

# A pszichológiai immunitás és a megküzdő képesség fejlesztése a művészetpedagógia eszközeivel: problémák és lehetőségek

Bredács Alice  
Pécsi Tudomány Egyetem Művészeti Kar  
[alice.bredacs@gmail.com](mailto:alice.bredacs@gmail.com)  
[bredacs.alice@pte.hu](mailto:bredacs.alice@pte.hu)

**Kulcsszavak:** Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív, pszichológiai immunitás, megküzdő képesség, jóllét, önbeteljesülés

## *A kutatás célja és hipotézisei*

Az itt ismertetendő kutatás az MTA – ELTE Vizuális kultúra Szakmódszertani Kutatócsoport kutatómunkájához kapcsolódik. A vizuális képességek fejlesztésének hatását vizsgálja a pszichológiai immunitás és a megküzdő képesség fejlődésére.

Ebben a tanulmányban, a saját korábbi kutatásaink eredményeire alapozva, a mért kompetenciákat, a mérőeszközöket és az elővizsgálat eredményeit ismertetjük. A 2016-2020 között zajló kutatás célja egy moduláris felépítésű, a Vizuális kultúra tantervében szereplő tartalmakat feldolgozó pedagógiai program kidolgozása és kipróbálása (Kárpáti, 2015).

A modulok a következők: 1. Vizuális kommunikáció, 2. Vizuális média kultúra, 3. Környezetkultúra, 4. A kortárs képzőművészet tanítása<sup>1</sup>. A programban a helyi igények, hagyományok figyelembe vehetők és a helyi iskolai lehetőségek, tanulói és tanári adottságok jól kihasználhatók. A vizuális képességfejlesztés alapja a Közös Európai Vizuális Műveltség Referenciakeret (Kárpáti és Pataky, 2016; Wagner és Schönau, 2016).

A fejlesztés hatását vizsgáló eszközök és módszerek között nem csak a vizuális képességek mérése szerepel, hanem helyet kapnak közöttük a kreativitás és az induktív gondolkodás fejlődését mérő tesztek is (Pásztor et al., 2017).

A tanulási-tanítási programokat kidolgozó pedagógusok szerint minden tanuló, kísérletező, alkotó, koherens személyiség, aki befogadói, manipulációs és alkotói tevékenysége hatására teljes személyiségében fejlődik. Ezért vizsgálunk olyan személyiségjegyeket is, mint a munka öröme, az öntisztelet megerősítése, a teljesítéssel kapcsolatos optimizmus (Seligman, 2011a) és az érzelmi képességek egyes területeinek kifinomítása (Bredács, 2009). A művészetpedagógia területén végzett eddigi vizsgálataink szerint a tanári tapasztalatok azt mutatják, hogy a tanulók szeretnek együttműködni társaikkal, szeretnek kreatív feladatokon dolgozni, játszani, őket érdeklő problémákat megoldani és szeretnek kipróbálni minél több új dolgot, szívesen ötletelnek, de képesek a feladatok elmélyült odafigyelést igénylő kidolgozására is. Ilyen tevékenységek mellett intenzíven fejlődik vizuális kultúrájuk, amely a tanulás transzferhatásai miatt természetes kapcsolatba kerülnek a tudáselsajátítás különféle formáival, megkönnyítve a tanulók felé áramló nagy mennyiségű információ befogadását, rendezését és feldolgozását, valamint az új tudás létrehozását. Bízunk abban, hogy a Moholy-Nagy Vizuális Modulok kipróbálói szintén ilyen nevelési eredményeket érnek majd el.

Jelen tanulmány az előmérés tapasztalatait osztja meg, amelynek célja a tanulók személyes jellemzőinek feltárása a Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív segítségével. Az eredmények nem csak a tanulók jobb megismerését, illetve ez alapján a többi vizsgálati

---

<sup>1</sup> Vö. a honlapot: <http://vizualiskultura.elte.hu>

eszközzel mért eredmények árnyaltabb értékelését teszik lehetővé, hanem azt a célt is szolgálják, hogy a kapott eredmények segítségével a modulok jobban illeszthetők legyenek a fiatalok adottságaihoz, képességeihez és szükségleteihez, attitűdjeihez.

Ezért feltételezhető, hogy bizonyos pszichológiai immunitás összetevők (adott életkorú tanulókat jellemző ismerete) felhasználhatók a tanulóknak szánt vizuális témák, feladatok, technikák és munkamódszerek kialakításában, mert

a) az előkutatás során kirajzolódnak azok a pszichológiai immunitás összetevők, amelyek fejlesztésre szorulnak a vizuális kultúra moduláris tantervei által,

b) jelezhetővé válnak a generációs változások és a vizuális kultúra fejlesztő programjaival alkalmazkodni lehet hozzájuk,

c) jól elkülöníthetők lesznek azok a pszichológiai immunitás összetevők, amelyek eleve erősek a vizsgált csoportokban, mert ezekhez a területekhez kapcsolódó alternatív feladat- és problémakínálatok tovább serkenthetik a tanulók tevékenységét, hiszen sikeresek lehetnek bennük, mintegy „felhúzza” a fejlesztésre szoruló területeket,

d) elkülöníthetők a fiúk és a lányok erősségeinek és gyengeségeinek képességterületei.

A Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőívvel (a fejlesztés lezárásakor, 2019-ben is) szeretnénk majd adatokat gyűjteni a kutatásba bevont tanulókról. Az elő- és utómérés célja a tanulók személyiségfejlődésének és a program bevalásának a nyomon követése. Az utómérés egyik – kutatást értékelő további – hipotézise szerint az feltételezhető, hogy egy intenzív program keretei között végzett feladatmegoldások visszahatnak a tanulók teljes személyiségének fejlődésére, amely mérésekkel kimutatható mértéket ölt majd. A másik szerint az feltételezhető, hogy a – személyes tulajdonságok fejlődése következtében – a tanulók saját céljainak megfogalmazása, „célra tartása”, önkibontakozása és motivációja a vizuális kultúra elsajátításának valamennyi fejlesztett területén javulni fog.

Tehát a pszichológiai immunitás-kutatás eredményei alapot nyújtanak a tanulói programok, fejlesztési tervek elkészítéséhez. Megerősítenek, illetve előre jelezhetővé tesznek bizonyos generációs változásokat (például a feladatvégzéssel kapcsolatos kitaratás, vagy motiváció csökkenésének mértéke), amelyek a pedagógusi munkában komoly kihívást jelentenek. A vizsgálat fókuszba helyezi a személyes célkitűzést és a célok elérésének megtervezése fontosságát és rámutat arra, hogy a pedagógiai munkában a nevelésnek egyre nagyobb szerepet kell kapnia.

### ***A vizsgálati módszer és a vizsgálati eszköz bemutatása***

A pszichológiai immunitás összetevőinek fejlettsége a tanulás és az életben való eredményes munka egyik kulcsa. Eredményes komponensei az érzelmi, kognitív és cselekvéses képességeket pozitív irányba befolyásolják, ezzel nő az énhatékonyság és az önszabályozás-hatékonyság érzete. Egészében (azaz nem csak a vizuális kultúrára vonatkozóan) eredményesebb lesz a tanulás és biztonságosabb a célok elérése.

A pszichológiai immunitás egy feltáró, védő- mozgósító-megelőző rendszer, amely képes felerősíteni a mentális egészség megőrzését támogató kompetenciákat és kiegyensúlyozni a személy és környezete közötti kölcsönhatásokat (Oláh, 1996, 1999, 2005). Mivel a külvilág az egyén számára folyamatosan és egyre gyorsabban változik, segíti az alkalmazkodóképesség fejlődését. Tulajdonképpen ez felel azért, hogy az egyén képes-e megküzdeni az új generáció korszakainak kihívásaival, mert előhívja a problémahelyzetek felismerését, kezelését, és ezzel együtt a helyzetekhez illő helyes érzelmi és viselkedési stratégiák megválasztását, valamint a személyben kialakult metakognitív stratégiák felismerését.

Minden fiatalra egy konkrét, de fejlődőképes pszichológiai immunitás-mintázat jellemző, amely azt jeleníti meg, hogy hogyan képes megküzdeni a feladataival a fiatal. Ebben alkalmazkodóképes és kevésbé alkalmazkodóképes megküzdési módok azonosíthatók. Az alkalmazkodni tudóbb, rugalmasabb, stressz-tűrőbb, céljaikért megküzdeni, önkiteljesedni tudó fiatalok magasabb pszichológiai immunitás-potenciállal rendelkeznek. De elfogadott, hogy minden pszichológiai immunitás összetevő fejleszthető is, mégpedig a kihívást jelentő (például a vizuális kultúra tárgykörébe tartozó) feladatokon keresztül.

