

NAGYNÉ DR. ÁRGÁNY BRIGITTA¹

ALKOTÁS, KAPCSOLÓDÁS, JÓLLÉT

Hallgatói munkák és kurzusélmények a művészet, a prevenció és a közösségi tanulás metszéspontján²

Absztrakt

A tanulmány "A művészetek szerepe az egészség megőrzésében és a prevencióban" című szabadon választható online kurzus bemutatásának második része. Az első írás a kurzus szakmai indokait, elméleti alapjait és tanulásszervezési keretét tárgyalta, jelen cikk pedig a kurzus során készült csoportos és egyéni hallgatói munkákat, valamint a kurzusvégi reflexiókat elemzi kvalitatív módszerrel, a létrejött hallgatói tanulási eredmények (dokumentumok) és reflexiók bemutatásával. A hallgatói anonimitás megőrzése érdekében az anyagok tárgyalása tematikus, módszertani és pedagógiai kategóriák mentén történik. Az elemzés alapján a hallgatói munkákban a művészet a mentális jóllét, az önreflexió, a közösségi kapcsolódás, az egészségkommunikáció, az aktív időszedés, a stresszkezelés és az intergenerációs párbeszéd erőforrásként jelent meg. A reflexiók a művészet és az egészség kapcsolatának árnyaltabb értelmezését, a saját mentális egészség tudatosabb szemléletét és a szakmailag felelős alkalmazás igényét mutatták. A záró fejezet a két tanulmány közös tanulságait összegzi.³

Kulcsszavak: művészetalapú egészségmegőrzés; hallgatói munka; csoportmunka; reflexió; kurzusértékelés; prevenció; közösségi művészet

1. Bevezetés és módszertan

A témához kapcsolódó első tanulmány az adott kurzus koncepcióját, elméleti beágyazottságát és tanulásszervezési keretét mutatta be. Ebben a keretben a művészeti részvétel olyan pedagógiai, közösségi és egészségfejlesztési erőforrásként jelent meg, amely támogatja az önkifejezést, a társas kapcsolódást, a stresszkezelést és a jóllétről való tudatosabb gondolkodást. A kurzus újszerűsége abban állt, hogy a művészetek és az egészség kapcsolatának taglalása olyan interdiszciplináris tanulási térként szerveződött, amelyben a hallgatók szakirodalmi, projekttervezési és saját élményű reflexiós feladatokkal dolgoztak. Ily módon e tanulmány gondolatmenete illeszkedik azokhoz a

¹ Nagyné dr. Árgány Brigitta tanszékvezető, egyetemi docens (Kodolányi János Egyetem Neveléstudományi Tanszék), a Parlando rendszeres szerzője

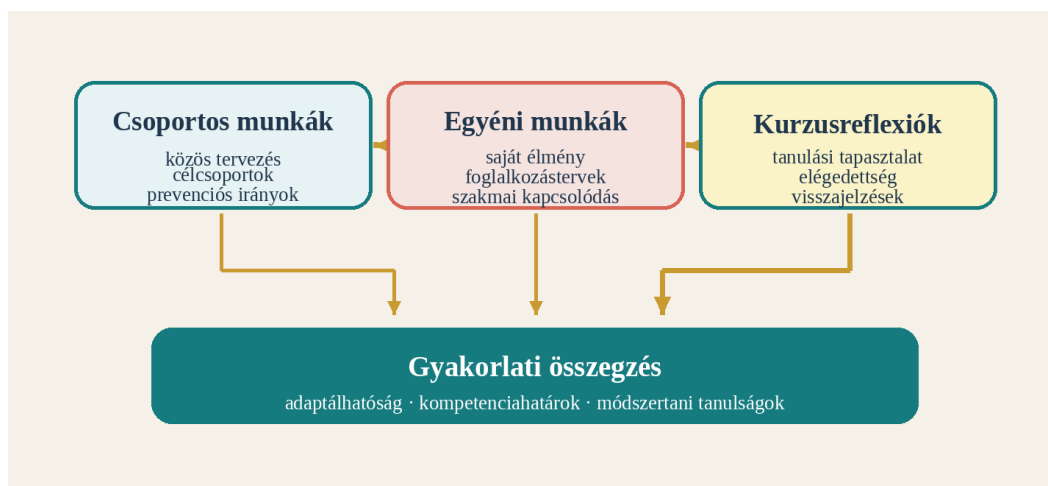
² *A művészetek szerepe az egészség megőrzésében és a prevencióban - Egy szabadon választható online kurzus koncepciója és oktatási tapasztalatai* című tanulmány folytatása

³ Jelen tanulmány véglegesítéséhez (nyelvi, grammatikai ellenőrzés és formázás, ábrák szerkesztése) nagy nyelvi modell (ChatGPT5.6) került alkalmazásra. A szerző átnézte és szerkesztette a tanulmányt, és teljes felelősséget vállal annak tartalmáért.

nemzetközi összefoglalásokhoz, amelyek a művészeti részvételt az egészségpromóció, a prevenció és az életminőség-támogatás összefüggésében tárgyalják (Fancourt & Finn, 2019; Stuckey & Nobel, 2010).

