

# Tartalomjegyzék

## I. rész: Bevezetés

1. Témaválasztás ..... 3.
2. Iskolánk bemutatása ..... 5.
3. Néhány szó a felhasznált szakirodalomról ..... 7.

## II. rész: A mérési folyamat

1. A felmérés előkészítése ..... 10.
2. A mérés időpontja, résztvevő osztályok ..... 13.
3. A kérdőív tartalma ..... 15.
4. A kérdőív felvétele ..... 16.
5. Az adatok kódolása, rögzítése, tárolása ..... 18.
6. Fontosabb hibaforrások ..... 20.
7. Érvényességi kör ..... 23.
8. Problémák és tanulságok ..... 24.

### III. rész: Elemzés

1. Kötött elfoglaltság .....	27.
2. Különóra.....	31.
3. A szabadidő eltöltése.....	39.
4. Társas kapcsolatok .....	52.
5. Az iskolai fizikai környezet.....	55.
6. Iskolai kapcsolatokhoz való viszony.....	65.
7. Háztartási munka.....	77.
8. Fiziológia.....	80.
9. Egészségi állapot .....	93.

IV. rész: A kérdőívek gyakorlati alkalmazása.....	111.
---	------

V. rész: Összegzés.....	119.
-------------------------	------

VI. rész: Jegyzetek .....	130.
---------------------------	------

VII. rész: Bibliográfia .....	132.
-------------------------------	------

VIII. rész: Mellékletek .....	133.
-------------------------------	------

## I. Bevezetés

„Az emberiség története egyre inkább az oktatás és a katasztrófa közti verseny története.” H. G. Wells {1}

### 1. Témaválasztás

A téma kiválasztása korábban megtörtént, mint ahogy szakdolgozatunk megírásához hozzákezdünk. Az életmód kérdőívről 2003-ban hallottunk először Martonné Tamás Márta előadásán, mely azonnal felkeltette érdeklődésünket. Arra gondoltunk, nagyon szívesen megvizsgálánk saját gimnáziumunk tanulóinak életmódját. Pedagógusként és osztályfőnökként folyamatosan azt tapasztaljuk, hogy rengeteg problémával küzdenek iskolánk tanulói, és véleményünk szerint életmódjuk sok szempontból nem megfelelő. Kíváncsiak voltunk, hogy milyen eredményeket kapunk az egyes kérdések elemzésénél, és arra is, hogy az intézményünkben tanuló diákok életvitele mennyiben hasonlít más, hasonló korú gyerekekéhez.

A kérdőíves felmérésben a Fazekas Mihály Fővárosi Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium (továbbiakban: Fazekas Mihály Iskola) hét osztálya, összesen 194 gyerek vett részt. A tanulók életmódját, ezen belül otthoni és iskolai körülményeit, tanulási szokásait, átlagos terhelését, társas kapcsolatait, fiziológiai szükségleteit vizsgáltuk.

Tanárként munkánk során rengeteg előfeltevéssel élünk és találkozunk. „Úgy tűnik, hogy a diákok túlterheltek”, „X. Y. nagyon fáradt volt reggel, biztosan keveset aludt”, „N. N. dolgozata nem sikerült, valószínűleg nem készült” és még sorolhatnánk a végtelenségig. E feltevések egy része - reméljük, kis része - nem más, mint előítélet; egy jelentős hányadát okkal-joggal a tapasztalatunkra alapozzuk; a fennmaradó rész pedig egyszerű tévedés.

Munkánkkal egyik célunk az volt, hogy statisztikailag jellemző, nagy mennyiségű adatot feldolgozva teljesebb és hitelesebb képet kapjunk diákjainkról.

Terveink szerint összekötjük a szükségessé a lehetőséggel is, amikor a feldolgozott adatokat - a kész szakdolgozatot - az iskolavezetés rendelkezésére bocsátjuk. Reméljük, hogy sikerül hasznosítaniuk a kapott eredményeket. (Bármilyen intézményi vezetés megfontolt döntést csak tényekre alapozva hozhat, a tényekhez pedig statisztikai adatok kellene.) A felmérés eredményéről tanár kollégáinkat is tájékoztatjuk; a mérésben részt vevő osztályok osztályfőnökeivel már közvetlenül a kiértékelés után konzultáltunk. Értelmeztük a nyert adatokat, s megállapítottuk a saját osztályaikra vonatkozó alapkövetkeztetéseket.

És végül, de nem utolsósorban arra is gondoltunk, hogy munkánknak személyes szakmai haszna lesz. A pedagógia e területét mélyebben megismertük; nagy mennyiségű szakirodalmat tanulmányoztunk át, ismeretanyagunk megnőtt, szakmailag fejlődünk. Későbbi munkánk során sikeresen fel tudjuk használni az itt összegyűjtött tapasztalatokat.

## 2. Iskolánk (nagyon rövid) bemutatása

Iskolánk a fővárosi tanártovábbképzés gyakorló gimnáziuma és általános iskolája, ezért az osztályok többféle iskolatípusba sorolhatók..

A klasszikus 8 évfolyamos általános iskolában évfolyamonként két párhuzamos osztály tanul: 1.a, 1.b, 2.a, ... , 8.a, 8.b. A hatosztályos matematika tagozat a „c” jelű: 7.c, 8.c, ... , 12.c. A négyosztályos gimnáziumi osztályok közül a 9.a - 12.a osztályok hagyományosan társadalomtudományi, a 9.b - 12.b osztályok pedig természettudományi tagozatúak. Jelenleg az iskolaszervezet éppen átalakulóban van: a további három kimenő „d” jelű társadalomtudományi tagozatú osztályt (10.d - 12.d) a jövőben általános tantervű, hat évfolyamos gimnáziumi osztályok váltják fel. Ennek az osztálytípusnak az első induló osztálya a 7.d, amely a felmérésünkben is részt vett.

Iskolánkat az országos kompetenciaméréseken a „nagy” középiskolák közé sorolták. A gyerekek összlétszáma valamivel ezer fő alatt marad, a tanári kar több mint száztagú, s viszonylag nagyobb létszámú az iskolát működtető gazdasági, karbantartó, konyhai stb. személyzet.

A Fazekas egyike az ún. elit gimnáziumoknak. Tanulóink több évtizede eredményesen szerepelnek a szakmai megmérettetéseken, az országos és nemzetközi versenyeken, s az iskola a különböző tanulmányi mérések, összehasonlítások során igen jó mutatókat tudhat magáénak.

A fővárosi fenntartású intézménybe régebben - s erre büszkék voltunk - az osztályok jelentős részében körzeti gyerekek tanultak. A gyerekek szüleinek nagyobb része a „közép” középosztálybeli réteghez tartozott. Manapság a tanulóknak csak egy hányada VIII. kerületi, a többség már fővárosi beiskolázású; s úgy tűnik, a szülők körében nőtt az értelmiségiek és a felső középosztálybeliek aránya. (A kérdőív erre irányuló kérdéseit még nem dolgoztuk fel.)

Tapasztalataink szerint a gyerekek életmódja, otthoni körülményei többségében rendezettek, bár a negatív társadalmi jelenségek minket sem kerülnek el: sok az elvált szülő, és a közéleti, gazdasági, politikai problémák néha begyűrűznek a falak közé.

(Az iskola épületét néhány évvel ezelőtt felújították. Érdekes kontrasztot alkot a józsefvárosi környezet, minden hátrányával, s a modern, kívül-belül esztétikus és jól felszerelt iskola. A közvetlen környezeti (negatív) benyomások és az iskolai szakmai munka színvonalának kettőssége a korábbi években még hangsúlyosabb (még „látványosabb”) volt.)

### 3. Néhány szó a felhasznált szakirodalomról

Iskolánk könyvtárában terjedelmes részt foglalnak el a pedagógia - pszichológia szakterület könyvei. Az általunk olvasott művek közül az irodalomjegyzékben csak azokat soroltuk fel, amelyekből konkrét idézeteket, megállapításokat, esetleg gondolatokat kölcsönöztünk. Az alábbiakban néhány mondattal jellemezzük e műveket, de nem térünk ki a könyvek és cikkek tartalmi ismertetésére. Ez egyrészt jelentősen megnövelné az egyébként is hosszú szakdolgozatunk terjedelmét, másrészt a művek karakterisztikáján túlmutató ismertetéssel, a szakirodalmi és az általunk mért adatok ütköztetésével részletesen foglalkozunk akkor, amikor a kérdőív kiértékelését végezzük (III. rész 1 – 9. fejezetei).

Legfontosabb forrásunk *Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.)* c. könyve volt. Megtartottuk az első fejezet szerkezeti felépítését, tematikáját, tárgyalásmódját; s kis változtatással a műben alkalmazott kérdőívet töltöttük ki tanulóinkkal. (A szakirodalomban az életmód-kérdőívek bő választékával találkoztunk. Ezek adatait, eredményeit csak nagyfokú óvatossággal használhattuk fel, mert a kérdőívek jelentős része sajnos nem kompatibilis egymással.) Az egyes kérdések elemzésekor minden esetben összehasonlítottuk az iskolánkban kapott adatokat és következtetéseinket a könyv adataival, megállapításaival.

Alapműnek tartjuk *Gazsó Ferenc, Pataki Ferenc, Várhegyi György: Diákéletmód Budapesten* c. könyvét. Az átfogó, gondosan tervezett és szakszerűen elemzett vizsgálatok eredményeit dolgozatunk minden fejezetében felhasználtuk. Az irodalomjegyzékben szereplő művek közül több szintén forrásként hivatkozott erre a kiadványra.

Már kezdő tanárként és osztályfőnökként is forgattuk *G. Donáth Blanka: A tanár-diák kapcsolatról* c. könyvét; gondolatvilágából, adataiból, téziseiből elsősorban az iskolai

környezetről és az iskolai viszonyokról szóló fejezetben tudunk meríteni. (Sajnálatos, hogy - az előbb említett műhöz hasonlóan - az adatok gyűjtése lassan három évtizeddel ezelőtt történt.)

*Csőregyh Éva: Lakótelepi iskolások – életmód, szabadidő, nevelés* könyve speciális környezetben élő diákok életmódját vizsgálta. Olvasás közben a lapokon megelevenedett a történelem, a könyv adatfelvételének kezdetekor a „legidősebb” lakótelep a maga 10-12 évével az Attila úti volt. Az ódon hangulat egy kis nosztalgiát és gyerekkori emlékeket is keltett bennünk, hiszen úgy tűnik, véglegesen letűnt a 10 évnél fiatalabb, frissen költözött, a körzeti lakótelepi iskolába járó gyerekek kora. Kifejezetten izgalmasnak találtuk például az akkori és jelenlegi diákok napirendjeinek összehasonlítását.

*Nanszákné Dr. Cserfalvi Ilona: Pedagógiai jelenségek vizsgálata* c. módszertani gyűjteménye időben hozzánk közelebb álló vizsgálatok eredményeit ismerteti. Az egyes kérdőívek tartalmilag eltértek a miénktől, néhány új észrevételt, eredményt az összegzésben közlünk. (Kissé bosszantó, hogy a könyvből áttanulmányozott mintegy féltucatnyi tanulmányban csak elvétve találoztunk olyannal, amelyik jelezte az adatfelvétel idejét (például akadt egy 1988-as és egy 1993-as mérés értékelése), s hasonlóan a könyv megjelenési időpontját sem leltük meg.)

Az általunk elért legfrissebb pedagógiai tárgyú mérések eredményét az OKI honlapján találtuk, a *Jelentés a magyar közoktatásról 2003.* műben. A cikk megállapításait dolgozatunkban rendszeresen felhasználtuk.

Szintén friss adatokkal szolgál a *Vári Péter* által szerkesztett *PISA-vizsgálat 2000* könyv. Ebben nemcsak nemzetközi összehasonlításra alkalmas statisztikákkal találoztunk, hanem a jelenlegi legnagyobb méretű, reprezentatív minta kiértékelésével is. (A nagyságrend: 32 ország 250 000 tanulója, ebből Magyarországon kb. 8000 tanuló vett részt a mérésben.)



Végezetül megemlítyük, hogy iskolánkban 2002-ben, a minőségbiztosítási program eljárásaként a tanárok és diákok körében is felmérést végeztünk. A *klímateszt-jellegű kérdéscsokor* egyes elemeit, az erre kapott válaszokat beépítettük munkánkba.

Dolgozatunkhoz tartalmilag nem kapcsolódik szorosan az utolsó két könyv.

Miközben haladtunk a munkával, szünet nélkül magunk előtt láttuk a *Vekerdy Tamás* által írt *Kamaszkor körül* főhőseit. A könyv alaposan átgondolt; olyan szépen megírt és annyira olvasmányos, mint amennyire hiteles, s így nem hagyhattuk ki az irodalomjegyzékből sem.

Tükröt tartanak elénk, tanárok elé a fejezetek elején lévő idézetek, amelyeket - ha külön nem jeleztük - *Gálik Péter: Diák Murphy* c. könyvéből vettük.

## II. A mérési folyamat

### 1. A felmérés előkészítése

Nagyon fontosnak tartottuk, hogy munkánk *tervszerű, átgondolt legyen*. Viszonylag sok időt töltöttünk el a tervezési fázissal, de az erre szánt idő később busásan megtérült. (Szerencsénk is volt; már végeztünk hasonló nagyságrendű iskolai felmérést (például. [8]), s így el tudtuk kerülni az ott tapasztalt buktatókat. A [8] vizsgálatról később még külön is szólnunk.)

A következő *elvekben* állapodtunk meg:

#### 1. Kiindulási feltevések egyeztetése

Rögzítettük a mérés célját; s ezt a célt a munka folyamán igyekeztünk tudatosan szem előtt tartani.

#### 2. A tervek és lehetőségek összehangolása

Csak addig nyújthatunk, ameddig a takarónk ér. Nem érdemes több adatot kérdeznünk, mint amennyit - esetleg hosszútávon - még fel tudunk dolgozni; viszont semmiképpen se maradjon ki olyan információ, ami később fontosnak bizonyulhat. A mérést nem lehet megismételni!

(Egy hazai példa a közvetlen közelmúltból: a harmadik országos kompetenciamérésen már megkérdezték a szakiskolák szakirányát is, amit a korábbiakon nem, s ezért az akkori adatok már nem is pótolhatók.)

### **3. Rövid- és hosszú távú célok (eszközök, igények, lehetőségek felmérése)**

Előfordulhat, hogy egyes általunk rögzített adatok feldolgozására csak későbbi időpontban kerül sor; ilyenek például a fentebb említett, családok összetételével kapcsolatos kérdések. Eredetileg nem terveztük a fiú-lány típusú vizsgálatok elemzését sem; úgy gondoltuk, hogy ezek kiértékelése oly sok időt venne igénybe, ami az egész mérés hasznát (aktualitását) megkérdőjelezné. Szerencsére maradt még kapacitásunk, így felvehettük a dolgozatunkba az egyes területekről idevágó eredményeket.

(Egyelőre az említett országos kompetenciaméréseken sem dolgozták fel a fenti adatokat, elsőbbséget kapott a tanulók tanulmányi eredményeinek elemzése.)

Célul tűztük ki tehát, hogy valamennyi statisztikai adat utólag is feldolgozható legyen; ennek érdekében az adatokat kódolt formában, elektronikusan tároltuk.

### **4. Elméleti felkészülés**

Az adatfelvétel előtt és utólag, az elemzés folyamán is bőséges szakirodalmat tanulmányoztunk át.

### **5. A mérés, mint a pedagógiai folyamat része**

A felmérés lebonyolítása, az adatok rögzítése, elemzése és dokumentálása rendkívül munka-és időigényes feladatokat jelent. Ennek a munkának csak akkor van értelme, ha a nevelési gyakorlatban ténylegesen felhasználhatjuk az eredményeket; vagyis ha nem csak feltárjuk a problémákat, hanem azok kezelésével is megpróbálkozunk (elsősorban úgy, hogy az okokat is feltárjuk). Mindennek természetesen az a feltétele, hogy az adatok összegzésével és kiértékelésével viszonylag rövid időn belül elkészüljünk, s erről időben tájékoztassuk az érintett tanárokat.

A fontosabb adatok gyors visszajelzésével a hitelességünk megőrzése is célunk volt; kollégáinktól és tanítványaiktól segítséget kértünk, s ők bíztak bennünk, számítottak ránk.

## 6. A lehetséges hibaforrások csökkentése

Igyekeztünk előre tájékozódni a *lehetséges buktatókról*, s idejekorán megnyugtató megoldásokat kerestünk ezek elkerülésére. Néhány példa:

- Az egyszeri mérés kockázatát elkerülhetjük, ha adatainkat korábbi mérések eredményeivel vetjük össze.
- A szisztematikus hibák kiszűrését tudatos felkészüléssel, a munkafolyamatok gondos szervezésével és lebonyolításával érhetjük el.
- Tipikus hiba az alultervezés. Az előkészítő fázis csökkentésének egyik következménye lehet például a „túl sokat markolás”. Erről fentebb szoltunk.

### **Záró megjegyzések**

A természettudományos mérésekkel szemben alapkövetelmény a reprodukálhatóság. Sajnos, a pedagógiai-pszichológiai mérésekkel szemben ez a feltétel nem követelhető meg; az adatfelvétel az időtől és az aktuális körülményektől rendkívül függő mérési folyamat. Tudatában voltunk annak, hogy különösen fontos a tervezett előkészület, az egységes lebonyolítás; nem hibázhatunk, hiszen a felmérésünket nem tudjuk azonos körülmények között megismételni. (Itt jegyezzük meg, hogy például a kérdőív formai tömörítésének áldozataként esett a *hétvégi alvási idő mennyisége*. Ahhoz, hogy a kérdések egyetlen lapon elférjenek, ezt a kérdéskört el kellett hagynunk. Ezt a döntést utólag már megbántuk.)

E fejezet hosszú terjedelme mutatja, hogy egyformán fontosnak tartjuk az előkészítő, lebonyolító és visszajelző fázist. Kis túlzással állíthatnánk, hogy a sikeres kérdőív-kiértékelés nem a kérdőív tervezésénél, hanem a kérdőív tervezésének a tervezésénél kezdődik.

A kérdőív kérdéseinek összeállítását és a kapott adatok feldolgozását a [10] szakirodalom alapján végeztük.

## 2. A mérés időpontja, résztvevő osztályok

A kapott eredményeket kiértékelhetjük egy-egy osztályon belül is, de az is célunk volt, hogy osztályok közötti összehasonlításokat végezhessünk. Ezért, némi megfontolás után, az adatfelvételt 2003. november második hetében a Fazekas Mihály Általános Iskola és Gimnázium összesen hét osztályban (különböző korosztályokban, különböző tagozatokon) végeztük el. Az alábbi táblázat tartalmazza a résztvevő osztályok paramétereit.

Osztály	Osztálytípus	tagozat	kérdőívek száma
7.a	Általános iskola		25
7.d	hatosztályos gimnázium első évfolyama	általános	26
9.b	négyosztályos gimnázium első évfolyama	természettudományi	35
10.d	négyosztályos gimnázium második évfolyama	társadalomtudományi	25
11.b	négyosztályos gimnázium harmadik évfolyama	természettudományi, ill. biológia	25
11.d	négyosztályos gimnázium harmadik évfolyama	társadalomtudományi	29
12.b	négyosztályos gimnázium negyedik évfolyama	természettudományi, ill. biológia	29

A szakdolgozatunkban három általunk tanított osztályban (7.d, 10.d, 11.b) részletesen elemezzük az eredményeket, alkalmanként összehasonlítva más osztályokban kapott értékekkel is. Lehetőség szerint elvégeztük a szakirodalomban talált adatokkal történő egybevetést, s néhány esetben megvizsgáltuk a „tanári oldalt”, a mi nézőpontunkat is.

A mérésben részt vevő osztályok körét igyekeztünk úgy megszervezni, hogy az egyes tagozatokra általánosan is jellemző információkat kapjunk (általános iskola, természettudományos és társadalomtudományi tagozat). A válogatás csak részben bizonyult sikeresnek, s erről a 7.d és 11.d tanulói „tehetnek”; a két osztály „specialitásait” az elemzés folyamán rendre jelezzük.

### 3. A kérdőív tartalma

A kérdések összeállítása kissé eltér a [10] szakirodalomban találhatóától.

– Kihagytuk a kérdőívről a nevet és a személyi adatokat tartalmazó sorokat. Egyrészt idegenkedtünk a diákok személyes adatainak megkérdezésétől, másrészt úgy gondoltuk, hogy a névtelen kitöltés lehetősége inkább növeli, mint csökkenti az adatok megbízhatóságát.

(Ha szükséges, a többi adat segítségével az osztályfőnök utólag könnyen azonosíthatja a tanulót.)

– Rákérdeztünk a kitöltő nemére.

– Elsősorban formai okokból egyes esetekben megcseréltük a kérdések sorrendjét, táblázat alakjában adtuk meg a válaszlehetőségeket, átfogalmaztuk a kérdéseket stb. A módosítások eredményeként a kérdőív terjedelme két A4-es oldalra csökkent. A kérdéseket így egyetlen kétoldalas lapon kioszthattuk, összegyűjtésük és általában a feldolgozásuk egyszerűbbé vált.

– Rövid tájékoztatást adtunk a mérés céljáról és a feldolgozás további menetéről.

#### 4. A kérdőív felvétele

A kitöltési módok nem lettek egységesek.

Az általunk tanított osztályokban magunk töltöttük ki a kérdőíveket, a többi osztályban az osztályfőnökök. Szívességet kértünk osztályfőnök kollégáinktól, s ők lelkiismeretesen teljesítették a kérésünket. Mindannyian örültek annak a lehetőségnek, hogy a kérdőívek segítségével pontosabb képet kapjanak osztályukról. (Természetesen megígértük a gyors kiértékelést és visszajelzést.) Volt, aki osztályfőnöki órán meg tudta íratni a kérdőlapot, de olyan osztály is akadt, amelynek a tanulói hazavihették, és otthoni kitöltés után hozták vissza a kérdőívet.

Az első módszer előnye, hogy a kérdések értelmezésében és a kitöltés technikájában segíteni tud a jelenlévő tanár, valamint a papírok összegyűjtése nem okoz problémát. A második módszer csak idősebb tanulók esetén alkalmazható, a 11.b osztály diákjai ilyen formában töltötték ki a kérdőívet. A módszer hátránya, hogy így nehezebb az iratok összegyűjtése, viszont a kérdőív a hiányzó tanulókkal utólag is kitölthető.

A kitöltés során azt tapasztaltuk, hogy a tanulók örömmel válaszoltak a kérdésekre. Ennek az életkornak sajátossága, hogy a gyerekek szívesen veszik, ha tanáraik, a felnőttek érdeklődnek szokásaik, életmódjuk, a csak rájuk jellemző sajátosságok iránt. Szolgálatkészen beszélnek magukról, név nélkül is. Meglepő volt az is, hogy a legtöbb osztályban a diákok kifejezetten kérték, hogy kapjanak valamiféle visszajelzést az értékelésről, mivel nagyon kíváncsiak voltak saját korosztályukba tartozó társaik viselkedési szokásaira, életmódjára.



Itt jegyezzük meg, hogy ez a hit, a „nem felesleges munka hite” valójában életkori sajátosság ([14]). A (kevésbé naiv, vagy csak tapasztaltabb) felnőttek körében lényegesen problematikusabb a hasonló felmérések elvégzése. Például a [8] kérdőívek tantestületi felvételekor a tanárok jelentős része céltalan, felesleges, időrabló és emiatt bosszantó nyűgnek érezte a papírok kitöltését. (Sőt néhányan úgy gondolták, hogy a munka nem ellenőrizhető, ezért nem is hiteles, szükségképpen eredménytelen és következmények nélküli; vagyis „a felmérés csak addig fontos, míg a tanár válaszol a kérdésekre”.)

## 5. Az adatok kódolása, rögzítése, tárolása

Első lépésként a kitöltött kérdőívekből statisztikai hálót készítettünk.

Ennek folyamán először a kapott adatokat kódoltuk: „számszerűsítettük” a nem szám-típusú adatokat, s ahol szükséges volt, egységes kóddal láttuk el a válaszokat. Ezután a kódolt adatokat elektronikusan tároltuk (ezt mi Excel formátumban tettük). Így a továbbiakban már nincs szükség az eredeti kérdőívekre, a statisztikai feldolgozást az elektronikus adatokkal végezhetjük. (Természetesen sorszámoztuk a kitöltött kérdőíveket, így az egyéni lapok bármikor azonosíthatók, ellenőrizhetők, az adatok reprodukálhatók stb.)

A technikai részletekben a következőképpen jártunk el:

– Az adatokat általában egy tizedes jegy pontossággal vittük gépre. (Ennél pontosabb értékekkel csak ott számoltunk, ahol ezt szakmailag kifejezetten szükségesnek tartottuk.)

– A kódolásnál igyekeztünk „célszerű” számozást alkalmazni (például fiú = 1, lány = 0; fél 7 = 6,5). A feldolgozás folyamán ennek előnye nyilvánvaló. A fiúk számát egy összeadással megállapíthatjuk; vagy a reggeli felkelés időpontja egyszerű átlagszámítás eredményeként adódik.

– A kódolás folyamán megkülönböztettük a kitöltetlen és a 0 értékű cellát. (Az egyik leggyakoribb hiba, amikor a kitöltetlen cella 0 értékű kódot kap, s emiatt az átlag a valódi értéknél kisebb lesz.)

– Egyes nyílt végű kérdéseknél csak jeleztük, ha további kiértékelést igénylő választ kaptunk. Ügyeltünk arra, hogy ha esetleg ezek az adatok a későbbiekben feldolgozásra kerülnek, akkor a kérdőívek sorszámukkal azonosíthatók legyenek; így könnyen visszakereshetők és elemezhetők a válaszok.

– Általában nem jeleztük a szórásértékeket. Sajnos, a szórás nem szemléletes (hanem inkább matematikai) fogalom, az értékei csak becslésekre alkalmasak.

A statisztikai hálók iskolánkban megtekinthetők, az Excel állományokat kérésre hozzáférhetővé tudjuk tenni.

## 6. Fontosabb hibaforrások

Az adatok felvételekor nagyszámú statisztikai tény került birtokunkba, a végleges kiértékelés után pedig az iskolánk egy modelljét kaptuk meg. Az életmód kérdőív kérdései szakmailag nyilván kompetensek; kérdés, hogy a kapott eredmények mennyire lesznek hitelesek, mennyire valóságűek. A modell érvényességi körét a lehetséges hibaforrások korlátozzák.

A természettudományos értelemben vett hibák egy részéről (kerekítési hiba, képlethiba, műveleti hiba) nyilván nem beszélhetünk. A mérési hibák három fajtája esetében is (leolvasási, észlelési, szisztematikus) lényegében a szubjektív hibák lehetősége a legnagyobb; s talán helyesebb hiba helyett tévedésről beszélnünk. Néhány típust alább felsorolunk:

*A kitöltés folyamán* előfordulhat, hogy a kérdőív alanya

- félreért egy kérdést;
- pontatlanul válaszol;
- figyelmetlenségében rossz helyre írja a kódot, vagy elfelejt válaszolni stb.

*A kódolás folyamán* hibák származhatnak

- az adatok félreértelmezéséből;
- az adatok pontatlan tárolásából stb.

*A kiértékelés folyamán* keletkezett hibák lehetnek:

- programozási hibák (például rossz képlet alkalmazása);

– számítási (elvi) hibák (ilyen például a fentebb említett kitöltetlen mező és a 0 kód azonosítása, amely mindig bonyodalmakat okoz az átlag kiszámításakor).

Milyen fajsúlyúak lehetnek ezek a hibák?

