

A 2024/25 évi programsorozat tematikája

Az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Kepes György Szakkollégiumának
NTP-SZKOLL-24-0016 pályázatáról

2024. szeptember 25. Kiss Csaba - Kutatásmódszertani szakszeminárium a biológia vonatkozásában

Előadó: Kiss Csaba

Cím: Kutatásmódszertani szakszeminárium

Időpont: 2024.09.25.

Helyszín: Eger, Leányka úti kollégium, Társalgó 2

Kiss Csaba az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Biológia Intézetének Állattani Tanszékén dolgozik tanársegédként. Fő kutatási profilja a Sicista trizona koponyamorfológiája, valamint többek között a hazánkban is előforduló közepes- és nagyméretű emlősök monitorozásával is foglalkozik. Ezen előadásában a kutatási módszerekről, publikációkról, valamint kutatási expedíciókról beszélt.

Elsőként az előadásban a mintagyűjtési technikákra tért ki a Tanár Úr. Ezen belül a célkitűzések meghatározása volt, ami megemlítésre került. Ez magának a lebonyolításnak a megtervezését foglalta magába a következő lépéseken keresztül: érdeklődés, szakirodalom áttekintése, hipotézisek felállítása, kísérletek kivitelezése és értékelése.

Ezt követte a terep gyűjtési eszközök bemutatása, mint például a természettudományos kutatások tekintetében az avarrostálás, fűhálózás, lepkehálózás, fénycsapdázás, talajcsapdázás, csalis ketreces csapdák alkalmazása, valamint a nagyemlősöknél gyakran használt kameracsapdák.

Mindezek után a megszerzett adatok feldolgozására tért ki az előadásában. Megemlítette, hogy általában ez egy hosszú és időigényes folyamat, de mindennek egyszerűsítésére és gyorsítására már számos eszköz áll rendelkezésre, például nemrégiben az AI-t is elkezdtek alkalmazni ilyen célra, melyre példát is hozott, ahol egy drónos felvételt elemzett és modellezett le az AI a különféle patások (lovak és tehenek) mozgásáról.

Végül az eredmények bemutatására láthattunk példákat, láthattunk példát publikációra, poszterre, megismerhettük a Citizen Science mozgalmat, mely hazánkban sajnos még nem annyira elterjedt, de egyre nagyobb teret kezd nyerni szerencsére. Megemlítésre került továbbá az Emlőskutatók Szakmai Napja konferencia is, mely legutóbb az egyetemünkön került megrendezésre. Emellett a BIOTA konferencia is témába került. A konferenciákkal kapcsolatban számos információt megtudhattunk, többek között, hogy ezek jelentősége a személyes találkozásokban és közös ötletelésekben rejlik.

Az előadás alatt több szakmai könyv és poszter is körbe lett adva, valamint több kameracsapdás felvételt is láthattunk a Bükkben előforduló farkasokról és medvékről. Az előadás végén pedig egy Erdélyi és egy Montenegrói kutatóexpedícióról láthattunk felvételeket az ezeken a helyeken található élőlényekről és természetéről.

Maga az előadás rendkívül érdekes volt és úgy gondolom mindenki jól átláthatta milyen egy biológiai kutatás, hogyan zajlik, milyen nehézségei és értékei vannak, valamint, hogy miért is fontos mindannyiunk számára, hogy ezen kutatások megvalósuljanak.

Amellett pedig, hogy a természettudományok iránt különösen érdeklődő hallgatók számára az előadás segített elmélyíteni ismereteiket, ezen túl az alapvetően nem természettudományos beállítottságú szakkollégisták is meríthettek tudást a kutatások sajátosságairól, menetéről.

2024.október 10. L. Ritók Nóra - Hátrányos helyzetű gyerekek jövőképe, énképe és a művészeti oktatás hatása - érzékenyítő foglalkozás

Előadó: L. Ritók Nóra

Cím: A „halmozottan hátrányos helyzetű gyermek” Mi kellene a tényleges esélyteremtéshez?

Téma: Hátrányos helyzetű gyerekek helyzete, Igazgyöngy alapítvány munkája

Időpont: 2024. 10. 10.

Helyszín: Eger, Líceum, 319-es terem

L. Ritók Nóra, aki az Igazgyöngy Alapítvány alapítója és szakmai vezetője, valamint az Igazgyöngy Alapfokú Művészet Iskola igazgatója. Számos könyv és tanulmány szerzője, munkájának alappilléreit képezi a pedagógia, a művészet és az esélyegyenlőség.

Előadásában törekedett a Magyarországon élő hátrányos helyzetű családok objektív és szubjektív bemutatására egyaránt. Szó esett a hátrányos helyzetű tanulók arányairól, a halmozódó szegénység faktorokról és a lakhatási szegénységről is. Kitért a generációs öröklődési mintákra, az iskolarendszer problémáira, valamint kifejtette hogyan nyilvánul meg az iskolákban a szegénység transzfer hatása.

Előadásának második felében az Igazgyöngy alapítvány sikereiről és nehézségeiről hallhattuk őt beszélni. Az Igazgyöngy modellje egy ígéretesnek tűnő civil fejlesztés, melynek kiindulópontja az oktatás, de ismeri és kezeli az oktatás hatását leamortizáló tényezőket egyaránt. Ez a modell a „Képessé tevés” mentén szerveződik, melynek fő pontjai a következők: egyéni életstratégia-építés (iskola, tanoda, ösztöndíjprogram, munkahelyteremtés, önfenntartási képességek fejlesztése) közösségi, támogató értékrend kialakítása, az aktivitás támogatása, komplex, hosszútávú stratégia, együttműködések alapuló szemlélet, törekvés a rendszerszintű hatásra.

Az Igazgyöngy alapítvány hosszútávú céljai között szerepel a közösségfejlesztés, a munkahelyteremtés, a szülők edukálása, az önfenntartási képességek fejlesztése, valamint a komplex problémakezelés. Összességében egy rendkívül megindító, értékes és tanulságos előadást hallgathattunk meg.