A pszichológiai immunrendszer funkciója a „lélek védelme” és a pozitív testi és lelki működés irányítása, amely hozzásegít a lelki egészség jó állapotához, valamint a boldogabb élet megszerzéséhez és fenntartásához akkor is, ha az élethelyzet éppen inkább stresszel, vagy a személy számára nehezebb feladatokkal teli, mert egyesíti az értelmi, érzelmi, viselkedési, érzékszervi feldolgozásokat igénylő tanulási folyamatokat és maximalizálja a folyamatos lelki újjáépülést. „A pszichológiai immunitás mára olyan többdimenziós integrált koncepcióvá nőtte ki magát, amelyhez egy komplex működő modell tartozik, melyben a személyes, rugalmas erőforrások vagy adaptív képességek a stressz okozta lelki sérülésektől védeltséget nyújtanak.” (*Bredács és Kárpáti, 2012: 198*)

A pszichológiai immunitásnak 16 megküzdési képességterülete (komponense) van. Ezeknek itt csak az alapvető és rövidített meghatározását adjuk meg *Bredács Alice* (2014) egy korábban készített tanulmányában leírtak alapján. A meghatározásoknak a teljes és részletes leírása *Oláh Atilla* (a *Pszichológiai Immunitás Kérdőív* kidolgozása során kiadott kézikönyvében és) 2005-ben kiadott könyvében található.

1. *Optimizmus*: hit az események kedvező alakulásában.
2. *Kontroll érzés*: a saját érzelmek ellenőrzésének és irányításának képessége.
3. *Koherencia érzés*: az életcélok, a gondolkodás, az érzések és a viselkedés összehangolása.
4. *Öntisztelet*: a pozitív, de reális önértékelés talaján a büszkeség, az önjutalmazás, a saját testi-lelki egészség ápolása.
5. *Növekedésérzés*: a saját fejlődés folyamatosságának és az önkiteljesedésnek a megélése.
6. *Személyes forrásmonitorozó képesség*: a fejlődésre és az újra való nyitottság.
7. *Személyes forrásmobilizáló képesség*: erősíti a meggyőződést, a célok elérését, a helyes tevékenységek kiválasztását.
8. *Személyes forrásteremtő képesség*: a találékonyság, leleményesség, alkotóképesség, amelyek segítik az élettervek, ötletek, alternatívák kialakítását, az ismeretek átstrukturálását és a megvalósítást.
9. *Társas forrásmonitorozó képesség*: a társas környezeti információk érzékeny és szelektív észlelése és felhasználása. Ennek pozitív irányultsága az empátia.
10. *Társas forrásmobilizáló képesség*: segíti a kapcsolatteremtést, mások meggyőzését, támogatásuk megszerzését, aktivizálását és irányítását.
11. *Társas forrásteremtő képesség*: segíti a csoportépítést, a szervezést, az együttműködés irányítását.
12. *Szinkronképesség*: a környezeti változások követésének képessége a végzett tevékenységre való odafigyelés mellett.
13. *Kitartás*: a feladatok végig vitelének képessége, gátló körülmények mellett is, valamint a jutalom késleltetésének képessége és a magas frusztrációs tolerancia együttese.

14. *Impulzivitáskontroll*: az ösztönök megfékezésének, a viselkedés racionalizálásának, helyénvaló formái kiválasztásának képessége a várható következmények kontextusában.
15. *Érzelmi kontroll*: a kudarcok és a negatív érzelmek konstruktív viselkedéssé való átalakításának képessége.
16. *Ingerlékenység gátlás*: az indulatok, a düh és a harag feletti ésszerű kontroll gyakorlásának és konstruktív felhasználásának képessége.

A pszichológiai immunitás komponensei három nagyobb csoportot képeznek. Ezeket pszichológiai immunkompetencia alrendszereknek nevezzük. A Megközelítő–monitorozó alrendszer mutatja meg, hogy az egyén mennyire képes környezetét feltérképezni és megérteni. A Mobilizáló–alkotó–végrehajtó alrendszer arra mutat rá az, hogy az egyén, a saját céljai szempontjából hogyan képes mobilizálni és aktualizálni önön képességeit és környezetét, miközben megéli személyiségének fejlődését és az egyensúlyérzést. Az Önszabályzó alrendszer alapján ítéltethető meg a figyelem irányítási és a kontroll biztosítási jellemzők (Oláh, 2005). Az alrendszerek között egymás működését szabályzó dinamikus kölcsönhatás van. Ezzel segítik az „én” működését, fejlődését és alkalmazkodását. (1. táblázat)

1. táblázat A pszichológiai immunitás alrendszerei

PI KOMPONENSEK	PI ALRENDSZEREK
Optimizmus	Megközelítő–monitorozó alrendszer
Koherencia érzés	
Növekedésérzés	
Kontroll érzés	
Személyes forrásmonitorozó képesség	
Társas forrásmonitorozó képesség	
Személyes forrásmobilizáló képesség	Mobilizáló–alkotó– végrehajtó alrendszer
Személyes forrásteremtő képesség	
Társas forrásmobilizáló képesség	
Társas forrásteremtő képesség	
Öntisztelet = kreatív énkép	
Kitartás = célorientáció	Önszabályzó alrendszer
Szinkronképesség	
Impulzivitás kontroll	
Érzelmi kontroll	
Ingerlékenység kontroll	

A pszichológiai immunitás vizsgálata alapján egy személyiségrajz, illetve – csoportok vizsgálata esetén – egy csoport vagy akár egy egész generáció jellemzői rajzolhatók fel. Az adatok összekapcsolhatók más vizsgálatokkal, például a motivációval, az érzelmekkel, a boldogságérzéssel, önismerettel és önmonitorozással is.

Ebben az elővizsgálatban az adatok a Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív junior változatával kerültek felvételre, amely egy 48 kérdésből álló önbevallós standard kérdőív. A kérdőívet Oláh Attila és munkatársai dolgozták ki, 1996-ban, majd a későbbiekben tovább finomították. A kérdőívben szereplő állítások különböző élethelyzetekkel kapcsolatosak. Azt vizsgálják, hogy a kitöltő vélekedése szerint mennyire jellemző az életfelfogására az adott kérdés megítélése. A válaszok igaz vagy hamis megadásának erőssége egy négy-fokú skálán történik. Ennek fokozatai: az egyáltalán nem jellemző rám; az egy kicsit jellemző rám; a jellemző rám; a teljesen jellemző rám. Az egyes pszichológiai immunitás komponensekhez

több állítás és a rájuk vonatkozó skálaérték tartozik. Ezek alapján számolható ki az adott személyre, vagy csoportra jellemző képesség erőssége.

### ***A vizsgálati minta bemutatása***

A kutatásban való részvételre a bevezetőben említett kutatási program résztvevői közül 17 városi általános és középiskola jelentkezett önkéntesen, közöttük hét budapesti, egy dunaújvárosi, egy edelényi, egy jászberényi, egy kecskeméti, egy nyíregyházi, egy makói, egy pécsi, kettő sárospataki és egy szegedi iskola. Ez az összetett minta szerencsés abból a szempontból, hogy többféle iskolai környezetben és szociokulturális miliőben kerül sor a modultervek kipróbálására.

A teljes kutatási programban 812 tanuló vesz részt, akik alap- (alsó tagozatos) és középfokú speciális rajzképzésben részesülnek. A tanulók között 70 első (36 fiú és 34 lány), 358 ötödik (183 fiú és 175 lány), 348 kilencedik osztályos tanuló (202 fiú és 181 lány) van. E mintának valamennyi tanulója vagy a speciális rajzi, vagy a kontroll csoportba jár. A speciális rajzi csoportban folyamatosan kipróbálásra kerülnek majd az elkészült feladatok és modulok, a kontroll csoportban pedig nem. A kísérleti csoportban öt iskola kilenc osztálya és 265 tanulója vesz részt, a kontroll csoportban pedig két iskola négy osztálya és 118 tanulója.

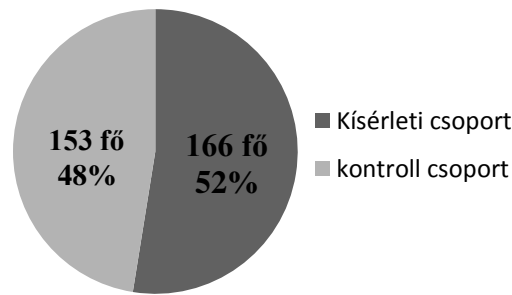
A pszichológiai immunitás előkutatásban a teljes mintának csak egy kisebb részével foglalkozunk, nevezetesen a középiskolás (kilencedik osztályba járó, 1999–2002 között született) korosztállyal. A valamivel nagyobb fiúlétszám szerencsés, mert a fiúk a kérdőívet felületesebben töltötték ki, mint a lányok, így az adattisztítás után egy spontán kiegyenlítődés is történik. Az elővizsgálati adatfelvételt 2017 tavaszán került sor. A kérdőívet nem töltötte ki mindenki. (A vizsgált kilencedikes osztályok adatait ld. a 2. táblázatban.)

