatnak hatékonyabbnak. A módszer kulcsfontosságú jellemzője, hogy a klaszterek számát (K) előre meg kell határozni. Ennek optimális értéke olyan matematikai és grafikus eljárásokkal azonosítható, mint a könyök-módszer (*elbow method*) vagy a sziluett-analízis (*silhouette coefficient*). Jelen kutatásban a klaszterek számát $K = 3$ -ban határoztuk meg, mivel ez a felosztás összhangban van a szakirodalmi előzményekkel, valamint a megfogalmazott kutatási kérdésekkel és hipotézisekkel. Az algoritmus futtatása az inicializálással kezdődött, amely során K darab kezdeti klaszterközéppontot jelöltünk ki. A hozzárendelési fázisban minden adatpontot – az euklideszi távolság alapján – a hozzá legközelebb eső centroidhoz soroltunk. A frissítési lépésben az új klaszterközéppontokat az adott csoportba tartozó elemek átlagaként számítottuk ki. A hozzárendelési és frissítési

fázisok iteratív módon ismétlődtek a konvergencia eléréséig, azaz amíg a centroidok elmozdulása egy meghatározott küszöbérték alá nem csökkent, és az adatpontok besorolása állandóvá nem vált. Ezzel a folyamattal alakult ki a végleges csoportstruktúra.

A klaszteranalízisbe a kutatási kérdések szempontjából releváns kvantitatív mutatókat vontuk be. A klaszterképző változók közé tartoztak a gyermekek eszközhasználati gyakoriságára és napi időtartamára vonatkozó adatok, a saját okoseszköz birtoklása, valamint a kortársakkal való online játék jelenléte. A gyermeki digitális gyakorlatot és a szülői kontroll jellegét feltáró szülői attitűdöket nyolc darab Likert-skálás állítással mértük, amelyek szintén a klaszterezés alapjául szolgáltak. A szociodemográfiai változókat (a szülő neme, életkora, legmagasabb iskolai végzettsége és lakóhelyének típusa) közvetlenül nem vontuk be a klaszterképzésbe. Ezeket a mutatókat az elemzést követően, a létrejött klaszterek profilozására, validálására és részletes leíró jellemzésére alkalmaztuk. Ezzel a módszertani elkülönítéssel biztosítottuk, hogy a csoportstruktúra kialakulását elsősorban a gyermekek eszközhasználati szokásai és a szülői attitűdmintázatok határozzák meg.

Eredmények és értékelésük

Szociodemográfiai jellemzők

A minta a nemek megoszlása tekintetében rendkívül homogénnek mondható. A válaszadók döntő többsége nő (N = 1013; 99,1%) volt. Az életkori megoszlást nézve a 26–35 éves korosztály alkotta a minta közel felét (N = 502; 49,1%), míg a másik meghatározó csoportot a 36–45 évesek jelentették (N = 467; 45,6%). Földrajzi szempontból a minta diverz képet mutat. Az adatfelvétel idején a kitöltők legnagyobb része nem megyeszékhelyként funkcionáló városban (N = 348; 34,0%), illetve faluban vagy községben (N = 304; 29,7%) élt. A válaszadók közel negyede (N = 250; 24,4%) a fővárosban, 11,5%-a (N = 118) megyei jogú városban vagy megyeszékhelyen, míg 0,2%-a (N = 2) tanyán lakott. A kitöltők túlnyomó többsége magyarországi lakos, a mintában mindössze három külföldön élő személy szerepelt (0,3%). A legmagasabb iskolai végzettséget tekintve az alapképzésben szerzett diploma (BA/BSc) bizonyult a leggyakoribbnak a kitöltők esetében (N = 350; 34,2%), amelyet a mesterképzésben részt vettek számaránya követett (N = 265; 25,9%). Ugyancsak jelentős volt a felsőfokú szakképzettséggel rendelkezők (N = 216; 21,1%), valamint az érettségivel rendelkezők aránya is (N = 111; 10,9%).

A klaszteranalízis eredményei

A klaszteranalízis három jól elkülöníthető csoportot azonosított a válaszadók tekintetében. A csoportok differenciálódása elsősorban a gyermekek digitális eszközhasználatának intenzitása, valamint a szülői attitűdök mentén értelmezhető. A létrejött klaszterek jellemzői elméletileg jól megalapozottak, mivel megfeleltethetők a szakirodalomból ismert nevelési stílusok digitális környezetben megjelenő típusainak. A kapott eredmények alapján egy szigorúan korlátozó, egy kiegyensúlyozott, valamint egy megengedő digitális nevelési attitűddel jellemezhető csoport körvonalazódott.

1. Első klaszter: „Korlátozó szülő”, minimális eszközhasználat

Az első klaszterbe azok a szülők kerültek, akik intenzíven korlátozzák gyermekeik digitális eszközhasználatát, vagy akiknek a gyermekei egyáltalán nem használnak elektronikus eszközöket. A csoport a teljes minta 15–20%-át fedi le. Ebben a szegmensben a legmagasabb a 0–2 éves korosztály aránya, míg az idősebb, 6–7 éves gyermekek jelenléte elhanyagolható. A szülők átlagéletkora ebben a klaszterben a legalacsonyabb, és felülreprezentáltak az első gyermeküket nevelő, fiatalabb válaszadók.

1.1. Eszközhasználati mintázatok

A klaszterbe tartozó gyermekek döntő többsége egyáltalán nem, vagy csak rendkívül ritkán, alkalmasszerűen (havonta néhány alkalommal) használ digitális eszközöket. Ebből adódóan a napi képernyőidő minimális: a leggyakoribb válasz a „fél óránál kevesebb” volt, vagy teljes képernyőmentesség valósult meg. Saját okoseszközzel szinte egyik gyermek sem rendelkezik, a családban elérhető okostelefonokat és tableteket a szülők általában nem engedik át számukra. A kortársakkal való online játék ebben a csoportban egyáltalán nem fordul elő, ami a gyermekek életkori sajátosságaiból, valamint fejlettségi szintjéből adódóan nem releváns mutató. A leggyakoribb – és sok esetben az egyetlen – digitális tevékenység a televízió kereszttől történő tartalomfogyasztás (jellemzően mesenézés). Ez az eredmény összhangban van azon szakirodalmi megállapításokkal, melyek szerint a korai gyermekkorban a televízió a domináns médium (Rideout–VJR Consulting, 2017), amelyet az életkor előrehaladtával fokozatosan váltanak fel a különféle interaktív okoseszközök (Gados–Janek, 2023).

1.2. Szülői attitűdök és nevelési gyakorlatok

A klasztert alkotó szülők szigorú és következetes kontrollt gyakorolnak a gyermekek digitális eszközhasználatára felett: a médiahasználat (tartalomfogyasztás és játék) kizárólag szülői engedéllyel és felügyelet mellett valósul meg. A csoport tagjainak jelentős része kifejezetten a transzparens elutasítás stratégiáját alkalmazza, és törekszik az eszközhasználat kezdetének kitolására. Ezt a nevelési attitűdöt a Likert-skálás tételekre adott válaszok is igazolják: a válaszadók szisztematikusan elutasítják a digitális dependenciára vagy a permisszív (engedékeny) szülői magatartásra utaló állításokat. A digitális eszközök alacsony expozíciós rátája és a korlátozások miatt a gyermekek nem mutatnak ellenállást vagy frusztrációt, amikor a képernyőidőt egyéb (offline) tevékenység szakítja meg. Az életkori sajátosságokból és a regulatív szülői környezetből adódóan a gyermekek nem kérdőjelezik meg a szabályokat, és nem kezdeményezik az elektronikus eszközök használatát. Az online játékműködés hiányában a személyes térben zajló, hagyományos játékformákat részesítik előnyben. A digitális tevékenységeket a meghatározott időkeret lejártá után többnyire önállóan, nehézség nélkül befejezik, ami arra utal, hogy a rituálé hiánya miatt a képernyőhöz való affektív kötődés vagy addiktív ragaszkodás nem alakult ki náluk. A családi szocializációs gyakorlatban a digitális eszközök instrumentális használata – mint a jutalmazás, a fegyelmezés vagy a gyermeki figyelem lekötése (ún. „digitális gyermekfelügyelet”) – nem jelenik meg. A szülők következetesen elutasítják azokat az állításokat, amelyek a modern technológia funkcionális pótlékként való alkalmazására utalnak. Ez az eredmény módszertanilag azért is figyelemreméltó, mert a nemzetközi és hazai szakirodalom rámutat, hogy a szülők gyakran alkalmazzák az elektronikus és digitális eszközöket érzelmszabályozási vagy

figyelemelterelési célból. Bár ez a stratégia rövid távon hatékony megküzdési mechanizmusnak bizonyulhat a szülői stressz csökkentésére, hosszú távon számos fejlődéslélektani és viselkedéses maladaptív következménnyel járhat (Beyens-Eggermont, 2014). Az eszközmegvonás mint nevelési stratégia (fegyelmezési eszköz) egyáltalán nem jelenik meg ebben a csoportban. Ennek oka a primer prevenció jellegű nevelési környezet: a digitális technológia rendkívül alacsony bázisarányú expozíciója miatt a szülők nem rendelkeznek olyan releváns digitális privilégiummal, amelynek megvonása viselkedéskorrekciós eszközként funkcionálhatna.

1.3. Szociodemográfiai jellemzők

A klaszter szociodemográfiai összetétele heterogén, ugyanakkor a csoporton belül felülreprezentáltak a vidéki, kisebb településeken élő válaszadók. Ez a területi sajátosság összefüggésbe hozható a tradicionálisabb nevelési normák jelenlétével, valamint az alacsonyabb digitális ingersűrűséggel. Ezzel párhuzamosan a restriktív magatartásformák a magasabb iskolai végzettségű szülők körében is megjelennek; az ő esetükben a korlátozás hátterében feltételezhetően a digitális tudatosság és a médiatudományi ajánlások mélyebb ismerete áll. A másik két klaszterrel összevetve releváns különbségként figyelhető meg, hogy az ebben a csoportban vizsgált gyermekek átlagéletkora szignifikánsan alacsonyabb. Ebből adódóan a digitális gyakorlatok az életkor előrehaladtával és a szocializációs terek bővülésével (pl. óvodai, iskolai környezet) várhatóan módosulni fognak, a kezdeti nevelési stratégia mindenesetre kifejezetten restriktív jellegű. Összességében az első klaszter jellemzői elméletileg megfeleltethetők a szakirodalomból ismert autoriter (tekintélyelvű) vagy erőteljesen szabályozó digitális nevelési stílusnak, amelyet a magas szintű szülői kontroll és a minimális gyermeki eszközhasználat közötti aszimmetria jellemez.

2. Második klaszter: „Mérsékelt felhasználó”, kiegyensúlyozott eszközhasználat

A második klaszter magvát a digitális technológiához kiegyensúlyozottan viszonyuló szülők alkotják. Ezt a csoportot a mediációs stratégiák tudatos mértékletessége jellemzi: a válaszadók törekednek a digitális tartalomfogyasztás és a hagyományos, offline tevékenységek közötti egyensúly fenntartására. A minta hozzávetőlegesen 40–50%-át lefedő szegmens a kutatás legnagyobb esetszámú klasztere, amelynek szociodemográfiai összetétele heterogén képet mutat. A klaszterben a 3–6 éves (óvodás és kisiskolás) korosztály dominál. A szülők életkora jellemzően a 26–45 éves tartományba esik; a csoportban mindkét nem megjelenik, a lakóhely típusát tekintve pedig a városi környezetben élő családok vannak túlsúlyban.

2.1. Eszközhasználati mintázatok

Az ebbe a klaszterbe sorolt gyermekek digitális eszközhasználatuk rendszeres, ám mérsékelt intenzitású. A használat gyakorisága a heti néhány alkalomtól a napi egyszeri, korlátozott ideig tartó interakcióig terjed. A napi összesített képernyőidő mediánértéke 30–60 perc közé tehető, ami funkcionálisan egy-egy narratív médiatartalom (pl. mese) megtekintését vagy rövidebb applikációalapú játékok futtatását jelenti. Saját okoseszközzel a csoportnak csupán egy szűk – elsősorban a 6–7 éves korosztály által alkotott – szegmense rendelkezik. A gyermekek többségében a megosztott családi eszközöket (televízió, tablet, szülői okostelefon) használják. Miközben a televíziózás beágyazott és rendszeres gyakorlatnak számít, a kortársakkal való közös online játék jelenléte elhanyagolható. Bár a nemzetközi szakirodalmi trendek arra mutatnak rá, hogy a gyermekek gyakran már az iskoláskor előtt is napi több órát töltenek televíziónézéssel, ebben a klaszterben a szigorúbb

időkeretek érvényesülnek. A személyi számítógépek (PC/laptop) használati rátája szintén minimális, és kizárólag szülői jelenlét mellett, közös tevékenységként valósul meg (Vajda, 2005). A számítógép önálló használata szintén minimális, inkább a szülővel közösen végzett tevékenységként jelenik meg.

2.2. Szülői attitűdök és nevelési gyakorlatok

A klaszterbe tartozó szülők kiegyensúlyozott digitális nevelési szemlélettel jellemezhetők. Felismerik a képernyőhasználat potenciális fejlesztő és edukatív előnyeit, ezzel párhuzamosan azonban strukturált szabályrendszert alkalmaznak. A szülői kontroll intenzitása mérsékelt: a gyermekek bizonyos fokú autonómiával rendelkeznek a digitális tevékenységek megválasztásában (műsorok, játékok szelekciója), a szülők ugyanakkor restriktív idő- és tartalomkorlátozásokat (pl. napi időkeret, kizárólag oktatási célú tartalmak engedélyezése) érvényesítenek. Ezen eredmények összhangban vannak a szakirodalmi megállapításokkal, amelyek szerint a szülők domináns része strukturális keretek alkalmazásával szabályozza a gyermeki eszközhasználatot. Az attitűdtételekre adott válaszok eloszlása a skála értékeinek intermediér (közép) tartományában összpontosul. A képernyőidő megszakítása esetén a gyermeki frusztráció vagy distressz (dühös reakciók) jelenléte elhanyagolható, legfeljebb mérsékelt intenzitással fordul elő. A gyermeki kezdeményezés tekintetében a klaszter heterogén: az eszközhasználat iránti igény esetenként, de nem szisztematikusan jelentkezik. A szülői tiltás és a szabályok nyílt megszegése ritka, a gyermekek jellemzően magas fokú konformitást mutatnak a családi normákkal szemben. A digitális játékpreferencia nem dominál a hagyományos tevékenységekkel szemben, a gyermekek elsődlegesen az offline, személyes térben zajló interakciókat részesítik előnyben. A családi szocializációs gyakorlatban szintén a mérsékelt és szituációfüggő szabályozás érvényesül. A digitális technológia alkalmi jelleggel, specifikus kontextusban (például utazás, várakozás vagy külső helyszínek, mint étterem, orvosi rendelő) megjelenik a gyermeki figyelem lekötésére, azonban ez nem képezi a mindennapi rutin részét. Az eszközmegvonás és a digitális privilégiumok kontingens megerősítésként (jutalmazási vagy büntetési stratégiaként) történő alkalmazása megosztja a klaszter tagjait. A mintán belül elkülöníthető egy, az eszközhasználatot mereven elutasító, valamint egy, azt fegyelmezési eszközként szisztematikusan alkalmazó szülői alcsoport. Ez a megosztottság szintén replikálja a korábbi empirikus kutatások eredményeit, amelyek a szülők körében hasonló arányú (például 47%-os) eszközalapú jutalmazási hajlandóságot azonosítottak (Mann et al., 2025).

2.3. Szociodemográfiai jellemzők

Szociodemográfiai szempontból a „mérsékelt felhasználók” klasztere heterogén, reprezentálja a teljes vizsgált minta báziseloszlását. Az iskolai végzettség, valamint a földrajzi és lakóhelyi megoszlás tekintetében a csoport hűen tükrözi a populációs struktúrát, így a különböző szociokulturális státuszú társadalmi rétegek egyaránt képviseltetik magukat a szegmensben. A klaszter kohézióját és belső homogenitását – a demográfiai változók helyett – elsősorban a közös nevelési filozófia teremti meg, amely a digitális és az offline élettér tudatos, strukturált integrációjára törekszik. Ezen klaszter szülői magatartása elméletileg az autoritatív (irányító, demokratikus) nevelési stílussal hozható párhuzamba. A válaszadókat a transzparens, világos szabályrendszer és a következetes normatartás mellett a gyermeki igényekre való magas fokú affektív és kognitív válaszkészség (responsivity) jellemzi. A digitális

szocializációs gyakorlatban ez a támogató-szabályozó aszimmetria feloldásaként jelenik meg: az elektronikus, illetve digitális eszközök integrálódnak a gyermek mindennapjaiba, de használatuk kereteit a szülői mediáció szigorúan kontrollálja és monitorozza.

3. Harmadik klaszter: „Permisszív digitális nevelés”, intenzív eszközhasználat

A harmadik klasztert a digitális eszközökhöz való permisszív szülői attitűd, valamint a mintán belüli legintenzívebb gyermeki eszközhasználat jellemzi. Ez a szegmens a válaszadók hozzávetőlegesen 30–35%-át fedi le. A klaszter strukturális sajátossága, hogy a mintán belül itt dominál a legmagasabb életkorú (5–7 éves) gyermekcsoport. Ezzel párhuzamosan a szülők életkori eloszlása is a magasabb (36–45 éves) tartományban csúcsosodik ki, továbbá a másik két csoporthoz viszonyítva ebben a klaszterben az apák aránya felülreprezentált. Területi megoszlás szempontjából a városi – és különösen a fővárosi – háztartások jelenléte szignifikáns, ami összefüggésbe hozható a digitális technológiák urbánus környezetben megfigyelhető mélyebb strukturális integrációjával. Ez a lokációs hatás összhangban van a nemzetközi szakirodalommal: urbanizált környezetben a kisgyermekek körében kimutathatóan magasabb a digitális eszközökkel szembeni dependencia kialakulásának valószínűsége, ami megerősíti a lakóhely típusának mintázatformáló szerepét. Korábban például egy Bangladesben végzett kutatás során, a nagyobb városokban élő családok kisgyermekei esetében nagyobb valószínűséggel mutattak ki okostelefon függőséget (Kibria et al., 2024).