2024. október 18. Mester Dolli: Stresszkezelés, kiegészítés -tréning

Előadó: Mester Dolli

Cím: Stresszkezelés, kiegészítés - Önismereti tréning

Időpont: 2024.10.18.

Helyszín: Eger, Leányka úti kollégium, Társalgó 2

A két alkalmas tréning során a szakkollégium tagjainak lehetősége nyílt jobban megismerni a saját korlátait és az időbeosztásának sajátosságait. Mester Dolli pszichológus, és egyetemünk docense számos fontos lexikális és elméleti háttérrel ismertette meg a hallgatóinkkal a témával kapcsolatban. Kicsit mélyebben is beleláthattunk a tanulás és a stressz fiziológiai hátterébe, és megtudhattuk, hogyan hat a pszichés állapotunk az aktuális teljesítményünkre.

A tréningek alkalmával számos interaktív feladat segítségével merülhettünk bele a saját szociális és egyéni meggyőződéseinkbe, és boncolgathattuk az alakuló értékrendünket. A játékos feladatok során találkozhattunk a saját teljesítménykényszerünkkel, felülvizsgálhattuk annak egészséges mértékét, vagy éppenséggel a túlzásba vitt dózist. Mester Dolli támogató jelenléte mellett sikerült mélyen elgondolkodnunk azon, hogy milyen erősségekkel és gyengeségekkel bírunk az időbeosztásunk terén.

A time menedzsment témakörén belül szó esett a világtörténelem nagy alakjainak köztudott életstílusáról, és az ezekből a történetekből levonható tanulságokról. A tréningen alkalmazott módszerekkel pedig ráismerhettünk a saját hiedelmeinkre, szempontjainkra amikor a saját időbeosztásunkat szervezzük. Megnyugtató volt látni, hogy az esetleges elakadásainkkal, problémáinkkal, amiket az életünk során tapasztalunk ebben a témában, nem vagyunk egyedül, és a legtöbbjük igen általános kihívást jelent sokak számára.

A tréningek hasznossága nem csak a háttértudás és önreflexió szempontjából volt jelentős, ezek mellett gazdagodtunk egy olyan közösségi élményben is, mely során kapcsolódhattunk egymáshoz a megélt nehézségek mentén. Rádöbbenhettünk, hogy, bár különbözőek vagyunk, sokszor ugyanazokkal a félelmekkel találjuk szembe magunkat.

A két alkalom során még arra is lehetőségünk nyílt, hogy hasznos praktikákat sajátítsunk el az időbeosztásunkkal kapcsolatban, és esetleg könnyítsünk az élénk gördülő akadályok leküzdésén.

2024. október 30. Török Imre: Gyűjtésből karrier - Numizmatika, a pénztörténetről - vitaest

Előadó: Török Péter Imre

Cím: Önmegvalósítás útvesztői

Időpont: 2024.10.30.

Helyszín: Eger, Egészség ház utca 4. (B épület)

Török Imre, numizmatikai szakember, a Magyar Pénz Múzeumban dolgozik régi érmék, bankjegyek és történelmi fizetőeszközökkel. A numizmatika, a pénz fizikai formáit és azok pénztörténeti szerepét vizsgálja. Az úr hobbiként kezdett foglalatzkodni a pénzekkel, majd egy véletlen miatt karriert épített belőle. Ezekről hallhattunk az előadásában.

Az előadás során a magyar pénzek történelmén vezetett minket végig, képekkel és általa elhozott bankjegyekkel és érmékkkel, amiket az évek alatt sikerült összegyűjteni neki. Legmeglepőbb bankjegyen magyar költők jelentek meg, köztük Ady Endre, József Attila, Petőfi Sándor is. Az Ady Endrét ábrázoló hát oldalán a Duna jelenik meg. Később közösen megnéztük a tervezetteket, amik nem jutottak napvilágra. A ma is használatos bankjegyek esetleges opciói élénk narancssárgák, citromsárgát és éles kontúrok jellemzik. A szokatlan színek és torz arc vázlatok hamar le lettek szavazva, sok korabeli ember bánatára. Megemlítettük az utolsó magyar pénzen megjelent női figurát, az 1946. évi százmilliós pengőn. A hölgy egy kendővel kötött hajú, kedves arcú személy.

Az előadás új nézőpontot nyitott a résztvevők szemében, sokan mélyebben kezdtek érdeklődni a történelem ezen oldala felé is. Sikeresen elme bővítés volt.

2024. november 5. Kispál Dániel - Tudományos kutatás előkészítése, lebonyolítás, szakszerű és körültekintő kutatói munkavégzés – Kutatásmódszertani szeminárium

Előadó: Kispál Dániel

Cím: Kutatásmódszertan

Időpont: 2024.11.05.

Helyszín: Leányka úti kollégium (Társalgó 2)

Kispál Dániel egyetemi oktató betekintést nyújtott a szakkollégium tagjai számára abba, hogyan kell felkészülni egy tudományos kutatásra, hogyan zajlik annak lebonyolítása, valamint miként végezhetünk szakszerű és körültekintő kutatói munkát.

A szeminárium során lépésről lépésre áttekintettük, hogyan érdemes neki kezdeni egy tudományos kutatásnak: a megfelelő téma kiválasztásától és kutatási kérdések megfogalmazásától kezdve, a kutatási hipotézisek felállításán, a releváns szakirodalom feltérképezésén és feldolgozásán át egészen az eredmények rendszerezett bemutatásáig. Külön hangsúlyt kapott a forráskezelés fontossága – a pontos hivatkozások, az idézési szabályok betartása, valamint a megbízható és kritikus források (critical sources) megtalálásának lehetőségei.

Dániel, aki jelenleg saját doktori disszertációján dolgozik, gyakorlati példákkal szemléltette a kutatási folyamat buktatóit és jó gyakorlatait. Megosztotta tapasztalatait arról is, hogyan lehet elkerülni a leggyakoribb hibákat, hogyan érdemes strukturálni a kutatási tervet, illetve miként lehet a kutatói munka során a motivációt hosszú távon fenntartani.

