

Jóllét és mentális egészség az iskolában

Iránymutatások oktatáspolitikai döntéshozók számára



EURÓPAI BIZOTTSÁG

Oktatásügyi, Ifjúságpolitikai, Sportügyi és Kulturális Főigazgatóság

„B” igazgatóság – Ifjúságpolitika, Oktatásügy és Erasmus+

B.2. egység – Iskolák és többnyelvűség

Kapcsolattartó: Oana Felecan

E-mail-cím: EAC-WG-ON-WELL-BEING-AT-SCHOOL@ec.europa.eu

Európai Bizottság

Jóllét és mentális egészség az iskolában

Iránymutatások oktatáspolitikai döntéshozók számára

(Nem hivatalos fordítás)

szerkesztő: PPMI

***A Europe Direct olyan szolgáltatás, amely választ ad
az Ön Európai Unióval kapcsolatos kérdéseire.***

- ingyenesen hívható telefonszámon: **00 800 6 7 8 9 10 11**
(egyes szolgáltatók díjat számíthatnak fel ezekért a hívásokért),
- a következő normál díjszabású telefonszámon: +32 22999696 vagy
- e-mailben a következő címen: https://europa.eu/european-union/contact_hu

Az Európai Unióra vonatkozó információk az EU összes hivatalos nyelvén elérhetők az Europa honlapon: https://european-union.europa.eu/index_hu.

Az alábbi információk esetleges további felhasználásáért sem az Európai Bizottság, sem a Bizottság nevében eljáró más személy nem tehető felelőssé.

Luxemburg: Az Európai Unió Kiadóhivatala, 2024

© Európai Unió, 2024

A további felhasználás a forrás feltüntetésével engedélyezett.

Az Európai Bizottság dokumentumainak további felhasználását a 2011/833/EU határozat szabályozza (HL L 330., 2011.12.14., 39. o.).

Az európai uniós szerzői jogi védelem alatt nem álló fotókat és más anyagokat kizárólag a szerzői jog tulajdonosának előzetes engedélyével szabad felhasználni vagy sokszorosítani. Engedélyért közvetlenül a jogtulajdonosokhoz kell fordulni.

Képek: © Európai Unió, 2024

Nyomtatott változat	ISBN 978-92-68-15130-3	DOI: 10.2766/332482	NC-02-24-464-EN-C
PDF	ISBN 978-92-68-15119-8	DOI: 10.2766/901169	NC-02-24-464-EN-N

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS: Az iránymutatásokat az Európai Bizottság alulteljesítés kockázatának kitett csoportok számára biztosítandó támogató tanulási környezetével és az iskolai jóllét támogatásával foglalkozó informális szakértői csoportja dolgozta ki az Oktatásügyi, Ifjúságpolitikai, Sportügyi és Kulturális Főigazgatóság B2. („Iskolák és többnyelvűség”) egységének vezetésével, a PPMI és a Portói Egyetem tanácsadóival együttműködésben.

A Bizottság köszönetét fejezi ki a következő feleknek:

A szakértői csoport tagjai¹:

Anna van Duijvenvoorde
Baiba Martinsone
Benjamin Dreer-Goethe
Carmel Cefai
Chiara Piccolo
Egle Celiešienė
Guadalupe Francia
Ilse Derluyn
Szira Judit
Katarzyna Sawicka
Mariela Neagu
Michalis Kakos
Neda Mađarac
Patricio Pérez Pacheco
Paulo César Dias
Sigrún Daníelsdóttir
Süleyman Gelener
Tessa Dussart Ilies

Koordináció:

Cosmin Nada (Portói Egyetem)
Stéphanie Crêteur (PPMI)

Grafikai tervezés:

Sandra Banienė (PPMI).

¹ Megjegyzés: az eredetileg kiválasztott 19 szakértő egyike kilépett a csoportból.

TUDNIVALÓK A DOKUMENTUMRÓL

Az **„Íránymutatások az iskolai jóllét és mentális egészség kezeléséhez politikai döntéshozók számára”** című dokumentumot egy szakértői csoport dolgozta ki. A szakértői csoport elsődleges feladata az volt, hogy javaslatokat tegyen az alulteljesítés kockázatának kitett csoportok támogató tanulási környezetnek és az iskolai jóllétének javítására. Az iránymutatások **„A mentális egészség és a jóllét rendszerszintű, egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítése az iskolákban”²** című tanulmány alapján készültek, és összhangban vannak az **„Utak az iskolai sikerhez”³ kezdeményezésről szóló tanácsai ajánlás, az uniós gyermekjogi stratégia⁴** és további, nemzetközi szervezetek által javasolt publikációkkal. Ilyen például az **Egészségügyi Világszervezet (WHO) „Egészséget előmozdító iskolák és rendszerek”⁵** című, az Egyesült Nemzetek Gyermekalapjával és az UNESCO-val közösen megfogalmazott keretrendszere, az **OECD „Oktatás a befogadó társadalmakért”** projektje⁶, valamint az **UNESCO „Boldog iskolák”** című dokumentuma⁷. Az iránymutatások összhangban állnak továbbá a **gyermekek jogairól szóló ENSZ-egyezménnyel⁸**, az **Európa Tanács jóllétről szóló publikációjával⁹**, valamint az **ENSZ 2030-ig tartó időszakra vonatkozó fenntartható fejlődési céljaival¹⁰** is.

Ezek az iránymutatások nem előíró jellegűek, hanem konkrét, gyakorlati útmutatást igyekeznek nyújtani a döntéshozóknak. Tisztában vagyunk azzal, hogy bár az uniós tagállamok oktatási rendszerei rendkívül eltérőek, de ugyanakkor számos közös kihívással néznek szembe és számos közös ajánlással rendelkeznek az iskolai jóllét támogatása érdekében. Ezért az általunk javasolt ajánlásokat az egyes országok és iskolák sajátosságaihoz kell igazítani.

Ez a dokumentum **oktatáspolitikai döntéshozóknak szól, és tömör áttekintést** nyújt a 11 ajánlásról. A másik dokumentum célközönsége a **nevelési-oktatási intézményvezetők, tanárok és pedagógusok**. Mindkét dokumentumot egy-egy hosszabb változat egészíti ki, amely **oktatáspolitikai döntéshozóknak, nevelési-oktatási intézményvezetőknek, tanároknak és pedagógusoknak** szól, és részletesebb ajánlásokat tartalmaz kutatásokból származó adatokkal, bevált gyakorlati példákkal, valamint gyakorlati ötletekkel az egyes ajánlásokra vonatkozóan.

Az ajánlások végrehajtását európai szinten az egymástól való tanulás és tapasztalatcsere támogatja az európai oktatási térség „Iskolák – Utak az iskolai sikerhez” és „Egyenlőség és értékek az oktatás és képzés területén” munkacsoportjainak segítségével. Az oktatási rendszeren belüli jóllétet előmozdító támogatásokhoz források is rendelkezésre állnak, különösen az Erasmus+, illetve azon belül az Erasmus+ tanárképző akadémiákon keresztül.

² Lásd Cefai, C. Simoes, C. és Caravita, S. (2022): A mentális egészség és a jóllét rendszerszintű, egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítése az uniós iskolákban. NESET-jelentés, az Európai Unió Kiadóhivatala.

³ <https://education.ec.europa.eu/hu/education-levels/school-education/pathways-to-school-success>.

⁴ EUR-Lex – 52021DC0142 – HU – EUR-Lex (europa.eu).

⁵ További információkért lásd: https://www.who.int/health-topics/health-promoting-schools#tab=tab_1.

⁶ <https://www.oecd.org/education/strength-through-diversity/>.

⁷ <https://www.unesco.org/en/education-policies/happy-schools>.

⁸ Különösen a következőket: 29. cikk: „Az oktatás céljai, tekintettel az oktatás minőségére is”; 12. cikk: „A gyermek véleményének tiszteletben tartása”, 13. cikk: „A véleménynyilvánítás szabadsága, valamint az információk felkutatásához, fogadásához és közléséhez való jog”, 31. cikk: „Pihenés, játék, szabadidő, szórakozás, kulturális és művészeti tevékenységek”.

⁹ <https://www.coe.int/en/web/campaign-free-to-speak-safe-to-learn/improving-well-being-at-school>.

¹⁰ Hozzájárul különösen a 3. fenntartható fejlődési célt („egészség és jóllét”), valamint a 4. fenntartható fejlődési célt („minőségi oktatás”) támogató intézkedésekhez; <https://sdgs.un.org/>.



ELŐSZÓ

Komoly aggodalomra adnak okot a gyermekek és a serdülők jóllétének és mentális egészségének romlásáról szóló beszámolók, valamint az iskolai teljesítmény elmúlt években tapasztalható visszaesése. Az Egészségügyi Világszervezet adatai arra engednek következtetni, hogy napjainkban a serdülők mentális egészségügyi állapota rosszabb, mint a korábbi nemzedékeké. Emellett a legutóbbi, 2023. decemberi PISA-felmérés eredményei az alapkészségek aggasztó visszafejlődésére világítanak rá.

Ha az iskolai környezet nyomasztóan hat a mentális egészségügyi állapotra, és akadályozza a fiatalokat abban, hogy teljes mértékben kamatoztassák a számukra biztosított oktatást, az nemcsak a személyes jóllétükre és az életükkel való elégedettségükre van hatással, hanem a jövőbeli foglalkoztathatóságukra, az egészségükre, (a marginalizálódás kockázata miatt) a társadalmi helyzetükre, valamint a környezetükre, és azon belül a családjukra is.

A tanárok jólléte is érezhetően romlik, és a megfelelő erőforrások, képzés és támogatás nélkül felmerülő új kihívások miatt növekszik körükben a kiégés és a stressz előfordulása. Ezek a tényezők csökkentik a tanári szakma vonzerejét, és olyan problémákat okoznak, amelyeknek súlyos következményei jócskán túlmutatnak az osztálytermen.

A kutatások következetesen bizonyítják az iskolai légkört, a diákok és a tanárok jólléte, a szociális és érzelmi kompetenciák, valamint az iskolai teljesítmény közötti összefüggéseket. A legutóbbi PISA-felmérés eredményei arra is rávilágítanak, hogy a legreziliensebb oktatási rendszerek azok, amelyek egyidejűleg mozdítják elő a tanulást, a méltányosságot és az iskolai jóllétet.

Az Európai Bizottság felismerte ezeket a problémákat, és az **„Utak az iskolai sikerhez”** kezdeményezéséről szóló, 2022-es **tanácsi ajánlás** nyomán fokozta erőfeszítéseit. Az európai oktatási térség kiemelt kezdeményezéseként az **„Utak az iskolai sikerhez”** célja, hogy személyes helyzettől és háttértől függetlenül valamennyi tanuló esetében javítsa az oktatási eredményeket, és egyúttal elismerje a jóllét és az iskolai siker közötti lényegi összefüggést.

Ezek az oktatáspolitikai döntéshozóknak, pedagógusoknak és nevelési-oktatási intézményvezetőknek szóló, az **iskolai jóllét és mentális egészség** kérdésével foglalkozó **iránymutatások** jelentős előrelépést jelentenek. Középpontjukban a Bizottság által létrehozott, az oktatás és a pszichológia világának számos szakértőjét, valamint oktatási és képzési szakembereket tömörítő szakértői csoport felbecsülhetetlen értékű hozzájárulása áll. Széles körű ismereteik és első kézből szerzett tapasztalataik alapján az iránymutatások három javasolt fő teendőre oszthatók.

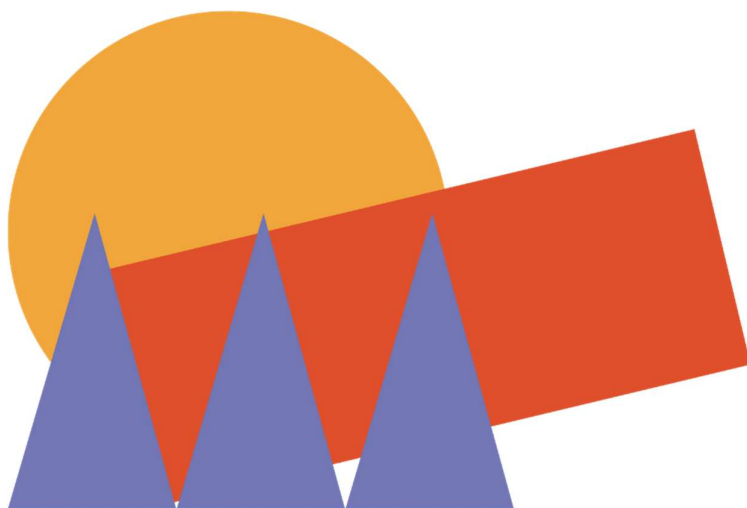
Először is, az iskolai jóllét fokozását célzó stratégiáknak **átfogóknak és integrálnak** kell lenniük, valamint nagy hangsúlyt kell fektetniük a **megelőzésre**. A tanulók, a pedagógusok, valamint a szülők kompetenciáinak kialakítására kell összpontosítani annak érdekében, hogy az iskolák biztonságos terek legyenek. Meg kell őrizni a jóllét kulcsfontosságú tényezőit, például a fizikai és kulturális tevékenységeket, a játékot, az alvást és a megfelelő táplálkozást. Ahogyan azt a következő tizenegy ajánlás is részletezi, a méltányosságot garantáló és az iskolai környezetben már meglévő sokféleségre építő egyszerre egyetemes, célzott és egyéni szintű intézkedések lehetővé teszik az iskolák számára, hogy leküzdjék az egyre nagyobb, és igen gyorsan változó kihívásokat.

