

Van-e bizonyítható, egészségre gyakorolt pozitív hatása az iskolakertnek? Válaszkeresés a review módszerⁱ segítségével

Is the positive health impact of school gardens evidence-based? Possible answers deriving from the review method

Szerzők: Kovács Piroska Anna✉, Solymosy József Bonifác
Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet

Beküldve: 2016.06.21.

Összefoglaló: Egy, a BioMed Central oldalán 2016-ban megjelent cikkben, a szerzők review módszerrel az iskolakertek egészségre gyakorolt jótékony hatására kerestek bizonyítékot. A cikk alapján ízelítőt szeretnénk nyújtani a review készítés módszertanából, bemutatva a lényeges lépéseket. Valamint, beszámolunk a cikkben közölt jelentősebb kutatási eredményekről és következtetésekről. Továbbá, megosztjuk gondolatainkat az iskolakertről és vázlatosan áttekintjük a magyarországi kezdeményezéseket, ösztönözve az olvasókat a szakmaközi együttműködés jegyében a folyóiratban való publikálásra, lehetőséget biztosítva ezzel a közös gondolkodásra.

Kulcsszavak: iskolakertek egészséghatása, szisztematikus review készítés módszertanának bemutatása, Magyar iskolakert kezdeményezések

Summary: In an article published in BioMed Central in 2016 the authors looked for evidence of health benefits of school gardens with the systematic review methodology. Based on the article we would like to offer a glance about the process of the systematic review methodology, by presenting the essential steps. Moreover, reports on significant research results and conclusions are presented in the article. In addition, we share our thoughts on school gardens and provide a short overview of the initiatives in Hungary, encouraging readers in the spirit of inter-professional collaboration to publish in the magazine, in an attempt to give the opportunity to think together.

Keywords: health benefits of school gardens, demonstration of the process of the systematic review methodology, innovations of school gardens in Hungary

ⁱ szisztematikus irodalmi áttekintés

Egy 2016-ban megjelent cikkben, a review módszerrel a szerzők az iskolakertek egészségre gyakorolt jótékony hatására kerestek bizonyítékot. Célunk a következő:

- a) a nevelő-oktató munka részét képező iskolakert bemutatása;
- b) betekintés nyújtása a review készítés módszertanába;
- c) a cikkben közölt kutatási eredmények és következtetések bemutatása;
- d) a magyarországi kezdeményezések vázlatos áttekintése.¹

GONDOLATOK AZ ISKOLAKERTRŐL, MINT A NEVELŐ-OKTATÓ MUNKA RÉSZÉRŐL

Az iskolakert módszer lényege, hogy a gyermekek a tantermen kívül, a szabadban, friss levegőn sajátíthatnak el különböző ismereteket az élményközpontú tanulás során. A tantervben foglaltak mellett az iskolakert lehetőséget nyújt a gyermekeknek az egészséges táplálkozás alapjainak megismerésére is. Szakember bevonásával az osztályok saját felhasználásra is termelhetnek zöldségeket és gyümölcsöket. A kitartó kerti munkák gyümölcsét élvezhetik együtt tanárok, szülők, önkéntesek, gyermekek. A közös munka során elért sikerélmény hatására növekedhet az önbizalmuk, valamint a csapatszellem és szocializációs készségek is fejlődhetnek.

A mozgáshiányos életmódú gyermekeknek a kerti teendők ellátása során lehetősége nyílik fizikumuknak és korosztályuknak megfelelő, változatos mozgásra, ami a tanórák után kikapcsolódást is jelenthet. Mint minden módszer esetében, az iskolakert sikere is attól függ, hogy mennyire motivált és hiteles a szervező pedagógus és mennyire sikerül a gyermekeket, szülőket bevonnia.