3.1. Eszközhasználati mintázatok

Ebben a klaszterben a gyermekek médiahasználatára mindennapos, sőt a napi többszöri expozíció jellemző. A csoport jelentős része naponta 1–3 órát, esetenként ennél is hosszabb időt tölt a képernyő előtt, így a teljes mintát tekintve ennek a klaszternek az összesített képernyőideje a legmagasabb. A gyermekek számottevő hányada dedikált saját eszközzel (jellemzően tablettel, okostelefonnal, ritkábban okosórával) rendelkezik; a saját tulajdonú eszközzel nem bírók pedig korlátozás nélkül, rendszeresen hozzáférnek a megosztott családi vagy szülői hardverekhez és szoftverekhez. Az empirikus adatok igazolják, hogy a gyermeki életkor előrehaladtával párhuzamosan lineárisan növekszik a használt eszközök és funkciók diverzitása, valamint a kumulált képernyőidő. Ez a tendencia replikálja a korábbi longitudinális és keresztmetszeti kutatások eredményeit. A nemzetközi felmérések szerint a 8 év alatti populáción belül az 5–8 éves korosztály napi átlagos képernyőideje eléri a 3 óra 28 percet, ami szignifikánsan meghaladja a fiatalabb kohorszok értékeit, és magyarázatot ad az idősebb óvodáskorban megfigyelhető magasabb digitális dependenciarátára (Mann et al., 2025). Ezzel összefüggésben az idősebb óvodásoknál nagyobb arányú „okostelefon függőség” volt megfigyelhető, mint a fiatalabb társaiknál (Kibria et al., 2024). A klaszteren belüli médiafogyasztási preferenciák szerteágazóak: a televízió mellett a hordozható okoseszközök egyaránt dominálnak, míg a személyi számítógépek használata inkább a legidősebb alcsoportra korlátozódik. Az eredmények hűen tükrözik a közelmúlt technológiai paradigma- és preferenciaváltását, nevezetesen a mobilis eszközök és az online streaming platformok térnyerését a hagyományos, statikus lineáris médiumokkal szemben (Mann et al., 2025). Ez a jelen kutatás eredményeiben is megmutatkozik. A kortársakkal való közös online játék szintén ebben a csoportban éri el a legmagasabb arányt. Bár a teljes klaszteren belül ez továbbra is kisebbségi gyakorlat, a 6–7 évesek körében szignifikánsan gyakoribb, mint a fiatalabbaknál. Ez a mintázat a

megnövekedett gyermeki digitális kompetenciák és a permisszív szülői mediáció interakciójaként értelmezhető, míg a korai gyermekkorban a kognitív készségek korlátai és a restriktív szülői kontroll miatt ez a dimenzió nem releváns. Ehhez hasonlóan, egy korábbi felmérés során szintén a nagyobb (5-8 éves) gyermekeknél jelent meg nagyobb arányban az online játék (Mann et al., 2025), ezzel együtt azonban felmerül az online jelenlét kérdése, mint kockázati tényező. Bár a kortársas online interakció a szocializáció és a kapcsolati tőke építésének hatékony eszköze lehet, az online jelenlét komoly biztonsági és fejlődéslelektani kockázati tényezőket is hordoz. Az adatok alapján a gyermekek nem kizárólag a közvetlen peer-csoportjuk tagjaival (14%), hanem esetenként idegen profilokkal is interakcióba lépnek (9%) (Mann et al., 2025), ami további kockázatokat jelent a gyermekekre nézve. Ez az eredmény rávilágít a strukturált szülői monitorozás és a digitális tudatosság elengedhetetlen szerepére a gyermeki online biztonság szavatolása érdekében. Fontos tehát, hogy a szülők tisztában legyenek annak tényével, hogy gyermekük pontosan mire használja az eszközöket, jelen van-e az online térben, és ha igen, akkor ott kikkel tart kapcsolatot.

3.2. Szülői attitűdök és nevelési gyakorlat

A klasztert alkotó szülők a gyermeki eszközhasználat felett minimális és kevésbé szigorú kontrollt gyakorolnak, attitűdjüket az elektronikus és digitális eszközök mindennapi jelenlétével szembeni magas fokú engedékenység (permisszivitás) jellemzi. Az empirikus adatok rávilágítanak, hogy a gyermekek jelentős autonómiával bírnak az eszközhasználat során, a regulatív szülői szabályozás mértéke elhanyagolható. A Likert-skálás tételekre adott válaszokban hangsúlyosan jelennek meg a megemelt képernyőidőből fakadó maladaptív viselkedéses mintázatok (például a képernyőidő megszakításakor jelentkező gyermeki frusztráció, distressz, vagy a szülői tiltással való nyílt szembeszegülés). Az eredményekből arra lehet következtetni, hogy a magas bázisarányú eszközhasználat következtében a technológia a gyermekek mindennapi rutinjának szerves részévé vált, és a képernyő iránti affektív igény állandósult. Releváns különbség a másik két klaszterhez képest, hogy több válaszadó számolt be arról, hogy gyermeke a digitális tevékenységeket preferálja a hagyományos, offline játékformákkal szemben. Bár ez a mintán belül továbbra is kisebbségi jelenség, a digitális addikció korai indikátoraként kiemelt figyelmet igényel. Az engedékeny attitűd a mindennapi szocializációs gyakorlatban is manifesztálódik. Miközben az első két klaszter tagjai határozottan elutasítják a digitális technológia funkcionális pótlékként való alkalmazását, a harmadik csoport szülei rutinszerűen és instrumentálisan használják az elektronikus és digitális eszközöket a gyermeki figyelem lekötésére és megnyugtatására otthoni, illetve külső környezetben (például utazás, vásárlás vagy éttermi tartózkodás során) egyaránt. Ez a típusú „digitális gyermekfelügyelet” bár rövid távon hatékony szülői megküzdési (coping) stratégiának bizonyulhat, hosszú távon fellazítja a családi szabályrendszer kereteit, és igazoltan hátráltatja a gyermeki autonóm érzelmszabályozási és önregulációs készségek (self-regulation) egészséges fejlődését. Erre reflektálva az Amerikai Gyermekgyógyászati Akadémia (American Academy of Pediatrics – AAP) ajánlása szintén hangsúlyozza, hogy az elektronikus és digitális eszközök nem alkalmazhatók elsődleges vagy kizárólagos stratégiaként a gyermeki érzelmszabályozás menedzselésére (Council on Communications and Media, 2016). Az eszközmegvonás mint nevelési stratégia a klaszteren belül heterogén eloszlást mutat. A válaszadók egy része szisztematikusan alkalmazza büntetési eszközként – mivel a

magas használati intenzitás miatt a megvonás komoly viselkedéskorrekciós hatással bír –, míg a szülők másik alcsoportja teljes mértékben elveti a negatív megerősítés ezen formáját.

3.3. Szociodemográfiai és egyéb jellemzők

Szociodemográfiai aspektusból a „permisszív nevelés” klaszterét elsősorban az idősebb, az iskolaérettség határán álló, illetve a már iskoláskorú gyermekeket nevelő családok alkotják. A szülők iskolai végzettségének eloszlásában a középfokú végzettségűek aránya dominál; a felsőfokú diplomával rendelkezők hányada – bár csekély mértékben – alacsonyabb, mint a korlátozó vagy a mérsékelt klaszterekben. Ezzel párhuzamosan a csoporton belül felülreprezentáltak a többgyermekes szülők. Ezek a strukturális mutatók arra engednek következtetni, hogy a digitális eszközhasználat regulációjában a szociokulturális háttér és a mediációs kompetenciák mellett a mindennapi családi élet megszervezéséhez kapcsolódó pragmatikus, gyakorlati szempontok is szerepet játszanak. A kapott eredmények korrelálnak a nemzetközi makrostatisztikai adatokkal. Az Egyesült Államokban végzett reprezentatív felmérések szintén megerősítik, hogy a középfokú vagy annál alacsonyabb végzettségű szülők gyermekei szignifikánsan magasabb napi eszközhasználati rátát mutatnak a magasabban képzett szülők gyermekeiből álló kortárs csoportokhoz képest (Rideout-VJR Consulting, 2017). A klaszterre jellemző családi szocializációs gyakorlat elméletileg a szakirodalomból ismert permisszív nevelési stílussal állítható párhuzamba. Ezt a nevelési mintázatot a transzparens szabályrendszer és a magatartási korlátok hiánya, valamint a gyermeki igények azonnali, reflexió nélküli kiszolgálása jellemzi. Ennek következtében a gyermekek digitális tevékenysége feletti kontroll könnyen fellazul, ami szisztematikusan megemelt képernyőidőhöz, hosszú távon pedig családon belüli viselkedéses és fegyelmezési konfliktusokhoz vezet.

Következtetések és javaslatok

A vizsgálat eredményei egyértelműen bizonyítják a családi digitális szocializációs és mediációs gyakorlatok strukturális diverzitását. Az azonosított interklaszterkülönbségek elméleti és gyakorlati aspektusból egyaránt nővumként értékelhetők. A populáció sikeres szegmentációja lehetővé teszi a túlzottan általánosító, univariáns megközelítések meghaladását, ezáltal hozzájárul a vizsgált jelenség mélyebb, kontextuális megértéséhez, valamint a célzott intervenciók és prevenciók ajánlások megfogalmazásához.

A kutatás eredményei megerősítik, hogy nem létezik egyetlen, univerzálisan alkalmazható optimális stratégia, mivel a mediáció adaptivitása nagymértékben függ a családi rendszer strukturális jellemzőitől és a szülői attitűdöktől. Az eltérő szülői profilok mentén differenciált, célcsoport-specifikus megközelítések alkalmazása szükséges. A restriktív („korlátozó”) szülők esetében az életkornak megfelelő digitális kompetenciák tudatos és kontrollált fejlesztése hangsúlyozandó, a mérsékelt csoport gyakorlata követendő mintaként validálható, míg a permisszív szülők körében elengedhetetlen a tudatosság növelése a túlzott képernyőidő hosszú távú fejlődéslelektani és viselkedéses kockázatairól. A permisszív („megengedő”) szülőknél a strukturális szabályrendszer kialakítása, a következetes normatartás, valamint a kumulált képernyőidő csökkentése jelenti az elsődleges intervenciók irányt. Esetükben indokolt a célzott szülői edukáció implementálása, amely

transzparensten mutatja be a túlzott médiaexpozíció fejlődéslelektani és neurokognitív kockázatait.

Az empirikus eredmények rávilágítanak, hogy a permisszív nevelési attitűd szoros összefüggést mutat a gyermeki viselkedésproblémákkal, míg az autoritativ, strukturált kontroll bizonyul a leginkább adaptív mediációs stratégiának. A feltárt mintázatok így nemcsak a terület elméleti megértését gazdagítják, hanem közvetlenül hasznosíthatók a gyakorlati döntéshozatalban, valamint a célzott szülői támogatást és edukációt célzó intervenciós programok kidolgozása során.

A biztonságos és adaptív eszközhasználat kritériumai a gyermeki életkor és autonómia függvényében változnak. Korai gyermekkorban a restriktív, szülői jelenléttel támogatott és asszisztált társhasználat (co-viewing/co-playing) a kulcsfontosságú. Ezzel szemben a későbbi kisgyermek-, illetve iskoláskorban – az önálló eszközkezelés és az online jelenlét térnyerése miatt – a szülői monitorozás intenzitásának megőrzése, valamint a biztonságos internethasználatra és digitális állampolgárságra való korai edukáció válik elengedhetetlenné.

Az empirikus elemzés megerősítette és differenciálta a kiinduló hipotéziseket. Az eredmények túlmutatnak a leíró statisztikai összefüggéseken és egy olyan komplex, multivariáns rendszert tárnak fel, amely a gyakorlati alkalmazhatóság szempontjából kiemelt relevanciával bír.

A klaszterstruktúra közvetlenül integrálható a szociálpedagógiai, szociálpolitikai, preventív egészségügyi, mentálhigiénés és köznevelési gyakorlatokba. A kutatás újszerűségét az jelenti, hogy a családokat nem homogén egységként kezeli, hanem rávilágít a profilalapú stratégiák szükségességére. Az empirikus eredmények elméleti nívója, hogy a beazonosított klaszterek specifikus jellemzői szoros strukturális párhuzamot mutatnak Diana Baumrind klasszikus szülői nevelési stílusok tipológiájával a digitális tér kontextusában. A klaszterek és a baumrindi alaptípusok (autoriter, autoritativ, permisszív) közötti közvetlen megfeleltethetőség új szemléletet és elméleti perspektívát kínál a fejlődéslelektan és a neveléstudomány számára. Ez a kontextus megalapozza a jövőbeli kutatások azon irányát, amely azt vizsgálja, hogy a különféle digitális nevelési stílusok hosszú távon (longitudinálisan) miként determinálják a gyermekek kognitív, affektív és szocio-emocionális fejlődését.

Összegzés

Az eredmények egyértelműen igazolják a szülői mediáció és a gyermeki digitális szokások közötti kétirányú, tranzakciós kapcsolatot. A szülői attitűdök közvetlenül strukturálják a gyermeki eszközhasználatot, miközben a gyermek egyéni temperamentuma és viselkedéses jellemzői visszahatnak a szülői regulációs döntésekre. Ez a cirkuláris kauzalitás összhangban van a nemzetközi szakirodalommal, amely rámutat, hogy az elmaradottabb szocio-emocionális fejlettségű vagy nehezebb temperamentumú gyermekek esetében a szülők hajlamosabbak az eszközöket diszfunkcionális, külső érzelemszabályozási pótlékként alkalmazni (Council on Communications and Media, 2016). Ezen szülői magatartásformák hátterében egy komplex, multivariáns rendszer áll, amelyet a családszerkezet, a szülők életkora, motivációi, valamint a szocioökonómiai státusz egyaránt determinál (Radesky et al., 2014).

A klaszteranalízis átfogó képet nyújtott a digitális szocializációs stratégiák heterogenitásáról és a szabályozási mechanizmusok, valamint a mindennapi gyakorlatok alapján három jól elkülöníthető szülői típust azonosított. Az első,

restriktív klaszterbe tartozó szülők merev keretrendszert alkalmaznak, amely minimalizálja a gyermeki médiaexpozíciót. Ebben a szegmensben a képernyőhasználat körüli családi konfliktusok bázisaránya elhanyagolható, mivel a modern technológia nem integrálódik a mindennapi rutinba; a szülők tudatosan alternatív, offline fejlesztő tevékenységeket preferálnak. A második, intermediér klaszter a kiegyensúlyozott, autoritatív megközelítést képviseli, ahol az időben és tartalomban korlátozott eszközhasználat tiszta szabályrendszer mellett valósul meg. Bár ezek a szülők alkalmanként instrumentálisan is alkalmazzák az eszközöket a gyermeki figyelem lekötésére, következetesen fenntartják a strukturális határokat, elősegítve a digitális és a hagyományos tevékenységek közötti egyensúlyt. Ezzel szemben a harmadik, permisszív csoportot a kontroll fellazulása jellemzi. Az alacsony szabályozási intenzitás és a saját tulajdonú eszközök magas aránya miatt a képernyőidő a gyermeki életér domináns elemévé válik, ami a képernyőmegvonás során jelentkező affektív distresszben, viselkedési frusztrációban és a szülői tekintéllyel való szembeeségülésben manifesztálódik.

A beazonosított klaszterstruktúra jól értelmezhető elméleti és gyakorlati keretet biztosít a neveléstudománnyal, pszichológiával és szociálpedagógiával, szociális munkával foglalkozó szakemberek számára a jelenlegi családi nevelési mintázatok diagnosztizálásához és korrekációjához. A kutatás legfőbb elméleti tanulsága szerint a digitális korban a fejlődéslélektani szempontból optimális környezetet nem a radikális tiltás (izoláció), és nem is a korlátlan permisszivitás, hanem a tudatos, szabályozott egyensúly teremti meg.

Összegzésként elmondható, hogy a gyermekeknek elsősorban szeretetteli, gondoskodó személyközi interakciókra van szükségük a megfelelő kognitív, motorikus, nyelvi és szocio-emocionális fejlődésük biztosítása érdekében (Council on Communications and Media, 2016). Nyilvánvaló, hogy az anyai, szülői figyelmet, családi keretek között megvalósuló érzelmetli gondoskodást a modern eszközök nem képesek helyettesíteni a gyermekek esetében (Strouse–Samson, 2021). Összevetve a hagyományos offline tevékenységekkel, a normál fejlődést mutató gyermekek esetében nem bizonyított az elektronikus eszközök előnye a gyermekek fejlődésének elősegítése tekintetében (F. Lassú–Megyeriné Fácskai, 2021). Bizonyos feltételek teljesülése mellett érvényesülhetnek persze pozitív hatások is az eszközhasználatához kapcsolódóan. Az interaktív digitális játékok és videojátékok – megfelelő kontroll mellett – pozitívan befolyásolhatják például a vizuális képességeket, elősegíthetik a mentális rugalmasságot, az életkornak megfelelő, fejlesztő tartalmak pedig hozzájárulhatnak a problémamegoldó képesség és a logikus gondolkodásmód kialakulásához (Clemente–Suárez et al., 2024). A mai modern életvitel mellett, azon családok esetében, ahol a szülők is intenzíven, napi szinten használják a mesterséges intelligenciát és számos okoseszközt, nem reális az elektronikus eszközök eltávolítása a gyermekek mindennapjaiból (Lane–Radesky, 2019). Sokkal inkább olyan adaptív stratégiák, megfelelő kontroll és magatartásmódok kialakítására van szükség, amelyek mintaadók lehetnek a gyermekek számára, biztosítva a koruknak megfelelő testi, szellemi és mentális fejlődésüket. Nem áll rendelkezésre tehát egy általános szabályrendszer, amely minden családban és élethelyzetben megállná a helyét, az erre vonatkozó feltételeket minden családnak magának kell kialakítania, amelyben jelentős szerepet játszhat a szülők támogatása, edukálása, tájékoztatása, a szakmai és tudományos alapokon álló szakértői ajánlások figyelembevétele.

