

A holisztikus nevelés

A társadalom boldogulásának egyik legfontosabb feltétele a jól nevelt ifjúság. Ezért az államnak és a társadalomnak egyaránt legfontosabb célja az ifjúság nevelése. Ha az ifjúságot nem neveljük, akkor képességeiket sem tudják kibontakoztatni. Az embernevelés a gazdaság megjavításának is elsődrendű feltétele. Igaz, az öröklött tulajdonságoknak nagyobb a befolyása, mint a nevelésnek, de ez nem csökkenti a nevelés fontosságát. A lelkileg egészséges ember csak a megfelelő nevelés által válhat a társadalom hasznos tagjává.

Bár nevelésen sokan sokféle dolgot értenek, eredeti értelmében elsősorban erkölcsi nevelést jelent. A fegyelmezés még nem nevelés. A fegyelmezés a gyermek magatartását szabályozza, míg a nevelés főleg az erkölcsiséggel foglalkozik. Az erkölcsiséget szavakkal és példamutatással lehet elsősorban kialakítani. Kell hozzá egy tantárgy, az erkölcsstan, mely szavakkal tanítja az erkölcsiséget, meg a szülő és a tanár, aki az élet különböző helyzeteiben példázza, saját magatartásával illusztrálja az elméleti tételeket.

A gyermeket az erkölcsös magatartásra kényszeríteni nem lehet. Meg kell értetni vele, hogy mi a jó, és mi a rossz. El kell érni, hogy a jóhoz érzelmileg kötődjön, a rosszat pedig elutasítsa. A fegyelmezés eszközeivel ezt lehetetlen elérni. A szülő és a nevelő is gyakran hibázik, mert példamutatással történő nevelés helyett fegyelmez. Ha a gyermeket helytelen okból, helytelen körülmények között büntetik, fellázad. A helyes magatartást be kell mutatni, meg kell élni a gyermek előtt, hogy megérthesse és utánozhassa. Nehéz a gyermeket a jó és rossz fogalmára nevelni, ha a szülő vagy a tanár cselekedetei és szavai nem fedik egymást.

Mit kellene tanítani az erkölcsiséghez? Amikor az ifjú kikerül az életbe, azt tapasztalja, hogy amire szüksége volna, azt nem tudja, és amit tanult, annak nagy részét meg nem tudja használni semmire. Az iskolák a több ismeretre helyezik a hangsúlyt, holott idővel az ember sokat elfelejt, és csak az marad meg, amit rendszeresen gyakorol, ám csak azt gyakorolhatja, amit szeret, és amit fontosnak tart. Ilyen fontos lehet például az erkölcs. Ha csak az aranyszabályt tanítanak meg az iskolákban úgy, hogy azt életük során meg is tartanák, akkor érezhető fellendülés következne be minden téren.

Tanítani kellene a helyes életcélokat és életfelfogást, valamint az erkölcsi törvényeket. Ez azért is lenne fontos, mert a mai közfelfogás az élet és az igazi boldogság alapvető tanait támadta meg. A mai generáció úgy nő fel, hogy életcélja a pénz és az élvezetek hajszolása. Ez azonban mind az egyénnek, mind a társadalomnak kárára van. Tehát nem a kívánságok kielégítésére, hanem az erkölcsi törvények szerinti életre kell nevelnünk. Annál is inkább, mert az ifjúság ma már az élet minden területén a kívánságai szerint akar élni.

Társadalmi bajaink csak akkor fordulhatnak jobbra, ha nevelési irányelveink megváltoznak. „Az ismeret felfuvalkodottá tesz, a szeretet pedig épít” a Biblia szerint (1Kor.8,1). Az erkölcs fontosabb az ismeretnél. Az erényes életet kellene példaként állítani könyvekben, sajtóban, rádióban, tévében. Az elmúlt évtizedekre az ellentmondásos nevelés volt a jellemző, melynek következménye a sok kisiklott élet. Meg kellene teremteni az alapelvekben való egyetértést a szülők, az iskola és a társadalom között. Ez azért nagyon nehéz, mert a magyar társadalom minden téren megosztott, amit tudatosan teremtettek meg és tartanak fenn.

