

Ladnai Attiláné Szerencsés Anita

A pedagógia napos oldala

„Az iskola arra való, hogy az ember megtanuljon tanulni, hogy felébredjen tudásvágya, megismerje a jól végzett munka örömét, megízlelje az alkotás izgalmát, megtanulja szeretni, amit csinál, és megtalálja azt a munkát, amit szeretni fog.” (Szent-Györgyi Albert)

Vajon ezek a funkciók megvalósulnak a mai iskola keretei között? Tanulás, tudásvágy, öröm, izgalom alkotás–tanulás–iskola szeretete, önmegvalósítás? Aligha. Héjj (2013) szerint: „patologikus testi tüneteket is létrehozó feszültség gerjed a tanárjelöltekben, ha az iskolai teljesítményre gondolnak.” Csoda-e tehát, ha a diákok hasonlóképpen éreznek? Ma, amikor az iskola az unalom és a stresszes félelem közötti frusztráló kudarcélmény, akkor a nevelépszichológiának minden tudását be kell vetnie a baj orvoslására (Héjj, 2013, 11). Szerinte a kedvtelen teljesítés üröme helyett arra kell ösztönözni a diákokat, hogy örömeiket leljék a megtanulandóval való foglalatosságban. Véleménye az, hogy életfontosságú lehet a siker, és az azt kísérő pozitív érzelmek megélése. Ebben lehet segítségünkre a pozitív pszichológia, mely arra mutat rá, hogy a tanulás lehet örömteli, az iskola pedig stresszmentes.

Seligman és mtsai (2009) kiemelték, hogy a jóllétet tanítani kellene az iskolában, méghozzá három területen: a depresszió ellenpontjaként, az étellel való elégedettség növelésének eszközeként, és a hatékonyabb tanulás, illetve a kreatívabb gondolkodás elősegítőjeként. Csíkszentmihályi Mihály (2012) nézetei szerint az elsődleges motiváció az áramlás (flow), és ez az, ami kedvezően tud hatni az iskolai teljesítményre. Ez egy olyan örömteli állapot, amikor megszűnik számunkra az idő, és egy cselekvést kizárólag

annak örömeért végzünk, nem pedig kényszerből.

Napjainkban folyamatosan készülő kutatások sora bizonyítja, hogy az oktatás bajban van (pl. Delors- és McKinsey-jelentés, PISA, PIRLS stb.), pedig azt is tudjuk, hogy az a tanár tölti be leghatékonyabban a funkcióját, aki képes a tantárgyi követelményeket és a saját elvárásait is a diákok terhelési szintjéhez alakítani. Teszi mindezt úgy, hogy közben flowban tudja tartani a tanulókat. Így egyszerre valósulhat meg a tudás–tanulás–személyiségfejlesztés hármasa a pozitív pszichológia „szeretetteljes égíse” alatt (Oláh, 2004). Az ELTE egyik vezető pszichológusa, Oláh Attila így összegzi a pozitív pszichológia hozamát a pedagógiában alkalmazva: „a tudás gyökerei nem keserűek, hanem édesek, különösen akkor, ha az iskola képes flow élményhez juttatni a tanulókat.” A pozitív pszichológia jeles képviselői fontosnak tartják mindezen felül az egyéni önmegvalósítást és a jóllétet, valamint az ezeket elősegítő feltételek tanulmányozását, gyakorlati praxisba építését (Seligman – Positive Education). Hangsúlyozzák a tudás, a fejlődés önmagáért való örömeinek szerepét, jutalmazó hatását, és saját magunk kezdeményezte cselekvésekben való aktivitást, valamint a kíváncsiság szerepét is; mind a mindennapi életben, mind az oktatásban. (Oláh, Seligman és Csíkszentmihályi, 2012).

A másoktól kapott visszajelzések énképünket alakítják. A tanár–diák kommunikáció egyik jelentős eleme a tanórán elhangzó kérdések (a tanár részéről) és a kapott feleletek (a diákok részéről) minősége, amelyek nagymértékben meghatározzák és befolyásolják a két fél kapcsolatát. A nevelő által a diáknak adott válasz(ok) minősége kétféle(ék) lehet(nek): pozitív vagy negatív; következmé-

nyeiket tekintve hatása(ik) azonban többféle(ék) lehetnek. (Gordon, 1998). Amennyiben ez a visszajelzés pozitív, az irányulhat a diák személyiségre és a teljesítményre is: „Ügyes voltál!” „Kitűnő munka!” A negatív visszajelzéseknek viszont kizárólag a teljesítményre szabadna irányulnia, mint például: „Ez a dolgozat csapnivaló!”, máskülönben romboló hatással lehet a személyiség önértékelési aspektusára, és azáltal akár a személyiség további optimális fejlődésére is (pl. egy olyan visszajelzés, mint „Jaj, de buta vagy!”). Jól látható, hogy pedagógiai tudatossággal mindez elkerülhető lenne! A pozitív hozzáállás és viszonyulás kiváltása ugyanakkor annál is inkább nehéz feladat, minél inkább nem találkozott vele az egyén az elsődleges szocializáció során. Ezért válhat szükségessé a fentiek tanítása akár a diákok, akár a pedagógusok számára is. Seligman és munkatársai (2011) az ausztráliai Geelong Grammar School-ban 2008-ban kidolgozták a pozitív pszichológiai szemlélet oktatásban való alkalmazhatóságának feltételeit. Először a tanárokat képezték ki a pozitív pszichológiai háttérű irodalom gyakorlatba ültetésére az oktatásban, majd tanárok és pszichológusok együtt kezdtek hozzá egy új tanterv kidolgozásához, melynek segítségével a pozitív pszichológiai szemléletet az egész iskolában tudják alkalmazni. (Vö. Geelong Grammar School honlapja: <https://www.ggs.vic.edu.au/School/Positive-Education/What-is-Positive-Education>).

