

A szabadidős tevékenységek személyiségfejlesztési lehetőségei*

Leisure-time Activity in Personality Development

Borosán Livia, Budainé Csepela Yvette

Testnevelési Egyetem, Pedagógia és Módszertani Tanszék, Budapest

Absztrakt: A szabadidő hasznos eltöltésének pedagógiai lehetőségei, az ehhez kapcsolható pedagógiai módszerek és eszközök koherens rendszerének bemutatása egyre intenzívebben jelenik meg a pedagógiai elméletek, vizsgálatok sorában. Egyre többet foglalkozunk a szabadidő pedagógiai kérdéseivel, a szabadidő-eltöltés közegeivel. A gyermekek és fiatalok számára az egyik legkézenfekvőbb, személyiségük individuális és szociális fejlődése szempontjából is legideálisabb szabadidős közeget, szabadidős közösséget a köznevelési intézmények, a köznevelésben dolgozó pedagógusok által biztosított programok jelenthetik. A tanulmány tudatosító, szemléletformáló céllal, konkrét megoldási javaslatokat nyújtva kíván hozzájárulni a szabadidő-pedagógia mozgásos tevékenységeinek megtervezéséhez és megszervezéséhez a köznevelési intézményeken belül.

Kulcsszavak: pedagógiai személyiségértelmezés, individuális fejlesztés, szociális fejlesztés, szabadidő, mozgásos szabadidős tevékenységek

Abstract: Presentation of coherent educational methods for spending leisure time and the possible pedagogical methods and means attached to them are appearing more intensively in pedagogical theory and research. One of the most obvious and ideal environment from the point of view of individual and personality development of children and youth are the educational institutions and programmes provided by teachers, working in public education. The paper aims to contribute, through awareness raising and attitude formation, to planning the movement activities of leisure-time programmes in public education institutions with concrete suggestions.

Keywords: pedagogical interpretation of personality, individual development, social development, leisure time, movement leisure activities

* Borosán Livia (2016): *A szabadidő mint a személyiségfejlesztés egyik lehetséges eszköze c. tanulmány felhasználásával készült*

Bevezetés

A 21. század nevelési feladatait átgondolva világosan látszik, hogy napjainkban a társadalmi, gazdasági, valamint a(z) egyéni kulturális igények hatására alapvetővé vált a nevelés, az oktatás és a képzés hatékony működtetésének biztosítása, megváltozott a személyiségfejlesztéshez kapcsolódó pedagógiai szerepvállalás és feladatrendszer. A neveléstudomány gyakorlatában a változó körülményekre történő adekvát reagáláshoz elengedhetetlen a hozzá kapcsolódó elméleti ismeretek fejlesztése. Megfigyelhető, hogy ennek a fejlesztésnek, az

ismeretek bővülésének éppen azokra a területekre kell koncentrálnia, amelyeket az adott társadalmon kívül, a hozzá legközelebbi tágabb környezetben, jelen esetben, az Európai Unióban is fontosnak tartanak.

A személyiségértelmezés aktualitása

A 21. század – ebből kifolyólag – éppen elegendő kihívást állít a neveléstudomány elé, így a teoretikusoknak mindenképpen újra kell gondolniuk a személyiségfejlesztés pedagógiai konzekvenciáit. A személyiségfejlesztés területeinek vizsgálata implicit

módon nyújtja a személyiség általános pedagógiai értelmezését. A személyiségfejlesztő feladatok átgondolásával számos központi oktatási-nevelési probléma kap új dimenziót, sőt lehetségessé válhat a problémák pontosabb meghatározása, a kutatás pontosabb irányítása, mivel az eredményt így már a személyiség, mint integrált egész, és nem csak egyetlen személyiségfejlesztési terület szempontjából vizsgálhatjuk. A személyiség fogalmát ezért mi is totalitásként definiáljuk, amelynek különböző nevelési funkciói, fejlesztő feladatai léteznek.

