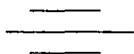


retszerezést, a megértésen alapuló tanulást igényli. Ha diákjaink e képesség hiányában fejezik be az intézményes tanulást, joggal okolják az iskolát is munkanélküliségük miatt. Talán a kerettantervek megalkotói e szempontra is tekintettel lesznek.

IRODALOM

- Balogh László (1997): Tanulási stratégiák és stílusok, a fejlesztési pszichológia alapjai. Kossuth Egyetemi Kiadó, Debrecen.
- Balogh László (1997): Képességfejlesztés és iskolai tanulás: problémák és megoldások. In: Tehetség és fejlesztőprogramok (szerk.: Balogh-Poloknai-Tóth) Kossuth Egyetemi Kiadó, Debrecen.
- Csapó Benő (1999): Iskolai tudás és vizsgarendszer. Új Pedagógiai Szemle, 2, 34–52.
- Démuth Ágnes (2000): Iskolai teljesítmények a tanulási nehézségek, szokások, tanulási képességek összefüggésrendszerében. Ph.D. disszertáció, Debrecen.
- Falus at al. (1989): A pedagógia és a pedagógusok. Akadémiai Kiadó, Bp.
- Gordon Győri János (1999): A közvetlen gondolkodási készség-fejlesztés pedagógiája az elmúlt évtizedek nemzetközi gyakorlatában. Iskolastruktúra 1, 76–80.
- Hrabal-Mares (1990): A relatív sikertelenség néhány metodológiai kérdése. In: A neveléslélektani kutatások aktuális kérdései (szerk.: Kürti). Akadémiai Kiadó, Bp., 165–174.
- Horváth Zs. (1994): Olvasás, szövegértés. Új Pedagógiai Szemle, 7–8, 97–108.
- Kelemen László (1973): A gondolkodás nevelése az általános iskolában. Tankönyvkiadó, Bp.
- Lénárd Ferenc (1979): Képességek fejlesztése a tanítási órán. Tankönyvkiadó, Bp.
- Lénárd S.–Sirák J. (1999): A pedagógus neveléssel kapcsolatos nézetrendszere. Iskolakultúra, 1, 40–43.
- Vári P. (1994): Következtetések. Új Pedagógiai Szemle, 7–8, 129–133.



DR. LÉGRÁDI LÁSZLÓ

ny. tanár

Füzfőgyártelep

A nehezen kezelhető gyerekek érzelmi neveléséről

A társadalom erkölcsi romlásának következtében világszerte mind több a problémás gyermek, akiknek oktatása, nevelése gondot okoz a pedagógusoknak. Már régóta gond az iskolában, hogy a gyerekek egyre gyengébbek számtanból és olvasásból, de ennél nyugtalanítóbb az érzelmi analfabétizmus. Hiába tesznek erőfeszítéseket az oktatás színvonalának emelésére, a tanterv szót sem ejt ennek az elmaradottságnak az orvoslására. A serdülőkori zűrzavar, a gyerekkori nehézségek fokozódása kiolvasható a statisztikákból.

Sok fiatal vesznek őrizetbe erőszakos bűncselekményekért, garázdaságért, nemi erőszakért. Tizenévesek körében sok az öngyilkosság, a lelki betegség és nemi betegség, a lányok teherbe esése, depressziója. Egyre nehezebbé válik, hogy a fiatalok kiegyensúlyozott házasságban éljék le életüket. A válások száma nő, a házasságkötések száma csökken.

Rossz érzelmi közérzet: A fiatalok visszahúzódnak, kedvetlenek, önállótlanak, boldogtalanok, szorongók, aggodalmaskodók, idegesek, szomorúak. Nem tudnak tartósan odafigyelni a tanár magyarázatára, sőt nyugodtan egy helyben ülni is nehezere esik egyeseknek. Nem tudnak koncentrálni, gyengén teljesítenek az iskolában.