További kutatási irányok és hipotézis javaslatok

A vizsgálati eredmények képzése során alkalmazott klaszteranalízis eredményei nemcsak elméleti magyarázatul szolgálnak a vizsgált jelenségre, hanem kijelölik a jövőbeli empirikus kutatások irányvonalát is. A feltárt mintázatok és interklaszterkülönbségek alapján a jövőben az alábbi kutatási kérdések (KK) megválaszolása és hipotézisek (H) tesztelése javasolt:

- **KK1:** Kimutatható-e szignifikáns kauzális kapcsolat a permisszív („megengedő”) digitális szocializációs környezet és a gyermeki viselkedéses, neurokognitív, valamint szomatikus diszfunkciók között?
 - *H1:* A permisszív klaszterbe tartozó gyermekek körében – a magas bázisarányú képernyőexpozíció következtében – felülreprezentáltak az interiorizáló és exteriorizáló viselkedési problémák, a figyelemkoncentrációs zavarok, valamint a megváltozott alvásarchitektúrából fakadó alvászavarok.
- **KK2:** Milyen strukturális és szociokulturális háttérváltozók determinálják a szülői digitális mediációs klasztertagságot?
 - *H2:* A szülők legmagasabb iskolai végzettsége, szocioökonómiai státusza, valamint egyéni digitális írástudása (literacy) és technológiai kompetenciája szignifikáns prediktora a klaszterbesorolásnak.
- **KK3:** Milyen hosszú távú (longitudinális) fejlődéslélektani és szocializációs következményekkel jár a merev restriktív mediációs stratégia fenntartása?
 - *H3:* A kora gyermekkori szigorú, restriktív szabályozás korlátozza a későbbi autonóm digitális reziliencia és önszabályozás kialakulását, ami az intézményi terekbe (óvoda, iskola) való belépéskor fokozott sérülékenységhez vezet.
- **KK4:** Milyen gyermeki temperamentumjellemzők és affektív tényezők állnak a képernyőmegvonás során tapasztalható distresszreakciók hátterében?
 - *H4:* A képernyőidő lejárta után jelentkező frusztráció és dühös viselkedéses reakciók (screen-withdrawal distress) intenzitása nemcsak a kumulált képernyőidő mértékével, hanem a gyermek egyéni affektív reaktivitásával és az eszközhöz való addiktív kötődésével is pozitív korrelációt mutat.
- **KK5:** Milyen súllyal és milyen interakciós hatások mentén járulnak hozzá a családi rendszer belső változói a digitális nevelési gyakorlatok diverzitásához?
 - *H5:* A szülői mediációs gyakorlatok varianciáját egy multivariáns rendszer magyarázza, amelyben a családszerkezet (gyermekszám,

testvérpozíció), a szülői önhatékonyság (parenting self-efficacy), valamint a szubjektív szülői stressz egymást erősítő módon játszik közre.

A fenti kutatási irányok mentén végzett kiterjesztett, lehetőleg longitudinális vizsgálatok hozzájárulhatnak egy átfogó, prediktív és preventív hazai digitális gyermekvédelmi és szülőedukációs stratégia tudományos megalapozásához.

Limitációk

Jelen tanulmány legfőbb módszertani korlátja az önbevalláson alapuló kérdőíves adatfelvétel volt, amely magában hordozta a szociális megfelelési vágyból fakadó torzítás lehetőségét. Ez a módszertani sajátosság még inkább felértékeli a jelen eredmények és a nemzetközi makrostatisztikai és kísérleti szakirodalom közötti párhuzamok szisztematikus összevetését és validálását. Az azonosított összefüggések a korlátok ellenére is stabil, replikálható mintázatokat mutatnak és érdemi alapot biztosítanak a hazai digitális szocializációs kutatások továbblépéséhez.

Funding

A publikáció elkészítésének alapját a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészeti és Társadalomtudományi Kara által támogatott, a Gondoskodáspolitikai és Technológiai Innováció Kutatócsoport által képviselt, „A digitális viselkedés, a mentális egészség és a krónikus betegségek összefüggéseinek vizsgálata a digitális jóllét és a gondozási hatékonyság növelése, valamint az egészségügyi döntéshozatal adatvezérelt megalapozása érdekében” című, PPKE-BTK-KUT-25 kódjelű kutatás képezte.

Irodalomjegyzék

Acebedo, L., Buil-Legaz, L., Adrover-Roig, D., Aguilar-Mediavilla, E. (2020): Impact of the use of media devices within the family context on the language of preteens. *Children*, 7(12), 281. <https://doi.org/10.3390/children7120281>

Alamri, M. M., Alrehaili, M. A., Albariqi, W., Alshehri, M. S., Alotaibi, K. B., Algethami, A. M. (2023): Relationship between speech delay and smart media in children: A systematic review. *Cureus*, 15(9), e45396. <https://doi.org/10.7759/cureus.45396>

Alvarez-Peregrina, C., Sánchez-Tena, M. Á., Martínez-Perez, C., Villa-Collar, C. (2020): The relationship between screen and outdoor time with rates of myopia in Spanish children. *Frontiers in Public Health*, 8, 560378. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.560378>

Aziz, Z. W., Aljammas, E. K., Al-Allaf, L. I. K. (2023): Impact of screen exposure on language development among toddlers and preschoolers in Nineveh Province. *MMSL*, 92(3), 259–271. o. <https://doi.org/10.31482/mmsl.2022.048>

Beuens, I., Eggermont, S. (2014): Putting young children in front of the television: Antecedents and outcomes of parents' use of television as a babysitter. *Communication Quarterly*, 62(1), 57–74. o. <https://doi.org/10.1080/01463373.2013.860904>

- Carson, V., Ezeugwu, V. E., Tamana, S. K., Chikuma, J., Lefebvre, D. L., Azad, M. B., Moraes, T. J., Subbarao, P., Becker, A. B., Turvey, S. E., Sears, M. R., Mandhane, P. J. (2019): Associations between meeting the Canadian 24-Hour Movement Guidelines for the Early Years and behavioral and emotional problems among 3-year-olds. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 22(7), 797–802. o. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.01.003>
- Chen, Y.-Y., Yim, H., Lee, T.-H. (2023): Negative impact of daily screen use on inhibitory control network in preadolescence: A two-year follow-up study. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 60, 101218. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2023.101218>
- Clemente-Suárez, V. J., Beltrán-Velasco, A. I., Herrero-Roldán, S., Rodríguez-Besteiro, S., Martínez-Guardado, I., Martín-Rodríguez, A., Tornero-Aguilera, J. F. (2024): Digital device usage and childhood cognitive development: Exploring effects on cognitive abilities. *Children*, 11(11), 1299. <https://doi.org/10.3390/children11111299>
- Council on Communications and Media. (2016): Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- Common Sense Media. (2017): The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight: A special population: Children under two [Fact sheet]. *Common Sense Media*.
- Csépe, V., Török, Á. (2020): Az okoseszközök használata kognitív idegtudományi nézőpontból. *Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat*, 8(2), 133–145. o. <https://doi.org/10.31074/gyntf.2020.2.133.145>
- F. Lassú, Zs., Megyeriné Fácska, J. (2021): „A tévé maradt az egyetlen lehetőség, ami lefoglalta őket” – Hatéves kor alatti gyermekek és családjuk digitális eszközhasználatának változása a Covid19 járvány idején. *Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat*, 9(2), 187–204. o. <https://doi.org/10.31074/gyntf.2021.2.187.204>
- Ferguson, C. J., Muñoz, M. E., Medrano, M. R. (2012): Advertising influences on young children’s food choices and parental influence. *The Journal of Pediatrics*, 160(3), 452–455. o. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2011.08.023>
- Gados, N., Janek, N. (2023): Óvodáskorú gyermekek digitális eszköz-használatának, valamint a korosztály online jelenlétének vizsgálata. *Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat*, 11(2–3), 221–243. o. <https://doi.org/10.31074/gyntf.2023.2-3.221.243>
- Gál, Z. (2015): A tudatelmélet életkori változásainak és szerepének áttekintése óvodáskortól fiatal felnőttkorig. *Iskolakultúra*, 25(5–6), 59–73. o. <https://doi.org/10.17543/ISKKULT.2015.5-6.59>
- Kibria, M. G., Islam, T., Sultana, P., Jahan, N., Ananna, S., Mohiuddin, G., Roy, M., Alif, S. M. (2024): Urban-rural differences in factors associated with smartphone addiction among preschoolers in Dhaka district, Bangladesh: A cross-sectional investigation [Preprint]. *Research Square*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4470589/v1>

- Konok, V., Bunford, N., Miklósi, Á. (2019): Associations between child mobile use and digital parenting style in Hungarian families. *Journal of Children and Media*, 14(1), 91–109. o. <https://doi.org/10.1080/17482798.2019.1684332>
- Konok, V., Liskai-Peres, K., Bunford, N., Ferdinandy, B., Jurányi, Z., Ujfalussy, D. J., Réti, Zs., Pogány, Á., Kampis, G., Miklósi, Á. (2021): Mobile use induces local attentional precedence and is associated with limited socio-cognitive skills in preschoolers. *Computers in Human Behavior*, 120, 106758. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106758>
- Konok, V., Peres, K., Ferdinandy, B., Jurányi, Z., Bunford, N., Ujfalussy, D. J., Réti, Zs., Kampis, G., Miklósi, Á. (2020): Hogyan hat a mobileszköz-használat az óvodások figyelmére és társas-kognitív készségeire? *Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat*, 8(2), 13–31. o. <https://doi.org/10.31074/gyntf.2020.2.13.31>
- Kósa, É. (2006): A média szerepe a gyerekek fejlődésében. In *Mindentudás Egyeteme* (5., 165–187. o.). Kossuth Kiadó.
- Lane, R., Radesky, J. (2019): Digital media and autism spectrum disorders: Review of evidence, theoretical concerns, and opportunities for intervention. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 40(5), 364–368. o. <https://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000664>
- Liskai-Peres, K., Konok, V. (2022): A digitális bennszülöttek nyomában. Bemutatkozik az ELTE Alfa Generáció Labor. *Anyanyelv-pedagógia*, 15(4), 153–157. o. <https://doi.org/10.21030/anyp.2022.4.10>
- Madigan, S., McArthur, B. A., Anhorn, C., Eirich, R., Christakis, D. A. (2020): Associations between screen use and child language skills: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 174(7), 665–675. o. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.0327>
- Madigan, S., Racine, N., Tough, S. (2019): Prevalence of preschoolers meeting vs exceeding screen time guidelines. *JAMA Pediatrics*, 174(1), 93–95. o. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.4495>
- Mann, S., Calvin, A., Lenhart, A., Robb, M. B. (2025): The Common Sense census: Media use by kids zero to eight, 2025. *Common Sense Media*.
- Mustonen, R., Torppa, R., Stolt, S. (2022): Screen time of preschool-aged children and their mothers, and children's language development. *Children*, 9(10), 1577. <https://doi.org/10.3390/children9101577>
- Ng, S. H., Kelly, B., Se, C. H., Sahathevan, S., Chinna, K., Ismail, M. N., Karupaiah, T. (2015): Reading the mind of children in response to food advertising: A cross-sectional study of Malaysian schoolchildren's attitudes towards food and beverages advertising on television. *BMC Public Health*, 15, 1047. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2392-z>

Nugraha, A., Izah, N., Hidayah, N. S., Zulfiana, E., Qudriani, M. (2019): The effect of gadget on speech development of toddlers. *Journal of Physics: Conference Series*, 1175, 012203. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1175/1/012203>

Radesky, J. S., Silverstein, M., Zuckerman, B., Christakis, D. A. (2014): Infant self-regulation and early childhood media exposure. *Pediatrics*, 133(5), e1172–e1178. o. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-2367>

Rideout, V., VJR Consulting. (2017): The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight in America. *Common Sense Media*. <https://doi.org/10.3886/ICPSR37491.v2>

Robinson, T. N., Banda, J. A., Hale, L., Lu, A. S., Fleming-Milici, F., Calvert, S. L., Wartella, E. (2017): Screen media exposure and obesity in children and adolescents. *Pediatrics*, 140(Suppl. 2), S97–S101. o. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758K>

Salunkhe, S., Bharaswadkar, R., Patil, M., Agarkhedkar, S., Pande, V., Mane, S. (2021): Influence of electronic media on speech and language delay in children. *Medical Journal of Dr. D.Y. Patil Vidyapeeth*, 14(6), 656–661. o. https://doi.org/10.4103/mjdrdypu.mjdrdypu_636_20

Strouse, G. A., Samson, J. E. (2021): Learning from video: A meta-analysis of the video deficit in children ages 0 to 6 years. *Child Development*, 92(1), e20–e38. o. <https://doi.org/10.1111/cdev.13429>

Televele Médiapedagógiai Egyesület. (2018): *Digitális médiaműveltség szülőknek: Képzési kézikönyv*. Digitális Jólét Nonprofit Kft.

Tóth-Mózer, S., Lévai, D., Szekszárdi, J. (Eds.). (2012): *Digitális Nemzedék Konferencia tanulmánykötet* (23–27. o.). ELTE PPK.

Vajda, Zs. (2005): Gyerekek a képernyőn. *Iskolakultúra*, 15(1), 35–52. o.

Varga, L. (2019): *Gyermekkor – a világra nyíló ablak*. Benedek Elek Pedagógiai Kar.

World Health Organization. (2019): *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. World Health Organization.

EXAMINING THE EFFECTS OF DIGITAL DEVICE USE ON CHILDREN AND THEIR PARENTS

VANDA ERDÉLI – GÁBOR JUHÁSZ – ISTVÁN SZABÓ

With the rapid rise of artificial intelligence and digital technology, the use of various electronic and digital devices, as well as artificial intelligence, can be observed among increasingly younger age groups. Therefore it is necessary to investigate its effects on the development of young children. The primary objective of this research was to explore the interaction between children's device usage patterns and parental educational attitudes. The research focused on assessing digital device use among

children under eight years of age in order to provide a clearer picture of the characteristics of this target group's use of modern technology, as well as the current issues, problems, and challenges faced by parents and caregivers in connection with this. The study employed inter- and transdisciplinary approaches, including topic-specific literature review and analysis, as well as an online questionnaire survey as part of data collection. Mathematical and statistical methods were used to process the data and to generate and evaluate results. Cluster analysis identified three parental groups, the differentiation of which became most apparent along parental attitudes and control, children's characteristics, and the features of children's device usage. Key findings of the research indicate that both parental attitudes and the individual characteristics of young children significantly influence children's device use. It is important to note, however, that interpreting the results requires consideration of multiple perspectives and factors. Based on the conclusions and recommendations drawn from the findings, it is advisable for parental groups to develop new, adaptive coping and support strategies.

Keywords: digital technology, children under eight, childhood development, digital habits, parenting styles

WALL IN THE HEART OF THE CITY: THE IMPACT OF THE DONALD TRUMP ADMINISTRATIONS' MIGRATION POLICY ON THE COMMUNITY OF NOGALES

REGINA TORMA¹

Abstract

This study focuses on the observation and interpretation of the Trump administrations' migration policies and their economic and social implications from the perspective of the twin cities of Nogales. The history of migration between the United States of America and Latin-America is deeply rooted and can be traced back for centuries. The information derived from this could provide a comprehensive picture of the practical functioning and everyday life of the migration's focal points, as well as the relocation of the migration centres. Furthermore, it also points out the important economic interlinkages and the significant consequences that political/geopolitical regulations have for the region. Understanding the twin cities of Nogales' situation could be a great guidance to shed the light on reality and to comprehend Donald Trump's migration policy more thoroughly.

Keywords: Mexico, United States of America, Donald Trump, migration, migration policy, Ambos Nogales, Sonora, Arizona

1. Introduction

„The term immigration policy encompasses all those measures by which a state regulates the influx of persons, in particular those who want to establish residence in their territory either temporarily or permanently” (Perez, 2015). Migration ties between the United States of America (hereinafter: United States) and Mexico have existed for centuries now, although it is one of the most crucial and controversial issues in the Western political discourse. The official length of the American and Mexican border is 3155 kilometres, of which 1023 kilometres are secured by fences (CIA,2025). This makes it one of the longest and most complex international borders in the world, resulting in vital migration route for those who cross borders.

1.1. *The Trump Administration's migration policy*

The primary aim of the current president, Donald John Trump's (hereinafter: Trump) migration policy is to reduce the number of undocumented people within the borders of the United States. Trump has gained a large amount of voters due to his campaign promises regarding immigration. These declarations have been implemented through executive orders, regulatory revisions and general restrictions under the first (2017-2021) and second (2025-presumably 2029) Trump Administrations. The president's program items may have changed or evolved during the past couple of

¹Regina Torma, student, international studies; Pázmány Péter Catholic University, Faculty of Humanities and Social Sciences; toreg2005@gmail.com; ORCID: 0009-0000-2777-8398

years but the four main factors are still the pillars of the migration policy: the economy, politics, security and humanitarian conditions (Diaz, 2024).

Only a few days after his second inauguration Trump shut down humanitarian parole programs, which entitled immigrants to reside legally in the United States without a visa. Furthermore, he dramatically broadened interior immigration enforcement and the administration also announced the suspension of refugee resettlements. Perhaps the most severe and controversial issue was the potential elimination of birthright citizenship for infants born in the United States but do not have at least one parent who is an authorized perpetual resident (Muzaffar-Bush, 2025).

Another fundamental measure is the Migrant Protection Protocols (MPP), perhaps better known as the „Remain in Mexico” policy, which decrees that asylum seekers must stay in Mexico until the official date of their immigration court hearings, often forcing them to endure inhuman conditions alongside thousands of other people who are in the same situation (Bush-Joseph, 2025). According to the Migration Policy Institute (Bush-Joseph, 2025) nearly 81 000 refugees were included in the program during the 2019-2022 time period.

It is also essential to mention the “zero-tolerance” Immigration Enforcement Policy, which was established by the Department of Justice (DOJ) on May 7, 2018 (Congressional Research Service, 2019). In accordance with this, every foreign individuals – even those who have arrived with children – who crosses the border illegally, is subject to criminal prosecution. As a result, they have been sent to federal prisons, where children are not allowed to stay and this has led to the separation of a large number of families (McBride et al., 2023).

The pandemic has played a major role in migration discourse as well because the administration could easily justify the expulsion of asylum seekers by citing Title 42 and referring to the public health situation at the time. Under this legal provision the government was able to deport immigrants on the grounds that they posed a serious threat to the country and its citizens as they could spread the virus (Ayres-Doyle, 2023). However, the Trump Administration has continued to apply Title 42 for a long time after the critical crisis, raising questions in the people about the proper and ethical use of the provision (Diaz, 2024).