Meglepő módon a leggyakoribb **kitöltési hibák** az eredményt *rendkívül csekély mértékben* befolyásolják. Néhány példa:

– A tanulók a 2x45 perces különórájukat hol 2, hol 1,5 órának írják be. Az így kapott hiba lényegében elhanyagolható. Egyrészt a kép eléggé vegyes, a tanulók hozzávetőleg fele írt 1,5, másik része pedig 2 órát, a hibák tehát „kiejtik” egymást; másrészt fél óra tévedés az összes osztálybeli diák napi átlagát tekintve megdöbbentően kis időt, kb. 1 - 1,5 percet jelent.

(Ezen szám adatok nagyságrendje a további hibák jellemzésekor is érvényes.)

– A hétvégi lefekvés szombati és vasárnapi ideje nagyon eltérhet, a diák csak az egyikre koncentrál, s azt írja be válaszként a kérdőívre.

– Nagyon eltérő lehet az aktív (tényleges) és a passzív tanulási idő. A tanulók eltérően értelmezik ezt a kérdést; erről a kiértékelés folyamán még lesz szó.

Az adatok gépre vitele rendkívül időigényes és nagyfokú figyelmet követelő munka. Ebben segítséget kértünk diákjainktól is. Az utólagos ellenőrzés során úgy tapasztaltuk, hogy megbízhatóan és lelkiismeretesen dolgoztak. A **kódolási hibákat** igyekeztünk lehetőleg eleve csökkenteni úgy, hogy két diák párhuzamosan dolgozott: az egyik diktált, a másik gépelt, s az első ezt folyamatosan ellenőrizte.

A kódolási hibákra egy példa a következő:

A kérdőív 22. kérdésére (*napi étkezési szám*) az egyik lapon a 16-os választ találtuk. A kérdőívet sorszáma alapján előkerestük, s ekkor kiderült, hogy a 6 egyszerű elgépeléséről van szó.

Legnagyobb mértékben a **kiértékelési hibák** befolyásolhatják a valós eredményt. Igyekeztünk figyelmesen dolgozni, folyamatosan ellenőriztük az alkalmazott képleteket, a hivatkozási cellák sorszámát; azonnal megbecsültük a kapott eredmények hitelességét stb. Az utólagos ellenőrzés alapján, reményeink szerint, nem maradt szisztematikus hiba a szakanyagban.

## 7. Érvényességi kör

Az adatfelvétel és kiértékelés összes, fentebbiekben vázolt körülményét figyelembe véve úgy gondoljuk, hogy megbízható statisztikai adatokat kaptunk, és a mérések eredménye kellő pontossággal jellemzi tanulóink „életmódját”. A mintavételben az iskola tanulóinak megközelítőleg 20 %-a vett részt, amely arány a 7 - 12. évfolyamokat tekintve nagyobb (körülbelül 40 %). Így talán állíthatjuk, hogy a kapott mérési értékek általában is jellemzőek erre a hat évfolyamra.

Természetesen a minta egy iskolán belüli, tehát abszolút homogén. Semmiféleképpen sem vonhatunk le más iskolákra - még hasonló típusú, szakmai szerepű, földrajzi helyzetű iskolákra sem - következtetéseket; a kapott minta legfeljebb az egyes iskolák összehasonlítására alkalmazható.

## 8. Problémák és tanulságok

Az egyik fontos problémának azt tartjuk, hogy ebben a formában kissé hosszú a kérdőív. A mindenkori kitöltő - ismerve pszichikumát - a második oldalon már türelmetlen, néha kapkodó. Valószínűleg érdekesebb a felmérést kisebb részletekben végezni, bár ekkor a többszöri adatfelvétel okozhat kényelmetlenséget.

A másik gondot a kérdőív egységessége okozta.

A 7. és 12. évfolyam tanulói életkorban elég távol állnak egymástól, s bár a könnyebb kezelhetőség kedvéért egységes kérdőívet írtunk a tanulókkal, egyes kérdések függenek az életkori sajátosságoktól (ilyen például a napközi vagy az udvarlás kérdése). Ugyanígy talán érdemes néhány kérdést tovább bontani. Néhány példa a 11. pont (*szabadidő eltöltése*) kategóriáiból:

– nem szerencsés egyszerre kérdezni a mozi látogatottságát a színházzal, koncerttel (könnyű– vagy komolyzenei?), múzeummal;

– ugyanígy a diszkó, illetve a társasjáték is jellegüket tekintve erősen különböző elfoglaltságok. (Ezeket és a hasonló problémákat a kiértékelés megfelelő helyén jeleztük.)

A feldolgozás során felvetődött problémák egy részét már korábban is említettük:

– A kódolás nem automatikus, nehezen algoritmizálható (például egyszer 1 - 2 - 3 - 4, másszor 4 - 3 - 2 - 1), s emiatt nehézkes és könnyen eltéveszthető az adatok gépre vitele.

– Egyes kérdéseknél a gépi adatbevitelt végző személynek aktívan „gondolkodnia” kell (például a társas kapcsolatfajták számát neki kell leszámolnia), s ez bizony hibaforrás lehet.

– A kódolás folyamán érdemes megkülönböztetni a kitöltetlen és a 0 kódú mezőt.



– Nehezíti a feldolgozást, hogy a kérdőívben egyaránt találhatók nyílt és zárt végű kérdések.

– Néhány esetben a szakirodalomban található és az általunk mért értékek nem korrelálnak, hiszen más skálát alkalmaztunk (például a 0 - 1 - 2 - 3 pontozás helyett az 1 - 2 - 3 - 4 kódolást). Ezt az eltérést az aktuális helyen mindig jeleztük.

(Megjegyezzük még, hogy a nyílt és zárt végű kérdések alkalmazásának kettőssége tudományos szintű, elvi jellegű probléma (tehát nem küszöbölhető ki). A legnagyobb az lenne, ha minden alany minden kérdéstről sokat mesélhetne, s minden általa közölt információt tárolnánk. Ennek persze nincs gyakorlati realitása, meg kell alkudnunk: igyekszünk előre kategorizálni a lehetséges válaszokat, csökkenteni a nyílt végű kérdések számát, s néhány mutatóval lehetőleg minél több adatot jellemezni.)

A gyakorlati méréssel kapcsolatban **összefoglalva** az alábbiakat fogalmazhatjuk meg:

– Valószínűleg célszerű egységes és aprólékos kitöltési utasításokat adni.

– A legprecízebb kérdések is félreérthetők vagy félreértelmezhetők. Az utólagos foglalkozásokon a gyerekek mutattak rá, hogy a kitöltés közben feltétlenül érdemes olyan szakembernek is jelen lennie, aki a felvetődő kérdésekre érdemben válaszolni tud. (Sőt néha az is célravezető lehet, ha egyes kérdéseket lépésről - lépésre, közösen töltenek ki.)

– Az adatfelvétel, a gépre vitel és a feldolgozás egyaránt nagyon szervezés- és időigényes munka;

– ezért feltétlenül érdemes gondosan megtervezni az egyes munkafázisokat;

– és csak az összes munkafolyamat tisztázása után, a végső cél ismeretében szabad realizálni a terveket.

Az I. részben (Bevezetés) is említettük, most is hangsúlyozzuk, hogy

- a mérés előkészítése;
- az adatfelvétel;
- a kiértékelés;
- valamint a visszajelzés

*egyaránt fontos, csaknem azonos hangsúlyú folyamatok.* Csak átgondolt, tudatos előkészítő munka után remélhetjük, hogy vizsgálatunk összeszedett és eredményes lesz.

Dolgozatunk ezen fejezete a tervezettnél kissé hosszabb terjedelmű lett. Feltétlenül szeretnénk volna bemutatni, hogy milyen gyakorlati problémákkal talákoztunk, és reméljük, hogy a hasonló helyzetben lévő olvasóinknak sikerült egy kis kapaszkodót, segítséget nyújtanunk.

### III. Elemzés

#### 1. Kötött elfoglaltság

89.o.”(MINDEN JÓ SZOKÁSOD MAGA AZ ÖNGYILKOSSÁG!) Minél pontosabban betartod hazaérkezésed időpontjait, annál jobban ki lesznek bukva szüleid, ha egyszer-egyszer „kimaradsz” egy kicsit.”

#### I. táblázat – Napi terhelés (órában)

	tanítás	különóra	du. tanulás	közlekedés	összes terhelés	szombat	vasárnap	hétvége
3.o.	5,22	0,59	1,63	0,56	7,99			
7.o.	5,73	0,84	2,44	0,61	9,62			
11.o.	6,28	1,25	2,52	1,09	11,14			
7.a	5,90	1,05	2,60	0,90	10,45	1,34	1,64	2,98
7.d	6,00	0,85	2,50	1,57	10,92	1,54	2,08	3,52
9.b	6,62	1,04	2,73	1,60	12,00	2,01	3,21	5,22
10.d	6,59	1,33	2,35	1,37	11,64	1,40	3,22	4,62
11.b	6,37	1,40	2,64	2,04	12,45	2,21	3,64	5,85
11.d	6,56	0,97	1,95	1,53	11,01	1,53	2,41	3,95
12.b	5,83	0,97	2,47	1,63	10,90	2,22	4,43	6,66

Ebben a táblázatban a gyerekek napi terhelését vizsgáltuk, és a vártak megfelelően, ijesztően magas számadatokat kaptunk. A gyerekek a következő kérdésekre válaszoltak:

***Tanítási óráid száma, Van-e délután különórád, rendszeres elfoglaltságod? Ha igen, írd be a heti óraszámot! Hétköznap hány órát töltesz tanulással? Hány órát töltesz tanulással átlagosan szombaton és vasárnap? Az iskolába jutás mennyi időt vesz igénybe naponta?***

A délelőtti tanítás, a különórák, a délutáni tanulás és az elkerülhetetlen közlekedési idő minden általunk vizsgált osztályban naponta több mint tíz órát vesz igénybe.

Ez a szám természetesen nagyon magas, nálunk ezt növeli az is, hogy nagyon sok, olyan diák választja iskolánkat, aki az intézménytől távol lakik. Sokan jönnek a főváros távoli részeiből, és szintén magas a Budapest környéki településekről bejárók száma is. Ez magyarázza azt, hogy egy kivétellel minden osztály tagjai naponta több mint egy órát utaznak. A legkevesebb időt a 7.a osztály tagjai töltik utazással, ennek az oka egyértelműen az, hogy ez az egyetlen általános iskolai osztály szerepel felmérésünkben. Ennek az osztálynak a tagjai hat éves koruk óta tanulnak intézményünkben, és mivel ebben a korban az iskolaválasztás esetében fontos tényező, hogy az intézmény könnyen megközelíthető legyen, ezért ennek az osztálynak még sok VIII. kerületi tanulója van. A gimnáziumi osztályok napi utazásának mennyiségéből viszont egyértelműen kiderül, hogy az idősebb gyerekek már szívesebben vállalják a hosszú utazásokat is azért, hogy számukra megfelelő intézményben tanulhassanak.

A tanulók az országos normának megfelelően kb. 6 órát töltenek kötelezően az iskolában. Ennél kevesebb időt csak az általános iskolás osztály és a végzős évfolyam tölt tanulással az iskolában.

## II. táblázat – Délutáni tanulás összesen

	hétköznap	hétvégén (2 nap)	napi átlag
7.a	2,60	2,98	2,28
7.d	2,50	3,52	2,29
9.b	2,73	5,22	2,70
10.d	2,35	4,62	2,34
11.b	2,64	5,85	2,72
11.d	1,95	3,95	1,96
12.b	2,47	6,66	2,72

Érdekes a délutáni tanulás idejének alakulása. A budapesti vizsgálatokban azt olvashattuk, hogy a délután tanulással töltött órák száma nagyon magas, és míg a 3. és a 7. osztály között a tanulási idő lényeges növekedésével kell számolni, addig a 7. és a 11. évfolyam közt nincs különbség ebből a szempontból.

Ez a mi felmérésünkben is hasonlóan alakult. A két hetedikes osztály napi tanulásának mennyisége között lényeges különbség nincs. Ha a hétvégi és hétköznapi tanulás mennyiségét együttesen vizsgáljuk, akkor szinte teljesen azonos eredményeket kapunk (2,28, 2,29 óra). A különbség a két osztály tanulásának módszerében inkább abban mutatkozik meg, hogy a 7.a osztály tagjai hétköznapokon, a 7.d osztály tanulói pedig hétvégeken tanulnak többet.

Véleményünk szerint ezt a különbséget részben az iskolatípus eltérése okozhatja. A 7.a osztály még általános iskolánk része, a gyerekek nagy része napközis. Így ők délutánonként a napközis kollégák irányításával rendszeresebben készülnek az órákra, naponta megírják a házi feladataikat, ezért kevesebb feladatuk marad hétvégére, így akkor többet tudnak pihenni. A 7. d osztály iskolánk hat évfolyamos gimnáziumának része. Az ide járó gyerekek már nagyobb

önállósággal rendelkeznek, az idejüket ők maguk osztják be, ezért valószínűleg ők több tanulnivalót hagynak hétvégére.

Úgy gondoljuk, a másik ok pedig, ami a tanulásbeli szokások különbözőségét eredményezi, a fentebb már említett különbség az utazás napi mennyisége között. Az általános iskolai osztály, amelynek tagjai közül többen laknak az iskola közelében, naponta csak 0,9 órát utazik, míg a messzebb lakó kisgimnazisták 1,57 órát. Ebből a tényből is egyértelműen következik, hogy nekik kevesebb idejük marad hétköznap a tanulásra, ezért kell hétvégén pótolniuk.

Az idősebb korosztályok összehasonlításából az derült ki számunkra, hogy a „b”, vagyis természettudományos osztályok mindegyike több időt tölt tanulással, mint a „d”, vagyis társadalomtudományi osztályok. Hétköznapokon a legkevesebb időt a 11. d osztály fordítja tanulásra, véleményünk szerint ez az osztály tagjainak mentalitásából ered, ebbe az osztályba kevesebb teljesítményszorongó, mindenáron jó szereplésre vágyó diák jár.

Úgy gondoljuk azonban, hogy az egyes osztálytípusokban kiemelten fontos szerepet kapó tantárgyakra való készülés más módszereket kíván meg. A társadalomtudományi tagozatú 10. d osztály tagjainak 92 %-a nyilatkozta azt, hogy napi rendszerességgel olvas (szemben a „b” osztályok 40-50 %-ával), és 60 %-uk azt, hogy heti rendszerességgel jár színházba, moziba. Ezeket azonban a szabadidős tevékenységek között sorolták föl, pedig egy magyar irodalmat magasabb óraszámú tanuló osztály esetében az olvasás tanulásként, órára való készülésként is értelmezhető lenne. Nagyon szerencsésnek tartjuk azonban, hogy a gyerekek ezt inkább szórakozásnak tekintették.

## 2. Különóra

95.o. „(TÖRVÉNY A FELNŐTTI ÉSZ KORLÁTAIRÓL) Szüleidhez érkező legintelligensebb vendégek is mindössze két fajta hozzád intézett mondatot képesek kicsiholni magukból. Ezek a következők:

- Jé, már megint mennyit nőttél!
- Na, hogy megy a tanulás?”

„A mai iskolákban a tanulók érdeklődésüknek és képességeiknek megfelelően a tanórákon túl különórákon és különféle szabadidős tevékenységekben vesznek részt. Az iskolán belüli és kívüli tevékenységeik (munkaterhek és kikapcsolódásaik) összességében hatnak iskolai eredményességükre, mentálhigiénés állapotukra, személyiségfejlődésükre. A tanulók többsége „munkaidejének” jelentős részét a tanítási órán kívüli tevékenységek alkotják.” {2.}

### III. táblázat – Jár-e különórára? (%)

III/1.	3.o.	7.o.	11.o.		7.a	7.d
sportkör	49,8	48,3	48,1		64	76,9
zene (hangszer, szolfézs, énekkar)	13,6	10,9	13,7		40	26,9
művészetek (rajz, színjátszás stb.)	8,4	1,3	3,5		4	3,85
különóra korrepetálás, iskolai jegy javítása céljából	3,8	18,9	16,3		36	11,5
különóra (tananyagon túli érdeklődés céljából, szakkör)	15,0	21,2	47,8		40	88,5
különóra felvételi előkészítő céljából	0,0	13,4	13,7		4	0
egyéb (ifjúsági szervezet, klub, hittan stb.)	19,5	16,9	15,7		32	15,4
van valamilyen különórája	73,1	76,8	88,4		100	96,2

<b>III/2.</b>	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
sportkör	51,4	80	60	41,4	48,3
zene (hangszer, szolfézs, énekkar)	22,9	32	28	17,2	34,5
művészetek (rajz, színjátszás stb.)	5,7	20	16	10,3	27,6
különóra korrepetálás, iskolai jegy javítása céljából	11,4	12	4	6,9	6,9
különóra (tananyagon túli érdeklődés céljából, szakkör)	65,7	60	68	72,4	41,4
különóra felvételi előkészítő céljából	5,7	0	16	6,9	27,6
egyéb (ifjúsági szervezet, klub, hittan stb.)	25,7	28	20	17,2	31,0
van valamilyen különórája	91,4	96	96	93,1	96,6

#### **IV. táblázat – Hány órát jár hetente különböző különórákra?**

<b>IV/1.</b>	3.o.	7.o.	11.o.		7.a	7.d
sportkör	1,78	2,75	3,21		2,26	1,73
zene (hangszer, szolfézs, énekkar)	0,31	0,17	0,29		1,16	0,62
művészetek (rajz, színjátszás stb.)	0,16	0,03	0,12		0,08	0,04
különóra korrepetálás, iskolai jegy javítása céljából	0,01	0,30	0,39		0,64	0,15
különóra (tananyagon túli érdeklődés céljából, szakkör)	0,32	0,40	1,51		0,64	1,56
különóra felvételi előkészítő céljából	0,00	0,19	0,36		0,04	0
egyéb (ifjúsági szervezet, klub, hittan stb.)	0,33	0,39	0,52		0,43	0,17
összesen	2,90	4,23	4,75		5,25	4,26



<b>IV/2.</b>	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
sportkör	1,5	3	2,3	1,69	1,55
zene (hangszer, szolfézs, énekkar)	0,57	0,84	0,44	0,29	0,48
művészetek (rajz, színjátszás stb.)	0,11	0,38	0,24	0,10	0,60
különóra korrepetálás, iskolai jegy javítása céljából	0,29	0,2	0,12	0,12	0,17
különóra (tananyagon túli érdeklődés céljából, szakkör)	1,73	1,78	2,64	2,22	0,90
különóra felvételi előkészítő céljából	0,14	0	0,52	0,17	0,60
egyéb (ifjúsági szervezet, klub, hittan stb.)	0,87	0,44	0,76	0,24	0,48
összesen	5,21	6,64	7,02	4,84	4,83

Nagyon lényeges a különórák mennyiségének a vizsgálata. A kérdőívekben a gyerekek pontosan megadták az egyes különórákkal eltöltött heti óraszámot. Felmérésünk sok szempontból kedvező képet mutat a vizsgált osztályokról, a tanulóknak mindenhol több mint 90 %-a válaszolta azt, hogy jár valamilyen különórára. Fontos kérdés azonban, hogy ezek kedvtelésből végzett tanulmányok, vagy az iskolai osztályzatok javítását szolgálják.

Nagyon kedvezőnek találtuk, hogy az országos átlagtól eltérően, az itt tanuló gyerekek aránylag kevés időt töltenek olyan különórákon, melyek a korrepetálást, vagy az iskolai jegy javítását szolgálják. Ez alól kivétel a 7.a osztály 36 %-a, ami messze meghaladja az budapesti átlagot. Ezt az értéket elgondolkodtatónak tartjuk, ennek az osztálynak a számára ugyanis úgy tűnik, túlságosan fontosak az osztályzatok, s így sok szorongó gyermek tanul itt. Az osztály tagjai ugyanis nem azért járnak korrepetálásra, mert nagyon rosszak az eredményeik, hanem mert mindannyian jeles osztályzatokra törekcsenek, így ez a nagyon magas arány náluk nem tantárgyi, tanulási hiányosságokat jelez.

A többi osztály esetében ezek az adatok megfelelőek, 10. évfolyamig a gyerekek 11-12 %-a jár korrepetálásra, és ez kedvezőbb, mint a budapesti felmérés adatai. 11. évfolyamtól pedig egészen elenyészővé válik ez az arány (4 és 6,9 %). 9.-10. osztályban még minden osztályzat fontosnak tűnik, a jó képességű gyerekek szeretnék kitűnők lenni, ezért még gyakrabban járnak korrepetálásra. Fontos lehet a korrepetálás ezeken az évfolyamokon a felzárkóztatás szempontjából is, a gyerekek ugyanis különböző tudásszinttel érkeztek a különböző iskolákból a gimnáziumba.

11. évfolyamra azonban az osztályok tagjainak tudása közelít egymáshoz. Mire a tanulók 11. évfolyamosok lesznek, addigra kialakul érdeklődési körük, körvonalazódnak felvételi elképzeléseik. Tudják, hogy mely tantárgyak fontosabbak számukra, melyek érdeklik őket, és melyekből kell megfelelő érdemjegyet szerezniük a sikeres továbbtanulásukhoz.

A gyakorlóiskola jellegének megfelelően a tanulók ennél több időt töltenek olyan különórákon, szakkörökön, ahova nem kényszerűségből, hanem a tananyagon túli érdeklődés céljából járnak. Nagy örömmel tapasztaltuk, hogy ez az arány minden évfolyamon nagyon magas. A legkisebb százalékban (40 %) az előbb már említett 7.a osztály tagjai járnak különórára érdeklődés céljából, és ez az érték egyértelműen összefügg azzal, hogy közülük sokan járnak korrepetálásra. Ez a 40 % azonban még így is majdnem duplája a budapesti felmérésben résztvevő 7. osztályos gyerekek eredményének.

Az általunk megkérdezett többi osztályt megvizsgálva azt tapasztaltuk, hogy a végzős gimnazisták közül járnak viszonylag kevesen ilyen jellegű szakkörre (41,4 %), ez azonban teljesen érthető, ők már a felvételire készülnek. Ez egyértelműen kiderül arra a kérdésre adott válaszukból, hogy hányan járnak különórára felvételi előkészítő céljából, ez ugyanis ebben az osztályban 27,6 %.

A többi osztályban azonban nagyon magas a tananyagon túli érdeklődés céljából szakkörre, különóra járó gyerekek aránya. A további öt vizsgált osztály mindegyikében meghaladja a 60 %-ot, a 7.d osztályban pedig rendkívül magas, 88,5 %. Nagyon fontosnak tartanánk, hogy ez a későbbiekben is így maradjon, ugyanis az érdeklődő, sokfelé tájékozódó és nyitott gyermekekből válhat kreatív, gondolkodó értelmiségi felnőtt korukra.

A vártnál jobb a százalékos aránya azoknak a tanulóknak is, akik szabadidejükben sportkörre járnak, bár korántsem elegendő. A 11.d és a 12.b osztályban ez az arány nagyon alacsony, de a többi osztályban legalább 50 % feletti. Különösen magas a 7.d és a 10.d osztályban a rendszeresen sportolók aránya (76,9, és 80 %). A 10.d osztályban viszonylag több időt töltenek a gyerekek sportolással, náluk ez átlagosan 3 óra, a többi osztályban azonban ez az idő nagyon kevés.

Ez az idő növelhető lenne, azonban mindenképpen fontos a gyerekek későbbi életvitele szempontjából, hogy szinte mindegyikük fontosnak tartja, hogy időt szakítson sportolásra. Ez edzettebbé teszi őket, növeli ellenálló képességüket, és lényegesnek tartjuk a társas kapcsolatok kialakítása szempontjából is, mivel ezek a gyerekek elsősorban csapatsportokat űznek, aminek során kortárs gyermektársaságokban töltik szabadidejüket. A sportolás jelentőségét nem szabad lebecsülni, nem csupán szórakozás, és semmiképpen sem időpocsékolás, fontos szem előtt tartanunk, hogy a sport az élet minden területére kihat.

A mi eredményeinkhez sokban hasonlítanak Szőke Erika felmérésének megfigyelései, melyeket 1432 középiskolás tanuló részvételével végzett Szegeden és Székesfehérváron mindhárom iskolatípusban. Az ő mérései szerint a lányoknak csaknem fele, a fiúk harmada nem edzi a testét, pedig a sport az egészségmegőrzés egyik legjobb módja, ugyanakkor kiváló szabadidős tevékenység. „Az óvodás és kisiskolás korú gyerekekben még nagyon nagy a mozgásigény, és ahelyett, hogy ezt kihasználnánk, módszeresen kiöljük belőlük, pedig a

testedzést belső igénnyé, alapvető szükségletté, a mindennapok részévé tehetnénk. A felmérés eredményeiből az derült ki, hogy a mai tizenéveseknél ezt nem sikerült megvalósítani, és bár nem ez az ideális kor a sport megszerettetésére – hiszen ekkorra sokuk számára a testnevelés már csak a kellemetlen kötelességek sorozatává válik -, mégsem szabad lemondanunk róluk. A tizenévesek csak akkor kezdenek el önként és rendszeresen sportolni, ha örömet, sikerélményt nyújt számukra a mozgás. (...) A tevékeny, sportos életmóddal együtt járó önállóság, helyzetfelismerés, alkalmazkodóképesség és önfegyelem minden fiatal számára fontos. Meggyőződésem, hogy ha a sport nagyobb hangsúlyt kapna az emberek életében, kevesebb lenne a feszült, ingerült felnőtt, türelmetlen szülő, kevesebb lenne az elhanyagolt, magányos gyerek, akiből idejekorán válik felnőtt.” {3.}

Az országos átlagnál lényegesen magasabb az általunk mért osztályokban a zenei és egyéb művészeti különórákra járó tanulók aránya is. A zene iránt mindegyik osztály tanulói fogékonynak mutatkoznak, a rendszeresen zenélő gyerekek aránya 17,2 és 40 % között mozog. Örömmel tapasztaltuk, hogy a zene szeretete mindegyik osztálytípusunkra jellemző, nem csupán a művészetek iránt általában nagyobb fogékonyságot mutató társadalomtudományi osztályokban, hanem a természettudományosokban is.

Iskolánkban a zene szerepének kellő hangsúlyozását mutatják az évenkénti gyönyörű Fazekas-hangversenyek is. Számunkra is nagy örömet jelent, hogy gyerekeknek egy változó csapata egy matematikus kolléga segítségével, immár többedik éve a karácsonyt megelőző hét minden napján kis hangversenyt szervez az egyik szünetben a folyosón. A legszebb ezekben a kis spontán zenélésekben az, hogy az iskola diákjai már várják ezeket az egyébként magas színvonalú előadásokat, és kicsengetéskor rengetegen „rohannak”, hogy meghallgathassák társaikat, akik ezáltal egy kis karácsonyi hangulattal ajándékoznak meg minket még a tanítási időben.

A zene mellett az átlagosnál szintén magasabb az egyéb művészeti szakkörre járó gyerekek aránya, közülük is kiemelkedik a 10.d osztály 20, és a 12.b osztály 27 %-a.

Úgy véljük, hogy azok a gondolatok, amelyeket fentebb a sporttal kapcsolatosan megfogalmaztunk, a zenére és más művészetekre egyaránt érvényesek. A zene, a rajzolás-festészet, a fotózás, a színjátszás mind-mind teljesebbé teszi a gyerekek életét, oldhatja a feszültségüket és segítheti őket abban, hogy megismerjék saját tehetségüket, kialakíthassák érdeklődési körüket, és több nézőpontból is megismerjék az őket körülvevő világot.