**2. táblázat A Moholy-Nagy Vizuális Modulok – a 21. század képi nyelvének tanítása projektben vizsgált tanulók csoportjainak megoszlása**

iskola		osztály / tagozat	tanulók száma (N)	fiú/lány száma
kísérleti csoport	Szent István Sport Általános Iskola és Gimnázium, <b>JÁSZBERÉNY</b>	9a	35	17/18
	Nyíregyházi Egyetem, Eötvös József Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium, <b>NYÍREGYHÁZA</b>	9a	20	6/14
		9b	19	5/14
	Budapesti Eötvös József Gimnázium, <b>BUDAPEST</b>	9c	30	21/9
		9d	31	19/12
	Budapesti Fazekas Mihály Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium, <b>BUDAPEST</b>	9a	30	16/14
9c		33	25/8	
kontroll csoport	Kőbányai Szent László Gimnázium, <b>BUDAPEST</b>	9a	36	7/29
		9f	31	16/15
	Makói József Attila Gimnázium, <b>MAKÓ</b>	9a	21	13/8
		9b	29	14/15
	Kovács Pál Baptista Sportgimnázium, <b>BUDAPEST</b>	9a	34	22/12
		9b	34	21/13
			N=383	202/181

A 383 kérdezettből a kérdőívet 316 fő küldte vissza. A kérdőív egy-egy kérdésére nem adott mindenki választ. A hiányosan kitöltött kérdőíveket nem vettük ki az adatállományból, mert egy-egy pszichológiai immunitás változóra több kérdés is vonatkozott párhuzamos itemként. A kitöltők aránya 88%, ami messze megfelel a mintavételi előírásoknak. A kérdőívet a kísérleti osztályokból 166 tanuló (52%), a kontroll osztályokból pedig 153 tanuló (48%)

töltötte ki. A kísérleti és a kontroll csoport létszáma közötti különbség csekély, ezért a minta arányosnak tekinthető. A kontroll csoport az összehasonlítás céljára szolgál. (1. ábra)



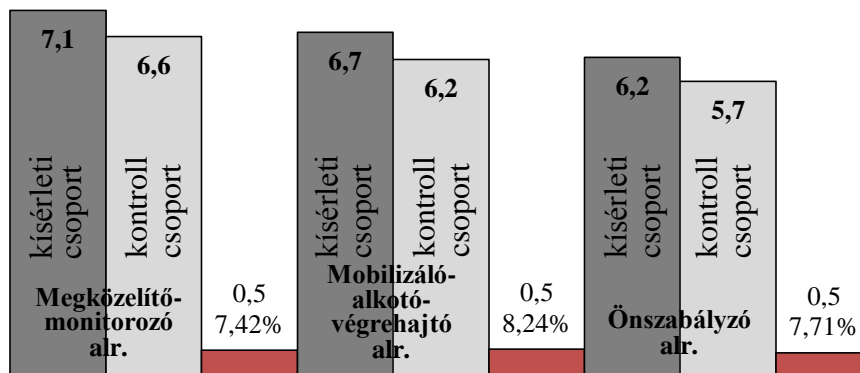
1. ábra. A kérdőívet kitöltő tanulók aránya a kísérleti és a kontroll csoportban

### ***A kutatási eredmények elemzése***

A kutatási eredmények feldolgozása során először a kísérleti csoport, majd a kontroll csoport eredményeiről lesz szó, végül összehasonlítom a két csoport eredményeit. Fejlesztési javaslatokat nem csoportbontásban kínálok, hiszen a kutatás a vizuális kultúra – mint egy a közoktatásban fontos tantárgy – fejlesztéséről szól.

A pszichológiai immunitás fő eredménye a kísérleti csoportnál a magasabb. Az alrendszerekre vonatkozó eredmények azt is egyértelműen mutatják, hogy a vizsgált kilencedikes tanulók fő erénye a feladatok, problémák és helyzetek megközelítése, monitorozása. Ettől nehezebb nekik a tervek és a célok végrehajtása, ami a „célratartás” problémáját veti fel. Ezzel a jelenséggel, ugyanennél a korosztálynál és generációnál találkozni lehetett már a korábbi kutatásokban is (Bredács, 2012, 2015). A vizsgált korosztály gyengéje az önszabályozás. A leíró táblázat azt is megmutatja, hogy az Önszabályzó alrendszerben az átlagértékek szórása a legnagyobb (elsősorban a kontroll csoportra jellemzően), azaz vannak olyan tanulók, akiknek az önszabályzó képessége még az átlagtól is sokkal gyengébb. Ezt a jellemző tendenciát – a korábbi vizsgálati eredményekkel való egybecsengés után – úgy is meg lehet fogalmazni, hogy „életkori sajátosságokat mutat” (Bredács, 2012, 2015).

A kutatás számára ez azt a kérdést veti fel, hogy milyen, a Vizuális kultúra tantárgy körébe vonható témák, feladatok, problémafelvetések, eszközök és módszerek segíthetik hatásosan a tanulók megvalósítási felelősségét és – főleg – önszabályozó- és kontroll érzéseit. A pszichológiai immunitás főértéke és alrendszereinek értékei körülbelül 7,5-8 százalékkal magasabbak a kísérleti csoportban, mint a kontroll csoportban. A legnagyobb eltérés a Mobilizáló-alkotó-végrehajtó alrendszer eredményében van a két csoport között, ami abból a szempontból indokoltnak tűnik, hogy ez az alrendszer tartalmazza a speciális rajzi tevékenységgel gyakrabban foglalkozó kísérleti csoportban az alkotás, kivitelezés elemeit. (2. ábra)



2. ábra. A kilencedik osztályos tanulók pszichológiai immunitás fő és alrendszer értékei a kísérleti és a kontroll csoportban

A következőkben leíró táblázat, ábra és csoportprofil kép segítségével részletesen elemzem a pszichológiai immunitás összetevőit. Ezekben az adatrendezési formákban jól látható, hogy a három legmagasabb pszichológiai immunitás komponens-érték mindegyike (azaz a növekedésérzés, a kontroll érzés és a társas forrásmonitorozó képesség) a Megközelítő-monitorozó alrendszer tartományába kerül, és ezzel együtt a gyakoriság szempontjából a felső kvartilisbe esik. A legalacsonyabb értékek közül viszont kettő (a szinkronképesség és az érzelmi kontroll) az Önszabályzó alrendszer elemei között található. Megjegyzendő, hogy a szinkronképesség minden eddig vizsgált kamaszkorú csoportnál az egyik leggyengébb érték. Ezek a gyakoriság szempontjából az alsó kvartilisbe esnek. A Mobilizáló-alkotó-végrehajtó alrendszer területén többnyire átlagos értékű képességterületek találhatóak, de van itt egy kiemelkedően magas (a személyes forrásmobilizáló képesség) és egy igen alacsony (a társas forrásteremtő képesség) képességterület is.

A kísérleti és kontroll csoport profil képeket elemző részben a vizsgált csoportok legjellemzőbb sajátosságainak leírásáról lesz szó. Ehhez el kell készíteni egy mintához igazított profil-skálát, úgy, hogy megkeressük a kapott összes átlagérték közül a legmagasabbat és a legalacsonyabbat, ami ebben a mintában 7,38 pont és 4,92 pont. Az összes többi érték e két szélsőérték között helyezkedik el, vagyis ezek a számok lesznek a kialakított profil-skála alsó és a felső határai. A kategóriaértékeket úgy kell kidolgozni, hogy a legalacsonyabb és a legmagasabb pontértékek is beleférjenek valamely kategóriába, ugyanakkor a kategóriák arányosságára is ügyelni kell. A hétfokozatú skála kategóriái és kategória határai a következők:

- rendkívül alacsony: 5,184 és ez alatti
- nagyon alacsony: 5,185–5,550
- alacsony: 5,551–5,916
- átlagos: 5,917–6,282
- magas: 6,283–6,648
- nagyon magas: 6,649–7,014
- rendkívül magas: 7,015 és ez feletti

(A mintára számolt kategórialepcső: 3,65 pont)

A kísérleti csoportban a profilkategóriák alapján a legtöbb pszichológiai immunitás összetevő a rendkívül magas és a nagyon magas kategóriákba esik. A csoport legfőbb erőssége a növekedésérzés, a kontroll érzés, a személyes és társas forrásmonitorozó képesség, a személyes forrásmobilizáló képesség, valamint az ingerlékenység kontrollja.