A holisztikus szemlélet: Az orvostudományban rájöttek arra, hogy gyógyításkor az egész embert kell vizsgálni, nemcsak a testet. Az embert testi, lelki (értelmi, érzelmi és akara-

ti), valamint szellemi teljességében próbálják megismerni, még társadalmi kapcsolatairól sem feledkeznek meg. A holisztikus szó a görög holosz szóból származik, mely egészet, teljest, hiánytalant jelent. Magyarul is egészségesnek nevezzük a betegség nélküli állapotot. Az emberben az egyéniség, a lélek, a szellem az a tényező, mely több, mint a részek összessége. A testi-lelki-szellemi holisztikus gyógy mód az embert egységében szemléli, és természetes szerekkel gyógyítja. Hippokratész, a mindenkori orvosok atyja ezt az elvet így foglalta össze: nem az a fontos, hogy milyen betegségben szenved valaki, hanem hogy milyen ember az, aki ezt a betegséget megkapta. Ez a szemlélet a holisztikus filozófia alapja.

A holisztikus nevelés: Neveléskor eddig nemigen vettük figyelembe a teljes embert: Ki az, akit nevelni akarunk? Mire van szüksége annak, akit nevelni akarunk? Milyen embert akarunk nevelni? Ezeket a kérdéseket fel kellene tenni, mielőtt hozzánk kezdenénk a neveléshez. Az első kérdés, hogy ki az, akit nevelni akarunk. Az ember testből, lélekből és szellemből áll. Egyesek szerint csak testből és lélekből. Ez utóbbi esetben azonban nem tudnánk különbséget tenni ember és állat között. A lélek értelemből, érzelemből és akaratból áll, de mindez megvan az állatnál is, ha nem is olyan fejlettségben, mint az embernél. Vagyis az embert a szelleme különbözteti meg az állattól. Az alkotó szellem csak az ember sajátja. De a hit, az erkölcs, a lelkiismeret szintén szellemi fogalmak, és csak az emberben vannak meg. A holisztikus nevelés tehát azt jelenti, hogy figyelemmel vagyunk az ember összetett voltára, és a nevelést mindegyik területre kiterjesztjük. Ha nem ezt tesszük, akkor a nevelés nem érheti el a célját. Eddig jobbra testi és értelmi nevelés folyt az iskolában. Szükség volna ezt kiegészíteni érzelmi, akarat, erkölcsi és szellemi neveléssel.

Testi nevelés: Nemcsak a sport tartozik ide, hanem minden, ami a testtel kapcsolatos. Ilyenek az egészséges táplálkozás, az optimális súly megőrzése, az immunrendszer fejlesztése és megőrzése, általában a testi egészség megőrzése. A testnevelés órán tehát elméleti oktatásnak is kellene lennie, ahol a gyerekek megtanulnák az egészséges életmód testi vonatkozásait, legfontosabb kritériumait is.

Értelmi nevelés: Eddig főképp az értelem fejlesztésével foglalkoztunk, melynek során a gyermek a tanulás által mindig nehezebb anyagot tud megérteni, és egyre nagyobb tananyag befogadására lesz képes. Hiányzott a gondolati nevelés, a pozitív gondolkodás megismertetése és gyakorlása, a gondolati élet szabályozása. Ezenkívül az értelmet meg is kell védeni az eltévelyedéstől. Az értelmi neveléshez is szükségesek az erkölcsi alapelvek. Az ember gondolkodását befolyásolja a saját vélt érdeke. Ilyen ellentmondásos gondolkodás az előítéletes gondolkodás. Például a kisebbség és többség között, valamint a politikai pártok között. Azért nem értik meg egymást, mert gondolkodásuk alapja nem az igazság, hanem az érdek. Az értelmi nevelésnek tehát három irányúnak kell lennie: 1. az értelem, 2. a helyes gondolkodás fejlesztése és 3. az értelem védelme az eltévelyedéstől.

Akarati nevelés: Döntéseinket akaratunkkal hozzuk meg. Az akarás nemcsak cselekvésre irányulhat, hanem lelki folyamatokra is. A gondolkodás, a tanulás is akaratlagos. A cselekedeteket az erkölcsi normák szerint minősíthetjük, és akaratunkkal kell eltiltani magunkat az olyan cselekvéstől, mely saját magunknak vagy másoknak kárára lehet. Mivel az embernek szabad akarata van, a bűnért az akarat a felelős. Az akaratnak a bűnnel szembe kell fordulnia. Az ember leginkább saját akaratát kívánja érvényesíteni másokkal szemben. Az önkarat azonban önzésből származik legtöbbször, így sokszor káros az egyénre és a társadalomra is. Az akarat nevelése kétirányú. Az egyik cél az akaraterő növelése, hogy a jó célokat meg tudja valósítani az ember, másrészt az akaratnak ellent kell állni a rossz behatásoknak, a kísértésnek, a bűnnek. Így az akaratnevelés sem választható el az erkőlctől. Az akaraterő növelése önmegtadadási gyakorlatokkal történhet: a) Megtenni, amit nem szeretünk, például tanulás, javítás egy jeggyel valamiből. b) Lemondani valamiről, amit szeretünk: például dohányzás, tévé-