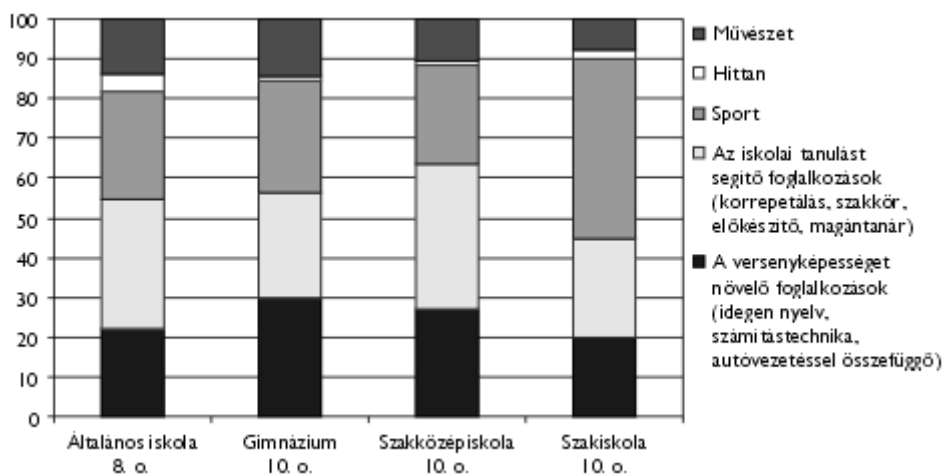
Iskolánkban a sok házi feladattal, a sok feladott tanulnivalóval valószínűleg nem minden esetben tudjuk segíteni a gyerekek ilyen irányú érdeklődésének kibontakozását, de alapvetően szem előtt tartjuk ezeknek a fontosságát. Intézményünk igazgatónője minden esztendőben fogadja a 9. évfolyamosokat és mindig elmondja nekik, hogy gimnáziumi tanulmányaik megkezdése mellett is folytassák zenei, művészeti tanulmányaikat, és sportoljanak minél többet, mivel ezek a tevékenységek nemhogy gátolnák, hanem segíthetik tanulmányi előmenetelüket is.

Viszonylag magas az egyéb különóra, ifjúsági szervezetbe, klubba, hittan csoportba járók aránya is (15,4-32 %). Ez is pozitívan értékelhető, mivel a kérdésfeltevés alapján elsősorban korukbeli gyermekcsoportokba való tartozásukat jelentheti, ami a társas kapcsolatok kialakítását segíti.

A különórák jelentőségét a tanulók előmenetele szempontjából a 2003-as Iskolajelentés is megfogalmazta: „Az iskolarendszerben való továbbhaladás sikerességét nagyban befolyásolja az is, hogy a tanulónak a kötelező tanórákon kívül van-e lehetősége (ideje, pénze, kedve), hogy különböző különórákon fejleszthesse képességeit. A tanórákon kívüli tanulás bizonyos rétegeknél már olyan intenzív, hogy joggal beszélhetünk egy

árnyékiskola-rendszer kialakulásáról. Ugyanakkor a különóra járás terén még inkább szembeötlőek azok az egyenlőtlenségek, amelyek a családok különböző jövedelmi helyzetéből, kulturális tőkéjéből és lakóhelyéből erednek.

A nagyobb elfoglaltság, a túlméretezett kötöttségek általában a pszichoszomatikus tünetek fokozódását eredményezik. Ez az összefüggés azonban nem minden esetben egyértelmű, az érdeklődésből különóra járóknál sokkal kisebb mértékben mutatkozik meg. Az iskolában jobban teljesítő tanulók feltételezhetően megengedhetik maguknak (illetve szüleik nagyobb eséllyel engedik meg nekik), hogy a tanulmányokon kívül mással is foglalkozzanak, és ez a tevékenység a közérzetüket is pozitívan befolyásolja (N. Kollár, 2002). {4.}



Különböző tanórán kívüli tevékenységeket végzők aránya néhány évfolyamon, 2002 (az említések százalékában.)” 3.

### 3. A szabadidő eltöltése

50.o. „(MEGFIGYELÉS A KÖTELEZŐ OLVASMÁNYRÓL) A kötelező olvasmány olyan, mint a telefonkönyv. Vastag és unalmas.”

#### V. táblázat – Szabadidős tevékenységek gyakorisága (%)

V/1.	3.o.			7.o.			11.o.		
	naponta	hetente	ritkán v. soha	naponta	hetente	ritkán v. soha	naponta	hetente	ritkán v. soha
Olvasás	56,7	21,1	22,2	37,8	21,5	40,8	59,7	21,2	19,1
tévé, videó	85,7	9,3	5,0	82,9	11,1	6,0	62,1	20,7	17,2
rádió, CD	49,8	22,0	28,2	84,2	6,8	9,0	86,6	7,7	5,6
számítógép	25,1	25,1	49,8	28,0	28,0	44,0	17,2	25,6	57,2
sport, séta	37,7	40,8	19,2	39,4	29,4	26,6	21,8	43,9	30,1
Udvarlás	8,6	3,3	88,1	17,6	9,7	70,8	29,8	23,8	46,3
mozi, színház	0,0	2,7	97,3	0,0	0,9	99,1	0,0	4,4	95,6
buli, diszkó	17,6	39,5	43,0	8,1	23,3	68,6	12,0	21,5	66,5
játéktér	1,1	5,0	93,9	2,2	7,4	90,4	0,0	3,6	96,4
barkácsolás	28,7	30,7	40,6	14,5	27,4	58,1	4,4	13,5	82,1
munka	1,1	2,1	96,7	1,8	4,0	94,2	1,5	9,8	88,7

V/2.	7.a				7.d			
	naponta	hetente	ritkán	soha	naponta	hetente	ritkán	soha
Olvasás	60	24	12	4	65,4	26,9	7,7	0,0
tévé, videó	60	24	16	0	76,9	15,4	3,9	0,0
rádió, CD	72	20	4	0	76,9	15,4	3,9	3,9
számítógép	8	56	32	0	53,9	19,2	19,2	3,9
sport, séta	28	56	18	0	26,9	57,7	15,4	0,0
udvarlás	12	8	16	60	0,0	11,6	30,8	38,5
mozi, színház	0	28	72	0	0,0	42,3	53,9	0,0
buli, diszkó	0	24	64	12	0,0	19,2	50,0	26,9
játékterem	0	0	12	88	0,0	7,7	26,9	61,6
barkácsolás	12	32	48	8	19,2	42,3	15,4	19,2
munka	0	0	8	92	0,0	3,9	26,9	65,4



V/3.	9.b				10.d			
	naponta	hetente	ritkán	soha	naponta	hetente	ritkán	soha
Olvasás	45,7	37,1	14,3	2,9	92	8	0	0
tévé, videó	54,3	25,7	14,3	5,7	64	28	8	0
rádió, CD	68,6	14,3	5,7	11,4	76	12	12	0
számítógép	34,3	34,3	22,9	8,6	40	24	32	4
sport, séta	31,4	37,1	31,4	0,0	12	60	24	4
udvarlás	17,1	11,1	20,0	51,4	20	8	36	16
mozi, színház	0,0	22,9	71,4	5,7	0	60	40	0
buli, diszkó	0,0	14,3	65,7	20,0	0	16	64	20
játékterem	0,0	2,9	20,0	77,1	0	0	12	88
barkácsolás	11,4	37,1	25,7	25,7	4	32	48	16
munka	0,0	5,7	20,0	74,3	0	4	16	80

V/4.	11.b				11.d			
	naponta	hetente	ritkán	soha	naponta	hetente	ritkán	soha
Olvasás	48	44	8	0	58,6	34,5	6,9	0,0
tévé, videó	52	32	8	8	75,9	13,8	6,9	3,4
rádió, CD	84	12	0	4	82,8	6,9	10,3	0,0
számítógép	28	48	24	0	48,3	31,0	10,3	6,9
sport, séta	24	40	20	12	31,0	34,5	24,1	6,9
udvarlás	20	12	32	32	20,7	37,9	20,7	10,3
mozi, színház	0	44	56	0	3,4	41,4	55,2	0,0
buli, diszkó	0	20	56	20	3,4	44,8	34,5	17,2
játékterem	0	8	12	76	0,0	6,9	13,8	79,3
barkácsolás	8	36	24	28	10,3	13,8	48,3	24,1
munka	0	4	40	52	3,4	0,0	27,6	69,0

V/5.	12.b			
	naponta	hetente	ritkán	soha
Olvasás	58,6	20,7	20,7	0,0
tévé, videó	41,4	31,0	24,1	3,4
rádió, CD	72,4	13,8	10,3	3,4
számítógép	24,1	27,6	34,5	10,3
sport, séta	13,8	55,2	27,6	0,0
udvarlás	17,2	13,8	34,5	27,6
mozi, színház	0,0	13,8	82,8	0,0
buli, diszkó	0,0	24,1	58,6	13,8
játéktér	0,0	6,9	20,7	69,0
barkácsolás	6,9	37,9	27,6	24,1
munka	0,0	3,4	17,2	75,9

„Manapság már a felnőtt korosztály esetében is nehezen választható szét egyértelműen a munka- és a szabadidő, s úgy tűnik, sokkal inkább az adott tevékenységre való motiváltság, az érdeklődés, az általános mentálhigiénés állapot dönti el, hogy mit él át az ember örömszerző tevékenységnek, és mit fárasztó, kikerülhetetlen kötelezettségnek.” {5.}

Osztályfőnökök számára nagyon tanulságos megkérdezni, hogy a gyerekek mivel töltik legszívesebben a szabadidejüket. Az általunk vizsgált osztályokban elég kedvező adatokat kaptunk az olvasásra vonatkozóan, úgy véljük, ezek az adatok mindenképpen az országos átlag fölött helyezkednek el. A 10. évfolyamon a társadalomtudományi tagozaton kiemelkedően jó ez az arány, ugyanis a gyerekek 92 %-a írta azt, hogy napi rendszerességgel olvas, 8 %-uk azt nyilatkozta, hogy hetente, és egy tanuló sem választotta azt, hogy ritkán

vagy soha. Nagy örömmel dolgoztuk fel ezeket a kérdéseket, hiszen nagyon jó látásmódnak tartjuk azt, hogy ezek a gyerekek az olvasást szórakozásnak tekintik.

Ezek mellett a kedvező adatok mellett sajnos úgy véljük, az általunk megkérdezett tanulók túlságosan sok időt töltenek a televízió és a videó előtt. Ez a jelenség nem csupán a mi iskolánkra jellemző, hanem országos szinten okoz problémát. Ez derült ki a 2003-as Iskolajelentésből is: „A különböző adatfelvételek abban megegyeznek, hogy a szabadidő eltöltését, a kulturális fogyasztást két nagy csoportra bontják: az egyikbe a már több mint 90 százalékos tévézés tartozik, a másikba az összes többi tevékenység. Az Eurodata 2000 áprilisában közzétett nemzetközi összehasonlítása szerint a magyarok 5 perc híján 4 óras átlagos napi tévézési fejadagja mindössze 4 perccel marad el az USA átlagától. Az Ifjúság 2000 vizsgálat eredményei (*Szabó – Bauer – Laki, 2002*) viszont azt mutatják, hogy a fiatalok a tévé miatt nem mondanak le más szabadidős tevékenységekről. Egyharmaduk naponta levegőzik, közel egynegyedük naponta felugrik a barátjához, vagy fogad valakit. Azonban sokan akkor is a tévé előtt ülnek, amikor például leckét írnak. A 14 évesek 81 százaléka tévézik naponta átlagosan 121 percet, hétvégén még 15 perccel többet, a 17 éveseknek viszont már csak 61 százaléka napi tévé-fogyasztó.”

Az általunk kapott eredmények sem nyújtanak megnyugtató képet a gyerekek tévézési szokásairól, de a fentebb idézett vizsgálatoknál kedvezőbbek. A vártak megfelelően a fiatalabbak még több idejüket töltik ezzel a szórakozással, bár meglepően magas a 11.d osztályban a naponta tv-t nézők aránya (75,9 %). Ha az osztálytípusokat összehasonlítjuk, azt látjuk, hogy a társadalomtudományi osztályok tanulói többet néznek tv-t és videót, mint a természettudományos osztályokba járók.

A kérdésből sajnos nem derül ki, hogy a gyerekek milyen típusú műsorokat, filmeket néznek, de feltételezhetjük, hogy talán nem csak értéktelen, időrabló műsorok nézésével töltik

az idejüket. Ezek az eredmények azonban azért tükröznek rossz tendenciákat, mert a gyerekeknek nagyon sok ideje megy el ilyen módon, és ez egy passzív szórakozás, sokkal hasznosabb lenne, ha társaikkal együtt, vagy mozgással kapcsolódnának ki. . Ez a magányos szórakozás ezenfelül a társas kapcsolatok hiányára is utalhat.

Ez a probléma egyre jelentősebb, de egyáltalán nem újkeletű. Érdekes szépirodalmi ízü eszmefuttatásában A. C. Clarke már 1968-ban felhívta rá a figyelmünket: „Hogy az emberiség hogyan birkózik meg az égből leszálló információ és szórakozás eme áradatával, azt majd a jövő mutatja meg. A tudomány szokásos vidám felelőtlenységével megint egy ordító csecsemőt hagy a civilizáció küszöbén. Akkora problémagyerekké nőheti ki magát, mint az, amelyik a kattogó Geiger-számlálók között a Chicagói Egyetem fedett pályáján született 1942-ben. (Itt építette meg Fermi az első atommáglyát.)

Lehet idő bármiféle munka elvégzésére olyan bolygón, amely sarktól-sarkig telítve van remek szórakozásokkal, kitűnő muzsikával, ragyogó beszélgetésekkel, pompásan üzött atletikával és a hírszolgálat minden elképzelhető formájával? Azt mondják, még így is gyermekeink ébren töltött életük egyhatodát a katódsugárcső elé ragadva töltik. Tevékeny emberből néző emberré kezdünk válni. Az ezután jövő csodás teljesítmények nagyobbak bizonyulhatnak, mint aminek önfegyelmünk ellenállni képes.

Ha ez így van ez lesz fajunk sírfelirata gyorsan kialvó fluoreszcens betűkkel írva:

’Akit az istenek el akarnak veszíteni, először tv-vel ajándékozzák meg.’” {6.}

Viszonylag sok időt töltenek a gyerekek zenehallgatással, ami teljesen megfelel ezen korosztály érdeklődésének. Ezek az értékek körülbelül azonosak minden évfolyam esetében, 68,6 és 82,8 % közöttiek az eredmények a mindennapi zenehallgatása vonatkozóan. Bár utólag a gyerekek megállapították, hogy nem tudták, pontosan hogyan válaszoljanak erre a kérdésre, mert nem volt számukra egyértelmű, hogy csak azt tekintsék zenehallgatásnak, ha ez

egy kizárólagos foglalkozás, vagy azt is, amikor utazás, sportolás, esetleg tanulás közben szól számukra a zene.

A gyerekek válaszaival arra vonatkozóan, hogy mennyi időt töltenek a számítógép előtt, sajnálatos módon megfeleltek a várakozásoknak. Az így eltöltött idő mennyisége a fiatalabbaknál többnek bizonyult, bár megint meglepő módon elkülönült a többi osztály eredményétől a 7.a osztály, ahol a gyerekeknek csupán 8 %-a ül le a számítógép elé naponta, és a 12.d osztály, ahol ugyanez az arány 48,3 %. Az egy nagyon pozitív tendencia, hogy a felnövekvő fiatal generációk egyre nagyobb természetességgel használják fel a számítógépet a munkájukhoz. Ezek az adatok azonban azért ijesztőek, mert ezeknél a válaszoknál a gyerekek nem csak arra az időre gondoltak, amikor a tanulásban használják a számítógépet, hanem arra is, amikor a szabadidejüket töltik ilyen módon. Ezeknek az óráknak a növekedése azért veszélyes, mert a televíziózáshoz hasonlóan ez passzív és magányos szórakozás, s ráadásul egy meglehetősen egészségtelen testtartásra szoktatja a gyerekeket.

Az előbb megállapítottakból egyenesen következik, hogy a gyerekek túlságosan kevés idejüket töltik mozgással vagy a szabad levegőn. Nagyon elgondolkodtató, hogy két osztályban olyan gyerekek is akadtak, akik azt válaszolták, hogy soha nem sportolnak vagy sétálnak, és nagyon kevesen teszik ezt naponta (12-31,4 %). Ez az életvitel valóban nagyon negatív hatással lehet a tizenévesek későbbi életére vonatkozóan.

A kamaszoknak kevés ideje marad udvarlásra is. A kérdőívnek azonban véleményünk szerint talán ezek a legkevésbé megbízható adatai, mivel a kamasz gyerekek még nehezen tudnak mit kezdeni ezekkel a fogalmakkal. A nagyobbak között már van néhány tanuló, aki tartósabb párkapcsolatot létesített, ők lehetnek azok, akik azt írták, hogy naponta vagy hetente

„udvarolnak”, értelmezhetetlen viszont a „ritkán” válaszlehetőség. Őszintébbnek tűnnek azok, akik azt válaszolták, hogy soha nem töltik ilyen formában az idejüket. Ez viszont sajnálatos módon egyes gyerekek magányosságát is jelezheti.

Ezeknél az adatoknál kedvezőbbek a mozira és a színházra vonatkozóak.

Szerencsésnek mondható, hogy csupán egyetlen osztályban (9.b) akadt olyan tanuló, aki azt válaszolta, hogy sohasem szórakozik ilyen formában. A legtöbben a 10.d osztályban kapcsolódnak ki ilyen módon. Közülük 60 % válaszolta, hogy heti rendszerességgel jár színházba vagy moziba. Az osztályok ismeretében azt is elmondhatjuk, hogy ezek az adatok nem kizárólag a moziba járásra vonatkoznak, mivel osztályszinten és családjaikkal is viszonylag gyakran tekintenek meg színházi előadásokat. Az utólagos megbeszélésen a gyerekek azt mondták, hogy ahogy egyre idősebbek lesznek, egyre többet járnak színházba, és egyre kevesebbet moziba. Ezt azzal indokolták, hogy ritkán találnak már kedvükre való filmet, illetve azzal, hogy a mozijegyek ára lassan eléri a színházjegyekét.

Viszonylag kevesen jelölték meg gyakori szórakozásként a bulit és a diszkót. A későbbi közös megbeszélés során a gyerekek elmondták, hogy ez a kérdés így nem volt teljesen egyértelmű számukra. Kifejezetten diszkóba szerintük gimnazisták nem nagyon járnak, viszont népszerű szórakozási forma körökben kávéházakba, zenés klubokba járni, de ezeket már nem diszkónak nevezik. Így ezek az értékek, amiket kaptunk kissé pontatlanok, bár sok tanuló itt jelölte meg ezt a szórakozási módot. Ennek ellenére itt viszonylag alacsony értékeket kaptunk.

A 11.d osztály azonban megint különbözik a többitől, mivel itt még olyan tanuló is akadt, aki azt válaszolta, hogy mindennap így szórakozik, (bár ezt az információt kissé megbízhatatlannak tartjuk), és 41,4 % jár hetente „bulizni”. Nem tartjuk túlságosan

kedvezőnek, hogy a gyerekek körében ez nem gyakori szórakozási forma.. Itt elsősorban nem a diszkóra gondolunk, mert nem azt tartjuk feltétlenül a gyerekek számára megfelelő kikapcsolódásnak, az a lesújtóbb, hogy a gyerekek buli alatt értették a társakkal való összejövetelt is, és aránytalanul sokan válaszolták azt, hogy őket soha sem hívják meg ilyen házibulikra. Ez különösen káros hatással lehet a tizenévesek önértékelésére.

Talán nem tekinthető szerencsétlennek, hogy nagyon kevés gyerek jelölte meg szórakozásaként a játéktermet. Érdekes módon, a 7.d osztályban többen válaszolták azt, hogy időnként járnak játékterembe. (Bár véleményünk szerint ez sem feltétlenül megbízható adat, egy idősebb gimnazista ugyanis már bátrabban elutasíthatja a szórakozásnak ezt a módját.) A nagyobbak véleménye szerint ez a kérdés is pontosításra szorulna. Szerintük a kisebbek játékterem alatt értették azt, ha bevásárlóközpontokban játszanak egy automatával. A 16-17 évesek között pedig gyakoribb kikapcsolódási mód az, hogy csoportosan elmennek biliárdozni. Ezt a szórakozást sem tudták hol megjelölni, legfeljebb itt a játékteremnél, de ezt nem tette mindenki.

Természetesnek tekinthető, hogy barkácsolással inkább a kisebbek foglalkoznak. A lányok kérdése volt utólag, hogy ide kellett-e beírni azt, ha kézimunkáznak, batikolnak, vagy esetleg sütnek. Úgy gondoljuk, itt is meg lehetett volna adni ilyen válaszlehetőséget is.

Nagyon jellemzőnek tűnik az az adat is, ami a gyerekek munkával való időtöltését mutatja. A tanulók itt elsősorban házimunkára gondoltak, de többen mondták azt, hogy nyaranta vállalnak diákmunkát, illetve néhányan korrepetálnak ismerős vagy rokon gyerekeket. Az idejüket munkával töltő gyerekek száma az évek múlásával fokozatosan csökken. Egyetlen tanuló volt az összes megkérdezett között (11.d osztály), aki azt válaszolta,



hogy napi rendszerességgel végez valamilyen munkát, és a 52-92 % válaszolta azt, hogy soha sem dolgozik. Ezek az adatok egyértelműen mutatják azt, hogy a szülők mindenben igyekeznek megkönnyíteni gyerekeik életét, mivel túlságosan sok idejüket töltik tanulással, így nem kell kivenniük a részüket a háztartási munkából.

### Kivel tölti el legszívesebben szabadidejét?

68.o. „(A SZÜLŐI ANTIMAGATATÁS) Minél jobban szereted barátodat/barátnődet, annál valószínűbb, hogy szüleid épp, hogy csak el tudják viselni.”

**VI. táblázat – Kivel tölti el legszívesebben szabadidejét? (%)**

	3.o.	7.o.	11.o.	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
csak egyedül	3,5	1,7	0,3	0,0	0,0	2,9	0,0	0,0	3,4	0,0
említ felnőttet	59,8	57,4	51,8	56	69,2	37,1	36	28	34,5	37,9
említ gyereket	76,1	93,2	97,1	96	100,0	91,4	100,0	100,0	96,6	96,6
Hányféle társat említ?	2,05	1,51	2,84	3,76	3,85	3,00	2,96	3,08	3,17	2,86

Lényeges kérdések azok, amelyek a tanulóknak felnőttekkel, családtagokkal, gyerekekkel való viszonyára vonatkoznak. A kérdőívben a diákoknak a következő kérdésekre kellett válaszolniuk: ***Kinek a társaságában töltöd legszívesebben a szabadidődet? (Többet is aláhúzhatsz!) egyedül, szülővel, nagyszülővel, testvére(i)ddel, rokon gyerekekkel, más rokonnal, barátal, osztálytársakkal, baráti társasággal, másokkal, és pedig...***

Szerencsére kevés olyan tanuló akadt, aki azt válaszolta, hogy vágyik az egyedüllétre, mindössze két osztály esetében talákoztunk ilyen válaszokkal.

Felnőtteket vágyott társként nagyobb arányban említene az általános iskoláskorú gyerekek, mint a nagyobbak. Törvényszerűnek tűnik, hogy a fiatalabbak szívesebben vannak együtt felnőttekkel, mint az idősebbek. Ennek a számnak a csökkenése függ az életkortól, de sajnos azt is jelzi, hogy a 16 éveseknél talán már kisebb a család szerepe, talán kevésbé számítanak szülei segítségére esetleges problémáik megoldásában.

## VII. táblázat – Jellemző szabadidő eltöltés (%)

	3.o.	7.o.	11.o.		7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
egyedül	16,1	13,0	14,8		8	0,0	8,6	8,0	8,0	10,3	17,2
1 gyerekkel	44,7	9,8	33,8		40	42,3	40,0	48,0	52,0	48,3	41,4
társasággal	16,3	36,3	46,5		44	42,3	17,1	20,0	24,0	27,6	13,8
felnőttel	22,0	10,2	3,5		8	15,4	34,3	24,0	16,0	13,8	27,6

Itt a következő kérdés szerepelt a kérdőívben: ***Hogyan töltöd a szabadidődet leggyakrabban? (Egyet húzz alá!) egyedül, 1 gyerekkel (testvér, barát), társasággal, felnőttel, (szülő stb.)***

Sajnálatos az a különbség, ami a gyerekek vágyott társasága és a valóság között mutatkozik. A valóságban ugyanis a gyerekeknek sokkal nagyobb százaléka tölti az idejét jellemzően egyedül, mint amennyien valóban vágnak rá. A 7.d osztály az egyetlen, ahol senki nem válaszolta azt, hogy legtöbbször egyedül tölti a szabadidejét. A legtöbb osztályban 8 % körüli volt ez az arány, két felsőbb évfolyamban azonban ez magasabb volt, különösen a végzős osztályban (17,2 %). Ebben a korosztályban már lehetne vágyott az egyedüllét, de az előző kérdésünkből világossá vált, hogy nem erről van szó, mivel az osztályból egyetlen diák sem válaszolta azt, hogy kedveli az magányt.

A kérdésre adott válaszokból az derült ki, hogy mindegyik korosztály tanulói leggyakrabban egy gyerekkel töltik a szabadidejüket (40-52 %). Ez természetesen lehet egy testvér, vagy egy nagyon közeli barát egyaránt.

Meglepőnek találtuk a társasággal illetve a felnőttekkel való szabadidő-eltöltés alakulását. Azt az eredményt vártuk, ami az budapesti vizsgálatból is kiderült, miszerint „az életkor növekedésével elsősorban a felnőttek szerepe csökken és az egyes barátok helyét is jellemzően a baráti társaság veszi át.” {7.}

A mi felmérésünk azonban egészen más eredményt hozott. Iskolánkban úgy tűnik, a fiatalabbak szabadidejében még gyakrabban szerepel társaság, mint az idősekében, és az alsóbb évfolyamosok ritkábban vannak együtt felnőttekkel, mint a nagyobbak.

Az idősebbek felnőttekkel való gyakori együttléte lehet annak a jele, hogy viszonylag kiegyensúlyozott családokban élnek, bár ez csupán feltételezés. Az azonban mindenképpen aggasztó, hogy az életkor növekedésével egyre kevesebb gyerek tölti társaságban a szabadidejét. Ez mindenképpen olyan jelzés, amire figyelniük kell, ugyanis úgy tűnik, hogy a gyerekek a sok tanulás mellett egyre magányosabbakká válnak.

Ebben az életkorban felbecsülhetetlen a kortárs csoportok jelenlétének a szerepe. Ennek jelentőségére Martonné Tamás Márta és Dr. N. Kollár Katalin is felhívták a figyelmet tanulmányukban: „Vizsgálatunkban összefüggést találtunk a gyermek pszichoszomatikus tünetei és a gyermektársaság hiánya között. Aki a szabadidejét gyerek társaságban tölti, kevesebb pszichoszomatikus tünetet produkál, mint aki egyedül, vagy csak felnőttekhez kapcsolódó társai. Ezért a kortársak hiánya diagnosztikus értékű. Ez az összefüggés nem azt jelenti, hogy közvetlenül a gyermektársaság hiánya okozná a közérzet romlását, sokkal inkább a két tényező közti interaktív viszonyt feltételezzük.” {8.}

#### 4. Társas kapcsolatok

69.o. (érzelem-elnyelődési törvény) A reménytelen szerelemről, amint kiderül, hogy nem is reménytelen, pillanatok alatt az is kiderül, hogy nem is szerelem.