A rendkívül magas növekedésérzés a korábbi – általam kutatót (*Bredács, 2012, 2015*) – hasonló korú csoportok vizsgálati eredményeit meghaladja, jelezvén, hogy a csoport tagjai tisztában vannak a tanulás, a feladatvégzés fejlesztő hatásával és ez inspirálja is őket. Megélik saját fejlődésük, önkiteljesedésük folyamatosságát és fontosságát. Ez részben betudható annak is, hogy a tagok tudják, hogy ők egy jelentős kutatás résztvevői.

A rendkívül magas kontroll érzéshez tartozó jellemzők a tanulási eredmények szempontjából igen fontosak, mert ennek segítségével képesek a tanulók érzelmeiket, gondolataikat és tetteiket ellenőrizve, a körülményekhez jól alkalmazkodva, energiáikat a cél elérésére irányítani. Ebben a csoportban a kontroll érzés az ingerlékenység kontroll magas értékével társul, ami a düh és a harag feletti ésszerű kontroll gyakorlásának és konstruktív felhasználásának képességét jelenti. Elvileg ez a tulajdonság igen jól segíthetné a csoportban az együttműködést, valamint az érzelmi kontrollt, azonban valami miatt mégsem így alakul a helyzet.

A személyes képességterületek együttese, ebben a csoportban a rendkívül magas személyes forrásmonitorozó és személyes forrásmobilizáló képességterületekből (a csoportban – az összes pszichológiai immunitás összetevő közül ez a legmagasabb érték) és az ezektől kicsit alacsonyabb személyes forrásteremtő képességből áll.

A személyes forrásmonitorozó képesség, vagyis a kihíváskeresés magas szintje, azért nagyon értékes tulajdonsága a csoportnak, mert az új dolgokra, a változásra való nyitottságot mutatja meg, amely azt valószínűsíti, hogy a csoport tagjai már e kísérlet előtt is a szokásosnál gyakrabban kaptak ilyen tulajdonságot kifejlesztő feladatot. A személyes forrásmobilizáló képesség az énhatékonyság érzését jelenti, azt, hogy a helyes tevékenységgel, attitűddel és gondolkodási formákkal el lehet érni a kitűzött célokat. A személyes forrásteremtő képesség az alkotóképességgel rokon, ami kifejezetten egy vizuális neveléssel megvalósítható tantárgyi funkció. Társas verzióját csoportkreativitásnak is nevezik.

E csoport tagjai személyes energiáikat igen magas szinten képesek is mobilizálni és aktualizálni, de a társas energiákat már kevésbé képesek összekapcsolni a sajátjaikkal. A rendkívüli társas forrásmonitorozó képesség mellett a nagyon magas társas mobilizáló képesség és a csak átlagos társas forrásteremtő képesség áll. A csoportot ezeknek az eredményeknek az alapján az jellemzi, hogy nagyon magas szinten képesek a társas környezeti információk érzékeny és szelektív észlelésére és felhasználására, társaikkal szemben empatikus attitűdöt tanúsítani. A kapcsolatteremtésben, a társak meggyőzésében és aktivizálásában is ügyesek. A csoport tagjainak együttműködési, szervezési és a csoportépítéssel kapcsolatos képességei viszont alacsonyabb szintűek az előző kettő társas képességnél. Az együttműködés a korábbi kutatásaimban (*Bredács, 2012, 2014*) sem volt erőssége a rajzzal és a vizuális tevékenységekkel foglalkozó tanulóknak, talán mert ez a munka inkább a belső tulajdonságokat erősíti jobban, ritkán születik közös produkció, így az inspiráló közös sikerek sem gyakoriak. A több kooperációs feladat, közös játék, kísérlet és a közös, vagy az egymásra épülő vizuális érzelmi intelligenciával, a boldogságtéremtő képesség társas oldalával kapcsolatos feladatok végzése fejlesztő hatású lenne a csoport számára.

A csoport fejlett kitartás képessége mutatja a csoport hosszabb távú feladatrendszerekkel és projektekkal való terhelhetőségét. Ezek lehetnek bonyolultabbak, összetettebbek, idő- és energia igényesebbek.

Optimizmusuk a nagyon magas kategóriába tartozik, amely alapja a kiteljesedésnek, és annak, hogy képesek a negatív önbeteljesítő jóslatokat átkódolni e csoport tagjai.

A csoportban az öntisztelet magas, de nem rendkívüli. E tulajdonság fejlesztése céljából nagyon jó feldolgozandó témák fogalmazhatók meg a vizuális művészetek területén, de a bonyolult, újítás jellegű folyamatok végig vitele is segíti fejlődését. *Seligman* (2002, 2011a, 2011b, 2012) és más boldogságkutatók (például: *Seligman és Csíkszentmihályi, 2000; Hamvai és Pikó, 2008; Oláh, 2012; Lyubomirsky, 2008, 2013*) szerint az öntisztelet és az optimizmus



együtt alakítja ki sorsdöntően a boldogság, a jóllét, az étellel való megelégedettség érzését és segíti a kiteljesedéssel kapcsolatos törekvéseket.

A kísérleti csoportban a koherencia érzés nagyon magas, az impulzivitás kontroll pedig magas színvonalú. Korábbi kutatási eredményeim (Bredács, 2012, 2015) viszont a középiskolások viszonylag gyenge ilyen irányú képességeit jelezik. A legtöbb iskolában a tanulóknak viszonylag pontos képük van arról, hogy hogyan kell az ingerlékenységüket csökkenteniük (ha nem is mindig sikerül ez nekik), de arról, hogy hogyan legyenek koherensebb személyiségek, illetve, hogy az impulzivitásukat és az ezzel kapcsolatos reflexióikat hogyan kezeljék és közvetítsék kulturáltan, arról kevesebb jó elképzelésük van.

Ebben a csoportban is, de a középiskolás életkorban általában erősen fejlesztésre szorul az érzelmi intelligencia, benne az érzelmek kontrollálásának képessége, és a rendkívül alacsony értéket mutató szinkronképesség (amely ebben a mintában a legfejletlenebb terület). Mindkettő generációs és a digitális nemzedékhez kötődő probléma. Az érzelmi kontroll szerepe a pozitív irányzatok hatására kulcspozícióba lépett az örömteli emberi élet szempontjából, mert a fiatalok egyre kevésbé tudják jól értelmezni érzéseiket, valamint kezelni kudarcaikat és negatív érzelmeiket. Nem igazán tudják ezeket konstruktív viselkedéssé alakítani, ez pedig az egész életükre ki fog hatni. A szinkronképesség a környezeti változások követésének képességével és a saját tevékenység szinkronba hozásával függ össze és alacsony szintje a nonkonformizmusra<sup>2</sup> is jellemző. Ez a kamaszkorban valóban nehéz feladat, ezért ez utóbbi nem csak generációs, hanem életkori probléma is.

A fenti átlagértékekre vonatkozó megállapítások mellett fontos szemügyre venni a magas szórásértékeket, amelyek főleg az alacsony átlagértékekkel társulva mutatnak jelentősebb problémát, mert arra utalnak, hogy az adott tanulói csoport a vizsgált tulajdonság tekintetében nem homogén, hanem a csoportban vannak az adott tulajdonsággal nagyon magas és igen alacsony szinten rendelkező egyének. Ilyen alacsony átlageredményt mutat, magas szórás mellett az érzelmi kontroll és a szinkronképesség is. (3. ábra)

ELŐVIZSGÁLAT - PIK faktorok kísérleti csoport	T pont	rendkívül alacsony 5,184 és alatta	nagyon alacsony 5,185 5,550	alacsony 5,551 5,916	átlagos 5,917 6,282	magas 6,283 6,648	nagyon magas 6,649 7,014	rendkívül magas 7,015 és felette
Optimizmus	6,77							
Koherencia érzés	6,69							
Kontroll érzés	7,38							
Növekedésérzés	7,33							
Személyes forrásmonitorozó képesség	7,24							
Társas forrásmonitorozó képesség	7,29							
Személyes forrásmobilizáló képesség	7,37							
Személyes forrásteremtő képesség	6,57							
Társas forrásmobilizáló képesség	6,86							
Társas forrásteremtő képesség	5,99							
Öntisztelet	6,52							
Kitartás	6,97							
Szinkronképesség	4,92							
Impulzivitás kontroll	6,40							
Érzelmi kontroll	5,48							
Ingerlékenység kontroll	7,02							

3. ábra. A kísérleti csoport pszichológiai immunitás profilképe

A kontroll csoport pszichológiai immunitás összetevői között egy rendkívül magas (a növekedésérzés), három nagyon magas (a kontroll érzés, a társas forrásmonitorozó képesség

<sup>2</sup> Már nem igazán tartja magát az a korábban általánosnak tekinthető nézet, hogy a művészek teljesen nonkonform személyek, inkább a vegyes tulajdonságok jellemzik őket is.

