

BAGU RITA

A 13. zsoltár hittanórai feldolgozása lelkigondozói szemlélettel

(Műhely-kivonat szakdolgozat alapján)

Bevezetés

Idén végeztem a Károli Gáspár Református Egyetem Hittudományi Kar hittanár–nevelőtanár szakán. Szakdolgozatom *A 13. zsoltár hittanórai feldolgozása lelkigondozói szemlélettel* címet viselte. Azért esett a választásom a 13. zsoltár hittanórai feldolgozására, mert ezáltal tudom bemutatni azt, amit a hittan tanításáról gondolok: a hittanórákat nemcsak tanítási alkalomnak látom, hanem olyan lelkigondozói szemléletű pedagógiai térnek, ahol a diákok bizalommal fordulhatnak hozzám, megnyugvást találhatnak a stresszes hétköznapokban, és találkozhatnak Isten Igéjének reménységével.

A hittan tanítása számomra nem csupán tudás átadását jelenti, hanem Isten szeretetének és igazságának hiteles képviseletét is. Meggyőződésem, hogy minden gyermek Isten ajándéka, ezért nevelésük és tanításuk során arra törekszem, hogy Isten szeretetét továbbadjam számukra. Pedagógiai és lelki szempontból is fontosnak tartom, hogy a hittanórán az igei üzenet és a lelkigondozói figyelem egyensúlyban legyen.

Miért éppen a 13. zsoltár?

A 13. zsoltár – mint panaszzsoltár – különösen alkalmas arra, hogy a tanulók megtapasztalják: a hit nem mentes a kétségektől és nehézségektől, de a bizalom és a remény Istenhez vezet. Ez a bibliai rész egyaránt hordoz teológiai mélységet és lelki kísérésre alkalmas tartalmat, ezért kiválóan beilleszthető a lelkigondozói szemléletű hittanoktatásba. A zsoltár szerkezete gyakran szolgál hivatkozási alapként az egyéni panaszének bemutatásakor, mert világosan felismerhető benne a panasz, a könyörgés és a bizalom íve (Brueggemann és Bellinger, 2014; Gerstenberger, 1988; Gunkel, 1926; Karasszon, 1998; Seybold, 1996; Waltner, 2006).

A zsoltár kezdő versei az emberi kétségbeesés őszinte hangján szólalnak meg. A négyszer ismételt „Meddig?” kérdés nem csupán az idő múlását firtatja, hanem az emberi

tűrőképesség határát is kifejezi. Kálvin János értelmezésében ez a kérdés nem Isten létét vonja kétségbe, hanem azt a tapasztalatot fejezi ki, mintha Isten hallgatna vagy elrejtette volna arcát (Kálvin, 2011). A panasz így nem hitetlenségként, hanem a kapcsolat jeleként értelmezhető: az ember azért kiált, mert továbbra is Istenhez fordul segítségért.

A zsoltár második egységében a kétségbeesett panasz imádsággá formálódik: „Tekints rám, hallgass meg, Uram, Istenem!" (Zsoltárok 13,4). A záró versben pedig a bizalom hangja szólal meg: „Mert én hűségedben bízom" (Zsoltárok 13,6). Ez a fordulat nem feltétlenül a külső helyzet megoldását jelenti, hanem a megszólaló belső szemléletének változását. Weiser (1962) szerint a panasz és a kérés közötti átmenet a hit dinamikáját mutatja, Mays (1980) pedig arra hívja fel a figyelmet, hogy a panaszból dicséretbe vezető mozgás nem pusztán önmegnyugtatás, hanem a hit aktusa (Weiser, 1962; Mays, 1980).

A hittanóra mint biztonságos, de nem terápiás tér

A feldolgozás célja annak megmutatása volt, hogy a hittanóra lehet olyan biztonságos tér, ahol a tanulók őszintén beszélhetnek kérdéseikről, és közben találkozhatnak az evangélium reménységével. A biztonságos tér fogalmát azonban fontos pontosítani. A hittanóra ebben az értelemben nem terápiás csoport, nem teljes titoktartású segítő kapcsolat és nem mélyfeltáró önismereti folyamat. Sokkal inkább olyan pedagógiai-lelkigondozói helyzet, amelyben a tanár figyelmesen jelen van, nem kényszeríti a személyes megosztást, ugyanakkor nyitottan fogadja a tanulók kérdéseit (Günther, 2025).