nézés stb. A mai nevelési rendszerben az akarat nevelése nem szerepel, pedig a jellemfejlesztés legfontosabb tényezője az akarat. Csak az lehet autonóm személyiség, aki energiáját akaraterővel irányítani is tudja.

Több, az ifjúság körében észlelt negatív jelenség magyarázható az önmegtagadás hiányával. Ilyenek: A kötelességteljesítés lanygulása, a fegyelmezetlenség, a figyelem hiánya, a trágárság, a lázadás, az ellenkezés, a macacsság, a tagadás, az akaratgyengeség, a nehézségektől való idegenkedés, mások és a körülmények hibáztatása önmagunk helyett. A trágárság oka a szellemi restség és a könnyebb út választása. Választékosan beszélni nem könnyű, különösen ha kicsi a gyerek szókinccse. Könnyebb a többieket utánozva közönségesen beszélni, mint szalonképesen.

Érzelmi nevelés: Erősíteniünk kell az érzelmi nevelést is, mert az érzelmek területén nagyfokú elszegényedés következett be. Mármost a pozitív érzelmek területén. Az érzelmek egy része örökletes, más része tanulás által jön létre. Ha valamivel érzelmileg azonosulunk, akkor az cselekvésre serkent, míg ha elutasítunk valamit, akkor az a cselekvést leállítja. Mivel az érzelmi élet legnagyobb részben nem akaratlagos, érzelmi sebeket kaphatunk és adhatunk. A legtöbb lelki problémát az érzelmi sebek okozzák. Ha félünk az emberektől, ha értéktelennek tartjuk magunkat, ha nem tudunk szeretni és szeretetet elfogadni, akkor ez azt jelentheti, hogy érzelmi sebeket hordozunk, melyek az emberi kapcsolatokat is tönkreteszhetik.

Az emberi lélek öt alapvető szükséglete: szeretet, biztonság, elfogadás, elismertség vagy fontosság tudata és a személyiség kialakítása. A gyermeknek a szüleitől kell mindezt megkapnia. Ha ezek hiányoznak, a gyermek felnőtt korában is szenved majd különböző lelki problémák miatt. Az érzelmi nevelés elsősorban ezen öt alapszükséglet nyújtásából áll. Ezt elsősorban a szülők tudják megadni, de az iskolának is törekednie kell erre. Az érzelmi nevelés alapja, hogy szeressük azt, akit nevelünk. A nevelt személyt el kell fogadni olyannak, amilyen. Biztonságot kell nyújtani a gyermeknek, és el kell ismerni eredményeit. Éreznie kell, hogy számunkra ő fontos, ezért formálni kell személyiségét.

Az érzelmi nevelés is kapcsolódik az erkölcshez, mivel az érzéseket ugyanúgy lehet értékelni, mint a cselekedeteket. Az érzéseket is két csoportra oszthatjuk: bűnökre és erényekre. Például bűnös érzés a gyűlölet és erény a szeretet. Az érzelmi nevelésnek ki kell terjednie a pozitív érzések tanulására, gyakorlására és a negatív érzések elleni küzdelemre.

Vágyaink: A vágyat el lehet képzelni úgy, hogy lelkünk mélyén van egy tátongó úr, mely vágyik arra, hogy feltöltődjék. Ez a benső énben lévő úr kényszerítő erőként működik. Keresünk a boldogságot, de nemigen találjuk. Ennek az az oka, hogy az ember egész életét önmaga szolgálatába állítja, és úgy éli le, hogy hajszolja a boldogságokat ígérő dolgokat. Rá kell döbennünk azonban arra, hogy az ember nem független, így kimondottan önmagunk szolgálata nem vezethet megalégedéshez.