Jelen írás a kurzus során létrejött hallgatói munkákat és reflexiókat állítja középpontba. Ezek az anyagok megmutatják, miként értették meg a hallgatók a művészetalapú egészségmegőrzés gondolatát, milyen szakmai helyzetekhez kapcsolták és milyen célcsoportokra vagy élethelyzetekre fordították le azt. A munkák a tanulási folyamat dokumentumaiként értelmezhetők, azaz láthatóvá teszik, hogyan alakult át az elméleti háttér konkrét programtervekké, foglalkozásötletekké, saját élményű megfigyelésekké és szakmai reflexiókká. Az elemzés során bemutatásra kerülő tartalmak sorrendje a kurzus tanulási folyamatának egymásra épülő állomásait követi. Elsőként a csoportos hallgatói munkák kerülnek előtérbe, melyekben a közös tervezés, az együttműködés és a célcsoporthoz igazított programok létrehozása kapott hangsúlyt. Ezt követi az egyéni munkák vizsgálata, amelyek a személyes kapcsolódást, a saját élmény feldolgozását, az érdeklődési területekhez illeszkedő alkalmazási terveket és a szakmai identitás alakulását teszik láthatóvá. A harmadik egység a kurzusvégi reflexív kérdőívek feldolgozása, amely a tanulási tapasztalatokat, az elégedettséget, az önreflexiók eredményeket és a hallgatói visszajelzéseket foglalja össze.

A tanulmány alapját tehát három forráscsoport alkotja: a kurzus során készült csoportos hallgatói munkák, az egyéni hallgatói munkák, valamint a kurzus végén kitöltött reflexív kérdőívek. Az 1. ábra az elemzés felépítését szemlélteti: a csoportos programtervezés bemutatásától az egyéni hallgatói munkák elemzésén át a kurzusreflexiók és a gyakorlati tanulságok összegzéséig vezet. Ez az ív jelzi, hogy a hallgatói anyagok egy egymáshoz kapcsolódó tanulási folyamat részei.



1. ábra. A második tanulmány elemzési íve

A feldolgozás kvalitatív kutatási módszerre, dokumentumelemzésre épül, amelyet a kérdőíves válaszok leíró jellegű összesítése egészít ki. A dokumentumelemzés a csoportos és egyéni hallgatói munkák tartalmi és módszertani mintázatait vizsgálja, a reflexív kérdőívek pedig a kurzusélmény és a tanulási eredmények hallgatói értelmezéséhez adnak támpontot. A hallgatói munkák elemzése arra irányult, hogy milyen témák, célcsoportok, művészeti formák, prevenciós irányok és tanulási eredmények rajzolódnak ki. Az értelmezési szempontok kialakításánál támpontot adott az „arts in health” szakirodalomban megjelenő alkotóelemekre összpontosító megközelítés is, mely szerint a művészeti tevékenység tartalma, a résztvevők és a facilitátorok szerepe, valamint a megvalósítás kontextusa egyaránt befolyásolja, hogyan válhat egy program jólléti erőforrássá (Warren et al., 2022).

Módszertani korlátként említhető, hogy a feldolgozás kis elemszámú, kizárólag az adott kurzushoz kötött dokumentumokra épül, így a hallgatói programötletek egészségügyi hatása ebből a forrásanyagból nem igazolható. A kutatás azt tárja fel, milyen pedagógiai, közösségi és preventív értelmezések jelentek meg a hallgatói munkákban. Az anonimitás megőrzése szakmai és etikai szempontból is lényeges, ezért a tanulmányban hallgatói munkákról, munkaformákról és tematikus irányokról esik szó, személyazonosításra alkalmas adatok nélkül, hiszen a reflexiós naplók és a kérdőíves válaszok esetében személyes, családi, egészségi vagy élethelyzeti részletek is előfordulhattak. A címek és a projektmegnevezések továbbá csak összegző, nem azonosítható formában jelennek meg. Az elemzésben használt forráscsoportokat és értelmezési szempontokat az 1. táblázat foglalja össze.

1. táblázat. A forrásanyagok és az elemzési szempontok összefoglalása (saját szerk.)

Forráscsoport	Tartalmi jellemző	Elemzési szempont	Tanulmánybeli funkció
Csoportos hallgatói munkák	Közös projekttervek, órai prezentációk, jó gyakorlatok és programötletek	Célcsoport, problémafókusz, művészeti forma, prevenciós irány	A közös programtervezés és a gyakorlati felhasználás bemutatása
Egyéni hallgatói munkák	Reflexiós naplók, foglalkozástervek, intergenerációs, turisztikai, kommunikációs és vizuális témák	Saját élmény, szakmai kapcsolódás, önreflexió, adaptációs lehetőség	A személyes és a szakmai tanulási utak feltárása

Reflexív kérdőívek	Likert-skálás állítások és nyitott reflexiós kérdések	Dimenzióátlagok, állításonkénti összesítések, visszatérő témakörök	A kurzusélmény és a tanulási eredmények összegzése
--------------------	---	--	--

2. A csoportos hallgatói munkák elemzése

A csoportos hallgatói munkákban (8 csoport, közel azonos csoportlétszámmal) a szakirodalmi háttér, a jó gyakorlatok tanulságai, a célcsoportokra érzékeny szemlélet és a megvalósítható programtervezés közös feladattá kapcsolódott össze. A munkákban visszatérő felismerés volt, hogy a művészet egészségmegőrző szerepe konkrét élethelyzetekhez kötve értelmezhető felelősen.

A témák között megjelent a hallgatói stressz, a vizsgaidőszak, az időskori magány, az aktív idősödés, a kognitív hanyatlás megelőzése, a várandósság és a szülés körüli mentális jóllét, a kórházi gyermekellátás, a hátrányos helyzetű gyermekek zenei nevelése, a gyermekvédelmi szakellátásban élő fiatalok készségfejlesztése, valamint a közösségi és kulturális programokhoz való kapcsolódás. A csoportos munkák címadása is jelezte a témák sokféleségét: a „*Vizsga Flow*”, a „*VizsgaOFF*”, a „*Művészet receptre*”, a „*Doktor Bohóc*”, a „*FÉRFINN*”, a „*Hangok a csendben*”, az „*El Sistema*”, a „*KÜSZÖB Drámacsoport*” vagy a „*Lélek Műhely*” típusú megnevezések egyszerre utaltak célcsoportra, módszerre és közösségi szándékra. Ez a sokféleség egyben azt is jelentette, hogy a hallgatók több életkorra és élethelyzetre kiterjedő szemlélettel gondolkodtak.