és a kitartás) és még újabb négy magas értékű (a személyes forrásmonitorozó képesség, a személyes forrásmobilizáló képesség, a társas forrásmobilizáló képesség és az ingerlékenység kontroll) van. Ezek mellett több átlagos (az optimizmus, a koherencia érzés, a személyes forrásteremtő képesség, az öntisztelet és az impulzivitás kontroll), egy alacsony (az érzelmi kontroll) és egy rendkívül alacsony (a szinkronképesség) értékű képességgel rendelkeznek. Ebben a csoportban a legmagasabb szórásértékek gyakran kapcsolódnak az alacsony pontértékekhez, így az impulzivitás kontrollhoz és az érzelmi kontrollhoz, valamint a szinkronképességhez. (4. ábra)

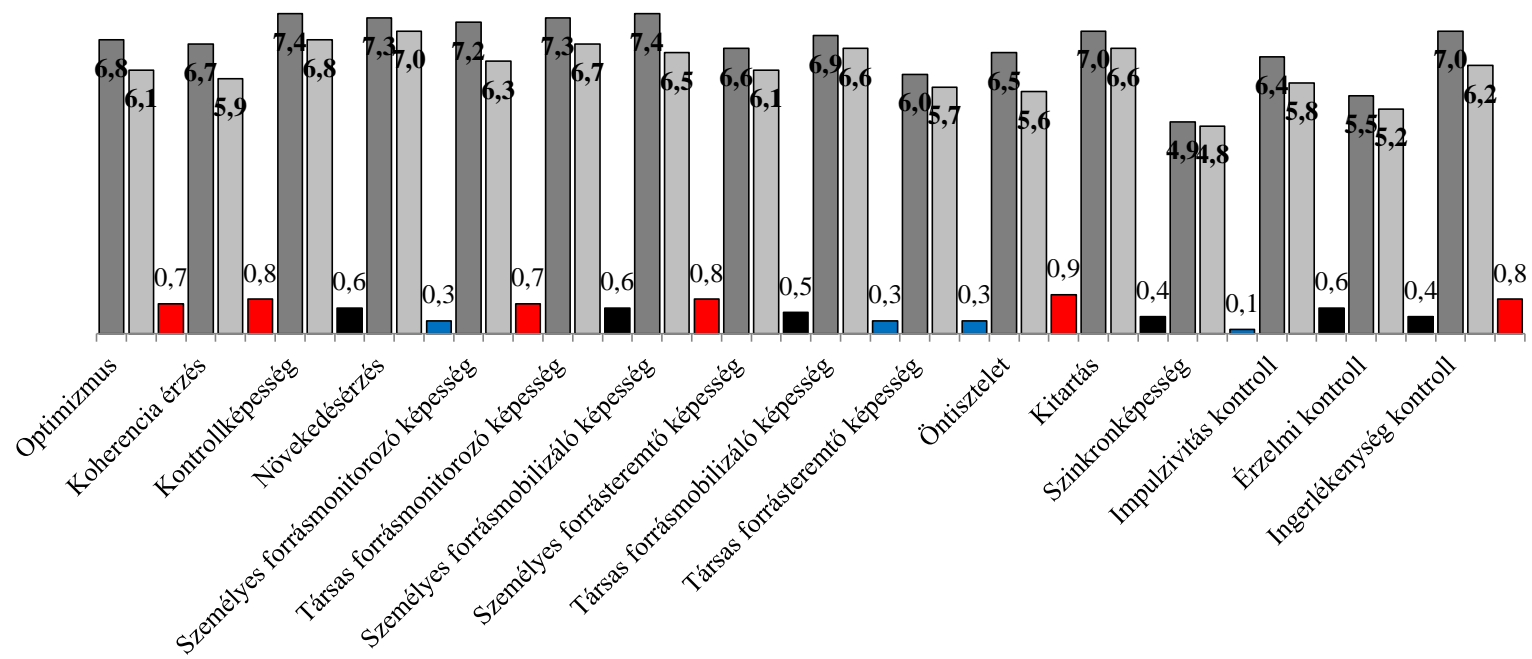
ELŐVIZSGÁLAT - PIK faktorok kontroll csoport	T pont	rendkívül alacsony 5,184 és alatta	nagyon alacsony 5,185 5,550	alacsony 5,551 5,916	átlagos 5,917 6,282	magas 6,283 6,648	nagyon magas 6,649 7,014	rendkívül magas 7,015 és felette
Optimizmus	6,07							
Koherencia érzés	5,92							
Kontroll érzés	6,81							
Növekedésérzés	6,95							
Személyes forrásmonitorozó képesség	6,56							
Társas forrásmonitorozó képesség	6,74							
Személyes forrásmobilizáló képesség	6,54							
Személyes forrásteremtő képesség	6,09							
Társas forrásmobilizáló képesség	6,60							
Társas forrásteremtő képesség	5,73							
Öntisztelet	5,61							
Kitartás	6,60							
Szinkronképesség	4,82							
Impulzivitás kontroll	5,76							
Érzelmi kontroll	5,09							
Ingerlékenység kontroll	6,23							

4. ábra. A kontroll csoport pszichológiai immunitás profilképe

A kísérleti csoport és a kontroll csoport összehasonlításában, ugyanúgy, mint ahogy ez az alrendszerknél már látható volt, (egyetlen minimális értékű kivétellel, a szinkronképesség összetevőnél) a kísérleti csoport minden értékében többé – kevésbé meghaladja a kontroll csoport értékeit. Jelentősebb különbség hat komponensben látható. A Megközelítő-monitorozó alrendszerben ilyen komponens az optimizmus, a koherencia érzés és a személyes forrásmonitorozó képesség. A Mobilizáló-alkotó-végrehajtó alrendszer esetében ezek a jelentősebb különbséget mutató komponensek a személyes forrásmobilizáló képesség és az öntisztelet. Az Önszabályzó alrendszerben pedig az ingerlékenység gátlás. A két csoport között nagyobb eltérések az optimizmusban, az öntiszteletben, a koherencia érzésben, az ingerlékenység kontrollban, a személyes forrásmonitorozó és a személyes forrásmobilizáló képességek területén figyelhetők meg.

A két csoport hasonló eredményei (amennyiben korábbi kutatási eredményeket is igazolnak), életkori sajátosságok jelenlétét mutathatják ki. Az alábbi képességterületeken ez tetten is érhető: az alacsony szinkronképesség, az érzelmi kontroll és az egységesen nagyon magas társas forrásmobilizáló képesség területein.

A nagyobb különbséget mutató komponensek közül az impulzivitás kontroll és az ingerlékenység gátlás esetében magas a szórás is. A magas szórás azt jelenti, hogy a csoportban vannak olyan tanulók, akiknek még a csoportátlagnál is alacsonyabbak a vonatkozó képességei. Az alacsony különbséget mutató komponensek közül az érzelmi kontroll és a szinkronképesség esetében alacsony a szórás is. Az alacsony szórás, alacsony képességszintek esetén szintén nem szerencsés, mert azt mutatják, hogy a csoportban egyöntetűen alacsonyak a vizsgált területek átlagteljesítményei. (5. ábra)