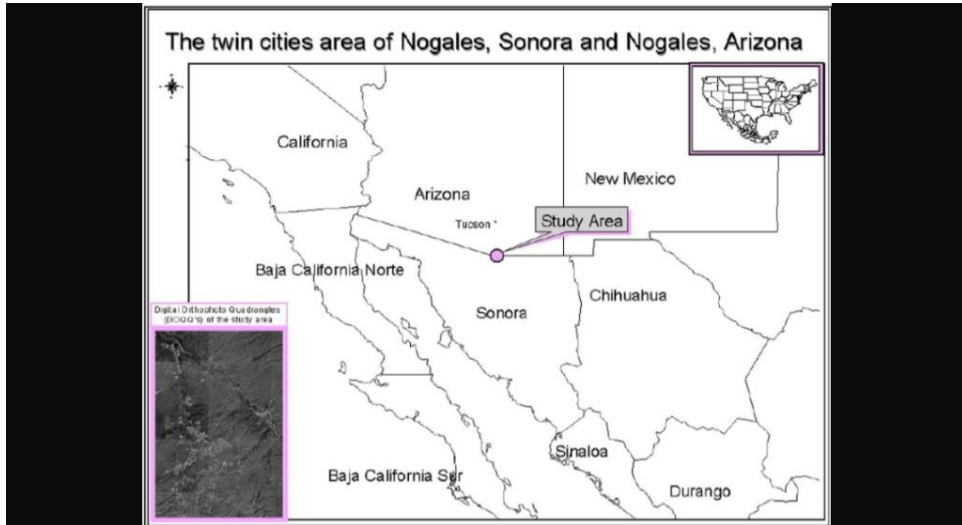
Apart from that, another major practical measure emerged in the form of the Immigration and Customs Enforcement (ICE). The number of Latino arrests has doubled during the second Trump Administration and has triggered severe sense of fear and vulnerability among people not only in the border regions but throughout the whole country. The ICE has been acting in a raid-style manner, which intensifies the social discontent (Ong et al., 2025). Last but not least the Republican government reinforced fenced borders with razor wire, which also signals a shift in both the border infrastructure and rhetoric. This is significant not only in terms of foreign relations but as an important symbol for the society as well. (Kummeneje, 2026).

1.2. Ambos Nogales

The Trump administrations’ strict measures, expanded enforcement and everyday surveillance have caused serious economic and social tensions among the border-region communities, including Ambos Nogales, which is unique in that it is geographically situated along the U.S. and Mexican border. One part belongs to the United States, more precisely to the State of Arizona while the other is officially a northwestern, Mexican territory (State of Sonora) (*Figure 1*). The latter, also called

Heroica Nogales, was established 9 years earlier (founded in 1884) and currently has 264 782 inhabitants, while Nogales, Arizona (founded in 1893) has a population of 19 753. (Data USA, 2022), (Secretaría de Economía, 2020)

Figure 1. Displaying the examined area on a map



Source: Brady et al. (2002, p. 6).

Historically, the existence of the two separate cities dates back to 1854, when under the Gadsden Purchase agreement the United States bought 76,840 square kilometers of territory from Mexico for 10 million dollars. The city initially functioned as part of a migration and trade route – later called El Camino Real (The King’s Highway) – which also emphasizes its vital role in our modern, fast-paced world. The name Nogales, comes from a Spanish word, which means „walnut“. This refers to the fact, that this area was very rich in walnut trees, which provided an opportunity to use them as trade goods (City of Nogales, n.d., 2016). The physical separation of the twin cities, collectively known as Ambos Nogales,² (hereinafter: Nogales) began in 1918, when American and Mexican soldiers became involved in a firefight – the so-called „Battle of Ambos Nogales“ – which was most likely triggered or fueled by racial discrimination among the peoples. This resulted in constant shootings along the borders and gave the idea as well as the determination to build the first permanent fences (Parra, 2020).

2. Multidimensional Impacts of Migration and Border Policies

The reasons behind the migration processes have been dominantly and not surprisingly the economic opportunities and the higher salaries, offered by the United States (Kummeneje, 2019). Six key push-factors can be identified as primary drivers of the migration crisis: population growth, poverty, climate change, global coffee prices, corruption and lack of public security (Veres, 2021).

² In English Ambos means „both“ so for the sake of simplicity I am going to refer to the city as „Nogales“ if the given context includes it as a whole.

The North Atlantic Free Trade Agreement (NAFTA)³ was a crucial component of Mexico's economy, that made the economic upturn possible in Central America. Under the agreement, tariffs for the majority of the products, traded among the three participating countries were abolished, with a primary focus on automobile manufacturing, agriculture and textile industry (Chatzky et al., 2008). NAFTA had its short-lived beneficial impacts on Mexico's economy by modernizing economy itself, creating numerous workplaces and making Mexico more attractive to foreign investors. However, Trump's campaign agenda („America First“) had different messages from the original agreement. The Trump Administration's opinion was that NAFTA provided too much space for foreign investment in Mexico and as a consequence it led to job losses in the United States. That is the reason why the United States-Mexico-Canada Agreement (USMCA),⁴ which serves as a revised version of NAFTA, came into effect on July 1, 2020, (Meylor-Kulkarni, 2022). Nogales' economy is in fact based on cross-border trade and migration, which is also proved by the so called Maquiladora systems.

„A maquiladora is a manufacturing plant that imports and assembles duty-free components for export“ (Encyclopaedia Britannica, 2018). These systems played a major and very significant role, which directly led to the economic expansion of Nogales in the mid-1960's. In order to alleviate the labor shortage in the Mexican northern border region, the Border Industrialization Program was implemented. Its most fundamental purpose was to encourage foreign companies to assemble products for export in northern Mexico. This meant that these corporations had the right to establish production facilities – without the obligation to involve Mexican partners in the businesses – and to take advantage of low-cost Mexican workforce. By the year 2000, Nogales had the most comprehensive and complex Maquiladora-system having approximately 1.3 million employees (Nogales, 2025).

It goes without saying, that the economic and migration ties between the United States and Mexico that can be traced back to centuries have provided an excellent foundation, which resulted in the prominent role of Nogales. However, this bilateral relationship does not mean that the intensity of the development is equal between the twin cities. On the U.S. side the town is not among the most developed areas of the country, in contrast to Nogales, Sonora, which has great growth rates among the border areas. Without a doubt these continue to form the bases of the region's economy to this very day and there are about 110 Maquiladoras operating in Nogales, Sonora (Nogales, 2025). The close cooperation between the twin cities is reflected in the numerous American factories located in Sonora, which employ cheap Mexican workforce, hence they ensure job opportunities as well. These factories generally focus on electronics and automotive sectors. However, Trump's migration rhetoric has reduced the productivity and efficiency of the Maquiladoras as well, as the mass deportations and strict regulations have deterred the workers from the employment near the border area. This has led to a decline in manufacturing output due to labor shortages.

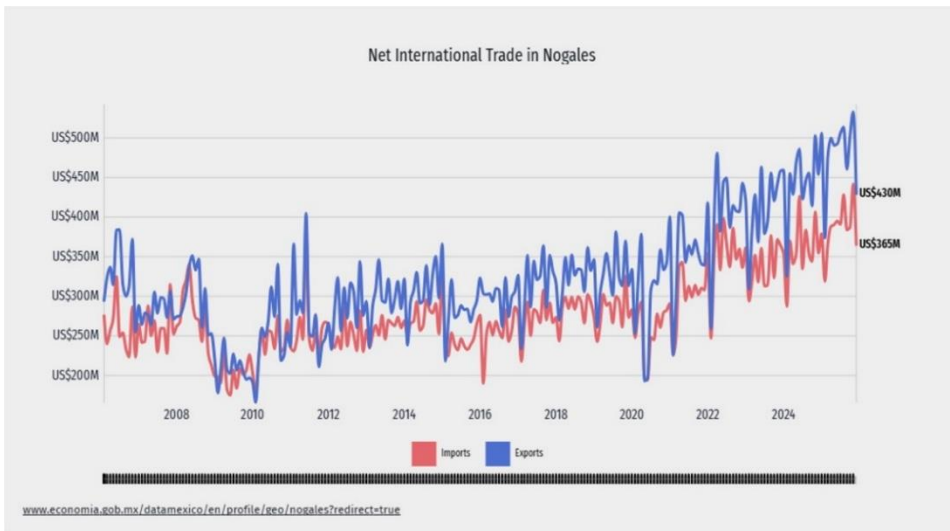
³ Implemented in 1994, the North American Free Trade Agreement (NAFTA) established a comprehensive framework for trade among Canada, Mexico, and the United States.

⁴ The Spanish acronym is T-MEC.

2.1. Economic impacts

In addition, Nogales, Sonora is one of the most significant agricultural hubs, as the Nogales-Mariposa border crossing⁵ serves as the point of entry for the fruits and vegetables to the United States. It makes the Mariposa Land Port of Entry (The Mariposa POE) Arizona's largest international commercial gateway with more than 10 billion dollars of import and export per year (Leslie & Leslie, 2025). The predecessor of this industry was initiated in 1944 under the name „West Mexico Vegetable Distributors Association”, although after the accession of the NAFTA-agreement, it changed its name to Fresh Produce Association of the Americas (Leslie & Leslie, 2025). Long before that, in 1882 the Sonora Railway connected with the Arizona and New Mexico Railroad in Nogales, creating the first rail connection to span the U.S.–Mexico border (*History / Nogales, AZ*, 2016). Unfortunately, the threats of tariff increases by the Trump Administration have undermined the confidence of the majority of traders and due to slower customs controls and limitations, shipments became more time-consuming and costly (Leslie & Leslie, 2025).

Figure 2. Exports and imports in Nogales between 2007 and 2025



Source: Data México (2024).

It is self-evident that the most influential factor in the economies of twin cities is tourist traffic, that is, tourism itself. It is very common for Latin-American people to go either shopping or just sightseeing to Nogales, Arizona, which generates enormous profits. On the other hand, the U.S. city is not the only one that makes use of the beneficial and profitable cross-border services such as the emergence of the so-called medical tourism, which is an American invention. The reason for this is that the medical care – for instance dental care – is way cheaper on the Sonora side, therefore it normally means a stable number of tourists and international visitors. The security measures and border crossing restrictions have their consequences in these areas as

⁵ All commercial traffic entering the United States via Nogales passed through the Mariposa Port of Entry.

well as numerous restaurants and smaller shops have been forced to close (Maxwell, 2025).

Figure 2 provides an excellent basis for the comparison between administrations throughout the years. It presents detailed data on the Net International Trade in Nogales (Sonora) (*Figure 2*), as well as the amount of exports and imports. There is no doubt that the Mexican economy – in this specific case, the economy of Nogales, Sonora – is severely dependant on the United States, because it is its most fundamental trade origin and trade destination. During the first Trump Administration (2016-2020) the exports and imports increased slightly and showed an upward trend, although numerous fluctuations were observed in 2018-2019. In those periods Trump implemented several new measures to restrict immigration, such as stricter custom tariffs, surveillances and policies like the Migrant Protection Protocols (MPP) or the strengthening and funding of the border wall. This resulted in increasing volatility and recurring declines on the graph. The same pattern is demonstrated at the end of the chart, the second Trump Administration continued these policies, which resulted in very similar border regulations and economic challenges, concerning Nogales.

As the author of the resesarch has already mentioned, local workers have to face job insecurity and have to adapt to stricter federal enforcement. However, in addition to the negative effects, the benefits of these changes must also be highlighted in order to comprehend the current economic condition and operation. On the long run, the local industries were able to become more resilient and gained a stronger capacity/capability (McBride et al., 2023).

2.2. Environmental problems

The problems of Mexican infrastructure are highlighted by the environmental pollutions of the region as well. The industrial and population growth put a great pressure on the cities, especially on the sewage system and water supply (Sanchez, 1995). Maquiladora factories emit pollutants that harm the air, soil and the waters. However, the migration crisis completely draws the attention away of these issues causing the city to become overburdened.

Alongside with the severe environmental impacts, these problems act as geopolitical evidence, as they physically symbolize the legal gap in Trump's isolationist rhetoric (Brady et al., 2002). This is because industrial waste and wastewaters are flowing in the direction⁶ of the United States creating a paradox between the U.S. ideology⁷ and the border wall (Sanchez,1995). After the NAFTA agreement the North American Development Bank has been established to improve the infrastructures along the borders (Sanchez, 1995). These initiatives have faced significant barriers because of the priority shifts of the Sonora side. Although the environmental problems do not seem to be such an urgent issue, they are one of the most significant reasons, why residents are leaving the city and trying to settle in neighboring countries, in this specific case, in the United States.

In conclusion, the environmental and migration crises are deeply intertwined, reflecting a complex relationship between ecological degradation and human mobility and Nogales does not – and cannot – receive enough attention from

⁶ Nogales, Sonora is located at a higher elevation, so the gravitation works its way through.

⁷ The essence of the ideology is that the United States tries to seal itself hermetically from the „Mexican problems“

the city administration. Moreover, recent immigration measures introduced under the Trump Administration have contributed to a growing migrant population in Nogales, Sonora, further intensifying the city’s pre-existing social and environmental vulnerabilities.

2.3. Humanitarian sector

At present, the humanitarian and civil sectors are the cornerstone of Nogales’s economy, with a focus on the existing crisis. Nogales, Sonora is one of the most prominent core areas, playing a key role in providing assistance and care to asylum seekers. These sectors are commonly funded by international non-governmental organizations (INGOs) or local non-profit organizations.

The Kino Border Initiative (KBI) is a binational, Catholic-based humanitarian organization that operates on both sides of the U.S.–Mexico border, specifically in Nogales, Arizona and Nogales, Sonora. This organization focuses on five core areas, through which it seeks to provide assistance for the people in need. These five areas are humanitarian aid and holistic accompaniment, education, advocacy, border action team and abuse documentation (*Figure 3*), (Kino Border Initiative, 2023). According to data from the Kino Border Initiative, in 2023 more than 9,429 individuals identified as “people on the move” who accessed services at the organization’s Migrant Outreach Center on the Sonora side (Kino Border Initiative, 2024). Notably, over 36 percent of these individuals were minors under the age of 18, underscoring the significant presence of children among displaced populations along the U.S.–Mexico border (*Kino Border Initiative - Iniciativa Kino Para La Frontera*, n.d.). Another important organization, called the Border Community Alliance is located in Tubac, Arizona but plays a very significant role in Nogales, Sonora as well. The organization’s primary goal is to promote binational relationships and to ensure that learning opportunities are a top priority for residents and visitors of Southern Arizona (Border Community Alliance, 2025).

Figure 3. Main strategic priorities for 2022–2026 of Kino Border Initiative



Source: Kino Border Initiative (2022).

The overcrowded refugee centers place enormous social burden on Nogales and its residents. Hundreds of asylum seekers are trapped on the Sonora side of the city unable to avoid exposure to crimes such as kidnapping, rape, robbery or even drug trafficking. The migrants camps are crowded, in addition, the water, food and medical

supplies are limited. Not only the migrants are anxious but locals are more and more insecure as well, they give account of constant fear and inadequate, ineffective public safety. It is not only crime that threatens the life of the immigrants but also the lack of medical support especially during the Pandemic.

There is a so called „CBP One” application, which is designed to help the asylum seeking registrations and make the process faster and more efficient, however according to the users it almost works like a „lottery”, since plethora of people are stuck in the waiting lines for uncertain period of times (*A Line That Barely Budges - Human Rights First*, 2023). The Nogales DeConcini Port of Entry serves as the sole location along the Arizona–Sonora border authorized to process CBP One appointments for asylum seekers (Leslie–Leslie, 2025). As a result, individuals seeking protection across a vast stretch of the border, must travel to Nogales, Mexico, provided they are able to obtain an appointment through the CBP One mobile application (under current protocols). Other ports of entries are not as efficient, which is why this main crossing point is the busiest and the most overburdened. This clearly illustrates how reliance on a single functioning port of entry creates a chokepoint for humanitarian access throughout the border region. Asylum seekers must travel long distances through cartel-controlled territories to reach Nogales. This directly shows the indispensable role the NGO’s play. One of their most critical contributions is documentation, as in lots of cases the U.S. asylum system fails to protect or to give the proper and lawful process to immigrants.

2.4. Media rhetoric

Media has a vital role in every aspects of life particularly in politics. Today we have access to 24/7 coverage, live streams and all the information relevant to any given situation, so the world simply cannot exist without it anymore. The narrative in connection with the immigration relations between the United States and Mexico is often referenced as „border war”, „invasion” or even „battlefront” (Kil, 2019). This justifies strict restrictive measures and normalizes militarization (Ayres-Doyle, 2023). This means that the media often describes the region as a battlefield, emphasizing the fences, armed patrols, crowd, shelters and even thermal cameras.

Figure 4. Symbolizing migration danger near the U.S.–Mexico border



Source: Singleton (2024).

Furthermore, it paints a false picture of the immigrants, they are labeled „criminals”, „animals” or „intruders” (Figure 4) and these metaphors have appeared with increasing frequency since the beginning of the first Trump Administration. Also the rhetoric surrounding wall symbolizes not only the physical and economic barrier but also the racial and moral division. It is interesting and highly significant that even though the twin cities almost function like an inseparable organism, the media cites Nogales as the „American civilization” and the other city as a symbol of „Mexican chaos” (Kil, 2019).

Nogales plays a fundamental role in the media and serves as an excellent tool to show the people that the border is under a „constant attack” because the media captures the „flood” of people and this creates the sense of the dehumanization of the immigrants. What is more, the media tends to overlook the tragedies, which are happening to immigrants, for instance there are hundreds of people yearly, who die in the Sonora-desert during the difficult journey in the hope of a better life, yet news programs never or just rarely mentions them, as they prefer to focus on biased reporting (Kil, 2019).

2.5.Social effects

Besides the economic and humanitarian factors the local political effects have deep impacts on the community as well. Due the „zero-tolerance” policy the bicultural city has become more politically divided, which has led to social frustration. There are people, whose priority are the security of the border and the restraining of illegal arrivers. In contrast, for others, upholding humanitarian principles is far more important.

Figure 5. Symbolic fusion of Mexican and U.S. identities



Source: Illescas Ph.D. (2024).