E munkákban a művészeti tevékenységek széles köre fordult elő: zene, éneklés, tánc, mozgás, drámajáték, kézművesség, festés, történetmesélés, kulturális részvétel és közösségi alkotás. Az ehhez kapcsolódó fő tematikus és prevenciós irányokat a 2. táblázat foglalja össze, mely a csoportmunkák sokféleségét rövid áttekintésként, a leggyakrabban visszatérő alkalmazási irányok szerint rendezi. A zenei tartalmak e produktumokban többféle szerepben jelentek meg: a közös éneklés és a zenei reminiscencia az időskori kapcsolódás, az élőzene, a perinatális vagy kórházi helyzetek, az El Sistema típusú zenei nevelés pedig az esélyteremtés és a közösségi bevonódás felől vált értelmezhetővé. Ezek a példák azt mutatták, hogy a zene a hallgatói tervekben ritmust, figyelmet, közös jelenlétet és érzelmi biztonságot szervező közegként szerepelt.

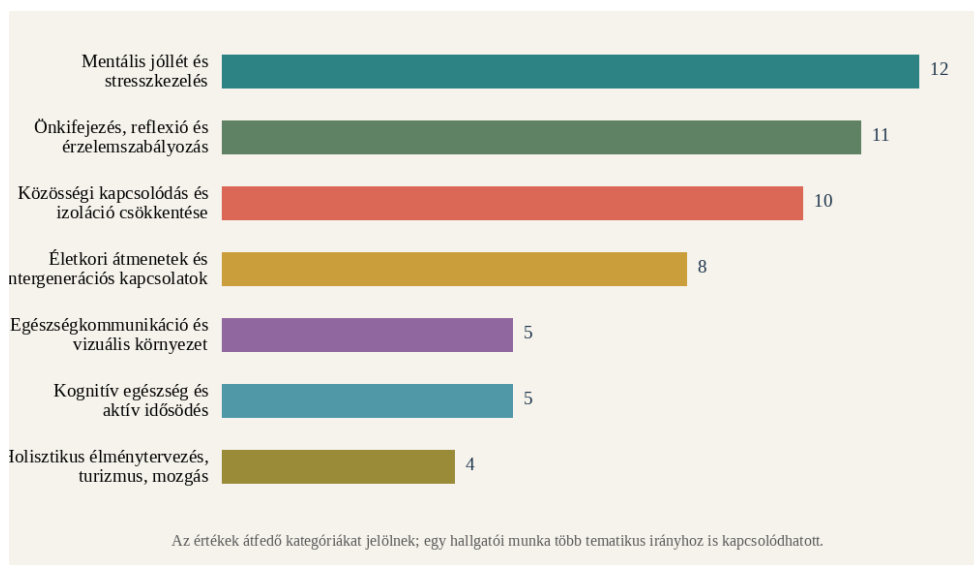
2. táblázat. A csoportos hallgatói munkák tematikus és prevenciós áttekintése
(saját szerk.)

Tematikus csoport	Jellemző hallgatói munka	Művészeti forma	Egészségmegőrző / prevenciós irány
Hallgatói és fiatal felnőttkori stressz	Vizsgaidőszaki stresszkezelő és flow-alapú munka	Festés, zene, mozgás, kreatív gyakorlat	Megküzdés, önszabályozás, stresszcsökkentés
Időskori jóllét és aktív idősödés	Időskori magányt, férfiközösséget vagy kognitív hanyatlást feldolgozó munka	Közös éneklés, kézművesség, tánc, kulturális részvétel	Izoláció mérséklése, aktivitás, kognitív tartálék, közösségi megtartás
Gyermekek és fiatalok támogatása	Zenei, drámacsoportos vagy fiatalok mentális jóllétére épülő munka	Zene, dráma, mozgás, vizuális alkotás	Esélyteremtés, önismeret, társas készségek, érzelmkifejezés
Egészségügyi és szociális helyzetek	Kórházi bohócprogram, perinatális zenei támogatás, közösségi és kulturális programokhoz való kapcsolódás	Bohócművészet, élőzene, ének, alkotóműhely	Szorongáscsökkentés, életminőség-támogatás, kapcsolódás, közösségi hozzáférés
Komplex közösségi programok	Művészet receptre típusú program, közösségi műhely, több művészeti ágat integráló terv	Festészet, kézművesség, dráma, közösségi alkotás	Társas támogatás, alacsony küszöbű részvétel, közösségfejlesztés

A csoportos hallgatói munkák egyik visszatérő vonása a közösségi kapcsolódás hangsúlyozása volt. A művészet sok esetben találkozási alkalomként, kommunikációs közegként vagy biztonságos részvételi térként jelent meg. Ez a szemlélet jól illeszkedett az időskori magányt, a férfiközösségeket, az állami gondozásban élő fiatalokat vagy a hallgatói stresszt érintő munkákhoz, ahol a probléma társas és intézményi tényezőkkel is összefüggött. E munkákban a prevenció több szinten rajzolódott ki: egyes tervek a jóllét, a stresszkezelés, a mozgás, a közösségi részvétel vagy az érzelmi tudatosság erősítésére épültek, míg más programötletek a magány, az izoláció, az enyhébb mentális terhek, a vizsgaszorongás vagy a kognitív hanyatlás

kockázatait célozták meg. A kórházi, a krónikus vagy az intézményi helyzetekhez kapcsolódó munkákban pedig az életminőség támogatása került előtérbe.

A 2. ábra a hallgatói munkákban kirajzolódó hangsúlyokat jeleníti meg. Az értékek átfedő kategóriákat jelölnek, mivel egy-egy hallgatói munka több tematikus irányhoz is kapcsolódhatott. A diagram azt mutatja, hogy a mentális jóllét, az önreflexió és a közösségi kapcsolódás a munkákban egymással összefonódó irányként jelent meg.