Másodszor, az iskoláknak és az oktatóknak **meg kell erősíteniük azt a képességüket**, hogy fenntartható módon kezeljék az iskolai jóllétre vonatkozó változtatásokat. Az iskoláknak további erőforrásokra van szükségük ahhoz, hogy a tanároknak egész pályafutásuk során képzési lehetőségeket biztosítsanak. Ez magában foglalja a szakmai fejlődéshez szükséges idő és tér kialakítását, ami lehetővé teszi a tanárok számára, hogy megőrizzék jóllétüket, és innovatív tanítási, tanulási és értékelési eszközöket alkalmazzanak. Alapvető fontosságú továbbá, hogy a diákok is aktívan részt vegyenek tanulási folyamataik megalkotásában, és az azokért való felelősségvállalásban.

Harmadszor, a jóllétet az osztályteremen kívüli tényezők is befolyásolják, ezért az iskolák nem maradhatnak elszigeteltek. Az előttünk álló kihívások eredményes kezelése, valamint a pedagógusok és a fiatal nemzedék támogatása érdekében olyan **erős hálózatokat kell kiépítenünk**, amelyek magukban foglalják a családokat, az ifjúsági szervezeteket, a felsőoktatási intézményeket, az egészségügyi és jóléti ágazatokat, valamint más helyi érdekelt feleket.

Bízom benne, hogy ezek az átfogó iránymutatások Európa-szerte jelentős változást hoznak az iskolák mindennapjaiba. Hálás vagyok minden olyan munkatársamnak, aki nagylelkűen megosztotta az ismereteit, és kifejezte odaadását a méltányosság és a jóllét kérdése iránt. Közös erővel kövessük ki az utat egy egészségesebb és befogadóbb oktatási környezet megteremtése felé.

Iljana Ivanova, az innovációért, a kutatásért, a kultúráért, az oktatásért és az ifjúságért felelős uniós biztos

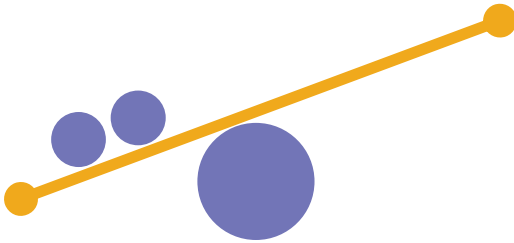


BEVEZETÉS

A JÓLLÉT FONTOS SZEREPE A SIKERES TANULÁSBAN

Az oktatás hagyományosan mindig is elsősorban az iskolai teljesítményre összpontosított. Manapság azonban az oktatás holisztikusabb megközelítése felé haladunk, felismerve, hogy a gyermekeknek és a serdülőknek **kiegyensúlyozott kognitív, szociális és érzelmi kompetenciákra** van szüksége ahhoz, hogy mind az iskolában, mind általában véve az életben pozitív eredményeket érjenek el. A tanulás kapcsolati alapú és érzelmi folyamat, és a kutatások már régóta azt jelzik, hogy **az iskolai jóllét mind a tanulók, mind a tanárok szempontjából kulcsfontosságú az iskolai teljesítmény javításához**. Az iskolai jóllét azonban **túlmutat az egyéni oktatáson és tanuláson**. Eléréséhez olyan **oktatási rendszerekre** van szükség, amelyek figyelmet fordítanak a méltányosságra, a sokféleségre és a multikulturálisra, de fenntartják az oktatás magas színvonalát, és valamennyi gyermekkel szemben nagy elvárásokat támasztanak. A jóllét alapját az értékek és a mindenki számára nyitva álló lehetőségek fontosságának ily módon történő hangsúlyozása képezi.

A jóllétnek emellett az **iskolai élet minősége**, a tanulási környezet, a tiszteletteljes iskolai légkör, valamint a tanulók és társaik, a tanulók és tanáraik, illetve a tanárok közötti kapcsolatok is részét képezik. Ezek mind olyan struktúrák, amelyek segítik az empátiát, az együttérzést, az integritást, a rezilienciát, a problémamegoldást, a mások iránti tiszteletet, valamint az összetartozás érzését és a biztonságérzetet. A jóllét lényege a tanárok és a pedagógusok jó közérzete, valamint az, hogy a tanulók és a tanáraik lehetőséget kapjanak arra, hogy kifejezzék a véleményüket, aktívan részt vegyenek az őket érintő kérdésekkel kapcsolatos döntéshozatali folyamatban, és hozzájáruljanak a közösségükhöz. Az iskola lépcsőfok a fiatalok társadalmi beilleszkedéséhez, de a jóllét és a törődés nem mehet az oktatás minőségének a rovására és fordítva.



A jóllét nem csupán a betegség hiányát jelenti, hanem „az egyénben rejlő egyedülálló potenciálnak az önmagával, másokkal és a környezettel fennálló fizikai, érzelmi, szellemi és spirituális kapcsolat révén történő kibontakoztatását” is¹¹. A legújabb adatok azt mutatják, hogy a gyermekek és serdülők jólléte folyamatosan és aggasztó mértékben romlott. A tanulók manapság az előző nemzedékekhez képest rosszabb mentális egészségügyi állapotról számolnak be. Ezt olyan tényezők befolyásolják, mint az iskolai nyomás, a testkép, a közösségi média nem megfelelő használata, és a megfélemlítés. Mindemellett pedig az iskolai teljesítmény is csökkenő tendenciát mutat.

A szakpolitikai válaszlelések eddig csak széttagoltan kezelték ezeket a kihívásokat, akkor, amikor épp felmerültek az adott problémák. Meggyőző bizonyítékok támasztják alá, hogy az iskolákban a jóllét és

¹¹ <https://www.learningforwellbeing.org/wp-content/uploads/2024/02/L4WB-A5-The-Essentials-2018-05.pdf>.

a mentális egészség csak a **jóllét és a mentális egészség az egész rendszerre és az egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítésével**¹² érhető el fenntartható módon. Ez a fajta megközelítés európai szinten beépült az „Utak az iskolai sikerhez” című európa tanácsi ajánlásba. Ez alapján mondhatjuk, hogy a gyermekvédelemi szemléletnek az egész társadalomban el kell terjednie. ,

A JÓLLÉT EGÉSZ RENDSZERRE ÉS ISKOLÁRA KITERJEDŐ, KÖZÖSSÉGI MEGKÖZELÍTÉSE

A jóllétre és a mentális egészségre vonatkozóan javasolt, az egész rendszerre és iskolára kiterjedő, közösségi megközelítés (amelyet az alábbi piramis is illusztrál) olyan **egyetemes szemléleten** alapul, amelynek keretében minden tanuló mentális, és fizikai egészsége fontos. Valamennyi tanulót iskolai és osztálytermi szinten egyaránt támogatni kell a jólléte kialakításában és megőrzésében tanórán kívüli oktatás és tanulás, valamint kapcsolati és kontextuális folyamatok révén. Célja a kockázatok csökkentése, a szociális és érzelmi kompetencia, valamint a reziliencia kialakítása, az önértékelés javítása, és a jóllétet támogató környezet megteremtése.

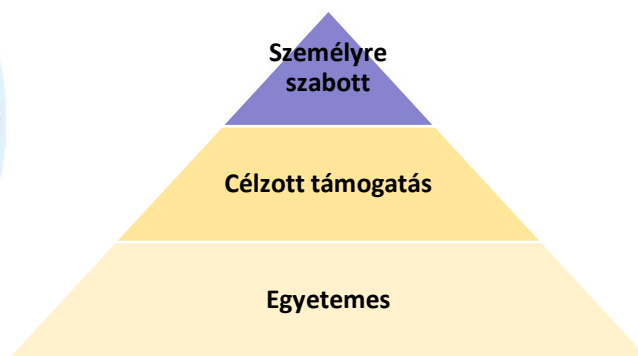
Ezen egyetemes megközelítés mellett fontos azonosítani az egyéni, társadalmi és strukturális kockázati tényezőket is azért, hogy a mentális egészségügyi problémák kockázatának kitett diákok – **kis csoportokban vagy egyéni szinten – további célzott támogatásban** részesülhessenek egészségügyi szakemberek és hatóságok bevonásával. A kerék¹³ kőrdiagramm kiegészíti ezt azzal, hogy bemutatja a következő **alappilléreket**: tanterv, iskolai szellemiség és környezet; családi és közösségi partnerkapcsolatok; a tanulók véleménye; valamint az iskolai személyzet oktatása és jólléte, ideértve a saját szociális és érzelmi kompetenciájukat és jóllétüket. Fontos megjegyezni, hogy ezek **szorosan összekapcsolódnak, és átfedésben vannak egymással**.

¹² Cefai *et al.* (2021): „A mentális egészség és a jóllét rendszerszintű, egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítése az uniós iskolákban”.

¹³ Átdolgozva a következő alapján: Cefai *et al.* (2021): „A systemic, whole-school approach to mental health and well-being in schools in the EU” (A mentális egészség és a jóllét rendszerszintű, egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítése az uniós iskolákban), NESET-jelentés, Luxemburg: az Európai Unió Kiadóhivatala. DOI: 10.2766/50546.



1. ábra: A jóllét és a mentális egészség egész rendszerre és iskolára kiterjedő, közösségi megközelítése



2. ábra: Az egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítés támogatási szintjei

AZ ISKOLAI JÓLLÉTRE VONATKOZÓ FŐBB ADATOK



A serdülő lányok mentális egészsége és jólléte rosszabb, mint a fiúké (a 11, 13 és 15 éves korosztályban). Ezek a különbségek az életkorral együtt nőnek. A legkedvezőtlenebb eredmények a 15 éves lányoknál figyelhetők meg. (WHO, 2023)



A serdülők (11–17 évesek) egyötöde arról számolt be, hogy boldogtalannak érzi magát, és aggódva tekint a jövőbe. (Eurochild és UNICEF, 2019)



Az EU-ban élő fiatalok a három legnagyobb aggodalmuk között tartják számon az éghajlatváltozást. (Coffey *et al.*, 2021)



Európa-szerte a tanulók 25%-a számolt be arról, hogy az elmúlt hónapban megfélemlítés áldozata lett, és 50%-uk jelezte, hogy korábban már tapasztalt internetes zaklatást. (Lobe *et al.*, 2021)



A tanárokat érő stressz főbb forrásai: adminisztratív feladatok, túlzottan sok osztályozandó anyag, tanteremkezelés, nagy tanítási munkaterhelés, valamint a szülői aggályok kezelése. (Eurydice hálózat, 2021)



Európában az alsó középfokú oktatásban dolgozó tanárok közel 50%-a él át stresszt a munkahelyen. A tartomány 20% és 90% között mozog. (Eurydice hálózat, 2021)

Európában 9 millió serdülő (10–19 éves korosztály) küzd mentális egészségügyi nehézségekkel. (OECD, 2022)



A serdülők, különösen a lányok körében csökkent az étellel való elégedettség és a szubjektíven megítélt jó egészségi állapot, míg az egészségügyi panaszok – például az alvási nehézségek, a hát- vagy fejfájás, illetve a lehangoltság – előfordulása nőtt. (WHO, 2023)



Nyugat-Európában a fiataloknál (0–19 éves korosztály) tapasztalt mentális zavarok kezelésének becsült éves költsége 57,6 milliárd USA-dollár volt. (UNICEF, 2021)

A Covid19-világjárvány nagyfokú szorongással, depresszióval és stresszel súlyosbította a tanárok eleve meglévő mentális egészségügyi nehézségeit. (Silva *et al.*, 2021)



23 uniós országban a serdülők 13%-a érzi magát magányosnak az iskolában. (Baarck *et al.*, 2022)

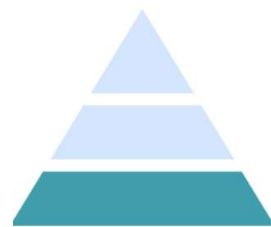
Európában az öngyilkosság a második leggyakoribb halálok a 15 és 19 év közötti serdülők körében. (UNICEF, 2021)



A fenti aggasztó tendenciák, valamint a jóllétnek a gyermekek és fiatalok egészséges fejlődésében és tanulásában játszott fontos szerepe miatt egyértelmű, hogy az iskolai eredmények mellett a **jóllétnek kell az oktatás egyik fő célkitűzésévé válnia**. E cél eléréséhez azonban a legtöbb érintett kontextuson belül számos alapvető változásra van szükség.