A nevelési funkciók modellje, avagy a személyiségszférák meghatározása

A nevelési funkciók (személyiségfejlesztési feladatkörök, irányok) pedagógiai értelemben akkor relevánsak, ha céljaik a személyiség kibontakozását szolgálják, pedagógiai fejlesztési feladatokat látnak el. E nevelési funkciók, akárcsak a személyiség, összetettek, további funkciókból, úgynevezett alfunkciókból épülnek fel. A funkciók a személyiség egy-egy szférájának, míg az alfunkciók a személyiségszféra egy-egy komponensének fejlesztéséért felelősek. A 21. század pedagógiai releváns feladatköréi közül négy funkció határozható meg: kognitív, individuális, szociális, illetve az orientáló-egzisztenciális nevelési funkció, amelyek értelem-szerűen személyiségszférákat, ezzel együtt kialakítandó személyiségbeli komponenseket jelölnek. A funkciók elválaszthatatlanok egymástól, így csupán szoros kölcsönhatásuk, komplementer kapcsolatuk hangsúlyozásával értelmezhetők. Az egyes funkciók pedagógiai kidolgozottsága, tudatossága, fejlettsége közvetlen hatással van a személyiségfejlesztés minőségének alakulására. Az egyes funkciókon belüli részfeladatok eredményessége megalapozhatja, garantálhatja egy másik funkció részfeladatának sikerességét. A nevelés legfőbb célja a személyiség fejlesztése, amely a négy nevelési funkció pedagógiailag megalapozott, tudatos, tervszerű, folyamatos működtetésével érhető el.

A nevelési funkciók hatásainak mérlegeléskor feltétlenül számolnunk kell a ténnyel, hogy a különböző fejlesztési tevékenységekkel minden esetben egy komplex személyiségfejlesztési feladatot valósítunk meg. A fejlesztő hatás először a személyiség megfelelő szférájára irányul, amely hatásra a személyiségszféra komponensei mozgásba lendülnek. A mozgás változást eredményez, a