Az interaktív jellegnek köszönhetően a résztvevők aktívan bekapcsolódhattak: kérdéseikkel és saját élményeikkel, kutatási tapasztalataikkal gazdagították a beszélgetést. A szeminárium így nemcsak elméleti tudást nyújtott, hanem gyakorlati iránymutatásokat is, amelyek hasznosak lehetnek a hallgatók számára saját szakdolgozatuk, TDK-munkájuk vagy későbbi tudományos pályájuk során.

2024. november 17. Sajátszínház (Szívhang) - Mindennek ellenére! – egyéni és kollektív megküzdési stratégiák - foglalkozás

Előadó: SzívHang

Cím: Sajátszínház

Időpont: 2024.11.17.

Helyszín: Szomolya, Közösségi Ház

A Sajátszínház egy olyan szervezet, amelyben szomolyai lakosok drámapedagógiával dolgoznak fel mindennapi témákat. Ezek általában roma nőkkel kapcsolatos témák, például hogyan lehet a gyermekeket, tini lányokat megvédeni és megfelelő szocializációs közeget kialakítani számukra.

Akik tartották a workshopot főleg roma felnőttek voltak. A workshop egész napos program volt, melyen körülbelül 30 fő vett részt a szervezőkkel és helyi szomolyai lakosokkal együtt. Délelőtt egy kis ismerkedéssel kezdődött a program, amely során mindenki bemutatkozott és elmondott egy pár szót magáról. A résztvevők korosztálya teljesen vegyes volt, mivel az előadók között voltak fiatalabb (huszonévesek), illetve idősebb (középkorú) személyek is. Annak érdekében, hogy a nap folyamán ne ütközzön a workshop akadályba, egy olyan játékkal folytattuk az ismerkedést, amely során kisebb csoportokba rendeződtünk és saját szituációkról és megélt eseményekről meséltünk kiscsoportokban. A beszélgetések témája irányított volt, miközben olyan témákat érintettünk, amelyek segítették az érzékenyítést.

Ezután volt egy közös ebédszünet. A résztvevő helyiek készültek nekünk pörkölttel és helyi bodaggal. Szuper élmény volt, hogy az ismerkedős játékok eredményeképp a Szakkollégisták és a Szomolyaiak együtt ebédeltek, nem volt klikkesedés.

Délután a Sajátszínház előadta nekünk az általuk írt színdarabjukat, melyben az egyik tagjuk történetét meséli el. Megbeszéltük, hogy miről szólt a történet, mit lehet belőle tanulni és mit tehetünk az ellen, hogy velünk is hasonló történjen. Ezután négy nagyobb csoportba rendeződtünk és mindenféle kellékekkel szoborcsoportot kellett alkotnunk, melynek van egy központi pozitív üzenete. Minden csoport egyedi, kreatív megoldást alkotott.

A nap végén átbeszéltük a történeteket és mindenki elmondta, hogy mit visz magával haza a workshopból.

2024. november 25. Császár Mátyás - Bevezetés az antinatalizmusba: Morálisan helytelen cselekedet-e a gyermekvállalás? - vitaest

Előadó: Császár Mátyás

Cím: Vitaest

Időpont: 2024.11.25.

Helyszín: Eger, Egészség ház utca 4. (B épület)

A vitaest során Császár Mátyás előadása betekintést nyújtott az antinatalizmus filozófiai irányzatába, amely a gyermekvállalás erkölcsi megítélését állítja középpontba. Az antinatalista gondolkodás egyik alapkérdése: vajon helyes vagy helytelen-e új életet létrehozni, tekintettel arra, hogy az emberi élet szükségszerűen együtt jár szenvedéssel, fájdalommal és végességgel.

Az előadás során Császár Mátyás bemutatta az antinatalizmus legismertebb képviselőit és érveit – például David Benatar aszimmetria-érvét, amely szerint a szenvedés létrehozása mindig rossz, míg az öröm hiánya nem feltétlenül rossz annak számára, aki nem létezik. Kitért arra is, hogy a gyermekvállalás kérdése nemcsak egyéni erkölcsi döntésként, hanem társadalmi, környezeti és globális összefüggésekben is értelmezhető.

Az előadást heves vita követte, amelyben a résztvevők különböző nézőpontokból közelítették meg a témát. Többen hangsúlyozták az élet értékét, a család és a közösség fontosságát, míg mások az ökológiai válság, a túlnépesedés és az egyéni felelősség kérdéseit emelték ki. A diskurzus során felszínre került, hogy a gyermekvállalás morális megítélése sokrétű, és nagymértékben függ az adott filozófiai, kulturális és személyes keretektől.

A vitaest nem adott végső választ arra, hogy a gyermekvállalás helyes vagy helytelen cselekedet-e, ugyanakkor kiváló alkalmat teremtett arra, hogy a hallgatóság elmélyüljön egy ritkán tárgyalt, ugyanakkor rendkívül aktuális és gondolatébresztő filozófiai kérdésben.

2024. december 8. Salsa Libre táncstúdió - Táncból karrier - szenvedéllyel a táncparketten - vitaest

Előadó: Salsa Libre táncstúdió

Cím: Táncból karrier - szenvedéllyel a táncparketten - vitaest

Időpont: 2024.12.08.

Helyszín: Eger, Leányka Bisztró

A vitaest programsorozat a 'hobbiból karrierré' válást taglalja. Különböző ágazatokból szakemberek látogattak el hozzánk és mesélték el a történeteiket. Számunkra kifejezetten fontos, hogy lássuk az erdőt a fától, nem szeretnénk beleragadni a mindennapokba és az elvárt dolgokba. A hobbi rendkívül fontos szerepet játszik a magánember életében, abban tud kapcsolódni, feltölteni és a legfontosabb, hogy élvezze is. Miért ne lehetne ebből pénzt keresni, és hogyan?! -ezek voltak a mi kérdéseink is.

A mozgás és a zene mindenki életében jelen van és fontos szerepet játszik. A tánchoz már csak érzelem kell és tisztelet.

A Salsa Libre táncstúdió Egerben nyitotta meg a kapuit, hogy átadhassák a tánc szeretetét. Salsa és bachata tánc stílust oktatnak gyermekeknek és felnőtteknek is. Két edző látogatott el hozzánk, akik az este elején bemutatkoztak, meséltek a táncos múltjukról, a tánc stúdió megalakításáról és magáról a táncról is. A beszélgetés után elindult a zene, és mi is megtanulhattuk a salsa alaplépéseit.