#### VIII. táblázat – Baráti kör (%)

	3.o.	7.o.	11.o.		7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
Nincs	26,1	10,2	7,6		8	11,5	2,9	4	12	10,3	10,3
osztálytársak	53,3	51,5	58,4		84	38,5	68,6	80	72	75,9	51,7
előző osztálybeli	4,6	8,1	20,8		0	34,6	42,9	24	24	27,6	17,2
Iskolán kívüli	33,1	41,7	43,1		8	26,9	28,6	32	24	31,0	41,4
sportkör	9,6	20,4	18,5		8	15,4	8,6	24	16	3,4	10,3
Egyéb	3,5	6,0	7,6		4	15,4	2,9	12	8	0,0	6,9
hányfélét említ	1,05	1,28	1,48		2,56	2,42	2,60	2,52	2,28	2,03	2,14

A kérdőívben a kérdést úgy tettük fel, hogy ***Van-e állandó baráti kör, akikkel rendszeresen vagy együtt? (nincs, osztálytársak, előző osztálybeli baráti kör, iskolán kívüli baráti kör, sportkör, egyéb)***

Utólag úgy találjuk, hogy ezt a kérdést is kissé idomítanunk kellett volna iskolánk sajátosságaihoz. A kitöltő diákok hiányolták, hogy nem volt olyan válaszlehetőség, hogy iskolán belüli baráti kör, csak osztálytársakra vonatkozó. Jellemző ugyanis, hogy családok több tagja is egyszerre iskolánk tanulója, és ez is elősegíti, hogy az átlagosnál jobb a kapcsolat az egyes évfolyamok között. Iskolánkba versenyszerűen sportoló gyerekek nem nagy gyakorisággal járnak, ezért akik egy sportkör tagjai, azok is elsősorban iskolánkban működő csapatban játszanak, ezért átfedés van az osztálytársakból, iskolatársakból vagy csapattagokból szerveződő baráti körök összetétele között.

Osztályfőnökök számára mindenféleképpen elgondolkodtató az a tény, hogy minden osztályban akadt néhány olyan tanuló, akinek egyáltalán nincs baráti köre. Viszonylag nagy az egyedül lévő gyerekek száma a 7.d osztályban, de ez természetesnek tűnik, hiszen a kérdőív kitöltésekor még csupán két hónapja jártak új iskolájukba. Szerencsésen kis százalékban válaszolták azt, hogy nincs baráti körük a 9.b osztályban, holott ez egy ugyanúgy újonnan induló gimnáziumi osztály. Nagyon kedvező a 10.d osztály eredménye is, ott ugyanis mindössze egy tanuló írta azt, hogy nincs semmiféle baráti köre. A magányos gyerekek száma úgy tűnik azonban, az életkor emelkedésével nő. Ez sajnos utalhat arra, hogy az egyre több tanulnivaló és a felvételi időpontjának közeledése egyre kevesebb időt hagy a gyerekek számára társas kapcsolataik elmélyítésére.

Az iskola, az osztályfőnökök, a pedagógusok hatalmas felelősségére mutat rá az a tény, hogy a budapesti felmérésből is, a mi vizsgálatainkból is egyaránt az derült ki, hogy a tanulók számára a legfontosabb kortárs csoportot az iskolai osztály jelenti. Mindegyik osztály esetében a legmagasabb százalékban az osztálytársakat jelölték meg baráti körként. Még az előbb említett 7.d osztály tanulói is, akik mindössze két hónapja ismerik egymást, elsősorban osztálytársaikat tartják barátaiknak. A többi osztály esetében ez az arány kifejezetten magas, jóval magasabb, mint a budapesti felmérésben. Különösen sokan jelölték meg legfontosabb baráti körként osztálytársaikat a 10.d (80 %) és a 7.a osztályban (84 %). Ezek az értékek mindenképpen figyelmeztetnek minket arra, hogy szaktárgyi tudásunk átadása mellett milyen fontos osztályfőnöki munkánk, s milyen nagy szerepünk van szaktanárként is egy-egy osztály közösségének alakításában, s ezáltal a gyerekek lelki egészségének megőrzésében.

Viszonylag magas az előző osztálybeli baráti körök szerepeltetése a válaszokban. Ez a 7.a osztály esetében 0 %, de ez természetesnek tűnik, hiszen többségük számára ez az első osztályközösség, amibe tartoznak. Van azonban az osztálynak néhány tagja, aki nem hat éves kora óta jár ebbe az osztályba. Felmérésünkéből azonban az derül ki, hogy ők már nem tartják a kapcsolatot előző osztályukkal, valószínűleg teljesen beilleszkedtek ebbe a közösségbe.

A többi osztály esetében azonban a budapesti felméréshez viszonyítva sokan (17,2 - 42,9 %) jelölték meg barátokként előző osztályuk tagjait. A kérdőívről folytatott megbeszélés során erre a jelenségre a gyerekek érdekes választ adtak. A gimnáziumi osztályainkba nagyon sok olyan diák jár, akik már általános iskolai tanulmányikat is a mi intézményünkben végezték. Így ők természetesen nem távolodtak el régebbi osztálytársaiktól akkor sem, ha a gimnáziumi felvételik után ők másik tagozatra kerültek. Iskolánkban az azonos évfolyamba tartozó osztályok tanterme egymás mellett helyezkedik el, és ez különösen megkönnyíti a kapcsolat további megtartását is.

Iskolán kívüli társaságokat is említenek tanulóink, de kevesebben, mint a szakirodalomban megkérdezett gyerekek, bár ez az arány az életkor növekedésével egyre magasabb lesz.

Az összesítésből kiderül, hogy a gyerekek viszonylag sokféle baráti kört említenek meg (2,03 - 2,60), de mint az a fentebbi elemzésből kiderült, ezek a baráti társaságok legtöbb esetben valamilyen módon kötődnek a Fazekas Mihály Általános Iskola és Gimnáziumhoz. A gyerekekkel folytatott magánbeszélgetésekből megtudhatjuk, hogy legtöbben a magas színvonalú oktatás mellett az iskola egyik legfőbb vonzerejének a diákság összetartását, az élénk közösségi életet tartják. Ez azonban nagyon nagy felelősséget ró ránk, tanárookra is, igyekeznünk kell erősíteni a diákok közösségi összetartozásának érzését.

## 5. Az iskolai fizikai környezet

44. o: „(AZ IDŐKIEGYENLÍTŐDÉS TÖRVÉNYE) Az emberek azért rohannak, hogy mielőbb odaérjenek valahova, ahol legalább negyed órát várakozással kell eltölteniük.

*Folyománya: Minél jobban sietnek, annál többet kell várakozniuk.*”

Az iskolai környezet vizsgálatát három csomópont mentén végezzük el. Ezek: az (esetleg túlzott) *ingerek*, a kérdőíven a 26/1. és 4. kérdés; a *személyekhez való alkalmazkodás*, 2. és 3. kérdés; valamint az *unalom* problémája, 5. pont. A táblázatokat - a könnyebb áttekinthetőség kedvéért - részekre bontottuk.

### IX. táblázat – Az iskolai ingerek (%)

IX/1. Szakirodalom	3.o.		7.o.		11.o.	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
Élvezem a nyüzsgést	36,4	63,6	43,2	56,8	37,6	62,4
Sok a zaj	70,1	29,9	88,2	11,8	88,6	11,4

IX/2.	7.a		7.d		9.b		10.d	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
Élvezem a nyüzsgést	24	76	34,6	65,4	17,1	82,9	12	88
Sok a zaj	88	12	92,3	7,7	97,1	2,9	100	0

IX/3.	11.b		11.d		12.b	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
Élvezem a nyüzsgést	36	64	48,3	51,7	10,3	89,7
Sok a zaj	92	8	89,7	10,3	89,7	10,3

Az *Élvezem a nyüzsgést* kérdésre a diákjaink túlnyomó része a *gyakran vagy mindig* választ adta (7.d: 65 %, 10.d: 88 %, 11.b: 64 %); a *Sok a zaj* kérdésre túlnyomó részük a *ritkán vagy soha* választ (7.d: 92 %, 10.d: 100 %, 11.b: 92 %). A kapott eredményeket pozitívan értékelhetjük: a gyerekek kedvelik a nyüzsgést, a változatosságot, de az ingerek mennyisége nem kellemetlen, nem túlzó az iskolában.

A számok lényegében megegyeznek a [10] szakirodalomban találhatóakkal, kicsit magasabbak (7.o: 57 %, ill. 88 %; 11.o: 62 %, ill. 89 %); kiugróak csak a 10.d osztály igen kedvező értékei. Ebben az osztályban kifejezetten nyugodt és kellemes a légkör.

Nem találtunk viszont kapcsolatot a kapott értékek és a tanulók életkora között. (Például a *Sok a zaj* 10 % körüli értékei megjelentek 7. és 11. évfolyamon is, miközben a 9.b-ben ez az érték 3 %.) Ennek - véleményünk szerint - két oka lehet. Az egyik ok a válaszok szubjektivitása: elképzelhető, hogy a 7. osztályosok a kívülállók szerint „jobban nyüzsgenek”, mint idősebb társaik, de ez nem jelenti azt, hogy ez a zajszint, saját maguk számára, túlzott vagy bántó lenne. A másik ok - s talán ez a döntő -, hogy a közvetlen iskolai mikroklímát elsősorban az osztályok, az osztályterembeli légkör jellemzik, s ezért ez a jelző osztállyspecifikus.

Az iskolánk egészét tekintve megjegyezzük, hogy a 7.d 65 %-a és a 11.b 64 %-a a három legalacsonyabb érték között van, ennél csak a 12.b 52 %-a kevesebb. A két kérdésre adott válaszok között nem szükségszerű a korreláció, ezért egy újabb táblázatot készítettünk.



Ebben a táblázatban az *Élvezem a nyüzsgést* kérdésre adott *ritkán* és a *Sok a zaj* kérdésre adott *gyakran* válaszok értékeit összegeztük. A származtatott táblázat:

<b>IX/4.</b>	3.o.	7.o.	11.o.	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
Nyüzsgés, zaj együtt	66	55	49	36	42	20	12	44	21	59

Az a gyerek, aki nem élvezi a változatosságot, de túlzónak találja az „iskolai alapzajt”, nyilván kényelmetlenül érzi magát, bántónak találja a fizikai ingereket. Szerencsére ez nem jellemző az iskolánkra: a 12.b a lehetséges 200 %-ból elért 59 %-kal bőven az elfogadható értéken belül található, s egészen irigylésre méltó a 10.d 12 %-a.

### Személyekhez alkalmazkodás

36. o. „(A TANÁRI HIVATÁS FEKETE LYUKAI) Az élet legkülönbözőbb hatásai, folyamatai, tapasztalatai, vagyis lényegében minden fontos momentum észrevehető a tanárok többségén, csak egy valami nem,  
... az, hogy ők is voltak diákok.”

### X. táblázat – Személyekhez alkalmazkodás

<b>X/1. Szakirodalom</b>	3.o.		7.o.		11.o.	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
Nehéz a tanárokhoz alkalmazkodni	78,2	21,8	67,0	33,0	73,8	26,2
Nehéz a gyerekekhez alkalmazkodni	81,6	10,8	83,8	16,2	84,7	15,3

X/2.	7.a		7.d		9.b		10.d	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
Nehéz tanári alk.	84	16	57,7	42,3	82,9	17,1	88	12
Nehéz gyerek alk.	96	4	96,2	3,8	100	0	100	0

X/3.	11.b		11.d		12.b	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
Nehéz tanári alk.	84	16	75,9	24,1	82,8	17,2
Nehéz gyerek alk.	92	8	93,1	6,9	93,1	6,9

A *Nehéz a tanárokhoz alkalmazkodni* kérdésre diákjaink többsége 80 - 85 % körüli értékekkel a *ritkán* vagy *soha* választ adta. A kapott értékek a [10] szakirodalomban találhatóknál kissé magasabbak, tanári szemmel nézve feltétlenül megnyugtatók. A „listavezető” ismét a 10.d, 88 %-kal.

Egyetlen kivétel van: a 7.d válasza 42 %-os gyakoriságot mutat. Ennek oka az osztály speciális helyzete, hiszen a tanulók a hatévfolyamos gimnázium első osztályába járnak. Iskolaváltás után vannak, új tanári karral kerültek szembe. Érdekes - és feltétlenül megjegyzendő -, hogy bár a tanárok koncepcionálisan „óvatosan” bánnak az (iskolai szinten) újonnan érkezett tanulókkal, a tanárokhoz való alkalmazkodás nehézsége szignifikánsan kimutatható. (Ebben nyilván közrejátszik az is, hogy az osztály tanári kara jórészt középiskolai tanárokból tevődik össze, s ez a diákok számára - akár rejtetten, akár kimondva - feltétlenül egyfajta új tanulási minőséget, új követelményrendszert jelent).

A kapott számadatok lényegében függetlenek a tanulók életkorától, az iskolai átlagtól eltérő értékek inkább egy-egy speciális helyzetű osztályra jellemzőek. (A 10.d viszonylag

alacsony 76 %-a is inkább azt mutatja, hogy az osztály tanári szempontból kissé problémás.) Iskolai szinten örömmel állapíthatjuk meg, hogy az átlagnál magasabb, homogén eredmények valószínűleg a tanári kar egységességét is mutatják.

*A Nehéz a gyerekekhez alkalmazkodni* kérdésre diákjaink 92 % vagy magasabb értékekkel a *ritkán* vagy *soha* választ adták. A kapott értékek a [10] szakirodalomban találhatóknál magasabbak, a 9.b és 10.d 100 %-a egészen kivételes eredmény (és, őszintén szólva, számunkra igencsak meglepő). A kapott eredményhez nem sokat fűzhetünk hozzá; úgy tűnik, tanulóink könnyen alkalmazkodnak társaikhoz.

Persze, azt nem tudjuk, hogy mekkora az alkalmazkodási szükség, illetve kényszer. Nyilván abban az osztályban is könnyű alkalmazkodni a többiekhez, ahol egyáltalán nincs semmilyen kapcsolat a diákok között; de remélhetőleg a mi osztályainkban nem erről van szó. Érdeemes még egyszer fellapozni és ebből a szempontból is áttanulmányozni a III. rész 3 - 4. fejezet táblázatait. Csak emlékeztetőül az idevágó *baráti körök* százalékos összetétele:

<b>VIII. (részlet)</b>	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
Osztálytársak	84	38,5	68,6	80	72	75,9	51,7
Előző osztálybeli	0	34,6	42,9	24	24	27,6	17,2

Úgy tűnik, eredményeinket alátámasztják a [9] cikk adatai is (*A diákok negatív iskolai élményei*, Ligeti-Márton, 2002). A 6.2. táblázat szerint a diákok „legemlékezetesebb negatív középiskolai élményeinek” mindössze 3,2 %-át jellemzi az osztálytársakkal való rossz kapcsolat, illetve a közösség hiánya.

A következő táblázatban elemzés nélkül, mintegy érdekességképpen azt tüntettük fel, hogy diákjaink mennyivel nehezebben alkalmazkodnak a tanárokhoz, mint osztálytársaikhoz. (A származtatott értékek a (gyakori tanári alkalmazkodás – gyakori gyerek alkalmazkodás) különbségek közelítő értékei.)

**X/4. táblázat – Mennyivel nehezebb a tanárokhoz alkalmazkodni? (%)**

3.o.	7.o.	11.o.	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
11	17	11	8	39	17	12	8	17	10

**Az unalom**

91. o. (AZ UNIVERZÁLIS EMLÉK) Egyetlen olyan dolog van, amely utal arra, hogy szüleidnek voltak fiatalkori élményei is. Így szól:

– Bezzeg az én időmben ...!

**XI. táblázat – Az iskolai élet unalmas és egyhangú (%)**

XI/1. Szakirodalom	3.o.		7.o.		11.o.	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
	81,2	18,8	73,5	26,5	68,4	31,6

XI/2.	7.a		7.d		9.b		10.d	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
	88	12	80,8	19,2	85,7	14,3	76	24

XI/3.	11.b		11.d		12.b	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
	72	28	82,8	17,2	72,4	27,6

Az iskolai életet gyakran találja *unalmasnak, egyhangúnak* a 7.d-ben a gyerekek 19 %-a, a 10.d-ben a 24 %-a, és a 11.b-ben a 28 %-a. Az értékek a [10] szakirodalomban találhatóknál valamivel alacsonyabbak; ha a többi osztályunk eredményét is figyelembe vesszük, talán mondhatjuk, hogy a kapott értékek elfogadhatók. (Megközelítően minden negyedik - nyolcadik gyerek számára unalmas az iskolai élet.) Véleményünk szerint elsősorban az iskolai (mint iskolaépületen belüli) élet két összetevőjét, a tanórák összességét és a délutáni társas programok együttesét értékelték a gyerekek. Így, ha a számokat egy konkrét tanítási órára levetítjük (mármint hogy mennyire unalmas egy óra), nem is olyan rossz a kialakult kép.

(Itt szükséges megemlítenünk a [9] jelentésben idézett 6.3. táblázat egy adatát (Education at a Glance, 2002), mely szerint a *Gyakran unatkozom* kijelentéssel egyetértők aránya a magyar diákok körében 29 %. A felsorolt 14 OECD-országban az átlag 48 %, s ezen országok között Magyarország az előkelő második helyezett...)

Egyértelműen megfigyelhető tendencia, hogy az életkor növekedtével a gyerekek egyre unalmasabbnak találják az iskolai életet. (A sorból kilóg az iskolaváltás utáni problémákkal küszködő 7.d, valamint a 11.d, de ők „elég jól érzik magukat” az iskolában és az iskolán kívüli programokban is; ezek csak a szabályt erősítő kivételek.) Ennek a tendenciának különböző okai vannak, néhányat megemlítünk:

– objektív okként jelentkezik a tanulási monotónia: idősebb korban az egyes tantárgyak elvesztik az érdekességüket, nem hat újdonságként a tanár személye, a tanulók életvitele kissé beszűkül;

– a szabadabb életvitelt, kevesebb kötöttséget igénylő diákokat társadalmi kihívások korlátozzák: nő a tanulmányi eredmény fontossága, közelednek az érettségi - felvételi vizsgák, a nyelvvizsga-határidők stb.;

– az életkor növekedésével a kortárs kapcsolatok minősége változik, mennyisége pedig csökken. (Érdeemes ebből a szemszögből újra fellapozni a III. rész 3 - 4. fejezetét (*Szabadidő eltöltése - Társas kapcsolatok*). Az itt megfigyelt ellentmondás - t.i. ami a vágyott társaság és a valóság között van - az említett ok egyik vetülete.)

Illusztrációként felelevenítjük a korábban elemzett *Jellemző szabadidő eltöltés (%)* táblázat egy sorát:

<b>VII. (részlet)</b>	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
társasággal	44	42,3	17,1	20,0	24,0	27,6	13,8

### **Záró megjegyzések**

103. o. „(TÖRVÉNY, MELY KÉPLETESEN ÉS A SZÓ SZOROS ÉRTELMÉBEN IS IGAZ) Egy hatalmas igazságos pofon senkinek se fáj sokáig. Egy apró igazságtalan pofonocska velőig ható, és sohasem feledi az ember.”

Milyen hatással van az iskola mint fizikai környezet tanulóink életmódjára? A fent vizsgált három jellemző (*ingerek, alkalmazkodás, unalom*) közötti kapcsolatot, ezek relációit például a [10] irodalom alapján végezhetjük el.

Az egyéni kérdőívek megfelelő kérdéseit összevetve általában azt tapasztaljuk, hogy

– a változatosságot kedvelő tanulók sikeresebben alkalmazkodnak társaikhoz és tanáraikhoz is, továbbá ritkábban érzik unalmasnak a környezetüket;

– ezzel szemben a társas kapcsolatokhoz (tanárral, gyerekekkel) nehezen alkalmazkodó diákok számára kellemetlen a nyüzsgés, és könnyebben válnak kedvetlenné.

Elgondolkodtató, hogy az iskolaváltás problémája mennyire szignifikánsan jelentkezett, valamint az a megfigyelés is, hogy az életkor növekedtével az iskolai környezetet egyre unalmasabbnak tartják a tanulók, s ez a tendencia párhuzamba állítható a szintén kimutatható kortárs kapcsolatok csökkenésével.

Véleményünk szerint a környezeti tényezők pozitív, illetve negatív irányban egyaránt könnyen módosulhatnak, s ezt a leginkább befolyásoló paraméterek: a tanulók terhelése és tanulmányi eredménye (s ezzel összefüggésben a követelményrendszer). A tanulók (elképesztő nagyságú) terhelésével külön foglalkoztunk (III. rész 1-2. fejezet), itt csak megemlítjük, hogy az alkalmazkodási nehézségek és a zavaró ingerek ezt tovább súlyosbíthatják. Külön kiemelnénk viszont a tanulmányi eredménynek a fenti jellemzőket rendkívül befolyásoló hatását. Egy-egy jó felelet vagy osztályzat növeli a sikerélményt, motivációs erőt jelenthet; ezzel szemben a gyenge tanulmányi eredmény következményei lehetnek a tanár - diák kommunikációban fellépő nehézségek, kialakulhat a kedvetlenség, ezek kihatással lehetnek a kortárs kapcsolatokra stb.

A válaszokból a zavaró tényezők együttes nagyságát mérő összevont mutatókat képezhetünk, ezt látjuk az alábbi táblázaton. (A [10] szakirodalombeli 0 - 3 pontozással szemben az 1 - 4 rendszert alkalmaztuk, ennek megfelelően módosítottuk az eredeti értékeket is. Vagyis a legkedvezőbb minimum érték  $5 \cdot 1 = 5$ , a maximum  $5 \cdot 4 = 20$ , a problémás határérték a  $8 + 5 = 13$ .) Az összegzett kérdések tehát: *Élvezem a nyüzsgést, Sok a zaj, Nehéz*

*a tanárokhoz alkalmazkodni, Nehéz a gyerekekhez alkalmazkodni, Az iskolai élet unalmas és egyhangú.*

**XII. táblázat – Összes zavaró tényező (minimum = 5, maximum = 20, problematikus érték: 13)**

	3.o.	7.o.	11.o.	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
Összes zavaró tényező	9,45	9,91	9,95	8,95	9,27	8,35	8,52	8,97	9,12	10,31

A felmérésben kapott iskolai értékek abszolút és relatív értelemben is jónak nevezhetők, a megfelelő évfolyamokon csaknem egy jeggyel jobbak a [10] átlagainál. Az ezzel kapcsolatos észrevételeket fentebb már megtettük. Kezdtük azzal, hogy néha a gyerekek is túlzónak találják a zajt, vagyis alkalmanként igénylik a nagyobb fegyelmet - s zártuk azzal, hogy a tanulmányi eredmények szerepe döntő fontosságú. Véleményünk szerint az általában eredményes tanulmányi munka az oka annak, hogy tanítványaink kedvező képet festettek iskolai környezetükről, s ez a kedvező kép az ún. elit iskolákra általánosítható.

(A szakirodalomban a 13-as érték a veszélyeztetettség határa; szerencsére ezt a határértéket osztályaink meg sem közelítik.)



## 6. Iskolai kapcsolatokhoz való viszony

23. o. „(FIZIKAI TEHERBÍRÁSUNK TÖRVÉNYE) A különböző kínzóeszközök hatásai (kaloda, áramütés, ... stb.) mind-mind eltörpülnek azon hatás mellett, melyet egy „jól sikerült” tanóra tud okozni az emberi szervezetnek.”

A pedagógusokhoz és a társakhoz való viszony mellett a szabadidő kérdését is megvizsgáljuk. A kérdőív 27. kérdése alapján az egyes állításokat a gyerekek 5 fokú skála szerint osztályozták (1 = egyáltalán nem, 5 = teljesen). A kapott eredményeket a jobb áttekinthetőség érdekében résztáblázatokra bontottuk.

### Szabadidő

#### XIII. táblázat – Elegendő szabadidővel rendelkezem (1 - 5)

3.o.	7.o.	11.o.		7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
4,29	3,03	2,46		3,20	3,04	2,31	2,36	2,04	2,59	2,00

Az *Elegendő szabadidővel rendelkezem* állításra a 7. és 10. évfolyamon a [10]-ben talált átlagokkal csaknem pontosan megegyeznek az eredmények. Ismerve iskolánk követelményrendszerét, legalább annak örülhetünk, hogy a 7. évfolyamon 3-körüli, átlagos értékeket kaptunk. (Vagyis a gyerek úgy gondolja, hogy van is szabadideje, meg nincs is.) Viszont a szakirodalomban leírt tendencia - az életkor növekedtével csökkenő szabadidő - egyértelműen megfigyelhető a három vizsgált osztálynál. A számadatok: 7.d: 3,04; 10.d: 2,36; 11.b: 2,04. Az életkor növekedtével csökkenő szabadidő általános érvényű, az iskolánk többi osztályánál is kimutatható. (Kivétel a 11.d, erről mindjárt lesz még szó.) A „mélypont” a 12.b esetében tapasztalt 2,00 érték.

Hogyan értelmezzük a kapott eredményt? Megvizsgáltuk a gyerekek átlagos napi kötött elfoglaltságát (III. rész 1. fejezet), ahol mértéktelenül nagy számokat kaptunk. (Emlékezzünk csak például a 10.d-re jellemző 12 órás adatra!) Ebben a tekintetben nem is olyan alacsony a 12.b 2,00 értéke, ami valami olyasmit jelent, hogy „kevés a szabadidőm, de lehetne még rosszabb is a helyzet”...

Valójában arról van szó, hogy a gyerekek és a szülők elfogadják a kialakult helyzetet. Tisztában vannak az iskolai követelményekkel, ismerik a maguk választotta út nehézségeit. Tudják, hogy az *elegendő szabad idő* létezésének nincs semmi realitása.

(Azért megjegyezzük, hogy a 2,00 érték másképp is felfogható: a gyerekek felének 1,00 mérőszámmal egyáltalán nincs szabadideje, míg a másik felének 3,00-val néha van, néha nincs. A 2,00 szám abszolút értékben ugyan nem a legkisebb lehetőség, de a kevés szabadidőt szignifikánsan jelzi, s az első csoportra gondolva nyilván sajnálatosan alacsony érték.)

A kevés szabadidő hátrányosan befolyásolja a *társas kapcsolatok* mennyiségét, minőségét. Ezt statisztikailag is egyértelműen kimutathatjuk, feltűnő például a 11.d adatainak ezirányú korrelációja.

A 11.d a gimnáziumi osztályok közül a legmagasabb, 2,59-es szabadidő-értéket produkálta. Az összefüggés nyilvánvaló. Ez az az osztály, amelyik kissé „könnyen veszi az iskolát”, s ennek igazolására elegendő csak az iskolai környezet jellemzőit végignézni: élvezik a nyüzsgést, de nem túlzó a zajszint; a tanárokhöz nehezebben alkalmazkodnak, osztálytársaikhoz könnyen; s az iskolai élet ritkán unalmas számukra. Vegyük még ide a társasággal eltöltött szabadidő középiskolában legmagasabb 27,6 %-os értékét, s az adatok önmagukért beszélnek.

(Megjegyzés: persze a 2,59-es érték csak *relatív* értelemben magas, s az osztály csak *relatív* értelemben veszi könnyen az iskolát.)

## Tanárokkal való viszony

32.o.” (A VÉLEMÉNYED MEGHALLGATÁSA ÉS ELFOGADÁSA KÖZTI ŪR) Jól jegyezd meg diáktárs:

a tanárral vitatkozhatasz,

... de meggyőzni úgyse tudod.”

A *tanárokkal való kapcsolat* döntő fontosságú, a tanár-diák viszony az iskolai élet legtöbb területén érezteti hatását. Már korábban is említettük, hogy

– a gyerekek életmódját jelentősen befolyásolhatja az egyes tanárok és az iskola, mint munkahely követelményrendszere;

– tanítványaink közérzetét pedig döntően befolyásolják a tantárgyi osztályzatok.

Ebből következik, hogy mi, tanárok, a diákok életmódját és munkakörülményeit legkönnyebben a tanár-diák kapcsolat javításával befolyásolhatjuk (ez nem szükségképpen jelenti a tanár-diák kapcsolat szorosabbá tételét vagy erősítését!); a tanár-diák kapcsolat javítása pedig legegyszerűbben (leghatékonyabban?) úgy érhető el, ha a diák sikeresen végzi a tanulmányait. („A tanár-diák kapcsolat alakulásában domináns szerepet játszik az osztályzat.” [10])

(Egy nem teljesen idevágó párhuzam szerint a helyzet kissé hasonló a munkahely, mint szervezet fejlesztéséhez: a vezetés minőségének javítása a munkahely minden területén érezteti hatását.)