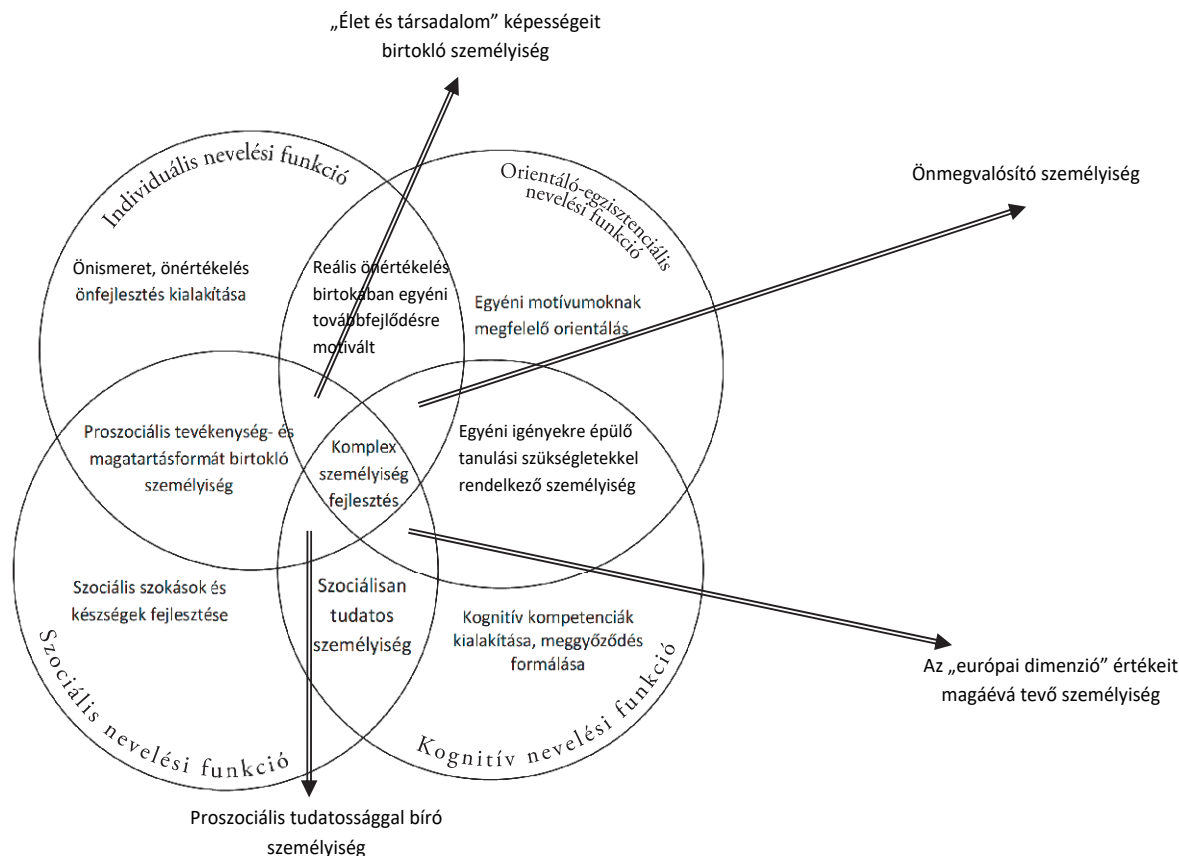
komponensek mozgása az adott személyiségszféra változását, más szférákkal való kapcsolódása pedig hosszútávon a személyiség fejlődését eredményezheti. A szférák közötti mozgás a változás alapfeltétele, és ilyen értelemben a dinamizmus, a fejlődés előfeltétele. A pedagógus feladata a pozitív irányú változás biztosítása. A szférák közötti kölcsönhatás kialakulása szükségszerű, mivel a személyiség egy megbonthatatlan, ugyanakkor strukturált egység is. Bármelyik szférára akarunk hatni, ezt nem tudjuk izoláltan művelni, mindig az egész személyiséget, mint komplex egészet befolyásoljuk, a hatások transzferálódnak a személyiségben. A nevelés során tehát mindig a személyiség egészét fejlesztjük, a maga összetettségében. A fenti definíció a dinamizmust hangsúlyozza. A dinamizmus egyben a személyiség fogalmának egyik jellemzője, fejlődésének, fejlesztettségének feltétele. Ezért egy strukturális modell helyett a fejlődés, illetve a nevelő, fejlesztő szándék és a funkcionalitás hangsúlyozása érdekében a személyiség dinamikus-funkcionális modelljét tartjuk reálisnak. A modell lényege a nevelési feladatokban gyökerezik, de a személyiség szféráit és azok komponenseit határozza meg. Az egyes szférák komponenseinek ismerete lehetővé teszi a személyiség működésének, változásának, módosulásának, fejlődésének és fejlesztettségének megértését, így válik a hatékonyabb pedagógiai munka kritériumává.

Amint azt az 1. ábra mutatja, csak akkor tudjuk megvalósítani az egész személyiség fejlesztését, ha egyenlő mértékben és hatásokkal alakítjuk mind a négy fejlesztési területet, azaz a kognitív, az individuális, a szociális és az orientáló-egzisztenciális nevelési funkciókat.

A szabadidő-pedagógia szociális fejlesztő hatásai

A szabadidő fogalmát talán legpontosabban abban a tevékenységblokkban lehet megjeleníteni, amely az iskoláskorú tanulók esetében az iskolai és otthoni tanulás, a fiziológiai szükségletek (étkezés, alvás) és a különféle egyéni és szociális kötelezettségek (házi munka, iskolai feladatok) kielégítése után fennmaradó időmennyiség kitöltésére szolgál.

Az iskolában eltöltött időmennyiségnek az utóbbi időben tapasztalt jelentős mértékű növekedésével természetesen együtt jár, hogy az iskola egyre nagyobb szerepet vállal a tanulók oktatása, nevelése mellett a fennmaradó, szabadnak tekinthető idő eltöltése megszervezésében is.