Köztudott, hogy a nevelő egy tükör, aki a tanítványok elé állva nap mint nap tanúbizonyságot ad arról, hogy ő maga hogyan küzd meg egyes problémákkal, helyzetekkel, fejfájással, fronttal. Amennyiben a diákok viselkedésére válaszreakcióként türelmetlenséggel reagál, azt is fogja visz-

szakapni „cserébe”. Ám, ha megtanítja a dolgokat pozitívabban szemlélni (amit ő már esetleg tud, vagy megtanult), akkor viszont a tananyagon kívül ugyan – de már tanított valamit. Seligman (2012) kérdésfeltevései jól tükrözik szemléletmódját a gyakorlatba ültetve: Tanítható-e a történelem úgy, hogy azt hangsúlyozza, az emberi fejlődés elképesztően jó, remek, sőt kiváló dolog? Tanítható-e úgy a matematika, hogy azt nyomatékosítsa a diákokban, az igazság legtökéletesebb formájának megjelenése ez a tantárgy? Sőt, mi több, tanítható-e a biológia egy olyan eszmerendszerbe ágyazva, mely szerint az emberi evolúció nemcsak rosszat (háború, fegyverkezés, éhínség), hanem jót is (együttműködés, önfeláldozás, szeretet) eredményezett?

A pozitív pedagógia egy új tudományág lehetne, melynek egyik küldetése a tanulás, illetve a tanár-diák kapcsolat pozitív feltételeinek megléte, valamint pozitív tanári gyakorlatok beazonosításának felmutatására helyezi át a pedagógia fókuszpontját, a mai negatív trendekkel ellentétben. Munkadefinícióját így tudnám összefoglalni a pozitív pedagógia lényegét: pozitív hatásrendszer, mely pedagógusok által tudatosan alakított és használt, összetett egészet alkotó kommunikációs, attitűd- és viselkedési rendszer, amely tudatos és nem-tudatos pedagógiai gyakorlatok halmazából áll. Fontos, hogy időben távolra ható módon is pozitív nyomot hagy/hagyhatna a neveltben, annak testi-lelki-szellemi egészségét elősegítő (Vö.: Hunyadyné, 2006 – a fekete pedagógia definíciója nyomán). Vajon tényleg működhet mindez a gyakorlatban? Észre kell venni a tanítványok szemében a csillogást, meg kell nyernünk őket a tanulást, figyelnünk kell rájuk. El kell érniük, hogy ők is akarják (nem azt, amit mi, hanem magát a tudást), és ha nem motiváltak, akkor azzá kell tennünk őket.

A motivációkutatás utóbbi évtizedeiben a célok és a motiváció kapcsolatának vizsgálata került előtérbe, és a kutatók (Elliot és Church, 1997, idézi Pajor, 2015) azt hangsúlyozzák, hogy a tanárnak segítenie kell abban is, hogy a diák meg tudja határozni saját célját. Ez lehet önfelnevelés/haladás, helytelen megoldás elkerülése, mások felülmúlása, vagy csak éppen az: másoknál ne legyek gyengébb! A

magyar serdülőkön végzett kutatások tanulságai alapján (Pajor, 2015) megállapítja, hogy ha a diákokban nincs meg a tudásvágy, vagy az önfelnevelés mint motívum, akkor a siker mint folyamat kétségessé válik, és nagy az esélye, hogy egyes külső tényezők hatása – például a tanárok támogatása vagy az elvárások szintje – megnő. Így tehát ha a diák motiválatlan, a motivált pedagógus háromféleképpen járhat el (ha sikert szeretne elérni): vagy megtalálja a diák számára eredményességet hozó motivációt, vagy pozitívan viszonyul a szituációhoz (pozitív pedagógia eszköztára), vagy integrálja tudását és ötvözi mindezeket.