#### XIV. táblázat – Tanárokkal való kapcsolat

XIV/1. Szakirodalom	3.o.	7.o.	11.o.
Jelenlegi tanáraival jól kijön	4,42	3,48	3,55
Tanárok túl sokat követelnek	2,68	3,41	3,32
Tanárral bizalmas viszony	3,37	2,29	1,85

XIV/2.	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
Jelenlegi tanáraival jól kijön	3,92	3,85	3,97	3,76	3,72	3,55	3,69
Tanárok túl sokat követelnek	3,24	3,38	3,09	3,04	3,20	3,07	3,28
Tanárral bizalmas viszony	1,76	1,85	2,29	1,84	1,56	1,48	1,48

A *Tanáraimmal jól kijövök* állításra a 7. és 11. évfolyamon a [10]-ben megadott értékeknél valamivel magasabb számokat kaptunk. Az iskolánk tanáraitól nagyon pozitív képet fest a 7.a 3,92-es (ne felejtjük el, normál 7. évfolyamos általános iskolai osztályról van szó!) és a 9.b 3,97-es értéke; nyilván az osztályban tanító tanárok a diákokkal azonos „hullámhosszon” vannak. Ugyanígy pozitív meglepetés a 7.d 3,85-ös értéke. Emlékeztetünk arra, hogy ez az osztály iskolaváltás után van; például a *Nehéz a tanárokhöz alkalmazkodni* állítást 42 %-ban tartották igaznak. (S ez a szám sokszorosa volt a többi osztályban tapasztalt értéknek.)

A kapott értékekkel elégedettek lehetünk, kissé alacsony a 11.d értékelése. Sajnálatos, de iskolánkban is kimutatható, hogy az életkor növekedtével romlik a tanár-diák viszony. (Az is igaz, hogy a romlás csekély mértékű, és az eredendően magas értékek miatt csak relatív.)

A 11.d - természetesen - „kilóg a sorból”. Annál meglepőbb, hogy náluk a viszonylag döcögős tanár-diák viszony nem tükröződik a *Tanárok túl sokat követelnek* sorban. A 3,07-es

értékük a 10.d 3,04-ével együtt a legkisebb; legmagasabb - amint az várható volt - a 7.d 3,38-as értéke. Elgondolkodtató, hogy az értékek többsége 3-körüli; mi magasabb értékeket vártunk. Az alacsonyabb értékeknek két oka lehet.

Az egyik ok a tanulók realitásérzete. A tanulási lehetőségek, saját fejlődésük miatt jelentkeztek egy erős iskolába, ez természetesen magas követelményszintet jelent; vagyis a diákok maguk is tisztában vannak az ezirányú nehézségekkel.

A másik ok maga a kérdés lehet. A *Tanárok túl sokat követelnek* és a *Tanárok sokat követelnek* két különböző kérdés. Nem egyértelmű, hogy a gyerekek melyikre válaszoltak; mint ahogy az sem világos, hogy egyáltalán melyik kérdésfeltevés a pontosabb.

A minőségbiztosítási program keretében két évvel ezelőtt elvégeztük a tantestületi [8] felmérést. Nem érdektelen, ha ennek egy kérdését, illetve az erre adott válaszokat felelevenítjük. (A kérdést nem minden tanár kapta meg, csak a tanári kar egy része.)

**Ha egy-két szóval kellene jellemezned az iskola követelményeit, mit írnál?**

**(Tanári kérdés)**

	fő	%
Nem válaszolt	4	9
Igen gyenge	0	0
Gyenge	0	0
Megfelelő	10	21
Igen magas	26	55
Túl magas	7	15
	47	100

A táblázat adatait most nem elemezzük, csak az 1 - 5 skála alapján számított súlyozott közepet adjuk meg, ez 3,93. (Ismét felhívjuk a figyelmet arra, hogy a *magas* és a *túl magas* fogalmak különböznek!)

A **Bizalmi viszony** kérdése erősen problematikus.

A tanár-diák kapcsolatot mélységében, összetevőire bontva vizsgálja a [6] szakirodalom; s a könyvben több fejezetben is szó esik a bizalmi személyek kérdésköréről.

Az általános iskola felső tagozatán, 288 tanulóval végzett felmérés alapján a bizalmi személyek kategóriájában *az utolsó helyeken található a tanárok* (minden korcsoportban, mindkét nemből). Például a *Kivel beszél meg a problémáit?* kérdésre kapott válaszok százalékos megoszlása (1975):

	5 - 6.o.	7 - 8. o.
Szülők	55,9	44,1
Tanár	9,2	5,9

Ezt megerősíti [6] 1971-es középiskolai vizsgálata, ahol a bizalmi személy tanári kategóriája szintén igen alacsony, 5,5 %-os értéket kapott.

A bizalmi viszony egyik alapja, hogy mennyire tud a gyerek elvárásainak megfelelni a tanár. Nos, meg lehet-e felelni a tanulói elvárásoknak?

A tanuló-pedagógus viszony alakulását jelentősen befolyásolják az *életteni sajátosságok*. A gyerekek az alsó tagozaton a tanárt abszolút tekintélynek fogadják el; serdülőkorban hajlamosak tartózkodóan nézni; míg ifjúkorban elkezdik különválasztani a tanárt és a magánembert.

*A tanulók elvárása és a valóság közötti különbségnek elsősorban két oka van. Az egyik ok, hogy maga a tanítás túlságosan tárgyhoz kötött, a tanítási folyamat nem alkalmas arra, hogy a gyerek tágabb érdeklődését kielégítse; a másik ok pedig a tanár-diák kapcsolat hangulata, túlnyomórészt hivatalos jellege.*

*A tanári megfelelés [6] alapján a tanulók korához, neméhez, szociális helyzetéhez, de még az iskolafajtához is erősen kötött (ez utóbbira elég a 7.d példájára gondolnunk, ahol az osztályban nem általános iskolai, hanem inkább középiskolai tanárok tanítanak).*

*Az optimális tanár-dák kapcsolatban lévő tanár jellemzésére most nem térünk ki, ez meghaladná a szakdolgozatunk tartalmi (és terjedelmi) kereteit. Erre azonban nincs is szükség, a fentiek figyelembe vételével pontosabban értelmezhetjük a kérdőívünk *Tanárral bizalmas viszony* állításra kapott, igen alacsony értékeit.*

*Az iskolai adataink még a szakirodalomban található átlagoknál is kedvezőtlenebbek. A 9.b 2,29-es számadata a legmagasabb, a 7. osztály alacsony kezdőértékei után a gimnázium felső négy évfolyamán csökkenő tendenciát kaptunk. Az alacsony értékek általános okairól fentebb szóltunk; az iskolánkban tapasztalt igen alacsony számok magyarázata pedig az lehet, hogy a tanári munkánkban hangsúlyosabb az oktatói (tehát szakmai), mint a nevelői hatás; a gyerek szemszögéből a tanár inkább a tantárgyhoz, mint az iskolai környezethez kötött személy.*

*A [2] és a [6] szakirodalmak 30 évvel ezelőtti adatokat elemeznek. Mennyire lehet hiteles napjainkban a bennük ábrázolt tanár-diák kapcsolat?*

*Mindkét műben egyaránt megemlítették a szerzők, hogy az eredeti mérés után néhány évvel később megismételt kontrollmérések hasonló (egyres esetekben a kimutatott tendenciákat tovább erősítő) eredményeket adtak. Ezt a benyomást az általunk összegyűjtött*

adatok is megerősítik. Véleményünk szerint például a gyerek és a tanár, mint bizalmi személy távolodásának folyamata csak erősödni fog a jövőben. Ez egyfajta társadalmi kényszer hatása: erősödnek a diákjogok; a tanárok egyre tudatosabbak, mint munkavállalók; folyamatosan pontosítják az iskolai intézmények működését (a bizalmi elv helyett megjelenik a dokumentált elvek fogalma); a szülők szempontjából az iskola szolgáltatási intézménnyé válik és így tovább.

A könnyebb kezelhetőség érdekében összevont mutatókat képezhetünk a két tanári kérdésből, a számított érték a *Jelenlegi tanáraimmal jól kijövök + (6 – A tanárok túl sokat követelnek)* változók összegéből adódik. ([10] alapján kihagytuk a bizalmi viszony kérdését.)

**XIV/3. táblázat – Összevont mutatók (minimum = 2, maximum = 10):**

	3.o.	7.o.	11.o.	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
Tanári viszony	7,74	6,04	6,23	6,68	6,46	6,88	6,72	6,52	6,48	6,41
Átlag (1 - 5)	3,87	3,02	3,11	3,34	3,23	3,44	3,36	3,26	3,24	3,20

Örömmel láthatjuk, hogy az összevont értékek igen magasak; azonos korosztályokban a [10] értékeinél (amelyek vélhetően nagyobbak, mint az országos átlag) magasabb értékeket kaptunk.



## Az osztályon belüli kortárs kapcsolatok

69.o. „(érzelem-elnyelődési törvény) A reménytelen szerelemről, amint kiderül, hogy nem is reménytelen, pillanatok alatt az is kiderül, hogy nem is szerelem.”

A kortárs kapcsolatok vizsgálatakor az alábbi táblázatokat kaptuk (az összevont mutatókat a három változó összegéből számítottuk):

### XV. táblázat – Az osztályon belüli kortárs kapcsolatok

<b>XV/1. Szakirodalom</b>	3.o.	7.o.	11.o.
Osztálytársak hiányoznának	4,78	4,35	4,01
Osztálytársakkal kapcsolattartás	4,62	4,27	4,17
Szeret ebbe az osztályba járni	4,75	4,22	3,94

<b>XV/2.</b>	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
Osztálytársak hiányoznának	4,64	4,15	4,17	4,64	4,48	4,34	3,72
Osztálytársakkal kapcsolattartás	4,76	4,35	4,37	4,72	4,36	4,76	4,21
Szeret ebbe az osztályba járni	4,52	4,65	4,37	4,72	4,38	4,35	4,10

### XV/3-4. táblázat – Összevont mutatók (minimum = 3, maximum = 15)

<b>XV/3. Szakirodalom</b>	3.o.	7.o.	11.o.
Osztálytársakkal kapcsolat	14,15	12,85	12,12
Ennek átlaga (1 - 5)	4,72	4,28	4,04

<b>XV/4.</b>	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
Osztálytársakkal kapcsolat	13,92	13,15	12,91	14,08	13,22	13,45	12,03
Ennek átlaga (1 - 5)	4,64	4,38	4,30	4,69	4,41	4,48	4,01

A társas kapcsolatok problematikáját a korábbi fejezetekben is megemlítettük (III. rész 4. fejezet; vagy például III. rész 5. fejezet *alkalmazkodás az iskolai környezetben*). A fenti adatok csak részben erősítik meg a [10] irodalom egyik megállapítását, mely szerint az osztálytársakhoz való viszonyt az életkor emelkedésével egyre kevésbé tartják pozitívnak a tanulók; a legkedvezőtlenebb értékeket a 12.b osztály esetében kaptuk. A többi érték azonban - ellentétben a [10] adataival - erős ingadozást mutat. Mi lehet ennek az oka?

Korábban kimutattuk, hogy az életkor növekedtével nő a gyerekek napi terhelése, csökken a szabadidejük, s a szabadidő vágyott társasági eltöltését (ez a hasonló korúak társaságát jelenti) nem realizálják a ténylegesen elérhető kapcsolatok. Hogy a táblázatban nem ismerjük fel a csökkenő tendenciát, annak oka lehet egy-egy kiugróan jó vagy rossz osztályközösség, egy-egy meghatározó tanár, esetleg osztályfőnök, de maga a feltett kérdések speciális tartalma is. *Ha iskolát kellene váltanom, ...; amikor befejezem az iskolát, ... szeretek ebbe az osztályba járni ...* elég szubjektív kérdések. Nos, az iskolai élet nem kedvez a baráti kapcsolatok erősítésének, de úgy tűnik, hogy a kialakult kapcsolatok megmaradnak.

A *Szívesen jár iskolába* globális kérdése - minden szubjektivitásával együtt - meglehetősen bájos mutató; inkább érdekes, mint tanulságos.

## XVI. táblázat – Szívesen jár iskolába (1 - 5)

3.o.	7.o.	11.o.	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
4,04	3,06	3,33	3,92	3,46	3,91	3,96	3,24	3,55	3,62

Mivel az eddigi munkánk nagy része ezen kérdés elemi összetevőinek boncolgatásából állt, a kapott értékeket meg sem próbáljuk részletesen elemezni. „Ránézésre” látható, hogy:

- az értékek 3 és 4 közöttiek, inkább közelebb a 4-hez;
- az értékek tehát elfogadhatók, sőt tulajdonképpen magasak;
- a nagy szóródás az életkorral nem korrelál és lényegében ellentétes a [10] szakirodalomban leírttal;
- nem meglepő a 10.d magas, és kissé meglepő a 11.b legalacsonyabb értéke, hiszen ez utóbbit korábban semmi nem vetítette elő (nincs erre jelzés sem a *tanári viszonyban*, sem a *kortárs viszonyban*).

(A *Szívesen jár iskolába* kérdéskörrel kapcsolatban egy minket érintő megdöbbentő nemzetközi eredményt találtunk [9]-ben, a *Nem akarok suliba menni* kijelentésre adott válaszok alapján. Erre a szakdolgozat befejező részében még visszatérünk.)

A tanulóink a maguk módján tehát *szívesen járnak iskolába*. Együtt dolgoznak tanáraikkal, tudomásul veszik a követelményrendszerből adódó komoly szellemi terhelést, elfogadják a kevés szabadidőt, egyszerűen vállalják az „iskolai megpróbáltatásokat”. Az iskolai környezet és viszonyok elemzése nekünk, tanároknak is több tanulsággal szolgált.

Legfontosabb ezek közül talán az, hogy bár igaz a már-már közhelyszerű „a diákok túlzottan leterheltek” formula, szem előtt kell tartanunk, hogy ezt diákjaink és szüleik önként

vállalták. A gyerekek igyekeznek jól tanulni, s ebben tanáraik segítik őket; s ezen leegyszerűsített képlet szerint tanítványaink hangulatát alapvetően a tanulmányi eredményük határozza meg. Az sem lehet véletlen, hogy a komoly terhelést kívánó, igényes szakmai munkát követelő, erős középiskolákba járó - s mindezek mellett eredményesen teljesítő - gyerekek (általában?) *szívesebben járnak iskolába*, mint esetleg a gyengébb szakmai színvonalon működő iskolába járó társaik.

Az érem sötétebb oldalát a korábban tárgyalt szabadidő csökkenése és a társas kapcsolatok romlása mellett a fokozott egészségügyi tünetképződés jelenti; ezeket a későbbi fejezetekben tárgyaljuk.

## 7. Háztartási munka

90.o. „(A BIOLÓGIAI KÉTELY) Bár a fajfenntartás szabályaival hamar tisztába jövünk, azért néha-néha mindenkiben felmerül a kérdés, hogy szülei (és tanárai) voltak-e egyáltalán valaha is gyerekek, vagy csak úgy lettek.”

### XVII. táblázat – Otthoni háztartási munkával töltött idő (óra)

	3.o.	7.o.	11.o.	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
heti átlag	3,57	7,70	5,53	2,20	2,56	2,20	1,70	3,30	2,60	2,60
napi átlag	0,51	1,10	0,79	0,31	0,37	0,31	0,25	0,48	0,36	0,38

Az otthoni háztartási munkának - többek között - alapvető nevelési funkciója van.

Néhány szülői bölcsesség:

- „a gyerekek meg kell tanulnia bizonyos alapvető rendszeret”;
  - „aki viselkedésében, életvitelében nem tart rendet, az gondolkodásában és munkájában is képtelen erre”;
  - „aki a háztartási munkában elhagyja magát, az az ÉLET többi területén is így jár”;
- és így tovább.

Nemcsak erről van szó.

A család nemcsak személyek együttesét jelenti, ennél jóval több. Szülőnek és gyerekének tudnia kell együtt örülni az elvégzett munkának, meg kell becsülnie ennek eredményét, a megtermelt értéket. Legjobb nevelői magtartás a példamutatás. Az a gyerek, aki a közös háztartási munkában nem vesz részt, hogyan lehet fogékony szülei példájára? Az osztályközösségben ritkán van szükség gyakorlatiasságra (legfeljebb a kiránduláson a fiúk

nehezebben raknak tüzet, a lányok lassabban főznek és dökög a mosogatás). De kifejezetten taszító, amikor a padjába szemetelő gyerek azzal menti tettét, hogy „úgyis jön délután a takarítónő”.

A háztartási munka heti óraszámára kapott értékek igen alacsonyak [10]-ben, s az iskolánkban kapott számok - nem matematikai szabatossággal - egy nagyságrenddel még ennél is kisebbek. Nincs olyan osztályunk, melynek tanulói átlagosan legalább fél órát segítenének otthon?? (A mezőnyt a 10.d „vezeti” negyedórás átlagával; s érdekes, hogy a legmagasabb óraszámot mutató 11.b osztályban a gyerekek körülbelül harmada vidékről jár be, tehát időben sokat utazik és a fővárositól kissé eltérő környezetben nevelkedik.)

Jó, jó, mindannyian tudjuk, hogy a kamaszkorral bizonyos nehézségek együtt járnak (például „a kamasz nevelése a kamaszkor előtt befejeződik” [14] szerint, vagy idevág egy Murphy-idézet [4]-ből: „38.o: A VELŐIG HATÓ ANTISZÓ: A diák számára a KÖTELEZŐ szó jelentése annyit tesz: ha csak egyetlen mód is kínálkozik rá, akkor NEM.”). Azonban a fenti táblázat számait nyilvánvalóan más okokkal, a diákok túlzott terhelésével magyarázhatjuk.

A korábbi elemző részekben láttuk, hogy a tanulmányi terhek, az iskolán túli elfoglaltságok, az otthoni felkészülési idő növekedése miatt mennyire leszűkült a gyerekek mozgástere, mennyire lecsökkent szabadidejük, mennyire igénylik a hétvégi pihenést. Egyet kell értenünk [10] megállapításaival:

- jellemzően a gyerekek hét közben nem segítenek otthon; ugyanis
- „a szülők döntő többsége felmenti a gyereket a hét közbeni házi kötelezettségek alól, láthatólag ezzel tehermentesíti a gyereket, hogy iskolai feladatait el tudja látni”;
- „inkább jellemző a hétvégi igénybevétel”; de ekkor is

– „ahogy növekszik a gyerekek iskolai terhelése, és egyre nő a tanulmányi eredmény fontossága a továbbtanulás miatt, úgy veszik le a segítési kötelezettséget a gyerekek válláról.”  
{9.}

A fentiek figyelembe vételével érthető - bár továbbra is sajnálatos - a kialakult szülői kényszerpálya. Ez az egészségtelen helyzet nyilván általános jelenség, a mi iskolánkhoz hasonlóan a többi gimnáziumra egyaránt jellemző. Azért ne legyünk egyoldalúak vagy igazságtalanok sem: a megnövekedett tanulói terhek miatt a felső tagozat és a középiskola manapság egyre inkább „főállású munkahelynek” számít, s ezen a munkahelyen diákjaink megbízhatóan dolgoznak, szépen teljesítenek.

Egyébként úgy találtuk, hogy ez az a bizonyos életmód-mutató, ahol az utóbbi néhány évtizedben a legnagyobb változások történtek. A 70-es évek közepén Csöregh Éva még úgy találta, hogy az általános iskolás korú tanulók körében a háztartási munka „állandó elfoglaltságként napi több órát is igénybe vesz majdnem mindenkinél, főleg a lányoknál” ([2], 51. oldal). A csökkenés legfőbb okai - az iskolai terhek növekedésén túl - a kényelmesebb, modernebb életkörülmények kialakulása, a családi életstílus változása, valamint konkrétan a mi gyerekeink esetében a családok átlagnál magasabb társadalmi helyzete.

Záró megjegyzésünk egy ajánlat. Vekerdy Tamás kamaszokról és a serdülőkor problémáiról szóló, mélyen átgondolt, szépen megírt és olvasmányos [14] könyvét nemcsak felnőtteknek, hanem gyerekeknek is ajánljuk.

## 8. Fiziológia

„Ahhoz, hogy az egészséges ember nevelésének feladatát az iskola eredményesen végre tudja hajtani, hogy meghatározhassuk a konkrét tennivalókat, mindenekelőtt alapos vizsgálatra és helyzetelemzésre van szükség.” {10.}

A kérdőív alapján a gyermekek fiziológiai állapotát elsősorban alvási és étkezési szokásaik feltérképezésével vizsgáltuk. A gyerekeknek a következő kérdésekre kellett válaszolniuk: *Mikor fekszel le általában hétköznap? Mikor kelsz? Mikor fekszel le tanév közben hétvégén? Mikor fekszel le szünidőben?* A kapott eredmények nem voltak meglepőek számunkra, mivel tanári munkánk során gyakran tapasztaljuk, hogy a gyerekek fáradtak, fáradékonyak, kialvatlanok.

### XVIII. táblázat – Lefekvés, felkelés

	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
lefekvés hétköznap	21,8	21,9	22,2	22,7	22,8	22,9	22,8
felkelés hétköznap	6,4	6,1	6,3	6,4	6,0	6,2	6,2
lefekvés hétvégén	22,4	22,4	22,6	23,1	23,2	23,6	22,4
lefekvés szünidőben	22,7	23,0	23,1	23,9	23,4	23,9	22,8
alvási idő hétköznap (óra)	8,6	8,2	8,0	7,7	7,2	7,3	7,4



## XIX. táblázat – Alvási idő tartama (óra)

	3. o.	7.o.	11.o.	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
szünidőben	10,51	10,48	9,89							
hétvégén (tanév közben)	10,3	10,31	9,81							
hétköznap	9,83	8,94	7,62	8,6	8,2	8,0	7,7	7,2	7,3	7,4
hétvége – hétköznap	0,50	1,37	2,18							

Mindegyik osztály tagjairól elmondható, hogy hétköznapokon sokkal később fekszenek le, mint ami megfelelő lenne ahhoz, hogy másnap pihenten ébredjenek. A hetedik osztályosok is jóval kilenc óra után pihennek le, a nagyobbak pedig megközelítőleg éjjel tizenegy órakor. A vártnak megfelelően, a lefekvés időpontja az életkor növekedésével folyamatosan egyre későbbre csúszik.

Ezek a kései időpontok természetesen összefüggésben vannak a tanulás mennyiségével, a későn hazaérő gyerekek késő délután vagy este kezdenek el készülni másnapi óráikra, és mivel fáradtabbak, gyakran a tanulásra is több időt kell fordítaniuk, ugyanazokat a feladatokat lassabban végzik el, mint ahogyan délelőtt, vagy pihentebben tennék. A kérdőívben ilyen kérdés nem szerepelt, de egyéni beszélgetéseink alapján több gyerek számolt be arról, hogy amikor délután hazaérnek, nem tudnak azonnal hozzáfogni a tanuláshoz, ezért gyakran alszanak, televízióznak vagy beszélgetnek családtagjaikkal, mielőtt elkezdenének tanulni. Megszokássá vált már számukra, hogy ezek után késő este, sőt gyakran éjszaka is dolgoznak.

A kései lefekvésben azonban véleményünk szerint szerepet játszhatnak a nem túl egészséges televíziózási szokások is. A szabadidős tevékenységek vizsgálatakor már megállapítottuk, hogy a tanulók nagy száma, minden osztályban több mint az összlétszám fele

néz naponta valamilyen műsort a televízióban. (Kiugró volt a 7. d osztály 76,9 és a 11. d osztály 75,9 százaléka.)

A lefekvés kései időpontjaihoz sajnálatos módon minden korosztálynál nagyon korai ébredések társulnak. Kivétel nélkül minden osztály tagjai hat óra körül vagy nem sokkal később kelnek fel reggelente. Ez az időpont nincs összefüggésben az életkorral, ugyanis legkorábban a 11. b és a 7.d osztály tagjai kelnek. Ezeket az értékeket egyértelműen az befolyásolja legnagyobb mértékben, hogy az osztály tagjai milyen messziről járnak be a „munkahelyükre”. A legkorábban ébredő 11.b osztály tagjai közül nagyon sokan járnak be vidékről, erre utalhatott az is, hogy ők töltik az összehasonlított osztályok tanulói közül a legtöbb idejüket utazással, 2,04 órát naponta. A 7.d osztály tanulóinak nagyon korai ébredésében pedig közrejátszhat az a tényező, hogy közülük sokan még nem önállóan közlekednek, legtöbbjüket szüleik hozzák autóval az iskolába, így általában korábban el kell indulniuk otthonról, hogy szüleik is időben beérjenek a munkahelyükre.

A megfigyelt osztályok közül a legkésőbb a 7.a és a 10.d tanulói kelnek, ennek egyértelmű oka az, hogy ezekben az osztályokban magas a VIII. kerületi gyerekek száma, akik reggelente néhány perc alatt beérnek az iskolába. Ez a 10.d osztályban kiegyenlíti az ott is jelenlévő vidéki gyerekek által megadott időpontokat. Ezt a megfigyelést támasztja alá az is, hogy ennek a két osztálynak a tanulói utaznak legkevesebbet naponta, a 7.a tagjai mindössze 0,90 órát, a 10. d diákjai pedig 1,37 órát.

A felkelések nagyon korai és a lefekvéses kései időpontjaiból egyértelműen következik az alvási idő tartamának egészségtelen rövideje. Ez az időtartam a vártnak megfelelően az életkor növekedésével folyamatosan csökken. A hetedikesek még több mint nyolc órát alszanak, ám az általános iskolások 8,6, míg a kis gimnazisták csupán 8,2 órát. Ez

elég nagy eltérés ugyanazon az évfolyamon. Következhet abból, hogy a kis gimnazisták között több a messziről bejáró gyermek, és abból is, hogy számukra nagyobb megterhelést jelent a gimnázium első osztálya, az új tanárok, az új környezet. Az általános iskolás gyerekek nagy része az iskola területén lakik, és ők hetedik éve járnak ugyanabba az osztályba, több éve ismerik tanáraikat, az iskola követelményrendszerét.

A négyosztályos gimnázium tanulói közül a kilencedikesek átlagban pont 8 órát alszanak, a többiek ennél mind kevesebbet. Az előbbi megállapításoknak megfelelően még viszonylag többet alszanak a 10.d osztály tanulói (ahol több a közelben lakó gyermek), és a legkevesebbet a 11.b diákjai pihennek (ahol sokan járnak be vidékről):

A budapesti mérés adatait a hetedik és a tizenegyedik évfolyamon tudjuk összehasonlítani saját felmérésünkkel, és sajnálatos módon a mi iskolánk tanulói kimutathatóan kevesebbet alszanak, mint hasonló korú társaik. A legnagyobb az eltérés kis gimnazistáink és az országos mérésben résztvevő hetedik osztályosok alvásmennyisége között. Itt újból megemlíthetjük sajátos helyzetüket, és az iskolaváltásból adódó problémákat.

Nem ilyen szembevethető a különbség, de 11. évfolyamosaink is kevesebbet alszanak, mint a hasonló korúak általában. Ez egyértelművé teszi számunkra, hogy az iskolánkba járó gyerekek bizonyos áldozatokat vállalnak azért, hogy ide járhassanak, hajlandóak többet tanulni naponta, és bejárnak messzebből, nagyon sok idejüket töltve utazással.