1. ábra: A nevelési funkciók rendszere [forrás: saját szerkesztés]

Még mielőtt az iskolai szabadidős tevékenységek alaposabb vizsgálatába kezdenénk, értelmezzük az iskolán kívüli szabadidő fogalmát. Ide sorolható tulajdonképpen minden más, azaz a család, a szűkebb és tágabb közösség által szervezett, a tanulmányi, a szociális és a fiziológiai tevékenység körébe nem tartozó esemény. Mivel a családokon belüli szocializációs, szociális funkció fejlesztése érezhetően gyengül, a köznevelési intézményeknek fokozottabban kell a szociális nevelési feladatokkal foglalkozniuk. Az iskolák feladata így sok esetben a hiánypótlás, a korrekció is. Ehhez helyi szinten megfelelő pedagógusminta, élményekben gazdag szociális közeg, tevékenységkínálat kell, ahol a tanuló tapasztalatokra tehet szert. A tapasztalati lehetőségek előfordulását tudatosan kell megtervezni. Az irányított feladat-szabás hatása később megmutatkozik a diákok kapcsolatfelvételében, konfliktuskezelésében, valamint szociális kompetenciáik (tolerancia, empátia, együttműködés, segítőkészség, az élet és a munka szeretete, az érdekérvényesítés és a szervezés) területén egyaránt.

Önmagunk ismerete identitásunk alapja, másrészt az egzisztenciális jelentőségű döntések mércéje, viselkedésünk magas szintű szabályozója, amely személyiségbeli komponens kialakításához emberi relációk, szociális közeg szükséges. Az individuális fejlesztési feladatok közé tartozik az egyén önismeretének, az önértékelés képességének fejlesztése, és nem utolsósorban az önfogadásnak kialakítása.

A tevékenykedtetéssel a szociális szokások kialakulását kellőképpen segíthetjük. A szokás, mint tanult komponens aktiválódásához szociális helyzet kialakítására van szükség. Ezt biztosíthatjuk olyan feladatok, tevékenységek megszervezésével, oktatási-nevelési módszerek, tevékenységformák alkalmazásával, amelyek társas interakciókat feltételeznek. A szokások kialakításánál fontos tudatosítani a viselkedés tényleges megvalósításával kapcsolatos elvárásainkat, valamint figyelniük kell arra, hogy az elvárás az egyéni sajátosságokhoz, a korosztályhoz igazodjon.

A szociális helyzetek megértéséhez, elfogadásához, hatásainak átgondolásához szociális ismeretek kellenek. A szociális ismeretek teszik lehetővé,

hogy bonyolult helyzeteket először gondolati szinten próbáljunk megoldani, elemezni, tehát a szociális ismeretek a szociális helyzetek megértésének feltételei. Ennek megfelelően az iskoláknak olyan gyakorlatokat, tevékenységeket kell aktivizálniuk, illetve olyan környezetet kell biztosítaniuk, ahol tudatos pedagógiai irányítás mellett működtetni, gyakorolni, fejleszteni lehet a szociális kompetenciákat (szükségletek, ismeretek, szokások, meggyőződések).

Ma hazánkban az adott társadalmi, gazdasági, kulturális elvárások mellett a következő szociális kompetenciák kialakítása a legszükségesebb: az új feladatokhoz való rugalmas alkalmazkodás, a team-munkára való alkalmasság, az együttműködési-kooperációs képesség; a stratégiai gondolkodás; problémamegoldó képesség; a döntésképeség; a kommunikációs képesség; valamint a tolerancia, empátia és szolidaritás. Az együttműködési-kooperációs képesség egy olyan kompetencia, amely kialakításához több másik kompetencia megléte is szükséges, mivel a kompetencia alakítása közben tanulunk meg együtt tervezni, szervezni és dönteni, valamint alkalmazkodni, segítséget nyújtani, versengeni, tolerálni és megérteni másokat.

