

MAROSSY ÉVA¹
**A SZENVEDÉLYBETEGSÉGEK TÁRSADALMI SZINTŰ
MEGKÖZELÍTÉSE**

Prevenációs törekvések és modellek a közoktatásban és a zenepedagógiában

A nevelés megelőzi az oktatást

Vekerdy Tamás

Drogprevenció, társadalom, pedagógus

A kábítószer használat egyre nagyobb egészségügyi kihívássá vált.

Az ENSZ adatai szerint több, mint 275 millióan próbáltak már ki valamilyen illegális drogot, és az opioid válság, valamint az új pszichoaktív szerek terjedése fokozza a függők számát. Az egyes országok különböző társadalomszabályozási stratégiát dolgoztak ki a drogfogyasztás csökkentésére. [1] A rendészeti modell kriminalizálja a drogfogyasztást. A dekriminalizációs modell nem rendészeti, hanem közegészségügyi problémának tekinti a szerhasználatot, és a megelőzésre, terápiára, közösségi támogatásra helyezi a hangsúlyt. A tudományos kutatások kimutatták, hogy a szigorú büntetőpolitika nem csökkenti a szerhasználatot, viszont növeli a túladagolás és a visszaesések számát. Azokban az országokban, amelyekben a szerhasználó egy egészségügyi és szociális bizottsághoz kerül, csökken a drogfogyasztás. Az illegális drogok fogyasztásának megelőzése nem különíthető el a legális drogokétól. A szenvedélybetegség egy egészségügyi probléma, amely nem csak az egyén életét teszi tönkre, hanem a családjáét is, és jelentős károkat okoz a társadalomban és a gazdaságban. A megelőzés társadalmi feladat, amelyben az oktatásnak fontos szerepe van.

Az oktatás minősége és szemlélete meghatározza az egészséghez való viszonyulást. Az egészségvédelem és a primer prevenció egyik legfontosabb színtere az iskola. [2] A külső és az integrált módszerek lehetővé teszik a pozitív életvezetést és a saját egészség gondozásának képességét, amelynek az egyik része a drogmentesség.

¹ Tanulmányok: Liszt Ferenc Zeneművészeti Főiskola, Miskolc (1995) zenetanár, zongora; Eötvös Lóránd Tudományegyetem, PPK (2005) pedagógus szakvizsga, zenei munkaképesség-gondozás; Miskolci Egyetem, BBZI (2015) zongoratanár mesterfokozat. 1992-től 2021-ig a kazincbarcikai Kodály Zoltán AMI tanára. Jelenleg a hátrányos helyzetű gyerekeket segíti a zenével Kazincbarcikán.

Prevenációs szintek, prevenációs módszerek

A drogprevenáció a drogfogyasztás által okozott hiányokból, problémákból, betegségekből indul ki. Célja a drogmentesség, a drogproblémák megszüntetése. Három prevenációs szintre tagolódik, amelyek a gyakorlatban egy egységet alkotnak.

- **Az elsődleges prevenáció** célja, hogy a fiatalok eleve ne is próbálják ki a drogot. Színtere az óvodáktól kezdve az iskola alsó tagozata, egyes iskolákban a felső tagozat is.
- **A másodlagos prevenáció** a drogot kipróbáló, de rendszeresen nem fogyasztó fiataloknak nyújt segítséget. Színtere az iskola és egyéb korrekciós intézmények.
- **A harmadlagos prevenáció** a problémás drogfogyasztók társadalmi beilleszkedését segíti. Színterei a kórházak és korrekciós intézmények. A tradicionális drogprevenáció medikális szemléletű, a speciális problémákra, drogfüggőség-betegségekre összpontosít. Az egészséget a betegség hiányaként értelmezi, nem veszi figyelembe a lelki és szociális tényezőket.