Ez a határ különösen serdülőkkel végzett munkában lényeges. A tanulók nem „esettanulmányként" vannak jelen az órán, hanem aktív résztvevőként, akik saját tempójukban kapcsolódhatnak a bibliai szöveghez. A pedagógus feladata nem a pszichológiai diagnosztika vagy a terápiás feldolgozás, hanem az igei üzenet közvetítése, a meghallgatás, a kérdezés és a kísérés. Ha egy tanulói megszólalás veszélyeztetettségre, súlyos krízisre vagy tartós segítségigényre utalna, a hittanórán elhangzottakat a pedagógusnak a megfelelő iskolai, gyermekvédelmi vagy lelkigondozói szakmai keretek felé kell továbbvinnie. A beszélgetésre épülő katechetikai megközelítésben a tanulók nem készen kapott válaszokat ismételnek, hanem aktívan részt vesznek a jelentésalkotásban (Fodorné Nagy, 1996). A lelkigondozói szemlélet ezt a folyamatot a meghallgatás és a segítő jelenlét irányából erősíti meg. Günther (2025) szerint a hittanóra akkor válhat a fiatalok számára jelentőségtelivé, ha teret ad életkérdéseiknek, dilemmáiknak és értelmezési igényüknek; Csáky-Pallavicini (2025) pedig a segítő jelenlét és a hittanórai lelkigondozói szemlélet jelentőségét hangsúlyozza (Günther, 2025; Csáky-Pallavicini, 2025).

A feldolgozás kontextusa és adatforrásai

A 13. zsoltár feldolgozását tudatosan négy különböző református hittancsoportban valósítottam meg: 7., 9., 10. és 12. évfolyamon. A csoportok kiválasztásánál fontos szempont volt, hogy eltérő életkorú és eltérő pedagógiai helyzetben lévő tanulók reakcióit figyelhessem meg. Arra voltam kíváncsi, hogy a „meddig?" kérdése, valamint a panasz, a kérés és a bizalom íve meg tudja-e szólítani a különböző korosztályokat, és ha igen, milyen hangsúlyok jelennek meg az egyes csoportokban.

A 7. osztályban 13 tanuló vett részt az órán (6 fiú, 7 lány). Ezt a csoportot azért választottam, mert életkorukhoz képest érettebbek, mint az átlagos hetedikes csoportok, több tanulónak valódi, személyes kapcsolata van Istennel, és a hittanórákon gyakran alakulnak ki mély, őszinte beszélgetések. Komoly kérdések foglalkoztatják őket, ezért kíváncsi voltam, hogyan kapcsolódnak a 13. zsoltár panaszához és bizalmi fordulatához.

A 9. évfolyamon 5 tanuló volt jelen (2 fiú, 3 lány). Velük a közös munka még az ismerkedés, összeszokás szakaszában tart, ezért különösen érdekelt, hogyan reagálnak egy ilyen személyesebb, reflektívebb feladatra. Arra is választ kerestem, hogy mennyire tudom őket bevonni egy olyan órába, ahol nemcsak bibliai ismeretekről, hanem érzésekről, kérdésekről és személyes kapcsolódási pontokról is szó van.

A 10. évfolyamon 12 tanuló vett részt a feldolgozásban (2 fiú, 10 lány). Gimnáziumi csoportjaim közül velük alakult ki a legerősebb kötődésem. Őszinte, nyitott közösségként élem meg őket, akik előtt kevés téma számít tabunak, és akikkel sok mindent nyíltan meg lehet beszélni. Esetükben arra voltam kíváncsi, hogy a meglévő bizalmi légkör milyen mélységű megszólalásokat tesz lehetővé a zsoltár feldolgozása során.

