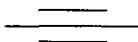


8. Horst Klaus Berg: Montessori für Religionspädagogen, Stuttgart, 1994, 92.p.
9. Montessori Maria: Kinder die en der Kirche leben, Helene Helming idézett műve, 237.p.
10. Montessori Maria im. 31.p.
11. Montessori Maria im. 325.p.
12. Montessori Maria im. 16.p.
13. Montessori Maria im. 328.p.
14. „Ha olyan módon nőnek fel, akkor nem lesznek sem félnékek, sem szorongók. Örvedetes elfogulatlanságot, bátorságot, derős érdeklődést mutatnak a dolgok iránt, elsősorban hitet Istenben, az élet teremtőjében és fenntartójában”. Montessori Maria im. 273.p.
15. Horst Klaus Berg im. 80.p.
16. Montessori Maria: Die Stellung des Menschen in der Schöpfung, 1935, Grundlagen meiner Padagogik, Heidelberg, 1988, 18.p.
17. Montessori Maria: Die Macht der Schwachen (Kleine Schriften Maria Montessori 2.) Hrs. und eingeleitet von Paul Oswald Günter Schulz-Benesch, Herder Verlag, 1989, 130.p.
18. idézi Horst Klaus Berg: Montessori für Religionspädagogen, 81.p.
19. Stollberg: Seelsorge als Lehre, Ev. Th. 1982, 219.p.



DR. LÉGRÁDI LÁSZLÓ  
 Irányítástechnikai Szakközépiskola  
 Fűzfőgyártelep

## Az érzelmi nevelés céljairól

1. Az embernevelés a következő célokat foglalhatja magában: 1. Valamilyen szakmát adni a fiatal kezébe. 2. Becsületességre nevelni. 3. A rendezett családi élet megszerettetése. 4. A munka szeretetére nevelni. 5. Olyan felkészítést nyújtani, hogy a fiatal megállja helyét az életben (elsősorban akarati nevelés). 6. Olyan útravalót adni, hogy a fiatal boldog tudjon lenni az életben (elsősorban érzelmi nevelés).

Az érzelmi nevelés pedig a következő célokat foglalhatja magában: 1. Az érzelmi nevelés elsődleges célja, hogy olyan embert neveljünk, aki boldog tud lenni. Ez természetesen nemcsak nevelés kérdése, hanem az öröklés, a hajlam, a környezet és életmód is nagyban befolyásolja. Többféle érzés is kapcsolódik a boldogsághoz, így például a lelki békesség, a meglegedettség, az öröm. Ezek az érzések már következmények, ahogy gondolkodunk, amit beszélünk és amit cselekszünk. Amikor az a cél, hogy boldog tudjon lenni az ember, akkor ezt a körülményektől függetlenül értjük. Akár bővelkedünk, akár szűkölködünk, tudjunk meglegedettek lenni azzal, ami van. Ez nem jelenti azt, hogy ne törekedjünk többre, hanem elsősorban azt, hogy ne aggodalmaskodjunk. Ahhoz, hogy az ember boldog tudjon lenni, meg kell tanulni szeretni. Sokan képtelenek szeretni, különösen, ha lelki sebeket hordoznak. Tehát a boldogsághoz először érzelmileg meg kell gyógyulni, majd megfelelő érzelmi kapcsolatokra törekedni, hogy végül megtanulhassuk a helyes érzelmi életet élni.

2. A boldog házasság is lehet célja az érzelmi nevelésnek. Kérdés, hogyan lehet ezt értelmezni, mivel a mai gyakorlat inkább az, hogy sok embert éppen a házasság tesz boldogtalanná. De talán ennek egyik oka éppen az, hogy érzelmileg fejletlenek vagyunk, és érzelmi életünk sivár. A házasságok érzelmileg kötődnek vagy nem kötődnek egymáshoz. A boldog házassághoz viszont szükséges a pozitív érzelmi kötődés. Ez pedig nincs magától. A nemek közötti vonzalom ösztönös, de a szeretet nem az. A szeretet által érzelmi kapcsolatot kell kiépíteni, és meg kell védeni azt minden káros hatástól. A házassági konfliktusokat legtöbbször a negatív érzések hozzák létre és táplálják. Így az önzés, a hiúság, az irigység, a féltékenység, a harag, a gyűlölet. Ezeknek az érzelmeknek a létrejöttét meg kell előzni. Ahol igazi szeretet van, ott ezek nem tudnak kifejlődni.

