

**GYARMATHY ÉVA: PSZICHOMEDITÁCIÓ. MÓRA KÖNYVKIADÓ, BUDAPEST, 2019.**

## Kerényi Mari: Útikalauz a VUCA világhoz

*Változékony, bizonytalan, összetett, zavaros...* esetekre külön kislétszámú, gyors reagálású egységeket képezett ki az USA hadserege. Kétségtelenül érdekes. De vajon miért idézi ezt könyvének bevezetőjében egy pszichológus? Ne legyenek kétségeink: a fenti, néhány évtizede még a különleges politikai, hadászati helyzet leírására

létrehozott fogalom a mindennapi életünkre is egyre inkább érvényes lesz. Mi pedig, gyanútlan civilek felkészületlenül szédelgünk VUCA<sup>1</sup> világunkban. Mire

hozzászoknánk egy újdonsághoz, már el is avult, ne is keressük. Kapkodva evickélünk a ránk zúduló információtömegben. Nem tudunk mit kezdeni azokkal a kütyűkkel, melyek gyerekeinknek természetesen kézre állnak. Nem tudunk mit kezdeni a gyerekeinkkel, tanítványainkkal, akiktől – sokszor tűnik úgy –, mi hasznosabb tudásokat szerezhetünk, mint ők mitőlünk.

Gyarmathy Éva évek óta csak mondja és mondja: itt nagyon nagy a gond. Az iskola világa válságban van. Ennek a válságnak tagadhatatlanul mindannyian tanúi, részesei és elszenvedői vagyunk,

ám mégiscsak a gyerekeknek jut a zacc a feketeleves alján. Őnekik kellene megfelelni az egyre nagyobb, ráadásul mindinkább életidegen elvárásoknak, ők kapnak mindenféle címkét, ők morzsolódnak le, válnak korai iskolaelhagyóvá, s még ki tudja, mivé. Biztos, hogy bennük van a hiba? Gyarmathy Éva szerint „A kornak

megfelelő iskolában a kor gyermekei többségének sikeresnek kell lennie. Ha nem így van, nem a gyerekek okolandók.”<sup>2</sup>

Ezzel nehéz vitatkozni.

Ha pedig elfogadjuk az állítás igazságát, akkor megkerülhetetlenné válik a kérdés, hogy tehát milyennek is kell lennie a kornak megfelelő iskolának? Milyen tartalmakat, milyen formában kellene közvetítenie? „Bármilyen tantervet írunk elő, nem fog működni, mert egészen másra kell felkészíteni a gyerekeket”<sup>3</sup> – állítja Gyarmathy. A tantervekben hiába cseréljük le az egyik szerzőt a másikra, hiába bővítjük ki a tananyagot a legújabb tudományos eredményekkel, hiába próbáljuk még masszívabb tartalmakkal teletömni a gyerekek fejét. A dolog szemmel láthatóan, kompetenciamé-

a gyerekeknek jut a zacc a feketeleves alján

<sup>1</sup> Volatile, Uncertain, Complex, Ambiguous – Változékony, Bizonytalan, Összetett, Zavaros

<sup>2</sup> Gyarmathy Éva (2013): *Diszlexia a digitális korszakban*. Műszaki Könyvkiadó, Budapest, 183. o.

<sup>3</sup> Gyarmathy Éva: Releváns tudás korunkban. *Tanít-tani online*, 2019. szept. 19. Az írás az *Oktatási menekültek – alternatív megoldások* című műhelykonferencián 2018 áprilisában elhangzott előadása alapján született.

résekkel kimutathatóan kontraproduktív. Nem ott vakarjuk, ahol viszket. A releváns tudás ugyanis nem a tények ismeretében rejlik. Gyarmathy szerint radikálisan másutt kell keresgélni: „Nekem azt kell megtanulnom, hogy mit csináljak akkor, amikor nem tudom, hogy mit csináljak. *És ez nem valaminek, bárminnek a tudása, hanem egy gondolkodásmód.*”<sup>4</sup>

Olyan kihívásokkal kell szembenéznünk a következő generációknak, melyekre nem tudjuk felkészíteni őket, mert fogalmunk sincs róluk nekünk magunknak sem. Azt mindenki látja, hogy változtatni kell, de hogy hogyan, abban nemigen van egyetértés. A különböző intézmények lassan mozdulnak; természetüknél fogva minél nagyobbak, annál lassabban. Az oktatásirányítás csatahajója fordulatainak eredményeképpen hol ez, hol az a hajóágyú szabadul el. Az iskolák utaszállítói a merülési vonalon billegnek. A családi mentőcsónakok akármerre, de minél távolabb igyekeznek a süllyedő hajótól.

Ebben a VUCA világban magukra maradtak volna a szülők, családok a bizonytalanságukkal? Kicsúszott volna a talaj a pedagógusok, a gyerekekkel foglalkozó szakemberek talpa alól? Egyáltalán, mi, emberek elvesztettük volna az irányítunket? Valóban nem tudunk leemelni a polcról egy jó kis kézikönyvet, melyben minden kérdésünkre használható receptet, megnyugtató választ találhatunk. És hiába a mérhetetlenül sok, ráadásul mindenki számára gyorsan elérhető információ – mindenkinek magának kell önmagáért helytállnia szülőként, pedagógusként és mindenekelőtt emberként. Meg kell találnia azokat az igazodási pontokat, melyekhez képest értelmezni tudja önmagát,

szűkebb és tágabb környezetét. Csak ha ez megvan, akkor tud a gyerekéhez, tanítványához, a másik emberhez kapcsolódni.