Vágyainkban felnőtként is gyerekek maradunk, vágyunk a szeretetre, biztonságra és elfogadásra. Mindannyian egy olyan valaki után vágyunk, aki pontosan olyannak lát bennünket, amilyenek vagyunk hibáinkkal, gyalóságainkkal és bűneinkkel együtt, és mégis elfogad és szeret. Az ember tragédiája az, hogy még a legjobb szülő vagy a legszeretőbb házastárs sem képes megadni azt, amire vágyunk, a tiszta szeretetet. Ellentmondás, hogy mi sem tudjuk megadni azt, amit mástól elvárunk. Másoktól viszont elvárjuk, hogy kívánságainknak megfelelően viszonyuljanak hozzánk. Ha nem ezt teszik, akkor úgy érezzük, hogy megbántottak.

Vágyunk arra, hogy hatni tudjunk. Szeretnénk látni életünk értelmét. Nyomot akarunk hagyni a világban. Egy eredményes munka után boldogan nézünk végig azon, amit csináltunk. A probléma az, hogy ez a változás nem hosszú életű. Maradandó hatásokra vágyunk.

Az örömteli kapcsolatot és jelentőségérzetet kereshetjük téves utakon is. Átmeneti boldogság a bűn gyönyöreiben is található. Sok vonzó, de helytelen lehetőség van arra, hogy

megelégedettek legyünk. A bennünk levő kínzó kívánság elvakít, és nem látjuk, hogy hosszú távon ezek csak megkötözöttséghez vezetnek (pénz, hatalom, élvezetek).

Vágyaink fontossági sorrendje: *Hétköznapi vágyak:* Kevésbé fontosak, de általában teljesíthetők. Ide tartoznak a kényelemmel és a jóléttel kapcsolatos vágyak. *Lényeges vágyak:* Ide tartoznak az emberi kapcsolatokra, családjunkra vonatkozó kívánságaink, és hogy hatást gyakoroljunk a világra. Ha ezek a vágyak nem teljesülnek, akkor szomorkodunk, fáj a szívünk. *Sorsdöntő vágyak:* Ezek legbenső lényünk szomjúságai, amit nem elégíthet ki a köznapi és lényeges vágyak teljesülése. Az ide tartozó vágyak egy része eleve teljesíthetetlen. Például szeretnénk egy igazságos világban élni. Ez csak úgy volna lehetséges, ha az emberek nem követnének el igazságtalanságokat egymással szemben. Minden bűn igazságtalanság, és mi magunk is követünk el igazságtalanságokat mások ellen. Egy békétlen világban szeretnénk békében és biztonságban élni, és egy örömtelen világban szeretnénk örülni. Egyszóval egy tökéletes világban szeretnénk élni, amikor mi magunk is tökéletlenek vagyunk. Ez nem lehetséges. Vágyaink túlmutatnak önmagunkon egy jobb világ felé.

Erkölcsei nevelés: Az ember a szelleme által válik erkölcsi lényvé. Az erkölcsi nevelés legfontosabb része az erkölcsi törvények tanítása és az erre való ránevelés. Fontos még a lelkiismeret fejlesztése a jó és rossz közti különbségtétel gyakorlásával, gyakorlati példák alapján.

Szellemi nevelés: Ide tartozik az erkölcsi nevelésen kívül a szellemi alkotómunkára való nevelés. A szellem funkciója beleérzésből való tudás, a megoldás meglátása intuíció alapján. Az ember képzeletében látja azt, amit meg akar valósítani. Így a képzelet is szellemi funkció. A képzeletet is lehet gyakorolni. És a hitet is, mely szintén szellemi funkció.

Mire van szüksége annak, akit nevelni akarunk? Minden iskola elkészíti a maga tantervét. Ehhez figyelembe vesznek központi előírásokat és helyi lehetőségeket. De vajon megvizsgálják-e azt, hogy mire van szüksége a tanuló ifjúságnak? Ehhez meg kellene állapítani, hogy milyen az átlagos színvonal, és hol vannak hiányosságok. Hiányosságok minden területen vannak, de legfőképpen az erkölcsi nevelés hiányzik. Érdekes módon erkölcsstanoktatás mégis az iskolákban, holott már tíz éve lehetne. Ez azért van így, mert az egyes tantárgyakat nem aszerint vezetik be, hogy mire van szüksége az ifjúságnak. Minden tanár a saját tantárgyát tartja a legfontosabbnak, és meg is tudja indokolni, hogy miért. Aki a legsikeresebben lobbizik a saját tantárgyáért, az fog nyerni. Az erkölcsstan tantárgy segítségével pedig megvalósítható lenne a holisztikus nevelés, ha minden osztályba bevezetnék, de legalább a negyediktől fölfelé. Sajnos, az erkölcsstan tantárgy bevezetéséért nagyon kevesen lobbiznak, és azok sincsenek döntési pozícióban.