## **XX. táblázat – Alvási idő elégségessége**

<b>XX/1.</b>	3.o.		7.o.		11.o.	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
Iskolai napon kelteni kell	39,0	61,0	51,5	48,5	47,6	52,4
Reggel fáradtnak érzem magam	43,7	56,3	43,6	56,4	34,0	66,0

XX/2.	7.a		7.d		9.b	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
Iskolai napon kelteni kell	48	52	57,7	42,3	48,6	51,4
Reggel fáradtnak érzem magam	40	60	35	65	25,7	74,3

XX/3.	10.d		11.b		11.d	
	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig	soha, ritkán	gyakran, mindig
Iskolai napon kelteni kell	56	44	56	44	75,9	24,1
Reggel fáradtnak érzem magam	24	76	32	68	31,0	69,0

XX/4.	12.b	
	soha, ritkán	gyakran, mindig
Iskolai napon kelteni kell	69,0	31,0
Reggel fáradtnak érzem magam	24,1	75,9

Az iskoláskorú gyerekek többsége kevesebbet alszik, mint amennyit a szervezete igényelne, ezért sokszor már reggel fáradtan ébrednek és egész nap érzik ennek hatásait. A több alvásra való igényt már Csőregh Éva 1978-as tanulmánya is bemutatta, melyben lakótelepi iskolások életmódját, szabadidejét vizsgálta. A gyerekek elképzelt napirendleírásaiban a következő vágyak fogalmazódtak meg:

„Mire az iskolából hazaérek, szeretném, ha nem lennék úgy kifáradva”

„Hazamennék, és öt órakor lefeküdnék.”

„Ebéd után egy órára lefeküdnék pihenni.”

„Iskola után megebédelnék, utána aludnék egyet.”

„Miután vége van az iskolának és hazaérek, már nagyon fáradt és ideges vagyok.”

{ 11. }

A felmérés elkészítése óta majdnem harminc év telt el, de a gyerekek alvási szokásai nem változtak, és úgy tűnik, ezek a kedvezőtlen adatok nem csupán a lakótelepi iskolásokra vonatkoznak, hiszen a mi gimnáziumunkba a legkülönbözőbb kerületekből és vidéki településekről is járnak diákok.

Az alvási idő elégségességét vizsgálva két kérdést tettünk fel a tanulóknak. Az elsőről ***Iskolai napon kelteni kell*** a feldolgozás során sajnos kiderült, hogy nem túl informatív, a válaszok alapján nem vonhatunk le következtetéseket a gyermekek fiziológiai állapotával kapcsolatban. A kérdés arra kereste a választ, hogy milyen nehéz az ébredés számukra hétköznapi reggelente. A kapott adatok azt mutatják, hogy a fiatalabb diákoknak nagyobb százalékát kell kelteni reggelente, mint az idősebbekét, véleményünk szerint viszont ez nem azt jelenti, hogy a 16-18 éves tanulók kipihentebbek, mint a kisebbek, csupán nagyobb önállóságukat mutatja. Ők sem maguktól ébrednek fel, elmondásuk alapján szinte mindannyian ébresztőóra, rádió zenéjére vagy a mobiltelefonjuk hangjára ébrednek. Azt a kérdést, hogy kell-e kelteni őket úgy értelmezték, hogy szüleik segítségükre vannak-e reggelente a felkelésnél. Ezek az adatok viszont sajnos azt mutatják, hogy a gyerekek reggelente egyre ritkábban találkoznak szüleikkel. A felnőttek már ritkán ébresztik őket, és a reggelek csupán gyors, kapkodó készülődéssel telnek.

A második állítás ***Reggel fáradtnak érzem magam*** pontosabb képet mutat a gyermekek reggeli erőnlétéről. Az adatok nagyon aggasztóak, és minden évfolyam esetében

rosszabb állapotot tükröznek, mint az olvasott tanulmányban bemutatottak. Minden általunk vizsgált osztályban a tanulók több mint 60 százaléka írta azt, hogy reggel fáradtnak érzi magát, három osztály esetében pedig ez az érték a 70 százalékot is meghaladta.

Martonné Tamás Márta és Dr. N. Kollár Katalin tanulmányukban megállapították az összefüggések további vizsgálata során, hogy „a nem kielégítő alvás befolyásolja a szociális környezethez való alkalmazkodást. A reggel könnyen kelő, kipihenten ébredő tanulók számára könnyebb az alkalmazkodás mind a pedagógusokhoz, mind pedig a gyerekekhez. A lassan ébredő és reggel fáradtan kelő gyerekeknek viszont az alkalmazkodás kifejezetten nehéz” {12.}

Az alvás hiánya egyértelműen kimerüléshez vezet, s mint a tanulmány rámutat, „a gyermekek alvási szokásainak minősége döntő az iskolai teljesítmény szempontjából. A figyelem mennyiségi és minőségi mutatói egyaránt jobbak egy kipihent gyermek esetében.” {13.}

A gyerekek kialvatlansága több okra is visszavezethető. A napi kötött elfoglaltságra, ezen belül a tanulásra, különórákra, utazásra vonatkozó korábban már említett adatok következménye részben az, hogy kevés idejük marad alvásra. Jellemző módon a szabadidő-eltöltés vizsgálatok azt állapítottuk meg, hogy a gyerekek az olvasás mellett sajnos idejük nagy részét televízió-, videó filmek nézésével, illetve számítógépezéssel töltik. Véleményünk szerint ezek olyan időtöltések, amire a tanulók az esti, lefekvés előtti órákban, korábbi elalvás helyett szakítanak időt maguknak. Ez a tevékenység káros lehet, mivel saját alvási idejüket rövidítik meg vele, másrészt sok olyan filmet is nézhetnek, illetve olyan számítógépes játékokat is játszhatnak, amelyek nehezítik az elalvásukat. „Ezeknél a gyerekeknél gyakori tünet a nehéz elalvás, az éjszakai felébredés vagy a rossz álom” {14.}

A gyerekek fiziológiai állapotát az alvási idő mennyisége mellett elsősorban étkezési szokásaik határozzák meg. A jelenlegi tizenéves korosztálynál ezek korántsem megfelelőek annak ellenére, hogy egyre többet olvashatnak és hallhatnak a helyes étkezésről, és szinte divat lett az egészséges életmód.

Ebben a témakörben két kérdést tettünk fel a diákoknak:

*Mikor eszel először iskolai napokon? (Húzd alá a megfelelőt!) iskolába indulás előtt, tanítás előtt, első szünetben, második szünetben, később*

*Iskolai napokon hányszor étkezel?*

#### **XXI. táblázat – Mikor eszik először iskolai napokon (%)**

	7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
iskolába indulás előtt	64	65,4	62,9	60	68	55,2	51,7
tanítás előtt	0	0	2,9	4	0	0	0
első szünetben	12	19,2	2,9	16	8	3,4	6,9
második szünetben	8	3,8	22,9	4	16	10,3	13,8
Később	12	11,5	5,7	16	8	17,2	13,8

Az általunk megkérdezett diákoknak túlságosan kis száma étkezik csupán tanítás előtt, bár ezek az értékeink így is minden osztály esetében jobbak a budapesti átlagnál, az 51,4 %-nál. Ez a kis különbség adódhat az iskolánkba járó gyerekek kiegyensúlyozottabb kulturális háttéréből. Ezek az adatok azonban így sem megnyugtatóak. Az otthon reggelizők aránya az életkor növekedésével csökken, s ez azt jelenti, hogy egyre több diák indul el otthonról éhgyomorral.

Ezek közül az értékek közül kiemelkedik a 11. b osztály a maga 68 %-ával. Ez az osztály természettudományos és biológus tagozatú, remélhetőleg ezeknek a gyerekeknek talán fontos az egészséges életmód, az egészséges táplálkozás. A viszonylag kedvező érték ezen kívül talán annak is köszönhető, hogy ebben az osztályban több vidéki gyerek is tanul, és őket valószínűleg idősebb koruk ellenére sem engedik el otthonról reggelizés nélkül. Ennek ellenére ez az érték sem tekinthető túlságosan kedvezőnek. Azt pedig mindenképpen sajnálatosnak tartjuk, hogy a családokban szinte mindenhol megszűnt a közös reggelizés szertartása. A gyerekek a napjukat rohanással, ideges készülődéssel kezdik, ami talán egész napos hangulatukra kihatással lehet. A gyerekek elmondása alapján ennek az elsődleges oka az, hogy már reggel nagyon fáradtak, és az utolsó lehetséges perceket is alvással szeretik tölteni. Az alvási idő mennyiségének elégtelensége és az étkezési szokások tehát nagyon szorosan összefüggnek.

Az első szünetben elfogyasztott reggeli oka valószínűleg az előbb említett reggeli kapkodás. A második szünetben való első étkezést azonban már túlságosan későnek találjuk, ugyanis ez iskolánkban már 9.45, és a gyerekek ilyenkor már végigültek két tanórát, esetleg részt vettek egy testnevelés órán. Ebbe a csoportba többen kerültek az általunk megkérdezett legalsóbb évfolyamból is, és szinte lehetetlennek tűnik, hogy egy tizenhárom éves gyermek aktívan részt tudjon venni tanítási órákon reggelizés nélkül.

Azt viszont kifejezetten egészségre károsnak tekinthetjük, hogy a tanulók közül többen is azt válaszolták, hogy még ennél is későbbre esik az első étkezésük időpontja. Ez azt jelenti, hogy legkorábban 10.45-kor vagy ennél is később „reggeliznek”, holott a korábbi mérések alapján már tudjuk, hogy 6 óra körül felkeltek, már utaztak és igyekeztek jól teljesíteni minimum három tanórán. Sajnálatos módon ebbe a csoportba is kerültek tizenhárom évesek, a 7.a osztály 12 %-a és a 7.d osztály 11,5 %-a. Viszonylag kedvezőnek mondható ismét a két biológus osztály: a 9.b 5,7%-a, és a 11.b 8 %-a. Ehhez a két osztályhoz



képest magasnak tűnik a két „humán” osztályban a nagyon későn reggelizők száma. Ez a 10.d osztályban 16, míg a 11.d osztályban 17,2 %. Ezek az értékek magasabbak, mint a náluk egy évvel idősebb szintén biológus 12.b osztály 13,8 %-a. Úgy gondoljuk, hogy ez talán valóban a „b” osztályoknak az egészséges életmódról szerzett tudásának és az arra való tudatosabb törekvésének köszönhető.

## XXII. táblázat – Iskolai napokon hányszor étkezik

	3.o.	7.o.	11.o.		7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
Átlag	4,16	3,33	3,44		3,4	4,0	3,8	3,4	3,6	3,2	3,4
1-2-szer (%)	2,7	18,5	15,6		16,0	3,8	17,1	8,0	8,0	17,2	20,7
6 és több (%)	4,6	3,2	3,7		0	7,6	14,3	0	4,0		0

A másik kérdés, amit feltettünk a tanulóknak az volt, hogy *Iskolai napokon hányszor étkezel?* A kapott eredményeink nagyjából megfelelnek a budapesti mérés eredményének. Egyértelmű, hogy a két kérdésre kapott válaszok összefüggnek egymással, a túl kései első étkezés és a napi étkezések száma összefügg.

Érdekes módon ennél a kérdésnél is észlelhető volt az a különbség, ami talán fennáll a természettudományos és a társadalomtudományi tagozatos osztályok között. A természettudományos-biológus osztályok napi étkezésének átlaga 3,8 illetve 3,6, még a 12. évfolyamon is 3,4, míg a humán osztályoké 3,4 illetve 3,2.

Nagy különbséget találtunk viszont a két hetedik évfolyamos osztály között. A kisgimnazisták étkezési szokásai egészségesebbnek tűnnek, ugyanis a 7.d osztályban a napi étkezések átlaga 4,0, viszonylag kevesen esznek naponta csupán 1-2-szer, és 7,6 százalékuk válaszolta azt, hogy naponta hatszor vagy még többször eszik. Ezzel szemben nagyon

kedvezőtlenek az azonos életkorú 7.a osztály adatai. Az ő étkezéseiknek az átlaga 3,4, és 16 százalékuk válaszolta azt, hogy naponta maximum 1-2-szer étkezik, és senki sem írta azt, hogy 6-szor vagy annál többször eszik. Ez a nagy különbség a két osztály között elgondolkodtató, ugyanis egy tizenhárom éves diák egészségére mindenképpen ártalmas, ha naponta egyszer étkezik. Véleményünk szerint ezek az adatok azonban nem biztos, hogy helytállóak. Ebbe az osztályba nagyon jól szituált, figyelmes családi környezetben élő gyermekek járnak. Ráadásul az osztály tagjai egy-két kivétellel napközisek, a napköziben pedig naponta többször esznek, úgyhogy elképzelhetetlen a napi egyszeri étkezésük. Utólag úgy értékeljük, hogy ezt a kérdést félreérthették, esetleg úgy értelmezték, hogy az iskolában töltött idő alatt hányszor étkeznek.

Az osztályok összehasonlításában a legkiegyenlítettebb képet a 10.d osztály nyújtotta, ahol mindössze 8 % válaszolta azt, hogy csak 1-2-szer eszik, és senki sem írta azt, hogy 6-szor vagy többször étkezik. Ezzel szemben a 9.b osztály tanulójának étkezési szokásai sokban különböznek egymástól, ott 17,1 % válaszolta azt, hogy 1-2-szer, és 14,3 % azt, hogy legalább hatszor étkezik. Ez nagy egyéni különbségeket feltételez az osztály tanulói között.

Összességében az étkezések számával kapcsolatban ugyanazt a következtetést vonhatjuk le, mint az budapesti mérésben Martonné Tamás Márta és Dr. N. Kollár Katalin: „A rossz életmódbeli szokások, a túlzottan zsúfolt napi terhelés (...) egyaránt oka lehet a kevés étkezésnek. (...) A vizsgált gyerekek családi háttere általában jó, és adataink szerint független egymástól a családi háttér milyensége és az étkezések száma. Ugyanakkor negatív összefüggést találtunk az étkezések száma és a terhelési szint közt, ami arra utal, hogy a gyerekek azért hagynak ki étkezéseket, mert nem jut rá idejük. Az étkezések számának nem kívánt mértékű csökkenése az idősebb korosztályra jellemző.” { 15. }

A gyermekek étkezésének elemzésével kapcsolatban feltétlenül meg kell említenünk még egy szempontot, bár a kérdőív erre vonatkozó kérdést nem tartalmazott. Úgy tapasztaljuk, hogy nem csupán az étkezések számából, hanem az elfogyasztott ételek minőségéből is adódhatnak problémák. Személyes megfigyeléseink alapján a tanulók nagy része egész nap szinte folyamatosan „nassol”. Véleményünk szerint, amikor a kérdőívet kitöltötték, a hirtelen bekapott kis falatkákat nem számolták bele a napi étkezések számába, s mivel iskolánkba kiegyensúlyozott családi háttérrel rendelkező gyerekek járnak, anyagi gondok étkezéseiket nem befolyásolják, így inkább ez a jelenség válik majd problémává. A tanórák végeztével, a szünetekben többször hallottuk diákjainktól, hogy mennek „egy kis hangulatjavító büfézésre”, s egy 17 éves kislány fogalmazta meg egyszer egy magánbeszélgetésben, hogy az evés számára „pótcselekvés”.

A rengeteg édesség, a cukros üdítők és a kevés mozgás eredményeként egyre több hazánkban is a túlsúlyos gyermek. Szőke Erika felmérése szerint a lányok között átlagosan minden negyedik túlsúlyos, a fiúknál 10 %-os az arány, és az életkor emelkedésével nő. Vizsgálata alapján a végzős lányok 29, a fiúk 13 %-át érinti ez a probléma. Szőke Erika szerint „a túlsúlyosak számát feltétlenül csökkenteni kell. Célszerű megoldásnak látszik a megfelelő táplálkozási szokások népszerűsítése. A középiskolások egyharmada az iskolában ebédel, ezért ki kell egészíteni a menzák étlapjait, de legalábbis választhatóvá kell tenni bizonyos egészségesebb, táplálóbb ételeket. Kerülhetne több főzelék, zöldségétel, gyümölcs, esetleg szója, fehér kenyér helyett félbarna vagy barna kenyér az asztalra.

A menzásoknál sokkal magasabb azoknak a száma, akik a reggelit, tízórait az iskolai büfékben szerzik be, amelyek árukínálata sem felel meg az egészséges táplálkozás kívánalmainak. Túl sok tésztafélét, cukrászsüteményt, csokoládét esznek a gyerekek, szünetekben magas kalóriatartalmú burgonyaszírmot ropogtatnak, ásványvíz vagy rostos gyümölcslé helyett szénsavas üdítőitalokat fogyasztanak. Érdeemes lenne friss gyümölcsöt

árulni, bővíteni az italválasztékot, a szendvicsek készítéséhez is különböző rozsos, korpás vagy puffasztott búzából, rizsből készült termékeket kellene felhasználni.

Kalóriatáblázatokat kell kifüggeszteni, hogy mindenki megismerje a főbb tápanyagokat, azok biológiai értékét, hasznosságát. Természetesen nagyon fontos, hogy ezekre a biológiaórákon is kellő hangsúlyt fektessünk.” {16.}

Jelen dolgozatunknak ez nem vizsgálati tárgya, de érintőlegesen szeretnénk megjegyezni, hogy sajnos egyre inkább felfedezhető tanulóink életében az előbbieken tárgyalttal ellentétes jelenség is. Fiatal, gimnazista lányok között a túlsúlyosak mellett egyre gyakrabban találkozhatunk folyamatosan fogyókúrázó, egész nap kalóriákat számoló társaikkal is. A képes magazinok által diktált szépségideál eléréseért sajnos sokan egyoldalúan és nagyon kevésszer táplálkoznak. Sajnálatos módon tudomásunk van róla, hogy iskolánkban is előfordult már anorexiás és bulímiás megbetegedés.

A kérdőív kérdései szintén nem mutattak rá, de saját meglepő tapasztalataink azt mutatják, hogy ennek a korosztálynak a körében egyre általánosabb a rendszeres kávéivás. Természetesen megint utalhatunk azokra a kérdésekre, melyek azt mutatták, hogy milyen leterheltek, fáradtak és kialvatlanok a gyerekek. A diákok az alkohol, a drogok és a cigaretta káros hatásairól hallhatnak, viszont úgy látjuk, hogy nincsenek tisztában azzal, hogy a túlságosan sok koffein fogyasztása, (amit ráadásul bizonyos üdítőkben és energitalokban is magukhoz vesznek) szintén káros lehet a szervezetükre. Helytelennek ítéljük, hogy sokszor a szülők már reggel kávéval indítják útjukra a gyerekeket, és napközben is a társas cselekvés elfogadott módja, hogy közösen „megisznak egy kapucsínót.” Ebben a kérdésben is lehet feladatunk, biológiaórákon, osztályfőnöki órákon beszélgetni a gyerekekkel.

## 9. Egészségi állapot

1.o. ” A problémák kezdete nem esik egybe a felnőttkor kezdetével.”

„Az egészség fogalmán, - a betegségek tünetek hiányán kívül – a különböző szervek, szervrendszerek, az egész szervezet zavartalan működését, a testi-lelki harmóniát kell értenünk. Tágabb értelemben az egészség tartalék erőt, tartalék energiát, ellenálló képességet is jelent az élet során jelentkező fertőzések, betegségek, fizikai, szellemi terhelések, fokozott teljesítmények káros visszahatás nélküli, zavartalan elviselésére. Teljes értékű egészségen (...) a modern élet fokozódó tempójához, gyors változásaihoz való alkalmazkodóképességet is értjük.” { 17. }

„Hízunk, összemegyünk, magas a vérnyomásunk és stresszesek vagyunk” foglalta össze idén tavasszal egy tizenhét éves kislány a rendszeres évi orvosi vizsgálat eredményét. Sajnos a gyerekek is és mi tanárok is úgy tapasztaljuk, hogy a tizenéves korosztály egészségi állapota nem kielégítő, és ez elsősorban az életmódjából adódik. Szőke Erika azt állapította meg már idézett tanulmányában, hogy felmérésének eredményei szerint a fiatalok egészségi állapota, életmódja, szokásai még nem adnak okot elkeseredésre, de vannak jelek, amelyek azt mutatják, hogy hosszú távon kell és érdemes változtatni.

### XXIII. táblázat – Milyennek érzed egészségi állapotodat?

XXIII/1.	3.o.		7.o.		11.o.	
	fiú	lány	fiú	lány	fiú	lány
Átlag	4,41	4,38	4,37	4,26	4,23	3,97

<b>XXIII/2.</b>	7.a		7.d		9.b		10.d		11.b		11.d		12.b	
	fiú	lány	fiú	lány	fiú	lány	fiú	lány	fiú	lány	fiú	lány	fiú	lány
Átlag	4,18	4,25	4,55	4,50	4,28	3,33	4,50	4,30	4,50	3,44	3,92	4,41	4,05	3,90

Ennél a kérdésnél a gyerekeket arra kértük, hogy értékeljék azt, hogy milyenek tartják saját egészségi állapotukat: (nagyon jó: 5, jó: 4, megfelelő: 3, gyenge: 2, rossz: 1). Ezt az öt válaszlehetőséget a tanulók könnyen értelmezték, mert a mindennapjaikban az iskolában is ilyen módon zajlik az értékelés, így könnyen alkalmazták ezeket az értékeket egészségi állapotuk megítéléséhez.

Az egészségi állapot megítélése nemcsak a gyerek objektív fizikai állapotát tükrözi, hanem az is belejátszik, hogy szubjektíven hogyan minősíti a közérzetét. A szakirodalomból az derült ki, hogy a gyerekek az életkor növekedésével egyre rosszabbnak ítélik saját egészségi állapotukat, illetve a lányok mindig egy kicsit betegesebbnek érzik magukat, mint az azonos korú fiúk. Ezek a tendenciák a mi vizsgálatunkból is kimutathatóak, kisebb eltéréseket azonban megfigyelhetünk.

Örömmel tapasztaltuk, hogy ezek az értékek nem rosszabbak, sőt helyenként kedvezőbbek, mint a budapesti vizsgálódás megfigyelései. Az iskolánkra, egyes osztályokra jellemző helyi sajátosságok azonban ezeknél a kérdéseknél is megnyilvánultak.

Nagy különbséget mutat például a két hetedik osztály saját egészségéről alkotott képe. Sokkal kedvezőtlenebb az az állapot, amelyet az általános iskolások alkottak magukról, mint az, ami a kisgimnazisták véleményéből kiderül. A két osztály tanulójának életvitele között valóban megfigyelhető némi különbség, és úgy gondoljuk, hogy ez ebben az esetben nem függ össze az iskolatípusok különbözőségével. A 7.a osztály, vagyis az általános iskolai

osztály tanulói között nagyon sok a szorongó, mindig jó teljesítményre törekvő, nagyon szorgalmas diák. A 7.d tanulói magabiztosabb, kevésbé szorongó gyerekek, és talán ez a magatartásbeli különbség tükröződik ezekben a válaszokban.

A legkedvezőbb képet a 10.d osztály vélekedése mutatta. Örömmel vettük észre, hogy az általuk adott értékek (4,50 és 4,30) magasabbak bármelyik osztályénál, az iskolai viszonylatban és a budapesti átlagoknál is. Ezek az „osztályzatok”, amikkel egészségi állapotukat értékelték magasabbak, még a megkérdezett 3. évfolyamosokénál is. Ebben az osztályban valóban sok kiegyensúlyozott családi háttérrel rendelkező, viszonylagosan egészséges életmódot folytató diák tanul. A korábbi kérdések értékelésénél már kiderült, hogy érdeklődő, sokfelé nyitott társaságnak tekinthetők. Megemlíthetjük például, hogy sokan, 60 %-uk válaszolta azt, hogy heti rendszerességgel sportol az iskolai órákon kívül.

Az osztályok jellege közti eltérés azonban ennél a kérdésnél is megmutatkozik. A természettudományos-biológus osztályok esetében fennáll az a különbség, ami az országos mérésből kiderült, miszerint a lányok rosszabbnak tartják egészségi állapotukat, mint a fiúk. Ezeknél az osztályoknál azonban túlságosan nagy a különbség a két nem értékelése között. A 9.b osztályban ez a különbség 4,28 - 3,33, a 11.b osztály esetében pedig 4,50 - 3,44. Ilyen nagy eltéréseket a többi vizsgált osztálynál nem találtunk. Véleményünk szerint ennek oka az osztály tanulmányi jellegében keresendő. Ezekben az osztályokban sokkal több a fiú mint a lány, mivel a magasabb óraszámú tanult tantárgyak (matematika, fizika, kémia vagy biológia), a tananyag jellege, hagyományosan inkább a fiúk érdeklődésének felelnek meg. Ezért itt a lányoknak nehezebb ugyanolyan jól teljesíteniük, mint a fiúknak, és a folyamatos „verseny”, a megmérettetés nagy fizikai és lelki terhet jelent az itt tanuló néhány lánynak. Ezért ők kimerültebbnek, fáradtabbnak érezhetik magukat, és valószínűleg ezért ítélték nagyobb arányban rosszabbnak egészségi állapotukat, mint az ugyanitt tanuló fiúk.

Iskolánkban a „d” osztályok társadalomtudományi tagozatúak, ahol nagyobb óraszámban tanulják a diákok a magyart vagy a matematikát, a történelmet és az első idegen nyelvet. Ezek a tantárgyak pedig inkább a lányok érdeklődésének felelnek meg, ezért ezeknek az osztályoknak általában több lány tagja van, mint fiú. Itt az előzőekkel ellentétben talán könnyebb dolguk van a lányoknak, a kiemelt tantárgyakból talán könnyebben tudnak jó eredményeket elérni, mint fiú osztálytársaik. Ebből következhetett azon eredmény, amihez hasonló a budapesti mérésben egyetlen évfolyamnál sem tapasztalhattunk, miszerint a 11.d osztály tanulói közül a lányok ítélték jobbnak saját egészségi állapotukat (fiúk: 3,92, lányok: 4,41).