A lépéseket, forgásokat elsőnek kötöttek; koreográfia szerűen gyakoroltuk, majd később szabad kezett kaptunk. A program nyílt volt a külsős érdeklődők számára is, akik izgatottan jöttek el. Folyamatosan cserélgetve táncoltunk, hogy ne megszokás alakuljon ki a párokban, hanem az izommemóriába raktározódjanak a lépések. Sok új embert megismerhettünk így, és egy szuper közös élménnyel gazdagodtunk.

A program nagyon szórakoztató volt, jókedv áradt a teremben amint elindult a zene. A jelenlévők élvezték a részvételt, hasznos tudással távozott mindenki.

2025. február 19. Szécsi Zoltán - Sportolói karrier kifutási lehetőségei, újrakezdés - vitaest

Előadó: Szécsi Zoltán

Cím: Önmegvalósítás útvesztői

Időpont: 2025.02.19.

Helyszín: Eger, Egészség ház utca 4. (B épület)

Az előadáson Szécsi Zoltán vízilabda-bajnok osztotta meg tapasztalatait az önmegvalósításról, aki ma már mezőgazdasággal foglalkozik. Pályafutásának kezdetén semmilyen családi nyomás nem befolyásolta döntéseit; húsz éves koráig a sport töltötte ki az életét, de nem karrier szinten. Iskolai évei alatt a matematika és a fizika voltak a kedvencei, elsősorban inspiráló tanárainak köszönhetően.

Kiemelte, hogy az egyetem célja nem csupán a tudás megszerzése, hanem az is, hogy rájöjjünk, mivel szeretnénk foglalkozni. A versenysport világában szerzett tapasztalatai alapján elmondta, hogy a stressz akkor válik igazán nyomasztóvá, ha nincsenek más elfoglaltságok, amelyek elterelnék a figyelmet a kudarcról, mint például a hétvégi meccs utáni matek dolgozat. Fontos mérföldkő az önmegvalósításban, amikor valaki képes kiállni a saját igényei mellett – például egy állásinterjún megfogalmazni, milyen munkát és fizetést szeretne.

Az előadó szerint érdemes 5-7 éves ciklusokban tervezni, nem pedig hatvanéves korra előre gondolkodni, hiszen az érdeklődési körünk folyamatosan változhat. A sport kapcsán megkülönböztette a hobbiszintű mozgást, amely az egészséget szolgálja, és az élsportot, amely már karrierként működik. Az élsportban az önbizalomvesztés sokszor a túledzés, alul edzés vagy belső önbizalomhiány következménye.

Az élsportolók számára fontos egy támogató csapat, amelyben a "szivacs típusú" emberek nyitottak a tudásra és fejlődésre, szemben a "kő típusúakkal", akik ragaszkodnak megszokott útjukhoz. Hangsúlyozta, hogy már a sportkarrier alatt érdemes párhuzamosan építeni a civil jövőt, hiszen egy sérülés bármikor keresztülhúzhatja a terveket.

Az előadó szerint a legproduktívabb életszakasz a 40 és 60 év közötti időszak, amikor az ember már tanult fiatalkori hibáiból. Az önmegvalósítás kulcsa szerinte az, hogy olyan emberekkel vegyük körbe magunkat, akik támogatnak és felemelnek, nem pedig lehúznak energetikailag. A legfontosabb tanulság, amit a sporttól kapott, hogy a kemény munka mindig meghozza az eredményt – még ha nem is akkor, amikor várnánk.

2025. február 27. Harlekin bábszínház (Nánási Katalin Ágnes) - Csoportdinamika-fejlesztő foglalkozás

Előadó: Harlekin bábszínház, Nánási Katalin Ágnes

Cím: Csoportdinamika-fejlesztő foglalkozás

Időpont: 2025.02.27.

Helyszín: Eger, Leányka kollégium, Társalgó

A szakkollégium éves tematikájába az önmagunkkal való kibékülés mellett a csapatépítés és mélyebb emberi kapcsolatok kialakítása is célunk volt. A közösség fontos minden ember életében, társas lények vagyunk. Egy jó társaság alapja a nyitottság, őszinteség és az egymásra való figyelem.

A Harlekin bábszínház művésznője, Nánási Katalin Ágnes, csoportdinamikai foglalkozásokat tart, nekünk is egy ilyenben volt részünk egy februári napon. A tréning alapja egymás megismerése volt különböző játékos és szórakoztató feladatokkal. Kezdetben a nevekkel és kezdőbetűivel foglalatostkodtunk. Feloldódásképp és stressz levezetesként ordíbáltunk, ezzel keresve a hasonló érdeklődési körrel rendelkező társainkat. Teljesen alap, egyszerű információkat tudtunk meg a másiktól vidám körülmények között. A kedvenc színtől kezdve, a legmagyarabb ételen át, egészen a filmvilág rendezőiről alkotott véleményig. A tréning egy színdarabbal zárult, a mesét csoportokra osztva kellett néma állókép formájában előadni. A csoportok nem tudták, hogy folytatódik a történet, vagy kezdődik. A mesemondó mögött kialakult szobrok a vizuális világunkat fejlesztették, míg az összedolgozás a csapatban való együttműködést támogatta. Részről-részre, darabról-darabra értettük meg közösen a mesét. Tekintve, hogy már ne apró gyermekek vagyunk, a karakterek fő személyiség jegyeit és esetleges szándékaikat kielemeztük a végén. Az előítéletek alapján voltak jelentős eltérések, és ért minket meglepetés. Az állatok magukat is kockáztatva segítettek a kislánynak a mű folyamán. Mindenki önzetlenségből cselekedett, hogy biztonságban tudhassák. A vadász, a történet elején védelmezni próbálja a kislányt, míg a végén már inkább az állatokra kíváncsi, nem a leány épségére. Nem szabad ítélni és hirtelen dönteni a véleményünkről kellő idő előtt, tanítja a mese. A karakterek és jellemzőik változóak voltak, ez a személyükben is meglátszott. Ezek alapján a szereplőkhöz foglalkozásokat, szakmákat párosítottunk. A tulajdonságok és készségek nagy szerepet játszottak a döntéseinkben, természetesen a belső megérzéseinkre is hallgatva. A szakkollégiumi tagok meglepően egyetértettek és hasonló gondolataik, ötletük volt a 'ki-kivé' játék során.