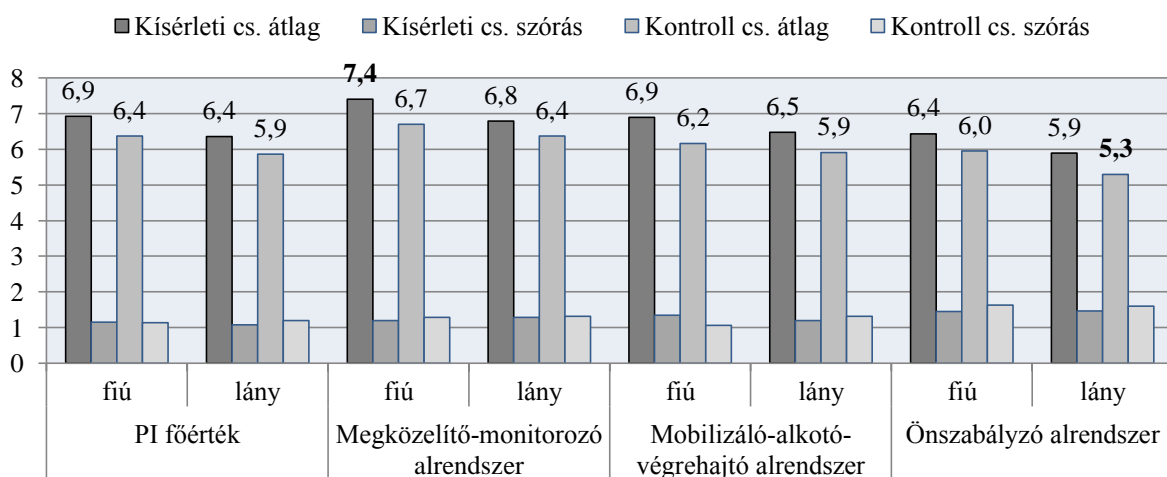
#### Jelmagyarázat

- Kísérleti csoport
- Kontroll csoport
- A kísérleti és a kontrollcsoport PI összetevői között átlagos különbség van
- A kísérleti és a kontrollcsoport PI összetevői között minimális különbség van
- A kísérleti és a kontrollcsoport PI összetevői között jelentősebb különbség van

5. ábra. A pszichológiai immunitás összetevőinek eredményei a kísérlet és a kontroll csoportokban és az eredmények különbségei

A pszichológiai immunitás összetevőinek eredményeit a fiúk és lányok vonatkozásában is érdemes szemügyre venni. Magyarországon a fiúk és a lányok ugyanazt a tananyagot tanulják az iskolában az 1938–39-es tanév óta a rajz tantárgyat illetően, de a kézimunka, a későbbiekben a technika tantárgy eltérő nemi vonatkozásainak figyelembe vételével (Rébay, 2006a, 2006b, Mészáros, Németh és Pukánszky, 2005). A kutatásokban gyakran hívják fel a figyelmet arra, hogy jelentős különbségek vannak a két nem tudása, képességei, érzékenysége, érzelmei és viselkedése tekintetében (például a térszemlélet, a kommunikáció, a kezűgyesség jellege és más területeken), bár ezek az információk ritkán hasznosulnak a tantervekben.

A vizsgált csoportok eredményei is a két nem közti – olykor figyelemre méltó tulajdonságbeli – különbségek létezését támasztják alá. Mind a kísérleti, mind a kontroll csoportban a fiúk eredményesebbek a pszichológiai immunitás főértékének és mindhárom alrendszer-értékének tekintetében. A 8. ábrán láthatóan a vezető szerep a kísérleti fiú csoporté, a legalacsonyabb átlagértékeket pedig a kontroll lány csoport képviseli. A szórások is a kontroll lány csoportban a legmagasabb, amely – amint korábban szó volt róla, igen csak – kedvezőtlen. (6. ábra)



6. ábra. A pszichológiai immunitás fő és alrendszer értékei a kísérleti és a kontroll csoportban nemi bontásban

A pszichológiai immunitást nemek szerint vizsgálva az alábbi tendenciák rajzolódnak ki. Öt olyan pszichológiai immunitás összetevő van, amelyben a kísérleti és a kontroll fiú csoportok között csak minimális a különbség. Ezek a társas forrásmobilizáló képesség, a személyes forrásteremtő képesség, a kitartás, a szinkronképesség és a növekedésérzés.

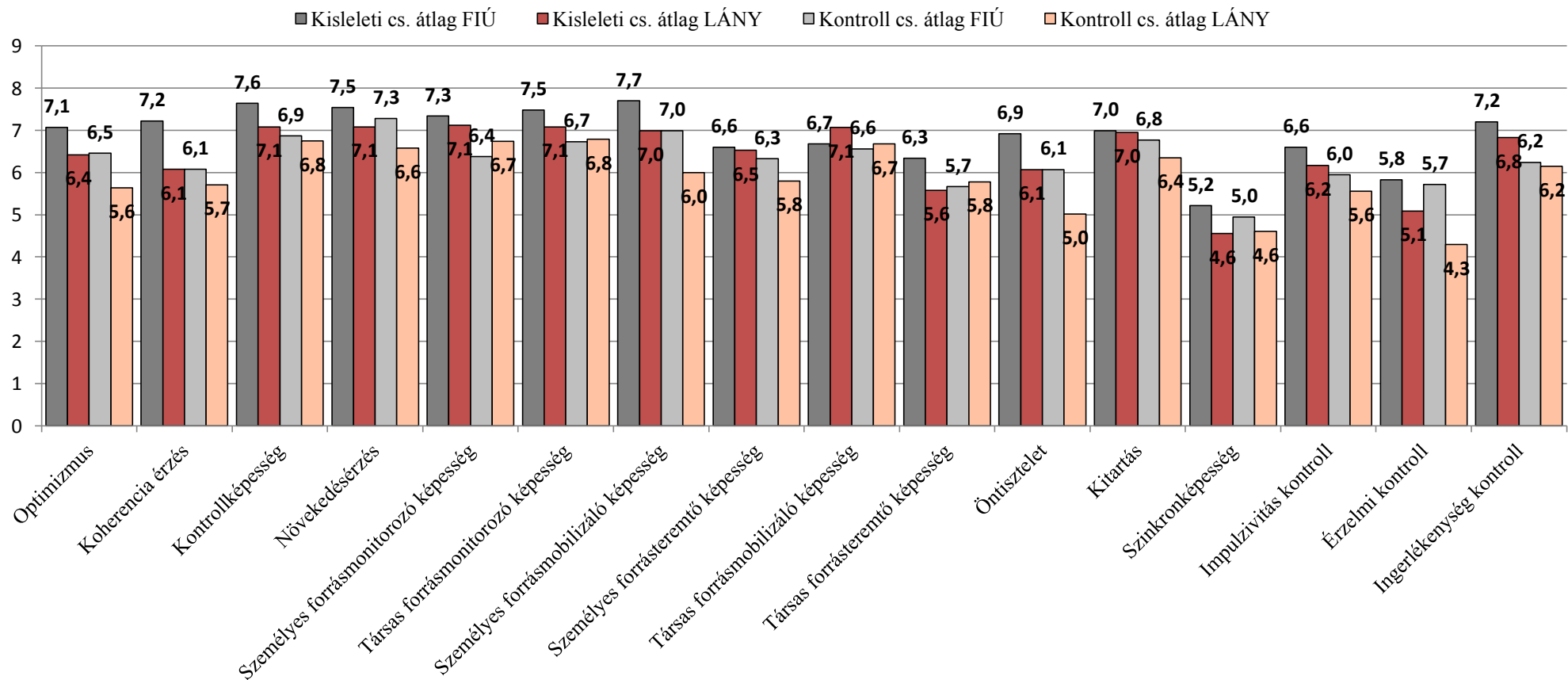
Egy képességterületen – a szinkronképesség területén – a két csoport lánytagjai között sincsen különbség. További egy területen – a társas forrásteremtő képesség területén – a kontrollcsoportba tartozó lányok az eredményesebbek, bár nagyon kis különbséggel.

Mindössze egy olyan képességterület van, amelyben a lány csoportok megelőzik a fiú csoportokat, ez a társas forrásmobilizáló képesség. Van két olyan képességterület is, amelyben alig van különbség a csoporteredmények között, ez a kitartás és a személyes forrásteremtő képesség, mindkét területen csak a kontroll lány csoport van leszakadva a többi háromtól.

A pszichológiai immunitás összetevőit mutató táblázat 64 oszlopában (azaz a négy rész-csoport 16 pszichológiai összetevőjének oszlopaiban) a legmagasabb pontértéket a kísérleti fiúcsoporthoz tartozó négy területen érte el. Ezek adják az összes átlagérték legmagasabb pontszámait (amelyek mindegyike 7,5 pont, vagy ez fölötti). Ezek nagyság szerinti sorrendben: a

személyes forrásmobilizáló képesség, a kontroll érzés, a társas forrásmonitorozó képesség és a növekedésérzés.