E szociális kompetenciák fejlettsége a társadalmilag is kívánatos szociális viselkedés hatékonyságát segíti elő, emellett más, ugyancsak fontos szociális készség kialakulását eredményezheti. A kommunikáció fejlesztésével fejlődik kifejezőkészségünk, társas kapcsolatainkban hatékonyabbak lehetünk, nő az önbizalmunk, könnyebben értjük és értetjük meg magunkat, saját céljainkat megfelelőképpen képviselhetjük. A kooperáció fejlettsége alapvető feltétele a konstruktív viselkedésnek, a társadalmilag oly fontos közösségi célok és egyéni értékek összhangjának. A kooperáció gyakorlása közben megtanulunk tervezni, szervezni, dönteni, alkalmazkodni, segíteni, tolerálni és megérteni másokat. A kooperáció azonban nem alakul ki, ha a fejlesztést a problémák nem megfelelő kezelése hátráltatja. A fent említett „újfajta utilitarizmus” egyik jele lehet a problémamegoldás magas fokon történő kezelése. E készségekkel saját személyiségünk kiteljesedését segítjük elő, amelyben egyéni céljaink és érdekeink vezérlelnek bennünket.

A szabadidő-pedagógia gyakorlata

A modern oktatási rendszerek egyik fő jellemzője, hogy az iskola mind jobban átfogja a tanulók

egész élettevékenységét, s ennek jegyében gazdag lehetőséget biztosít a szabadidő értelmes eltöltésére (Mihály, 2003).

A diákok számára nyújtott iskolai szabadidős tevékenység a személyiség önmegvalósításának fontos színtere. Kedvező esetben minden gyermek olyan kedvelt időtöltésben vehet részt, amely megfelel szükségleteinek, érdeklődésének, műveltségi szintjének, életkorának, magatartásmintáinak. Ugyanakkor a szabadidő hasznos eltöltése vissza is hat a gyermekre, alakítja személyiségét. A gyermek szabadidős tevékenységének irányultsága (milyen tevékenységekben kíván részt venni, részt kíván-e venni a tevékenységekben, kialakulnak-e olyan magasabb rendű szükségletei, amelyek indukálják a későbbi életkorban a szabadidő aktív eltöltésére való igényt?) Nagymértékben függ az iskola és a pedagógusok gyermekismeretétől, pedagógiai értékelésétől, alkalmazott módszereitől, tevékenységformáitól, a felkínált lehetőségek típusától. Nagy felelősség terheli azokat a pedagógusokat, akikre a személyiség fejlődése szempontjából oly fontos szabadidős tevékenységek tudatos és hatékony megszervezése, tartalommal való megtöltése hárul. Mire kell figyelniük?

Először is tisztában kell lenniük a szabadidős tevékenységek általános céljával: a szabadidős tevékenységeknek a tanulók energiáját, szükségleteit konstruktív irányban kell lekötönniük úgy, hogy az egyén motiválttá váljon későbbi életében is a szabadidő sokszínű, igényes és hasznos eltöltésére. A szabadidős tevékenységek ugyanakkor a közösségi nevelés, az egyéni művelődés, a tájékozódási lehetőségek, nem utolsósorban a tapasztalatszerzés színterei is.

Pedagógiai szempontból érdemes elgondolkodni egy 2005-ben Jász-Nagykún-Szolnok megyében végzett vizsgálat eredményén, amely alapján a pedagógusok a szabadidős foglalkozások célját, indokoltságát a következőkben foglalják össze:

- lehetőség a gyermek megismerésére, mivel a diákok ezekben a helyzetekben könnyebben megnyílnak;
- közelebb lehet hozzájuk kerülni, ez kihat magatartási és tanulmányi eredményeikre;
- a közepes vagy gyenge tanulmányi eredményt elérő tanuló is bizonyíthatja, hogy valamiben tehetséges;
- a foglalkozások segítik a tanítási órák anyagának elmélyülését;

- a szabadidős szereplések, fellépések olyan viselkedésmóddal ruházzák fel a tanulókat, amelyek később, a társas interakcióikban, fontosak lesznek számukra (*Kiscsatári, 2008*).