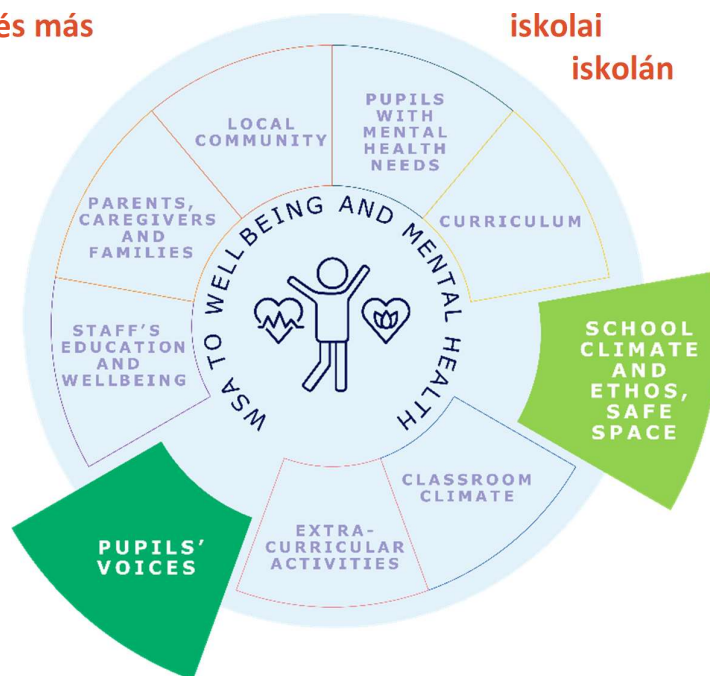
Az alábbi 11 ajánlás célja, hogy iránymutatást nyújtson a politikai döntéshozóknak ehhez a folyamathoz. A fenntarthatóság érdekében valamennyi, alábbiakban javasolt szakpolitika és intézkedés kidolgozásának kulcsfontosságú és horizontális aspektusa a **nyomon követés és az értékelés**. Az új szakpolitikák bevezetésekor meg kell győződnünk arról, hogy megfelelő struktúrák és források vannak a végrehajtásukhoz és a hatásukat mérő releváns adatok összegyűjtéséhez. Az összegyűjtött adatok alapján rendszeres értékeléseket kell végezni annak megértéséhez, hogy miként érintik az új szakpolitikák a különböző célcsoportokat, és segítenek-e elérni az eredetileg javasolt célkitűzéseket.

1. Olyan, pozitív iskolai légkör kialakítása, amelynek alapja: a tanulók aktív részvétele és szerepvállalása



Az iskolai légkör olyan többdimenziós konstrukció, amely tükrözi az oktatás környezetének elképzeléseit az iskoláról, és kapcsolódik azokhoz a nézetekhez, értékekhez és attitűdökhöz, amelyek a tanulók, a tanárok és más dolgozók közötti interakciókat alakítják egy belül.

A kutatások szerint a **pozitív, biztonságos, egészséges, proaktívan inkluzív és kapcsolatorientált tanulási környezet** eredményesebb tanuláshoz és tanításhoz, valamint jobb iskolai eredményekhez vezet. Az ilyen környezet segíti a részvételt az iskolai életben, támogatja a személyes fejlődést, és a tanulók és a tanárok jóllétét. Ezen túl a pozitív iskolai légkör **kevesebb magatartásbeli problémát és jobb mentális egészséget biztosít**. Ugyanakkor **csökkenti az alacsony társadalmi-gazdasági státusz iskolai eredményekre gyakorolt hatását**. A pozitív iskolai légkör kialakítása összhangban áll a **gyermeknek és a fiataloknak** a testi és mentális egészséghez, a minőségi oktatáshoz, a védelemhez és a részvételhez való **jogával**.



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- A gyermekek jóllétének fontosságát be kell építeni az európai és nemzeti jogszabályokba, és annak a biztosítása, hogy a jogi keretek, a tantervek, a normák és más stratégiai dokumentumok megerősítsék, hogy ennek elérése az oktatás egyik fő célkitűzése.
- Annak biztosítása, hogy a gyermekek jólléte, mint cél tükröződjön az oktatási, egészségügyi és jóléti költségvetésekben, és hogy megfelelő beruházások történjenek az infrastruktúrába, a formális oktatásba, és a tanárok és más iskolai dolgozók folyamatos szakmai továbbképzésébe. I, Megfelelő források szükségesek ahhoz, hogy az iskolák és más érintettek, köztük a családok képesek legyenek e cél elérésére.
- Minden oktatási intézményben mérlegelni kell egy kifejezetten a jóllétért felelős (koordinátori) szerepkör kialakítását, külön időt és kapcsolódó költségvetést biztosítva erre.
- Az oktatási politikákat az érintettek részvételével kell tervezni, végrehajtani és nyomon követni. Konkrét szakpolitikák, gyakorlatok és források szükségesek ahhoz, hogy stabil és integrált mechanizmusokat vezessenek be a tanulókkal való egyeztetéshez, és a döntéshozatali folyamatba való bevonásukhoz.
- Oktatáson belüli jóllétért felelős uniós ügynökség létrehozása szükséges annak érdekében, hogy koordinálja, nyomon kövesse, összegyűjtse és megossza azokat a gyakorlatokat, amelyek a jóllétre és a mentális egészségre vonatkozó, egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítéseket valósítják meg a formális, iskolarendszeren kívüli és az informális oktatás keretei között.
- A jóllétre és az iskolai légkörre vonatkozó rendszeres adatgyűjtés, nyomon követés és értékelés biztosítása, ideértve azoknak a kihívásoknak az elemzését is, amelyekkel az iskolák szembesülnek a pozitív iskolai légkör megteremtése során.

SIKERMUTATÓK

- ▶ A pozitív iskolai légkör témaköre megjelenik az iskolák jövőképében, küldetésében és terveiben.
- ▶ Az iskolaigazgatás aktívan támogatja ennek a célnak az elérését.
- ▶ Elegendő időt szánnak a kérdésre, és kifejezetten ezzel foglalkozó csapatot állítanak össze.
- ▶ Rendelkezésre állnak a gyermekek részvételét elősegítő mechanizmusok.
- ▶ Az iskolai légkör nyomon követéséhez rendszeresen visszajelzést kérnek a közösségtől.
- ▶ Az iskolai légkör felmérése részét képezi az éves jelentéseknek és értékeléseknek.



TIPPEK

MIT SZERETNÉNEK A GYERMEKEK?

Az Európai Unióban élő gyermekek körében végzett „Mit szeretnének a gyermekek?” című felmérés azt mutatja, hogy az oktatás elsődleges prioritás és igény, és ezen a területen a következőkre van szükség:

- ★ gyakorlatiasabb tanulás, például életviteli készségek, pénzügyi és digitális jártasság,
- ★ nagyobb szabadság a tantárgyak megválasztásában a diákok erősségei, tehetsége és érdeklődési körei alapján,
- ★ új tanítási módszerek, az interaktív tanórákat és a csoportos munkát is ideértve,
- ★ megfelelőbb fizikai tanulási környezet és biztonság az iskolában,
- ★ jobb egyensúly az iskolai teendők és a szabadidő között.

Forrás: <https://childfriendlygovernance.org/europe-kids-want>

INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

Írország: Jóllétre vonatkozó szakpolitikai nyilatkozat és keretrendszer

Írország olyan, [jóllétre vonatkozó szakpolitikai nyilatkozatot és keretet](#) hozott létre, amelyben kifejezetten kötelezettséget vállalt a jóllét, mint az oktatás egyik fő célkitűzése iránt. A keretrendszer kiemeli az iskolák és a kormányzat szerepét a jóllét előmozdításában, ugyanakkor iránymutatást és különféle erőforrásokat biztosít az iskolák, a tanárok és a szülők számára, valamint áttekintést nyújt a folyamatos szakmai továbbképzés támogatásáról.

Finnország: A tanulók és a diákok jóléte

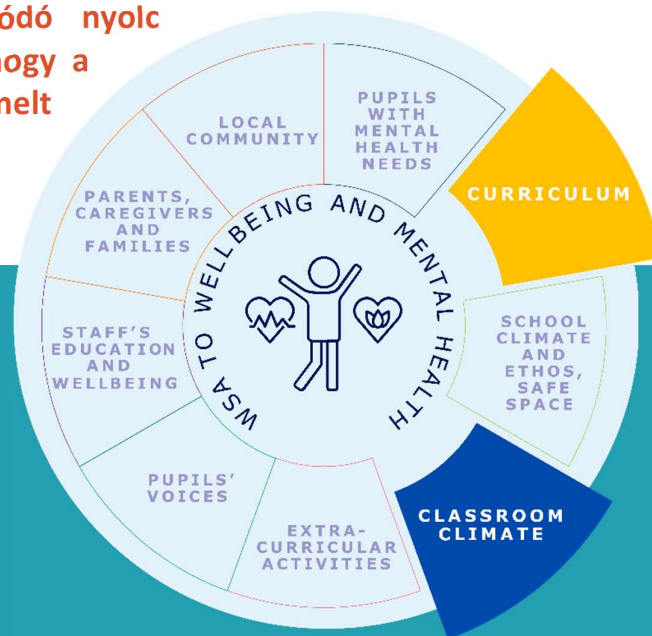
A finn nemzeti alaptanterv az oktatás valamennyi szintjén foglalkozik a jóllét kérdésével. A legutóbb megújított jogszabály, [a tanulók és a diákok jólétéről szóló 2022. évi törvény](#) a megelőzés szempontjából foglalkozik a diákok jólétével, és az iskolaközösség egészét támogatja. Ez magában foglalja a diákok véleményének figyelembevételét az őket érintő intézkedések meghozatalakor, szem előtt tartva a diákok életkorát, fejlettségi szintjét és egyéb egyéni képességeit.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

- Az [iskolai légkör megfigyelőközpontja Belgiumban](#)
- 2030-ig szóló [oktatáspolitikai stratégia Csehországban](#)
- „[Minden gyermek számára kedvező gyakorlatok](#)” ([Getting It Right For Every Child](#)) [Skóciában](#)
- [Jólétről szóló törvény Izlandon](#)



A kutatások egyértelműen bizonyítják, hogy a **jóllét, valamint az iskolai, a szociális és az érzelmi tanulás elválaszthatatlanul összekapcsolódik egymással**, és azt is, hogy támogatják egymást: a fejlettebb szociális és érzelmi készségekkel rendelkező tanulók jobban teljesítenek az iskolában. A tanítás és a tanulás mellett a formális értékelési folyamatokban, különösen a formatív értékelések során mérni és értékelni kell a szociális készségeket is. A kutatási eredmények ellenére az egyes országok gyakorlatai jelenleg eltérőek, de a szociális és érzelmi tanulást többnyire nem tekintik tanulási célnak.



-
-
-
-
-

- Kezdjük a bizonyítottan működő szociális és érzelmi beavatkozások kísérleti alkalmazásával néhány önkéntes iskolában, hogy így csökkentsük a lehetséges kockázatokat és az érdekelt felek ellenállását.
- Befektetés abba, hogy a **tanárok és a pedagógusok fel- és megismerjék** a szociális és érzelmi tanulás fontosságát, és hogy képesek legyenek aktívan alkalmazni mind a tanítást, mind az értékelés során.
- Az **új szakpolitikák végrehajtásának nyomon követése, valamint fejlődésük figyelemmel kísérése.** Az erőforrások kiigazítása, valamint azoknak az elemeknek a kezelése, amelyek megakadályozzák, hogy a szociális és érzelmi tanulás alapvető tanulási célkitűzéssé váljon.
- Az **egyensúly megteremtése a szociális és érzelmi oktatás, valamint a fizikai jóllét fokozását célzó programok között** (további információért lásd a 8. ajánlást).

SIKERMUTATÓK

- ▶ Az iskolai ellenőrzési és értékelési eljárások figyelembe veszik a jóllétet, valamint a szociális és érzelmi tanulást.
- ▶ A szociális és érzelmi tanulási kompetenciákat minden tantárgynál általánosan érvényesítik.
- ▶ Az oktatás alapvető stratégiai dokumentumai megemlítik a jóllétet, valamint a szociális és érzelmi tanulást.