A fiatalok közül sokan hazudnak, csalnak, veszekednek, tönkre teszik mások holmiját, rongálják az iskola berendezéseit, nem engedelmessé válnak sem otthon, sem az iskolában, makacsok, indulatosak, gúnyolódók. Mivel ezek a negatív viselkedési módok egyszerre jelentkeznek, azt jelzik, hogy lassan, folyamatosan kialakult egy mérgező légkör, mert vajmi keveset tettünk ellene. Mindezek az érzelmi készségek nagymértékű hiányosságra utalnak. Ezek a problémák mind a gazdag, mind a szegény gyerekeknél egyaránt előfordulnak. Egy lassú lecsúszás mutatkozik mindenhol. Sok

gyerek érzelmi problémái pszichológiai kezelést igényelnek. A gyermekek erkölcsi tartás hiányában nem tudják képességeiket kibontakoztatni.

Globális jelenségről van szó. A családokra gazdasági nyomás nehezedik. Mindkét szülő dolgozik. A gyerekek az utcára vagy a televízióra hagyatkoznak. Mindkettőnek negatív a hatása. Sok a csonka család és az állami gondozott. A szülők kevés időt töltenek együtt gyermekeikkel, elsősorban erre vezethető vissza az érzelmi nevelés hiánya.

Az agresszív gyerek: Az agresszív gyerek az iskolában a közutalat és rettegés tárgya. A nagyfokú gyermekkori agresszivitás előrevetíti a jövődő érzelmi problémákat és a bünözövé válás lehetőségét. Az ilyen gyerekek általában szülei nem foglalkoznak, vagy ha igen, akkor szigorúan megbüntetik. Ezért olyan harcias. Az ilyen gyereknél látásmódbeli torzulásról van szó. Megsértődnek azon is, amely nem sértés, és azt gondolják, hogy mindenki ellenségük. Barátságos gesztusra is ütéssel felelnek, ezért még jobban kerülnek őket, és még jobban elszigetelődnek. Dühösek és magányosak, úgy gondolják, igazságtalanul bánnak velük. Áldozatnak tartják magukat, ezért jogosnak vélik, ha odacsapnak egyet. Az agresszív gyerek jóhiszeműség helyett rosszindulatot feltételez, ezért ellenségeskedés a reakciója.

Ezek a gyerekek érzelmileg sebezhetőek, mert könnyebben kijönnek a sodrúkból, és több dolgon fennakadnak, mint mások. Ha előnti agyukat a vér, vagyis az indulat működésbe lép, mielőtt az értelem mérlegelne, akkor meggondolás nélkül ütnek. Az ellenséges érzületre beállított torz látásmód már kisiskolás korban is jelentkezhethet. A bünözéshez vezető pálya első állomása így az első és a második osztály is lehet, ha a gyerek agresszív és nehezen kezelhető. Az indulati kontroll fogyatékosága miatt még rosszul is tanul, ezért butának tartja magát. Ezekkel a gyerekekkel a tanárok nemigen foglalkoznak, mert fegyelmezésük sok időt rabol. Iskolai kudarcuk a harmadik osztályban már nyilvánvalóvá válik. Az indulatosság háromszor olyan biztos jele a későbbi bünözésnek, mint az alacsony IQ. Negyedik-ötödikes korukra ezeket a gyerekeket a többiek kirekesztik, tanulmányi szempontból pedig „a számárpadra” kerülnek. Ezután már valamelyik galerihez csapódnak, csavarognak, a 7-8. osztálytól pedig az alkohol- és drogfogyasztásban is részt vesznek, és kihágásokat követnek el. Az antiszociális lányoknál a züllés inkább a korai terhességben nyilvánul meg.