The border wall's reconstruction has provided numerous reasons for residents and also artists to organize protests and create monuments. It is not only a physical barrier but also a metaphor that represents cultural, linguistic and economic divisions. This also explains the title of this study, „wall in the heart of the city“. As the author of this study has already mentioned, the artists of the cities express their opinions and feelings against the policies and acknowledge the cultural heritage and long-standing history of Nogales. The painting featured in the study is located in Nogales, Arizona, it represents Virgen de Guadalupe (Our Lady of Guadalupe) with the American and Mexican national flags, wearing them as a coat (*Figure 5*) (Beyond Fronteras, 2024).

3. Conclusions

The purpose of this study is to show how the Trump Administration's migration policy has shaped the economic, humanitarian, cultural and social factors in the twin cities of Nogales. This may contribute to a broader conception and understanding of the topic and draw attention to the significance of border issues due to the long, complex and meaningful relationship between the United States and Mexico. The main focus is on the border regions of the Central American country, that are facing severe pressure day by day. The research reveals that the Trump Administration tends to use executive orders as a convenient tool to regulate the migration situation, especially towards Mexico. However, the executive orders were not sufficient to prevent the chaos, in fact, they have worsened the situation by causing greater polarization within society and communities. The policies, especially the Migration Protection Protocols have turned the region into a sort of waiting room, where thousands of people hope to find better opportunities in life on the other side of the border.

The study provided evidence that due to the restrictions not only did production at Maquiladora factories decline, but local shops and services were also forced to close, as the rate of tourism reduced as well. Foreign investments are also discouraged by Trump's „America First“ policy, to be more specific the threat of tariffs and the visa policies. Nogales' economy is severely dependent on cross-border activities and logistics. As a result, Nogales has to deal with economic challenges, considering that the central pillars of its economy are the Maquiladora-systems, which have fundamental ties to the United States. Many people's jobs require them to commute every day between the cities, but the chaotic border conditions make it extremely difficult or even impossible.

As for the humanitarian sector, Nogales would not be able to survive or revive without the help of the non-governmental organizations, civil society organizations or the various charities. Today, it is precisely these organizations that are playing an active role in addressing the long-standing migration crisis. These humanitarian actors provide legal counselling, basic human needs, offer temporary shelter for asylum seekers and even medical care. To conclude, they carry out tasks that generally fall under the responsibility of state or at least the municipal administration.

The number of illegal/undocumented immigrants may have decreased thanks to the restrictions and new measures in the past year within the border of the United State but it does not mean, that the problem itself is solved. The migration hubs are only relocated, predominantly near the U.S.-Mexican borders, creating a significant economic, physical and social burden on the affected areas.

In contemporary times, migration policy has evolved into identity politics, which is why it receives so much attention in the public media. It is important to emphasize that the region's identity is closely intertwined with its border-related functions. Whereas the twin cities have their own distinct characteristics, it is almost impossible to separate them from the ingrained cultural, social and historical background. This creates a significant tension between the cities and its consequences are clearly visible. In spite of the numerous things in common, political opinion seems to overcome unity and solidarity. Media is largely responsible for that, as it portrays the immigrants as intruders, thereby creating a massive divide between nations and peoples. The microenvironment of the residents is also changing, families are split between the two sides, as maintaining regular contact becomes increasingly difficult and fraught with challenges. Therefore, it is not surprising that the locals convey their opinions and emotions through activism or using art (paintings on the walls, flags). The wall itself represents both the division and mistrust but also the deeply rooted connection and shared destinies (Neuendorf, 2015).

Last but not least, the environmental issues, which are major risk factors and direct incentives for migration are not sufficiently addressed in the public media. Furthermore, this is not only of geographical significance in terms of international relations between the two countries but also a refutation of the American isolationist policy. The COVID-19 and the resulting pandemic are not the most significant factors in this research but they need to be highlighted, as they were major causes and contributed to the resulting migration⁸, and, consequently, to the economic crisis.

Although this study focuses on Nogales, it is advisable to observe other areas along the border or to monitor the migration policies of other administrations – because now it is obvious, that Donald Trump will not be filling his position as a president after this period in office – and their effects on Nogales. Apart from this, the analysis of the resultant community resistance could also raise intriguing questions – even about the region's voter behaviour - since it contributes to deepening the social divisions.

References

Ayres-Doyle, G. (2023): *Immigration Policy After COVID-19 and Cultural Resistance at the U.S.-Mexico Border*. [online] Fordham Research Commons. Available at: https://research.library.fordham.edu/international_senior/109/ [Accessed 5 November 2025].

Border Community Alliance (2025): *Border Community Alliance*. [online] Border Community Alliance. Available at: <https://bordercommunityalliance.org/> [Accessed 5 November 2025].

Brady, L.M., Gray, F., Castaneda, M., Bultman, M., Bolm, K.S. (2002): *Preliminary United States-Mexico Border Watershed Analysis, Twin Cities Area of Nogales, Arizona and Nogales, Sonora*. [online] ResearchGate. Available at: https://www.researchgate.net/publication/289308519_Preliminary_United_States-Mexico_border_watershed_analysis_twin_cities_area_of_Nogales_Arizona_and_Nogales_Sonora. [Accessed 5 November 2025].

⁸ This author would cite to Title 42 again, as a possible tool to forbid the entry of immigrants, referring to the jeopardy of public health.

Bush-Joseph, K. (2025): *With 'Shock and Awe,' the Second Trump Term Opens with a Bid to Strongly Reshape Immigration*. [online] Migration Policy Institute. Available at: <https://www.migrationpolicy.org/article/trump-second-term-begins-immigration>. [Accessed 5 November 2025].

Chatzky, J.A. (2008): *NAFTA and the USMCA: Weighing the Impact of North American Trade*. [online] Council on Foreign Relations. Available at: <https://www.cfr.org/backgrounder/naftas-economic-impact>. [Accessed 5 November 2025].

CIA (2023): *Mexico - The World Factbook*. [online] Central Intelligence Agency. Available at: <https://www.cia.gov/the-world-factbook/countries/mexico/#economy>. [Accessed 5 November 2025].

Data México (2020a): *Nogales: Economy, Employment, Equity, Quality of Life, Education, Health and Public Safety | Data México*. [online] Available at: <https://www.economia.gob.mx/datamexico/en/profile/geo/nogales?redirect=true>. [Accessed 5 November 2025].

Datausa.io (2022): *Nogales, AZ | Data USA*. [online] Available at: <https://datausa.io/profile/geo/nogales-az/>. [Accessed 5 November 2025].

Diaz, S. (2024): *The Role of Public Health in the Rule of Law: The Cautionary Tale of Title 42 Expulsions*. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4854299>. [Accessed 5 November 2025].

Encyclopedia Britannica (2018): *Search | Britannica*. [online] Available at: <https://www.britannica.com/search?query=maquiladora> [Accessed 5 November 2025].

Human Rights First (2023): *A Line that Barely Budes: U.S. Limiting Access to Asylum*. [online] Human Rights First. Available at: <https://humanrightsfirst.org/library/a-line-that-barely-budes-u-s-limiting-access-to-asylum/> [Accessed 5 November 2025].

Ifrc.org (2024): *In the Hills Along the Border, Lupita Brings Water, First-Aid and a Big Dose of Humanity*. [online] International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. Available at: <https://www.ifrc.org/article/world-red-cross-red-crescent-day-hills-along-border-lupita-brings-water-first-aid-and-big> [Accessed 5 November 2025].

Illescas, I.F. (2024): *C-3 Special Focus: What is the Relevance of Nogales Borderland Muralism? - Beyond Fronteras*. [online] Beyondfronteras.org. Available at: <https://beyondfronteras.org/nogalepedia/c/c-3-special-focus-what-is-the-relevance-of-nogales-borderland-muralism/> [Accessed 5 November 2025].

Joseph, A. (n.d.): *The Maquiladora Industry: Strengthening Mexican Labor Rights Through International Coalition*. [online] Cornell Policy Group. Available at: https://www.cornellpolicygroup.org/_files/ugd/621378_1ad1e76d30d5491ea448f66bc8d0a8c7.pdf#page=101 [Accessed 5 November 2025].

Khmara, D. (2021): *Government Shutdown Brings Airport Delays and Safety Concerns*. [online] Arizona Daily Star. Available at: <https://tucson.com/news/local/nogales->

tucson-eager-for-economic-jolt-of-nov-8-border-reopening/article_a807c312-3282-11ec-820f-3fe510fb4119.html [Accessed 5 November 2025].

Kino Border Initiative (2022): *Strategic Priorities*. [online] Kinoborderinitiative.org. Available at: https://www.kinoborderinitiative.org/wp-content/uploads/2022/09/KBI_Strategic-Priorities.jpg [Accessed 5 November 2025].

Kino Border Initiative (n.d.): *Mission and Vision*. [online] Available at: <https://www.kinoborderinitiative.org/mission-and-values/>. [Accessed 5 November 2025].

Leslie, J., Leslie, M. (2025): *Nogales: More Than Just Vegetables*. [online] Produce Business. Available at: <https://producebusiness.com/nogales-more-than-just-vegetables/> [Accessed 5 November 2025].

Liv, K. (2019): *THE WALL - Un estudio de las actitudes de los residentes de la frontera entre México y Estados Unidos hacia la migración y las políticas de inmigración recientes de los EE.UU.* [online] Bora.uib.no. <https://hdl.handle.net/1956/19379>. [Accessed 5 November 2025].

Mosashvili, G., Davitashvili, Z., Khelashvili, G. (2020): *U.S.-Mexico Relations and Migration as an Impeding Factor: Trump's Presidency (2016-2020)*. [online] ResearchGate. Available at: https://www.researchgate.net/publication/343240833_US-Mexico_Relations_and_Migration_as_an_Impeding_Factor_Trump%27s_Presidency_2016-2020. [Accessed 5 November 2025].

Neuendorf, H. (2015): *Artist Paints Mexico-US Border Fence Sky Blue - artnet New*. [online] Artnet News. Available at: <https://news.artnet.com/art-world/artist-paints-us-mexico-border-fence-339990>. [Accessed 5 November 2025].

Nogales (2025): *Nogales USA*. [online] Available at: <https://nogalesusa.com/community-milestones>. [Accessed 5 November 2025].

Nogales International (2025): *SCC Protestors Speak Out Against Trump Policies*. [online] Nogales International. Available at: https://www.nogalesinternational.com/news/scc-protestors-speak-out-against-trump-policies/article_c7e1e65c-c96e-4b39-b1c4-67bf3a63787f.html [Accessed 5 November 2025].

Nogalesaz.gov (2016): *History | Nogales, AZ*. [online] Available at: <https://www.nogalesaz.gov/257/History> [Accessed 5 November 2025].

Nogalesaz.gov (2025): *Search • Nogales, AZ • CivicEngage*. [online] Available at: <https://www.nogalesaz.gov/Search?searchPhrase=Non-Profit%20Organizations&pageNumber=1&perPage=10&departmentId=-1> [Accessed 5 November 2025].

Norman, L., Donelson, A., Pfeifer, E., Lam, A. (2006): *Colonia Development and Land Use Change in Ambos Nogales, United States-Mexican Border*. [online] U.S. Geological Survey. Available at: <https://pubs.usgs.gov/of/2006/1112/of2006-1112.pdf>. [Accessed 5 November 2025].

Núñez, A.C. (2020): *Mexican Americans on the Border: Ethnic and Political Identities in the Trump Era*. Available at: <https://www.proquest.com/openview/3f07bb59448505ff2e1dd98aaf26b70c/1?pq-origsite=gscholar&cbl=44156> [Accessed 5 November 2025].

Ong, J., Ong, P., Diaz, S., Chinchilla, M. (2025): *Latino ICE arrests surge under Trump*. UCLA Luskin Center for History and Policy. Available at: https://knowledge.luskin.ucla.edu/wp-content/uploads/2025/10/Unseen_Latino-Ice-Arrests-Surge-Under-Trump_20251027.pdf [Accessed 28 January 2026].

Parra, C.F. (2017): *The August 27, 1918 Battle of Ambos Nogales and the First US-Mexico Border Fences Part 1*. [online] *Nomadic Border | La Frontera Nómada*. Available at: <http://www.nomadicborder.com/battle-of-ambos-nogales-part-1.html>. [Accessed 5 November 2025].

Pavlakovich-Kochi, V. (2014): *Maquiladora Related Economy of Nogales and Santa Cruz County*. [online] Arizona-Mexico Economic Indicators. Available at: <https://azmex.eller.arizona.edu/news/2014/04/maquiladora-related-economy-nogales-and-santa-cruz-county> [Accessed 5 November 2025].

Singleton, S. (2024): *NYC Migrant Hotel Contracts Expiring: What's Next for Migrants?* [online] Berardi Immigration Law. Available at: <https://berardiimmigrationlaw.com/new-york-citys-migrant-hotel-contracts-expiring-but-demand-for-shelters-continues/>. [Accessed 5 November 2025].

Suhr, D.A. (2010): *Globalization and the Community: A Case Study of NAFTA's Impact on Nogales, Sonora, Mexico*. [online] ProQuest. Available at: <https://www.proquest.com/openview/4a024ba5bb0bc7886125a309320d5ada/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750> [Accessed 5 November 2025]

The Trump Administration's 'Zero Tolerance' Immigration Enforcement Policy (2019): [online] U.S. Congress. Available at: https://www.congress.gov/crs_external_products/R/PDF/R45266/R45266.9.pdf [Accessed 5 November 2025].

U.S. Department of State (2024): *2024 Trafficking in Persons Report: Mexico*. [online] United States Department of State. Available at: <https://www.state.gov/reports/2024-trafficking-in-persons-report/mexico/>. [Accessed 5 November 2025].

Xie, W. (2022): *Eco-Efficient Prototype Design for Asylum Seeker Housing in Nogales, Sonora: A Parametric Approach*. [online] ProQuest. Available at: <https://www.proquest.com/openview/c8fb6f3e49c45e2165dfe93a4e328805/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>. [Accessed 5 November 2025].

Books, Journal articles

Bartnik, A. (2022): The US-Mexican Border and Contemporary American Immigration Policy, *Politeja*, 6(81), pp. 235-252. <https://doi.org/10.12797/Politeja.19.2022.81.12>, <https://journals.akademicka.pl/politeja/article/view/4915/4432>. [Accessed 5 November 2025].

Csáki, G. (2025): Trump második elnökségének gazdasági következményei. *Külgazdaság*, 69(1-2), pp. 36–45. <https://doi.org/10.47630/kulg.2025.69.1-2.36>. [Accessed 30 January 2026].

Diaz, S. (2024): *The Role of Public Health in the Rule of Law: The Cautionary Tale of Title 42 Expulsions*. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4854299>. [Accessed 5 November 2025].

Éberhardt, G. (2021): Menekültügy és tömeges fogvatartás az Egyesült Államokban a mexikói határ mentén a COVID-19 időszakában. *Belügyi Szemle*. 69(2), pp. 305-309, <https://doi.org/10.38146/BSZ.2021.2.7>
<https://belugyiszemlejournal.org/index.php/belugyiszemle/article/view/780/782>
[Accessed 30 January 2026].

Kil, S.H. (2019): *Covering the Border War: How the News Media Creates Crime, Race, Nation, and the USA–Mexico Divide*. Lexington Books

Llamas-Rodriguez, J. (2022): Ambos Nogales Repair: Critical Play and the Infrastructures of the Border City. In: Stein, E., Haleboua, G.R., Kredell, B.[eds.] *The Routledge Companion to Media and the City*, pp. 145-153. <https://doi.org/10.4324/9781003007678-16>. [Accessed 5 November 2025].

McGuire, R. (2015): Modern Material Culture and Ruins in Ambos Nogales (Arizona and Sonora). In: W.H. Walker, J.M. Skibo (eds.) *Explorations in Behavioral Archaeology*. Provo: University of Utah Press, pp. 187–202. Available at: https://www.academia.edu/15488057/Modern_Material_Culture_and_Ruins_in_Ambos_Nogales_Arizona_and_Sonora [Accessed 5 November 2025].

Meylor, D., Kulkarni, K.G. (2022): NAFTA in Mexico: What Worked? And What Did Not? *SAMVAD: SIBM Pune Research Journal*, 23, pp. 1–8. <https://doi.org/10.53739/samvad/2021/v23/167188>. Available at: https://www.researchgate.net/publication/358350195_NAFTA_in_Mexico_What_Worked_And_What_Did_Not [Accessed 5 November 2025].

Sanchez, R.A. (1995): Water Quality Problems in Nogales, Sonora. *Environmental Health Perspectives*, 103(Suppl 1), pp. 93–97. doi: <https://doi.org/10.1289/ehp.95103s193>. [Accessed 5 November 2025].

Varga, Zs. (2018): A mozgásakadályozás lehetőségei az illegális migráció megakadályozása érdekében, *Műszaki Katonai Közlöny*, 28(2), pp. 277-306. Available at: <https://folyoirat.ludovika.hu/index.php/mkk/article/view/1669/978> [Accessed 30 January 2026].

Veres, K. Gy. (2021): Lezárt határ nyitott kapukkal – Biden első 100 napja és a migráció. *Horizont*, 2021(9), pp. 1-19. Budapest: Migration Research Institute. [online] Available at: https://migraciokutato.hu/wp-content/uploads/2021/04/20210429_HORIZONT_2021_9_veres_kristof_gyorgy_lezart_hatar_nyitott_kapukkal_biden_első_100_napja_es_a_migracio.pdf [Accessed 28 January 2026].

Vogel, D. (2020): Elefánt a porcelánboltban? Az Amerikai Egyesült Államok Latin-Amerika-politikája Donald Trump elnöksége alatt. *Nemzet és biztonság*, 13(2), pp. 24-

44. <https://folyoirat.ludovika.hu/index.php/neb/article/view/853/3928>,
<https://doi.org/10.32576/nb.2020.2.3>

Website used for formatting references: <https://www.mybib.com/?intro>

FAL A VÁROS SZÍVÉBEN: A DONALD TRUMP-KORMÁNYOK MIGRÁCIÓS POLITIKÁJÁNAK HATÁSAI NOGALES KÖZÖSSÉGÉRE

TORMA REGINA

A tanulmány a Trump-kormányok migrációs politikájának megfigyelését és értelmezését, illetve annak gazdasági és társadalmi következményeit mutatja be Nogales ikervárosainak példáján keresztül. Az Amerikai Egyesült Államok és Latin-Amerika migrációs kapcsolatának története rendkívül mélyen gyökerezik, és évszázadokra visszavezethető. Az ebből nyert információk átfogó képet adhatnak a határmenti, migrációs csomópontok gyakorlati működéséről, mindennapjairól, valamint a bevándorlási gócpontok áthelyeződéséről. Mindemellett rámutatnak a fontos gazdasági összefüggésekre, valamint arra is, hogy a politikai/geopolitikai rendelkezések milyen erőteljes hatással vannak a régióra. Nogales ikervárosainak megértése hozzásegíthet a valóság megismeréséhez és Donald Trump migrációs politikájának alaposabb megértéséhez.