TIPPEK

- ★ Képzések szervezése nemcsak arról, hogy hogyan kell alkalmazni a szociális és érzelmi gyakorlatokat, hanem arról is, hogy miért fontosak ezek, a tanulók és a tanárok jóllétére.
- ★ A képzést mentorálással és a tanárok folyamatos támogatásával kell kiegészíteni a közömbösség leküzdése, valamint a szociális és érzelmi tanulás fenntarthatóságának biztosítása érdekében.
- ★ A potenciális vonakodás megelőzése érdekében jó ötlet lehet tudatosságnövelő kampányokat indítani a szülők körében a jóllét, valamint a szociális és érzelmi oktatás fontosságáról, és arról, hogy milyen összefüggés figyelhető meg az említettek és az iskolai eredmények között.

INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

A [személyes, szociális és tanulási kulcskompetenciák európai keretrendszere \(LifeComp\)](#) olyan nem előíró jellegű dokumentum, amely értelmezi a „**személyes, a szociális és a tanulási**” kulcskompetenciákat. Így alapul szolgálhat a tantervek és a tanulási tevékenységek kidolgozásához.

Dánia jólléti szakpolitikája az oktatás valamennyi szintjére kiterjed. A dán koncepció a következő három fő szempontot határozza meg: 1. pszichológiai és fizikai jóllét; 2. a diákok által végzett önértékelés a saját kompetenciáikhoz, különösen az öntudatossághoz, a rezilienciához és a szociális kompetenciákhoz, valamint az iskolai tevékenységekben való részvételre és az azokhoz való jelentős hozzájárulásra való képességükhöz kapcsolódóan; végezetül pedig 3. az, hogy a diákok környezete (köztük a szülők, a társak és a tanárok) támogatják és inspirálják-e őket.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

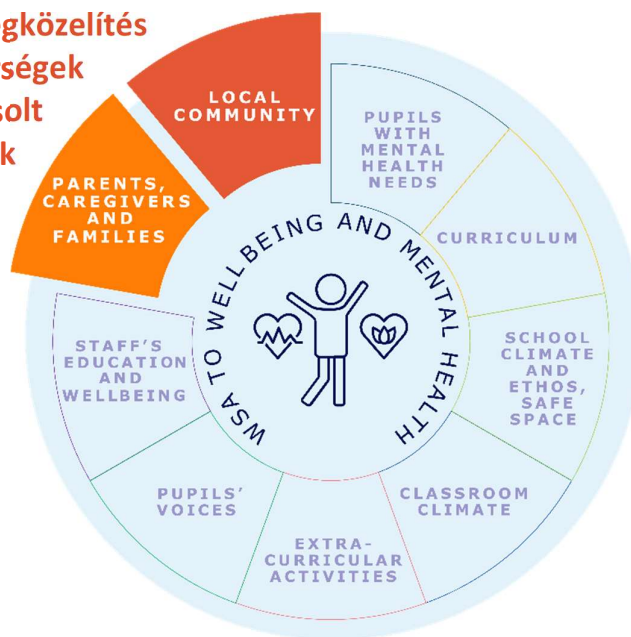
- A **PROMEHS**, [Erasmus+-projekt](#), amelynek keretében kidolgozták az első átfogó, mentális egészséggel kapcsolatos tantervet **Olaszországban, Lettországban, Máltán, Horvátországban, Romániában, Görögországban és Portugáliában**
- [Érzelmi jóllétre irányuló program](#) az oktatáson belül **Spanyolországban**
- [Az iskolai empátiát fejlesztő oktatási eszköztár Franciaországban](#)
- „[Az empátia ábécéje](#)” **Lengyelországban**
- Szociális és érzelmi [oktatás Cipruson](#)
- **NESET**, [Formatív, egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítés a szociális és érzelmi oktatás értékeléséhez](#)

3. Az iskolák, a közösségek és az érdekelt felek közötti együttműködési partnerségek előmozdítása a jóllét fokozása érdekében



Az egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítés részeként az együttműködésen alapuló partnerségek olyan dinamikus, többdimenziós és összekapcsolt rendszernek tekintik az iskolákat, amelyek nemcsak tudást és kompetenciákat közvetítenek, hanem aktívan tartják a kapcsolatot a közösségükkel, és ily módon támogatást nyújtanak és kapnak.

Az iskolák nem képesek egyedül kezelni a jólléttel és a mentális egészséggel kapcsolatos problémákat, ezért együttműködésen alapuló partnerségekre van szükség. Ezek a partnerségek a helyi közösség és más ágazatok különféle intézményeit, szervezeteit és érdekelt feleit célozzák. Egyre nagyobb szükség van az **oktatás és más területek, különösen az egészségügyi és szociális ágazatok közötti integrált megközelítésre.**



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- Az iskolai jóllét összehangolt és integrált megközelítésének érdekében erősíteni kell az **együttműködést az érintett területek**, különösen az oktatási és az egészségügyi minisztériumok, illetve a jólléért, az integrációért, a migrációért, a kultúráért stb. felelős minisztériumok között is.
- Olyan **átfogó szakpolitikák kidolgozása, amelyek kifejezetten arra irányulnak, hogy együttműködési partnerségek** jöjjenek létre azzal a céllal, hogy támogassák az iskolákat a jóllét kezelésében, különös tekintettel az egészségügyi szolgáltatókra, a közösségi szervezetekre és a helyi hatóságokra.
- A **mentális és fizikai egészségügyi szolgáltatások** iskolákon keresztül történő biztosítását előíró jogszabályok kidolgozása, vagy a meglévő jogszabályok módosítása. Olyan egyértelmű előírások kidolgozása, amelyek meghatározzák az érintett felek tanuló és a tanárok jóllétének támogatásában betöltött szerepét.
- Az oktatásban részt vevő különböző szereplők közötti **adatmegosztás feltételeinek jogszabályokon keresztüli szabályozása.**
- Az iskolákkal való együttműködéshez szükséges **szakmai profilok** – például az egészségfejlesztő iskolai koordinátor, a pszichológiai tanácsadást és irányítást biztosító szakemberek, a pszichoszociális fejlődésért felelős csoportok és az iskolai ápolók – egyértelmű meghatározása.
- A szülők, a tanulók, a helyi közösség, az érintett nem kormányzati szervezetek, a tanári egyesületek és az oktatási szakszervezetek bevonása a jólléti szakpolitikáról szóló döntéshozatali folyamatba.
- Az iskolák támogatása arra vonatkozó **útmutatásokkal**, hogy hogyan lehet megvalósítani a teljes iskolaközösség érdemi részvételét.
- Konkrét kompetenciák kidolgozása a tanárok és az iskolai személyzet körében azzal kapcsolatban, hogy miként lehet **együttműködni más érdekelt felekkel és partnerekkel.**
- A **külső közösséggel folytatott együttműködéshez szükséges** iskolai kapacitás megerősítéséhez szükséges erőforrások rendelkezésre bocsátása (például elegendő költségvetés és megfelelő számú, képzett szakember).
- **Szilárd partnerségek** kialakítása az iskolák és a kutatóintézetek között.

SIKERMUTATÓK

- ▶ Az iskolai ellenőrzések és értékelések mutatókat foglalnak magukban az érdekelt felekkel folytatott közösségi együttműködések minőségére vonatkozóan.
- ▶ Nyomon követik az érdekelt felek részvételét az iskolai döntéshozatali folyamatokban.
- ▶ Szisztematikusan mérik az együttműködésen alapuló projektek hatását.



TIPPEK

- ★ Helyi szinten az önkormányzatok kulcsszerepet játszanak a szisztematikus együttműködés kialakításában azáltal, hogy hasznosítják az erőforrásokat, tereket és struktúrákat hoznak létre, nyomon követik a végrehajtást, és támogatják a jólléti politikákat. Példák: [Eurocities](#), a nagy európai városok hálózata



INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

Ausztria; [Az iskolák mint a jóllét terei](#) („Wohlfühlzone Schule”) az oktatási minisztérium és a „Fonds Gesundes Österreich” alap közös kezdeményezése a jóllét, a reziliencia és a mentális egészség megerősítése érdekében. A keretrendszer részeként képzést biztosítanak a pedagógusok számára a mentális egészség javítása és az iskolák támogatása terén. Az **osztrák** oktatási minisztérium és egészségügyi minisztérium másik közös kezdeményezése a [GIVE](#) nevű, iskolákon belüli egészségfejlesztéssel kapcsolatos szolgáltatási pont, amely az egészség előmozdításához kapcsolódó anyagokat, eszközöket és műhelytalálkozókat biztosít az iskolák számára.

Lengyelország: A „mentális egészségügyi hét” (2024. február 21–28.) a „Gyermekek mentális egészsége – közös munka – bevált megoldások” című társaközi konferenciával zárult, amelyen elindították az ESZA+ által társfinanszírozott, „Az oktatáshoz való hozzáférés támogatása a gyermekek és a fiatalok számára” elnevezésű [projektet](#).

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

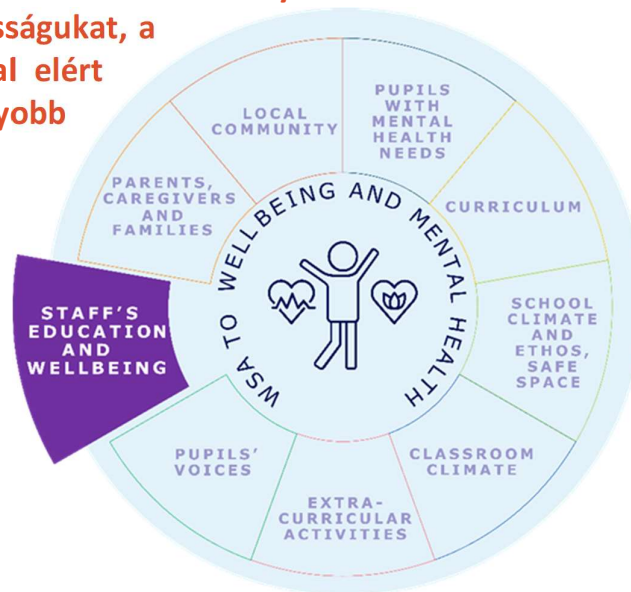
- Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) és a UNESCO [„Health Promoting Schools” \(Egészséget előmozdító iskolák\) keretrendszere](#).
- A [Schools4Health projekt](#), amelynek célja az egészség és a jóllét egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítésének megszilárdítása.
- **Svédország;** [az iskolákról szóló 2023. évi törvény](#), amelynek célja a diákok egészségének javítása.
- Az [otthoni kapcsolattartó hivatal Írországban](#).
- [Kapacitásépítés a nem formális és formális tanulás integrálásához](#), uniós finanszírozású TSI-projekt **Észtországban**.
- **Szlovákia;** a mentális egészség [rendszerszintű támogatása](#) tanácsadáson és megelőzésen keresztül.

4. A jólléthez kapcsolódó alapelvek teljes körű beépítése a pedagógusképzési programokba



A tanárok jólléte alatt nagy vonalakban a tanároknak a munkájukkal és szakmájukkal kapcsolatos kognitív, érzelmi, egészségügyi és szociális körülményekre adott reakcióit értjük. A tanárok jólléte befolyásolja öntudatosságukat, a tanítási gyakorlatukat, valamint a tanulók által elért eredményeket. A rossz közérzetű tanárok nagyobb valószínűséggel hagyják el a szakmát.

Az oktatók jóllétével kapcsolatos intézkedések optimális kiindulópontja a pedagógusképzés. Ebben a szakaszban a tanároknak képesnek kell lenniük arra, hogy megértsék a jóllét fogalmát, megtanulják észlelni és átgondolni a személyes jóllétüket, valamint elsajátítsák a (jövőbeli) tanulók, illetve a saját és a munkatársaik jóllétének támogatásához szükséges kompetenciákat. Következésképpen elengedhetetlen az oktatáspolitikai döntéshozók és a tanárképzést biztosító szolgáltatók közötti szorosabb együttműködés.



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- A jóllét olyan átfogó megközelítésére kell törekedni a pedagógusképzésen belül, amely magában foglalja a támogatást, a mentorálást, a képzést és az együttműködést.
- A pedagógusképzés olyan módon történő átalakítása, hogy képessé tegye a jövőbeli tanárokat a saját jóllétük kézben tartására például önszegítő beavatkozási stratégiák, proaktív magatartásformák, valamint a szociális és érzelmi tanulás révén.
- Az érintett szereplőkkel együttműködve a jólléti és mentális egészségügyi beavatkozások megvalósításához szükséges kompetenciák pedagógusképzésen belüli keretének kidolgozása.
- Mentorálási irányelvek kidolgozása, mentori programok bevezetése a tanárnak készülők számára az iskolai szakmai gyakorlatok keretében, valamint a mentorok és a leendő tanárok közötti kapcsolat és

szerepmódel-programok működőképességének biztosítása.