3. Az érzelmi nevelés a munka szeretetét is elősegítheti. Az első lépés itt is az értelmi belátás, majd az érzelmi kötődés. Csak a jó szakember szeretheti munkáját. Be kell látni, hogy a munka biológiai szükséglet, de erkölcsi kötelesség is. De mindezt érezni is kell. Tevékeny emberré kell válni, és ennek belülről jövő szükségletnek kell lennie. A hivatásszeretet is egy érzés, de ez az érzés már eredménye a szorgalomnak és a kitarásnak.

4. A boldog és megelégedett élethez szükségesek a jó emberi kapcsolatok. Elsősorban a jó házastársi és szülő – gyermek kapcsolat a fontos, de szükségesek a baráti kapcsolatok is. A családok nem élhetnek elszigetelten. Mindenkivel szemben jó kapcsolatra kell törekedni. A baráti szeretet és a felebaráti szeretet is egy érzés, de nemcsak érzés, hanem tettekben kell megnyilvánulnia. Ha csak egyetlen embert is gyűlölünk, az már akadálya a boldogságnak, a lelki békességnek.

5. A hit gyakorlását is elősegíti az érzelmi nevelés. A hit azt jelenti, hogy a remélt dolgot, ami még nincs meg, valóságnak kell venni, és aszerint kell érezni, beszélni, cselekedni, mintha az már megtörtént volna, és ez szükséges is ahhoz, hogy az valóban meg is történjen. Ha a hit emberekre irányul, akkor az bizalomban nyilvánul meg. Az élet dolgaihoz háromféleképpen viszonyulhatunk: hittel, amikor biztosak vagyunk az eredményben, bizonytalankodással, mikor kételkedünk a sikerben, és hitetlenséggel, mikor biztosak vagyunk a kudarcban. Ez azután kétségbeejt minket. Mindezt érezzük. Aki az első nehézség miatt elveszti hitét a sikerben, az nem is fogja célját elérni. A hit nemcsak értelmi, hanem szellemi és érzelmi kategória. Érezzük azt, hogy biztosak vagyunk az eredményben. Az érzelmi nevelés ezt elő tudja segíteni.

6. Az érzelmi nevelés azért fontos, mert az érzelmek motiválják magatartásunkat, cselekvéseinket. A tevékenység érzelmeket vált ki az emberből, és az érzelmek visszahatnak a tevékenységre. Érzelmekkel viszonyulunk az emberekhez, jelenségekhez, tárgyakhoz. Érzelmek színezik a világ megismerését, kapcsolódnak cselekvéseinkhez oly módon, hogy azt serkentik vagy gátolják. Az ifjúságot sokszor nem tudjuk rábírnivalamilyen cselekedetre. Ehhez segítené hozzá az érzelmi nevelés. Ha a tanulók megértik és elfogadják az iskola céljait, és érzelmileg azonosulnak vele, akkor a célok megvalósításában hajlandók tevékenyen részt is venni.

7. Az érzelmi nevelés az egészség megőrzésének is része kell, hogy legyen. Ez azért volna szükséges, mert a negatív érzelmek betegséget okozhatnak, míg a pozitív érzelmek segítenek megőrizni az egészséget. Például a mérges indulatok a testi és lelki homeosztázist fenyegetik. Odalesz a lelki békesség, és gyakori előfordulás esetén a test is megbetegedhet. Ilyenkor a szervezet túl sok hormont termel védekezésüképpen, melynek káros hatása van magára a szervezetre. Lelkileg pedig fáradtak és örömtelenebb leszünk. Viszont a szeretetnek gyógyító hatása van a lelki betegek esetében.