Kulcsszavak: Mexikó, Egyesült Államok, Donald Trump, bevándorlás, bevándorláspolitiká, migráció, Ambos Nogales, Sonora, Arizona

PERCEIVED MICROMANAGEMENT, PSYCHOLOGICAL SAFETY AND EMPLOYEE WELL-BEING: A SMALL-SCALE EXPLORATORY SURVEY-BASED STUDY

SHAHED ALADWAN¹ – SZABOLCS FEKETE²

Abstract

This article examines perceived micromanagement, psychological safety, supervisory authority, and employee well-being through a small-scale exploratory questionnaire study. The analysis is based on a cross-sectional online survey completed by 71 participants. Its purpose is descriptive and interpretive rather than confirmatory: formal statistical modelling and standalone qualitative analysis fall outside the scope of the present manuscript. The survey responses indicate that stronger and more intrusive supervisory control was often reported together with lower psychological safety, reduced autonomy, weaker employee voice, and less favourable work-related well-being. At the same time, the article keeps a clear distinction between close supervision and micromanagement. Supervision was described as less problematic when it was task-relevant, predictable, proportionate, and experienced as supportive rather than distrustful. The study contributes to discussions on leadership, authority, and employee well-being by clarifying how necessary managerial oversight may differ from autonomy-reducing control. Its main value lies in formulating cautious, survey-based observations and identifying directions for future research with larger samples, validated instruments, and fuller statistical reporting.

Keywords: micromanagement; psychological safety; employee well-being; supervisory authority; workplace autonomy; leadership; organizational behavior

Introduction

Supervisory practices have a direct influence on everyday workplace experience. They shape how employees interpret expectations, how they communicate concerns, and how secure they feel within the organization. Micromanagement remains a contested form of managerial control because it is not always easy to distinguish from legitimate supervision. It is usually associated with excessive monitoring, frequent intervention in routine decisions, close checking of work processes, and limited delegation of authority. Over time, these behaviours may weaken autonomy and reduce trust between supervisors and employees (Allcorn, 2022).

The distinction between supervision and micromanagement is important. Most organizations need some degree of oversight, especially where accountability, quality assurance, safety, compliance, or technical precision are central to the work. Professional supervision can provide structure, guidance, and clear expectations. It

¹ social worker, Research Center for Social Inclusion and Social Economy, University of Pécs; shahedmadwan@gmail.com; ORCID: 0009-0006-4502-7831

² Ph.D., Assistant Professor, Head of Research Center, Research Center for Social Inclusion and Social Economy; University of Pécs; fekete.szabolcs@pte.hu; ORCID: 0009-0001-8640-2494

becomes problematic when control is disproportionate to the task, when it communicates distrust, or when it unnecessarily narrows employees' professional judgement. In practice, the boundary between helpful oversight and intrusive control is often negotiated in everyday interactions rather than defined in advance.

Psychological safety is relevant to this boundary. Edmondson (1999) defines psychological safety as a shared belief that people can take interpersonal risks without fear of humiliation or punishment. In workplaces where supervisory control is experienced as intrusive, employees may become more cautious about speaking up, asking questions, admitting mistakes, or raising concerns. Psychological safety is therefore not only a matter of workplace comfort. It also affects communication, learning, cooperation, and the organization's ability to detect and address problems.

Employee well-being is another key dimension of the workplace experience. In this study, well-being refers broadly to participants' reported emotional comfort, perceived stress, vitality, and general psychological functioning in the work environment. Restrictive supervisory practices may become stressful when they reduce perceived competence, autonomy, and control over one's own work. These experiences may be linked with frustration, lower engagement, and reduced psychological comfort. The present article approaches these issues descriptively through questionnaire responses.

Supervisory authority also requires careful treatment. Authority is not inherently harmful. Managers may need authority to coordinate tasks, allocate responsibility, uphold standards, and protect organizational or client interests. French and Raven's (1959) classic typology of social power shows that authority may rest on different bases, including legitimate, expert, reward, coercive, and referent power. This distinction matters because employees may interpret similar supervisory actions differently depending on whether they experience them as expert guidance, professional support, punitive surveillance, or rigid interference.

The present study is exploratory. It identifies preliminary survey-based observations about perceived micromanagement, psychological safety, supervisory authority, and employee well-being in a small convenience sample. Rather than testing causal models, it examines how these themes appear in the questionnaire material and uses the findings to clarify questions for more systematic future research.

Literature review

Micromanagement in the workplace

Micromanagement can be understood as a managerial pattern characterized by excessive supervision, close control over work processes, and limited delegation of decision-making authority. In micromanaged settings, managers do not only define goals or monitor outcomes. They may become closely involved in how employees complete routine tasks, request frequent updates, intervene in minor decisions, or correct details that could reasonably be left to employees' professional judgement. The effect is not always immediate, but repeated interventions may gradually reduce employees' sense of autonomy and trust.

A key distinction must be maintained between micromanagement and legitimate professional supervision. Supervision is often necessary for coordination, accountability, quality assurance, and safety. In the literature, control tends to be

treated as most problematic when it is disproportionate, when it focuses more on surveillance than support, or when it signals that employees are not trusted to use professional discretion. For this reason, micromanagement is generally discussed as a negative leadership behaviour because it may restrict autonomy, undermine trust, and contribute to disengagement (Allcorn, 2022).

Self-Determination Theory offers a useful explanation for why excessive control may matter psychologically. Deci and Ryan (2000) argue that autonomy, competence, and relatedness are central psychological needs. When supervision limits discretion and conveys distrust, these needs may be frustrated. The possible consequences include lower motivation, weaker confidence, reduced initiative, and less willingness to take responsibility for work outcomes.

Micromanagement, psychological safety, and employee voice

Psychological safety refers to whether people feel able to speak up, ask questions, admit mistakes, and express concerns without fear of negative consequences (Edmondson, 1999). It is especially relevant in the context of micromanagement because excessive control may create an evaluative workplace climate. Even without explicit punishment, constant monitoring can make employees feel that mistakes, alternative ideas, or independent decisions will be judged harshly.

In such environments, employees may self-censor. They may avoid raising concerns, withhold ideas, or wait for managerial approval even when they have the competence to act independently. This matters because psychological safety is connected to learning behaviour, communication, and collective problem-solving. If employees do not feel safe to speak up, organizations may lose access to important information about errors, inefficiencies, and potential improvements.

Employee well-being

Employee well-being is a broad construct that may include emotional comfort, perceived stress, vitality, engagement, and general psychological functioning. In the present study, well-being is approached through participants' self-reported experiences and through the WHO-5 Well-Being Index as a concise indicator of general mental well-being (WHO, 1998; Topp et al., 2015). The well-being-related material is therefore interpreted descriptively rather than diagnostically.

Theoretically, micromanagement may be linked with less favourable well-being-related experiences because it reduces perceived control over work. Employees who experience continuous monitoring may feel that they are not trusted, that their competence is questioned, or that they cannot act without permission. Such experiences may contribute to stress and frustration. At the same time, well-being is shaped by many other factors, including workload, organizational culture, job security, interpersonal relations, and personal circumstances. For this reason, the present study avoids treating micromanagement as a single direct cause of well-being outcomes.

Supervisory authority as a contextual factor

Supervisory authority shapes how control is interpreted. Authority can be used to provide clarity, coordination, and professional guidance. It can also be exercised in rigid, punitive, or intrusive ways. French and Raven's (1959) typology of power is

useful because it shows that formal authority is only one element of the broader power relationship between supervisors and employees. Expert, referent, reward, and coercive forms of power may all affect how employees interpret managerial behaviour.

Leadership research similarly suggests that the exercise of authority can influence employee experiences. Controlling or authoritarian leadership may be associated with lower autonomy and weaker optimism, while more supportive leadership may help employees understand expectations without feeling unnecessarily constrained (De Hoogh–Den Hartog, 2008). Transformational and autonomy-supportive leadership perspectives also emphasize guidance, support, and meaningful participation rather than command-and-control supervision (Avolio–Bass, 2004; Deci–Ryan, 2000).

This study examines supervisory authority descriptively as a contextual factor rather than as a statistically tested moderator. In the survey material, authority appeared less problematic when it was predictable, supportive, task-relevant, and proportionate. It appeared more problematic when it was rigid, punitive, distrustful, or weakly connected to the requirements of the task.

Research gap and research questions

The present article addresses a deliberately focused question: what general survey-based observations can be made from a small convenience sample regarding perceived supervisory control, psychological safety, employee voice, and well-being-related experiences? The article therefore uses descriptive research questions rather than hypotheses. This framing is important because the study does not aim to establish causality, estimate population-level effects, or validate a measurement model.

The present study addresses the following descriptive research questions:

- RQ1: What general trends emerge from survey responses regarding perceived micromanagement and supervisory control?
- RQ2: How do participants describe psychological safety and employee voice in relation to perceived supervisory control?
- RQ3: What general tendencies are visible in well-being-related survey responses in relation to perceived supervisory control?
- RQ4: How is supervisory authority presented as a contextual dimension in participants' survey responses?

Methodology

Study design

This study used a cross-sectional online survey design to explore employees' perceptions of micromanagement, supervisory authority, psychological safety, and well-being. The aim was not to produce a representative estimate, test a causal model, or validate a measurement instrument. Instead, the study was designed as a small-scale exploratory survey-based study that could identify preliminary patterns and support the development of future research questions.

A cross-sectional design was appropriate for this exploratory purpose because it allowed participants' perceptions to be collected at a specific point in time. However, this design also limits interpretation. Cross-sectional survey data cannot establish temporal order or causality. The findings therefore show perceived patterns and possible associations in the survey material, rather than evidence that one variable causes another.

Participants and recruitment

The final dataset included 71 valid responses. Participants were employed adults with experience of workplace supervision and were recruited through online channels, including professional networks, social media platforms, and email invitations. The sample should be understood as a convenience sample. It included participants from varied professional backgrounds, but it was not designed to be statistically representative of a particular country, industry, or occupational group.

The exploratory value of the sample lies in the range of workplace experiences it captures. At the same time, the relatively small sample size and limited demographic breakdown restrict the extent to which sectoral, cultural, or regional differences can be analyzed systematically. Any references to variation across work environments should therefore be interpreted cautiously.

Measures

The questionnaire included items related to perceived micromanagement and supervisory control, psychological safety, and psychological well-being. Perceived micromanagement and supervisory control were assessed through items adapted from published concepts and literature on supervisory control and micromanagement. These items focused on monitoring, intervention in decisions, frequent requests for updates, limited delegation, and perceived restrictions on autonomy.

Psychological safety was assessed through selected items based on Edmondson's work on team psychological safety (Edmondson, 1999). The items addressed whether participants felt able to speak up, share ideas, ask questions, and express concerns without fear of negative consequences. This construct was central to the study because close supervision may influence not only autonomy but also the willingness to take interpersonal risks at work.

Well-being-related experiences were explored through survey items informed by the WHO-5 Well-Being Index, a short measure of general mental well-being focused on positive mood, vitality, and general emotional functioning (WHO, 1998; Topp et al., 2015). The present manuscript does not report formal WHO-5 scoring, diagnostic categories, or causal claims. Well-being is therefore treated as part of a broader descriptive account of participants' self-reported workplace experiences.

Because several items were adapted from existing concepts rather than administered as full validated scales, the measurement approach should be considered exploratory. This limits the strength of measurement-related conclusions and points to the need for fuller reliability reporting in future research.

Procedure and ethics

Participants completed the questionnaire online. Before beginning the survey, they received information about the purpose of the study, the voluntary nature of participation, the anonymous handling of responses, and their right to withdraw. No personally identifying information was required. This was intended to protect participant privacy and reduce concerns about discussing sensitive workplace experiences.

The questionnaire first collected basic background and employment-related information, followed by items concerning supervisory control, psychological safety, supervisory authority, and well-being. Although the survey included opportunities for additional written reflection, these responses are treated only as supplementary background and are not used to support independent qualitative claims.

Narrative survey-based summary

Survey responses were summarized narratively to identify preliminary patterns in participants' perceptions. The analysis is limited to narrative description and does not include formal quantitative modelling or qualitative coding. Additional written responses, where provided, are not treated as a standalone qualitative dataset. The article therefore does not make qualitative claims based on coding procedures, thematic saturation, or direct participant quotations.

This positioning is deliberate. The manuscript is best understood as a small-scale exploratory survey-based research report. Its purpose is to organize and interpret the questionnaire material cautiously, while making clear what future studies would need to examine more rigorously.

Preliminary survey-based observations

Due to the small convenience sample, the following section presents descriptive observations highlighting general trends in the questionnaire responses. These observations should not be interpreted as causal, representative, or confirmatory findings.

Reported patterns of supervisory control

Survey responses pointed to workplace experiences involving frequent monitoring, repeated requests for updates, close checking of details, or limited space for independent decision-making. These observations suggest that behaviours associated with micromanagement were not perceived only as isolated managerial actions, but sometimes as recurring supervisory practices that shaped the everyday experience of work.

Participants who reported stronger supervisory control often emphasized the cumulative effect of small interventions. Frequent checking, repeated approval requirements, and limited delegation were described as practices that could slow down work and reduce the sense of being trusted. The issue was therefore not simply that supervisors were present, but that their presence was sometimes experienced as narrowing professional discretion.

At the same time, the survey material also indicated that not all forms of control were interpreted negatively. Some participants appeared to distinguish

between task-relevant guidance and unnecessary interference. This distinction is important for the article's argument because it prevents micromanagement from being reduced to any form of close supervision.

Psychological safety and employee voice

Participants who reported more intrusive supervisory control also tended to describe lower psychological safety. In the survey material, close monitoring was connected with caution, reduced willingness to express concerns, and difficulty speaking openly about mistakes or alternative ideas. This pattern is consistent with Edmondson's theoretical account of psychological safety, although it should be tested more directly in future research.

The survey material suggested that employees may become more careful about what they say when supervision feels evaluative rather than supportive. Participants described situations in which raising questions, challenging decisions, or admitting uncertainty seemed risky. These responses indicate a plausible perceptual pattern, not a confirmed causal mechanism.

The observations also indicate that psychologically safer environments were described as more open, supportive, and less punitive. In such contexts, participants appeared more willing to communicate, ask for clarification, and contribute ideas. Psychological safety therefore helps interpret the reported connection between supervisory control and employee voice.

Reported well-being-related experiences

The narrative summary suggests that stronger perceived micromanagement may be connected with less favourable well-being-related experiences. Participants who reported intrusive control also described stress, frustration, reduced emotional comfort, and a weaker sense of control over their work. Without formal statistical outputs, these patterns offer direction rather than definitive conclusions.

Participants' well-being-related experiences appeared to be shaped by more than the amount of supervision alone. The meaning of supervision mattered. When control was described as supportive, predictable, and connected to legitimate task requirements, it appeared less problematic. When it was described as distrustful or autonomy-reducing, it appeared more clearly connected with discomfort and stress.

This point helps avoid an overly simple conclusion. The study does not show that all close supervision weakens well-being. Rather, it suggests that close supervision may be connected with less favourable well-being-related experiences when it reduces discretion, undermines trust, or discourages employee voice.

Supervisory authority as a contextual dimension

Supervisory authority appeared to shape how participants interpreted close control. Authority was reported less negatively when it provided clear expectations, professional guidance, and predictable decision-making. In these cases, control could be experienced as task-relevant support rather than micromanagement.

By contrast, authority appeared more problematic when it was reported as rigid, punitive, or excessive. Participants who framed supervisory authority in this way tended to describe a stronger sense of being watched, judged, or professionally

constrained. This observation suggests that authority may influence the meaning employees attach to close supervision.

A conceptually important distinction therefore emerges. Close supervision may be necessary in some high-risk, technical, or highly regulated environments. However, the present sample does not allow systematic sector-specific comparison. The distinction should therefore be treated as a conceptual implication of the survey material and the literature, not as a sector-specific empirical finding.

Discussion

This article examined how respondents in a small exploratory questionnaire study reported supervisory control, psychological safety, supervisory authority, and employee well-being. The observations are consistent with the idea that micromanagement is experienced as more than strict supervision. Participants described intrusive control, frequent monitoring, limited delegation, and reduced decision-making space as features that may distinguish micromanagement from legitimate managerial oversight.

One important interpretive point concerns autonomy. Participants who reported stronger supervisory control also described reduced decision-making freedom and less opportunity to use their own professional judgement. This pattern can be interpreted through Self-Determination Theory, which emphasizes autonomy and competence as important psychological needs (Deci-Ryan, 2000). When employees feel that even minor decisions are taken out of their hands, their confidence, initiative, and sense of professional competence may gradually weaken.

The observations are also consistent with the concept of psychological safety. The survey material suggests that intrusive supervision may be connected with caution, silence, and reduced willingness to speak up. This matters because psychological safety supports communication, learning, and collective problem-solving. The present study cannot establish the strength or direction of this relationship, but it identifies it as an important issue for future analysis.

Well-being-related experiences were also connected with how participants reported supervisory control. Participants who described intrusive control often referred to stress, frustration, and reduced emotional comfort. Alternative explanations remain possible because of the cross-sectional design and self-reported data. For example, employees who are already dissatisfied or under pressure may be more likely to interpret supervisory behaviour as intrusive.

Supervisory authority emerged as a key contextual dimension. Authority itself was not necessarily experienced as harmful. In some responses, authority provided structure, clarity, and task-relevant support. In others, it was experienced as rigid, punitive, and autonomy-reducing. This distinction helps avoid a simplistic opposition between control and autonomy. Organizations often need supervision, but the legitimacy of supervision depends on proportionality, explanation, trust, and relevance to the task.

A balanced interpretation is therefore necessary. Close supervision is not automatically micromanagement. In the survey material, control appeared most problematic when it was described as exceeding the needs of the work, communicating distrust, restricting professional judgement, and discouraging employee voice. This distinction is particularly important for organizations that operate in high-risk, regulated, or technically demanding environments, where

control may be necessary but still needs to be exercised in a psychologically safe and autonomy-supportive manner.