Az agresszív gyerekeket hibás gondolkodásmódja sok bajba keverheti. Elhamarkodottan következtetnek ártó szándékra, és eszükbe sem jut, hogy az erőszakos fellépés milyen negatív következményekkel járhat. A nevelésnek elsősorban ezt a gondolkodásmódot kell megváltoztatni. A Duke Egyetemen (USA) működött egy ilyen program általános iskolás bajkeverők részére. Heti 2 alkalommal 40 perces tréningen vettek részt 6-12 héten keresztül. A fiúkat rávezették arra, hogy az általuk ellenségesnek vélt megnyilvánulások valójában semlegesek, esetleg barátságosak is lehetnek. Megtanulták más gyerekek nézőpontját is érzéklni, és azt, hogy a számukra dühítő helyzetekben mit gondolnak mások. A haragkontrollra is kiképezték őket olyan jelenetek eljátszásával, melyben el szokták veszíteni a fejüket. A haragkontroll során észlelni kellett tulajdon érzelmeiket, hogy azt befolyásolni tudják oly módon, hogy józanul megfontolhassák a teendőket.

Tulajdonképpen az agresszív gyerek nem szereti, hogy ő ilyen. Ezért kész volna tenni is ellene. Három évvel a tréningen való részvétel után ezeket a fiúkat összehasonlították olyan agresszív fiúkkal, akik haragkontroll-foglalkozásokon nem vettek részt. Azt találták, hogy a tréningen részt vettek kevésbé bomlasztó magatartásúak voltak, kisebb volt a hajlandóságuk az ital- és drogfogyasztásra, és pozitívabb énképpel rendelkeztek.

Serdülőkori depresszió: Főleg lányoknál fordul elő. Van, aki fél, szorong, nem mer barátkozni, vagy a fiúkkal van baja, lefekszik velük, de nem tudja őket megtartani, nem tudja hogy kell elhárítani a szexuális közeledést. Mindezek mellett levert, fáradt, étvágytalan és reménytelen, öngyilkossági gondolatai is vannak.

A Columbia Egyetem (USA) kísérleti programot indított depressziós serdülőknek. Ezen belül a legalapvetőbb érzelmi készségeket tanították: hogyan építhető ki barátság, hogyan lehet bizalmas, hogyan fejezheti ki érzéseit, hogyan érintkezhet a másik nemmel, hogyan szabhat korlátot a szexuális közeledésnek.

A depressziós gyerekek legtöbbször nem hajlandók problémájukról beszélni. Talán nem is tudják megnevezni, hogy mit éreznek. Legtöbbször ingerlékenyek, türelmetlenek, dühösek elsősor-

ban szüleikre. A szülő viszont így nem tud segíteni gyermekén, az eredmény veszekedés, majd elidegenedés.

Érzelmi szempontból a depressziós gyereknél a társas készségekben és a kellemetlenségek feloldozásában mutatkozik hiányosság. A depresszióra való hajlam legtöbbször genetikai eredetű, de az említett problémák kezelése ezt megakadályozhatja kifejlődésében.

A depresszió a huszadik század második felétől járványszerűen terjed az erkölcsi romlással párhuzamosan. A depresszió nem egyszerű szomorúság, hanem bénító kedvetlenség, csüggedés, önsajnálát, kétségbeesés. Amerikai statisztika szerint az 1905 előtt születettek 1%-a, az 1955 után születettek 6%-a esett át súlyos depresszióra. Ez az arány 1945–1954 között tízszeres az 1905–1914-hez viszonyítva.

A korai érzelmi stresszhatások károsan befolyásolják az idegsejtek fejlődését, és ennek következtében erős stresszre évtizedekkel később is beállhat a depresszió. A családok felbomlása és az elhanyagolás a kisgyermekben érzelmi stresszt hoz létre, amelyre további stressz tizenéves korban depressziót eredményezhet. Régebben az ilyen hatást kivédte a nagycsaládi támogatás, az Istenben és az örökéletben való hit. Ma ezek csak kevés ember segítői.