Az első iskolai drogprevenációs programokat az osztályfőnöki óra keretében szervezték. Egy rendőrtiszt tartott előadást a drogfogyasztás veszélyeiről, és következményeiről. A másik lehetőség, hogy az iskolában egy erre kijelölt napon drogosokkal foglalkozó szakértők tartottak előadást a gyerekeknek. Az utóbbi évtizedekben jelentős változás következett be a drogprevenáció területén és az oktatásban. [3] Az 1970-es években kerültek kidolgozásra a tanulók szociális készségeit, problémamegoldó és konfliktuskezelő készségeit fejlesztő csoportmódszerek és programok. A prevenációs módszerek nem terápiás jellegűek, ezért széles körben bevezethetők az oktatásban. A kortársképzés célja olyan fiatalok kiképzése, akik megfelelő értékeket, és üzeneteket közvetítenek a gyerekeknek. Az osztályközösségben valamilyen központi szerepet töltenek be, és diáktársaik által elismertek. A kortárs segítő képzés során a gyerekek olyan módszereket tanulnak, amelyekkel a hátrányos helyzetű társaikat segíteni tudják. Az egészségfejlesztés területéhez azok a tevékenységek tartoznak, amelyek az egészség megőrzését, fejlesztését szolgálják. A jó egészség nem kizárólag az egészségügyi ellátás feladata, nem is az egyén kizárólagos felelőssége, hanem széles társadalmi összefogás eredménye. Ezért fontos az oktatás szerepe ebben a munkában. Az egészségfejlesztés területéhez tartozik az egészségnevelés, amely egy tudatosan tervezett tanulási lehetőség. Az egészséges életvitel kialakításához szükséges készségek, és viselkedésformák elsajátításában segít. A medikális

szemléletű, és a rendszer szemléletű módszerek külső iskolai programok. Az USA-ban dolgozták ki.

A drogfüggőség kiváltó okai

A függőséggel foglalkozó szakemberek egy része úgy véli, hogy a drogos a felelős az ő állapotáért, és a megoldás is az ő feladata. A többségük szerint viszont nem ők a drogfogyasztás kizárólagos felelősei. A függőség kialakulásának számtalan oka van: a szülői, családi minták, lakóhely, kortárs csoport, iskolai közeg, személyiség típus. [4] Vannak olyan tényezők, amelyeket a jó iskola és módszerek minimálisra tudják csökkenteni.

- **túlterheltség:** A túl sok tananyag, amely nem veszi figyelembe a gyerekek terhelhetőségét, pszichésen is terheli a fizikumot és az idegrendszert. a gyerekek egy része éppen azért próbálja ki a kémiai szereket, hogy meg tudjon felelni az iskolai elvárásoknak.
- **pedagógiai értékelés:** A gyerekek nem megfelelő értékelésének és teljesítményéhez kötött elfogadásának is lehet olyan következménye, mint a viselkedési, és kémiai addikció.
- **tananyag és módszer:** Ha a tananyag és a módszer nem a gyerek sajátosságaihoz igazodik, akkor nem lesz motivált, ezért nem lesz megfelelő önismerete, és jövőképe sem.
- **iskolai légkör:** Támogató és biztonságos kapcsolatok nélkül nem fejlődik az értékrendje, és a megküzdéshez szükséges szociális készségei.

A függőség kialakulásához évek, évtizedek összetett problémái vezetnek. Nincs olyan igazi függő, akinél ne volna kimutatható az érzelmi depriváció, érzelmi nélkülözés, ami egészen a kisgyerekkorig vezethető vissza. [5]

Nem attól válik függővé az egyén, hogy kipróbálja a drogot, hanem attól, hogy olyan funkciókra használja, amiket azok nélkül kellene megoldania. A fáradtság feloldására, szorongás csökkentésére. A jó szociális készségeknek fontos szerepe van.