Mint látjuk, a jól megtervezett szabadidős tevékenység mindenekelőtt a sokoldalú ismeretszerzés, tapasztalatszerzés lehetőségein, útjain keresztül az egyén és a közösség számára önfejlesztő hatású. Az igényes szabadidős elsősorban konstruktív szokásrendszert alapoz meg. Szakszerű irányítása mellett fejleszti a testi-lelki és szellemi egészséget, az akaratot, a jellemet, a cselekvési képességeket, a művelt magatartást, a kulturált viselkedést, az értékeket, az emberi érintkezési formákat, a közösségi és társadalmi tudatot. Segíti a személyközi kapcsolatok kezelését, gazdagítja az érzelmi életet, jelentősen hozzájárul a társadalmi beilleszkedési zavarok csökkentéséhez, a szocializációs folyamatok tudatosabb vezérléséhez, a szociális kompetenciák kialakításához. A személyiség fejlesztésének folyamatában prevenció és kompenzáció funkcióit is betölt.

Az előzőekben már említett vizsgálat bizonyította azt is, hogy azon tanulóknak, akik valamilyen szabadidős foglalkozáson vettek részt, tanulmányi eredményei jobbak, magatartásformálásuk sikeresebb, szocializációs felzárkóztatásuk eredményesebb lett, azon társaikkal szemben, akik nem vettek részt tanítási időn kívüli tevékenységekben (*Kiscsatári, 2008*). Az előbb említett okok mellett a szabadidős tevékenységek pozitív hatásának tekinthető még a gyermek folyamatos foglalkoztatásának biztosítása, amely az élethosszig tartó tanulás kompetenciájának megalapozója, vagyis az egyén szociális életképessége szempontjából indokolt (*Borosán, 2016*).

A mozgásos szabadidős tevékenységek

A köznevelési intézményeknek olyan gyakorlati színtereket, lehetőségeket kell nyújtaniuk, amelyek tevékenységeik által egyéni szükségletre építve a kikapcsolódás érzését biztosítva, aktív módon fejlesztik a személyiséget, erősítik a közösségi tudatot, megalapozzák az egészséges életmód magatartási szokásait, tudatosítják az erkölcsi értékeket, ugyanakkor az önismeret kialakításán keresztül, a jövő tekintetében életcélokat fogalmaznak meg.

A tanulók önnevelését a pedagógus úgy befolyásolhatja helyesen, ha a diákok életcéljait mozgató szokásrendszert és meggyőződést alakítja, az igény-szintet emeli, emellett távlatokat nyújt számukra, jövőképpel ruházza fel őket. Minderre kiválóan

alkalmasak az intézményi tevékenység-palettán megjelenő mozgásos szabadidős programok.

A játékosságot, együttműködést, differenciálhatóságot, versengést biztosító szabadidős tevékenységek színtereként említhetők az egészséges életmód és a szociális életképesség szempontjából is jelentős sportolási lehetőséget biztosító sportkörök, a túrák, a versenyek, az intézmény hagyományaira, valamint a gyermekek új igényeire épített, mozgás-, verseny-, játékosság-, változatosság-, vagy akár a pihenésszükségletet is kielégítő tevékenységek.

Az iskola feladata mindig az ún. segítő versengés képességének kialakítása, a tényleges versenyhelyzetek gyarapításával, a szimulatív versengésekben rejlő lehetőségek gazdagításával. A segítő versengés azt jelenti, hogy elismerjük és szigorúan megköveteljük a szabályozottság, szabálykövetés és az esélyesség, valamint a segítség alapszabályainak megtartását (*Nagy, 1996*). Felszabadult, de felelősségteljes gondolkodásra igyekszünk nevelni a gyermekeket. A verseny, a versenyhelyzet megtapasztalása lehetőség a versenyszellem, mint érték kialakítására; a csapatmunkára, az egymásra figyelésre, az együttműködésre, az alapvető emberi értékek megtapasztalására, megélésére. Az önismeret kialakítása érdekében fontos, hogy a programok lebonyolítása után visszajelzéseket kapjunk a résztvevőktől. A gyerekek értékeljék a feladatokat a csapatokon belüli közös, kiscsoportos beszélgetés alkalmával (*Borosán, 2016*).