A program rettentő felserkentő volt a közösségünk számára, rendkívül felszabadultnak érezte magát mindenki. A csapatmunka jól ment, akár olyanokkal is, akikkel eddig nem volt lehetőség ilyenben részt venni. A hangulat vidám, barátságos és építő jellegű volt, a mosoly senki arcáról nem hiányzott. A több órás foglalkozás után frissebbek és üdébbek voltunk, mint előtte bármikor. Beszélgetések születtek, emellett kapcsolatok épültek.

2025. március 12. Kepes Kiállítás - Színek félálomban, a szakkollégium művészeti kiállításának megnyitó ünnepsége

Platon Karataev Duo- (Balla Gergely, Czakó-Kuraly Sebestyén)- Zenélésből karrier beszélgetős est, koncert - vitaest

Cím: Szakkollégiumi nap és Színek félálomban kiállítás

Időpont: 2025. 03. 12.

Helyszín: Eger, Civil Közösségek Háza

Március 12.-én szakkollégiumi napot tartott a Kepes György Szakkollégium. A délelőtti folyamán a szakkollégiumi tagok csapatépítő programon vehettek részt, 17:00-tól pedig az idei önálló kiállítás megnyitójára várták az érdeklődőket.

A Színek félálomban című tárlat neve Kepes György azonos című művére utal. Különböző modern és kevert technikák jelennek meg a kiállítás anyagában, mint például linóleummetszetek, digitális illusztrációk, akvarell festmények. A megnyitón mozgóképes és animációs munkák megtekintésére is volt lehetőség, amelyeket a munkákról készült plakátok alá elhelyezett QR kódok segítségével bármikor vissza lehet nézni.

A kiállítást dr. Kicsák Lóránt mentortanár nyitotta meg, beszédében kitért a Szakkollégium hallgatóinak sokszínűségére, melyet a különféle munkák is tükröznek. Elmondta továbbá, hogyan meríthetünk ihletet a félálom teremtő erejéből, ahogy azt szinte a szakkollégium kiállító tagjai is tették.

A Civil Közösségek Házában április 9-ig látogatható kiállításon 18 művészeti képzésben tanuló hallgató munkája tekinthető meg (Kossuth Lajos utca 12.).

A megnyitó alkalmával Dobrán Evelin, a szakkollégium alelnöke, egyben a kiállítás egyik főszervezője így fogalmazott: "Ez az esemény nemcsak egy kiállítás, hanem egy bemutatkozás is egyben: az eseménnyel szeretnénk megmutatni munkáinkat és szakkolis közösségünket egyaránt!"

A kiállítás főszervezői Cseh Orsolya és Dobrán Evelin voltak. A kiállítás arculatát Lukács Szabolcs tervezte, a plakáton szereplő grafikát pedig Szabó Réka készítette.

Továbbá az esemény megszervezésében a szakkollégium minden tagja kivette részét, munkájuk nélkül nem jöhetett volna létre egy ilyen színvonalas, értékeket képviselő tárlat, melyet mindenkinek érdemes megnézni.

A kiállítás megnyitója után, 19:00 órától a Platon Karataev Duó zenekar koncertet adott a Líceum Esterházy Pál Zenetermében az esemény zárásaként. A zenekar olyan akusztikus megvalósulásokat mutatott be a hallgatóságnak, melyek közül számos ismert volt a közönség számára nagyzenekari kivitelben (Lassú madár, Partért kiáltó). Néhány olyan dalukat is repertoárra tűzték a közel 100 érdeklődő számára, amelyek a következő albumban fognak szerepelni.

A kiállítók és munkáik:

Bakos Rege - Kimérák I-IV. (akvarell festmények)
Cseh Orsolya - Paplan alatt (csempe karc)
Dobrán Evelin - Nostalgia (linóleummetszet)
Ferenczy Regő Pál - Ansecti ABC (tipográfia terv), SUNK II. (vegyes technika)
Görzsöny Ádám - Entropy (plakát)
Hajdú Lilla Réka - Csillagemető (filctoll), Fennakadás (filctoll), Papírnehezék (filctoll), Závada Péter - Vörös című verse (linóleummetszet), Závada Péter - Screensaver című verse (linóleummetszet), Fennakadás (linóleummetszet)
Horváth Kinga - Volcanology (kiadvány és plakát), Feed the fire! (csomagolásterv és plakát)
Kasza Laura - Őrség, Criel-sur-Mer, DEnali, Jakarta (kétrétegű linóleummetszetek)
Kecskés Csenge - Kegyvesztett (animáció és plakát)
Kiss Réka - Void (animáció és plakát), Jetlag (animáció és plakát), Bogarak (festmény)
Kőszegi Angéla - Koszt 4-6-9 (digitális illusztrációk)
Magasi Hajnal Csillag - Idő érlelte nő II. (grafit)
Mészáros Mia Petra - Reménytelen (rövidfilm és plakát)
Nagy Lilla - Zev és Boda (rövidfilm és plakát)
Szabó Réka - Az ember után I-III. (fametszetek)
Szikora Sára - Zizi (kiadvány és plakát), Famod (kiadvány és plakát)
Vályi Vivien - Sunrise Parabellum (plakát), Something Beautiful (CD borító)
Varga Virág - Bújj-bújj Zöldág (akril sorozat)

2025. március 20. Gönczi Dorka - Párkapcsolati problémákról szóló improvizációs szituatív gyakorlat

Előadó: Gönczi Dorka

Cím: Csoportdinamika-fejlesztő foglalkozás

Időpont: 2025.03.20.