Az iskola és a pedagógus kompetenciái, feladatkörei

A társadalom egy része úgy véli, hogy a kábítószer fogyasztás és az ezzel kapcsolatos prevenció munkája elsősorban a pedagógus feladata. Mások szerint a pedagógusok nincsenek birtokában a drogprevencióhoz szükséges kompetenciáknak. Korábban a drogmegelőzéssel járó tevékenységgel valóban a speciális intézmények szakemberei foglalkoztak. A másodlagos és harmadlagos prevenció most is az ő feladatuk. Az elsődleges prevenció leggyakoribb és legalkalma-

sabb színtere azonban az iskola. A gyerekek az iskolában töltenek több időt, mint a családban, ezért az oktatási intézmények nevelési funkciója kibővült a preventív, korrekciós feladatokkal. A gyerekkorban alakulnak ki azok a normák, szociális készségek, megküzdési stratégiák, amelyek meghatározzák a felnőtt életet. Ezeket a nevelési értékeket a családban és az iskolában tanulják a gyerekek. Az elsődleges prevencióhoz ezért egészen más kompetenciák szükségesek, mint a másodlagos és harmadlagos prevencióhoz, amelyekhez már nélkülözhetetlen a megfelelő drogismeret és a speciális megelőzési technikák. Az iskolának speciális szakismeret nélkül is rengeteg eszköz van a kezében, amelyekkel közvetetten a segíthetik a megelőzést. Az iskolai prevenció hosszú távú, objektív, és a diákok életkori sajátosságaihoz igazodik.

- **Feladata:** a gyerekek egészséges fejlődéséhez szükséges körülmények biztosítása, az intellektuális és személyiségkomponens nevelési feladatok ellátása, és az egyéni és familiáris korrekciós munka, támogató kapcsolat kialakítása a diákkal.
- **Módszerei:** korszerű tanulásszervezés, motiváló feladatok, megfelelő pedagógiai értékelés, önismeretet fejlesztő beszélgetés.
- **Kompetenciái:** élettani, tanuláspszichológiai és módszertani ismeretek, mentálhigiénés alapismeretek.

Ha a gyerek a családban és az iskolai közegben elsajátítja a pozitív életvezetéshez szükséges készségeket, akkor nagy valószínűséggel nem lesz függő.

Ezek a készségek a gazdaságos munka és tanulásszervezés, probléma és konfliktuskezelés, reális önismeret. A preventív, korrekciós munka nem terápia, az iskola saját erőforrásaira, és a pedagógus kompetenciájára épül.

Egészségfejlesztés, egészségnevelés a zenepedagógiában

A zenészek egészségi állapotával kapcsolatos kutatások 1959-ben kezdődtek a Liszt Ferenc Zeneakadémián, Kodály Zoltán szorgalmazására. [6] Dr. Kovács Géza, és dr. Pásztor Zsuzsa több évtizedes kutató munkájának eredménye a zenei munkaképesség gondozás, a Kovács Módszer pedagógiája. ZMG Az új zenepedagógiai tudományterület most is kutatás alatt áll, és fejlődik. A zenészek egészségi állapotáról készült legutóbbi adatgyűjtés anonim kérdőívein a gyerekek az eddiginél is több egészségügyi problémáról számoltak be. A leggyakoribb tünetek: mentális, érzelmi problémák, vegetatív zavarok, mozgásszervi panaszok, táplálkozás és anyagcsere, légzés és keringési zavarok. Az egészségügyi problémák kialakulásához a cigaretta, az alkohol, és a drogfogyasztás is hozzájárul, amiről nem beszélnek a gyerekek, de tudni kell róla. A zeneművészeti szak-

gimnazista növendékek mindössze 23 százaléka nyilatkozott úgy, hogy nincs egészségügyi problémája. A felmérések a növendékek körülményeit is vizsgálták, amelyekből kiderült, mi okozza a gyerekek problémáit. A terhelés nagyobb, mint a teherbírás. A sok feladat mellett az egészség gondozása háttérbe szorul. A munkabíráshoz szükséges legfontosabb feltételek hiányosak. A gyerekek terhelése már nem csak a zeneművészeti, hanem a közismereti iskolákban is nagy. Olyan módszer azonban, amely már nem külső pedagógiai program, a zenepedagógiában került kidolgozásra.

