

## BGSZC PESTSZENTLŐRINCI TECHNIKUM

1184 Budapest, Hengersor u. 34.

Készítette: Képes Csilla (igazgató) & Horváth Hajnal (koordinátor tanár)

# MÓDSZERTANI KIADVÁNY A DIÁKOK HANGJA TÉMANAP MEGVALÓSÍTÁSÁHOZ

*„...hogy a hangunk ne csak zaj legyen, hanem párbeszéd...”*

### DIÁKHANG CSAPAT:

10. osztályos logisztikai technikus tanulók: **Amanda, Lexy, Erik, Kornél, Ádám**

- UNICEF „Rajtad áll a jövőd!” Országos Döntős Projekt
- imaGen Ventures 2026 Globális Kihívás Döntőse

Jelen kiadvány a BGSZC Pestszentlőrinci Technikum elkötelezett tanár- és diákcsoportjának közös munkájával jött létre. Célunk, hogy gyakorlati útmutatót és inspirációt nyújtsunk a hazai középiskolák számára a diák-tanár párbeszéd megteremtéséhez, a tanulói társtervezés folyamatához és a fenntartható fejlesztési célokhoz (SDG) való kapcsolódáshoz.



## 1. KIK VAGYUNK ÉS HOGYAN ÉPÜL FEL A PROJEKT?

A kezdeményezés a BGSZC Pestszentlőrinci Technikum diákcsapatának – Amanda, Lexy, Erik, Kornél és Ádám (10. osztályos logisztikai technikus tanulók) – kezdeményezéséből indult el. Az UNICEF „Rajtad áll a jövő!” programjában és támogatásával kezdődött a PROJEKT. Az ott megszerzett tapasztalatokból azonban egy önálló kezdeményezés alakult ki, melyet azóta a diákokkal együtt folyamatosan tovább építettünk. A célunk kezdettől az volt, hogy a diákok véleménye ne pusztán meghallgatásra kerüljön, hanem valódi párbeszéd és lehetőség legyen belőle a változásra. Projektünk bejutott a nemzetközi imaGen Ventures 2026 Globális Kihívás döntőjébe is.

Kutatómunkánk – amelyben több mint 2000 budapesti diák és tanár vett részt – rávilágított arra, hogy a tanulók a véleményük súlyát mindössze 2,74-re értékelik egy 6-os skálán, a csend mögött pedig sokszor bizalomhiány és a megbélyegzéstől való félelem húzódik meg.

### **A tanulói társtervezés (co-design) valódi mélysége**

Ez a módszertani kiadvány és a projektnap teljes szerkezete nem felülről utasított elmélet vagy sablonos programátvitel. A legfőbb értékünk és erősségünk az, hogy a programot a tanulókkal folyamatosan egyeztetve, az ő aktív bevonásukkal és társtervezésével (co-design) hoztuk létre. A diákok nem meglepetésként kapják a napot: részben már előre tudják, mi fog velük történni, hiszen ők maguk formálták a feladatokat és a kereteket. Ez a közös munka mind a pedagógusok, mind a diákok részéről rendkívüli előkészületet, felelősségvállalást és jelentős túlmunkát igényelt, amit a közösségi jóllét és az iskola megújítása iránti elköteleződésből fektettünk be.

### **Együttműködés és közös élmény – nem mechanikus feladatátvitel**

A hazai közoktatásban léteznek értékes akciópedagógiai kezdeményezések, amelyek mintaként szolgálhatnak. A mi megközelítésünk azonban nem a feladatok pusztán átvitelére épül. Nem egyoldalú elvárásrendszer fogalmazunk meg, hanem olyan közös élményt és gondolkodást teremtünk, ahol tanár és diák valóban egymásra talál.

### **A rendszerszintű mozgósítás jelentősége és kihívása**

A DIÁKHANG modell egyik legnagyobb különlegessége, hogy nem csupán 1-2 szakkört vagy kiemelt osztályt von be, hanem az egész iskolát egyszerre mozditja meg egyetlen koordinált napi ívben. Egy teljes intézmény (több száz diák és a teljes nevelőtestület) egyidejű megszólítása rendkívül összetett szervezési feladat, létrehozása hatalmas energiákat igényel. Ugyanakkor éppen ez adja a súlyát: az egész iskolára kiterjedő rendszerszintű közösségi élmény képes áttörni a bizalmatlanság falait.