8. Az érzelmi nevelés céljai közé tartozik, hogy megismerjük a saját érzelmeinket, a saját érzelmi életünket, az érzelmi bűneinket és erényeinket. Ez kiindulópontja lehet az érzelmi fejlődésnek. Az egészséges kisiskolás alapérzése az öröm. Így értelmi képessége is eredményesen fejlődhet. A gyermeknek az iskolában kellene megtanulni a kötelességteljesítés érzését, az erkölcsi érzéseket. Önmagunk érzelmi megismeréséhez szükséges tudni, hogy milyen pozitív és negatív érzések vannak, melyek azok, amiket meg kell tanulni, és melyek azok, amiket el kell hagyni.

9. Az emberek nemcsak beszéddel tudnak egymással kommunikálni, hanem érzelmek által is. Ez önkéntelenül, nem szándékosan történik. Ezt a közlésformát metakommunikációnak nevezik. Ezen keresztül a személy egészen nyitott a másik felé. A szavakkal és szándékolt gesztusokkal azt mondjuk el, amit gondolunk, és amit ésszerűnek tartunk. A metakommunikációs jelzések viszont érzelmi szempontból és akaratlanul minősítik azt, amit mondtunk. Érzékenység szükséges a saját magunk és mások érzelmi jelzéseinek megértéséhez. A sikeres élethez tartozik, hogy ne érjenek bennünket érzelmi csalódások. Ezt is elősegíti az érzelmi nevelés.

10. Az érzelmeket az arc, a test mozdulataival és a hang színezetével ki lehet fejezni. Ezeket a formákat részint örököljük, részint tanuljuk. Az érzelmek kifejezés általában spontán módon történik, akaratunktól függetlenül, de azért tanulható, sőt utánozható is. Hitelesnek azokat az érzéseket nevezzük, melyek a tényleges érzéseinket fejezik ki. Nem hitelesek azok, melyek érzéseinkkel nincse-

nek kapcsolatban, vagy ellentmondanak annak. Például nem hiteles a megbocsátás, ha valaki csak szavakkal bocsát meg, közben ennek az ellenkezőjét érzi. A hiteles és nem hiteles érzések megkülönböztetésében nagy szerepe van az igen és nem érzéseknek. Az igen érzés azt jelenti, hogy meg vagyunk győződve valamiről, érezzük, hogy az úgy van. A nem érzés ennek az ellenkezőjét jelenti. Az érzelmi nevelés hozzájárulhat ahhoz, hogy meg tudjuk különböztetni mások hiteles és nem hiteles érzéseit, és megelözzük azt, hogy nekünk érzelmeiket lehessen hazudni.

11. Fontos, hogy tudjunk együtt érezni másokkal. Ez szükséges a jó emberi kapcsolatok kialakításához és megtartásához. Ugyanis az érzéseit közlő ember elvárja a másiktól, hogy együtt érezzen vele. Az együttérzés azt jelenti, hogy megpróbáljuk, és részben érezzük is azt, amit a másik érez. Hogy tudunk örülni mások örömeinek, és bánkódni mások bajain. Minden ember azt várja a másiktól, hogy együtt érezzen vele. Az ellentmondás abban van, hogy sokan csak elvárják ezt, de ők nem adják meg másoknak. Az együttérzés nem velünk született, tanulni kell, és amit tanulni kell, azt tanítani is kellene.

12. Az érzelmi nevelés célja közt szerepel az erőteljes érzelmi élet megteremtése. Az ösztönt nem kell tanítani, csak a magasabbrendű érzéseket. De amit tanulunk, azt el is lehet felejteni, ha nem gyakoroljuk. Az emócióknak, mint egy kertnek, állandó művelésre van szükségük. Amint a kertben a káros növények maguktól nőnek, úgy a káros érzések és érzelmeik is maguktól vannak, nem kell tanulni őket. Úgy tűnik, örököljük, személyiségünk tulajdonságai ezek, jellemhibáink. A negatív érzéseket ki kell gyomlálni, el kell hagyni. Érzelmeink tudatos műveléséhez ismerni kell érzelmeink múltját, kialakulásának történetét. A ma érzelme a múltra támaszkodik, és ami ma van, az a jövőben is tovább fog hatni. Az érzelemháztartás az a mozgásterület, melyben az ember érzéseivel gazdálkodhat, takarékoskodhat vagy pazarolhat. A korlátolt embernek nincs érzelemháztartása, megelégszik az ösztönös érzésekkel, és nem törekszik más érzések tanulására. Csak az tud gazdálkodni az érzelmeivel, aki már elindult az érzelmi fejlődés útján.