Helyszín: Eger, Leányka út 2/B (F épület)

2025. március 19-én lehetőségünk volt részt venni Gönczi Dorka mediátor tréningjén, melyet Mikecz Esztilla és Ágoston Péter színészek közreműködésével bonyolított le. A tréning, amely a Társas kapcsolatok, kommunikációs technikák címet kapta elsősorban a kommunikációs készség fejlesztésével, illetve társalgási partnereink beszédének mögöttes tartalmának értelmezésével foglalkozott. Többek között sor került egy gyors ismerkedési gyakorlatra, amely során a tréningen résztvevő tagok egy-egy olyan információt tudhattak meg a többiekről, ami nem magától értetődő, akár meglepő vagy vicces volt. Ez a gyakorlat segített fellazítani a csapatot és általa jobban meg is ismertük egymást.

Gönczi Dorka irányításával a színészek bemutattak egy élethelyzetet, amelynek különböző kimenetelei a karakterek különböző reakcióiból születtek meg. Volt, hogy a kimenetel egy veszekedésbe torkollott, ám az is előfordult, hogy nyugodt hangulatban ért véget a helyzetgyakorlat. Ezzel a kommunikációs készségek fontosságára törekedett rámutatni a mediátor, illetve, hogy hogyan tudunk igazodni más emberek kommunikációjához, úgy, hogy a megfelelő módon adjuk át az információt, amit közölni szeretnénk. Szóba került a gyermek-felnőtt-szülő én kérdése is, ami szintén az emberek egymással való viszonyát vizsgálja a kommunikációs közegben. Megtudhattuk, hogy ennek a három állapotnak az egyikében vagyunk mindig beszélgetés – vagy vita – közben, és hogyan segíthet az, ha felismerjük, hogy mi, illetve beszélőpartnerünk melyik állapotban van az adott pillanatban.

Sor került különböző játékos feladatokra, ahol további ismereteket gyűjthettünk a tréningen résztvevő személyekről, az ő preferenciáikról, véleményeikről. A feladat során állást kellett foglalnunk két dolog között, amiket a színészek mondtak, és a mondott fogalmak alapján kellett elfoglalnunk a terem megfelelő felében a helyünket a terem azon oldalán, amelyik a szimpatikusabb szóhoz kapcsolódott.

Következő gyakorlatként egy kő-papír-olló jellegű gyakorlatban találtuk magunkat, ahol a két csoportra osztott társaság mindkét fele kitalált a három megadott fantázia szereplő közül, majd a két választott figurát egymás ellen szerepeltették. Utolsó gyakorlatként a figyelem és összpontosítás fontosságát vizsgáltuk. 4-en csupán az ujjainkat használva megemeltünk egy ötödik személyt. Ez nem elsőre sikerült, viszont a sikerhez kellett, hogy megfelelő hozzáállással induljunk neki a feladatnak.

Összességében a tréning segített a nekünk abban, hogy jobban megértsük saját kommunikációs stílusunkat, fejlesszük önismeretünket és tudatosabban viszonyuljunk másokhoz mindennapi helyzetekben. Emellett a hozzáállás és a megfelelő figyelem fontosságát is előtérbe helyezte számunkra.

2025. március 24. Cserpák Martin - Pályakezdő művészek segítése, műtárgypiaci előadás: hazai műtárgypiac berendezkedése, műtárgy árazás (mik azok a szorzók, ami alapján meghatározhatjuk egy munka piaci értékét), megjelenési lehetőségek (fórumok, art fair, független kiállítóhelyek) - Kutatásmódszertani szeminárium

Előadó: Cserpák Martin

Cím: Kutatásmódszertani szeminárium

Időpont: 2025.03.24.

Helyszín: Eger, Leányka kollégium, Társalgó

Cserpák Martin, volt szakkollégiumi tag, jelenleg kulturális szakember, a kortárs művészeti piacról tartott előadást, egyaránt gazdagítva hasznos gyakorlati ismeretekkel a művészeti hallgatókat és betekintést nyújtva ebbe a világba a témában kevésbé jártas érdeklődőknek is.

Előadását a kortárs művészeti piac alapjait képező fogalmak átbeszélésével kezdte. Többek között fejtegettük a kérdést, hogy igazából mi is számít műtárgynak, kiemelve hogy manapság talán a kézzel fogható műtárgyak elvesztésének korát éljük, abban az értelemben, hogy helyüket egyre inkább átveszik – az előadó szavaival élve – a "fluid" dolgok. Megismerkedtünk emellett a múzeum eredeti illetve mai formájával, más intézményekhez viszonyított sajátosságaival, ahogy fontos szerepével is például a háborúk alatt, amikor a kultúra menedékeként szolgált. Ezt követően a múzeumot összehasonlítottuk a galériával, különbségeik között megemlítve a saját gyűjtemény hiányát. Összevetettük a galéria két célját; némelyik a kereskedelmet, míg mások a reprezentációt helyezik előtérbe. Ezeken túl megismerkedhettünk a szakmai közeg létrehozásáért dolgozó szervezetek fontosságával, ezen belül például az ICOM nemzetközi szervezet vagy a magyar Pulszky Társaság tevékenységével.

Az érték problémája szintén érdekes diszkurzust eredményezett. Egy műtárgy értéke sok dologtól függhet; ha képzőművészeti alkotásról van szó, fontos az anyag és a méret, ha tervezőgrafikáról, meghatározó lehet a példányszám, míg a fotográfiánál a drága elkészítési módot is figyelembe kell venni. Egy műtárgy eladásának folyamatába is rövid betekintést nyerhettünk, Cserpák Martin saját tapasztalatait osztotta meg velünk például az ár kiszabásával kapcsolatban. Magának a művésznek a személyét is megemlítette mint fontos faktor, és ezek után olyan magyar művészek munkáira is kitért, mint Kaszás Konrád vagy Bukta Imre.

Végezetül a művész kapcsolataira is kitértünk; viszonyára a világgal, illetve a galeristával. A világ alatt szűkebben a marketinget vizsgáltuk meg, kihangsúlyozva a megjelenés fontosságát, és hogy ebben hogyan segíthetnek a közösségi oldalak. A művész viszonya a galeristával azért kulcsfontosságú, mert ő az, aki képviseli magát a művészt, a gördülékeny együttműködés alapja a jó kapcsolat közöttük.