## 2. A FENNTARTHATÓSÁG ÉS AZ SDG KERETRENDSZER

### Miért nem a „semmiből” jelenik meg az SDG?

A Fenntartható Fejlődési Célok (SDG) nem véletlenül vagy külső elvárásként kerülnek be a kiadványba. A DIÁKHANG filozófiájának alapja a fenntartható intézményi gondolkodás. A projektnap nem egyetlen elszigetelt, alkalmi rendezvény, hanem egy olyan folyamat indítóállomása, amely hosszú távon formálja az iskola kultúráját. Ebben a szemléletben a diákok és a tanárok nemcsak a jelen problémáit elemzik, hanem felelősen gondolkodnak a jövő iskolájáról és társadalmáról.

### Az ENSZ Fenntartható Fejlődési Céljai a DIÁKHANG-ban

Az ENSZ 17 Fenntartható Fejlődési Célja közül a DIÁKHANG kiemelten a 3. és 4. célra fókuszál, miközben háttérként megjelenik a tisztességes munka (SDG 8), a béke és erős intézmények (SDG 16), valamint a partnerség (SDG 17) gondolata is.

| SDG 3: Jó egészség és jóllét                                                                                                                                                                                                                                                                | SDG 4: Minőségi oktatás                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| A jóllétet kétoldalúan értelmezzük: a diákok mentális egészsége, biztonságérzete és stresszmentesítése mellett a pedagógusok jólléte, mentális védelme és kiegészének megelőzése is a rendszer szerves része. Egy fejlődő iskola csak akkor működik, ha a tanár is biztonságban érzi magát. | A hagyományos alá-fölé rendeltségi beidegződések feloldása, az élményalapú, kritikai és partneri tanulási környezet megteremtése. A diákok nem passzív hallgatói a tananyagnak, hanem aktív alakítói a saját tanulási folyamatuknak. |

### A VOICE módszertan mint szakmai háttérmodell

A nemzetközi döntőre készülve a DIÁKHANG csapattal egyeztetve a koordinátor által kidolgozott VOICE módszertan szolgál a projektnap szakmai háttérmodelljeként. A VOICE-ot nem kell elméleti tananyagként oktatni a diákoknak – ők a nap felépítésén keresztül, a gyakorlatban élik át a hatását. Jelenléte garancia arra, hogy a rendezvény mögött átgondolt, strukturált pedagógiai és szervezetfejlesztési modell áll.

### 3. A TÉMANAP MÓDSZERTANI ÍVE ÉS KERETE

#### A teljes nap szocializációs és közösségi kerete

A projektnapnak van egy nagyon tudatos, biztonságos kerete: Osztályteremből indul egy Hangmérő foglalkozással, tudatos ráhangolódással. Majd a vegyes Diák-csoportokra különböző hangulatú és témájú élményműhely vár. Szünetben Fesztivál-Break. Majd visszacsatolásként ismét a saját osztályukban mérik fel a nap eseményeit. Ez a szocializációs ív garantálja, hogy a tanulók az ismerős osztály közösségéből indulva lépjenek ki az iskola többi diákjával való találkozásba, majd a nap végén visszatérve biztonságos közegben dolgozhassák fel az őket ért élményeket.

#### Rugalmas időtartamok (Óra:perc időpontok helyett)

A program nem merev csengőrendszerhez kötődik, hanem rugalmas idősávokkal dolgozik, elősegítve a mély elmozdulást és a kényelmes szervezést:

| A Téma nap Lépései                                  | Időtartam     | Módszertani Tartalom és Tevékenység                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Ráhangolódás & A HANGMÉRŐ (Saját osztályban)     | 45 perc       | Saját osztályteremben indító motivációs videó (5–7 perc) megtekintése. A HANGMÉRŐ anonim mérés kitöltése a pillanatnyi iskolai közérzetről és a véleményéről. Menetlevelek átvétele. |
| 2. Párhuzamos Műhelyek (Forgószínpad)               | 3 × 60 perc   | A diákok vegyes Diákhang-csoportokban rotálódnak a választott műhelyek között. Egy diák pontosan 3 műhelyen vesz részt.                                                              |
| 3. Diákhang Break (Fesztivál-szünet)                | Köztes idősáv | Kötetlen közösségi szünet az iskola központi tereiben: Post-it üzenőfal, nyitott mikrofon, Diákhang Flashmob és frissítők.                                                           |
| 4. Osztálytermi Értékelő Szakasz (Saját osztályban) | 45 perc       | Visszatérés a saját osztályterembe. Élménymegosztás („Mit hoztál vissza?”), A HANGMÉRŐ záró mérése és visszacsatolása, valamint egyetlen közös osztályügy kiválasztása.              |

#### A Menetlevél / Útleveél logikája: Nem minden diák megy mindenre!

A programbankban 13 különböző műhely található, miközben egy diák a 3 × 60 perces idősávban pontosan 3 műhelyen vesz részt a saját Menetlevele alapján. Egyetlen diák sem tudja az összes műhelyt bejárni! Ez a választási logika szándékos és kulcsfontosságú: a tanulóban egészséges kíváncsiság és hiányérzet marad. Azokat a népszerű műhelyeket, amelyekre most nem jutottak be, a diákok a jövő évi projektnapon vagy a havi rendszeres játéknapokon szeretnék majd kipróbálni. Ez a struktúra biztosítja a program fenntartható folytonosságát és a várakozást.