A fent ismertetett cikk szerzői ezzel a módszerrel ugyan nem találtak erős, egyértelmű bizonyítékot az iskolakert pozitív egészséghatásáról, de ez eredhet önmagában a módszer hiányosságából is, hiszen ne felejtjük el, hogy a szigorú bekerülési kritériumok alapján számos közlemény kimaradt/kimaradhatott a szakirodalmi áttekintésből. Továbbá, fontos azt is figyelembe venni, hogy előfordulhat: egy remekül működő iskolakertről nem készül publikáció, mert

más szakember kompetens az iskolakert működtetésében és megint másik a publikálásban. Így számos jó kezdeményezés helyi szinten marad, és nem értesülnek róla az érdeklődők. Ezért is javasoljuk a szakmaközi együttműködést az egészségfejlesztési aktivitások tervezése, megvalósítása, értékelése során.

A REVIEW KÉSZÍTÉS MÓDSZERTANÁNAK BEMUTATÁSA

A szerzőcsapat tagjai – Heather Ohly, Sarah Gentry, Rachel Wigglesworth, Alison Bethel, Rebecca Lovell és Ruth Garside – a következő címmel készítették a *review*-t: *A systematic review of the health and well-being impacts of school gardening: synthesis of quantitative and qualitative evidence (Sisztematikus irodalmi áttekintés az iskolakert egészségre és jóllétre gyakorolt hatásairól: a kvalitatív és kvantitatív bizonyítékok összegzése)*, amely a BioMed Central oldalán jelent meg. Érdemes megjegyezni, hogy az egyik szerzőtársnak, Alison Bethelnek (University of Exeter) az Információ Specialista Csoport tagjaként, a keresési stratégiák kidolgozása és keresések futtatása révén a *review* összeállítása a fő feladata.ⁱⁱ A szerzők fele, egy korábbi tanulmányban² a közösségi kertek hatékonyságát vizsgálta, amely megalapozta a jelenlegi kutatásuk módszertanát, illetve jelezte a téma iránti elköteleződésüket.

Fontos kihangsúlyozni, hogy a szerzők csak OECD országban megvalósított angol nyelvű publikációval rendelkező kutatásokat vizsgáltak. Így az Egyesült Királyságban, Egyesült Államokban, Portugáliában és Ausztráliában elvégzett kutatásokról végeztek elemzést.

A kutatás módszere a *review* készítés és a kiszűrt cikkek tematikus szintézise.

Lépések:

1. Kereső szoftverek alkalmazása. A hívószavak közé tartozott az iskolai és kertészkedési élmények, és a gyermekkor táplálkozástudománya. A keresés során népszerű adatbázisokban manuálisan, illetve keresőszoftverekkel (ENDNOTE X7, Thomson Reuters) válogattak tanulmányokat. Az intézménytípusok közül a

ⁱⁱ A szerzőről az alábbi linken érhetőek el adatok: <http://clahrc-peninsula.nihr.ac.uk/staff/alison-bethel> (Élérve: 2016.06.09.)

gyermekkel 18 éves korig foglalkozó intézményeket választottak ki. A duplikációkat kiszűrve 3442 tanulmányt találtak.

2. A vizsgálandó tanulmányok kiválasztásához összetett kritériumrendszert alakítottak ki. Kvantitatív vizsgálatok esetében feltétel volt a randomizált kontrollcsoportos vizsgálat. Kvalitatív vizsgálatok esetében minden tudományosan igazolt módszertant elfogadtak. Kimeneteli kritérium volt az egészség és a jól-lét mérhetősége. A bevonási kritériumoknak első körben 163 cikk felelt meg.
3. A személyes átolvasások kapcsán a kutatók javaslatai alapján (pl.: bizonyos tanulmányok esetében nem volt elérhető a teljes szöveg) tovább szűkült a kör, 121 tanulmányra.
4. Standardizált értékelőlapot dolgoztak ki, így az értékelők munkája összehasonlítható és megismételhető. A tanulmányokat többen értékelték egymástól függetlenül és a problémás cikkeket a kutatócsoport együtt tisztázta. A kutatók csoportos megbeszélései után az iskolakert-specifikus eredményekre bizonyítékot kereső tanulmányokból végül 40 került bele a vizsgálatba.
5. A tematikus szintézis során a vizsgálandó tanulmányok három csoportba voltak besorolhatóak. A kvantitatív módszertanon alapuló tanulmányok száma 21, a kvalitatív módszertanra alapozóak száma 16 volt. Három tanulmány kevert módszertant alkalmazott.
6. Az értékelés során a kiválasztási hibát (*selection bias*), kutatási elrendezést, zavaró tényezőket, titkosítást (*blinding*), adatgyűjtést, lemorzsolódást is vizsgálták.

