

**Fodor László**

### **Pszichológiai eszmefoszlányok – III**

CI. Hibát vét az a tanár, aki a nyári szünidőnek legalább felét nem a lelki egyensúlyának helyreállítására, nem identitási, önismereti, önállósági, önszabályozási bizonytalanságainak, valamint beleélési (empatizáló), kooperatív, örömmegélési, kapcsolattartó vagy emocionális-indulati diszfunkcionalitásainak leküzdésére, nem pszichés egészségének mentálhigiénés szempontokat követő rehabilitációjára, támogatására, fenntartására és fejlesztésére, végül is nem szellemi megtisztulásának és megújulásának megalapozására használja fel.

CII. Egyesek azért szenvednek, mert képtelenek gondolkodásukat adott objektumon tartani, mások pedig attól, hogy meghatározott objektumra fókuszáló gondolkodási folyamatukat nem tudják megszakítani.

CIII. A szellemi környezet számára semmi nem lehet ártalmasabb a mérgező és szennyező gondolatoknál.

CIV. Ha körülötted mindenkinek fáj a feje, hajlamos leszel a fejfájást normális dolognak tekinteni.

CV. Az emberiség számára fokozott félelmet és aggodalmat, folytonos szorongást és nyugtalanságot keltő nagyléptékű veszélyeztető tényezők sorába – atomháború, bioszféra pusztulás, elektromágneses hullámok, éhínség, gyógyíthatatlan betegségek és járványok, etnikai, politikai vagy vallási konfliktusok, természeti katasztrófák stb. – napjainkban felzárkózott a televízió is (mindezekelőtt a híradó csatornái révén).

CVI. Ha egyedül vagy, és mégis jól érzed magad, azonnal keress fel egy pszichológust.

CVII. Szülőként manapság egyre kisebb lehetőség van arra, hogy gyermeked modern hordozható képernyős készülékeivel való tevékenységét nyomon kövesd, irányítsd, és ellenőrzés alatt tartsd.

CVIII. Piszkos, becsmérő, züllött, sértő, szégyentelen vagy illetlen gondolataiddal nemcsak személyi környezetet szennyezed, hanem önnön belső lelkületet is megmérgezed.

CIX. Az ostobaságot mégsem könnyelhetjük el a normális szellemi állapot egyszerű variációjaként.

CX. Némely ember számára nem annyira a máj, mint inkább az agy, illetőleg a gondolkodás méregtelenítése mutatkozik szükségesnek.

CXI. Az emberiség történelmi fejlődésének során minél magasabb szinteket ért el a külső környezeti civilizáltság (a fokozott ütemű tudományos és technikai fejlődés következtében), az emberi belső lelkületi struktúrák rendezettsége (integráltsága, épsége, kiegyensúlyozottsága stb.) annál jobban fellazult.

CXII. Az érzelem folyamat. Tehát egyáltalán ne csodálkozz azon, ha olykor-olykor felgyorsul, majd időteltével lelassul, ha egyszer-egyszer szétterjed, más-kor pedig összeszűkül, ha esetenként megtorpan, aztán megint újraindul, ha néha-néha lelohad, majd később újra fellángol, ha alkalomadtán átalakul vagy egyszerűen megszakad, ha netán adott körülmények között egyszersmind fel-támad és újjászületik.

CXIII. Az agyi struktúrák és működések (s az azokból fakadó pszichikus funkciók, folyamatok és tevékenységek) közötti mélyre szántó különbségek szempontjából, szinte azt lehetne mondani, hogy a nő és a férfi nem azonos, hanem két különböző fajhoz tartozó lény.

CXIV. Az egér és a távirányító folyamatos használatával végül is a képernyőn megjelenítődő virtuális világnak a körülöttünk létező valóságos világ fölötti dominanciáját határozhatjuk meg.

CXV. Az idők során, az ember lelki szféráját övező misztérium – paradoxonos módon – annál jobban elmélyült, minél erősebbé váltak a pszichikus élet szerkezet- és működésbeli titkainak tudományos (lélektani, biológiai, genetikai, kognitív neuropszichológiai stb. szempontokat követő) megismerésére és megértésére fókuszáló törekvések.

CXVI. Ha folyamatosan spórolsz a morális szempontokat követő önelemzésel, önértékeléssel, önminősítéssel és önbírálattal, voltaképpen a kritikai önmegfigyelésen és önvizsgálaton alapuló, önkorrekciós szándékú önmegismeréssel és önmegértéssel, nem fogsz (soha) autonóm személyiséggé válni.