- Ami a pedagógiát illeti, a tanárképzési programoknak fel kell vértetniük a leendő tanárokat a formális tanterv végrehajtásához szükséges eszközökkel olyan gyermekbarát, együttműködő, inkluzív és kulturális szempontból friss pedagógiai módszerek révén, amelyek tartalmazzák a kapcsolatépítést is.
- Együttműködés kialakítása a pedagógusképzést biztosító felsőoktatási intézmények és az iskolák között annak érdekében, hogy az oktatás megfeleljen az iskolák és a tanulók igényeinek. A politikai döntéshozóknak gondoskodniuk kell arról, hogy a pedagógusképzéssel foglalkozó intézmények kötelesek legyenek formálisan egyeztetni az iskolákkal és az oktatási hatóságokkal a tanárképzési és egyéb képzési programok kidolgozása során.

SIKERMUTATÓK

- ▶ A tanárok és tanulók jólléte teljes mértékben része a pedagógusképzésnek.
- ▶ A pedagógusképzés az együttműködésen alapuló és az egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítésről szóló képzést biztosít.
- ▶ A pedagógusképzési szolgáltatók az iskolákkal partnerségben mentori rendszereket dolgoznak ki a tanárnak készülők számára.
- ▶ Finanszírozást biztosítanak a jövőbeli tanárok jólléti és önismereti képzéséhez.
- ▶ A jólléti mutatók részét képezik a pedagógusképzési kompetenciakeretnek.
- ▶ Biztosított az oktatók jólléttel kapcsolatos átfogó képzése.



TIPPEK

- ★ Érdemes tanárképzéssel foglalkozó oktatókat bevonni a jóllét oktatáson belüli fontosságának hangsúlyozásához. 'gy könnyebben le lehet küzdeni azt a kihívást, hogy a pedagógusképzés elsősorban az iskolai tanulásra összpontosít, a jóllét kérdéseire pedig ritkán tér ki.
- ★ Nagyobb szabadság kínálása a tanárok számára a tantárgyak megválasztásában az erősségeik, tehetségük és érdeklődési köreik alapján.
- ★ Az oktatási hatóságoknak és az iskoláknak együtt kell működniük a pedagógusképzés területén annak érdekében, hogy azt az iskolák és a diákok igényeihez igazítsák, és segítsenek áthidalni a szakadékot a gyakorlat, a tanterv és az osztálytermi mindennapok között.



INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

[Eredményes bevezető rendszer](#) kezdő tanárok számára **Belgiumban**: az Európai Bizottság technikai támogatást nyújtott a flamand oktatási és képzési minisztériumnak (Belgium) abban, hogy eredményes bevezető rendszert hozzon létre a kezdő tanárok számára a szakmából való korai lemorzsolódás megelőzése, valamint a tanárok számára kínált, kedvezőbb hosszú távú karrierlehetőségek megteremtése érdekében.

Az Erfurti Egyetem (**Németország**) kötelezően elvégzendő tanfolyamot vezet be a [pozitivitás](#) témájában a pedagógusképzés és a helyszíni gyakorlatok részeként. Az online tanfolyam célja, hogy egy 15 hetes helyszíni pedagógiai gyakorlat során javítsa a tanárnak készülők általános és munkahelyi jóllétét.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

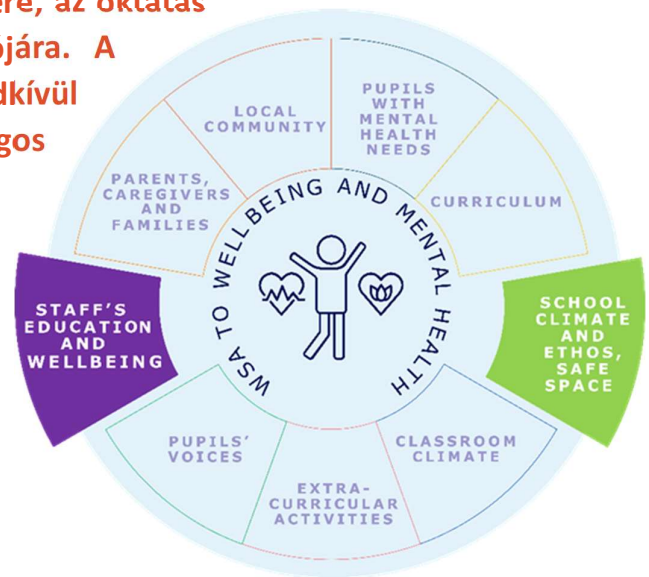
- [Elméleti kutatásokon alapuló](#) jólléti keret a pedagógusképzés számára; **Ausztrália**
- [Érzelmi oktatást magában foglaló pedagógusképzés](#); **Spanyolország**



5. A nevelési-oktatási intézményvezetők teljesítményének támogatása abból a célból, hogy foglalkozni tudjanak a jóllét kérdésével az iskolában, valamint befogadó és támogató környezetet tudjanak kialakítani

Az eredményes iskolavezetés elengedhetetlen egy olyan iskolai légkör megteremtéséhez, amely pozitív hatással van a diákok teljesítményére, az oktatás minőségére és a személyi állomány motivációjára. A céltudatos, értékközpontú, kompetens és rendkívül motivált nevelési-oktatási intézményvezetők világos és közös iskolai jövőképet alakítanak ki.

A sikeres intézményvezetők meg tudják őrizni a munkájuk iránti elkötelezettséget és személyes felelősségvállalást, fenn tudják tartani a meghatározott erkölcsi célokat, szilárd kapcsolatokat alakítanak ki másokkal, hangsúlyt fektetnek a tanulásra és az önfejlesztésre, és az iskola valamennyi szereplője számára tanulási lehetőségeket teremtenek. A nevelési-oktatási intézményvezetőknek felelősséget kell vállalniuk az iskolai személyi állomány és a tanulók jóllétének javításáért. Ennek **bele kell épülnie az iskolai vezetők és pedagógusok közötti mindennapi interakciókba.**



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- Megfelelő kiválasztási mechanizmusokon keresztül kell kiválasztani az intézményvezetőket, és képzést, képesítést és támogatást biztosítani a számukra.
- Az iskolavezetők számára olyan átfogó képzési programok elérhetővé tétele és az azokban való részvétel ösztönzése, amelyek a jóllét és a mentális egészség, a méltányosság és a befogadás témájáról szólnak, illetve a vezetés fontosságát tudatosítják. A leendő iskolavezetőket az épzési programoknak fel kell készíteniük az iskolán belüli megosztott vezetésre.
- Mivel a különböző iskolák eltérő kihívásokkal és körülményekkel néznek szembe, ezért a politikai döntéshozóknak segíteni kell az iskolák nagyobb autonómiáját és elszámoltathatóságát, és a helyi alapú irányításra kell támaszkodniuk. Ez segíti a stratégiai vezetői intézkedéseket és az egyes iskolák sajátos körülményeihez jobban kapcsolódó megoldásokat.

SIKERMUTATÓK

- ▶ Biztosított, hogy a nevelési-oktatási intézményvezetők hozzáférjenek a jóllét előmozdításához szükséges erőforrásokhoz.
- ▶ Egyértelmű kiválasztási és képzési kritériumok vannak érvényben a nevelési-oktatási intézményvezetők számára.
- ▶ A nevelési-oktatási intézményvezetők számára jólléti képzési programok állnak rendelkezésre.
- ▶ Aktívan előmozdítják az iskolák fokozott autonómiáját.



TIPPEK

A szervezetelmélettel foglalkozó szakemberek régóta arról számolnak be, hogy a kultúra figyelemmel kísérése az egyik legfontosabb vezetői tevékenység. A diákok teljesítményének javítására törekvő iskolaigazgatóknak az iskola kultúrájának javítására kell összpontosítaniuk úgy, hogy jó kapcsolatot ápolnak egymással, a tanárokkal, a diákokkal és a szülőkkel.



INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

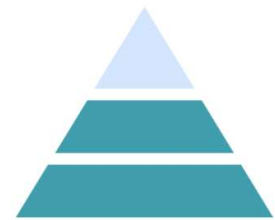
Az **Education Leadership Network Europe (ELNE)** egy új, uniós finanszírozású hálózat, amely 26 ország több mint 60 partnerszervezetét tömöríti, köztük európai szintű hálózatokat, egyetemeket, valamint nemzeti, regionális és helyi intézményeket. Ez a közösség elkötelezett az oktatási és képzési ágazaton belüli, együttműködésen alapuló iskolai vezetés iránt.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

- [Centre for School Leadership](#); **Írország**
- „Boldog iskolák” program **Portugáliában**; „[Eszközök egy boldog iskola kialakításához](#): tanárok, vezetőség és oktatási szervezetek”
- **Svéd** modell az [iskolaigazgatók felkészítéséhez](#).

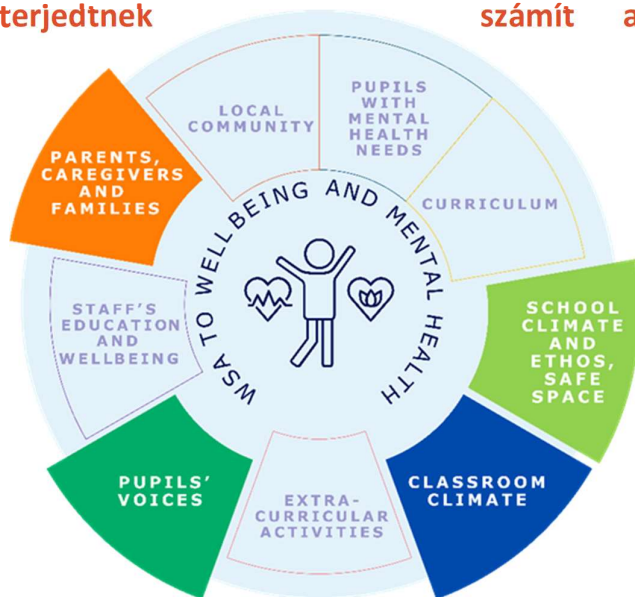


6. Biztonságos iskolák kialakítása az iskolai erőszak, beleértve a nemi alapú erőszak és az (internetes) megfélemlítés megelőzése és kezelése érdekében



Az ENSZ gyermekjogi egyezményének 19. cikke kimondja, hogy „a gyermekeknek joguk van ahhoz, hogy védelmet élvezzenek a rossz bánásmóddal szemben, legyen az fizikai vagy lelki”. Ennek ellenére Európában számos gyermek tapasztal erőszakot, többek között az iskolában is. E tekintetben pedig különösen elterjednek számított a megfélemlítés (és annak internetes formája).

Az iskolai erőszak gyakran a tágabb társadalomban tapasztalható hatalmi egyensúlyhiányt tükröz. Ez aránytalanul érinthet bizonyos csoportokat, például a hátrányos társadalmi-gazdasági környezetben élő, a migráns és kisebbségi háttérű, a fogyatékkal élő, illetve az LMBTIQ-közösséghez tartozó gyermekeket, de akár nemi alapon is okozhat hátrányokat. A tanárok és az iskolai személyzet erőszakkal szembeni védelme szintén kulcsfontosságú szempont. **Az iskolai erőszak kezeléséhez olyan, közös erőfeszítésre van szükség, amely a megelőzést, a támogatást, a felügyeletet és a közösséget helyezi előtérbe, és amelynek tükröződnie kell a mindennapi attitűdökben, gondolatokban, szavakban és cselekedetekben is.**



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- Nemzeti szintű stratégiák kidolgozása annak érdekében, hogy a kisgyermekkorú neveléstől és gondozástól kezdve valamennyi oktatási szinten előmozdítsák az erőszakmentességet az iskolaközösségekkel együttműködve. Ezeket a megoldásokat be kell építeni az iskolai sikert előmozdító szakpolitikákba.
- Nemzeti szintű együttműködés a hatóságokkal a gyermekek erőszakkal szembeni védelmét célzó integrált gyermekvédelmi rendszerek kialakítása és megerősítése érdekében, valamint megfelelő bejelentési mechanizmusok bevezetése.
- Olyan jogi és gazdasági keretek létrehozása, amelyek az erőszak felszámolásának egyik kulcsfontosságú feltételeként gondoskodnak az oktatási rendszerek méltányosságáról (lásd a 10. ajánlást).
- Az iskolai erőszak, a hátrányos megkülönböztetés és a megfélemlítés (és annak internetes formájának) kezelése valamennyi pedagógusképzési és szakmai továbbképzési program részeként.
- Egyértelmű célok és mutatók meghatározása az erőszak és a megfélemlítés (és azon belül az internetes megfélemlítés) kérdésével

kapcsolatban értékelés, nyomon követés és minőségbiztosítás céljából.