Milyen embert akarunk nevelni? Az utolsó, de talán a legfontosabb kérdés. Mégis ezt a kérdést nem teszik fel, és vita sincs róla. Pedig józan paraszti ésszel ezt a kérdést el lehetne dönteni. Ha tőlem megkérdeznék, a következő pontokban foglalnám össze:

1. A fiatalnak valamilyen szakmát kell adni a kezébe. Ez a szakmunkásképzők, a szak-középiszkolák, a főiskolák és egyetemek feladata megfelelő szakmai tárgyak tanításával intenzív értelmi nevelés útján.

2. Közvetlenül ezután következne fontosságban, hogy a szakember becsületes ember legyen. Ehhez erkölcsi nevelésre lenne szükség az erkölcsstan tantárgy segítségével és egyértelmű erkölcsi elvekkel. A mai erkölcsi káoszt ezek hiánya okozza.

3. Nem elég a fiatalnak szakmát adni a kezébe, el kell érni azt is, hogy szeresse a szakmáját, szeressen dolgozni.

4. Fontos még, hogy szeresse a családi életet, és rendezett családi életet akarjon élni. Ehhez erkölcsi és érzelmi nevelés szükséges.

5. Szükséges volna egy lelkiileg erős ifjúság nevelése is, hogy az életben a nehézségeket el tudják viselni, illetve le tudják küzdeni. Ehhez az akaratot kellene edzeni úgy, hogy ne csak engedelmessé tudjanak lenni, hanem küzdeni is.

6. Fontos lenne az is, hogy a mai elégedetlen emberek helyett megelégedett embereket neveljünk, akik a körülményektől függetlenül is tudnak megelégedettek és boldogok lenni. Érzelmi és világnézeti neveléssel ez is elérhető volna.

Összefoglalás: A fegyelmezés a gyermek magatartását szabályozza, míg a nevelés főleg az erkölcsiséggel foglalkozik. A valódi intelligencia az erkölcsi törvények ismeretét és betartásának szándékát is tartalmazza. Meg kellene teremteni az erkölcsi alapelvekben való egységet az iskolákban.

Az ember testből, lélekből és szellemből áll. A holisztikus nevelés azt jelenti, hogy az egész embert neveljük. A *testi nevelésnek* az egészséges életmód testi vonatkozásaival is foglalkozni kellene. Az *értelem nevelés* három irányú: az értelem fejlesztése, az értelem védelme és a helyes gondolkodás. Az *akarati nevelés:* akaraterő növelése és ellenállás a rossznak. Az *érzelmi nevelés:* a pozitív érzések tanulása és negatív érzések elutasítása. Vágyaink lehetnek hétköznapiak, lényegesek és sorsdöntőek. A *szellemi nevelés:* ide tartozik az erkölcsi nevelés és a szellemi alkotásra való nevelés, a hit és képzelet gyakorlása. Az *erkölcsi nevelés:* az erkölcsi törvények tanítása és az erre való ránevelés. Vizsgálni kell azt is, hogy mire van szüksége annak, akit nevelni akarunk, és azt is, hogy milyen embert akarunk nevelni.

IRODALOM

1. Légrádi László: Fegyelmezés és nevelés, Módszertani Közlemények, 67-71, 2000.
2. Légrádi László: Az érzelmi nevelésről, Módszertani Közlemények, 191-194, 1999.
3. Lawrence J. Crabb, Jr.: Understandig People, Zondervan Corporation, Grand Rapids, Michigan, USA. Magyar fordítás: Kicsoda az ember?, Menedék Alapítvány 1994.

DR. SZERI ISTVÁNNÉ
tagóvodavezető
Hajnóczy Utcai Óvoda
Szeged

Alternatív módszerek az óvodai nevelésben II.

Az előző tanulmányban bemutatam az óvodai nevelés országos alapprogramját, mely megfogalmazza a magyar társadalomnak az óvodákkal szemben támasztott igényeit, továbbá szól a választott óvodai programokról és gyakorlati alkalmazásukról. (lásd: Módszertani Közlemények 2002. 1. sz.) E dolgozatban a téma folytatásaként olyan programokat mutatok be, melyek nemcsak a gyermekek számára kiválóak, hanem nagymértékben formálják magát az intézményt és környezetét, valamint a szülők és pedagógusok szemléletét is. Ezek között találva, azoknak a bemutatását választom, melyek megfelelnek a következő kívánalmaknak: