

PEDAGÓGUS EXPO 2020
2020. február 22.
Budapest Kongresszusi Központ
Kapcsolatokban bontakozó gyermeki lélek
Dr. Varga László dékán, egyetemi docens
előadása
(vázlat)

Szükségünk van egymásra

Az ember társas lény.

Nem sokkal Ádám megteremtése után Isten társat is adott mellé.

Nem jó az embernek egyedül lenni."

(1 Móz 2:18)

Gondolatébresztő

- Egész éltünk erről szól: egyéni és / vagy társas – ezen egyensúlyozunk
- Társválasztás kitolódik! Mintha félnénk tőle.....
- 21. sz. – az ember elmagányosodása
- Közben felértékelődött a csapatmunka
- Narcisztikus viselkedésformák felerősödése
- „Digi” nemzedék – nem elvenni, inkább nem adni oda (mérték)
- Bizony: létezik offline élet

Hogyan élünk?

- Van társas lét? 24 h együtt vagyunk (on-line)
- *Van magánlét? **állandóan elérhetőek vagyunk***
- Privát szféra – közsféra határai elmosódnak
- Mindig vagyunk valahol, sokszor nem vagyunk jelen

A szabadsághoz legalább két ember kell!

Alapvető a vágy, hogy kapcsolatban legyünk másokkal

- Kapcsolatokba születünk, kapcsolatokat találunk, keresünk.
- Emberek, barátok, társak kavarognak körülöttünk, hol távol, közel.
- Aztán újabb távolodások, közelítések. Változnak a résztvevők, az arcok, a kapcsolatok, **csak mi vagyunk állandó szereplők ebben a forgatagban.**

Minden kornak megvan a maga agorája, a maga Forum Romanuma

Minden kornak léteztek fórumai, ahol közösségek gyűlhettek össze, ahol az emberek átélhették a valahová tartozás érzését...

Már Arisztotelész is megfogalmazta, hogy az ember társas lény.

Társas lények vagyunk, kibontakozásunk, gazdagodásunk csak a többi emberrel együtt lehetséges, csak mások gazdagíthatnak igazán bennünket!!!

Ma sincs ez másként

Ahogy a világ változott Arisztotelész óta, úgy a magánéletet érintő kapcsolatok terén is változások álltak be.

Dunne és Bennett, 1996

„Mi emberek, miért vagyunk olyan sikeres faj? Nem vagyunk olyan erősek, mint a tigrisek, olyan nagyok, mint az elefántok, védekezésre alkalmas színűek, mint a gyíkok, vagy olyan gyorsak, mint a gazellák. Intelligensek vagyunk, de egy intelligens ember az erdőben egyedül nem maradhatna életben túl sokáig.”

A siker kulcsa a társas jellegben keresendő.

Társas intelligencia (SQ)

- Nem lehetünk sikeresek egyedül
- Magunkhoz kell vonzani az embereket
- A kulcs ebben is az érzelmi intelligencia
- A nevelő embermágnessé válik

„SQ az emberi kapcsolatainkban megnyilvánuló bölcsesség.”

Az emberi kapcsolat kétélű kard

- Emberi kapcsolataink nem csak élményeinket - biológiai rendszerünket is alakítják.
- Az építő kapcsolatok jótékonyan hatnak állapotunkra, a mérgező viszonyok lassan ölő mérge a testben.
- Viselkedjünk úgy, hogy ez jótékonyan hasson azokra is, akikkel kapcsolatba lépünk.
- A ránk ragadó érzelmek következményekkel járnak. És ez jó ok arra, hogy megtanuljunk jó irányba terelni őket.

Kapcsolatban bontakozó gyermeki lélek

Szapioszexualitás – 21. sz. jelenség

- Lényege a külső adottságok helyett az érzelmi és társas intelligencia iránti vonzódás

- Sile Walsh ír pszichológus - az öntudatosság, a rugalmasság és az empátia az „új szexi”

A vonzalom új formája:

sikeresek, békességet sugároznak, fejlődésre ösztönöznek igazán törődnek (magukkal is!)

