

Halmos Alexandra (Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem Illyés Sándor Szakkollégium)

Pozitív oktatás: Hallgatói jóllét és pozitív pszichológiai intervenció

A világ többi részéhez hasonlóan a magyarországi felsőoktatási intézmények hallgatóinak mentális egészsége vagy jólléte aggodalomra ad okot, amely az illetékes szerv belső felmérése alapján a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem hallgatóit is érinti. Számos külföldi kutatás jutott arra a következtetésre, hogy a pozitív pszichológiai intervenciók és a pozitív oktatás pozitívabb jóllétfaktorokkal, például magasabb rezilienciával, étellel való elégedettséggel és kisebb distressz-szinttel, alacsonyabb számú depresszió-tünettől fonódik össze, valamint korrelációt mutat a jobb akadémiai teljesítménnyel. A pozitív oktatást meghonosítandó a kutatásunk célja egy pozitív pszichológiai intervenció elindítása és hatásvizsgálata a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetemen. Az intervenció a "Pozitív pszichológia és önfejlesztés" c. szabadon választható kurzus kereteiben valósul meg. A kurzus hatását mérő kvantitatív és kvalitatív kérdőívet 22 hallgató töltötte ki, és az ismételtméréses variancia-analízis alapján kis hatásméretű növekedést figyelhettünk meg a hallgatói boldogságban, az optimizmusban és a kivirágzásban, míg nem találtunk szignifikáns eltérést a rezilienciában, a jóllétben és az étellel való elégedettségben. A kvalitatív eredmények a kurzus legnagyobb hozadékeként a fejlődést segítő eszközökhöz jutást, a boldogságot és az optimizmus emelték ki. Bár eredményeinket a kutatás limitációi fényében érdemes értelmezni, eredményeink azt mutatják, hogy a hallgatók sokféle módon kamatoznak a kurzusból, és érdemes jóllét-intervenciót nyújtani, pozitív oktatást alkalmazni a felsőoktatási intézményekben.

Hegedűs Hanga (SZTE Móra Ferenc Szakkollégium)

A kevesebb néha több

A témám középpontjában a Könnyen Érthető Kommunikáció (továbbiakban KÉK) áll, amely egyenlő esélyű hozzáférést biztosít az információkhoz értelmileg akadályozott emberek számára.

Magyarországon egyelőre kevés tudásunk van a KÉK-ről, és még kevesebb tudományos kutatás támasztja alá azt, hogy a módszer valóban hasznos-e. A KÉK más országokban (például a skandináv, az angolszász és a német nyelvű országokban) már jelentős segítséget jelent az értelmileg akadályozott személyek hétköznapjaiban, és számukra is lehetőséget nyújt az egyenlő esélyű információhoz jutásban. Szeretném, hogyha a KÉK Magyarországon is hozzáférhető lenne a célcsoport számára, és minél több értelmileg akadályozott ember hétköznapját segítené meg, de ahhoz, hogy a KÉK biztos alapokon állhasson, és hogy ez a kommunikációs eszköz a célcsoport számára leginkább