3. ábra. Tematikus hangsúlyok a hallgatói munkákban

A csoportos munkák szakmai-pedagógiai tanulsága a problémaérzékenység volt. A hallgatók többsége konkrét célcsoportokat és élethelyzeteket azonosított. Ez a megközelítés összhangban áll a kurzus céljával, mely szerint a művészetek egészségmegőrző szerepe felelősen csak a résztvevők életkorának, társas helyzetének, kulturális hozzáféréseinek, motivációjának és sérülékenységének figyelembevételével tárgyalható. További tanulságként kiemelhető még a gyakorlat felé nyitó tervezés, mivel több csoport saját programvázlatot, foglalkozássorozatot, tevékenységstruktúrát, célcsoport-leírást vagy megvalósítási keretet fogalmazott meg. Így az elméleti és szakirodalmi háttér alkalmazható pedagógiai és közösségi tervvé alakult. E munkaforma további sajátossága, hogy a hallgatók eltérő képzési területei, szakmai érdeklődései és személyes művészeti tapasztalatai közös projektté alakultak. Az interdiszciplináris témák feldolgozásában a csoportmunka a munkamegosztáson túl nézőpontbővülést is eredményezett: a pedagógiai, a szociális, a közösségi, a kommunikációs vagy a turisztikai szempontok más-más kérdést tettek fel ugyanahhoz a témához.

4. Az egyéni hallgatói munkák elemzése

Az egyéni hallgatói munkák más tanulási területet nyitottak meg, mint a csoportos projektfeladatok. A csoportos munkákban a közös tervezés és a célcsoporthoz igazított programépítés kapott nagyobb hangsúlyt, míg az egyéni munkákban a személyes érdeklődés, a saját művészeti élmény, a szakmai pályaorientáció és az önreflexió került előtérbe.

A hallgatói munkák között szerepeltek saját élményű kreatív reflexiós naplók, foglalkozástervek, közösségi vagy intergenerációs programok, turisztikai és gasztronómiai jólléti koncepciók, egészségkommunikációs elemzések és vizuális környezeti témák. A 3. táblázat a legjellemzőbb munkaformákat és tanulási eredményeiket foglalja össze rávilágítva arra, hogy az egyéni feladatok a kurzus témáját kivezették az órai keretből: a hallgatók saját kulturális élményeiket, közösségi tapasztalataikat, szakmai terveiket vagy környezeti megfigyeléseiket kezdték a jóllét, a stresszkezelés, az önkifejezés és a kapcsolódás fogalmaival értelmezni. E munkák címválasztása több esetben önálló értelmezési keretet adott a választott témának. Ilyen címként idézhető például az „Az érzelmi intelligencia színei”, a „Randi önmagammal”, a „Belső terek”, a „Generációk vászna”, a „Folk Fitness – Hagyomány és Mozgás”, a „Tűzfalak Budapest szívében”, illetve az „Egészség Hídja” kampányhoz kapcsolódó hallgatói elemzés.

3. táblázat. Az egyéni hallgatói munkák fő irányai és tanulási eredményei (saját szerk.)

Munkaforma	Jellemző tartalom	Művészeti forma / közeg	Tanulási eredmény
Kreatív reflexiós napló	Saját élményű aktív vagy receptív művészeti tevékenységek követése	Zene, mozi, múzeum, színház, koncert, alkotás	Érzelemszabályozás, figyelmi bevonódás, flow, önreflexió
Pedagógiai foglalkozásterv	Érzelmi intelligencia, gyermeki önkifejezés, fiatal felnőttek lelki jólléte	Rajz, festés, zene, vizuális önkifejezés	Önismeret, empátia, biztonságos kifejezési tér, szakmai határkijelölés
Intergenerációs	Fiatalok és idősek	Zene, festés,	Kapcsolódás,

program	közös alkotása, közös zenei vagy kézműves program	kézművesség, ajándékkészítés	generációk közötti párbeszéd, magánycsökkentés
Jólléti élménytervezés	Turizmus, gasztronómia, folk fitness, holisztikus szolgáltatás	Mozgás, gasztronómiai esztétika, wellness, néptánc	Testi-lelki jóllét, flow, közösségi mozgás, élménytervezés
Egészségkommunikáció és tér	Mellrák-kampány, tűzfalfestmények, megnyugtató egészségügyi tér	Vizuális kommunikáció, köztéri művészet, design	Felhatalmazás, stigma-csökkentés, komfortérzet, közösségi identitás
Kognitív és időskori fókusz	Kognitív hanyatlás megelőzése, kulturális részvétel időskorban	Zene, tánc, vizuális művészet, kulturális program	Kognitív tartalék, aktivitás, emlékezeti és társas stimuláció

3.1 Kreatív reflexiós naplók: a saját élmény, mint tanulási forrás

A kreatív reflexiós naplók a kurzus személyesebb tanulási formái közé tartoztak. Ezekben a hallgatói munkákban a művészeti tevékenység saját élményként jelent meg. A naplókban a hallgatók aktív és receptív művészeti tapasztalatokat írtak le: koncertlátogatást, koncertfilmet, operalátogatást, múzeumi élményt, filmnézést, zenélést, éneklést, kiállításlátogatást vagy más kulturális programot.

A reflexiók közös vonása, hogy a művészeti élmény hatását hangulati, testi és társas változásként írták le. Gyakran előkerült az időérzék módosulása, a bevonódás, a megnyugvás, az energetizálódás, a közösségi élmény vagy az emlékek aktiválódása. E tanulási forma keretében tehát a hallgatók konkrét saját tapasztalatokon keresztül vizsgálták, milyen körülmények között segíti őket a zene, a vizuális élmény, a mozgás vagy a kulturális részvétel. Az egyéni munkák zenei példái a saját élmény és a szakmai értelmezés összekapcsolását erősítették. A koncert, a koncertfilm, az opera, a családi zenélés, az éneklés vagy a zenehallgatás olyan helyzetként jelent meg, amelyben a hallgatók a hangulati változást, a bevonódást, a közösségi összetartozást és az emlékek aktiválódását is megfigyelték. A zene így az egyéni reflexiókban egyszerre volt személyes élmény, önszabályozási lehetőség és szakmai gondolkodásra ösztönző példa.

3.2 Programtervek, közösségi és szakmai adaptációk

Az egyéni munkák másik jelentős csoportját azok az anyagok alkották, amelyek egy-egy konkrét célcsoportra vagy szakmai helyzetre terveztek művészetalapú

programot. Ide sorolhatók az érzelmi intelligenciát fejlesztő osztályfőnöki órák, a gyermekek vizuális érzelmkifejezését támogató foglalkozástervek, a fiatal felnőttek számára tervezett kreatív közösségi terek és az intergenerációs alkotóprogramok.

Ezekben a munkákban a művészet pedagógiai és közösségi eszközként jelent meg. A vizuális alkotás, a zene és a színek használata több esetben a szavakkal nehezen megfogalmazható belső állapotok közvetítőjeként szerepelt. Az intergenerációs témájú munkák a művészet kapcsolatteremtő szerepét hangsúlyozták, ahol a közös zenei est, a festés, a kézműves alkotás vagy az ajándékkészítés olyan tevékenységként jelent meg, amely közös figyelmet, közös cselekvést és történetmegosztást hozott létre eltérő életkorú résztvevők között. Néhány munka érzékeltette a kompetenciahatárokat is, hiszen a pedagógiai célú alkotás, az önismereti beszélgetés és a terápiás vagy diagnosztikus értelmezés eltérő szakmai keretet igényel.

3.3 Egészségkommunikáció, vizuális környezet és holisztikus élménytervezés

Az egyéni munkák következő típusa a művészetet tágabb vizuális, környezeti és kommunikációs összefüggésben értelmezte. A mellrák-prevencióhoz kapcsolódó egészségkommunikációs elemzés a félelemlapú kommunikáció helyett a felhatalmazás, a remény, a közösségi támogatás és a vizuális metafora szerepét emelte ki. A városi tűzfalfestményekről szóló munka a köztéri vizuális kultúrát a városi identitás, a komfortérzet, a turizmus és a társadalmi üzenet szempontjából kapcsolta a jólléthez.

A holisztikus turizmussal, a gasztronómiával és a mozgással foglalkozó munkák azt jelezték, hogy a kurzus gondolatvilága a klasszikus pedagógiai vagy szociális területeken túl is értelmezhető. A flow-alapú gasztronómiai és turisztikai koncepciók, a wellness-szolgáltatások elemzése és a néptánc kortárs közösségi mozgásformaként való bemutatása a jóllétet többérzékszervi, testi, kulturális és közösségi tapasztalatként írta le. Ezek a munkák kiterjesztik a művészetalapú egészségmegőrzés fogalmát: megmutatják, hogy a művészet megjelenhet kampányban, városi környezetben, turisztikai szolgáltatásban, egészségügyi térben, közösségi médiában vagy hétköznapi kulturális részvételben is.

3.4 Az egyéni munkákból kirajzolódó tanulási irányok

Az egyéni munkákban négy tanulási irány rajzolódott ki. Az első a személyessé tett szakmai értelmezés: a hallgatók gyakran saját élethelyzetük, művészeti érdeklődésük, képzési területük vagy pályaképük felől közelítették meg a választott témát. Ez a személyes kapcsolódás több esetben erősítette a szakmai

jelleget, mert a hallgatók konkrét, számukra is jelentéssel bíró helyzetekben vizsgálták a művészetek egészségmegőrző szerepét.

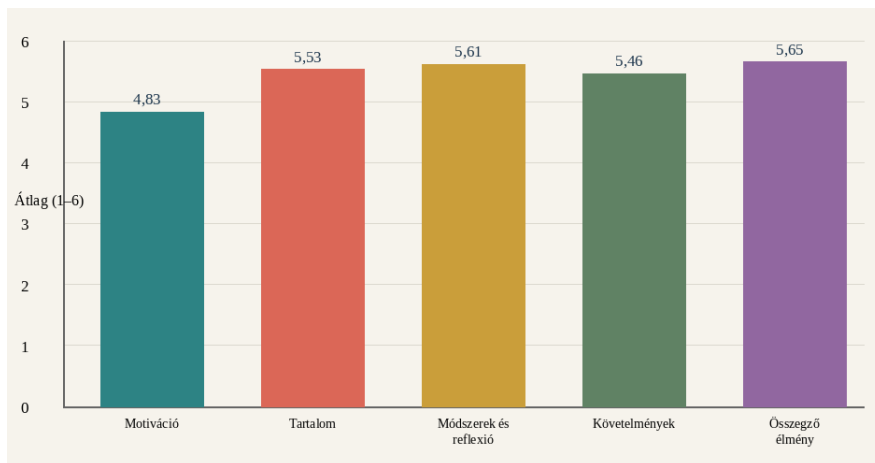
A második irány a művészet hétköznapi beágyazottságának felismerése. A jóllétet támogató élmény megjelenhetett családi zenélésben, múzeumlátogatásban, koncertfilm közösségi élményében, városi tűzfalfestmény befogadásában, kézműves ajándék készítésében vagy megnyugtatóbb egészségügyi tér tervezésében is.