A 12. évfolyamon 14 tanuló vett részt az órán, fele-fele arányban lányok és fiúk. Ennél a csoportnál az érettségire készülés időszaka különösen meghatározó volt. A tanulók élethelyzetében egyszerre volt jelen a kimerültség, a jövővel kapcsolatos bizonytalanság és a lezárás közeledése. Érdekelt, hogy ebben a feszített időszakban mit hív elő belőlük a 13. zsoltár, különösen a várakozás, a félelem, a kérdezés és a bizalom témája.

A megállapítások forrásai a tanórai megfigyelések, az órát követő tanári reflexiók, a tanulói megszólalások, valamint az írásos és rajzos produktumok, elsősorban a minizsoltárok voltak. A tanulmány nem standardizált mérésre vagy kérdőíves adatfelvételre épül, hanem gyakorlati pedagógiai tapasztalatokat foglal össze. A tanulói példákat anonimizált formában, szemléltető céllal választottam ki: olyan részletek kerültek be, amelyek megmutatták, hogyan kapcsolódtak a tanulók a panasz, kérés és bizalom ívéhez. Ebből következően a következtetések nem általános érvényű állítások, hanem a négy konkrét hittanórai helyzet értelmezett tapasztalatai.

Az óra felépítése

A tanóra témája a 13. zsoltár volt, a tanári megfogalmazás szerint: „Amikor úgy érzem, Isten hallgat”. Az időkeret 45 perc, a célcsoport a 13–18 éves tanulók heterogén serdülő korosztálya. A feldolgozás logikája a megértéstől az alkalmazásig vezetett: a tanulók nemcsak ismereteket szereztek, hanem személyes, reflektált kapcsolatba kerülhettek a szöveggel. Az 1. táblázat a foglalkozás fő lépéseit mutatja be.

1. táblázat. A 13. zsoltár feldolgozásának óraszerkezete

Foglalkozásrész	Foglalkozás menete	Idő
Ima	Az Úrtól tanult imádság közös elmondása.	1 perc
Ráhangolódás	„Érzelmi hőmérő”: a tanulók 1–10-ig terjedő skálán jelzik, hogyan érzik magukat.	3 perc
Bevezetés	Mi a zsoltár? A bibliai imádságokban a panasz, a kérdés és a bizonytalanság is helyet kap.	5 perc
Igevers	A 13. zsoltár felolvasása; egy megszólító szó, mondat vagy kérdés keresése.	4 perc
Feldolgozás	Szöveg-színezés: panasz – kérés – bizalom; majd három kérdés megbeszélése.	12 perc
Tanítás	Kapaszkodók keresése: emlékezés, bizalom, új kérés megfogalmazása.	5 perc
Alkotás	Saját mini-zsoltár készítése szöveges vagy rajzos formában.	10 perc
Lezárás	„Ezt viszem ma magammal…” – rövid egyéni összegzés.	5 perc

Az óra eleji „érzelmi hőmérő” célja nem a személyes megosztás kikényszerítése volt, hanem a belső ráhangolódás segítése. A tanulók 1–10-ig terjedő skálán jelezhették, hogyan érzik magukat; aki szerette volna, egyetlen szóval is megfogalmazhatta aktuális lelkiállapotát. Fontos keret volt, hogy minden érzés elfogadható, és senkinek nem kell megindokolnia a választását.

A zsoltár felolvasása után a tanulók páros munkában három különböző színnel jelölték a szöveg részeit: a panaszt és kérdéseket, a kéréseket, valamint a bizalmat vagy kapaszkodót. A színezés vizuális eszközként segítette a szöveg tagolását, így a tanulók könnyebben átlátták a gondolati és érzelmi változásokat. A közös beszélgetésben három kérdés irányította a feldolgozást: milyen érzések jelennek meg a zsoltárban, mi a legnagyobb félelem vagy probléma, és hol érzékelhető fordulat a szövegben.

A mini-zsoltárok készítésénél nem a formai megfelelés volt a lényeg, hanem annak megtapasztalása, hogy a panasz, a kérés és a bizalom saját szavakkal is megfogalmazható. Ez különösen azoknak a tanulóknak jelenthetett lehetőséget, akik szóban ritkábban szólalnak meg, de írásban könnyebben rendezik érzéseiket. Szabó Lajos (2000) lelkigondozói szemlélete szerint a segítő folyamat az ember saját élettörténetéhez kapcsolódik, és abban támogatja, hogy tapasztalatait kimondhatóvá és értelmezhetővé tegye (Szabó, 2000).