A legalacsonyabb eredmények döntő többsége a kontroll csoport lánytagjaihoz köthető. Ilyen az érzelmi kontroll, az öntisztelet és a szinkronképesség (amelyek mindegyike 5,00 pont, vagy az alatti értékű). Sajnos a kontroll csoport lánytagjainál átlag alatti az optimizmus, a koherencia érzés, a személyes és társas forrásteremtő képesség, az impulzivitás kontroll is. A társas forrásteremtő képesség, a szinkronképesség, és az érzelmi kontroll a kísérleti lány csoportban is gyenge. Ebben a vizsgálati mintában tehát a kísérleti csoport fiú tagjai képesek személyes tulajdonságaikat és a céljaik elérésével kapcsolatos attitűdjeiket kiteljesedésük javára fordítani és a kontroll csoport lánytagjai esetében van ennek a legkisebb esélye. Elgondolkodtató, hogy az életkori sajátosságokat mutató pszichológiai immunitás összetevők mellett, vajon nem arról van-e szó, hogy a művészeti tevékenységek (főleg a fiúk esetében) erősen kifejlesztenek bizonyos megküzdési képességeket. (7. ábra)



7. ábra. A pszichológiai immunitás összetevőinek értékei a kísérleti és a kontroll csoportban nemi bontásban

## **Konklúzió és a vizuális kultúra modulári tantervére vonatkozó fejlesztési tanácsok**

A pszichológiai immunitás előmérésének adatai fontos szerepet tölthetnek be a „Moholy-Nagy Vizuális Modulok” pedagógiai programjának továbbfejlesztésében, mert olyan személyiségjegyekre hívják fel a figyelmet, amelyek hasznosak a kreativitás és a képi problémák megoldása szempontjából, de olyanokra is, amelyek fejlesztést igényelnek.

A tanulmány elején leírt hipotézisek igazolódtak, hiszen az elővizsgálat alapján jól láthatóak azok a pszichológiai immunitás összetevők, amelyek erősebb fejlesztésre szorulnak majd, és ebben a fejlesztésben fontos szerepe lehet a művészeti nevelésnek is. Ugyanakkor a teszteredmények alapján kirajzolódnak a kutatási mintát jellemző életkori sajátosságoknak megfelelő személyes tulajdonságok és képességek, valamint a generációs sajátosságok és változások. A fejlesztő programokkal ezekhez is alkalmazkodni lehet majd. A kapott előmérési eredmények alapján jól elkülöníthetők azok a fejlett pszichológiai immunitás összetevők, amelyek garantálják már a kezdeti időszakban is a sikeres feladatvégzéseket és problémamegoldásokat, ezzel biztosítva a tantárgyi sikert a legtöbb tanuló, illetve mindkét nem számára.

Véleményem szerint azokat a tulajdonságokat érdemes elsődlegesen, illetve kiemelten megcélolni a középiskola kezdeti időszakában, amelyek az életkornak és a generációs helyzetnek megfelelően már a középiskola elején erősségként mutatkoznak meg. Innen lehet a nehezebb és a tanulók számára bonyolultabb fejlesztendő területek felé haladni.

Fontos, hogy a tanulók ne tehernek, megoldhatatlan problémának érezzék a személyiségfejlesztést, hanem megélik és örömmel vegyék saját fejlődésüket. Munka közben a jóllét, a boldogság, a kiteljesedés és akár az áramlatélmény is kialakulhasson. Ehhez a kísérleti csoportban – többnyire megadatott – magas képességszintek mellett kihívást jelentő feladatok kelljenek. Azonban az is fontos, hogy vizuális feladataikkal mindig legyenek közeli, középtávú és hosszú távú konkrét céljaik a tanulóknak. A személyes és a társas forrásmonitorozás fejlettsége és a jó személyes forrásmobilizáló képességük miatt, akár közös célokat is megfogalmazhatnak. A kontroll érzés fejlettsége miatt pedig nyomon is követhetik (naplózhatják) ezek teljesülését. A fejlett kontroll érzés a problémamegoldásban is nagy segítség, ezért a feladatok megfogalmazhatók problémaként is.

A nemi különbségek legjobban az ingerlékenység kontrollálni tudásában, az optimizmus és az öntisztelet területein mutatkoznak meg.

Mindkét nem eredményeit figyelembe véve fejleszteni kell a személyes és a társas forrásteremtő képességet, a szinkronképességet, az öntiszteletet témái, az impulzivitás kontrollt és az érzelmi kontrollt. A szinkronképesség és az öntisztelet hiánya, az impulzivitás áradása, az érzelmek kontrollálatlansága generációs probléma. E témában nagyon sokat segítené a pozitív digitális kultúra meghonosodása, akár tanári példamutatás segítségével is. A digitális világ kitarja az iskola kapuit a világra. A tudás, a kapcsolatok, a kommunikáció, a kibontakozási és a reflektálási lehetőségek átértelmeződnek. E tantárgynak pont a kutatásban megcélzott új irányai adnak majd lehetőséget a tanulók fejlődésére.

A lányoknál különösen fontos növelni az öntiszteletet és az optimista érzéseket és gondolatokat. Ezek jó témái lehetnek a vizuális feladatoknak. Szintén a lányoknál kell intenzíven fejleszteni a koherencia érzést, azaz az életcélok, a gondolkodás, az érzések és a viselkedés összehangolását. A lányok esetében a fentiek mellett fokozottan kell fejleszteni az impulzivitás kontrollt is, vagyis meg kell tudniuk fékezniük ösztöneiket, racionalizálniuk kell viselkedésüket és fel kell tudniuk mérni a tetteik, cselekedeteik következményét. Azonban ki kell hangsúlyozni azt is, hogy a művészetben az impulzivitás nem feltétlenül káros. Néha pont ez adhatja a kifejezőerőt. Ezen a téren szüksége van a tanulóknak arra, hogy a tapasztalják képességeik határait, illetve azt, hogy hogyan lehet a túlságosan impulzív tetteket művészeti értéket is képviselő vizuális megoldásokkal felváltani. Ezek nem csak jó tantárgyi témákat

adhatnak, hanem megvalósítandó feladattípusokat is igényelnek. Pontosan kell tudni dolgozni, a tervezésben és a számtalan más szempontot kell egyszerre figyelembe venni. Például jól kell tudni kiválasztani a megoldásokhoz szükséges vizuális eszközöket, anyagokat és technikákat, meghatározni a megfelelő méreteket, helyszíneket. A tantárgyi órák alatt mindezeket igen változatos kontextusban gyakorolhatják a tanulók, de a tudatosításra (vagyis a metakognícióra) is folyamatosan szükség van. Az érzelmi kontroll komoly fejlesztésre vár mindkét nem esetében, amely a kudarcok és a negatív érzelmek konstruktív viselkedéssé való átalakítását feltételezi. Ez szintén nem csak jó téma lehet, hanem nagyon összetett érzelmi, gondolati és tevékenységbeli műveleteket is igényel. A legnagyobb kihívást mindkét nemnél a szinkronképesség viszonylag összetettebb fejleszhetősége jelenti. A környezeti változások vizuális megismerése, valamint az ezeknek hatására kibontakozó tevékenységek megvizsgálása, fázisokra bontása és nyomon követése adhat segítséget a fejlesztéshez.

A személyes forrásteremtő képesség fejlesztése igen fontos funkciója a tantárgynak, amelyet valóban be is kell töltenie majd az új tantervben. A forrásteremtő képesség kellőnél alacsonyabb értékében mutatkozik meg az, hogy egy jó képességű csoportra is milyen káros hatással van a művészeti tanórák számának minimálisra való csökkentése. Az alkotó munka folyamatainak és stratégiáinak beépülése (vagy ennek hiánya) ugyanis a felnőttkori munkatevékenységre lesz majd hatással. A vizuális kultúra tantárgy azért nem tekinthető „mellékes” tantárgynak, mert a lexikai tudással szemben a procedurális tudáselsajátítás az erőssége. A digitális nemzedéknek pedig éppen erre van szüksége és igénye is, ezért még az eddigieknél is több kreatív téma és kihívást jelentő feladat beépítése kívánatos a tantárgyba (de tulajdonképpen a kamaszok képzésében minden területen fontos ez). Az igazi megoldást az adná, ha a tényleges kivitelezésre (a sok türelmet és folyamatos korrigálást igénylő kidolgozott objektívációkra) és nem csak a tervezésre, vagy a makettezésre kerülne a hangsúly. Ezért e területen érdemes továbbkutatni a komplex feladatok és a technikai megoldások után.

A társas forrásteremtés alacsony szintje, pont a jóllét fontos kritériumát nem teljesíti. Ez pedig a boldogság érzése helyett, inkább szorongást eredményezi. A társas tevékenységek és technikák (mint például a közös zenélés) transzfer-hatás szerepére számtalan kutatás (*Barkóczi és Pléh, 1977; Szabó, 1977; Bastian, 2000, Antal-Lundström, 2009*) felhívja a figyelmet. Ezek a tevékenységek és technikák egyre elterjedtebbek a tanórákon, de az iskolai kollaborációs formák nagyobb részben még kidolgozásra várnak. Valószínűleg ez jelenti a vizuális kultúra szempontjából a tanulók fejlesztésének egyik fontos irányát a jövőben.