- A szociális és érzelmi készségek, a részvétel és a szexuális nevelés beépítése a tantervekbe a megfélemlítés (és annak internetes változatának), valamint az erőszak vagy a hátrányos megkülönböztetés valamennyi formájának kezelése érdekében.
- Iránymutatás az iskolák számára arra vonatkozóan, hogy miként hozzanak létre mechanizmusokat a tanulókat és a pedagógusokat érintő erőszak és megfélemlítés bejelentésére és kezelésére.
- Kapacitásépítés az iskolák körében a szociális, érzelmi és pszichológiai támogatáshoz való egyszerű hozzáférés biztosítása érdekében (lásd a 6. ajánlást).
- Olyan, tudományos tényekkel alátámasztott szülői programok előmozdítása, amelyek ösztönzik a gyermekek fejlődését elősegítő, jóllétet támogató és erőszakot megakadályozó nevelési megoldásokat.

SIKERMUTATÓK

- ▶ A megfélemlítés és az erőszak megelőzését szolgáló nemzeti stratégia megléte.
- ▶ A megfélemlítés és az erőszak megelőzése részét képezi a tanterveknek.
- ▶ Átfogó szexuális nevelési programok megvalósítása.
- ▶ A minőségbiztosítási mechanizmusokba ágyazott megfélemlítés- és erőszakmegelőzés.



TIPPEK

A megfélemlítés elleni beavatkozások elemzései azt mutatják, hogy a megfélemlítés előfordulása csökkenthető, ha egész iskolára kiterjedő, közösségi megközelítést alkalmaznak a megfélemlítésre, megfélemlítés elleni politikákat dolgoznak ki, kezelik az osztálytermi viszonyokat, és tantermi szabályokat juttatnak érvényre, együttműködésen alapuló csoportmunkát és tananyagot vezetnek be, tájékoztatást nyújtanak a szülőknek, bevonják informális formában a társakat, együttműködnek az áldozatokkal, és mentális egészségügyi beavatkozásokat hajtanak végre.



INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

A megfélemlítésre vonatkozó cselekvési terv

Írország: A Cineáltas (a „kedvesség” szó ír megfelelője) nevű, 2023–2027-es időszakra szóló, [megfélemlítéshez kapcsolódó cselekvési terv](#) számos intézkedést foglal magában, amelyek olyan inkluzív iskolákat igyekeznek kialakítani, ahol a gyermekek, a fiatalok és az iskolában dolgozók megtapasztalják az összetartozás érzését, biztonságban érzik magukat, valamint úgy ítélik meg, hogy jó kapcsolatot ápolnak a környezetükkel, és támogatják egymást.

A gyermekbarát internetre vonatkozó stratégia

A [Safer Internet Központok](#) hálózata nemzeti szinten biztosít tudatosságnövelő tevékenységeket és képzést diákok és felnőttek számára. Segélyvonalakat működtetnek az internetes zaklatás, a szexuális jellegű zsarolás, a behálózás és a digitális platformokon kapott egyéb online fenyegetések bejelentésének lehetővé tételéhez. Ami a jogalkotást illeti, a [digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály](#) arra kötelezi az online platformokat, hogy biztosítsanak nagyfokú védelmet a gyermekek és a fiatalok magánélete számára, és gondoskodjanak a biztonságukról például azáltal, hogy egyszerű módszereket kínálnak az internetes megfélemlítés, valamint a jogellenes vagy káros tartalmak bejelentésére.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

- **Biztonságosabb Internet Fórum** – fiatalok által vezetett [alapvető éves nemzetközi konferencia](#) a gyermekek online biztonságáról Európában.
- [A digitális szolgáltatásokról szóló rendelet \(DSA\) ismertetése](#): a gyermekek és kiskorúak online védelmét szolgáló intézkedések (az EU valamennyi nyelvén).
- A UNESCO [iránymutatásai](#) az átfogó szexuális nevelésről.
- **Belgium, Conflixers** – flamand tanulók ernyőszervezete.



7. A jóllét előmozdítása a digitális korban



A digitális oktatás területén a jóllét a fizikai, kognitív, szociális és érzelmi elégedettség érzését jelenti. E jóllét mindenki számára lehetővé teszi, hogy minden digitális tanulási közegben pozitívan működjön közre, és biztonságos online magatartás mellett maximálisan kibontakoztassa a benne rejlő potenciált, és megvalósítsa önmagát.

A digitális és médiaeszközök szerves részét képezik a gyermekek és tizenévesek életének. Mára általánosan elterjedtté váltak az okostelefonok, és a legtöbb tizenéves **napi szinten hozzáfér digitális eszközökhöz** (számítógépekhez, táblagépekhez, okostelefonokhoz). Noha a digitális technológiában komoly lehetőség rejlik a tanítási és tanulási folyamatok javítására, figyelembe kell vennünk, hogy **milyen hatást gyakorol az iskolai közösség jóllétére az oktatáson belüli széles körű alkalmazása**.



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- A digitális jóllét fogalom meghatározásának elfogadása, majd belefoglalása az adott ország digitális oktatási stratégiába az EU szakpolitikai javaslataival összhangban.
- Hozzáférhető, digitális jártasságot kínáló oktatás beépítése, valamint a szükséges ismeretek, illetve konkrét megoldások, tippek és ötletek biztosítása a tanárok számára.
- A digitális készségek hangsúlyozása a tanulás eszközeiként, és a megfelelő egyensúly kialakítása a digitális eszközök és a hagyományos tanulás között.
- Az oktatás területén alkalmazott mesterséges intelligenciáról szóló európai jogszabályok előkészítése és végrehajtása.
- Egyértelmű ajánlások vagy iránymutatások kidolgozása a digitális készülékek és eszközök iskolai használatára vonatkozóan.
- A rendelkezésre álló eszközök és információk központok, például a Safer Internet Központok használatának előmozdítása.
- Iránymutatás nyújtása a tanárok és a szülők számára azzal kapcsolatban, hogy mennyi a megfelelő, képernyő előtt töltött idő az egyes korcsoportok esetében.
- Annak biztosítása, hogy a gyermekeket és a tanárokat bevonják a digitális technológiák iskolai bevezetésébe, és egyeztessenek velük erről.
- Gondoskodás arról, hogy a tanárok megfelelő képzésben részesüljenek a digitális jártasság terén, és megértsék, hogyan lehet a digitális technológiát tanulásra és a jóllét segítésére használni.
- Hozzáférhető digitális oktatási eszközök biztosítása az alacsony társadalmi-gazdasági helyzetű és a fogyatékkal élő gyermekek számára.
- Olyan, digitális közjavak használatának előmozdítása az oktatás területén, amelyeket nyílt forráskódú módszerekkel fejlesztettek ki.
- A digitális berendezések hatását és eredményességét vizsgáló kutatások kidolgozásának ösztönzése az osztálytermekben.
- Az oktatástechnológiai ágazattal folytatott együttműködés és párbeszéd ösztönzése a digitális berendezések jólléti jellemzőinek optimalizálása érdekében.

SIKERMUTATÓK

- ▶ Képzés/iránymutatások érhetők el az online biztonság és a(z) (internetes) megfélemlítés témájában.
- ▶ Biztosítottak az erőforrások azon tanulók számára, akik otthon nem férnek hozzá digitális technológiákhoz.
- ▶ Olyan erőforrások állnak a könyvtárak rendelkezésére, amelyek nyílt hozzáférést kínálnak digitális technológiákhoz.
- ▶ Finanszírozásban részesülnek a digitalizáció gyermekekre és oktatókra gyakorolt mentális egészségügyi hatásaival kapcsolatos kutatások.
- ▶ A digitális technológia oktatáson belüli használatára vonatkozó szabályozási intézkedések vannak érvényben.



TIPPEK

A digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály célja, hogy méltányosabb és biztonságosabb online világot teremtsen. E szabályok némelyike számos egyéb mellett olyan kérdésekkel foglalkozik, mint az internetes zaklatás, a jogellenes tartalmak, valamint a felhasználási feltételek egyszerűsítése. Ez az Unió valamennyi nyelvén elérhető, közérthető egyszerűen értelmezhető formában ismerteti, milyen intézkedéseket vezetett be a digitális szolgáltatásokról szóló jogszabály a gyermekek és a fiatalok védelmében.



INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

A [Safer Internet Központok](#) olyan, **uniós társfinanszírozású hálózat**, amely nemzeti szintű tudatosságnövelő tevékenységeket és képzéseket biztosít az iskolákban és iskolán kívül is. A Safer Internet Központok emellett ingyenes segélyvonalakat és forrádrótokat működtetnek, valamint az oktatók képzésére irányuló tevékenységeket is végeznek annak érdekében, hogy minden életkorban segítsék a digitális polgársági készségek fejlesztését. A [„gyermekbarát internet” \(BIK-\)](#) portál minden nyelven online információs forrásokat biztosít fiatalok, szülők és pedagógusok számára.

Digitális akadémia szülők számára

Portugáliában a [Digitális akadémia szülők számára](#) egy olyan átfogó program, amelynek célja, hogy az általános iskolás gyermekek szülei és gondviselői megszerezzék a gyermekeik digitális tanulási útvonalaának eredményes támogatásához szükséges alapvető digitális készségeket és ismereteket. A program a digitális jártasság különböző aspektusaival foglalkozik, és elősegíti, hogy mind a szülőknek, mind a gyermekeknek biztonságos, felelősségteljes és az életüket tartalmasabbá tévő online élményekben legyen részük.

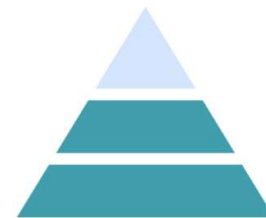
TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

- Az **Európai Bizottság** [iránymutatásai](#) a dezinformáció kezeléséről és a digitális jártasság előmozdításáról
- Az **Európai Bizottság** [iránymutatásai](#) a mesterséges intelligencia (MI) és az adatok felhasználásáról
- **Franciaország**; [Pix-tanúsítás](#) elnevezésű, digitális jártasságra irányuló kezdeményezés.



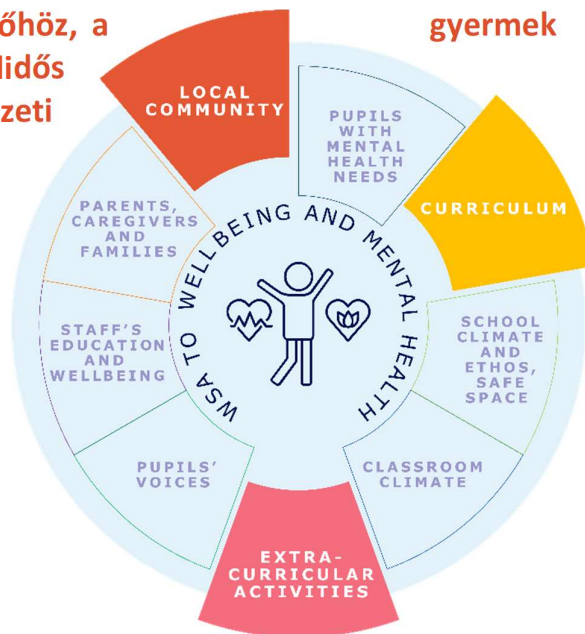
© European Union, 2022

8. Az alapvető jogok tiszteletben tartása a jóllétet elősegítő főbb tényezők védelme révén: táplálkozás, játék és pihenés, testmozgás és művészetek



Az ENSZ gyermekjogi egyezményének (1989) 31. cikke kimondja, hogy „minden gyermeknek joga van a pihenéshez és a szabadidőhöz, a életkorának megfelelő játékhoz és szabadidős tevékenységekhez, valamint a kulturális és művészeti életben való szabad részvételhez”.

A művészet, a sport, a jóllét és az oktatás keresztmetszete olyan **harmonikus környezetet teremt, amely mind intellektuálisan, mind érzelmileg gazdagítja az embereket.** A testmozgás és a mentális egészség elválaszthatatlanul összekapcsolódik egymással, míg a megfelelő táplálkozás és az elegendő alvás nemcsak az egészséges szervezet, hanem az egészséges gondolkodás szempontjából is elengedhetetlen. Emellett a szabadban (természetben) töltött idő lehetővé teszi a természettel való egészséges kapcsolat kialakítását, fokozza a diákok fizikai és mentális jóllétét, támogatja a viselkedésszel és a kognitív fejlődést, valamint erősíti az összetartozás érzését.