CXVII. Ma egyesek abból a feltevésből indulnak ki (lásd a francia parlament azon képviselőit, akik a közelmúltban megszavazták az új, a nemű hovatartozástól eltekintő, azaz teljesen szabad teret engedő házasságkötésre vonatkozó törvényt), miszerint megtörténhet, hogy a férfi számára nem a nő, hanem egy másik férfi, illetve a nő számára nem a férfi, hanem egy másik nő alapozhatja meg a boldogságot, és nyújthat értelmet az életnek.

CXVIII. Sajnos a jelenlegi (fokozott fogyasztásra, agresszív versengésre, harcias rivalizálásra, birtoklásra, hasznosságra stb. épülő) társadalmi élet nem (a tanulás révén megszerezhető) altruizmust favorizálja, hanem – paradoxonos módon – éppen az ember (veleszületett) egoizmusát.

CXIX. Az emberi személyiségre irányuló pszichológiai megközelítési módok változatossága gyakorlatilag nem lehet alacsonyabb szintű, mint az emberek diverzitása.

CXX. Kevés dolgot kellene komolyabban venni, mint a gyermeki játszás pszichológiai és pedagógiai vetületeinek kutatását.

CXXI. A sikertelenség fárasztó.

CXXII. Múltadból csak arra van szükséged, ami erősíti identitásodat.

CXXIII. Olykor még azt is megtanultuk, amit nem preferáltunk.

CXXIV. Manapság a képernyőhöz való viszonyunk (is) állandóan változik.

CXXV. Az internet használata végül is arra tanít meg, hogy kizárólag az új iránt érdeklődjünk.

CXXVI. A komplex érzelmekről senki nem tudott egyszerű mondatokban értekezni.

CXXVII. Ha racionálisan gondolkodó lények lennénk, rögtön belátnánk racionalitásunk szilárd korlátait, gyakori buktatóit és gátjait.

CXXVIII. A borjú nem nézte soha olyannyira apatikusan, megbűvölten, bambán, lenyűgözötten és mereven az új kaput, mint ahogyan napjaink embere nézi a televíziót.

CXXIX. Történelmi fejlődésének során az ember kétségkívül képtelennek bizonyult arra, hogy olyan társas közösséget alakítson ki, amelyben mindenki az-za tudna fejlődni, amivé/akivé genetikai hozománya, illetve veleszületett hajlami, adottságai alapján fejlődhetne, teljesen alkalmatlannak bizonyult arra, hogy olyan tökéletes társadalmat hozzon létre, amely – ahogyan azt Abraham Maslow megfogalmazta – kivétel nélkül minden egyes tagjának azonos mértékben felajánlja annak lehetőségét, hogy önmagát megvalósítsa.

CXXX. Egyesek harag-, gyűlölet-, irigység-, féltékenység-, felháborodás- és ellenszenv-gerjesztés révén óhajtják emberségesebbé és békésebbé tenni a világot.

CXXXI. Valamennyi másságomat meghatározó vonásom téged, valamennyi másságodat megalapozó vonásod engem gazdagít (nyilván csakis akkor, ha azokat kölcsönösen megismerjük).

CXXXII. Bizonyos kudarcok, csalódások, balsikerek és veszteségek, valamint azok következtében kiváltódó szenvedés, gyötrellem és belső tépelődés nélkül senki nem válik olyannyira érzékennyé, hogy az élet egy lehetséges értelmét megragadhassa, annak (gyakorta parányi jelenségekre vonatkozó) szépségét

megtapasztalhatta, a létezés lényegén és célján elmélkedhessen, az élet élésének alapvető elemeit adott szinten érezhesse, érzékelhesse.

CXXXIII. A személyes erényeid (bármilyen nagyok is) nem képesek hathatósan kompenzálni a rossz szokásaidat (rendszerint még a legkisebb szférájúakat sem). A szerénységed vagy szívélyességed nem tudja semlegesíteni lustaságodat, tapintatosságod vagy tisztelettudásod soha nem szorítja háttérbe türelmetlenségedet, mint ahogyan takarékoságod vagy rendszerességed sem képes valamely függőségged kedvezőtlen hatását minimalizálni.

CXXXIV. A Thorndike, Dewey, Skinner, Bruner, Vigotszkij, Claparède, Piaget, Papert, Ausubel, Rogers, Miller, Gagné, Knowles, Bandura, Bloom, Lave, Wenger, Senge, Gardner vagy Stenberg nevéhez fűződő híres tanulás- és tanításméletek ellenére, az iskolás tanuló olykor még napjainkban is egyszerű hallgatója a tanári monológoknak.

CXXXV. Annak szomorú ténye, hogy az emberi faj az utóbbi időkben sem mentálisan, sem emocionálisan, sem pedig morálisan nem haladt a maturizálódás útján, hogy kellő mértékben nem növelte humanizációs fokát, illetőleg hogy emberségének és egész belső civilizáltsági szintjének szignifikáns evolúciója javarészt elmaradt, nagymértékben az iskola számlájára írható.