Bízom benne, hogy előkutatási tanulmányom segíti majd kutatótársaimat, a konkrét feladatok megfogalmazásában és a modulok összeállításában, illetve jelentősen segíti majd a vizuális képességek területeihez tartozó érzelmi és attitűd jellegű képességek fejlesztésének megtervezését és beépítését a tantervi modulokba.

### ***Köszönetnyilvánítás***

A tanulmányban szereplő kutatás az MTA-ELTE Vizuális kultúra szakmódszertani kutatócsoport, „Moholy-Nagy Vizuális Modulok – a 21. század képi nyelvének tanítása, 2016-2020” projekthez kapcsolódik. A kutatásokat a Magyar Tudományos Akadémia Tantárgypedagógiai Kutatási Programja támogatta.



## **Felhasznált irodalom**

- Antal-Lundström Ilona** (2009): A kiválóság titka. Az esztétikai alapú pedagógia. *Új Pedagógiai Szemle*, 11-12. sz. 67–92., URL: <http://www.ofi.hu/tudastar/antal-lundstrom-ilona>
- Barkóczy Ilona és Pléh Csaba** (1977): *Kodály zenei nevelési módszerének pszichológiai hatásvizsgálata*. Kodály Intézet, Kecskemét. 7–23.
- Bastian, H. G.** (2000): Musik (erziehung) und ihre Wirkung. Eine Langzeitstudie an Berliner Grundschulen. Schott, Mainz.
- Bredács Alice** (2009): Az érzelmi intelligencia és fejlesztése az iskolában – különös tekintettel a tehetséggondozásra. *Iskolakultúra*. 19. évf. 5–6. sz. 55–72. URL: <http://www.iskolakultura.hu/ikultura-folyoirat/documents/2009/2009-5-6.pdf>
- Bredács Alíz** (2014): A 14–16 éves, művészeti képzésben részesülő tanulók pszichológiai immunkompetenciája és az eredmények hasznosítása a művészeti nevelésben. In: Szabolcs Éva és Garai Imre (2014): *Neveléstudományi kutatások közben – válogatás doktori hallgatók munkáiból. A pedagógusképzés megújítása. Alapozó tanulmányok*. Kiadta az ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Budapest. 168–180. URL: [http://www.eltereader.hu/media/2014/12/Szabolcs\\_Garai\\_Nevelestud\\_READER.pdf](http://www.eltereader.hu/media/2014/12/Szabolcs_Garai_Nevelestud_READER.pdf)
- Bredács Alice** (2012): *A zene, tánc, színművészet, képző- és iparművészet területein képzésben részesülő 14–16 éves tehetséges tanulók csoportjaira jellemző tulajdonságok vizsgálata pszichometriai és pedagógiai eszközökkel*. Doktori értekezés, ELTE, Neveléstudományi Doktori Iskola, Budapest.
- Bredács Alice és Kárpáti Andrea** (2012): A 14–16 éves művészeti képzésben részesülő tanulók pszichológiai immunkompetenciája és ennek integrációja a művészeti neveléssel. *Magyar Pedagógia*, 112. évf. 4. szám 197–219. URL: [http://www.magyarpedagogia.hu/document/1\\_Bedacs\\_MP1124.pdf](http://www.magyarpedagogia.hu/document/1_Bedacs_MP1124.pdf)
- Bredács Alice** (2015): A pszichológiai immunitás vizsgálatának eredményei a szakmai tanárképzés országos módszertani- és képzésfejlesztéséhez. Kutatási beszámoló. In: Daruka Magdolna (szerk., 2015): *A tanári szerep változásának háttértényezői a szakképzésben*. (TÁMOP 4.1.2.B.2-13/1-2013-0012, „Szakmai tanárképzés országos módszertani- és képtésfejlesztéséhez”) Kiadta a Budapesti Corvinus Egyetem, Budapest.
- Hamvai Csaba és Pikó Bettina** (2008): Pozitív pszichológiai szempontok az iskola világában: a pozitív pedagógia kihívásai. *Magyar Pedagógia*, 108. évf. 1. szám 71–92.
- Kárpáti Andrea** (2015): *Vizuális nevelési modellek*. In: Bodnár Gábor, Szentgyörgyi Rudolf szerk.: *Szakpedagógiai körkép III. Művészetpedagógiai tanulmányok. Bölcsész- és Művészetpedagógiai Kiadványok 4*. Budapest: ELTE BTK Szakmódszertani Központ. 149–168. URL: [http://metodika.btk.elte.hu/file/TAMOP\\_BTK\\_BMK4.pdf](http://metodika.btk.elte.hu/file/TAMOP_BTK_BMK4.pdf)
- Kárpáti Andrea és Pataky Gabriella** (2016): A Közös Európai Vizuális Műveltség Referenciakeret. *Neveléstudomány*, (1), 6–21., URL: <http://nevelestudomany.elte.hu/index.php/2016/04/a-kozos-europai-vizualis-muveltség-referenciakeret/>
- Lyubomirsky, Sonja** (2008): *Hogyan legyünk boldogok? Életünk átalakításának újai tudományos megközelítésben*. Ursus Libris Kiadó, Budapest.
- Lyubomirsky, Sonja** (2013): *Boldogságmítoszok - Tények és tévhitek*. Ursus Libris Kiadó, Budapest.
- Mészáros István, Németh András és Pukánszky Béla** (2005): *Neveléstörténet. Bevezetés a pedagógia és az iskoláztatás történetébe*. Osiris Kiadó, Budapest.
- Oláh Attila** (1982): *Kérdőíves módszerek a külső-belső kontroll attitűdök vizsgálatára*. Országos Pályaválasztási Intézet, Budapest.
- Oláh Attila** (1996): *A megküzdés személyiségtényezői: A pszichológiai immunrendszer és mérésének módszere*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.

- Oláh Attila** (1999): A tökéletes élmény megteremtését serkentő személyiségtényezők serdülőkorban. *Iskolakultúra*, 9. 6–7. sz. 15–27.
- Oláh Attila** (2005): *Érzelmek, megküzdés és optimális élmény*. Belső világunk megismerésének módszerei. Trefort Kiadó, Budapest.
- Oláh Attila** (2012): A pszichológia napos oldala. *Magyar pszichológiai szemle*, 67. köt. 1. szám, 3–11.
- Pásztor Attila, Babály Bernadett, Simon tünde és Tóth Alisa** (2017): A kombinatív és a vizuális képességek összefüggései 5. osztályban – egy pilot vizsgálat eredményei. In: Kárpáti Andrea (szerk.): *A világ új képe a tudományban és a művészetben – Fókuszban a vizuális kultúra pedagógiája*. 1. ELTE Művészetpedagógiai Konferencia kötete. ELTE, Budapest. 30–31., URL: [http://mpk.elte.hu/download/MPK\\_2017\\_magyar\\_kotet\\_final.pdf](http://mpk.elte.hu/download/MPK_2017_magyar_kotet_final.pdf)
- Rébay Magdolna** (2006a): *A leány-középiskolák jogi szabályozása Magyarországon és nemzetközi kitekintésben az 1870-es évektől 1945-ig*. Doktori értekezés. Kézirat. Debreceni Egyetem, URL: <https://dea.lib.unideb.hu/dea/bitstream/handle/2437/79640/Rebay%20Magdolna%20ertekezes.pdf?sequence=6&isAllowed=y>;
- Rébay Magdolna** (2006b): Az egységes leány és fiú középiskola. *Iskolakultúra*, 4. sz., 3–21.
- Réthy Endréné** (2003): Motiváció, tanulás, tanítás. Miért tanulunk jól vagy rosszul? Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.
- Seligman, Martin E. P.** (2011a): *Amin változtathatsz... és amin nem - Átfogó kalauz a sikeres önfelneveléshez*. Akadémiai Kiadó Zrt., Budapest.
- Seligman, Martin E. P.** (2011b): *Flourish – élj boldogan! A boldogság és a jól-lét radikálisan új értelmezése*. Akadémia Kiadó, Budapest.
- Seligman, Martin E. P.** (2012): Az optimista gyermek. Véd meg a depressziótól- legyen boldog élete. Akadémia Kiadó, Budapest.
- Seligman, Martin E. P. and Csikszentmihályi Mihály** (2000): „Positive Psychology: An Introduction”. *American Psychologist*. 55, 5–14.
- Szabó Csaba** (1977): *Hogyan tanítsuk korunk zenéjét?* Kriterion Könyvkiadó. Bukarest.
- Schönau, Diederik és Wagner, Ernst** (szerk., 2016): *Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Visual Literacy - Prototyp*. Münster-New York: Waxmann Verlag.