## 4. A PROGRAMBANK

A műhelyek párhuzamosan működnek az iskola kijelölt termeiben a 3 × 60 perces sávokban:

### 1. Mondd Ki! – Diákhang Labor [Párbeszéd & Biztonság]

**Cél és leírás:** A beszélgetős, biztonságos tér kialakítása, ahol a diákok nyíltan megoszthatják gondolataikat.

**Módszertani lépések & folyamat:** • Anonim mondatkezdő kártyák húzása („Bárcsak a tanárok tudnák...”, „Akkor számít a véleményem, ha...”).

- A válaszok közös csoportosítása a falon és mentén való kötetlen beszélgetés.
- Egyetlen kiemelt üzenet megfogalmazása az iskola közössége számára.

**Eszközök & kellékek:** Mondatkezdő kártyák, filcek, fali csomagolópapír.

### 2. Állj bele! – Dilemma Labor [Vita & Állásfoglalás]

**Cél és leírás:** Térbeli állásfoglalás a tornateremben/nagyteremben megosztó iskolai kérdésekről.

**Módszertani lépések & folyamat:** • Kétpólusú állítások felolvasása („A jó tanár szigorú”, „A jegy motivál”, „A telefon kitiltása jó dolog”).

- A diákok fizikai helyváltoztatással jelzik álláspontjukat a terem két oldala között.
- Az álláspontok ütköztetése: a cél nem a másik legyőzése, hanem a másik nézőpontjának megértése.

**Eszközök & kellékek:** Jelölőszalagok, hangosítás, szituációs kártyák.

### 3. Bullshit-detektor [Kritikai Gondolkodás]

**Cél és leírás:** Gyakori iskolai közhelyek és sztereotípiák kritikai elemzése és cáfolata.

**Módszertani lépések & folyamat:** • Közhelykártyák vizsgálata („A mai fiatalokat semmi nem érdekli”, „Úgysem változik semmi”).

- Érvek és ellenérvek gyűjtése 3 kategóriában: IGAZ / NÉHA IGAZ / NEM ÍGY VAN.
- Saját tapasztalatokból építkező reális helyzetkép megfogalmazása.

**Eszközök & kellékek:** Sztereotípiák-kártyák, 3 színű kategória-tábla.

## 4. A PROGRAMBANK (FOLYTATÁS)

### 4. Fordított iskola [Szimuláció & Felelősség]

**Cél és leírás:** Iskolavezetési szimuláció, ahol a diákok hozzák meg a szabályokat, de viselik a következményeket is.

**Módszertani lépések & folyamat:** • A diákok új szabályokat alkotnak a késésről, mobilhasználatról, értékelésről és büféről.

- A facilitátor bedobja a „DE MI VAN, HA...?” következménykártyákat.
- Felismerés: döntés → következmény → felelősség szoros egysége.

**Eszközök & kellékek:** Következménykártyák, szabályalkotó munkalap.

### 5. Hackeld meg az iskolát 1 [Problémamegoldás]

**Cél és leírás:** Gyakorlati problémafejtés és konkrét akciótervezés strukturált munkalapon.

**Módszertani lépések & folyamat:** • Egy konkrét iskolai probléma kiválasztása és gyökérok-elemzése A2-es lapon.

- A felület kitöltése: ZAVAR → MIÉRT? → MIT SZERETNÉNK HELYETTE? → MIT TEHET AZ ISKOLA? → MIT TEHETÜNK MI? → ELSŐ LÉPÉS.

- 60 másodperces villámpitch a kidolgozott megoldási javaslatról.

**Eszközök & kellékek:** A2-es munkalapok, színes filcek, stopper.

### 6. Egy millió forint + 30 nap [Prioritás & Pénzügyek]

**Cél és leírás:** Pénzügyi keretelosztási és prioritási szimuláció valós iskolai fejlesztésekre.

**Módszertani lépések & folyamat:** • Fiktív (vagy alapítványi) keretösszeg és határidő beosztása a csoport által.

- Érvelés és kompromisszumos döntéshozatal a különböző diákigények között.
- A megvalósíthatósági és fenntarthatósági szempontok védelme a csoport előtt.