A CIKKBEN KÖZÖLT KUTATÁSI EREDMÉNY BE-MUTATÁSA

A kvantitatív kutatások nem voltak erősek, jelezték a zöldség-gyümölcs fogyasztás emelkedését az iskolakertet megvalósító diákok között (limitált evidencia), de az eredmények többnyire csak önbevalláson alapultak. A kvalitatív kutatások jobb minőségűek voltak és az iskolakert egyértelmű befolyását igazol-

ták hosszabb távon az egészségre és jól-létre. Nyilvánvaló, hogy az osztálytermen kívüli aktivitások vonzóbbak. Kitűnt, hogy az önkéntesek bevonásának is jó eszköze az iskolakert, a helyi közösségformálásban is szerepe van, és a hatása felerősödik, ha az iskolai tananyagba kerül beépítésre.

A következőket érdemes megfontolnia a szakembereknek:

- több robusztus kvantitatív kutatásra lenne szükség, hogy a kvalitatív kutatások által bemutatott pozitív hatások valóban igazoltak lehessenek,
- az iskolakert projektek megtervezése során külön hangsúlyt kell fektetni az eredmények mérhetőségére (önbevalláson alapuló kérdőívek objektív méréssel való kiegészítése) és más kutatásokkal való összehasonlíthatóságára (megfelelő adatok közlése).

A MAGYARORSZÁGI KEZDEMÉNYEZÉSEK VÁZLATOS ÁTTEKINTÉSE

Egyrészt jelen van civil kezdeményezés ezen a területen is, hiszen számos alapítvány kezdeményez iskolakert programokat a fenti indokokra hivatkozva. Másrészt egyre több for-profit cég a társadalmi felelősségvállalás jegyében indít támogatásokat iskolakertek létrehozására. Európai Unió pályázat is foglalkozott ezzel a témával és nyújtott segítséget a megvalósításban. Az egyik ilyen a TÁMOP-3.3.17-15/1 projektⁱⁱⁱ, melynek szakmai eredményeiről még nincs elérhető adat. A másik, a Teljes körű Iskolai Egészségfejlesztés támogatását célzó TÁMOP-6.1.2.A-14/1 projekt a Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet és a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ közreműködésével valósult meg. Ezen belül az egyik nevesített szakmai ajánlás az iskolakertet népszerűsíti (EPSZA^{iv} füzetek – Iskolakert). A projekt eszközöket és szakmai módszertant biztosított több megyében annak a 36 iskolának, amelyek ezt a programelemet szerették volna megvalósítani. A programelem célja a gyermekek attitűd- és ismeret változásának elérése volt, így a programelem megkezdése előtt, valamint zárásakor mindkettő szintje felmérésre került a résztvevő diá-

ⁱⁱⁱ TÁMOP-3.3.17-15/1 – Iskola a természetben

^{iv} EPSZA - egészségfejlesztési programelemekhez kapcsolódó szakmai ajánlások

kok és az őket segítő pedagógusok között. A kertfoglalkozások dokumentálásra kerültek kertnapló formájában, fényképekkel és részletes leírásokkal. A pedagógusoktól kapott visszajelzések alapján elmondható, hogy az Iskolakert programelem népszerű volt a diákok körében, főleg azon diákok esetében, akik a tantermi keretek között nehezen tudtak teljesíteni a tanórák során.

Az EPSZA füzetek a [TIE weboldalon](#) az EPSZA menüpontból érhetőek el.

Végezetül: szívesen fogadunk visszajelzéseket akár a módszertani bemutatóval, akár a magyarországi kezdeményezésekre vonatkozó vázlatos ismertetéssel kapcsolatban.

¹ Heather Ohly et al. A systematic review of the health and well-being impacts of school gardening: synthesis of quantitative and qualitative evidence BMC Public Health 2016

² Rebecca Lovell et al. What are the health and well-being impacts of community gardening for adults and children: a mixed method systematic review protocol BMC Public Health 2014