#### **XXIV. táblázat – Tünetek előfordulása a válaszolók %-ban**

##### **XXIV/1. táblázat**

3. osztály	Fiúk			lányok		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	8	13	80	12	19	69
hasfájás	2	11	87	14	16	71
hátfájás	3	4	93	2	5	94
kedvetlenség	8	20	73	11	12	77
idegesség	17	23	61	9	17	74
elalvási nehézségek	17	14	69	17	15	68
szédülés	4	2	94	3	2	95
tenyérizzadás	18	18	63	19	17	64
hányinger	2	7	91	2	8	90
asztmás fulladás	1	2	98	0	2	99
lábfejás	3	9	88	11	7	83



**XXIV/2. táblázat**

7. osztály	Fiúk			lányok		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	4	16	79	7	31	62
hasfájás	2	9	90	4	18	78
hátfájás	4	6	90	7	9	84
kedvetlenség	14	31	55	8	23	69
idegesség	29	28	43	23	25	52
elalvási nehézségek	7	10	84	9	8	83
szédülés	3	7	90	5	4	91
tenyérrizzadás	30	12	58	29	18	53
hányinger	0	3	97	2	5	93
asztmás fulladás	1	1	98	1	1	98
Lábfájás	3	20	77	8	14	78

**XXIV/3. táblázat**

11. osztály	fiúk			lányok		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	3	18	80	9	44	47
hasfájás	1	7	92	6	18	76
hátfájás	11	10	79	7	9	84
kedvetlenség	10	34	56	8	23	69
idegesség	20	33	48	28	49	23
elalvási nehézségek	6	14	81	7	12	82
szédülés	2	6	93	4	12	84
tenyérrizzadás	21	11	68	9	13	78
hányinger	0	3	98	4	8	88
asztmás fulladás	0	3	97	1	0	99
lábfejás	7	11	82	6	8	86

**XXIV/4. táblázat**

	7.a fiúk			7.a lányok			együtt		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	0	45	55	0	21	79	0	32	68
hasfájás	9	18	73	14	36	50	12	28	60
hátfájás	18	0	82	0	7	93	8	4	88
kedvetlenség	18	27	55	7	21	71	12	24	64
idegesség	45	18	36	50	43	7	48	32	20
elalvási nehézségek	9	36	55	7	7	86	8	20	72
szédülés	18	0	82	0	7	93	8	4	88
tenyérrizzadás	9	0	91	29	7	64	20	4	76
hányinger	0	0	100	7	7	86	4	4	92
asztmás fulladás	0	0	100	0	0	100	0	0	100
lábfejás	9	9	82	0	29	71	4	20	76

**XXIV/5. táblázat**

	7.d fiúk			7.d lányok			együtt		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	10	15	75	17	17	67	12	15	73
hasfájás	5	0	95	0	0	100	4	0	96
hátfájás	5	10	85	0	17	83	4	12	85
kedvetlenség	5	25	70	0	17	83	4	23	73
idegesség	10	30	60	0	50	50	8	35	58
elalvási nehézségek	15	20	65	0	0	100	12	15	73
szédülés	0	0	100	0	17	83	0	4	96
tenyérrizzadás	10	20	70	33	17	50	15	19	65
hányinger	0	0	100	0	17	83	0	4	96
asztmás fulladás	10	0	90	0	17	83	8	4	88
lábfejás	15	10	75	33	0	67	19	8	73

**XXIV/6. táblázat**

	9.b fiúk			9.b lányok			együtt		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	3	21	76	17	0	83	6	17	77
hasfájás	0	21	79	0	17	83	0	20	80
hátfájás	7	17	76	0	33	67	6	20	74
kedvetlenség	17	14	69	0	17	83	14	14	71
idegesség	17	24	59	0	50	50	14	29	57
elalvási nehézségek	7	21	72	0	0	100	6	17	77
szédülés	0	3	97	0	0	100	0	3	97
tenyérrizzadás	7	14	79	17	50	33	9	20	71
hányinger	0	7	93	0	0	100	0	6	94
asztmás fulladás	7	3	90	0	17	83	6	6	89
lábfejás	10	7	83	17	17	67	11	9	80

**XXIV/7. táblázat**

	10.d fiúk			10.d lányok			együtt		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	0	0	100	0	46	54	0	24	76
hasfájás	0	8	92	0	8	92	0	8	92
hátfájás	0	17	83	0	8	92	0	12	88
kedvetlenség	0	33	67	8	31	62	4	32	64
idegesség	8	42	50	31	23	46	20	32	48
elalvási nehézségek	0	17	83	0	15	85	0	16	84
szédülés	0	0	100	0	8	92	0	4	96
tenyérrizzadás	0	0	100	0	15	85	0	8	92
hányinger	0	0	100	0	0	100	0	0	100
asztmás fulladás	0	0	100	0	8	92	0	4	96
lábfejás	0	8	92	0	8	92	0	8	92

**XXIV/8. táblázat**

	11.b fiúk			11.b lányok			együtt		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	0	13	88	22	33	44	8	20	72
hasfájás	0	6	94	0	11	89	0	8	92
hátfájás	6	6	88	11	44	44	8	20	72
kedvetlenség	6	31	63	44	33	22	20	32	48
idegesség	6	44	50	56	11	33	24	32	44
elalvási nehézségek	0	6	94	11	11	78	4	8	88
szédülés	0	6	94	11	11	78	4	8	88
tenyérrizzadás	6	19	75	11	0	89	8	12	80
hányinger	0	6	94	0	11	89	0	8	92
asztmás fulladás	0	0	100	0	0	100	0	0	100
lábfejás	0	6	94	22	11	67	8	8	84

**XXIV/9. táblázat**

	11.d fiúk			11.d lányok			együtt		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	0	50	50	6	35	58	3	41	55
hasfájás	0	8	92	0	6	94	0	7	93
hátfájás	8	0	92	0	18	82	3	10	86
kedvetlenség	0	83	17	0	47	53	0	62	38
idegesség	25	42	33	6	59	35	14	52	34
elalvási nehézségek	8	8	83	0	6	94	3	7	90
szédülés	0	8	92	0	12	88	0	10	90
tenyérrizzadás	8	17	75	0	6	94	3	10	86
hányinger	0	0	100	0	0	100	0	0	100
asztmás fulladás	0	0	100	0	0	100	0	0	100
lábfejás	0	8	92	0	6	94	0	7	93



**XXIV/10. táblázat**

	12.b fiúk			12.b lányok			együtt		
	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka	napi	heti	ritka
fejfájás	5	16	79	0	20	80	3	17	79
hasfájás	5	21	74	10	0	90	7	14	79
hátfájás	0	26	74	10	20	70	3	24	72
kedvetlenség	5	37	58	0	60	40	3	45	52
idegesség	16	58	26	20	30	50	17	48	34
elalvási nehézségek	0	16	84	0	50	50	0	28	72
szédülés	0	5	95	10	0	90	3	3	93
tenyérrizzadás	26	21	53	0	30	70	17	24	59
hányinger	0	5	95	0	0	100	0	3	97
asztmás fulladás	0	0	100	0	0	100	0	0	100
lábfej fájdalom	0	11	89	0	30	70	0	17	83

Ezeknek az adatoknak a feldolgozása rengeteg elemzési lehetőséget kínál, orvosi ismeretek nélkül azonban nem merünk komolyabb fejtegetésbe fogni a gyerekek egészségét illetően. Néhány tanulság azonban laikusként is megfogalmazható a fenti táblázatok alapján.

Felmérésünk eredménye ismét sok szempontból azonos a szakirodalom eredményeivel, de megint számos eltérést is találhatunk. A mi iskolánk gyermekeiről is elmondható, hogy a tünetek jelentkezése szoros összefüggést mutat a terhelés mennyiségével, és az is, hogy a tünetképződés fokozódik az életkor előrehaladtával, s a tünetek gyakoriságának életkori változását meghatározza a személyiség érése és az életmód alakulása.

A szakirodalom szerint jelentős különbség van a fiúk és a lányok tünetképződésének mértékében. Vizsgálatunkban ez a különbség nem túl jelentős a nemek között. Megemlítendő azonban a 11.b osztály, ahol látványos a különbség a két nem tünetképződése között. Ez a szakirodalom szerint természetes jelenség, iskolánk esetében pedig külön utalhatunk a lányok nehezebb helyzetére a már említett természettudományos osztályokban.

Martonné Tamás Márta és Dr. Kollár Katalin felméréséből az derült ki, hogy az életkor növekedésével egyre szorosabb együttjárást találtak a pszichoszomatikus tünetek gyakorisága és az egészségi állapot megítélése között. „A pszichoszomatikus tünetek elnevezés egyaránt tartalmazza a lelki alapokon létrejövő, ugyanakkor orvosi diagnosztikus eszközökkel kimutatható organikus és élettani változásokkal kísért – valamint testi változásokat nem produkáló tüneteket is.

Mind a pszichés tünetek, mind pedig a testi változások személy specifikusak, az egyén ún. 'gyenge pontján' alakulnak ki. A pszichoszomatikus tünetek gyakori jelenléte, illetve halmozódása jelzésértékű. Az egyéni problémák megoldásához differenciáldiagnosztika végzése szükséges, mely fejlesztőpedagógusi, logopédusi, ill. pszichológusi kompetenciakörbe tartozik. A tünetek háttérében életmódbeli vagy érzelmi problémák, tanulási nehézségek, túlterhelés egyaránt állhatnak.” {18.}

Iskolánk tanulóinak körében leggyakrabban említett tünet, az idegesség. A budapesti felmérés is hasonló eredményt hozott, de véleményünk szerint ez összefüggésben lehet intézményünk gyakorlóiskolai jellegével, a gyerekek teljesítési vágyával és igyekezetével.

Ezzel együtt nagyon sok válaszban szerepelt gyakori tünetként a kedvetlenség és a tenyérizzadás is. Ezek a tünetek még a legjobb eredményt mutató osztálynál is megjelentek. Örömmel értékeltük a 10.d osztály kérdőívét. Az ő válaszaikban csupán két tünet jelent meg

napi rendszerességgel: az idegesség 20, a kedvetlenség pedig 4 %-ban. Ezek a tünetek azonban egyértelműen összefüggésbe hozhatóak a teljesítményszorongással.

Ebben a korban általános jelenség, hogy sokkal gyakoribbak a vegetatív idegrendszeri panaszok, mint az organikus megbetegedések, melyek természetesen szezonális ingadozást mutatnak. Ekkortájt kezdődnek a különböző mozgásszervi megbetegedések (hátfájás, derékfájás), melyek a mozgásszegény életmód következtében csak egy későbbi életkorban manifesztálódnak.

Viszonylag gyakori tünet a hátfájás mellett az elalvási nehézség is. A hátfájás függhet a gyerekek egész napos rossz testtartásától, és véleményünk szerint mindkét tünet összefügghet a szabadidő eltöltésének helytelen módjaival. A szabadidős tevékenységek gyakoriságát vizsgáló kérdéscsoportnál már megállapítottuk, hogy a tanulók túlságosan sok idejüket töltik a televízió, a számítógép vagy a videó előtt.

„Korunknak a somaticus, psychés és mentális egészséget veszélyeztető tényezője a media együttese. (...) A televízióknak és a videofilmeknek a negatív hatása miatt érzett aggodalom sok felnőtt számára csak a programok tartalmára korlátozódik. (...) Kevésbé ismert a tartós, hosszú ideig nézett televízió és videónak az idegrendszerre, a szemre, a keringésre, a csontrendszerre, valamint a gyermek természetes aktivitására s a családi közösség lazulására gyakorolt hatása. (...) A rendszeres és tartós televízió nézés oly passzivitást erőltet a gyerekekre, mely alapvetően ellentétes a gyermeki természettel. A gyermek szellemi ösztönzésre való igényének összehasonlíthatatlanul jobban megfelel az, ha ő maga talál ki, tapint, csinál s tapasztal valamit. A tartós tv-nézés nem vezet ilyen felfedezésekhez. Valójában csak elvonja a gyermeket az olyan életszerű tevékenységtől, amelyek során felismerhetné és gyakorolhatná képességeit.

A rendszeres, tartós televíziózás nem segíti a nyelvi kifejezőkészség fejlődését sem. A gyermektől nem kívánja meg a verbális bekapcsolódást, csupán a passzív befogadást. (...)

Marie Winn amerikai gyermekpszichológus elektromos drognak, elektromos kábítószernek nevezi a televíziót, melynek egészségkárosító hatása nem jelentkezik oly szembetűnő, hamar észrevehető tünetekkel, mint a valódi kábítószerké, de éppen alattomosága, szalonképessége, az, hogy olcsón és könnyen a nap 24 órájában hozzáférhető, annál veszélyesebbé teszi, s a tv hatását kábítószer hatása alatti állapothoz, dependentiához hasonlítja.

A rendszeres, tartós tv-képernyő előtti ülések somaticus károsító hatása is bizonyított. A rövid és nem pihentető alvás fáradtságot, türelmetlenséget, nehezen nevelhetőséget, az iskolai tanulmányi eredmény, a koncentrációképesség csökkenését eredményezi. A tartós ülés a keringés, az izomzat hypotóniáját, hanyag tartást, a scoliosis romlását okozhatja.

Ismert a tv epilepsiás rosszullétet provokáló hatása, különösen érvényes ez a gyors fény-, hang-, színváltozással járó videóklipekre. A szem károsodása, nem utolsósorban azáltal, hogy a valóság három dimenziójával szemben a tv egydimenziós, ami a térlátás romlását, az alkalmazkodóképesség csökkenését idézi elő, s a háztartási és közúti balesetek számának növekedéséhez vezethet.” {19.}

#### **XXV. táblázat – Orvost rendszeresen látogatók száma (%)**

7.a	7.d	9.b	10.d	11.b	11.d	12.b
20,0	11,5	11,4	12,0	16,0	3,4	10,3

A budapesti felmérés adatai szerint a megkérdezett gyerekek 13 %-a jár orvoshoz havi vagy ennél gyakoribb rendszerességgel. A mi iskolánkban végzett felmérés is nagyjából megfelel ennek a mérési eredménynek. Kirívóan kedvező a 11.d osztály képe ebből a

szempontból, bár ezek az adatok kissé megbízhatatlannak tűnnek annak ismeretében, hogy ennek a osztálynak a fiú tanulói saját egészségi állapotukat elég rossznak (3,92) minősítették.

A legrosszabb eredmény a 7.a osztályban született. Tudomásunk szerint ennek az osztálynak van néhány komoly betegséggel küzdő tagja, akik valóban folyamatos orvosi ellenőrzés mellett járnak iskolába, és sokszor kórházi kezelésben is részesülnek.

Véleményünk szerint azonban ez az érték annak is köszönhető, hogy a tanulók mögött ebben az osztályban egy odafigyelő, talán időnként túlságosan is aggódó szülői gárda áll, akik esetenként talán indokolatlanul viszik vizsgálatokra és ellenőrzésre a gyerekeket.

„A WHO 1984. évi jelmondata – *Az egészség a családban kezdődik* – mind a testi, mind a lelki, mind a szellemi egészségre egyaránt érvényes. A somaticus, testi egészség a veleszületett adottságokon, vagyis a genetikai és az intrauterin környezeti hatásokon kívül – döntően a csecsemőt, a gyermeket gondozó szülőknek, a környezetnek szociális, műveltségi helyzetétől, gondosságától, jó értelemben vett igényességétől, felelősségérzetétől, a gyermek korának megfelelő táplálásától, ruházatától, a lakásviszonyoktól, a higiénés körülményektől, vagyis a család életmódjától függ. Kevésbé ismert, hogy a lelki-szellemi egészség, a szociális adaptációs készség szempontjából is meghatározó szerepe van a családnak.

A Nemzetközi Gyermekközpont pedagógus-psychologus-szociológus-gyermekorvos munkacsoportjának longitudinális vizsgálata szerint a 17 éves kori intelligencia – vagyis a serdülő, az ifjú érdeklődésének a környezet jelenségeire-eseményeire való válaszadási módja, magatartása 50 %-ban az élet első 5-6 évében megalapozódik, további 30 %-ban 6-10 éves korban alakul ki, s mindössze 20 %-ra tehető a 10-17 éves kor közötti életszakasz hatása az intelligencia formálására, érésére, stabilizálására. Ebből is következik, hogy a különböző a családdal azonos mértékű lehetősége és felelőssége van a bölcsődének, az óvodának és az iskolának. {20.}

A gyermekek egészségének megőrzésében tehát nekünk pedagógusoknak majdnem ugyanolyan komoly feladataink vannak, mint a szülőknek. „... Ha a gyerekek szaktárgyunkból nyújtott teljesítménye mellett odafigyelünk a kerekedő arcokra, az egyre jobban feszülő vagy dohányfüstöt árasztó ruhadarabokra, ha jóindulattal, türelemmel közeledünk tanítványaink felé, ha megpróbálunk segíteni a felnőtté válásnak ebben az időt, energiát, önfegyelmet és önmegtartóztatást igénylő időszakában, sokkal több egészséges, érett, önálló életre alkalmas fiatal hagyja el a középiskolát.” {21.}

## **IV. A kérdőívek gyakorlati alkalmazása**

### **Előzmények**

A kérdőíves adatfelvételt 2003. novemberében végeztük. Fontosnak tartottuk, hogy a mérésben résztvevő osztályokat a lehető leghamarabb megismertessük saját eredményeikkel, s így a kapott táblázatokat viszonylag hamar, még december folyamán eljuttattuk az érintett osztályfőnökökhöz.

A kérdőív adatainak részletes feldolgozása és kiértékelése után a minket leginkább érintő két osztályban, a 10.d és 11.b-ben külön foglalkozásokat tartottunk, melyeken az eredmények alaposabb, mélyebb értelmezése, alkalmanként ezek összehasonlító elemzése volt a célunk. Osztályfőnöki, illetve osztályfőnök-helyettesi feladatkörünk miatt ragaszkodtunk ezekhez a megbeszélésekhez; az órákat tanítási időben, kötelező jelleggel tartottuk meg. Mivel korábban a diákjaink is folyamatosan érdeklődtek és kifejezetten igényelték, hogy részletesebben tájékoztassuk őket a mérés tapasztalatairól, így az órák leginkább egy kötetlen hangulatú, kellemes légkörű összejövetelre hasonlítottak.

## A foglalkozások célja

*A foglalkozások célját az alábbiakban határoztuk meg:*

- Az előzetes decemberi, hozzávetőleges tájékoztatáson túl szeretttük volna, ha tanulóink az eredményeket mélyebben, összefüggéseikben is megismerik.
- Úgy gondoltuk, néhány esetben szükség van „szembesítésre”, vagyis egyes következtetések közösségi tudatosítására;
- s ezzel kapcsolatban érdekeltek minket diákjaink reakciói, véleményei.
- „Értékelés diákszemmel” - erre általában is kíváncsiak voltunk.
- Célunk volt, hogy alkalmanként ok-okozati összefüggéseket tárjunk fel (s ezeket lehetőleg a gyerekek állapítsák meg);
- hasonlóan a felvetődött problémákra esetleg megoldásokat fogalmazzanak meg.
- Végezetül érdekeltek minket a kérdőív felvétele óta történt változások. (A foglalkozásokra már csak a következő tanítási évben tudunk sort keríteni.) Mennyire hitelesek az előző évi adatok, mennyire aktuálisak az akkori problémák?

## Szakmai értékelés

A foglalkozások szakmai szemmel nézve - tartalmilag - egy kis csalódást jelentettek. A gyerekek többször is inkább a tanári értelmezésre voltak kíváncsiak, s bár több - valóban tartalmas és építő jellegű - hozzászólás történt, ezek szakmailag nem mutattak túl a mi tanári elemzéseinken. Utólag ez már természetesnek tűnik, hiszen a körülményekből logikusan következik. (Például mi, tanárok már közel egy éve érleljük és elemezzük az egyes témaköröket, amivel most hirtelen szembekerül a diák, s neki csak percei vannak az elemzésre. Az óra alatt lényegében közösen feldolgoztuk az összes, a szakdolgozatunkban



tárgyalt mérési eredményt; ki lehet számítani, hogy a nagy rohanásban milyen kevés idő jutott egy-egy konkrét táblázatra. Vagy a technikai körülmények is hátráltató jellegűek voltak: a nagy mennyiségű adat miatt nem tudtuk kézbe adni a táblázatokat, kénytelenek voltunk ezeket kivetíteni; s így nyilván nehezebben átláthatók, nehezebben értelmezhetőek voltak a számadatok.)

Egyértelműen sikeres volt viszont a „kivárásos technikánk”: meg tudtuk várni, amíg - tanári segítség nélkül - a fontosabb összefüggéseket önállóan felismerik és kimondják a tanulók.

### **Hogyan fogadták diákjaink az eredményeket?**

A tanulók elhangzott hozzászólásai, véleményei, reakciói négy típusba sorolhatók:

- Hitetlenkedés egyes adatok megismerésekor; illetve ezzel ellentétben a megkérdőjelezett eredmények megerősítése.
- Alkalmanként értelmezések, magyarázatok.
- Lokális és globális összehasonlító elemzés; ez elsősorban a párhuzamos osztályok értékelését jelenti.
- A kérdőív, mint technikai eljárás bírálata.

Az alábbiakban a diákok hozzászólásaiból válogattunk egy csokorra valót. Arra nincs lehetőségünk, hogy az összes elhangzott megjegyzést, véleményezést felsoroljuk. Még csak azt sem vállalhatjuk, hogy válogatásunk reprezentatív lesz; leginkább arra törekedtünk, hogy a legtöbb témakörből kiragadjunk egy-két érdekes vagy jellemző hozzászólást. A kivetített táblázatok sorrendjében haladunk (erre utalnak a római számok), s nem szólunk mindegyikről.

### **I - II. táblázat:** Napi terhelés órában (III. rész 1. fejezet)

A 11.b „délelőtti” tanítási ideje, a 6,37 óra a 12. évfolyamra már „túlhaladott” érték; a gyerekek úgy érzik, ez az időtartam jelenleg valamivel nagyobb. (Kissé meglepőnek találták a [10] budapesti mérés 11. osztályos, 6,28 órás eredményét. Ez azt mutatja, hogy a tanítási órák rendkívül magas száma nemcsak a Fazekásra jellemző.) Ebben az osztályban a legtöbb a közlekedési idő; ennek oka - a sok bejáró gyerek hosszadalmas utazása - persze azonnal nyilvánvaló lett. Az összes terhelési idő, a táblázatban „csúcstartó” 12,45 óra nagysága *megdöbbenést keltett*. A gyerekek szembesültek ezzel a hihetetlenül magas értékkel; belegondoltak, ez mit is jelent; s a nagy csönd, ami ez után következett, azt mutatta, hogy lényegében egyetértenek Geréb György megállapításával ([2], 51. oldal): „a gyermekek napi munkájának kiszámítása során kiderült, hogy átlagosan többet dolgoznak, mint a felnőttek.”

(Persze a józanabbak hozzátették: mivel napi 6,28 órát *lehetetlen* intenzív figyellel eltölteni, a maguk módján azért védekeznek, például ún. „merengéssel vagy bambulással”.)

A 11.b osztály idén végzős osztállyá vált, így egyértelműen növekedtek a terhei. Ezzel szemben, a tavalyi 10.d osztály úgy vélekedett, hogy napi elfoglaltságuk csökkent. Ezt egyrészt azzal magyarázták, hogy „kiment” két tantárgy, a kémia és a földrajz, amelyekre való felkészüléssel sok időt kellett tölteniük, ráadásul érdeklődési körükbe sem tartoztak.

Az osztálynak minden tagja rendelkezik legalább egy nyelvvizsgával, így ez a délutáni elfoglaltságuk is csökkent. Ráadásul a 11. évfolyamra kialakították saját „tanulási rutinjukat”, tudják melyik tantárggyal mennyit érdemes foglalkozni. Sokan lemondtak arról, hogy kitűnő tanulók legyenek, és főleg azokkal a tantárgyakkal foglalkoznak, amiket szeretnek, és ezt kevésbé érzik megterhelőnek.

**III - IV. táblázatok:** A délutáni különórákkal kapcsolatban (III. rész 2. fejezet) szerencsésnek találták, hogy a különóra összetétele eltolódott a korrepetálás irányából a tananyagon túli érdeklődés felé, s ennek lehetőségében a saját mentalitásukon túl a „jól tanító

tanároknak” is jelentős szerepet tulajdonítottak. (A különórák legfőbb pozitívítása, hogy *önként* vállalt plusz terhelésről van szó.)

Az *egyéb* kategória viszonylag nagy értéke a 11.bosztályban (20 %) elsősorban a közös, osztályszintű táncolásból adódott; s vitathatónak tartották a sportolásra kapott, heti 2,3 óras átlagot. Úgy gondolták, hogy ebben az esetben a kérdőíven pontosabb kérdésfeltevésre lett volna szükség.

**V. táblázat:** A szabadidős tevékenységek (III. 3. fejezet) vizsgálatakor a 11.b osztályban derültséget keltett, hogy az udvarlás kategóriában nem kaptunk 100 %-os összesítést. Ennek okát elmondtuk, azzal a megjegyzéssel, hogy - mivel az itt kapott *ritkán* vagy *soha* érték 64 % - a fiúk ez ügyben lassan iparkodhatnak. (Az osztályban nagy többségben vannak a fiúk.)

A 10.d osztály tanulóit is az udvarlás kérdésre adott válaszok érdekelték legjobban, kíváncsian számolgatták, hogy a többi osztály tanulói hogyan nyilatkoztak. Természetesen állították, hogy idén ennek az időtartama sokkal magasabb, mint előző évben.

Érdemi változás a tavalyi évhez képest, hogy megnőtt mindkét osztályban a hétvégén, közösen eltöltött összejövetelek száma, vagy inkább jellege („beülünk egy sörözőbe, beszélgetünk, biliárdozunk ...”). Hát igen, a gyerekek azért egy évvel idősebbek lettek...

**VI - VIII. táblázatok:** A szabadidő eltöltése, társas kapcsolatok, baráti kör témakörben (III. rész 4. fejezet) a 11.b osztályban megint elgondolkozó, tartalmas csöndet tapasztaltunk. Hiszen a gyerekek 8 %-a jellemzően egyedül tölti a szabadidejét, holott a *legszívesebben csak egyedül tölti a szabadidejét* kérdésre 0 % válaszolt igennel. A 8 % az osztály két tanulóját jelenti; s ha nem is nevesítettük őket, minden gyerek tudta, hogy kikről van szó.

A 10.d osztály úgy találta, ebben az évben többet járnak közösen szórakozni, úgy érzik egyre jobb osztályközösséggé váltak. A megbeszélést követő hétvégén egyik vidéken lakó társukhoz készültek „ott alvós bulira”, és az osztály 30 tagjából 29-en biztosra ígérték a részvételt, a kislány aki nem ment az is pusztán azért, mert szüleivel akkor utazik Görögországba. Ez remélhetőleg azt mutatja, hogy oldódik a tavaly még baráti körrel nem rendelkező gyerekek magánya.

**IX - XVI. táblázatok:** Az iskola mint környezet (III. rész 5. fejezet) és az iskolai viszonyok (III. rész 6. fejezet) táblázatainak vizsgálata kisebbfajta „lázadást” váltott ki a 11.b osztályban. A *szívesen jár iskolába* 3,24-es számadata az egész Fazekasban a legalacsonyabbnak bizonyult, s a gyerekek ezt egyáltalán nem érzelemmentesen vették tudomásul; az eredményt méltánytalannak, egyesek humorosnak, mások sértőnek érezték. Magyarozatként a kérdés szubjektív jellegét adták (külön megemlítve például *a tanárok túl sokat követelnek* kérdés hasonló szubjektivitását).

Az elégtételt a XII. táblázat (összes zavaró tényező) értékei jelentették, ahol a rivális osztályt, a párhuzamos 11.d-t sikerült megelőzni.

A 10.d osztály viszont elégedetten vette tudomásul, hogy ők adták a legmagasabb osztályzatot, a *szívesen jár iskolába* kérdésre (3,96), és továbbra is tartották ezt a véleményüket. Azt az egy megjegyzést fűzték hozzá, hogy az ő hangulatukat nagymértékben meghatározzák az aktuális tanárváltások. Ezt gyakran elmondják, és számunkra ez is egyértelművé teszi, hogy ennek a korosztálynak a számára még milyen fontos az egyes személyekhez, tanárokhoz való kötődés, a személyes kapcsolatok sokszor az érdeklődési körük kialakulását is befolyásolják.

**XVII. táblázat:** Bár a 11.b osztály otthoni háztartási munka (III. 7. fejezet) 0,48 óras napi átlagával a legmagasabb lett az iskola osztályai között, a gyerekek ennek ellenére megmosolyogták ezt a számot. Világosan látszott, hogy ők maguk is keveslik ezt az értéket; de számunkra, tanáraik számára még valami nyilvánvaló. Úgy gondoljuk, hogy tanítványaink többségét kifejezetten helyes irányban nevelik a szülei; a diákok mentalitásán (akár tanítási időben, akár osztálykirándulásokon) érződik, hogy nem kényeztetik el őket, s ismerik a „munka becsületének” a fogalmát is. Ezért gondoljuk, hogy a napi fél óras otthoni háztartási munka nem annyira a gyerekek vagy szülei hibája, mint inkább a körülményekből adódó szükségszerűség: az iskolai terhelés mellett egyszerűen ez a realitás. A problémát tehát nem az jelenti, hogy a gyerekek esetleg „nem tanulnak meg dolgozni” (hiszen ennek ellenkezőjét folyamatosan bizonyítják például a tanulmányi eredményeikkel); hanem a háztartási munka hiányával inkább a családi szocializációs folyamat sérül.

A 10.d osztály pedig úgy érzi, a munkával töltött idejük egyre nő. Ez azonban nem a szülei által rájuk kényszerített kötelesség, hanem önként vállalt időtöltés. Ebben az osztályban sok a lány, és ők ahogy egyre idősebbek lesznek, egyre szívesebben sütnek-főznek. Évközben többször előfordul, hogy valamelyikük süteményt, palacsintát hoz az iskolába. Természetesen ezzel a kis változással együtt sem érzik most sem elegendőnek a házimunkában való részvételüket.