**Eszközök & kellékek:** Költségvetési táblázat, fejlesztési kártyák.

### 7. Jövő iskolájának felépítése 2035 [Vision-Building]

**Cél és leírás:** A jövő ideális tanulási környezetének megtervezése és a jelenbe való visszahozása.

**Módszertani lépések & folyamat:** • A jövő iskolájának megtervezése (értékelés, közösség, tanulási terek, tanár-diák viszony).

- A kulcskérdés megválaszolása: „Mi az ebből, amit nem kell 2035-ig halasztani, hanem holnap elkezdhető?”
- A holnap elindítható kis lépések rögzítése.

**Eszközök & kellékek:** Vizuális tervezőlapok, jövőkép-kártyák.

## 4. A PROGRAMBANK (FOLYTATÁS)

### 8. Generációs ellentétek és találkozások [Hídpítés & Emóció]

**Cél és leírás:** A tanári és diák szempontok, túlterheltség és digitális szleng kölcsönös megértése.

**Módszertani lépések & folyamat:** • Diák szlengszótár és tanári elvárások összevetése humoros, elfogadó légkörben.

- A tanári és a tanulói túlterheltség párhuzmainak feltárása.
- A kölcsönös tiszteleten alapuló „generációs híd” alapkötetele.

**Eszközök & kellékek:** Szleng-kártyák, generációs összehasonlító lap.

### 9. Lélekhang – Csoportos Mentális Erőforrás-műhely [Mentális Egészség & Jólét]

**Cél és leírás:** Csoportos mentálhigiénés műhely az iskolapszichológus segítségével a feszültségek feloldására.

**Módszertani lépések & folyamat:** • CÉL: Egyéni terápia helyett csoportos közösségi élmény! Néha a diákok egyénileg nem jutnának be vagy félnének, de együtt, egymást bátorítva könnyebben megnyílnak.

- Pszichológus által vezetett feszültségoldó és érzelmi jóllét gyakorlatok.
- A biztonságos iskolai közeg és az egymásra figyelem élményének megélése.

**Eszközök & kellékek:** Babzsákok, relaxációs eszközök, beszélgetőkártyák.

### 10. Idő kapszula – Mit üzensz a végzős énednek? [Önreflexió & Jövőkép]

**Cél és leírás:** Személyes vállalások és jövőkép megfogalmazása lezárt borítékban.

**Módszertani lépések & folyamat:** • Személyes üzenet és vállalás megírása a saját iskolai jövőnkkel kapcsolatban.

- A levelek lezárása és elhelyezése a DIÁKHANG szoba idő kapszulájában.
- A borítékok őrzése a ballagásig vagy a képzés befejezéséig.

**Eszközök & kellékek:** Idő kapszula doboz, lepecsételhető borítékok, emléklapok.

## 4. A PROGRAMBANK (FOLYTATÁS)

### 11. Ctrl+Z : Csináljuk vissza! [Restoratív Szerepjáték]

**Cél és leírás:** Konfliktuskezelő szerepjáték az elrontott tanár-diák helyzetek helyreállítására a „Ne bántsunk!” elv alapján.

**Módszertani lépések & folyamat:** • Gyakori elrontott iskolai konfliktushelyzetek eljátszása (beszólás, késés, félreértés).

- A Ctrl+Z gomb megnyomása és a jelenet újrajátszása restoratív, helyreállító módon.
- A jóvátétel és az emberi méltóság megőrzésének gyakorlása.

**Eszközök & kellékek:** Szituációs kártyák, Ctrl+Z jelzőkártyák.

### 12. AI, telefon – Barát vagy ellenség? [Digitális Etika]

**Cél és leírás:** Iskolai telefonhasználat és Mesterséges Intelligencia helye a tanulásban. („Mit gondolsz, gondolsz-e egyáltalán?”)

**Módszertani lépések & folyamat:** • Digitális szokások és a figyelem-menedzsment őszinte feltérképezése.

- Az AI etikája: segítség a megértésben vs. csalás a dolgozatnál.
- Iskolai Digitális Etikai Kódex tervezése a diákok által.

**Eszközök & kellékek:** Digitális kódex lapok, AI-prompt kártyák.

### 13. Diákhang Aréna Csoport [Egészségmegőrzés & Közösség]

**Cél és leírás:** Energizáló, lazulós és egészségmegőrző közösségi tér a programsorozat során.

**Módszertani lépések & folyamat:** • CÉL: Közösségi feltöltődés és egészséges életmód a műhelyprogramok részeként.

- Egészséges ételek, friss gyümölcszsiget és szendvicsek biztosítása a résztvevőknek.
- Spontán közösségi örömuzene, játékos mozgás és közös flashmob.