A harmadik irány a szakmai felhasználás mérlegelése. Több beadott írás kereste, hogyan vihető át egy művészeti forma vagy jó gyakorlat pedagógiai, szociális, közösségi, turisztikai vagy kommunikációs területre. A negyedik irány pedig a felelős értelmezés: a hallgatói munkák kreatívak és problémaérzékenyek, mégis tanulási anyagok, ezért nem kezelhetők igazolt hatású beavatkozásként. Következtetésként az fogalmazható meg, hogy a kurzus alkalmas a célcsoporthoz igazított, szakmailag körültekintő és önreflexív tervezés elindítására.

5. Hallgatói reflexiók és kurzusélmény

A kurzusvégi anonim reflexív kérdőív a hallgatói visszajelzések és kurzusélmények összegzésére szolgált. Célja volt továbbá annak feltárása, hogy a hallgatók mely tartalmi, módszertani és személyes tanulási elemeket élték meg meghatározónak. A kérdőív felépítése a kurzus fő tanulási egységeit követte: a kurzusválasztási motivációkat, a tartalmi és tanulási eredményeket, az oktatásszervezést, a csoportmunkát, a reflexiós feladatokat, a követelményeket, az értékelést és az összegző kurzusélményt vizsgálta. A kérdőívben 5 háttérkérdés (pl.: szak, képzési forma, évfolyam, korábbi művészeti tevékenységek), 35 darab 1-6 fokú Likert-skálán értékelhető állítás (pl.: motivációk, tanulási eredmények, saját élmény, követelmények), 10 kifejtendő reflexív kérdés (pl.: legfontosabb személyes vagy szakmai felismerés, melyik feladattól tanult legtöbbet, min változtatna, milyen új témát javasolna), valamint egy 1-11 fokú összesítő értékelés szerepelt. A skálás tételeknél a magasabb érték erősebb egyetértést jelzett, a „NÉ” válaszlehetőség pedig azt, ha az adott elem a válaszadó számára nem volt értelmezhető. A zárt állítások öt fő dimenzióba rendeződtek: motiváció és előzetes várakozások, tartalom és tanulási eredmények, oktatásszervezés, csoportmunka és reflexió, követelmények, terhelés és értékelés, végül összegző kurzusélmény. A nyitott kérdések konkrét példákon keresztül kérték a hallgatókat saját felismeréseik és csoportmunka-tapasztalataik megfogalmazására. A kitöltések kis elemszáma (N=7) miatt az eredmények statisztikai általánosításra nem alkalmasak. A 3. ábrán jelzett dimenzióátlagokra épülő összesítés azt jelzi, hogy az azonos témakörbe sorolt

skálás állítások pontszámaiból számtani átlag készült, mely mutató az egyéni teljesítmény értékelése helyett a válaszok általános irányát jelzi. Ez az ábra a kérdőív dimenzióátlagait foglalja össze: a legkedvezőbb értékek az összegző kurzusélményhez, az oktatásszervezéshez és a reflexiós elemekhez kapcsolódtak, míg a motivációs dimenzió árnyaltabb képet mutatott. Ez a hallgatói belépési utak sokféleségével magyarázható: volt, aki szakmai érdeklődésből, volt, aki személyes jólléti vagy gyakorlati szempontok miatt választotta a kurzust.



3. ábra. A reflexív kérdőív dimenzióátlagai

A zárt válaszok alapján a kurzus megítélése kedvező volt. A magasabb értékek azokhoz az állításokhoz kapcsolódtak, amelyek a kurzus alapvető szakmai céljait érintették: a művészeti tevékenységek egészségmegőrző és prevenciós szerepének megértése, a stresszcsökkentés, az önkifejezés és az önreflexió lehetőségeinek felismerése, valamint az összegző kurzusélmény pozitív értékelése. Árnyaltabb értékelés elsősorban a kurzusválasztási motivációknál, a szakmai kapcsolódás mértékénél és a csoportmunka gyakorlati megvalósulásánál jelent meg. Ezt a heterogén hallgatói összetétel következményeként értelmezhető: eltérő szakokról, eltérő művészeti előtapasztalattal és eltérő szakmai célokkal érkező hallgatók másként kapcsolták saját képzési útjukhoz a kurzus témáját.

A nyitott reflexiókban visszatérő téma volt a nézőpontbővülés. A hallgatói válaszok szerint a művészet és az egészség kapcsolata összetettebbnek és gyakorlatiasabban alkalmazhatónak bizonyult, mint amire a kurzus elején számítottak. Többen a művészetet korábban elsősorban élményként vagy szabadidős tevékenységként értelmezték, a kurzus végére viszont már preventív, közösségi és mentálhigiénés erőforrásként is látták. Ezt jól érzékeltetik az alábbi, a hallgatói kérdőívől származó idézetek:

„Nagyobb összekapcsolódás van a művészeti tevékenységek és a mentális egészség között, mint eddig gondoltam.”

„A kreatív reflexiós napló készítését választottam, ahol nagyon mélyen magamba kellett néznem.”

„Tudatosabban át tudtam látni tapasztalataimat, erősségeimet és fejlesztendő területeimet.”

„Érdekes, interaktív, ötletadó és lelkesítő kurzus egy megtartó közegben.”

A hallgatói idézetek a kurzus személyes és szakmai rétegét egyszerre mutatják. A művészet és a mentális egészség kapcsolatának felismerése mellett megjelent az önismereti munka, a saját tapasztalatok rendezése és a megtartó tanulási közeg élménye. A csoportmunkára vonatkozó reflexiók vegyesebb képet adtak: a hallgatók értékelték a közös gondolkodást, az eltérő nézőpontokat és a digitális felületeken végzett munkát, ugyanakkor jelezték az online együttműködés szervezési nehézségeit is. A csoportmunka szervezési tapasztalatai azt jelzik, hogy az online együttműködés akkor tud gördülékenyen működni, ha a csoportalakítás, a szerepmegosztás és a kommunikáció keretei korán tisztázódnak.

