

Design a mentális egészségért – a helykötődés fejlesztésének részvételi módszere

2026. május 26-án a Budapesti Szociális Szakmatámogatási Hálózat (BUSZSZH) Hajléktalanellátó munkacsoportjának szakmai műhelyén egy igazán különleges, több tudományterületet összekapcsoló kezdeményezést ismerhettünk meg.

A műhely középpontjában egy olyan részvételi tervezési folyamat állt, amelynek során nem csupán egy hajléktalanszálló fizikai környezetének megújítása volt a cél, hanem az is, hogy a lakók aktív alkotóként vehessenek részt saját életterük alakításában. A projekt így egyszerre eredményezett kézzelfogható környezeti változásokat és jelentős közösségi, illetve mentális hatásokat.

Tudományos háttér

A Moholy-Nagy Művészeti Egyetem (MOME) és a Budapesti Módszertani Szociális Központ és Intézményei (BMSZKI) évek óta működik együtt a szociális design és a hajléktalan emberek mentális jóllétét támogató fejlesztések területén. A bemutatott projekt a MOME Társadalom és Cselekvési Labor kutatásának része volt, amely a BMSZKI Alföldi Átmeneti Szállásán vizsgálta, hogy a részvételi design eszközei miként járulhatnak hozzá a helykötődés, az önállóság és a mentális jóllét erősítéséhez. A kutatás több tudományterület – többek között a környezetpszichológia, a traumakutatás, a design thinking, az antropológia és a migrációkutatás – eredményeit kapcsolta össze.

A projekt megvalósítása

A MOME a kreatív és kutatómódszertani háttérrel biztosította, míg a BMSZKI a hajléktalanellátásban szerzett gyakorlati tapasztalatát és az intézményi környezetet adta a fejlesztéshez.

A projekt egyik legfontosabb sajátossága az volt, hogy a lakók nem passzív résztvevői, hanem aktív alakítói voltak a folyamatnak. A kutatók és a szociális szakemberek közösen építették fel a megismerés, a probléma meghatározása, az ötletelés és a megvalósítás szakaszait, miközben folyamatosan bevonták az átmeneti szállás lakóit is. A cél nem pusztán egy esztétikusabb környezet létrehozása volt, hanem olyan tér kialakítása, amelyhez a lakók személyesen is tudnak kapcsolódni.

A szakmai műhely

A műhely első részében

- **Hosszu Erzsébet** (kutató, a Szabad Művészetek Doktora, MOME)
- **Dudinszky Nikolett** (szociális munkatárs, BMSZKI Alföldi Átmeneti Szállás)

mutatták be a kutatás szakmai háttérét, a megvalósítás folyamatát, valamint az elért eredményeket.

Az előadás jól szemléltette, hogyan képes egy valóban interdiszciplináris együttműködés ötvözni a design, a környezetpszichológia, a traumakutatás, az antropológia és a szociális munka szemléletét. Különösen érdekes volt látni, hogy a részvételi design módszerei miként segíthetnek a hajléktalan emberek helykötődésének, kontrollérzésének és cselekvőképességének megerősítésében.

A bemutatott kutatás egyik központi gondolata az volt, hogy a traumát átélt emberek számára a részvételi tervezés nem csupán egy fejlesztési módszer, hanem önmagában is gyógyító folyamat lehet. Az előadók ennek kapcsán négy fontos összefüggést emeltek ki:

1. A trauma csökkenti a kontroll élményét, míg a részvételi tervezés lehetőséget ad az önálló döntések meghozatalára és a kezdeményezésre.
2. A traumatikus emlékek gyakran a múltban tartják az embert, míg a közös alkotási folyamat a jelenre és a jövőre irányítja a figyelmet.
3. A trauma tehetetlenségérzést alakíthat ki, ezzel szemben a közös tervezés aktív cselekvésre ösztönöz.
4. A traumatikus élmények sokszor megrendítik az emberi kapcsolatokat, míg a közös munka erősíti az együttműködést, a bizalmat és a közösségi élményt.

Műhelymunka

Az előadást követően a résztvevők saját élményen keresztül is kipróbálhatták a részvételi tervezés néhány módszerét. A kiscsoportos feladatok során megtapasztalhatták, hogyan lehet közösen problémákat feltárni, ötleteket kidolgozni és megoldásokat tervezni.

A visszajelzések alapján a gyakorlati rész különösen inspiráló volt, hiszen a résztvevők nemcsak megismerték a módszert, hanem saját élményként is megtapasztalhatták annak működését.

Köszönet

A műhely megvalósításához hozzájárult:

- Hosszu Erzsébet (MOME)
- Dudinszky Nikolett (BMSZKI Alföldi Átmeneti Szállás)
- Kóvári Erzsébet (BMSZKI Szakmai Fejlesztési és Módszertani Iroda)
- Lánszki Réka (BMSZKI Alföldi Átmeneti Szállás)
- Radanovits Krisztina (BMSZKI Alföldi Átmeneti Szállás)

akiknek ezúton is köszönjük a szakmai közreműködésüket.

Szakmai tanulság

A műhely ismét rámutatott arra, hogy a hajléktalanellátás fejlesztése nem kizárólag új szolgáltatások létrehozását jelenti. Ugyanilyen fontos lehet azoknak a módszereknek a megismerése és alkalmazása, amelyek az ellátottakat aktív résztvevőként vonják be saját környezetük és élethelyzetük alakításába. A részvételi design ilyen szemléletű megközelítése új perspektívát kínál a szociális munka számára is, hiszen egyszerre támogatja az önrendelkezést, a közösségépítést és a mentális jóllét erősítését.