Although preliminary, the observations suggest that organizations may benefit from supervisory practices that balance accountability with autonomy. In practice, reducing micromanagement may begin with clarifying delegation norms, limiting unnecessary approval steps, and building a supervisory culture in which feedback is experienced as guidance rather than surveillance. These implications should be understood as practice-oriented reflections derived from the questionnaire responses and the literature.

Limitations

The study has several important limitations. First, it used a small convenience sample of 71 participants. This limits generalizability and means that the findings cannot be treated as representative of all employees, sectors, or cultural contexts. The sample is useful for exploratory insight, but not for broad population-level conclusions.

Second, the study used a cross-sectional design. The data capture participants' perceptions at one point in time. As a result, the study cannot establish whether micromanagement leads to lower psychological safety or weaker well-being over time. Longitudinal research would be needed to examine temporal order and possible causal mechanisms.

Third, the study relied on self-reported data. Participants' responses may have been influenced by mood, recent workplace experiences, conflict with supervisors, or personal interpretation. It is also possible that employees who were already stressed, dissatisfied, or uncertain at work interpreted ordinary supervisory guidance as intrusive control. Because micromanagement is partly a perceptual phenomenon, self-reports are relevant, but future studies would benefit from combining employee responses with supervisor perspectives, organizational indicators, or observational data.

Fourth, the analysis is limited to narrative description. The absence of inferential statistics, item-level data, scale score distributions, and reliability coefficients restricts the empirical weight of the findings. Future versions of this research should include frequency distributions, scale-level descriptive statistics, and basic demographic information.

Fifth, the manuscript does not report reliability coefficients for the scales. Several items were adapted from existing concepts rather than administered as complete validated scales. This limits the strength of measurement-related interpretation. Future research should use validated instruments, report internal consistency, and provide clearer information on scale construction and scoring.

Sixth, the demographic and sectoral breakdown of the sample is limited. This prevents systematic comparison across industries, regions, organizational levels, or cultural contexts. The study can suggest that context matters, but it cannot show how specific contexts differ from one another.

Seventh, although additional written responses were collected, they are not treated as a standalone qualitative dataset. The manuscript does not include participant quotations, coding procedures, or an audit trail. Future research should include transparent coding and illustrative quotations if qualitative claims are made.

Future research would benefit from larger, more representative samples, validated instruments, and fuller statistical reporting. It should also examine whether psychological safety mediates the relationship between supervisory control and well-

being, and whether supervisory authority or sector-specific task requirements shape this relationship.

Conclusion

Based on a small convenience sample, the study suggests that perceived micromanagement may be associated with lower psychological safety and poorer reported well-being. Respondents who described stronger supervisory control also tended to report reduced autonomy, weaker employee voice, stress, frustration, and reduced emotional comfort. These observations should not be read as causal or statistically tested conclusions.

Psychological safety helps explain why intrusive supervision may affect whether employees feel able to speak up, ask questions, and express concerns. When employees feel able to raise such issues without fear of negative consequences, supervisory control may be less likely to be experienced as threatening. Conversely, when control is interpreted as evaluative or distrustful, employee voice may become more cautious.

The study also highlights the contextual role of supervisory authority. Close supervision is not necessarily harmful. In some high-risk, technical, or regulated environments, it may be professionally justified. In the survey material, control appeared more problematic when it was reported as excessive, distrustful, or unrelated to the actual requirements of the task. This distinction remains conceptual and should be examined more carefully in future sector-specific research.

Overall, the study underlines the importance of balanced leadership. Organizations may benefit from supervisory practices that maintain standards and accountability while preserving autonomy, trust, and employee voice. Future research should examine these preliminary observations with larger samples, validated instruments, and full statistical reporting.

References

- Allcorn, S. (2022): Micromanagement in the workplace. *Organisational and Social Dynamics*, 22(1), pp. 83–98. <https://doi.org/10.33212/osd.v22n1.2022.83>
- Avolio, B. J., Bass, B. M. (2004): *Multifactor Leadership Questionnaire: Manual and sampler set* (3rd ed.). Mind Garden.
- De Hoogh, A. H. B., Den Hartog, D. N. (2008): Ethical and despotic leadership, relationships with leader's social responsibility, top management team effectiveness and subordinates' optimism: A multi-method study. *The Leadership Quarterly*, 19(3), pp. 297–311. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2008.03.002>
- Deci, E. L., Ryan, R. M. (2000): The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), pp. 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Edmondson, A. C. (1999): Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), pp. 350–383. <https://doi.org/10.2307/2666999>

French, J. R. P., Jr., Raven, B. (1959): The bases of social power. In: D. Cartwright (Ed.), *Studies in social power*, pp. 150–167. University of Michigan.

Topp, C. W., Østergaard, S. D., Søndergaard, S., Bech, P. (2015): The WHO-5 Well-Being Index: A systematic review of the literature. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84(3), pp. 167–176. <https://doi.org/10.1159/000376585>

World Health Organization. (1998): Wellbeing measures in primary health care/the DepCare Project: *Report on a WHO meeting, Stockholm, Sweden, 12–13 February 1998*. WHO Regional Office for Europe.

ÉSZLELT MIKROMENEDZSMENT, PSZICHOLÓGIAI BIZTONSÁG ÉS MUNKAVÁLLALÓI JÓLLÉT:

KIS MINTÁS EXPLORATÍV KÉRDŐÍVES TANULMÁNY

SHAHED ALADWAN – FEKETE SZABOLCS

A tanulmány kis mintás, exploratív kérdőíves vizsgálat alapján elemzi az észlelt mikromenedzsment, a pszichológiai biztonság, a vezetői autoritás és a munkavállalói jóllét kapcsolatát. Az online kérdőívet 71 résztvevő töltötte ki. Az elemzés célja leíró és értelmező jellegű; a formális statisztikai modellezés és az önálló kvalitatív elemzés nem tartozik a kézirat vállalásai közé. A válaszok alapján az erősebb és beavatkozóbb vezetői kontroll gyakran alacsonyabb pszichológiai biztonsággal, korlátozottabb autonómiával, gyengébb munkavállalói hanggal és kedvezőtlenebb munkahelyi jólléti tapasztalatokkal együtt jelent meg. A tanulmány ugyanakkor következetesen különbséget tesz a szoros szakmai felügyelet és a mikromenedzsment között. A vezetői kontroll kevésbé volt problémásként leírható akkor, ha feladathoz kötött, kiszámítható, arányos és támogató módon jelent meg. A tanulmány a vezetésről, az autoritásról és a munkavállalói jóllétről szóló szakmai diskurzushoz azzal járul hozzá, hogy árnyaltan vizsgálja a szükséges irányítás és az autonómiát korlátozó kontroll közötti határt. Fő értéke az előzetes kérdőíves megfigyelések megfogalmazása, valamint további kutatási irányok kijelölése nagyobb mintával, validált mérőeszközökkel és részletesebb statisztikai adatközléssel.

Kulcsszavak: mikromenedzsment; pszichológiai biztonság; munkavállalói jóllét; vezetői autoritás; munkahelyi autonómia; vezetés; szervezeti viselkedés

"LONGEVITY" A RENDSZERTUDOMÁNY TÜKRÉBEN

– Esszé –

ZIEGLER ÉVA¹

Absztrakt

Longevity: Hosszabb, minőségi élet az egyéneknek, amivel kötelezően járjon együtt az, hogy ez az emberiség növekvő létszáma ellenére is mindenkire vonatkozzon, nemcsak kevés kiváltságosra. Ennek során egyrészt a társadalom részéről kötelező a minőségi, magas szintű oktatás nyújtása mindenkinek, aki csak képes tanulni, mert a hosszú élet értékteremtő felelősséggel is jár, amire viszont képessé is kell tenni az egyéneket. Másrészt a megkapott magas szintű tudás és tapasztalat birtokában a földi korlátok elkerülhetetlen és szükségyszerű tágításához és a "szökési tervhez" való felelős hozzájárulás elvárása minden egyéntől életének legalább egy húsz éves sávjában. A társadalomnak pedig nyitottá és fogadókészé is kell válnia ezen elvárandó hozzájárulás érdemi hasznosítására.

Kulcsszavak: Longevity, rendszertudomány, irányítástudomány, oktatás elődlegessé tétele, egyén és társadalom felelőssége, korlátos földi rendszer, szökési terv

A hosszú élet vágya – a *longevity* fogalom előtérbe kerülése

Amióta ember az ember, alaphelyzetben mindenki szeretne inkább élni, mint meghalni. Ebből következően az élet apró és nagy lépéseiben is túlnyomó többségben az "élni" döntési ágat választjuk mindaddig, amíg van választási lehetőségünk. Ha elég intelligensen élünk, mindig figyelemmel a környezetünkre és tervezéssel a további lehetőségekre, akkor sok lépésen keresztül lesz meg ez a választási lehetőségünk.

Vagyis sokáig fogunk élni.

"*Longevity*" – a szó a legfrissebb értelmezésében ezt a vágyat és a hozzá tartozó intelligens törekvést testesíti meg. Csak a fogalom új, maga a vágy és a törekvés mindig velünk volt, a környezettől és a tudásunktól függő mértékben. Mára mind a környezetünk, mind a tudásunk olyan mértékben módosult az emberi cselekvés következtében, hogy a korábban általános rövidebb élettartamot jelentősen meghaladó élettartamra is lehetőséget kínál – de ennek a lehetőségnek ára és következménye is van.

Az ember egy valós rendszer, amelyre – akár tetszik, akár nem – alapvető rendszertudományos tények és játékszabályok érvényesek. Ezek a szabályok akkor is érvényesek ránk, ha nem tudunk róla. Csak ez esetben a valós folyamatok ellenőrzésünk nélkül írják felül a kellő megalapozottság nélküli elképzeléseinket. Ez minden rendszerfolyamatra igaz, így a hosszú életet megvalósító folyamatokra is.

Nézzük meg a *longevity* törekvést a rendszertudományos ismeretek irányából.

¹ Rendszerkutató szakmérnök, egyetemi vendégoktató; eva.ziegler@zieglercons.com;
ORCID: 0009-0000-4371-2188

Alapfogalmak a rendszerek és rendszertudomány körében

A rendszerek valóság vagy képzetesek. A rendszerek elemekből és az elemeket összekötő kapcsolatokból állnak.

A valós rendszereink elemi elemei a fermionok, elemi kapcsolatai a bozonok. Az elemi fermionok és bozonok mindegyike konkrét és adott fizikai hatásmennyiséget képvisel, fél, illetve egész Planck hatásmennyiséget, amit "h" betűvel szoktunk jelölni. A valós rendszerek elemei és kapcsolatai egyenként is minden Planck időpillanatban rezdülnek egyet, vagyis az alakjukkal jellemezhető saját állapotuk és az együttes rendszerállapotuk megváltozik az előző saját, illetve rendszerállapotukhoz képest. Kissé pongyola kifejezéssel egy adott rendszerben ezeket a rendszerállapotokat mikroállapotnak hívjuk, megkülönböztetendő a több ilyen – makroszinten nem megkülönböztethető – mikroállapotot magába foglaló mikroállapot-*term*-ektől, vagyis a makroállapotoktól, amelyekkel a nagyobb rendszereket jellemezzük. A valós rendszerek valós hatásgyakorlással egymás működését megváltoztathatják.

A képzetes rendszerek elemei a fogalmak, kapcsolatai a relációk. A képzetes rendszerek nem valóságok, nem rezdülnek, valós hatásmennyiséggel nem lehet őket elérni, megváltoztatni. A képzetes rendszerek fogalmi és relációi a valóság rendszerek valóság állapotaira vonatkozó képzetes határozatlanságmennyiség eloszlásán alapulnak, vagyis az információkon. Az összefüggő információk sokasága ismereteket képez, amelyekből a fogalmak és relációk építkeznek.

A valóság életben elkövetett talán leggyakoribb hiba, amikor a képzetes rendszerekről valóság entitásként kezdünk gondolkodni, beszélni. Ennek oka, hogy a képzetes rendszerek nagy része valóság rendszerekhez közvetlenül köthető, azokat jelzi – a mindennapi szóhasználatban könnyen elmosódik a kettő közti rendkívül nagy különbség. A következmény pedig súlyos: nem mi ülünk a lovon, hanem az ül rajtunk, vagyis az irányításban elveszítjük az irányító rendszer szerepének lehetőségét. Mit jelent ez?

A rendszertudomány minden olyan ismeret és játékszabály együttese, amely valamelyik tudományágban a rendszerekre vonatkozóan született, és mint ilyen, más tudományágakban is megállja helyét. A rendszertudomány ismeretei és játékszabályai három nagy csoportra oszthatóak: a valóság rendszerekre vonatkozó fizikatudomány, a képzetes rendszerekre vonatkozó információtudomány és a kétféle rendszert összekötő irányítástudomány.

Az irányítástudomány az irányító és irányított rendszer közötti kapcsolatokat tárgyalja. Az irányítási folyamat lehet nyílt és zárt (open loop és closed loop) aszerint, hogy az irányító rendszer az irányított rendszer bemenetének környezetéből veszi-e azokat a jeleket, amelyek alapján döntést hoz és beavatkozik az irányított rendszer működésébe, vagy az irányított rendszer kimenetének szorosabb közeléből.

Az irányítás lehet koordinatív vagy versengő. A koordinatív irányítás az adott rendszeren belüli részrendszerek vagy elemek operatív, és a részrendszerek/elemek akár kompromisszumokkal alakuló *együttműködését* célozza a részrendszereket tartalmazó rendszer számára optimális eredmény érdekében. Az irányító és az irányított részrendszer egyaránt az adott rendszeren belül van. A versengő irányítás mindig két rendszer között zajlik, akár egy adott rendszer és egy konkrét másik rendszer közötti, akár az adott rendszer és annak környezeti nagyrendszere közötti kapcsolat irányításaként, ahol az irányító és az irányított rendszer szerepek a két rendszerben elkülönülten jelennek meg, de a két rendszer között akár minden egyes beavatkozási lépésben is felcserélődhetnek. Vagyis mindkét rendszer a saját célja érdekében *taktikázik* a másiktól nyert hatások alapján a másik "ellenében".

Történelmi okok miatt úgy alakult, hogy a rendszerekben a rendszerhierarchiákhoz rendelhető koordinatív és versengő irányításoknak négy szintjét saját névvel is ellátták: koordinatív egy adott rendszer belső működésének *operatív irányítása* és szintén koordinatív az egy rendszerhierarchiai szinttel följebbi, az ilyen rendszerekből álló nagyrendszerek nagyrendszer-célok érdekében történő belső működésének *stratégiai irányítása*. Ugyanakkor versengő típusú *taktikai irányítás* van ugyanezen rendszerek között a saját célfüggvényeik érdekében, és szintén versengő típusú, nem túl szerencsésen elnevezett *rendszerpolitikai irányítás* van a nagyrendszer és annak külső környezeti más nagyrendszerei között. Természetesen ezek a kifejezések csak nyelvi segítséget jelentenek, a rendszerek irányítása ennél sokkal több szintű: minden további strukturális hierarchiai szinthez két további, egy koordinatív és egy versengő irányítási szint társul, akár a fermionoktól a világegyetem egészéig.

Longevity és az irányítástudomány játékszabályai az emberi rendszerekben

A longevity fogalom alapja az egyéni emberi valós rendszer, vagyis a biológiai test élettartamának meghosszabbítása. A *longevity* témakörhöz szorosan kapcsolódnak a valós emberi rendszerrel szerzett szerteágazó élettani, orvosi, kémiai ismereteink, valamint a pszichológiai, társadalmi együttélési, érzelmi képzetes rendszerekről való ismereteink. A *longevity* fogalomnak viszonylag fiatal kora ellenére mindezen aspektusokból már rendkívül jelentős kutatási eredménye, irodalma van. A fogalom maga, bármelyik aspektusból is vizsgáljuk, mindig az egyedi embert, a hosszú életet élni kívánó egyént helyezi – mint rendszert – a középpontba. Helyesen, hiszen pontosan erről van szó – és következésképpen minden más rendszert környezeti rendszerként kezel. Vagyis, bár a legtöbb szakirodalom a hosszú személyes élethez szükséges egészséges tápanyagokra, életmódra, vízre, levegőre – amelyek mind a környezetből elveendőek – koncentrálnak, sok tanulmány szól a környezeti, társadalmi hatásokról is, mint következményekről, továbbá arról, hogy a környezeti társadalom hogyan tud reagálni ezekre a következményekre – legyen az akár egy élelmezési, környezetszennyezési, munkaképességi, túlnépesedési, vagy egyéb szakterületi kérdés.

Tehát rendszertudományos szempontból a vonatkozó kutatások az operatív irányítási szintet (ember belül) és a taktikai irányítási szintet (ember és környezete kölcsönhatása) vizsgálják.

Operatív szinten a *longevity* fejlesztése tudományosan egyre jobban megalapozott, az emberek fogadókészsége és várakozása hatalmas, az eredmény határozottan reményteljes – ezen a szinten jól állunk.

Taktikai szinten viszont (még a *longevity* sikere nélkül is) ezen az adott méretű Földön óriási gondok gyülekeznek. Csak néhány főbb probléma: túlnépesedés, élelmezés, környezetszennyezés, ásványi anyagok átmenetileg műszaki fejlesztéssé, hosszú távon pedig használhatatlanná alakítása, édesvíz hiány, levegő tisztaság, mágneses mező változása, jégolvadás, klímaváltozás, stb. Taktikai szinten nem állunk jól az irányításban. Egyelőre eddig inkább mi markoltunk számolatlanul a környezetből, mostanában meg már inkább a környezet irányít minket. És a hosszú élet lehetősége mindezeket csak rontani tudhat. Vannak a taktikai szinten nagyon értelmes és érdemleges irányzatok, amelyek a *longevity* remélt és elvárt eredményességével párhuzamosan a környezeti rendszereket is fenntarthatóvá és emberbaráttá kívánják tenni.

Azonban *hiányzik a koordinatív stratégiai irányítási szint* a rendszerből, és méginkább *hiányzik a versengő rendszerpolitikai irányítási szint*.