CÉL: Belső világunk gazdagítása

FREUND TAMÁS neurobiológus:

- Érzelmek, kapcsolataink, motivációink, több ezer éves kultúránk
- Be kell vonni őket a tanulási folyamatokba, napi életünkbe, így sokkal sikeresebb lesz a tárolás
- Fejleszteni kell belső világunkat, DE: információ robbanás
- Sajnos nincs rá „idő”, felületes tanulás, érzelmek kikapcsolása
- Agyra nehezedő adaptációs nyomás miatt: drogok, neurológia, kulturális örökség átadása silány
- Szociális izoláció – netes vásárlás, önzés, kis közösségek hiánya

Megoldás: művészeti nevelés, katartikus élmények (flow), erkölcs, kisközösségek, teremtő tevékenység

Belső világunk: a gyökerek és majd a szárnyak

"A gyermekeink tőlünk kapják a gyökereiket, hogy később szárnyakat növeszthessenek." (Markham, 2016)

A kiegyensúlyozott és egyben zavartalan fejlődés érdekében a kisgyermeknek **mélyre nyúló és lehetőség szerint messzire szerteágazó** gyökérzetet kell növeszteniük annak megéléséhez, hogy erősen és biztonságosan létezzen saját világukban.

Az érzelmi biztonság megélése nélkül a gyerekek félnek a repüléstől.

Azok a gyermekek, akik **főgyökérzettel** rendelkeznek, a mélyre nyúló kapaszkodás miatt nem képesek felemelkedni; a bojtos gyökérzetet növesztők ellenben annak a kockázatát vállalják, hogy a szárnyuk fejletté válása előtt kiszakadnak a talajból (Polster-Hüther, 2017).

Ahhoz, hogy a gyermeki agyban kialakuljon és elraktározódjon a korai kötődés/ősbizalom érzése, hogy stabilan belegyökereződjön a világba, mindenekelőtt **tapasztalatokra és élményekre** van szüksége.

Gyerekkorunk játécai

Ma mit adunk a kezükbe?

A **játék** lényegesen kreatívabb a **természetes, strukturálatlan környezetben**, ahol minden a játék eszköze: botokkal étkeznek, fenyőtobozzal vadásznak. A tapasztalati tér lehetőségei a *társas kapcsolatokra* úgyszintén kihatnak (Polster-Hüther, 2017).

A **gyermekkori kalandok** rendezői maguk a gyermekek azáltal, hogy részesei a történéseknek; hogy saját maguk elé állítanak kihívásokat, hozzájárulva az erő és az ellenálló erő, a bátorság, a felfedezés örömeinek aktív módon történő fejlődéséhez.

Kizárólag ilyen módon képesek a **saját erejükből kifejleszteni** az olyan tulajdonságokat, mint az önállóság, a felelősség- és kockázatvállalás, a fantázia, a kreatív gondolkodás, vagy a kapcsolódni tudás képessége.

Szeretetyelv

Gary Chapman és Ross Campbell pszichológusok:

a testi érintés, minőségi idő, az elismerő szavak, az ajándékozás és a szívességek

Virginia Satir szerint naponta legalább

- négy ölelés szükséges a túléléshez,
- nyolc a szinten tartáshoz és
- tizenkettő a fejlődéshez, gyarapodáshoz.

Megtanulni boldognak lenni

- A **pozitív pszichológia** a deficitiek, hiányosságok, problémák helyett az egyén erősségeire, értékeire és azok fejlesztésére összpontosít. Az erősségekre és az értékekre helyezi a hangsúlyt, az egyén életének kiteljesedése érdekében.
- „Az emberi **erősségek** (mint pl. bátorság, jövőorientáltság, optimizmus, igazságosság stb.) olyan evolúciósan kialakult pozitív személyiségjegyeknek tekinthetők, amelyek **elősegítik az egyének és a közösségek boldogulását, tökéletesedését**” (Hamvai, Pikó 2008, p. 71).
- Fontos, hogy megtanítsuk a gyermekeket a boldogságra, hogy a tanulás IS örömforrás is legyen.

Komoly nézőpontváltás: pozitív pedagógia

1996-ban egy Martin Seligman nevű pszichológust választottak az Amerikai Pszichológiai Társaság elnökévé.

Két héttel székfoglaló és programadó beszéde előtt ötéves lányával, Nikivel kertészkedett.