A pozitív pedagógia és a pozitív pszichológia eredményeinek tudatos alkalmazása a pedagógiai gyakorlatban tehát egy lehetséges út a hatékony tanulássegítésben. A pozitív pedagógia, noha jelenleg még utópisztikusnak tűnik, mindig is jelen volt az oktatásban; napjainkban is találkozhatunk jó tanári gyakorlatokkal, pozitív tanári attitűdökkel és a tanulás örömet szolgáltató módszerekkel. Arra gondolva, hogy a pszichológiában a pozitív „fordulatot” mint új irányzatot mely tényezők hívták életre, könnyen lehet a pedagógia vonatkozásában is párhuzamot találni arra, hogy nézőpontváltás lenne szükséges az oktatásban is. Klein Sándor szerint (Klein, 2007, 2011): „az iskolai évek nem pusztán arra valók, hogy felkészüljünk a későbbi életünkre, hanem arra is, hogy élvezzük életünknek ezt a szakaszát.” (Klein, 2012) Ez pedig jelen – többnyire – negatív tapasztalatok tükrében nehezen valószínűsíthető meg.

Seligman (2011) Nietzschét idézi, aki három korszakra osztotta az emberi történelmet. Az elsőt a „teve” korszakának nevezte – aki ül, nyöszörög és tűr. A második korszakot az „oroszlán” korszakának hívta, aki „nemet” mond (a zsarnokságra, a tudatlanságra). A harmadik korszak véleménye szerint az „újjaszülött gyermek” ideje lesz. Ő azt fogja kérdezni: „Mire mondhatunk igent? :

- a több pozitív érzelemre
- a nagyobb fokú elmélyedésre
- a jobb kapcsolatokra
- arra, hogy több értelem legyen az életben
- a több pozitív teljesítményre
- a nagyobb jól-létre.” Seligman (2011, 250.o.)

Mindannyian „igent” mondhatunk a pozitív oktatási-nevelési folyamatok

minél szélesebb körű kiterjesztésére is.

A pozitív pszichológia szemléletének és kutatási eredményeinek konvertálása a pedagógia világára szükségszerű, előbb-utóbb elengedhetlenné válik. Miért ne tárjuk hát fel és építsük be a mindennapi oktatási-nevelési folyamatba minél szélesebb körben a már meglévő jó gyakorlatokat, hogy azok a jövő generációjának megelégedésére is szolgáljanak? Úgy vélem, hogy a neveléstudományak adekvát válaszokat kell adnia korunk sürgető kihívásaira.

SZAKIRODALOM JEGYZÉK

- Csíkszentmihályi Mihály: *A megszállott pszichológia*. In.: A pozitív pszichológia világa. (Szerk. Oláh Attila) Budapest, Akadémiai kiadó, 2012. 47-57.o.
- Gordon, Thomas: *T. E. T. A tanári hatékonyság fejlesztése. A sikeres tanítás szemlélete és gyakorlati kézikönyve*. Budapest, Assertiv Kiadó, 1998. 88-125.o.
- Héjjas Andreas: *Mikor figyel a diák? Egy kibernetikai modell és a valóság*. In: Andl Helga, Molnár-Kovács Zsófia (szerk.) *Iskola a társadalmi térben és időben*. 2011-2012.: I. kötet. Oktatás és Társadalom Neveléstudományi Doktori Iskola. Pécs. 2013. letöltés ideje: 2015. június 13. 11-28.o.
- Hunyady Györgyné – M. Nádasi Mária – Serfőző Mónika (2006): *„Fekete pedagógia” Értékelés az iskolában*. Budapest. Argumentum Kiadó, 11-16.o.
- Klein Sándor – Soponyai Dóra: *A tanulás szabadsága Magyarországon*. Érd. Edge 2000 Kft., 2011.
- Klein Sándor: *Gyermekközpontú iskola*. Érd. Edge 2000 Kft. 2007.7-77.o.
- Klein Sándor: *Tanulni jó. Egy pszichológus a pedagógiáról*. Érd. Edge 2000 Kft. 2012. 117-160, 262-269, 505-521.o.
- Oláh Attila (szerk.): *A pozitív pszichológia világa*. Budapest. Akadémiai Könyvkiadó, 2012. 3-12, 20-47, 48-57.o.
- Oláh Attila: *Mi a pozitívuma a pozitív pszichológiának?* Iskolakultúra, 2004/11 http://epa.oszk.hu/00000/00011/00087/pdf/iskolakultura_EPA00011_2004_11_039-047.pdf (letöltés ideje: 2014. március 2.)2004. 39-47.o.
- Oroszlány Péter: *A tanulás tanítása*. Tanári Kézikönyv. Budapest, AKG Kiadó, 2003. 14.o. - Szent-Györgyi Albert idézet
- Pajor Gabriella: *„Gyorsabban, magasabban, bárttabban”- De hogyan? Teljesítménymotiváció iskolai környezetben*. Iskolapszichológia Füzetek 34. sz. szerk.: N. Kollár Katalin. Budapest. ELTE Eötvös Kiadó. 2015.
- Seligman, E. P.M.: *Positive education: positive psychology and classroom interventions*. In.: Oxford Review of Education vo.35, No.3, 2009. June. p. 293-311.
- Seligman, E.P.M.: *Az optimista gyermek (Védd meg a depressziótól – legyen boldog élete)* Budapest, Akadémiai Kiadó, 2012. 307, 316.o.
- Seligman, E.P.M.: *Flourish – Éljen boldogan! A boldogság és a jól-lét radikálisan új értelmezése*. Budapest, Akadémiai Kiadó, 2011. 93,250, 11-70. o.