A fiatalkori depresszió lefolyása: Riasztó dolog, hogy a gyerekkori depresszió felnőttkorban még súlyosabb rohamokban folytatódhat. Ezért meg kell előzni a gyerekkori kifejlődését. Az orvosi kezelésre szoruló depressziós gyermekek 75%-a szenvedett később is depressziót egy amerikai felmérés szerint. A súlyos depresszió egy évig is elhúzódhat, az enyhe depresszió még tovább. A depressziós gyerekek társas készségekben nem tudnak fejlődni, mert nehezen találnak barátot. A rosszkedv gátolja őket, hogy kapcsolatot kezdeményezzenek. A depressziót az iskolai teljesítmény is megsínyli, memóriájuk és koncentrálókéességük meggyengül. Ez még tovább növeli a depressziót.

Depressziós gondolkodásmód: Bár a pesszimista gondolkodásmód táplálja a depressziót, előbb jelentkezik annál. Ez egy lehetőség, hogy meg lehessen előzni. A pesszimista gyerek tehetetlennek tartja magát, nem hisz abban, hogy javítani tudna osztályzatán, mert butának érzi magát. Az optimista gondolkodásuk nem lesznek depressziósak. Ha a pesszimista nézőponthoz még valamilyen súlyos csapás is járul, például a szülők válása vagy halálesete, akkor ez már valószínűvé teszi a depresszió bekövetkeztét. A pesszimista gyerekek kudarcaikat saját hibáikkal magyarázzák, amin változtatni nem tudnak.

A depresszió kockázatának csökkentéséhez a gyermeket meg kell tanítani az optimista szemléletmódra, különösen a nehézségek elviselésére. Meg kell tanítani őket a barátkozásra, a szülőkkel való jó viszony kialakítására, az örömtelibb társasági életre. Az alapvető érzelmi készségeket is meg kell tanítani velük a nézeteltérések rendezésére, a megfontolt cselekvésre és a pesszimista hiedelmek elhárítására. A depressziósnak meg kell tanulnia, hogy a szorongás, a kedvetlenség, a düh nem legyőzhetetlen hatalmak. A közérzetet javítani is lehet a gondolkodás megváltoztatásával. A lehangoló gondolatokat meg kell vitatni, ki kell beszélni.

Evészavar: Az anorexia az, amikor a lányok kövérnek képzelik magukat, holott nem azok, hanem legtöbbször soványak, ezért nem esznek. A bulimia ennek fordítottja, a lányok az evésben találnak vigasztalást. Természetesen így elhízhatnak, és ezen hánytatással, sportolással, vagy egyéb módon próbálnak változtatni.

Az evészavarok kiváltó oka érzelmi eredetű. Például anorexia esetén nem tudják felismerni az éhség érzetét, bulimia esetén pedig éhségnek gondolják azt is, ami nem az. Ehhez hozzájárul az is, hogy a lányok mind fiatalabb korban tartják maguk részére fontosnak, hogy megfeleljenek a női szépséget idealizáló karcsúságnak.

Amerikában 900 lányt vizsgáltak 13–16 éves korban, és kimutatták, hogy érzelmi zavarok vezetnek az evészavarhoz. Ez abban mutatkozik meg, hogy a kellemetlen érzéseket nem tudják megkülönböztetni, illetve kezelni. Ha már fellép az evészavar, és minél súlyosabb az, annál hevesebb negatív érzésekkel reagálnak a kudarcokra, és annál kevésbé tudják megmondani, hogy mit is éreznek. Ehhez az érzelmi zavarhoz hozzájárul az is, hogy alakjukkal végképp nincsenek megelégedve.

A túlsúly rögeszméje a fiatal lányoknál úgy keletkezik, hogy a természetellenes sovány nő a divatideál, és ehhez képest a legtöbb lány kövérnek találja magát, már a pubertás előtt. A normális

súlyú lányok is kövérek tartják magukat. Azonban a túlsúly rögeszméje önmagában még nem indokolja az evészavar kialakulását.