CXXXVI. A semmittevő ember rendszerint kerüli a semmittevést.

CXXXVII. Pillanatnyi lelki zavaraidat részint múltad elmélyült elemzése, részint jövőd részletes tervezése révén tudod rendezni (csökkenteni, vagy teljes körűen semlegesíteni).

CXXXVIII. Minél érzékenyebb a lelkületed, az sajnos annál sebezhetőbb, annál sérülékenyebb és feszültebb (a környezeti hatások vonatkozásában), de ugyanakkor szerencsére annál emberibb, annál empatikusabb, annál hajlamosabb a távlatok keresésére, a kreativitásra, az intuícióra, az elmélkedésre, a dolgok mélyén fekvő összefüggések és az artisztikus lényegek megragadására, az értékekre való ráhangolódásra és azok befogadására.

CXXXIX. Napjainkban – a bőség, a gazdagság, a jólét és a kényelem iránti szenvedélyes sóvárgás korában – egyre többen azt gondolják, hogy csak akkor lesznek boldogok, ha majd mindenük meg lesz.

CXL. Álmaink körét és erősségét csak addig növelhetjük, míg nem válnak illúziókká, délibábos víziókká vagy tüneményes képzelgésekké.

CXLI. Ha azt gondolod, hogy az alkoholtól kitisztul gondolkodásod, megélnéül elméd, fokozódik mindennemű teljesítményed, elmúlnak gondjaid, növekszik jólléted, megszilárdul jelleted és erősödik akaratod, akkor biztos lépésekkel haladsz az alkoholizmus felé vezető úton.

CXLII. Egy kellemetlen élmény épp úgy megfekheti lelkedet, mint ahogyan egy nehéz étel megnyomja gyomrod.

CXLIII. a) Egy virtuális csoport tagjai között húzódo érzelmek is virtuálisak.

CXLIII. b) Egy virtuális csoport tagjainak a csoporthoz való tartozás érzése és tudata is virtuális.

CXLIV. Utazások hiányában nemcsak idegen helyek megismeréséről maradsz le, hanem önnön lényed újabb és újabb belső tereinek megtapasztalásáról is.

CXLV. Ha folyamatosan dolgozol, vásárolsz, fogyasztasz, tévézel, internetezel és számládat fizeted, gyakorlatilag nem marad idő a gondolkodásra.

CXLVI. Nehezen fogsz talpra állni, ha negatív gondolataid áldozatává váltál.

CXLVII. Minél mélyebbre ver gyökeret lelkületedben egy érzés, szíved annál hangosabban fog kalapálni.

CXLVIII. Lehet, hogy nem tartozol a legfontosabb, a legokosabb, a legtehetségesebb vagy a legszebb emberek közzé, de azt senki nem tagadhatja, hogy mindenkinél másabb, soha meg nem ismételhető, senkivel össze nem téveszthető, azaz egyszeri és egyedi, páratlan és példátlan, szinguláris és egyedülálló, tehát minden bizonnyal különleges, kivételes és csodálatos lény vagy. Ezért pedig eltölthet a büszkeség érzése.

CXLIX. A legcélszerűbb, ha sorsoddal azonnal szoros szövetségre lépsz.

CL. Ha nem látnám a mait, nem hinném el, hogy lábon tud maradni egy olyan iskola, melynek látóhatárán nem rajzolódik ki láthatóan egy hiteles embereszmény (mint elérendő és elérhető – többek között társadalmi, politikai, lélektani, biológiai, filozófiai, etikai, teológiai és antropológia elemeket magában ötvöző – projekt), amely nem kötelezi el magát a tudományos kutatások által alátámasztott és a kor szelleméhez igazított embermagyarázat, gyermekfelfogás és személyiségkoncepció iránt, amely – a korszerű információs és kommunikációs eszközök multiplifikálódásának kapcsán – nem tesz azonnal magáévá egy teljesen új típusú tanulás- és tudás-megközelítést, illetve egy alapjaiban felfrissített oktatás-szervezési módot, és végül, amely lassúsága, nehézkessége, elégtelen reagáló képessége, értelmetlen bonyolultsága, egyszínűsége, merev hierarchikussága, ingatag kétértelműsége, valamint az új eszmék iránti fejletlen érdeklődése miatt kénytelen folyamatosan disszonanciákkal és diszkrepanciákkal szembesülni, kényszeredetten a bizonytalanság irányába haladni, és mérhetetlen pedagógiai energiaveszteségeket elkönyvelni.