Megbeszélés

Napjainkban egyre több adat áll rendelkezésünkre arról, milyen nagymértékben befolyásolja az emberek egyéni és szakmai boldogulását a szociális viselkedés.

Felértékelődött a köznevelési intézmények szerepvállalása az élethosszig tartó tanulás megalapozásában, a személyiség fejlesztésében, az oktatás tartalmával, mikéntjével kapcsolatos kérdésekre adott helyes válaszok megtalálásában, annak értelmezésében. Az egyént kell versenyképessé tenni és fejleszteni annak érdekében, hogy a változó világ igényeire megfelelően tudjon reagálni, kompetenciáit képes legyen alkalmazni. Mindehhez a pedagógusok szemléleti paradigmaváltásán túl egy átfogó tartalmi, módszertani megújulás is szükséges. Világosan látszik, hogy azok az intézmények, amelyek nem vállalják fel a személyiségfejlesztési-nevelési feladatokat, csupán intellektuális fejlesztést

céloznak meg, hosszú távon tanulók egyéni sikerességét gátolják, munkaerő-piaci lehetőségeiket csorbítják, társadalmi mobilitásukat gyengítik. Goleman (2004) szavaival élve: „A munka világa változóban van. Új mércével ítélnék meg minket: nem csak annak alapján, milyen okosak vagyunk, vagy milyen képzettséggel és szakértelemmel rendelkezünk, hanem annak alapján is, mennyire tudunk saját magunkkal és másokkal bántani.”

Az iskolának meghatározó szerepe és felelőssége van a szociális kompetencia fejlesztésében a tanítási órán és a tanítási órán kívüli tevékenységekbe való integrálásában. A mozgásos feladatokkal fontos személyiségfejlesztési lehetőség kerül a köznevelési intézményben dolgozó pedagógusok kezébe. A mozgással fejleszthető a testi-lelki és szellemi egészség, az akarat, a jellem, a motoros képességek, a művelt magatartás, a kulturált viselkedés, az emberi érintkezési formák, a közösségi és társadalmi tudat, ugyanakkor segíti a személyközi kapcsolatok kezelését, gazdagítja az érzelmi életet, és hozzájárul a társadalmi beilleszkedési zavarok csökkentéséhez, a szocializációs folyamatok tudatosabb vezérléséhez. Ebből kifolyólag „a testkulturális jártasság és szokásrendszer kihagyhatatlan az egységes, 21. század kihívásainak megfelelő műveltségkép felvázolásakor.” (Hamar, 2016)

Irodalom

1. Borosán Livia (2016): A szabadidő mint a személyiségfejlesztés egyik lehetséges eszköze In: Hamar Pál (szerk.). *A mozgás mint személyiségfejlesztő tényező*. Eötvös József Könyvkiadó, Budapest. 53-64.
2. Goleman, Daniel (2004): *Érzelmi intelligencia a munkahelyen*. Edge 2000 Kft., Budapest.
3. Hamar Pál (2016): *A testnevelés tantervelmélete*. Eötvös József Könyvkiadó, Budapest.
4. Kiscsatári Irén (2008): Szabadidős programok hatása a cigány és nem cigány tanulók magatartására és tanulmányi eredményére. In: Bábosik István (szerk.). *Az iskola korszerű funkciói*. OKKER Kiadó, Budapest.
5. Mihály Ildikó (2003): Iskolások, iskolák és a szabadidő. <http://epa.oszk.hu/00000/00035/00070/2003-04-vt-Mihaly-Iskolások.html> (Letöltés: 2017. január 15.)
6. Nagy József (1996): *Nevelési kézikönyv személyiségfejlesztő programok készítéséhez*. Mozaik Oktatási Stúdió, Szeged.