Bulimia esetén a kövér lány képtelen különbséget tenni a rettegés, a düh és az éhség érzése között. Éhségnek gondolja a negatív érzéseiket is, emiatt többet esznek, mint kellene. Valahányszor felzaklatja valami őket, evéssel próbálnak vigasztalódni, illetve a negatív érzést megszüntetni.

Ezek alapján, ha egy fiatal lánynál azt észlelik, hogy érzéseit és szervezete jelzéseit nem tudja pontosan észlelni, összekeveri, akkor ez azt jelzi, hogy két éven belül evészavar fog nála fellépni.

Az evészavarral küszködő lányok kezelésénél lényeges az érzelmi nevelés, mely az alapvető érzések tanulásából és azonosításából áll, valamint a kudarckezelés megtanulásából. Meg kell tanulni még az öncsillapítást és a kapcsolatok megfelelő irányítását.

A kirekesztés: Vannak gyerekek, akiket társaik kiközösítenek. Ez egy fokozott esély arra, hogy kimaradjanak az iskolából. A kiközösített gyerekek érzelmi zavarokkal küszködnek. Van, aki hajlamos a dühkitörésre, illetve rosszindulatot tételez fel alaptalanul. Mások félnékek, szorongók vagy gátlásosak. De a kiközösítés fő oka mégis az, hogy az érzelmi jelzések közvetítésében és felfogásában hibáznak. Nem tudják leolvasni mások érzelmeit a külső jelekből. Ebből következik társas alkalmatlanságuk. Nem tekintik őket kívánatos partnernek, és nem képesek kellemes érzéseket kelteni a másokban.

A kirekesztett gyerek a kudarcot is nehezebben viseli. Vesztéskor hajlamosak duzzogni, kiszállni, nyereskor pedig hencegni. Érzelmi reakcióikon nem tudnak uralkodni, s ez taszítólag hat. Az iskolás korban kiközösített gyerekek felnőve gyakran szorulnak a társadalom perifériájára, mivel a társas érzelmi készségek nem tudtak kifejlődni náluk. A gyermek harmadik osztályban elért népszerűségének a mértéke előre jelzi a 18 éves kori mentálhigiénés problémákat. A tartósan magányosak, depressziósak jobban ki vannak téve a megbetegedésnek és a korai halálnak.

A kirekesztésre kerülő gyermekekkel 3-4. osztályban érdemes érzelmileg foglalkozni. Hogy lehetnek barátságosabbak, kedvesebbek, próbálják utánozni a népszerű gyerekeknél észlelt viselkedésmódot, legyenek érdeklődők, segítőkészek. Játsszanak társasjátékokat, és utána értékeljék azt, hogy miben hibáztak, mit csináltak jól. Fejlesztetni kell a képességet a többi gyerek érzelmeinek leolvasására és megfelelő viszonzásra. Az ilyen tanító programok a gátlásos gyermeknél eredményesebbek, mint az agresszívnál.

Alkohol és drogprobléma, szexuális zaklatás: Ezeknek a problémáknak az ifjúság körében való kezelésére többféle módszer ismert. Ezek a módszerek megegyeznek abban, hogy nem nagyon sikeresek. Ennek egyik oka, hogy figyelmen kívül hagyják az érzelmeik szerepét.

Sok fiatal azért válik alkoholistává, mert szorongó, vagy érzelmileg zaklatott, és negatív érzelmeinek elűzésére használja az alkoholt. Ehhez hasonlóan válnak sokan drogfüggővé is, vagyis depressziójuk, boldogtalanság érzésük, indulatosságuk megszüntetése miatt.

Természetesen az öröklés és a környezet hatása is befolyásolja a függőség kialakulását. A szegénység és a szülői elhagyás, vagy a nemtörődomség a gyermekben negatív érzéseket alakít ki önmagában is.