A reflexiók a hallgatói munkák értelmezési háttereként is olvashatók. A csoportmunkák és egyéni feladatok tartalmi sokfélesége a válaszokban szemléletformáló eredményként jelent meg, hiszen a hallgatók visszatekintettek arra, hogyan alakította gondolkodásukat a feladat. A csoportos munkákhoz kapcsolódó reflexiókban az eltérő nézőpontok találkozása, a közös cél kialakítása és a gyakorlati felhasználás kipróbálása kapott hangsúlyt. Az egyéni feladatokhoz kapcsolódó reflexiók a személyes bevonódást, az önismeretet és a választás szabadságát emelték ki.

6. Mit mutatnak a hallgatói munkák a gyakorlat szemszögéből?

A csoportos és az egyéni hallgatói munkák, valamint a kurzusvégi reflexiók együtt azt mutatják, hogy a művészetalapú egészségmegőrzés felsőoktatásban való feldolgozása akkor válik hatékonyá, ha az elméleti háttér gyakorlati tervezési helyzetekkel és saját élményű reflexióval kapcsolódik össze. A hallgatók arról is tanultak, hogy milyen feltételek mellett, milyen célcsoportok számára, milyen szakmai határok között és milyen közösségi keretekben alkalmazhatók felelősen a művészeti tevékenységek.

Gyakorlati szempontból három fő irány rajzolódik ki. Az első a pedagógiai és mentálhigiénés alkalmazás: iskolai, egyetemi, fiatal felnőtt vagy gyermekvédelmi helyzetekben a művészet támogathatja az érzelmi tudatosítást, az önreflexiót, a kommunikációt és a stresszkezelést. A második a közösségi és szociális alkalmazás: idősök, izolációval érintett csoportok, férfiközösségek,

magányos emberek vagy sérülékeny élethelyzetben lévő személyek számára a közös alkotás és a kulturális részvétel kapcsolódási lehetőséget teremthet. A harmadik az egészségkommunikációs és környezeti alkalmazás: kampányok, köztéri művészetek, egészségügyi terek és jólléti szolgáltatások esetében a vizuális és az esztétikai minőség befolyásolhatja a biztonság, a remény, a hozzáférés és a közösségi azonosulás élményét.

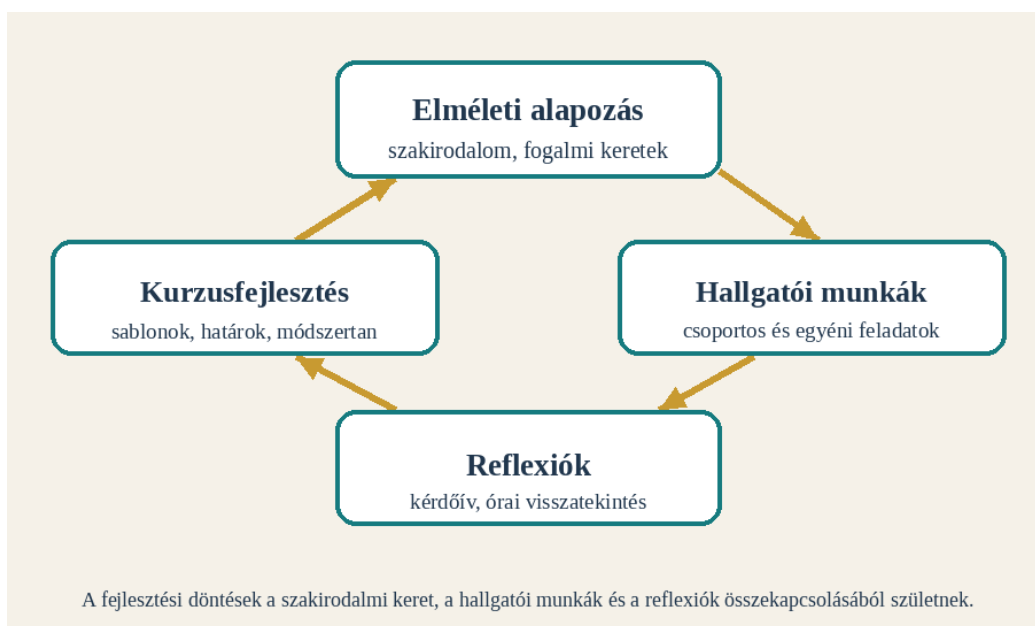
A gyakorlati adaptáció ugyanakkor körültekintést igényel. A művészetalapú egészségmegőrzés hatása feltételekhez kötött, hiszen a programok eredményességét befolyásolhatja a célcsoport pontos ismerete, a részvétel önkéntessége, a facilitátor kompetenciája, a hozzáférhetőség, a kulturális érzékenység, az etikai keret és a terápiás jellegű túlzó állítások elkerülése.

7. A két tanulmány közös tanulságai és a kurzusfejlesztés fő területei

A két tanulmány együtt ad teljesebb képet a kurzusról. Az első tanulmány a koncepció, az elméleti háttér és a tanulásszervezési keret felől közelített: bemutatta, hogyan illeszthető be a művészetek egészségmegőrző és preventív szerepe egy szabadon választható online felsőoktatási kurzusba. A második tanulmány a hallgatói munkák és reflexiók felől vizsgálja ugyanazt a kezdeményezést: azt mutatja meg, hogyan fordították le a hallgatók az elméleti keretet saját csoportos és egyéni feladataikra.

Az első tanulmány elméleti tanulsága az volt, hogy a művészetalapú egészségmegőrzés interdiszciplináris keretben tárgyalható felelősen. A második tanulmány gyakorlati tanulsága ehhez kapcsolódva az, hogy a hallgatók számára ez az interdiszciplináris tér konkrét feladatokon, célcsoportokon, jó gyakorlatokon, tervezési helyzeteken és reflexiós felületeken keresztül válik tanulhatóvá. A kurzus modellértéke az elmélet és gyakorlat közötti folyamatos átjárásban rejlik.