A ZMG fizikai edzésmódszere helyreállítja a sejtek tápanyag és oxigén ellátását, életmód programja és szemlélete megtanít a gazdaságos tanulásra. Segít helyreállítani a vegetatív szabályozás egyensúlyát, ezáltal megvéd a kimerüléstől és az egészségügyi problémáktól. [7] A gyerekek képességeihez, sajátosságaihoz és egyéni tempójához igazított adaptív oktatással megelőzhető az iskolai túlterhelés és teljesítményszorongás.

- **A megfelelő pedagógiai értékelés** reális önismeretre tanít.
- A jól választott darab motivál, értékre nevel. Megtanít az érzelmek kifejezésére.
- **A támogató kapcsolat** megelőzi az érzelmi elhanyagoltságot, és fejleszti a szociális készségeket.
- **A modern tanulási technikák** bizonyítottan eredményesek a pozitív életvezetés kialakításában.

A zenei munkaképesség gondozás az első olyan egészségnevelési program, amely az oktatás integrált része. Ezáltal egy fontos társadalmi feladatot is ellát: megtanít a pozitív életvezetésre, amelynek része a drogmentesség.

Felhasznált irodalom:

[1] Rác József, Ember helyett semmirekellő – amilyen az ország, olyan a drogtörvénye, HVG, 2025.05.13.

https://m.hvg.hu/360/20250513_racz-jozsef-pszichiater-drogtorveny-velemeney-kriminalizacio-fogyasztok-gyogyitas-borton-melyszegenyseg,

(megnyitva 2026. január 12.)

[2] Bagdy Emőke-Telkes József: Személyiségfejlesztő módszerek az iskolában, Tankönyvkiadó, Budapest, (1994) ISBN 963 08 2626 0

[3] Ferenczi Zoltán: Drogprevenció, pedagógus, iskola, ELTE Eötvös Kiadó Kft. Budapest (2003), ISBN 963 463 634 9

- [4] Peer Krisztina- Hetényi Tamás, Hogyan neveljem a kamaszom, hogy ne legyen függő? (2025. január 4.)
<https://telex.hu/életmod/2025/01/04/fuggoseg-kamaszok-droghasznalat>
(megnyitva 2026. január 12.)
- [5] Vekerdy Tamás: Érzelmi biztonság Mit kellene tudnunk a gyerekekről és magunkról ISBN 978 963 89026 9 6
- [6] Dr. Pásztor Zsuzsanna: A zenész fiatalok egészsége,
https://www.parlando.hu/2025/2025-2/Pasztor_Zsuzsanna.pdf,
(megnyitva 2026. január 12.)
- [7] Dr. Kovács Géza–Dr. Pásztor Zsuzsa: Zenei munkaképesség gondozás az iskolában és otthon, Kovács Módszer Stúdió, Budapest, (2003)

MAROSSY ÉVA ÍRÁSAI A PARLANDÓBAN (VÁLOGATÁS)

[Marossy Éva: A zeneoktatás változása a társadalmi mozgások tükrében. Zenei értékrendünk és gyakorlatunk Kodálytól napjainkig \(pdf\)](#) (2022/2.)

[Marossy Éva: Az asszertív kommunikáció szerepe a zenepedagógiában. Az agresszió megelőzése a zenei neveléssel \(pdf\)](#) (2022/4.)

[Marossy Éva: Humanisztikus zenepedagógia. Az elfogadás](#) (2022/3.)

[Marossy Éva: Humanisztikus zenepedagógia. Speciális nevelési igény](#)
(2023/2.)

[Marossy Éva: Mentális betegségek megelőzése. Zeneiskolai mentálhigiéné](#)
[\(pdf\)](#) (2023/1.)

[Marossy Éva: Szülők edukációja a zenepedagógiai gyakorlatban. A Kovács-módszer szerepe a családi nevelésben](#) (2024/4.)

[Marossy Éva: Szülőknek, gyerekekről. Családra kiterjesztett primer prevenció a zenepedagógiai gyakorlatban](#) (2024/6.)

[Marossy Éva: Zenével a gyerekekért. Korrekciós munka a zenepedagógiai gyakorlatban](#) (2026/1.)