A koordinatív stratégiai irányítás ez esetben azt jelentené, hogy a folyamatosan növekvő létszámú, egyre hosszabban élő emberiség és a számára adott korlátos földi környezet együttes nagyrendszere egy belső, de fegyvelmezett irányítás alatt egységesen működik. Ez már emberi szempontból is eléggé diktatórikusan hangzik, környezeti szempontból pedig kifejezetten az emberiség létszámának jelentős csökkentését és az emberi működés visszafogását jelenti. Beleértve nemcsak a hagyományos mezőgazdaságot és ipart, de még a rohamosan növekvő energiaigényű és hőkibocsátású IT farmokat is. A jelenlegi taktikai versengő irányítás(ok) helyett kellene egységes és konzekvens stratégiai irányítás alatt működnie mindenkinek és mindennek, egy nagyságrendekkel visszafejlesztett minőségű környezetben. A taktikai szintű, legjobb szándékú, fenntarthatóságra és emberbarátságra törekvő tervek szépek és szükségesek, mert pontosan ezek láttatják be velünk, hogy egy korlátos környezetben nem lehet korlátlanul fejlődni, mindent egyszerre végtelenül növelni.

Vagyis: vagy a fejlődés és szabadság fogalmát kell elengednünk, benne a *longevity*-vel, vagy a környezetünk korlátait kell jóval kijebbn tolnunk.

Ez a felismerés már a negyedik, ismét versengő típusú irányítási szintre vezet, amelyet eddig éppen csak karcolgattunk: ahelyett, hogy visszafelé tekernénk a fejlődés irányát, az emberiség és az egész Föld együttes nagyrendszere a további környezeti nagyrendszereket kell rendszerpolitikailag irányítása alá vonja. Már van csillagászat, kozmológia, űrkutatás, űrhajóépítés – viszont máig nem jártunk még a legközelebbi bolygókra sem, nemhogy iparszerűen aknáznánk már régen ki nemcsak a bolygókat, de a kisebb aszteroidák jegét, ásványait, energiahordozóit is.

Azonban, amikor erről szó kerül, ezen a ponton a legtöbb ember elveszíti az érdeklődését. A mai hétköznapok emberének a *longevity* azonnal érthető és szerethető cél. Az viszont, hogy nemhogy a hosszú élet, de a jelenlegi élet is csak akkor létezhet, ha kilépünk a korlátos rendszerünkéből – ez már sci-fi és nem belátható távlat.

Ami még rosszabb, hogy a társadalom vezetői egyáltalán nem, de a tudományos világ jelentős része sem gondolkodik ekkora távlatokban. Pedig maga a tudomány, és itt elsősorban a fizikatudományra gondolok, már szinte tálcán kínálja a sci-fi-t messze meghaladó, kidolgozandó lehetőségeket. Ha a huszadik század közepe óta olyan lendülettel vetnénk rá magunkat az új eredményekre, mint a tizenkilencedik század végén vagy a huszadik század elején a fizikusok tették az akkori eredményekre, már nemcsak a rakétahajtás és a talicska sebességű, épphogy működő űrhajók korában járnánk, hanem a mérnökök már a sokdimenziós térfizika gyakorlati alkalmazásának kereteit feszegetnék. A tudomány kínálta lehetőségek közül a kvantumfizika eredményeit nagyon gyorsan fejlesztettük és integráltuk a gyakorlatba – de csak részben. A számítástechnika és az erre alapozott kommunikáció, adattárolás, adatfelhasználás, egészen az AI világig rendkívül gyorsan fejlődött. Ez alapvetően jó is lehetne, ha az a másik, a fontosabb ág, a "*szökési terv*" tudományos fejlesztése is ezzel párhuzamosan alakult volna. Így azonban, ez a felemás fejlődés még egy lapáttal rátett a korlátos földi környezet kifosztására, és nem járt vele együtt a kitörési lehetőségek kidolgozása.

Ebbe a társadalmi helyzetbe tört be az érthető és megvalósítható egyéni *longevity* igény. Nagyon leegyszerűsítve ezt az összetett kérdéskört a következőket látjuk:

- *Helyzet:* Az emberiség létszáma a Föld egyének számára nyújtható szabadságadási képességét már messze meghaladja. Ugyanakkor a Föld eltartási képességét még nem haladtuk meg. De közel járunk. A Föld korlátos nagyrendszerei környezet.

- *Remélt tény:* Tanultunk a történelemből, és nem akarjuk kiirtani egymást, nem akarunk diktatúrát, sem nyomort, sem emberek leigázását.
- Sőt, jelentősen megnöveltük a lehetséges élettartamot már most, és egyre gyorsabb ütemben készülünk a további élettartam-növelésre a *longevity* keretében. Következésképpen:
- *Feladat 1:* A fenti tények alapján nem halogathatjuk a földi korlátok tágítását, a tudományos igényű szökési terv elkészítését.
- Ehhez sok és magasan képzett tudós agyra lesz szükségünk. A nagyobb emberi létszám elvileg több okos ember születésével jár. De őket is csak a tudomány kiemelt támogatása és a magas, lehetőleg egyetemi szintű képzés tömegessé tétele segítheti munkára fogható tudáshoz. Ezért:
- *Feladat 2:* A tudományt és az oktatást kiemelten kell kezelni és minden egyéb érdeket alárendelni. Mert van egy pont, ahol már annyi lesz az ember, hogy pusztán az eltartásuk miatt nem lehet elég pénzt fordítani a tudományra és képzésre – ez a pont az emberiség biztos kihalásra ítéelésének pontja. Még nem értük el, de közel járunk.
- A korosztályok munkamegosztása sok évszázadon át hasonlóan alakult: az első sávot születéstől felnőtt korig (a modell kedvéért egyszerűsítsük le ezt 0-20 év közé) eltartja a második, a szülők sávja (20-60 közt), saját magával együtt, kb. 40 éves korukig. Majd a gyermekek szülőkorba lépésével a felszabaduló szülők 40 fölött eltartják a munkavégzésből kilépő szüleiket (60-80). A történelem során ezek a sávok voltak már eltérő hosszúságúak is, de most a modell bemutatására alkalmasabb ez a jelentős mértékű egyszerűsítés. A lényege, hogy a gyermekkorból kilépő felnőttek aktív koruk alatt mindvégig eltartanak egy másik, még vagy már nem munkavégző korosztályt.
- Ha ebbe a képbe tényszerűen belép a *longevity*, akkor megjelenik egy ötödik sáv is, amelynek a szerepkörére a jelenlegi társadalmi berendezkedések és modellek nincsenek felkészülve. A 20-40 év közötti felnőttek továbbra is maguk és a gyermekeik eltartása érdekében dolgoznak. Rájuk további terheket nem rakhatunk. A legidősebb – most már 80-100 év közötti – hosszan élő sávot továbbra is mentesíteni kell a munkavégzés alól, őket továbbra is eltartja a 40-60 év közötti, munkavégző felnőttek sávja, őket sem lehet duplán megterhelni. Ám megjelenik a 60-80 év közötti, még egyáltalán nem munkaképtelen, de már senkit pluszban eltartani nem kényszerülő sáv. A leglogikusabb következtetés, hogy mivel nekik saját magukat kell csak eltartani, így van egy, ha nem is szükségszerűen kétszeres, de igen jelentős többleteltartó potenciáljuk is, amiben a korral járó esetleg csökkenő fizikai erőt sokszorososan ellensúlyozza a megszerzett, és még tovább is szaporítható tudás, tapasztalat és bölcsesség.
- Ezt a többletpotenciált az emberiség a társadalmi közös cél elérésére: a korlátok tágításában és a szökési terv konkrét kidolgozásában megvalósuló hatalmas ugrásra használhatná.
- Azonban ennek két nagy akadályja van:
 1. Egyrészt a tudomány és a képzés társadalmi értékének évtizedek óta romló tendenciájú megítélése, mára már nagyon súlyos alábecsülése. A növekvő élettartamú egyedek jelentős többsége ma nem jut hozzá arányosan nagyobb számban a megfelelő oktatáshoz és tudáshoz, hogy a képességeiket és munkájukat kellően értékes tapasztalatként és bölcsességként adhassák át.
 2. Emiatt a társadalmi fogadókészség is rendkívül alacsony, az idősek tudásának megbecslése ma a nullához konvergál. Ezért az az ötödik

sáv, a 60-80-as *longevity* korosztály nem képes megfelelő minőségű és elegendő értéket termelni ennek a társadalomnak, amely társadalom így nem is fizeti meg a számára szükségtelenné, elavultnak talált tudásokat.

- Ez egy ördögi kör. A fenti két akadályt fel kell számolnunk. Ezért:
- *Feladat 3.:* A 60-80 év közötti korosztálynak jelentősen változnia kell a jelenlegi szerepéhez képest. Fel kell készülnie gyermekkortól kezdve a folyamatos tanulásra, tudásszaporításra és a flexibilis értékteremtésre. Ez sem új ötlet – az életen át tartó tanulás már sok évtizedes hívószó. Csak éppen semmilyen igazi háttérrel és valódi értéket jelentő lehetőséget nem kaptak az emberek a társadalomtól hozzá, sőt, lenézetté tettük és devalváltuk a tudás és a tudomány értékét a hétköznapi életben. Ezen sürgősen változtatnunk kell:
- *Feladat 4.:* A társadalomnak is változnia kell. Ez a nehezebb feladat. Egyrészt el kell fogadnunk, hogy a 20-60 év közötti korosztály ennél jobban nem terhelhető meg, nem tarthatják el a 60-100 év közöttiek összességét. A feladatnak ez az oldala még gyors elfogadásra számíthat. Ám a másik oldalát is meg kell valósítanunk: ha elvárjuk a 60-80 év közöttiektől, hogy magukat eltartsák, akkor a társadalomnak meg is kell vennie a termékeiket, értékeiket. Ha a társadalom nem képes olyan oktatást nyújtani és olyan rangot biztosítani a tudásnak, amilyenre egyébként társadalmi szinten nagy szükségünk lenne, akkor a 60-80-as sáv kényszerűen alacsonyabb szintű termékekkel lép a piacra, és azt kellene a társadalomnak vevőként megfizetnie. Ez nyilvánvalóan nem jó irány. Tehát:
- *Feladat 5.:* lásd Feladat 2.! A kör bezárult. Az emberi agy képességeit használnunk kell, ha ki akarunk törni a korlátos Föld szorításából.

Ha nem az a célunk, hogy kitörjünk, de kihalni sem akarunk, akkor ezen a Földön egy nagyon visszafogott életminőségű, lecsökkentett létszámú, kőkemény stratégiai irányítás alatt álló, és az irányíthatóság érdekében erősen lebutított emberiségre lesz szükség. Ez is egy modell. De akkor minek az agyvelő és a sokezer éves csoda, amit eddig létrehoztunk?

Úgyhogy az igazi kérdés: *lehet-e az a célunk*, hogy kitörjünk, vagy az a természetes rend, hogy az Univerzum mechanizmusa kiirtja a képzetes rendszereket használó, tudásra építő rendszertípusokat, jelesül például az emberi fajt?

Rendszerkutatóként számomra egyértelmű a válasz. Az Univerzum nem akadályoz semmilyen fizikai folyamaton alapuló, valós rendszert abban, hogy a játékszabályok keretein belül szabadon változzon, rezegjen, csomósodjon, szétváljon, alakuljon, fejlődjön.

Ha egy valós rendszer nem tesz szert energiára, memóriára, információra, ismeretre, akkor az entrópia játékszabálya szerint a működési folyamat során lassan egyformává válik minden makroállapota és megkülönböztethetetlené válik a nagyrendszeren belül – vagyis adott rendszerként megszűnik, eloszlik, meghal – habár az építőkövei és azok alapvető mikrorezdülései továbbra is ugyanúgy a nagyrendszer részei, mint eddig.

Ha viszont egy valós rendszer szert tesz energiára, memóriára, információra, ismeretre, vagyis egyre intelligensebbé válik, akkor az irányítástudomány ismereteit sokkal árnyaltabban tudja alkalmazni, a környezeti hatásokat egyre jobban tudja kompenzálni, egyre magasabb minőségű rendszerként tud a nagyrendszeren belül egyre tovább egyben maradni. Az intelligens emberi agy az egyik legösszetettebb rendszer az Univerzum ismert rendszerei között. Képesek vagyunk hosszú évekig kompenzálni a fizika entrópiájának erejét, sőt növelni tudjuk a tudásunkat. Nincs az Univerzumban

olyan gyilkos szándék, vagy konkrét helyzet, ami ezért eltenne minket láb alól. Viszont van ezer és egy valós folyamat, a meteorzáportól a napkitörésen át a fekete lyukakig és azokon is túl, amelyek jelentős része az élettel nem egyeztethető össze, ezért az ezek felismerésére és az ezek kivédésére szolgáló rendszerpolitikai irányítás hatványozottan fontos számunkra.

Úgyhogy igen, nemcsak hogy az lehet, hanem az is kell legyen a célunk, hogy a korlátos Földről továbblépjünk. Nem feltétlenül úrhajóval. Nem feltétlenül emberi testeinkkel. De mindenképpen ki kell terjesszük a valóság ma elérhető tartományát nagyságrendekkel nagyobb valós rendszerekre.

Ha valakinek ez nagyon gyarmatosítás-szerűen hangzik – sajnos, az nem véletlen. A rendszertudomány elég egyértelmű e tekintetben: külső erőforrások bevonása nélkül, a környezeti rendszertől való hatásmennyiségelvonás nélkül egyetlen valós rendszer sem tud csak úgy magától fenntarthatóan megújulgatva fennmaradni. Ez egy perpetuum mobile lenne, ami ebben a fizikában, ebben a világegyetemben nem valósítható meg. A történelmi kapitalizmus és gyarmatosítás folyamata elsősorban nem az emberi faj gonoszsága és harácsolási vágya miatt alakult úgy, ahogy alakult, hanem a mélyben húzódó, megkerülhetetlen, rendszerekre vonatkozó valós törvények miatt.

Ez azonban semmiképpen sem ad felmentést a tetteinkért való felelősség alól. Hogy amit teszünk, azt hogyan tesszük – mert a törvények keretein belül a természet rendkívül nagy szabadságot ad a döntéseink tekintetében.

A hosszabb és minőségében megfelelő élet nagyon jó kezdet a korlátaink kiszélesítésének, a szökési terv kifejlesztésének irányába. Ha megvalósítjuk, akkor a hosszan élők ötödik sávja és a társadalom közös felelőssége, hogy rájuk kell építenünk, meg kell adjuk számukra az emberiség közös érdekének és céljának megfelelő, tehát értékes, piacképes tudást. Ezt a tudást pedig nem vesztegethetjük el, hanem a korlátok tágitására és a szökési terv nagy egészéhez kell felhasználnunk.

Összegezés

Akárhonnán nézzük, az emberiség léte adottság. Kialakulásának célját a múltban hiába keressük. Ám az emberiség célját a jövőre nézve, és az ehhez vezető egyetlen utat nagyon világosan megfogalmazhatjuk:

- Kilépés a korlátos földi környezetből.
- Hosszabb, minőségi élet az egyéneknek (*longevity*), amivel kötelezően járjon együtt az, hogy ez a növekvő létszám ellenére is mindenkire vonatkozzon, nemcsak kevés kiváltságosra.
- A társadalom részéről minőségi, magas szintű oktatás nyújtása mindenkinek, aki csak képes tanulni.
- A megkapott magas szintű tudás és tapasztalat birtokában a földi korlátok elkerülhetetlen és szükségszerű tágításához és a szökési tervhez való felelős hozzájárulás minden egyén részéről életének legalább egy húsz éves sávjában.
- A társadalomnak nyitottá és fogadókésszé is kell válnia mind ezen hozzájárulás megfizetésére (az ötödik sáv el kell tartsa saját magát), mind pedig az értékének érdemi hasznosítására.

A cél és a feladatok egyértelműek és világosak. A megvalósítás részleteit és folyamatát meg tudjuk tervezni és le tudjuk bonyolítani;

- ha nem pazaroljuk el a sok és hosszan élő ember tudásába fektethető erőforrásokat a rendszereinket romboló cselekvésekre, egymás ellen való csatározásokra,
- ha cselekvés helyett nem azt számolgatjuk, hogy még mennyi időnk van elgondolkodni azon, hogy ténylegesen tegyünk is esetleg valamit, mielőtt az egyes társadalmi és környezeti folyamatok visszafordíthatatlanná válnak,
- ha nem azt számolgatjuk, hogy a meglévő keretekhez képest mennyiben lenne szükséges az emberi tevékenység és létszám csökkentése, és mi történjen ennek érdekében.

Hanem előre nézünk, és elvégezzük a rendszertudomány által ránk elkerülhetetlenül kirótt feladatokat és még ma merünk nyitni egy magasabb szintű rendszerműködés, a földi korlátok középtávú tágítása, valamint a hosszú távú közös szökési terv elkészítése felé.

Ez az emberiség egészének legfontosabb feladata. És hogy képesek is legyünk ezt a feladatot elvégezni, ez rendszertudományos szempontból nézve a világ mai vezetőinek a legnagyobb felelőssége, az ötödik sáv kiemelt felelőssége, az egész társadalom hozzáállásának felelőssége, és minden egyén, minden ember egyedi felelőssége – vagyis az egész emberiségé. Nincsenek külön utak, nincs kibúvó, nincs potyautazás.

Mindezt azonban az emberiség mai intelligencia- és tudásszintjével nem lehet elérni.

Ceterum censeo

"Feladat 2: A tudományt és az oktatást kiemelten kell kezelni és minden egyéb érdeket alárendelni. Mert van egy pont, ahol már annyi lesz az ember, hogy pusztán az eltartásuk miatt nem lehet elég pénzt fordítani a tudományra és képzésre – ez a pont az emberiség biztos kihalásra ítélésének pontja.

Még nem értük el, de közel járunk."

"LONGEVITY" FROM THE PERSPECTIVE OF SYSTEMS SCIENCE

ÉVA ZIEGLER

Longevity means a longer, higher-quality life for individuals, which must necessarily apply to everyone—not just a privileged few—despite the growing population of humanity. To this end, on the one hand, society is obliged to provide quality, high-level education to everyone who is able to learn, because long life also entails a responsibility to create value, and individuals must be empowered to do so. On the other hand, armed with the high level of knowledge and experience gained, every individual is expected to contribute responsibly to the inevitable and necessary expansion of earthly limits and to the "escape plan" for at least a twenty-year period of their life. Society, in turn, must become open and receptive to the meaningful utilization of this expected contribution.

Keywords: Longevity, systems science, control science, prioritizing education, individual and social responsibility, finite earth system, escape plan