Tanulói tapasztalatok

A 7. osztályban a tanulók szívesen kapcsolódtak be a feladatokba és a beszélgetésekbe. A „meddig?" kérdés személyes alkalmazásakor elsősorban mindennapi, iskolai helyzetek kerültek elő: dolgozatokkal terhelt időszak, hosszú tanítási nap vagy hét. Egy tanuló családi tapasztalatot is megosztott: otthon gyakori konfliktusok alakultak ki édesapja és idősebb testvére között, és sokszor megfogalmazódott benne a kérdés, hogy ezt a helyzetet meddig kell még hallgatnia. Ebben a csoportban a mini-zsoltárok megírására végül nem került sor, mert a tanulók többsége úgy érezte, hogy aktuálisan nincs olyan témája vagy élménye, amelyet írásban szeretne megfogalmazni.

A 9. évfolyamon a csoporttal való közös munka még az ismerkedés szakaszában tart. A tanulók többsége nem tudott olyan élethelyzetet megnevezni, amelyben tartós kilátástalanságot élt volna meg; inkább a „miért?" kérdés jelent meg számukra hangsúlyosan. A mini-zsoltárok között azonban született egy családi bizonytalansághoz kapcsolódó szöveg: „Mikor jönnek el azok az idők, amikor fix lábakon áll a család anyagilag? […] A család bízik benned, Uram." Ez arra utalt, hogy a személyes tartalmak nem mindig a közös megszólalásban jelennek meg; olykor az írásos reflexió biztosít biztonságosabb teret a megnyíláshoz.

A 10. évfolyamon a már kialakult bizalmi légkör miatt a tanulók könnyebben kapcsolódtak a személyesebb kérdésekhez. A zsoltárban megjelenő érzések közül a fájdalmat, a szenvedést, a reményt és a bizakodást nevezték meg, a zsoltár szerzőjének félelmét pedig a halálhoz, az egyedülléthez, az ellenséghez, a gyengeséghez és Isten hiányához kapcsolták. A „meddig?" kérdés személyes vonatkozásainál két tanuló is megosztotta saját élethelyzetét: egyikük súlyos térdsérülésről és sportolói álmainak bizonytalanná válásáról, másikuk szülei válásának elhúzódó folyamatáról beszélt. A mini-zsoltárokban is megjelent a személyes küzdelem és a reménykeresés. Egy tanulói írás így fogalmazott: „Meddig kell ebben lennem Uram? Mikor emelsz ki ebből a helyzetből? […] Bízom benned és te adj hitet, hogy kezedet fogva azon az úton haladjak, ami a megfelelő." Egy másik tanuló a tanulás, a jövőtől való félelem és az időbeosztás nehézsége felől kapcsolódott a zsoltárhoz: „Uram sokszor nehéz. Nehéz a tanulás […] Kérlek, adj reményt." Ezek a szövegek arra utaltak, hogy a zsoltár nyelve segítséget adott a saját kérdések imádságos megfogalmazásához.

A 12. évfolyamon az érettségi vizsgák közeledtével fokozott feszültség és kimerültség volt tapasztalható. A figyelem nehezebben volt fenntartható, mégis itt jelentek meg a legmélyebb személyes megszólalások. A „meddig?" kérdés sérüléshez, külföldi tartózkodás nehézségeihez, valamint az érettségi és a továbbtanulás bizonytalanságához kapcsolódott. Egy tanuló mini-zsoltára az önmagával való elégedetlenségről és az elfogadás kereséséről szólt: „ Gondolataimban csak az van, hogy meddig tart a bizonytalanság, a magány, az önmagamban való bizonytalanság, a nem megelégedés azzal, aki vagyok. Uram, Te vagy az, aki elfogadsz úgy, ahogy vagyok, tudom, hogy Te teremtettél. Miattad próbálom elfogadni, szeretni azt, aki vagyok."