A 4. ábra ezt a kapcsolatot folyamatként jeleníti meg: az elméleti alapozásból induló kurzustervezés hallgatói munkákban válik láthatóvá, majd a reflexiók alapján újabb kurzusfejlesztési döntésekhez vezet. E ciklus során a szakirodalmi alapok, a hallgatói munkák és a reflexiók egymást erősítve alakítják a következő kurzusváltozat szakmai kereteit.



4. ábra. Kurzusfejlesztési ciklus az elmélet és a gyakorlat tükrében

A 4. táblázat ezt a folyamatot döntési területekre bontva jeleníti meg és a fejlesztési irányokat gyakorlati döntési pontokként fogalmazza meg. A hallgatói munkák és reflexiók alapján a szakmai keretek, a módszertani támogatás és a kutathatóság feltételei azok a területek, ahol a kurzus következő változata tovább erősíthető.

4. táblázat. Kurzusfejlesztési irányok a két tanulmány együttes tanulságai alapján (saját szerk.)

Fejlesztési terület	Indok a két tanulmány alapján	Lehetséges konkrét lépés
Fogalmi és szakmai határkijelölés	A hallgatói munkákban időnként összezsúroszik a terápia, a pedagógia, a prevenció és a közösségi művészet fogalma.	Rövid fogalmi útmutató, esettanulmányok közös terminológiai elemzése.
Projekttervezési keret	A kreatív ötletek sokfélesége mellett a cél, a célcsoport, az időkeret és a kompetenciahatár több esetben pontosítható.	Egységes projekttervezési sablon, kockázat- és etikai szempontlista.
Szakirodalmi és forráskezelési támogatás	A hallgatói munkákban eltérő pontosságú forráshasználat jelent meg.	Ellenőrzött szakirodalmi csomag, APA-minta, rövid forráskritikai blokk.

Saját élmény és reflexió	A reflexiós naplók és kérdőívek kedvező tanulási eredményeket jeleznek.	Több rövid órai reflexiós kör, vezetett naplószempontok, anonimizált példák.
Csoportmunka támogatása	Az online együttműködés értékes, de szervezési nehézségekkel járhat.	Korábbi csoportalakítás, szerepkártyák, közös munkafelület, köztes konzultáció.
Gyakorlati adaptáció és kutathatóság	A hallgatói munkák ígéretes programtervek, de kipróbált hatásvizsgálatként nem kezelhetők.	Pilot-programok, etikus adatgyűjtés, elő- és utóreflexiós eszközök kialakítása.

8. Összegzés

A csoportos munkák a közös projekttervezést, az élethelyzetekhez kötött gondolkodást és a prevenciós irányok gyakorlati alkalmazását tették láthatóvá. Az egyéni munkák a saját élményű reflexió, a szakmai adaptáció, a közösségi és intergenerációs programtervezés, az egészségkommunikáció és a vizuális környezet felől tágitották a témát. A reflexív kérdőívek visszajelzései szerint a kurzus a hallgatók számára szemléletformáló, kreatív és szakmailag hasznos tanulási térként jelent meg.

Összegzésként kiemelhető továbbá, hogy a művészetalapú egészségmegőrzés felsőoktatásban való feldolgozása akkor válik megalapozottá, ha az ismeretek átadásához gyakorlati tervezés, saját élményű tapasztalat és reflexív értelmezés is társul. A kurzus így egy fejleszthető felsőoktatási műhelyként is értelmezhető: olyan térként, ahol a művészet, az egészség, a prevenció, a közösség és a személyes fejlődés kapcsolata tanulási tapasztalatként is megjelenik.

Irodalom

Fancourt, D., & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. (Health Evidence Network synthesis report 67).

Stuckey, H. L., & Nobel, J. (2010). The connection between art, healing, and public health: A review of current literature. American Journal of Public Health, 100(2), 254-263. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2008.156497>

Warran, K., Burton, A., & Fancourt, D. (2022). What are the active ingredients of arts in health activities? Development of the INgredients iN ArTs in hEalth (INNATE)

Felhasznált kurzusanyagok:

- A kurzus során készült hallgatói csoportmunkák, prezentációk és kísérő dokumentumok.
- A kurzus során készült egyéni hallgatói reflexiós naplók.
- A kurzus végén kitöltött reflexív kérdőívek és a kérdőív üres sablonja.

NAGYNÉ DR ÁRGÁNY BRIGITTA A PARLANDO KORÁBBI SZÁMAIBAN MEGJELENT MUNKÁIBÓL:

Nagyné dr. Árgány Brigitta: A zenei előképzettség összetevőinek komplex vizsgálata óvodapedagógus és tanító alapszakos hallgatók körében a Kaposvári Egyetemen (A szerző doktori disszertációja és annak rövidített változata)
(2020/2.)

Nagyné dr. Árgány Brigitta: „Music is What People Do”. Összefoglaló az EAS 28., az ISME 8. Regionális Konferenciájáról. A „Freiburg University of Music” és a „Freiburg University of Education” rendezésében, Freiburg, Németország, 2021 március 24-27. (pdf)
(2021/3.)

Nagyné dr. Árgány Brigitta PhD: Komplex művészeti projektek az óvodapedagógus alapképzésben
(2023/5.)

Nagyné Árgány Brigitta: Harmadéves óvodapedagógus hallgatók zenei gyakorlatának értékelése a mentorpedagógusok szemszögéből
(2023/6.)

Majorosi Virág – Nagyné Árgány Brigitta: A „Látható hangok” program integrálása az „Ének-zene, énekes játék, gyermektánc” tevékenységformába
(2024/4.)