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- A játék, a művészetek és a szabadidős tevékenységek beépítése a tantervbe, ezzel tudatosítva azt, hogy a gyermekek kognitív, szociális és érzelmi fejlődésében, valamint iskolai eredményeiben betöltött szerepük kulcsfontosságú.
- Olyan, testmozgáshoz, művészetekhez és irodalomhoz kapcsolódó nemzeti és nemzetközi rendezvények és tevékenységek szervezése, mint például az „Európai Sporthét” és az „Európai Szerzők Napja”.
- Befektetés olyan, tanulóknak, szülőknek és tanároknak szóló tudatosságnövelő kampányokba, amelyek felhívják a figyelmet a kiegyensúlyozott táplálkozás fontosságára a fizikai és mentális egészség szempontjából.
- Szennyezésmentes, biztonságos, szabadtéri és gyermekbarát terek biztosítása az iskolákban és azok környékén játék, szabadidős tevékenységek és természetközeli időtöltés céljából.
- Iskolai táplálkozási programok támogatása, hogy az iskolák tápláló és kiegyensúlyozott étkezéseket biztosíthassanak a gyerekeknek.
- Gondoskodás a megfelelő testnevelésről: annak biztosítása, hogy az iskolák megfelelő helyiségekkel és erőforrásokkal rendelkezzenek, és elegendő időt tudjanak szánni testnevelésórákra és ilyen jellegű tevékenységekre.
- Odafigyelés és támogatás biztosítása az iskolák számára annak érdekében, hogy gondoskodni tudjanak a tanárok jóllétét elősegítő főbb tényezők – például a kiegyensúlyozott munkaterhelés, a biztonságos és motiváló munkakörnyezet, valamint a szakmai fejlődési lehetőségek – meglétéről.
- Az egészségügyi hatóságokkal és más érintett szereplőkkel együttműködve olyan szakpolitikák kidolgozása, amelyek támogatják az iskoláknak az egészséget előtérbe helyező környezet biztosítására irányuló erőfeszítéseit.
- Annak biztosítása, hogy a gyermekeket és a fiatalokat bevonják a jóllétet fokozó programok, rendezvények és tevékenységek összeállításába és értékelésébe, valamint az ezekhez kapcsolódó döntéshozatalba is.

SIKERMUTATÓK

- ▶ A főbb, jóllétet elősegítő tényezők szerepelnek a legfontosabb stratégiai dokumentumokban.
- ▶ Iskolai táplálkozási programok vannak érvényben.
- ▶ A tanulók részt vesznek a jólléti intézkedések megtervezésében.
- ▶ A gyermekek hozzáférnek a pihenést, a szabadidőt, a játékot és a művészeteket támogató infrastruktúrához, például zöld szabadterei terekhez, játszóterületekhez és művészeti kellékekhez.



TIPPEK

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) által összeállított, [Gyermekek és serdülők alapellátásának zsebkönyve](#) című kiadvány: a tanácsok naponta legalább 60 percen át különféle fizikai tevékenységek végzését, az ülő életmód korlátozását, és azon belül kifejezetten napi 2 óránál kevesebb, képernyő előtt töltött időt javasolnak szabadidős tevékenységként, és kiemelik a 9-12 órányi, minőségi alvás fontosságát.



INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

Franciaország a gyermekek testmozgásának és jóllétének előmozdítása érdekében gondoskodik arról, hogy minden általános iskolás diák [napi legalább 30 percet mozogjon](#). A támogató eszközök közé tartozik a tanároknak szóló átfogó útmutató, amely gyakorlati stratégiákat és tippeket tartalmaz a testmozgás tanítási módszerekbe való beépítéséhez. Az online források és tevékenységek, valamint a helyi sportszervezetekkel kialakított partnerségek további támogatást biztosítanak.

A [MUS-E egyesületek](#) 1993 óta vannak jelen különböző országokban – többek között **Belgiumban, Magyarországon, Spanyolországban és Olaszországban** –, és bőséges tapasztalatot szereztek a kreatív művészetek hagyományos általános iskolai tantervekben való alkalmazását illetően, különösen hátrányos helyzetű gyermekekkel együttműködve.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

- **Finnország:** Művészeti és Kulturális Oktatási [Megfigyelőközpont](#)
- **Litvánia:** Az [informális oktatás finanszírozási rendszere](#) által biztosított, iskola utáni testmozgás
- **Magyarország:** [Do60](#) kampány a napi testmozgás előmozdítása érdekében.

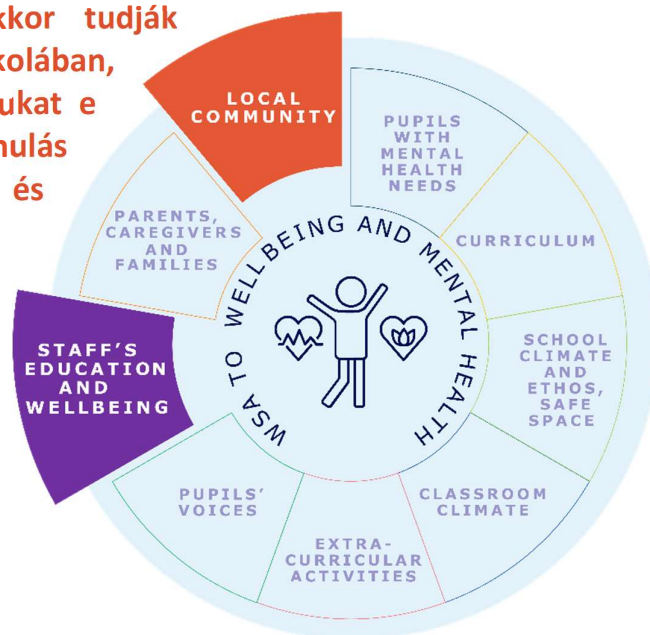


9. Folyamatos szakmai továbbképzés és támogatás biztosítása a pedagógusoknak a jóllét témájában



A kutatások alapján a tanárok jólléte szorosan összefügg a diákjaik jóllétével és az eredményeikkel. Az iskolában dolgozók jólléte javíthatja a teljesítményt és a munkahelyi elégedettséget, valamint az oktatási eredményeket, és előmozdíthatja a munkatársak szerepvállalását. Az iskolában dolgozók akkor tudják eredményesen támogatni mások a jóllétet az iskolában, ha kompetensnek és magabiztosnak érzik magukat e tekintetben. Ehhez az egész életen át tartó tanulás szemléletének megfelelően rendszeres oktatásra és képzésre van szükség.

A folyamatos szakmai fejlődés alatt azt az oktatást és támogatást értjük, amelyet a tanárok és az iskolai személyzet egyéb tagjai kapnak az iskolai munkájuk folyamán. E tekintetben a folyamatos szakmai továbbképzés egyaránt vonatkozik a támogató és kollegiális iskolai környezetre, valamint a tanév során rendszeresen megszervezett, konkrét tárgyakhoz és témákhoz kapcsolódó oktatásra és képzésre. A folyamatos szakmai továbbképzésre emiatt beruházásként, nem pedig költségként kell tekinteni.



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- Rendszeres, minőségi és megfelelően összehangolt, folyamatos szakmai továbbképzési lehetőségek biztosítása a tanárok és a többi iskolai dolgozó számára.
- Annak biztosítása, hogy a folyamatos szakmai továbbképzési lehetőségeket a rendes munkaidőben kínálják, ne pedig munka utáni tevékenységként.
- A különböző irányítási szinteken szükséges változások kezelése az állásbiztonság, a munka- és pénzügyi feltételek, az alkotói szabadságok, a rugalmas távollét, az együttműködés, a felelősségvállalás, valamint a tanárok autonómiájának javítása érdekében.
- Annak lehetővé tétele az iskolák és a tanárok számára, hogy hozzájáruljanak saját folyamatos szakmai továbbképzésükhöz, mivel a jóllétükhöz kapcsolódó képzés csak akkor lesz fenntartható és hatásos, ha az iskola igényeire igazodik.
- Olyan jogszabályi keretek, iránymutatások vagy normák kidolgozása a jóllétre és a mentális egészségre vonatkozó folyamatos szakmai továbbképzés kapcsán, amelyek magukban foglalják azt a kettős

szemléletet, miszerint a tanároknak egyrészt azért kell képzést nyújtani, hogy fokozzák a saját jóllétüket, másrészt pedig hogy rendelkezzenek a tanulók jóllétének támogatásához szükséges eszközökkel.

- A folyamatos szakmai továbbképzések szolgáltatói és az iskolák közötti együttműködés elmélyítése annak érdekében, hogy az említetteket tükrözzék a képzési programok.
- Szisztematikus beruházások, valamint célzott költségvetés és idő biztosítása a folyamatos szakmai továbbképzésre a tanárok jóllétének, rezilienciájának és öntudatosságának támogatása érdekében.
- A folyamatos szakmai továbbképzési stratégiák hozzáigazítása a különböző környezetben lévő iskolákhoz, illetve az érintett oktatási szintekhez. Az iskola mérete, földrajzi elhelyezkedése és gazdasági helyzete mind fontos tényező e tekintetben, és hangsúlyozni kell az alulról felfelé építkező megközelítések szükségességét.
- Szakmai hálózatok, tanulóközösségek, gyakorlatközösségek és együttműködési platformok kialakításának támogatása, mivel ezek együttműködésen alapuló tanulási környezetet biztosítanak a tanárok számára az egymással folytatott interakciókhoz.

SIKERMUTATÓK

- ▶ A jóllét és a mentális egészség az akkreditált folyamatos szakmai továbbképzési ajánlatok részét képezi.
- ▶ Finanszírozás áll rendelkezésre a jólléti képzések kísérleti lebonyolításához, módosításához és bővítéséhez.
- ▶ A szakpolitikák jólléti iránymutatásokat foglalnak magukban a folyamatos szakmai továbbképzést biztosító szolgáltatók számára.
- ▶ Az iskolai ellenőrzések figyelembe veszik az iskola szakmai továbbképzésben való részvételét.



TIPPEK

Az iskolákat és a tanárokat fel kell hatalmazni arra, hogy megszervezzék saját folyamatos szakmai továbbképzésüket. Az eredményes reform és az új ötletek beemelése autonómiát és vezető szerepet igényel. A jólléttel kapcsolatos képzések akkor lesznek fenntarthatók, ha az iskola autonóm, és részt vesz többek között a megbeszélések gyakoriságára, a résztvevők csoportosítására és a képzési intézmény vagy szakértő profiljára vonatkozó döntésekben. Az eredményes irányításhoz a rendszer egyes részeinek hierarchikus kapcsolatait helyett együttműködésen alapuló dinamikákra kell helyezni a hangsúlyt. Stratégiai gondolkodáson és bizalmon kell alapulnia, nem pedig a szokásos központosított döntéshozatalon.



INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

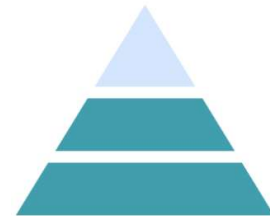
Tanulási környezet és pedagógiai elemzési keret Norvégiában a „Tanulási környezet és a pedagógiai elemzési keret” (LP) olyan munkamódszert biztosít, amelyen keresztül a tanárok csoportokban és adott témák szerint működhetnek együtt annak érdekében, hogy megismerjék azokat a tényezőket, amelyek kiváltják, befolyásolják és fenntartják a diákok különböző iskolai magatartásformáit. A tanárok feladata annak meghatározása, hogy mit kell tenni a jó tanulási környezet kialakítása érdekében. A tanárok által végrehajtott intézkedéseket az adott iskolákban dolgozzák ki az egyes osztálytermekben vagy iskolákban felmerülő kihívások és körülmények elemzése alapján, a területet érintő kutatási eredményekkel összhangban.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

- [„A tudatosság és a reziliencia növelése az oktatás területén” \(Cultivating Awareness and Resilience in Education, CARE\)](#) program
- Az Erasmus+ „KA3” kulcsfontosságú intézkedése keretében kidolgozott, a tanárok szakmai fejlődését és jóllétét támogató [Teaching to Be](#) projekt (2021–2024)

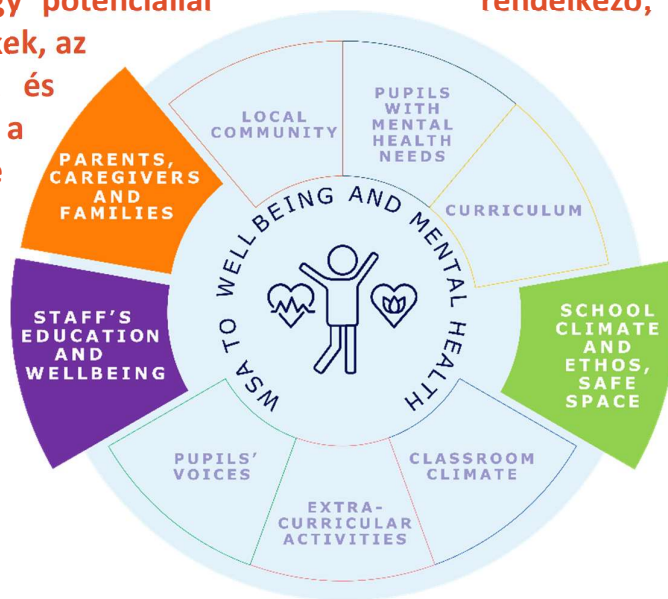


10. A méltányosság, a befogadás és a sokféleség előtérbe helyezése a jóllét alapvető feltételeként, biztosítva, hogy senki ne kerüljön marginalizált vagy kirekesztett helyzetbe



Noha mentális egészsége minden tanulóra hatással lehet, az alacsony társadalmi-gazdasági státuszú, a migráns vagy etnikai kisebbséghez tartozó, a tanulási zavarokkal vagy értelmi fogyatékossággal élő, a tehetséges és nagy potenciállal rendelkező, az alternatív gondozásban részesülő gyermekek, az LMBTIQ-tanulók, illetve a bántalmazásnak és erőszaknak kitett tanulók esetében nagyobb a mentális egészségügyi problémák, a gyenge tanulmányi eredmények és a korai iskolaelhagyás kockázata.

A tanulók tanulási pályái és jólléte szempontjából további nehezítő tényező lehet a saját iskolájukhoz való tartozás érzésének hiánya, valamint a társadalmi kirekesztés ismétlődő formái. Egy olyan **méltányos oktatási rendszer**, amely kiküszöböli az ilyen gyermekek oktatásban való érdemi részvételét gátló akadályokat, hozzájárul e kockázatok csökkentéséhez. Ez tehát **előfeltétele a tanulmányi sikerek és az iskolai jóllét előmozdításának**.



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- Olyan jogi keret kidolgozása, amely (háttértől és személyes jellemzőktől függetlenül) **MINDEN** gyermek számára garantálja az oktatáshoz való egyenlő hozzáférést.
- Az oktatási rendszereket valóban alkalmazkodóvá, hozzáférhetővé és befogadóvá kell tenni, támogatva az iskolákat abban, hogy a szervezetet, a tanítást és a tanulást a tanulók igényeihez igazítsák, és hogy a megelőzést helyezzék az előtérbe.
- Az interszekcionalitás felismerése, és olyan, testreszabott oktatási megközelítések alkalmazása, amelyek megfelelnek a diákok összetett és változatos igényeinek.
- Az európai gyermekgaranciával (European Child Guarantee) összhangban az oktatáshoz való hatékony és ingyenes hozzáférés biztosítása a hátrányos helyzetűek számára, az összes oktatási költség (anyagok, étkezés, közlekedés, tanórán kívüli tevékenységek stb.) fedezésével.
- Rugalmas, hozzáférhető és diverzifikált megközelítések kidolgozása a tantervek, a didaktikai módszerek és az értékelési folyamatok számára.
- Az tanárok felvértezése a proaktívan inkluzív tanításhoz, a sokféleség kezeléséhez, és valamennyi tanuló támogatásához szükséges készségekkel és ismeretekkel. A tantestületnek tükrözni kellene a diákság sokszínűségét.
- A források rugalmas elosztásán alapuló, folyamatos támogatás kialakítása.
- Olyan rugalmas és alakítható, célzott támogatási intézkedések bevezetése, mint például: szakemberek és multidiszciplináris csoportok rendelkezésre állása; rugalmas finanszírozás az iskolák számára, hogy gyorsabban reagálhassanak a diákság változó igényeire;

INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

SIKERMUTATÓK

- ▶ Az iskolai személyzet képzésben részesül a méltányosság, a sokféleség és a befogadás témájában.
- ▶ Sor kerül a diákok értékelési adatainak részletes elemzésére.
- ▶ Felmérik a különleges figyelmet igénylő, és abban részesülő diákok létszámát.



TIPPEK

- ★ Előfordulhat, hogy a jelenlegi iskolastruktúrák fő prioritása az, hogy minden gyermek esetében biztosított legyen a magas szintű teljesítmény, ám ez gyakran a már eleve sikeres tanulók tanulmányi eredményeinek javulását eredményezi. A lehetséges megoldások közé tartozik az iskolai célkitűzések felülvizsgálata és átalakítása a korai és minőségi oktatás hosszú távú gazdasági előnyeinek megértése alapján, valamint olyan, egyértelmű szakpolitikai döntések meghozatala, amelyek magukban foglalják az iskolákban nyújtott megfelelő speciális támogatást és a tanárképzést.



Európai gyermekgarancia

Az [európai gyermekgarancia](#) célja, hogy eredményes és ingyenes hozzáférést biztosítson a kisgyermekkorú neveléshez és gondozáshoz, az oktatáshoz és az iskolai tevékenységekhez, valamint egyéb szolgáltatásokhoz a rászoruló gyermekek számára. A tagállamok számára ajánlott, hogy foglalkozzanak a rászoruló gyermekek oktatási tevékenységekben való teljes körű részvételét akadályozó pénzügyi és nem pénzügyi tényezőkkel. Ez magában foglalja többek között a korai iskolaelhagyás csökkentésére irányuló intézkedéseket, a tanulási zavarokkal küzdő és sajátos nevelési igényű gyermekek támogatását, az igényeihez való igazodást, a szegregált osztályok elkerülését célzó lépéseket, valamint a tananyagok és a közlekedés biztosítását az oktatási intézmények, a helyi közösségek és a szociális szolgáltatások együttműködési kereteinek kidolgozása révén. Lásd még: [Technikai támogatás](#)

Portugália [54/6. sz. törvényerejű rendelete](#) olyan folyamatként határozza meg a befogadást, amely valamennyi diák eltérő igényeit és potenciálját szem előtt tartja, és szorgalmazza az iskolák számára, hogy alakítsanak ki olyan kultúrát, amely minden diák számára lehetőséget biztosít a tanulásra, értékeli a sokféleséget, valamint előmozdítja a méltányosságot és a megkülönböztetésmentességet az oktatáson belül. Az Európai Bizottság [technikai támogatást](#) nyújtott a végrehajtás nyomon követéséhez.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

- [Nyelvi tudatosság Finnországban](#)
- [Refugees Well School program](#)
- [Kétnyelvű inkluzív oktatás](#) Madridban **(Spanyolország)**

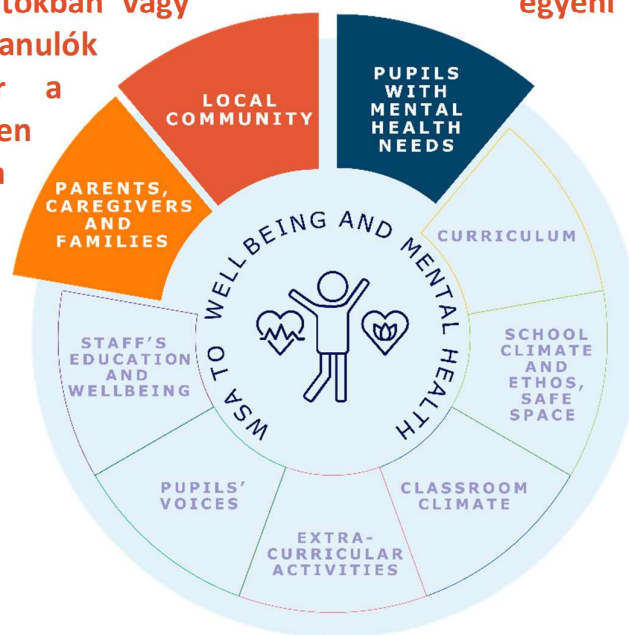


11. A mentális egészségügyi szükségletekkel rendelkező diákok hozzáféréseinek garantálása a támogatási szolgáltatásokhoz



Ha megfelelő képzés és támogatás áll rendelkezésre, az iskolák és a tanárok alapvető szerepet játszhatnak a korai előrejelzésben és a mentális egészségügyi problémák mielőbbi azonosításában. Az iskolák mentális egészségügyi szakemberekkel együttműködve kiegészítő támogatást nyújthatnak kis csoportokban vagy egyéni felállásban, hogy elősegítsék a rászoruló tanulók fejlődését. Ezek a beavatkozások akkor a legeredményesebbek, ha az iskola minden dolgozója, más szakemberek, a szülők/gondviselők és a tanulók csapatként működnek együtt.

A tanárok és a tanulók között szoros és rendszeres kapcsolat áll fenn, ezért a **tanárok szerepe az, hogy pedagógiai megfigyelés révén felismerjék, amikor stressz merül fel, vagy amikor a mentális egészségügyi problémák olyan súlyosak, hogy további segítséget kell igényelni családtagoktól és mentális egészségügyi szakemberektől** (idetartoznak például a pszichológiai szolgáltatások, a szociális szolgáltatások, az iskolai ápolók és a tanácsadók). Ezekben az esetekben a közös fellépés révén mind az iskolai, mind az otthoni környezetben oda lehet figyelni a tanulók egyéni igényeire.



A POLITIKAI DÖNTÉSHOZÓK JAVASOLT TEENDŐI

- Különös figyelem fordítása a mentális egészségre az iskolai szakpolitikákon belül, többek között a mentális egészségügyi szolgáltatások finanszírozásának növelése révén.
- Megfelelő számú mentális egészségügyi szakember foglalkoztatása az iskolákban, és a szakemberek támogatása abban, hogy hálózatot építsenek az egészségügyi szolgáltatókkal.
- Befektetés a mentális egészség tudatosításába és megértésébe a mentális egészségügyi problémák által érintettekkel szembeni megfélemlítés és hátrányos megkülönböztetés csökkentése érdekében.
- Annak biztosítása, hogy a tanárok és az iskolai minden dolgozójamegfelelő felkészültséggel és ismeretekkel rendelkezzenek a mentális egészségügyi problémák megértéséhez, valamint strukturált pedagógiai megfigyelések révén felismerjék az ilyen jellegű nehézségek korai jeleit.
- Hozzáférhető tájékoztatás biztosítása **segélyvonalakkal és/vagy forródróttal** kapcsolatban, és tudatosságnövelő programok végrehajtása annak érdekében, hogy a diákok és a szülők/gondviselők tájékoztatást kapjanak az iskolákban elérhető, mentális és fizikai egészséghez kapcsolódó minden szolgáltatásról

SIKERMUTATÓK

- ▶ Finanszírozást különítenek el arra, hogy az iskolai személyzet valamennyi tagja mentális egészségügyi elsősegélynyújtási képzésben részesüljön.
- ▶ Elegendő számú (mentális) egészségügyi szakembert foglalkoztatnak közvetlenül az iskolán belüli szolgáltatásnyújtáshoz.
- ▶ Az iskolák aktívan együttműködnek az egészségügyi ágazatokkal azzal a céllal, hogy megkönnyítsék a gyors és megfelelő szolgáltatásnyújtást a fiatalok számára.



TIPPEK

MIT SZERETNÉNEK A GYERMEKEK?

A „Mit szeretnének az európai gyerekek?” felmérés 10 legfontosabb ajánlása közé tartoznak a következők:

- ★ Átfogó, mentális egészséggel kapcsolatos oktatási programok végrehajtása az iskolákban.
- ★ A mentális egészséget övező megbélyegzés felszámolására irányuló tevékenységek végrehajtása.
- ★ A mentális egészséggel kapcsolatos támogatás beépítése valamennyi iskola működésébe, beleértve a hátrányos megkülönböztetés által érintett diákokat célzó beavatkozásokat is.
- ★ Annak biztosítása, hogy az iskolákban és a közösségeken belül rendelkezésre álljanak mentális egészséggel kapcsolatos erőforrások.



INSPIRÁLÓ GYAKORLATOK

„Help YES” program Horvátországban

A horvát közegészségügyi intézet által végrehajtott HELP YES program eszközöket biztosít a pedagógusok számára a mindennapi iskolai munkájuk elvégzéséhez, valamint szükség esetén a gyermekek és a fiatalok mentális egészségügyi támogatásához. A program alapvető ismeretekkel szolgál a mentális egészségről, fejleszti a mentális egészségügyi problémák felismeréséhez szükséges készségeket, és tájékoztatást nyújt a szakmai segítség igénybevételének úgynevezett „3P” lépéséről (megközelítés – támogatás – megerősítés).

A Nemzeti Mentális Egészségügyi Intézet, „Na Rovinu” („Egyszerűen”) kezdeményezése Csehországban

A „Na rovinu” elnevezésű nemzeti destigmatizációs kezdeményezés a mentális egészségügyi ellátás reformjának részeként vette kezdetét 2017-ben. A kezdeményezés jelentős sikereket ért el az elmúlt 7 évben. Támogatja a megelőzést és a jártasságot a mentális egészség területén, és igyekszik mindenkinek lehetőséget biztosítani arra, hogy az élet minden területén megtapasztalja a jóllétet. <https://narovinu.net/>.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓFORRÁSOK

- Mentális egészséggel kapcsolatos elsősegélynyújtási [képzés Luxemburgban](#)
- Norvégia „Digi-Ung” [portálja](#)