13. A személyiség lényeges tényezője az általános érzelmi beállítottság. Van érzelmileg stabil és labilis személyiség. Az érzelmileg labilis személyek boldogtalanok, és nehezen alkalmazkodnak a házasságban, munkahelyen, gyermeknevelésben, érvényesülésben, társasági életbe stb. Az érzelmi stabilitás azt jelenti, hogy a pozitív érzések az uralkodók, és ezek nehezen váltanak át negatív érzésekre. Ahol szeretet uralkodik, ott nem tudnak gyökeret verni a negatív érzések. Ha elő is fordulnak, csak rövid ideig tartanak. Az érzelmi nevelés céljai közt szerepel az érzelmileg stabil személyiség kialakítása.

14. Az érzelmi nevelés célja többek között az is, hogy különbséget tudjunk tenni a pozitív és a negatív érzések között. Továbbá, hogy a jóval azonosuljunk, a rosszat pedig elutasítsuk. Amit az ember jónak tart, azzal azonosul is, amit pedig rossznak, azt elutasítja. A probléma abban van, hogy a jó és a rossz közti különbségtétel nem egyértelmű. Van, aki a jót rossznak tartja, és a rosszat jónak. A helyes különbségtételhez nemcsak ismeret és értelem szükséges, hanem szeretet is. A tévedések oka a szeretethiány. Például van, aki a haragot vagy a féltékenységet indokolt esetben helyénvalónak tartja. Ezzel szemben, ha szeretet van bennünk, ezek nem fejlődnek ki, és nem is tartjuk őket helyénvalónak.

15. A tartósabb érzelmi állapotot hangulatnak nevezzük. Van nyomott hangulat és van derűs kedély. Cél a derűs alaphangulat, ami lehet velünk született, de tanulni is lehet. Az érzelmi nevelésnek ez is lehet egyik célja. Tény, hogy a hangulatot az élet eseményei befolyásolják, de kérdés, milyen a hangulatunk, mikor nem történik semmi. Lehetünk ok nélkül is szomorúak vagy jó kedélyűek. A hangulat azért fontos, mert az szorosan összefügg a kedvvel, amely szükséges a munkához és minden tevékenységhez. A nagyfokú és tartós lehangoltság munkaképtelenséghez, gyomor- és bélpanaszokhoz, fogyáshoz, étvágytalansághoz vagy szívpanaszokhoz vezet. Előfordul, hogy az ilyen egyén nem tud aludni, állandóan sír, szakad róla a víz, étvágytalan és emésztési panaszai vannak. Marokszámra szedheti a gyógyszert, eredmény nélkül, mert panaszai lelki eredetűek.

16. Az érzelmi nevelés célja a káros szenvedélyek elkerülése is. A szenvedély egy érzelmi indulat, mely minden más, tőle különböző érzést megsemmisít. Az érzés akkor válik szenvedéllyé,

mikor az öngyulladás állapotába kerül. A negatív érzésből kifejlődött szenvedélyek nem tartalmaznak pozitív összetevőket. Így például a szenvedélyes bosszúvágyban vagy a szenvedélyes féltékenységekben levő elkötelezettség nem jelenthet pozitívumot, mert egy bűnös vágnak való elkötelezettségről van szó. A mai kor legártalmasabb szenvedélye a kábítószer. Általában azért szoknak rá az emberek, mert egy jó érzést szeretnének átélni. Ez a jó érzés azonban nem pozitív érzés, csupán a bűn csábítása. A bűnben is van valami jó, különben nem követnék el. De a benne levő rossz, mely rendszerint következmény, sokkal több ennél. Az érzelmileg labilis emberek válnak könnyen a szenvedély rabjává. A szenvedélybeteg gyógyulásának kezdete, hogy ítéletet tudjon mondani saját maga felett.