Az előadás lezárásaként egy lazább beszélgetés keretei között kitértünk gyakorlati kérdésekre és részletekre, Cserpák Martin megosztotta velünk személyes tapasztalatait, tanácsokkal látott el minket. Végezetül a kulcskérdés is elhangzott: Mégis hova és hogyan tovább az egyetem után? És bár erre egyszerű és egyértelmű választ nem biztos, hogy sikerült találnunk, az előadás mindenképpen hasznos és érdekes volt.

2025. április 2. Jánk István - A kutatás utolsó fázisa: a prezentálás, jó előadó ismérvei, előadói készségek fejlesztése. A publikálás, nyilvánosság biztosítása egy tudományos kutatás esetén. Lehetőség TDK előadás gyakorlására - Kutatásmódszertani szeminárium

Előadó: Jánk István

Cím: Beszéd és előadástechnika

Időpont: 2025. 04. 02.

Helyszín: Leányka úti kollégium 2-es Társalgó

Dr. Jánk István Phd, egyetemi docens, beszéd és előadástechnikákról tartott nekünk kutatómódszertani szakszemináriumot, április 2-án. Előadását elméleti alapokkal vezette be, végigmentünk a kommunikáció különböző fajtáin, azt is megvitattuk, hogy nincsen olyan állapot, amikor az ember nem kommunikál valamit a külvilág felé. A térköz, testtartás, ruházat szabályairól is beszélt nekünk, hogy milyen normák vannak ezzel kapcsolatban.

Ezután rátért a formalitás mértékére, hogy melyek azok a szempontok, amiktől egy szöveg vagy előadás tudományos. A tudományos szöveg kritériumai a szakirodalom használata, hivatkozások jelenléte, objektív nyelvhasználat. Itt egy interaktív beszélgetés vette kezdetét, ahol közösen megvitattuk, hogy szerintünk mitől tudományos egy szöveg.

Előadásra való felkészüléshez is több jótanácsot kaptunk, hogy hogyan érdemes elkezdni egy tudományos témában történő előadásra prezentációt készíteni. Szélsőséges, azonban jól ismert negatív példákon keresztül mutatta be, hogy mit érdemes elkerülni egy prezentáció készítése és előadása során. Ezek közé a hibák közé tartoznak a túl sok, túl kicsi szöveg, a diáról történő olvasás, túl sok fajta kiemelés és a rossz színválasztás.

Egy Sziget fesztivál plakáton keresztül elemeztük, hogy mik azok a vizuális és formai elemek, akár egy plakát esetében, amelyek rögtön megragadják az ember tekintetét. Arra is kitértünk, hogy az olvasási irány hogyan változott meg az okostelefonok használatának következtében, végső konklúzióként pedig megállapítottuk, hogy a kép és beszéd együttese általában könnyebben befogadható. Ezeket a meglátásokat prezentáció készítésnél vettük figyelembe, ahol célszerű jól olvasható betűtípust és betűméretet használni, azonban akkor sem érdemes teleírni a diákat. Lehetőség szerint letisztult, egyszerű design alkalmazása a leghatékonyabb, valamint a képek kiválasztásához is nagyfokú igényesség szükséges.

Az előadás végéhez közeledve Jánk István rátért az olyan gyakorlati dolgokra, amelyek segíthetnek csökkenteni a prezentációk előtti idegességet, mint például légzéstechnikák alkalmazása vagy egy szimpatikus arc választása.

Célszerű előadás közben tudatosan lassítani beszédünkön, valamint tartani a tíz perces szabályt, hiszen a hallgatóság figyelmű ideje körülbelül ilyen hosszú. Azt is megvitattuk, hogy a köszönetnyilvánító diának van-e, ha van, akkor milyen szerepe van. Az előadás nagyon interaktív és szórakoztató jellegű volt, tömörített, hasznos tanácsokat kaptunk a jövőre nézve.

2025. április 10. Feldmár Intézet: Krámlí András, Huszár Annamária: ‘Amit egyedül egyikünk sem látna’ - filmvetítés, gyerek-szülő kapcsolatok, generációk egymásra hatása - Szakszeminárium

Előadó: Krámlí András, Huszár Annamária

Cím: Szakszeminárium

Időpont: 2025.04.10.

Helyszín: Eger, Eszterházy tér 1.. (Líceum)

Április 10. a Kepes György Szakkollégium szervezésében volt lehetőségünk részt venni egy filmvetítésen. Egy 'dokumentum filmet' tekinthettünk meg Feldmár Andrásról.

Feldmár András egy pszichoterapeuta, és az ő munkájába, életébe és gondolkodás módjába engedett betekintést film. Nagyon érdekes volt, mivel rengeteg olyan témát érintett, mely tökéletesen kapcsolódik az önmegvalósítás témájához. Sok kérdést vetett fel, valamint sokat is válaszolt meg. Érdekes és tanulságos alkotás volt, melyet az elején András remekül keretbe helyezett a filmben.

A vetítés után volt lehetőségünk még jobban bele mélyedni a témába Krámlí András (rendezővel), és Huszár Annamáriával (Feldmár Intézet igazgatójával). Itt még nagyobb betekintést nyerhetünk, mind a saját gondolkodásunkba, mind Feldmár gondolkodás rendszerébe. Olyan témákat is érintettünk az önmegvalósításon kívül, mint a család, egyetem és magánélet. Pontosan, hogy lehet a családdal jobban megértetni, hogy mit is szeretnénk pontosan? Hogyan foglalkozunk fiatalokkal, hogy ne azt higgyék, hogy az ellenségük vagyunk? Hogy lett hirtelen a hobbimból, egy olyan hívás, amit már nem élvezünk annyira? Ezekhez és ehhez hasonló kérdések hangoztak el.