Amikor lánya — ahogy az egy rendes ötéves gyerektől várható — kertészkedés közben énekelgetett, táncolt és virág-magokat szórt a levegőbe, Seligman dühösen ráfordult. Az

ezután következő beszélgetést így írja le a pozitív pszichológia szellemi atyja:

Ha én igen, akkor te is

„Niki odalépett hozzám:

— Apu, mondani szeretnék valamit.

- Igen? — Apu, emlékszel, milyen voltam az ötödik születésnapomig? Háromtól ötéves koromig bőgőmasina voltam. Mindennap pityeregtem. Aztán amikor ötéves lettem, elhatároztam, hogy nem pityergek többet. Ez volt életem legnehezebb feladata. Ha én abba tudtam hagyni a pityergést, te is abba tudod hagyni a zsörtölődést."

Eljutni „nulláról plusz ötre”

A közös kertészkedés után két héttel elmondta programadó beszédét, mely arról szólt, hogy: ***a kezelés ne kizárólag a rosszul működő funkciók „megjavításából” álljon, hanem a jól működő funkciók továbbfejlesztéséből is.***

Ezzel Martin Seligman megalapozta a pozitív pszichológiát, melynek célkitűzése az, hogy az emberi tapasztalás teljes spektrumát vizsgálja, ne csupán a lélek árnyoldalait.

Nemcsak arról akar szólni, hogy az ember hogyan juthat el „mínusz ötről nullára", hanem arról is, hogy mi segítheti „nulláról plusz ötre".

Dánia – mitől olyan boldogok?

- - A gyermeknevelésben keresendő!!!
- - Őszinteség – tudják, hogy nem minden tökéletes – reális képet kap
- - Hygge mint szokás – meghittség – minőségi idő - problémákat kívül hagyják - minden nap
- - Játszva tanulás még az iskolában is
- - Kerülik a negatív megnyilvánulásokat, a problémákban a megoldást keresik
- - Mindenki zseni. De ha egy halat az alapján ítélsz meg, hogy tud-e fára mászni, akkor egész életében hülyének fogja érezni magát
- - Példamutatás, bizalom, problémamegoldás
- - EMPÁTIA tantárgy

Néhány fontos feladatunk

- Eddigi kapcsolati kultúránk újragondolása és esetleges átalakítása
- Az egymáshoz való viszonyunk javítása, a kreativitás, proszocialitás, empátia, felelősségvállalási hajlandóság...
- Cura personalis: személyes odafigyelés és törődés
- Az eldologiasodás, az idegenség, a kirekesztés és a motivációs deficit megszüntetése
- A családban, a közösségekben **legyen tér és idő**

- **A tanulás 3 alappillére**
- 1. megtanulni élni (ÉN)
- 2. megtanulni együtt élni (MI)
- 3. megtanulni tanulni (MIT)

**Az ember társas lény.....csak van aki jobban,
és van, aki kevésbé...**

Milyen gyereket neveljünk?

sikeres vagy boldog (John Lennon)

Mitől leszünk boldogok?

- 1. hála, öröm érzése és kifejezése
- 2. negatív érzések kifejezése
- 3. nem kell mindenben a legjobbnak lenni
- 4. gyengéd érintések

Zárszó

- A **génék nem azonosak a végzettel** – társas intelligenciánk: nem csupán emberi kapcsolatainkról szól, hanem saját lelki fejlődésünkről, sőt érvényesülésünkről is!
- Az agy nem csupán az agykérgen belül vizsgálendő, hanem **két agy közötti folyamatok** mentén
- Daniel Kahneman: **hedonisztikus mókuskerék** – a gazdagok talán több örömhöz jutnak, de sokkal több öröme van szükségük, hogy ugyanannyi kielégüléshez jussanak
- Vizsgálat: 1000 ember közérzete – a boldogság érzését az befolyásolta, hogy milyen emberekkel töltötték a napot, nem hogy mennyi pénzt kerestek...
- **Lista:** barátok, rokonok, házastárs, gyerekek, ügyfelek, kollégák, főnök, egyedüllét

A társas agy felépülése legbelső emberségünkben kapcsol össze bennünket!

Üzenet a pedagógusoknak: „Hajtás sarjad gyökeréből” (Izajás könyve 11)