Összegzés és ajánlás

A tanórai megfigyelések és a tanulói visszajelzések alapján úgy tűnik, hogy a 13. zsoltár feldolgozása több tanuló számára lehetőséget adott saját kérdéseinek és nehézségeinek megfogalmazására. Ennek formája azonban szorosan összefüggött a csoport életkorával, aktuális terheltségével és a kialakult bizalmi légkörrel. A 10. osztályban a már meglévő kapcsolat lehetővé tette a nyíltabb, szóban történő megosztásokat. A 9. osztályban a személyes tartalmak inkább az írásos feladatok során jelentek meg. A 7. osztályban a kapcsolódás főként mindennapi élmények szintjén történt, a 12. évfolyamon pedig az identitás, a jövő és az önelfogadás kérdései kerültek előtérbe.

Fontos korlát, hogy a feldolgozás nem igazolja mérhető módon a tanulók hitéleti változását. A hitbeli reflexió, az istenkapcsolat mélyülése vagy az érzelmi bevonódás nem volt közvetlenül mérve, és a csoportlétszámok sem teszik lehetővé általános következtetések levonását. A tapasztalatok inkább azt mutatják meg, hogy egy jól választott bibliai szöveg, megfelelő pedagógiai keretek között, alkalmat adhat a személyes kérdések kimondására.

A 13. zsoltár különösen azért bizonyult termékenynek, mert nem kész válaszokat kínált, hanem kérdezésre hívott. A „meddig?" kérdés egyszerűsége miatt nem igényelt hosszabb magyarázatot, mégis minden korosztály számára érthető és személyesen átélhető volt. A zsoltár íve – panasz, kérés, bizalom – olyan struktúrát adott, amelyben a nehéz érzések kimondása nem öncélú panaszkodásként, hanem Istenhez forduló imádságként jelenhetett meg.

Más hittanórákon is alkalmazhatónak látom ezt a feldolgozást, ha a tanár figyel a csoport aktuális állapotára, a megszólalás szabadságára és a kompetenciahatárokra. A személyes megosztást nem érdemes kikényszeríteni; elegendő lehet a csendes gondolkodás, a rajzos vagy írásos forma, illetve egy rövid záró mondat is. A pedagógus feladata ebben a helyzetben nem az, hogy minden kérdésre lezárt választ adjon, hanem hogy a bibliai szöveg segítségével olyan teret nyisson, ahol a tanulók megtapasztalhatják: kérdéseikkel, félelmeikkel és reményeikkel is Isten elé állhatnak.

Irodalom

Brueggemann, W., és Bellinger, W. H. (2014). *Psalms*. Cambridge University Press.

Csáky-Pallavicini, Zs. (2025). Lelkigondozói szemlélet, segítő jelenlét a hittanórán. In Kodácsy-Simon, E. és Siba, B. (Szerk.), *Hitből jövő – Valláspedagógiai kézikönyv* (pp. 193–215). Luther Kiadó & Kálvin Kiadó.

Fodorné Nagy, S. (1996). *A katechézis kommunikációs problémái*. Kálvin Kiadó.

Gerstenberger, E. S. (1988). *Psalms, part 1, with an introduction to cultic poetry*. William B. Eerdmans Publishing Company.

Gunkel, H. (1926). *Die Psalmen*, Vandenhoeck & Ruprecht.

Günther, M. (2025). Meghallgatás, keresés, kérdezés – Módszertani megfontolások a fiatalok körében végzett lelkigondozói szemléletű hittanoktatáshoz (Szöllős Á., ford.). *Embertárs*, *2025*(1), 49–53.

Karasszon, D. (1998) A Zsoltárok könyvének magyarázata, In *Jubileumi kommentár II* (pp. 549). Kálvin Kiadó.

Kálvin, J. (2011). *Zsoltármagyarázatok* (Szabó M., ford.). Olvassuk együtt.

Mays, J. L. (1980). Psalm 13. *Interpretation*, *34*(3), 279–283.

Seybold, K. (1996) Die Psalmen, J. C. B. Mohr.

Szabó, L. (2000). *A lelkigondozás órája*. Teológiai Irodalmi Egyesület.

Waltner, J. H. (2006). *Psalms*. Herald Press.

Weiser, A. (1962). *The Psalms*. Westminster Press.