A szexuális visszaéléseket is általában olyanokkal szemben tudják elkövetni, akik védtelennek érzik magukat, nincs önbizalmuk, nem képesek ellenállni, érzelmi és társas készségeik hiányosak.

Az említett problémák mindegyikét az jellemzi, hogy a szenvedő alanyok érzelmileg fejletlenek. Problémájuk érzelmi neveléssel orvosolható. Ennek a nevelésnek ki kell terjednie az érzelmeik megismerésére és azonosítására, önmaguk érzelmeinek megfigyelésére és szavakkal való kifejezésére. Meg kell tanítani az indulatkontrollt, a vágyteljesítés késleltetését, a negatív hatásoknak való ellenállást. Fejlesztetni kell a társas készségeket, önbizalomra és határozottságra kell nevelni őket. A kudarckezelést is meg kell tanulniuk.

Egyesek úgy gondolják, hogy az alkohol és drogprobléma megoldható több és több detoxikáló állomás beiktatásával. Ennél sokkal hatásosabb és kevésbé költséges a megelőzés, a hatékonyabb érzelmi nevelés. Néhány osztályfőnöki órát erre a célra fel lehetne és fel is kell áldozni. Ezenkívül a problémás gyerekekkel való foglalkozás programjába feltétlenül be kell iktatni az intenzív érzelmi foglalkozásokat is.

IRODALOM

- Daniel Goleman: Érzelmi intelligencia, Háttér Kiadó, Budapest 1997.
- Daniel Goleman: Cikk az érzelmi nevelés kurzusról, New York Times 1992. március 3. Cikk a rugalmas gyerekekről, New York Times 1987. október 13. Cikk a gyerekkori érzelmi zavarokról, New York Times 1989. január 10.
- Ruby Takanashi: The Opportunities of Adolescence, American Psychologist, 1993. február.
- Alexander Thomas et al.: Longitudinal Study of Negative Emotional States and Adjustments from Early Childhood Through Adolescence, Child Development 59, 1988. szeptember.
- A. Dodge: The Development of Emotion Regulation and Dysregulation University Press New York, Cambridge, 1991.
- Richard Tremblay et al.: Predicting Early Onset of Male Antisocial Behavior from Preschool Behavior, Archives of General Psychiatry 1994. szeptember.
- Mária Kovács, David Golston: Cognitive and Social Development of Depressed Children and Adolescents, Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 1991. Május.
- Gloria R. Leon et al.: Personality and Behavioral Vulnerabilities Associated with Risk Status for Eating Disorders in Adolescent Girls, Journal of Abnormal Psychology 102 (1993).
- Steven Asher, John Coie: Peer Rejection in Childhood, University Press, New York, Cambridge 1990.
- David Finkelhor, Jennifer Dziuba-Leatherman: Children as Victims of Violence: A National Survey Pediatrics, 1984. október.

KEDVEZMÉNYES AKCIÓ!

Szíves figyelmükbe ajánljuk olvasóinknak a Módszertani Közlemények régebbi számainak kedvezményes árusítását az alábbiak szerint:

1995-től	1997-ig	300 Ft/év
1998-tól	1999-ig	500 Ft/év
2000 évi		600 Ft/év
2001 évi		800 Ft/év

Ezzel a lehetőséggel minden érdeklődő élhet!

A SZERKESZTŐSÉG

TISZTELETTELJES KÉRÉS ELŐFIZETŐINKHEZ!

Bízunk abban, hogy továbbra is töretlen támogatói, előfizetői maradnak lapunknak. Ennek reményében kérjük minden kedves Előfizetőnket, régieket és újakat, hogy a 2002. évi előfizetési díjat, amely ettől az évtől 1000 forint, az alábbi számlára befizetni szíveskedjenek: OTP Csongrád Megyei Igazgatóság, Szeged, Módszertani Közlemények, 11735005-20003933.

Köszönjük megértésüket és támogatásukat.

A MÓDSZERTANI KÖZLEMÉNYEK KIADÓHIVATALA