**Eszközök & kellékek:** Gyümölcszsiget, frissítők, zenei alapok.

## 5. A NAP KÖZTES KERETEI ÉS AZ OSZTÁLYTERMI ZÁRÓ REFLEXIÓ

### A DIÁKHANG BREAK (Köztes Fesztivál-Szünet)

A Műhelyek közötti időszámban megrendezett **DIÁKHANG Break** nem egy hagyományos iskolai szünet, hanem az egész iskolát átható, kötetlen fesztiválművés. Itt kap helyet a nyitott mikrofon (Open Mic), a Post-it üzenőfal („*Egyetlen mondat, amit szeretném, ha meghallanátok...*”), az egészséges frissítősziget, valamint a rendezvény egyik leglátványosabb eleme: a közös **DIÁKHANG Flashmob**, amely egyesíti a diákokat és a pedagógusokat.

### A visszajelzés a napról, reflexiók

A projektnap legsarkalatosabb pontja a záró időszámba, amikor a tanulók a vegyes műhelycsoportokból visszatérnek a saját osztályukba. Rendkívül fontos, hogy a diákok a nap végén ne csak 'elszaladjanak' az élményekkel, hanem lehetőségük legyen ventilálni, kibeszélni a tapasztalatokat és megosztani egymással, hogy ki milyen műhelyben járt.

### A Keret Módszertani Összefoglalása

#### A DIÁKOK HANGJA TÉMANAP TELJES FOLYAMAT-ÍVE:

- 1. Osztálytermi Indítás:** Ráhangolódás a saját közösségben, indító videó megtekintése, A HANGMÉRŐ 1 felmérés kitöltése.
- 2. Szétválás & Szocializáció:** A diákok vegyes csoportokban járják be a Menetlevél szerinti 3 műhelyállomást, új kapcsolatokat építve.
- 3. Fesztivál-Break:** Kötetlen felüdülés és nyitott kommunikáció az iskola központi tereiben.
- 4. Visszacsatolás:** A tapasztalatok közös megbeszélése, A HANGMÉRŐ értékelő kérdőív kitöltése. A diákok megosztják élményeiket, és közösen választanak ki egyetlen ügyet, amit az osztály képvisel.
- 5. Jövőépítés:** A kimaradt műhelyek iránti igény megalapozza a havi játéknapokat és a következő évi projektnapot!

### A folyamatosság biztosítása: Havi játéknapok és éves projektnap

Mivel a diákok a Menetlevél alapján csak 3 műhelyre jutottak el a 14-ből, a lezáráskor az osztályban összegyűjtik, melyik állomásokról hallottak a legpozitívabb élményeket a társaiktól. Az így megfogalmazott igények alapján az iskola a tanév során havi 1-1,5 órás játéknapokat szervez a DIÁKHANG terepen, az év végén pedig a tapasztalatokra építve rendezi meg a következő éves projektnapot.

## 6. ÖSSZEGZÉS ÉS INSPIRÁCIÓ A PEDAGÓGUSOKNAK

### Inspiráció az intézményi megújuláshoz

Kedves Pedagógus Kollégák! Ezt a kiadványt forgatva kérjük, ne csupán egyetlen rendezvény forgatókönyvét vagy feladategyüttesét lássák benne. A DIÁKHANG nem egy sablonos feladatátvitel. Ha egy iskola úgy dönt, hogy elindul ezen az úton, akkor az nem intézhető el egyetlen kötelező óratervvvel. Ehhez plusz energiát, nyitottságot és elköteleződést kell beletennie tanárnak és diáknak egyaránt.

A közös felkészülés, a diákokkal való társtervezés és a kétoldalú meghallgatás olyan bizalmi tőkét teremt az iskolában, amely többszörösen megtérül a hétköznapiak során: csökken az órai feszültség, javul a tanár-diák viszony, és a tanulók valódi felelősséget vállalnak a saját közösségükért.

#### ÜZENET A KOLLÉGÁKNAK ÉS INTÉZMÉNYVEZETŐKNEK:

Merjenek hinni abban, hogy a diákok nem ellenfelek, hanem partnerek! A tanár nem gép, a diák nem probléma. Amikor teret adunk az őszinte párbeszédnek, feloldódnak a görcsök, és az iskola újra azzá válik, aminek lennie kell: a közös fejlődés, a biztonság és a bizalom terévé.

*„...hogya a hangunk ne csak zaj legyen, hanem párbeszéd...”*

**– A DIÁKHANG csapat mottója –  
BGSZC Pestszentlőrinci Technikum**