A tanulók a **XVIII - XX. táblázatok** (lefekvés, felkelés) *átlagos alvási idejének* 7,2, 7,7 óras időtartamát - velünk egyetértésben - elkeserítően kevésnek találták. Azt tapasztaltuk, hogy felismerték a csapdát, mely szerint: „Este nem tudunk időben lefeküdni, mert nem vagyunk még álmosak; ezért reggel mindig fáradtak vagyunk. Egyébként is a 6 óra körüli felkelés a szervezetnek biológiai traumát okoz, hiszen egyáltalán nem természetes élettani folyamat. Akármilyen korán is fekszünk le este, a korai felkelés önmagában

természetellenes.” Sőt, kicsit sarkítva: „Reggel álmosan, fáradtan ébredek. Általában nincs időm rendesen megreggelizni. Mindig késve indulok az iskolába; a közlekedés katasztrofális, futhatok, hogy el ne késsek. Persze elkések, s a tanár mindig a későkkel kezdi a feleltetést.” Hát van, aki így kezdi a napot... Véleményünk szerint ebben a korban még a napi 8 óra alvás sem elegendő; legfeljebb akkor, ha a héten egyszer-kétszer 9-10 órát tud aludni a gyerek.

A tanulók záró megjegyzésként kijelentették, hogy a kérdőív *iskolai napokon kelteni kell* formulája érthetetlen. (A III. rész 8. fejezetében mi is jeleztük a kérdés kétértelműségét.) Hiszen olyan gyerek nyilván nincs, aki hétköznap reggel 6 - fél 7 körül magától felébred...

**XXI - XXII. táblázatok:** (III. rész 8. fejezet) Az étkezésekkel kapcsolatban a legjellemzőbb hozzászólások a kérdőív kérdéseit bírálták. A gyerekek szerint nem pontosak, nem precízek a kérdések, s így az eredmények nem sokat mondanak. „Nem pontosították, hogy mit nevezünk étkezésnek; van közöttünk, aki a főétkezésekre gondolt, s van, aki a 'csemegezésre'.” Nem tartották hihetőnek például azt az eredményt sem, hogy két gyereknek csak a második szünet utánra (vagyis leghamarabb a harmadik szünetre) esik az első étkezési ideje. Ezeket a kétségeinket mi is megemlítettük az adott fejezetben.

Ekkor fogalmazódott meg az igény: a kérdőív megíratásakor a helyszínen szükség lenne olyan felügyelő tanárra, aki a problémás kérdésekre válaszolhat. A tapasztalatok alapján ezzel nekünk is egyet kell értenünk.

Az egészségi állapottal kapcsolatos **XXIII - XXV. táblázatokban** (III. 9. fejezet) feltűnő volt, hogy a lányok mennyivel gyakrabban kedvetlenek, többet idegeskednek, és sűrűbben járnak orvoshoz (százalékos arányban). Itt egy kis vita alakult ki a 11.b osztályban, ahol a lányok véleménye kerekedett felül, mely szerint ennek egyrészt az az oka, hogy ők gondosabbak, lelkiismeretesebbek, mint a fiúk; másrészt ők nagyon kevesen vannak, tehát ha egy páran közülük idegeskednek vagy orvoshoz járnak, akkor ez már rögtön a lányok jelentős részére jellemző lesz.

## V. Összegzés

„A világ ismereteinek mennyisége minden tíz évben megkétszereződik – és maga ez a tempó is növekvőben van. Már húszévnyi iskolázás is kevés; hamarosan úgy fognak majd meghalni az öregek, hogy még nem tanulták meg, hogyan éljenek, és teljes kultúránk összeomlik felfoghatatlan bonyolultsága miatt.” (A. C. Clarke (1962!))  
{22.}

A hét osztályban végzett kérdőíves felmérés megszervezésével - úgy érezzük - céljaink közül többet is sikerült megvalósítanunk.

- Iskolánk diákjainak közérzetéről, életmódjáról átfogó és objektív képet kaptunk.
- A szakirodalomban található vizsgálati anyagok tanulmányozásával lehetőségünk nyílt arra, hogy a számadatokat összehasonlítsuk más felmérések hasonló eredményeivel. (Az adatok ütköztetésekor figyelembe vettük, hogy a szakirodalmi vizsgálatok több évtizeden átívelnek; valamint azt is, hogy iskolánk diákjai egyáltalán nem tekinthetők „átlagosaknak”: sem a tanulmányi munkájuk, eredményességük, sem pedig a családok szociokulturális helyzete alapján.)

- Megállapítottunk bizonyos tendenciákat és ok - okozati összefüggéseket, melyek alapján következtetéseket vonhattunk le;

- s ezzel kapcsolatban alkalmanként megoldási javaslatokkal állhattunk elő.

- Végezetül az elemzés - a tanárok körében néhány éve elvégzett iskolai felméréssel együtt - az iskola számára bőséges statisztikai tényanyagot jelent, amely tanulságait az iskolavezetés és az osztályfőnökök is levonhatják, és munkájuk során hasznosíthatják.

## **Tanulságos lett volna még megvizsgálunk ...**

... néhány további életmód-jellemzőt, de hely- és időhiány miatt erre már nem volt lehetőségünk (bár a szakirodalomban bőségesen találtunk vizsgálati szempontokat). Például:

- Szülői, családi háttér vizsgálata (a kérdőívek tartalmaztak ezzel kapcsolatos kérdéseket, kiértékelésük a közeljövőben megtörténhet)
- A családi élet
- Az elképzelt (kívánatos) és a tényleges napirend összevetése
- A gyerekek mozgásigénye és mozgáskultúrája, ezek általános vizsgálata
- A könyvtár, ebédlő, büfé, iskolaudvar hangulata, szerepe
- Dohányzás, alkohol, drog (kávé)
- Ahogy a kamasz megéli a közérzeti - életmódbeli problémákat

### **Mely területeken érhetnénk el viszonylag könnyen eredményeket?**

#### **(Három problémakör)**

„Aludni, aludni, aludni.” Ez a címe [2] egyik fejezetének, s ennél frappánsabban nem fogalmazhatnánk meg az első olyan problémakört, amit külön kiemelnénk.

A gyerekek öngerjesztő, *krónikus kialvatlansága*, s ebből következő fáradékonysága, pszichikai gyengesége az életmódjuk minden területén érezteti a negatív hatását. Úgy gondoljuk, hogy a helyes pihenési - alvási szokások kialakítása elsősorban nevelési kérdés, s éppen ezért ebben a szülők szerepe a döntő. (Nincsen könnyű dolguk. Amikor ezen sorokat írtuk, megnéztük az aznapi tv-műsort. Több csatornán is este fél 9 - 9 órakor kezdődött a főműsor. A reklámokkal együtt ezek a filmek 11 - fél 12-ig tartottak, s másnap reggel 6 - fél 7-



kor már kelni kell. A felnőttek a munkahelyükre, a diákok az iskolába mennek másnap. Kinek szólnak hát ezek a filmek?)

Viszonylag kis odafigyeléssel, csekély munka- és energiaráfordítással érhetnénk el eredményt, ha a gyerekek *mozgásra, sportolásra fordított idejét* meg tudnánk növelni. Meggyőződésünk, hogy a rendszeres mozgás megszerettetésével javulna diákjaink, fizikai és mentális állapota és közérzete; kiegyensúlyozottabbá válnának; egészséges testmozgás után hatékonyabban tudnának tanulni; jobban beosztanák idejüket; megjelenésük esztétikusabb lenne és így tovább. A cél érdekében nemcsak a szülők, hanem a tanárok is sokat tehetnek. (Legjobb meggyőzőési módszer nyilván a példamutatás lenne).

Az utolsó problémakört - mint az előző kettőt is - a dolgozat korábbi részeiben már érintettük. A *tanulmányi eredmények javulása* döntően befolyásolja a diákok iskolával kapcsolatos élményeit, s ezen túl számtalan kedvező hatása van (motiváció szerzése, a stressz elkerülése, pozitív személyiségfejlődés stb.). Persze, ennek megvalósítására a tanári segítség mellett (megfelelő követelményrendszer, támogató tanári hozzáállás, tanítási - nevelési technikák) a gyerekekre is szükség van ...

## Egy érdekesség

Végezetül a [9] iskolajelentés rendkívül tanulságos 6.3. táblázatát közöljük (Education at a Glance, 2002). Ebben a felmérésben 14 OECD ország 15 éves tanulójának véleményét kérdezték meg néhány, az iskolával kapcsolatos kérdéskörben. Az öt kérdés (vagy inkább megállapítás) a következő volt:

(1) *Könnyen szerzek barátokat.*

(2) *Úgy érzem, odatartozom.*

(3) *A többiek kedvelnek, azt hiszem.*

(4) *Gyakran unatkozom.*

És végül, az eddigiek mintegy összegzéseképpen:

(5) *Nem akarok suliba menni.*

A táblázat a fenti kijelentésekkel egyetértők százalékos arányát tartalmazza. (A könnyebb áttekinthetőség kedvéért a (4) és (5) megállapítások „komplementerét” is feltüntettük; tehát (4\*) jelentése: *Ritkán unatkozom*, és (5\*) közelítően azt jelenti, hogy *Szeretek suliba menni*. Így az (1), (2), (3), (4\*) és (5\*) értékei „annál kedvezőbbek, minél magasabbak”, és elvileg (5\*) az előző négy megállapítás értékeivel korrelál.

A táblázat egyes jellemzőit a szakdolgozat megfelelő fejezetében már értelmeztük, most csak egy általános áttekintést adunk.

	(1)	(2)	(3)	(4)	(4*)	Átlag	(5)	(5*)	Kül
Ausztria	86	85	72	49	51	74	29	71	3
Csehország	86	73	84	47	53	74	29	71	3
USA	81	78	83	61	39	70	35	65	5
EK	91	83	93	54	46	78	28	72	6
Finnország	84	86	84	60	40	74	26	74	0
Franciaország	87	44	86	32	68	71	37	63	8
Görögország	88	83	85	66	34	73	22	78	-5
Írország	89	83	93	67	33	75	34	66	9
Lengyelország	78	63	53	38	62	64	28	72	-8
Magyarország	87	89	85	29	71	83	38	62	21
Németország	81	82	67	49	51	70	25	75	-5
Norvégia	85	79	86	58	42	73	23	77	-4
Portugália	91	83	90	24	76	85	13	87	-2
Svédország	87	78	88	58	42	74	20	80	-6
Összesen	82	75	77	48	52	72	29	71	1

Mi derül ki a táblázatból?

A nemzetközi felmérés adatai szerint a magyar iskolákban a gyerekek könnyen szereznek barátokat (87 %), az osztálytársak kedvelik egymást (85 %), ritkán unatkoznak (71 %), s úgy érzik, „az iskolához tartoznak” (89 %). Ezen megállapítások átlaga 83 % (a táblázat 6. oszlopa), ami kiemelkedően jó eredmény. Ennél csak Portugália 85 %-a magasabb, s leszakadva követ minket 78 %-kal az Egyesült Királyság és 75 %-kal Írország. Úgy gondolnánk tehát, hogy az „összegző” típusú (5\*) kérdés (*Szeretek suliba menni*) hasonló eredményt ad.

De ez nem így van.

Az előzmények alapján hihetetlen, de az erre a kérdésre adott válaszok alapján Magyarország 62 %-kal az abszolút utolsó helyezett a mérésben részt vett országok között, s eszerint a mi diákjaink szeretnek legkevésbé iskolába járni. Vagyis az oktatási - nevelési folyamatban *valami elromlik*; tehát *valamit rosszul - nagyon rosszul - csinálunk*.

Adódik a következtetés: a diákjaink kedvetlenségének oka - ezek szerint - nem az (1) - (4) jellemzők elégtelenségében keresendők, hanem valószínűleg az egyéb, „járulékos” körülmények kedvezőtlenek. A táblázat ellentmondása, ezen okok teljes feltárása mélyebb elemzést igényel. Zárszóként annyit jegyzünk meg, hogy a mi vizsgálataink is hasonló eredménnyel jártak; s reményeink szerint sikerült kimutatnunk a súlyos ellentmondás néhány összetevőjét.

### **A tendenciákról**

„Minden kornak olyan művészete, ... és oktatása van, amelyet megérdemel.” (B. W. Aldiss)

A diákok iskolával szembeni ellentmondásos attitűdjét [2]-ben Csöregh Éva így jellemzi:

„A gyerekeknek az iskolához való kapcsolódása – tartalmi összetevődésében – némiképpen ambivalens, amit részben a praxis magyaráz. Miközben ugyanis a kötelességszerű iskolai kötöttségeket sokallják – jogosan – ... szabad idejük eltöltésére mégis leginkább az iskola nyújt keretet, alkalmat, és ebben a vonatkozásban erősen kötődnek is hozzá.” {23.}

Úgy érezzük, megállapításai három évtized elteltével is lényegében helytállóak, a [2]-ben és [3]-ban megfigyelt folyamatok erősödését figyelhetjük meg. Nőtt a gyerekek terhelési

szintje; fokozódtak a teljesítményzavarok és a fiziológiai problémák; továbbra is jellemző a helytelen napirend. Részben ebből kifolyólag a legkedvezőtlenebb tendenciát - véleményünk szerint - a szabadidő csökkenése mutatja. Ezen problémának több összetevője van: egyrészt megnőtt az elsajátítandó ismeretek mennyisége (ld. az V. rész bevezető idézetét A. C. Clarketől), másrészt sokszorozódott az elektronikus információöozön (TV, számítógép, Internet, hírközlés). Néha úgy érezzük, szerencsés korban születtek a három évtizeddel ezelőtti gyerekek, a hétfői adásszünettel vagy a két TV-csatornával ...

(Persze a nosztalgia nem lehet az értékítélet alapja. Ugyanezek a gyerekek azt szerették volna, ha legalább minden második szombaton nem kellene tanulniuk; vagy ha kevesebb délutáni iskolai kötöttségük lenne, úgymint mozgalmi napok (rajgyűlés), társadalmi munkák (hulladékgyűjtés) stb.)

„Ezek a mai fiatalok! Harsányak, neveletlenek, nem tisztelik az öregeket. Ha találkozom velük, átmennek az utca túloldalára, s nem köszönnek ...” Az idézet - állítólag - Platóntól származik, s mintegy 2400 éves. Nos, a fiatalok nem változnak; s a [2] és [3] könyv idézetei alapján, úgy tűnik, oktatásunk problémái is ugyanazok, mint ezelőtt néhány évtizeddel. Lehetséges, hogy hiába ismerjük fel a problémákat, azok megoldása meghaladja az erőnket, a társadalom egészének minden törekvését?

A jelenlegi oktatási folyamatok egyik legfontosabb paradigma-változása az élethosszig tartó tanulás elve.

„A jelenlegi oktatási rendszerünk úgy alakult ki, hogy az Ipari Forradalom gyárcentrikus gazdaságának termelje a munkásokat. Ez a munka türelmet, engedelmességet és az unalom elviselésének képességét követeli meg. A diákok megtanultak sorokban ülni, gépiesen befogadni a tényeket és elsajátítani az anyagot az eltérő tanulási sebességet

figyelmen kívül hagyva. De 2019-re nem marad a gyárban állás. Kivéve azt a néhány technikust, akik a vezérlőpultokat ellenőrzik, a holnap gyáraiban számítógépek vezérlik majd a robotokat.” {24.}

Jelenleg úgy tűnik, hogy az ember életében a tanítás és tanulás egész életen át tartó folyamattá válik. Ha ez így marad, akkor különösen fontos, hogy általános és középiskolás korban mi módon talál egymásra a tanító pedagógus, és - az élethosszig tartó tanulását éppen csak megkezdő - tanuló diák.

### **Zárszó**

Elemzésünk során szembesültünk a mai gimnazista gyerekek munkanapjainak napirendjével. Azt tapasztaltuk, amire számítottunk: a jól teljesítő gyerekek legalább annyit, vagy még többet dolgoznak hétköznapokon, mint a keresőképes felnőttek. Gyakorló tanárokként természetesen érzékeljük a gyerekek gyakori fáradtságát, észleljük azt a hatalmas különbséget, ami a tanulók szeptemberi és tavaszi lendülete, munkabírása között mutatkozik.

Iskolánkra különösen igaz ez, az itt tanuló gyerekek, mint az dolgozatunkból is kiderül, több időt fordítanak tanulásra, művelődésre, mint hasonló korú társaik. Egy nagyon fontos tényezőt azonban nem szabad elfelejtenünk: iskolánkat a gyerekek maguk választják, nagy erőfeszítések árán lesznek tanulói, és ők maguk is, és szüleik is nagyon pontosan megfogalmazott követelményeket támasztanak intézményünkkel szemben.

Sokszor meglep minket, a tizennégy esztendő diákok milyen határozott életprogrammal lépnek iskolánkba. (Persze ezek gyakran változnak az itt töltött évek során.) A tanulók természetesen sikeres érettségi-felvételi után a legjobb egyetemeken kívánnak továbbtanulni, nyelveken akarnak beszélni. A mi iskoláink tanulói valószínűleg

céltudatosabbak, mint kortársaik. Leterheltebbek is, de nagyon fontos hangsúlyoznunk, hogy ez saját választásuk és elhatározásuk, nem az iskola kényszeríti rájuk ezt a feszített munkatempót. A mi intézményünknek is van néhány tanulója, aki könnyedebben tölti diákéveit, őket senki nem háborgatja ebben.

Lényeges szem előtt tartanunk, hogy diákjaink tizennyolc esztendősen kivétel nélkül továbbtanulnak, szinte mindannyian vágyaik szerint, túlzás nélkül állíthatjuk, hogy mindannyiuknak van nyelvvizsgálója, nem egy, gyakran kettő vagy három, és sokuk rendelkezik felsőfokú állami nyelvvizsga- bizonyítvánnyal. A legtöbben magas szintű számítógépes ismeretekkel bírnak, és nagyon sokan megszerzik iskolánk szervezésében a jogosítványt is. Végzős gimnazistaként igazán „versenyképesen” tanulnak tovább, és minden esélyük meglesz arra, hogy kiváló álláshoz jussanak.

Ennek azonban ára van. Amellett, hogy jól teljesítenek az iskolában (hogy jó eredménnyel felvételizzenek, illetve vigyék a pontokat év végi osztályzataik alapján), délután iskolánk által szervezett nyelvórákon vesznek részt, magán úton is tanulnak, számítógépes képesítést szereznek, stb. A gyerekekkel folytatott beszélgetések alapján leterhelésük sem azonos a tanév során. Egy tizenhét éves fiú mondta, hogy az iskolai órákra való tanulása mellett, amíg a nyelvvizsgára készült, három hónapig minden nap napi négy (!) órát foglalkozott az adott nyelvvel. Természetesen sikerült a középfokú nyelvvizsgálója, most kezd készülni a felsőfokúra. Néha már számunkra is ijesztő ez a fajta tudatosság.

Iskolánk tanulói nagy sikerrel vesznek részt tanulmányi versenyeken is. Az indulás ezeken nem kötelező, de sokukban él a vágy, a legjobbak közé kerülni. Nagy öröm számunkra jogos büszkeségüket látni, amikor díjaikat, okleveleiket átveszik. A dicsőségen túl, ezeknek a versenyeknek gyakorlati hasznuk is van: az OKTV-ken biztosíthatják felvételüket az

egyetemre. Több 11.-12. évfolyamos tanulónk szerez így felvételi mentességet. Legkiválóbb tanulóink nagyon sokat dolgoznak az első években, de többen már a tizenegyedik évfolyamban megszerzik így a mentességüket, több nyelvvizsgálóval rendelkeznek, így számukra egészen más hangulatban telik utolsó évük.

Ezeknek a rendkívül tudatos gyerekeknek nagyon komoly elvárásaik vannak iskolánkkal szemben. Elvárják tőlünk a kötelező órákon kívüli tanulás lehetőségét, külön nyelvvizsgákat, versenyekre, emelt szintű érettségire való felkészítéseket. Sokszor a kifáradt kollégáktól gyerekek „könyörögnek ki” esti, hétvégi (!) gyakorlásokat. Mi sokszor csak tudomásul vesszük, és teljesítjük ezeket az igényeket.

Nem gondoljuk, hogy a gyerekek életmódja koruknak megfelelő, de ők próbálnak megfelelni az ezredforduló versenyének. Sokszor hozzák otthonról szüleik félelmeit, akik igyekeznek gyermeküknek mindent megadni, hogy azok könnyebben érvényesüljenek ebben a hatalmas túlekedésben, mint ők. Megriaszt minket, amikor tizennégy éves diákok elmondják, mit szeretnének a későbbiekben tenni, és mit várnak segítségül az iskolától. Sokan már ekkor tudják, hogy mely egyetemet, milyen sorrendben kívánnak elvégezni, milyen területen kívánnak majd dolgozni, milyen nyelveken szeretnének beszélni. Az iskolát pedig szolgáltató szervnek tekintik, ami segíti őket céljaik megvalósításában. Ennek a jelenségnek az értékelése nem ennek a dolgozatnak a témája, és nem is a mi feladatunk, de szükségesnek tartottuk megjegyezni, különben értelmetlen lenne a gyerekek munkájának, terheinek növekedése.

Mindezeknek a szem előtt tartása mellett csak örömmel tapasztalhatjuk, hogy mint az elemzésünkéből is kiderült, tanulóink a tanulás mellett szívesen sportolnak, zenélnek,



érdeklődésből is járnak szakkörökre. Iskolánk diákjai leterheltségük ellenére is járnak szórakozni, keresik egymás társaságát, és legtöbbször igazán életvidámak. Sokszor nyilatkozzák azt, hogy büszkék arra, hogy fazekasos diákok.

Mindezek azonban nem változtatnak azokon a megállapításainkon, hogy nagyobb odafigyelést igényelne életvitelük talán mind a szülők, mind a pedagógusok részéről. Nagy az iskola felelősége, hiszen ebben a viszonylag zárt közösségben töltik tanítványaink fiatal éveikben legtöbb idejüket.

Sütő András életrajzi fogantatású visszaemlékezése szerint: „Az ember hasznos élete, akár a gabonamagvaké, azzal a törvényszerű – rendszerint mégis váratlan s némelykor a boldogsághoz hasonlatos – fordulattal indul, hogy a mindenkori szolgálatos kezek begyűjtik.

Behordják valahová az eszmék szérűire.

Ínséges időben, ha többre nem futja: az ég alól – a szétszórtságból –ég alá: közösbe. A védettség állapotába vagy legalábbis annak reménységébe, emberkalangyák, közösségi asztagok melegébe, jégfogó kék sűvege alá.” {25.}

Csak remélhetjük, hogy sikerül valamennyire biztosítanunk számukra ezt a védettséget, de ezt majd csak évek múltával, diákéveikre való visszaemlékezéseikből fogjuk megtudni.

„Az élet nem az, amit az ember átélt, hanem az, amire visszaemlékszik, és ahogy visszaemlékszik rá, amikor el akarja mesélni.”

/Gabriel García Márquez/

## VI. Jegyzetek

1. Brian W. Aldiss - D. Wingrove: Trillió éves dáridó 1., Cédrus Kiadó, Szukits Könyvkiadó, 160. oldal
2. Jelentés a magyar közoktatásról 2003. (szerk. Halász Gábor, Lannert Judit), OKI, 2003.
3. Nanszákné Dr. Cserfalvi Ilona: Pedagógiai jelenségek vizsgálata, Tóth Könyvkereskedés és Kiadó, 125-126. old.
4. Jelentés a magyar közoktatásról 2003. (szerk. Halász Gábor, Lannert Judit), OKI, 2003.
5. Jelentés a magyar közoktatásról 2003. (szerk. Halász Gábor, Lannert Judit), OKI, 2003.
6. Clarke, Arthur C.: A jövő körvonalai, Gondolat Kiadó, Budapest, 1968. 206-207. old.
7. Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.) 16. old.
8. Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.) 16. old.
9. Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.) 16. old.
10. Nanszákné Dr. Cserfalvi Ilona: Pedagógiai jelenségek vizsgálata, Tóth Könyvkereskedés és Kiadó, 120. old.
11. Csőregh Éva: Lakótelepi iskolások – életmód, szabadidő, nevelés, Akadémiai Kiadó, Budapest, 1978. 47. old.
12. Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.) 15. old.

13. Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.) 33. old.
14. Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.) 33-34. old.
15. Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.) 15. old.
16. Nanszákné Dr. Cserfalvi Ilona: Pedagógiai jelenségek vizsgálata, Tóth Könyvkereskedés és Kiadó, 123-124. old.
17. Gyermekgyógyászat (szerkesztette: Dr. Schuler Dezső), Medicina Könyvkiadó, Budapest, 1992. 725. old.
18. Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.) 40. old.
19. Gyermekgyógyászat (szerkesztette: Dr. Schuler Dezső), Medicina Könyvkiadó, Budapest, 1992. 728. old.
20. Gyermekgyógyászat (szerkesztette: Dr. Schuler Dezső), Medicina Könyvkiadó, Budapest, 1992. 725-726. old.
21. Nanszákné Dr. Cserfalvi Ilona: Pedagógiai jelenségek vizsgálata, Tóth Könyvkereskedés és Kiadó, 127. old.
22. Clarke, Arthur C.: A jövő körvonalai, Gondolat Kiadó, Budapest, 1968. 210. old.
23. Csőregh Éva: Lakótelepi iskolások – életmód, szabadidő, nevelés, Akadémiai Kiadó, Budapest, 1978. 45-46. old.
24. A. C. Clarke: 2019. Július 20.: Élet a XXI. Században, 1986. In.: Bonstingl: A minőség iskolái, MPI, 1997., 40. old.
25. Sütő András: Az Idő markában, Szépirodalmi Könyvkiadó, Budapest, 1984. 7. old.

## VII. Bibliográfia

- [1] Clarke, Arthur C.: A jövő körvonalai, Gondolat Kiadó, Budapest, 1968.
- [2] Csóregyh Éva: Lakótelepi iskolások – életmód, szabadidő, nevelés, Akadémiai Kiadó, Budapest, 1978.
- [3] Gázsó Ferenc, Pataki Ferenc, Várhegyi György: Diákéletmód Budapesten, Gondolat Kiadó, Budapest, 1971.
- [4] Gálik Péter: Diák Murphy, Gulliver Kiadó, Budapest, 1991.
- [5] Gordon, Thomas: T.E.T. A tanári hatékonyság fejlesztése, Gondolat Kiadó, Budapest, 1990.
- [6] G. Donáth Blanka: A tanár-diák kapcsolatáról, Tankönyvkiadó, Budapest, 1977.
- [7] Gyermekgyógyászat (szerkesztette Dr. Schuler Dezső), Medicina Könyvkiadó, Budapest., 1992.
- [8] Iskolai klímateszt (Az iskolai légkör vizsgálata a minőségbiztosítási program keretében), Fazekas Mihály Fővárosi Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium, 2002.
- [9] Jelentés a magyar közoktatásról 2003. (szerk. Halász Gábor, Lannert Judit), OKI, 2003.
- [10] Martonné Tamás Márta, Dr. N. Kollár Katalin: A tanulók életmódjának kérdőíves vizsgálata (Iskolapszichológia 25.)
- [11] Nanszákné Dr. Cserfalvi Ilona: Pedagógiai jelenségek vizsgálata, Tóth Könyvkereskedés és Kiadó
- [12] Dr. Salamon Jenő: Fejlődéslélektan, Tankönyvkiadó, Budapest, 1984.
- [13] Vári Péter szerk: PISA-vizsgálat 2000, Műszaki Könyvkiadó, Budapest, 2003.
- [14] Vekerdy Tamás: Kamaszkor körül, Holnap Kiadó, Budapest, 2002.

## **Mellékletek**