Összességében egy nagyon tanulmányos előadás volt. Az ember sokkal jobban elmélyedhetett önmagában, és elgondolkozott azon, hogy mit is szeretne pontosan az életben. „*Nincsenek ők, nincsenek mi – nem gyógymódra, hanem irgalomra van szükségünk mindannyiunknak. Aki ezt nem érti meg, az vélhetően kárt okoz.*”

2025. április 11. K. Horváth Zsolt: Az egyetemi autonómia, érdekképviselés, szakkollégiumi önállóság

Előadó: K. Horváth Zsolt

Cím: Szakszeminárium

Időpont: 2025. április 11.

Helyszín: Eger, Széchenyi István utca 5. (Érsekudvar)

K. Horváth Zsolt társadalomtörténész, kritikus tartott előadást az egyetem autonómiájáról, érdekképviseléséről és a szakkollégium önállóságáról. A program központi eleme a hallgatói és oktatói önképzés volt, amelyben az egyetem nem csupán oktatási intézményként, hanem közös tanulási térként jelent meg. A hallgatók és oktatók egyaránt aktív résztvevői voltak ennek a folyamatnak, amely a középkori egyetemi hagyományokra építve az autonómia és a közösségi tanulás értékeit helyezte előtérbe.

A projekt során hangsúlyos szerepet kapott a „piacosodás” kritikája, különös tekintettel az „önfenntartó egyetem” koncepciójára, amely kizárja a hallgatókat és oktatókat a döntéshozatalból. Nemzetközi tapasztalatok (USA, Franciaország, Latin-Amerika) bemutatása segítette a demokratikus egyetemi működés alternatíváinak feltárását.

Kiemelt jelentőséggel bírt a Hallgatói Hálózat (HaHa) történetének és szerepének feldolgozása. A mozgalom 2012-ben indult, amikor hallgatók és oktatók közösen léptek fel az államilag támogatott férőhelyek drasztikus csökkentése ellen. A demonstrációk eredményeként több ezer hallgató mentesült a tandíjfizetés alól. A projekt ezen keresztül rámutatott a hallgatói autonómia és érdekérvényesítés fontosságára, valamint a HÖK intézményi problémáira.

A feldolgozás történeti előzményekre is kiterjedt, így az OFÉSZ (1988) és a rendszerváltás körüli hallgatói mozgalmak tapasztalataira. Ezen keresztül vált láthatóvá, hogy az autonóm hallgatói kezdeményezések mindig is meghatározó szerepet játszottak a felsőoktatási reformokban.

A projekt pedagógiai dimenziója külön hangsúlyt kapott. A közösségi nevelés példaként a kórus, mint demokratikus együttműködésre nevelő forma, valamint Kodály zenepedagógiai öröksége került bemutatásra. A pszichológiai és pedagógiai megközelítések integrációja alátámasztotta, hogy az oktatás jóval túlmutat az ismeretátadáson: közösségformáló és személyiségfejlesztő szerepet tölt be.

A szakkollégiumi mozgalom múltja és jelenkori kihívásai szintén a program részét képezték. A NÉKOSZ és a Rajk László Szakkollégium hagyományaitól a Mérei Ferenc Szakkollégiumig ívelt a feldolgozás, amely bemutatta az autonóm, önképző közösségek társadalmi és nevelési értékét. Ugyanakkor a jelenlegi nehézségek – az aktivitás visszaesése, az érdeklődés csökkenése – is megjelentek, jelezve a további fejlesztési szükségleteket.

A feldolgozás összegzéseként megfogalmazódott, hogy az egyetemi autonómia, a közösségi nevelés és a hallgatói-oktatói szolidaritás nem utópia, hanem történeti hagyományokon nyugvó, jelenleg is működő lehetőség. A projekt bizonyította, hogy az aktív hallgatói és oktatói részvétel, valamint a demokratikus közösségi struktúrák megerősítése alapvető feltétele a felsőoktatás szabadságának és minőségének.

2025. április 28. Gerhát Réka - Kiegészés, munkastressz, újrakezdés, mindfulness a mindennapokban - tréning

Előadó: Gerhát Réka

Cím: Kiegészés kezelése

Időpont: 2025.04.28. 16:00

Helyszín: Eger, Egészség ház utca 4. (B épület)

Okleveles coaching pszichológus, mindfulness tanár, képzésben lévő integratív terapeuta, a Megoldásközpont Magazin alapítója. Az elmúlt 12 év során küldetésévé vált a belső világunk felfedezése és az integráció – az a különleges önismereti utazás, amely segít megérteni és szövetségessé tenni az én részeinket.

Az előadásban először feladatokat oldottunk meg amiben végig kellett gondolnunk melyik országba szeretnénk menni majd párokba rendeződve megbeszéltük.

Tanár nő elmondta az alapelveket :

- Hogyan vagyunk jelen?
- Hogyan tudunk kíváncsian jelen lenni ?

Mivel az agyunk úgy van felépítve hogy hajlamos a negatív dolgokon jobban rágódni mint a pozitív dolgokon.

Ez követte két kérdés :

- Mit várunk a mai naptól?
- Mivel járulunk hozzá?

Mindenki saját belátása szerint fogalmazta meg a válaszait.

A következő feladatokban egy papírra írják fel az egész hetünk feladatait majd kategóriába kell helyezni aszerint, hogy lemerült, feltölt vagy semleges hatással vannak ránk. A tapasztalatokat páros beszélgetésekben osztottuk meg egymással, majd az egész csoporttal közösen is megbeszéltük. Ezután a tanárnő arra ösztönözte bennünket, hogy gondolkodjunk el önmagunkról és a „belső gyermekünkről”.

A következő feladatban bemutatott egy időgazdálkodási módszert is, amelyben a feladatokat négy kategóriába lehet sorolni:

- fontos és sürgős,
- fontos, de nem sürgős,
- nem fontos, de sürgős,
- nem fontos és nem sürgős.

Közösen megbeszéltük hogy jelen kell lennünk hiszen ha nem vagyunk benne akkor nem tudunk igazán feltöltődni, ezért kell tudatosan tervezni amikor valóban gondoskodunk magunkról, ezeket minőségi kapcsolatokkal.

Az előadáson számtalan érdekes feladatot oldottunk meg és megtudtuk ismerni magunkat a másikat, megtanultuk kezelni az ezzel járó feszültségeket akkor az iskola vagy a életben.