17. Vágyaink irányítása is az érzelmi nevelés célja, tárgya. A gondolat és a képzelet megjelenít előttünk valamit, ha kívánatos számunkra, akkor vágyódunk rá, és el akarjuk érni, meg akarjuk valósítani. Ha boldogulni akarunk az életben, akkor szükséges vágyainkat redukálni. Ily módon a lemondás fogalmához jutunk el. A nem feltétlenül szükséges vágyakat a tudatunkból célszerű kiszorítani. Ezenkívül a bűnös vágyakat meg kell tagadni. Mint ahogy a cselekedeteket, a vágyakat is minősíteni kell. Minősítés után pedig irányítani. A vágyak irányításánál az vezéreljen bennünket, hogy vágyaink feleljenek meg hajlamainknak, képességeinknek és lehetőségeinknek.

18. Érzelmi torzuláson azt értjük, amikor a normális, természetes érzéseinket, érzelmeinket és indulatainkat eltorzítjuk. Ezek rendszerint hozzájárulnak a már meglévő torz érzelmek felgyülemeléséhez, megmérgezik az embert, és mindenféle ártalomhoz vezethetnek. Az elferdült indulatok olyan érzelmi bázist hoznak létre, mely melegágya lesz további mérgek kitenyésztésének. Az indulatok eltorzítása nagymértékben a félelemnek és az előítéleteknek tulajdonítható, melyek viszont téves értesülésekből és fogalomzavarból származnak. Ilyen torzulások a következők: indulatok elfojtása, indulatkitörés halogtatása, a düh áthárítása, a düh tompítása, érzelmek befagyasztása. Ha el is nyomja az indulatait az ember, azáltal megszabadulni nem képes tőlük, így azok a tudatalattiba kerülnek, és a torz érzelmi göcöt gyarapítják. Az érzelmi nevelés céljai közt szerepel az érzelmi torzulások elkerülése.

19. Érzelmi sebek megelőzése, elkerülése, illetve gyógyulása is céljaink között szerepel. A legtöbb érzelmi seb a helytelen érzelmi kapcsolatból származik, főleg a helytelen szülő – gyermek kapcsolatokból. Az érzelmi sebek nagyon sok lelki problémát, sőt lelki és testi betegséget is okozhatnak. Ilyen sebek például az elutasítottság, a keserűség, a szomorúság stb. Az érzelmi sebeket az emberek okozzák egymásnak. Ilyen esetben van egy sértett, aki kapja a sebet, és van egy sértő, aki adja a sebet. A sértett természetes reakciója a sértő felé a harag és a gyűlölet. Ezek azonban negatív érzések, melyek nemcsak a kettőjük közti kapcsolatot teszik tönkre, hanem a sértettet magát is terhelik. Tehát a sértett a kapott seben kívül még további bajt is okoz magának, a negatív érzések miatt elveszíti még azt a kevés lelki békességet is, ami a sebesülés után megmaradt. A feladat ezután nemcsak a seb begyógyítása, hanem a negatív érzés megszüntetése is. A gyógyulás útja az engedékenység és a megbocsátás. Ezt tanulni kell, az érzelmi nevelés ehhez is hozzásegíthet.

20. Az érzelmi nevelés célja lehet még az érzések irányításának a megtanulása, gyakorlása. A meglévő érzéseinket nehéz irányítani. Mégpedig azért, mert az érzéseink valaminek az eredményeként jönnek létre. Önmagunk és mások megnyilvánulásai eredményezik érzéseinket. Önmagunk megnyilvánulása a gondolkodással kezdődik. Ezért az érzéseink irányításának a lehetősége a gondolatok irányításában rejlik. A negatív gondolatok negatív érzéseket hoznak létre és megfordítva. Tehát az érzelmi élet irányításához a pozitív gondolkodást kell megtanulni. Az emberek azért elégedetlenek, mert mindig a negatív dolgokra gondolnak. A kedvezőtlen körülmények mellett is lehet pozitív dolgokra gondolni, és megelégedettnek lenni. Természetesen ez nem megy magától. Ehhez lelki erő, tudatos odafigyelés és szorgalom szükséges. Az érzések kontrollja nem más tehát, mint a gondolatok kontrollja.