Gyarmathy Éva ebben igyekszik segítséget nyújtani. Azt vallja, a gyerek harmonikus fejlődése környezetének egészségétől függ. Ha a körülötte levő felnőttek rendben vannak, akkor a gyerek is könnyebben nyeri vissza az esetleg megbillent egyensúlyát. S ahogy az egyén, úgy egy csoportnyi gyerek kiegyensúlyozott együttműködése és együttes fejlődése is a csoportot körülvevő felnőtt közegetől függ. Magyarán: a szülők és pedagógusok mentális egészsége a legfontosabb a gyerekek, iskolai és iskolán kívüli csoportok egészsége szempontjából.

hol ez, hol az a hajóágyú  
szabadul el

Nem az a baj, ha nem vagyunk eléggé naprakészek a legújabb kütyüket illetően. Nem az a gond,

ha nem tartjuk rajta a szemünket a gyorsan változó világ minden rebbenésén. Az a baj, ha elveszítjük a belső irányítunket – és ezzel együtt személyiségünk koherenciáját. Akkor jöhetnek a jobbnál jobb tantervek, különbönlkülönb tankönyvek, modern metodikák, innovatív technikai eszközök: bizony hiteltelenné válunk. Az a szülő, az a pedagógus, az az ember képes támogatni egy gyerek – a másik ember – fejlődését, aki maga is képes fejlődni. Az tud másoknak segíteni az eligazodásban, akinek magának megvannak a szilárd igazodási pontjai. Gyarmathy Éva könyve a személyiség legbelső magjához vezető utat kínál. A valódi problémák felismerésében és az igazi megoldások kimunkálásában van a bátor olvasó segítségére. Mert ne tagadjuk: bátorság kell ahhoz, hogy szembenézzünk azzal: mit fednek el mindennapi szokásaink, miről lebbenti fel a fátylat egy-egy jól összerakott kérdéssor.

<sup>4</sup> Gyarmathy Éva: Releváns tudás korunkban. *Tani-tani Online*. 2019. szept. 19.

Nem véletlenül ajánlja a szerző, hogy ne kapkodjunk az olvasással. A cím, a furán hangzó neologizmus – PSZCHOMEDITÁCIÓ – szintén erre utal. Szánjunk időt az elmélyedésre! Ha komolyan veszi, egy-egy fejezet feldolgozása éppen elég munkát ad egy hétre az embernek. Ha meg nem veszi komolyan, nem érdemes egy percet sem ráfordítani. A fejezetek végén a *Felhasznált irodalom* a tudományos érdeklődésűeknek sok további érdekes olvasnivalót kínál – mégsem ez a lényeg. Nem egyszerűen ismeretekhez jutunk e könyv által, hanem komoly belső munkával utat találhatunk önmagunkhoz és ezen keresztül egymáshoz is. Minden fejezet személyes működésünk, társas kapcsolataink és társadalmi gyakorlataink egy-egy lényeges elemét tárgyalja. És minden fejezet egy-egy teszttel, kérdőívvel zárul, melyet kitöltve, megválaszolva és a megadott egyszerű kulcs segítségével értékelve önmagunk eddig talán nem ismert oldaláról nyerünk elgondolkodtató információkat.

Eszerint egy okos és olvasmányos önismereti könyvről van szó? Igen is meg nem is. A példák nagyon nagy része kötődik gyerekekhez, gyerekközösségek működéséhez, tehát a neveléshez. Ugyanakkor a könyvben nemcsak a gyerekeket nevelő család, de a gyerekek felnövekedésének háttéréként a felnőtt viszonyok, a párkapcsolat is fontos téma. Nem csupán az iskolai sikerességet támogató vagy akadályozó elemek, hanem a társadalmunk működésében tetten érhető sikeres vagy kontraproduktív jelenségek is helyet kapnak. A témákat az *egyén*, az egyénnel kapcsolatban álló, számára *fontos másik* ember

és a *világ* tágabb dimenziójában futtatja végig. Ebben, így élünk mindannyian, s ebben a közegben, szűkebb és tágabb környezetben neveljük fel a gyerekeinket.

A *Pszichomeditáció* című könyv fontos emberi értékek köré szerveződik. Az erkölcs, a tudatosság, a belső irányítás és az ember belső erőinek működése mentén mutatja fel az embert támogató és akadályozó tényezőket. Az ember belső erőinek működését tekintve a bizalom, a szabályok, a szabadság és a kihívások azok az elemek, melyek az emberi identitás kifejlődéséhez

és megerősödéséhez szükségesek – mondja a szerző. Ezért foglalkozik minden egyes elemmel részletesen, külön fejezetben. Hitet tesz amellett, hogy „ezek azok az értékek, melyeket

---

utat találhatunk  
önmagunkhoz és ezen  
keresztül egymáshoz is

---

mindenkinek meg kell adni és meg kell kapni ahhoz, hogy a viszontagságok, bizonytalanságok közepette is megtalálja a saját helyét a világban, még a VUCA világban is” (9. o.).

A jól szerkesztett, szellemes illusztrációkkal gazdag könyv éppúgy alkalmas önfejlesztő program megvalósítására, mint tréningcsoportok, önszorgató csoportok számára, de képzések támogatására is jól használható.

Gyarmathy Éva a bevezetőben a „nyitott lélekkel és értelemmel, okosan és jó szándékkal, tele kérdéssel, a szembenézéssel és változtatáshoz is elég bátorsággal rendelkezőknek” (11. o.) ajánlja könyvét. Mi mást kívánhatnánk nem is annyira a szerzőnek, mint magunknak: legyen sok-sok értő olvasója. Akkor élhetőbb, emberibb lesz még ez a *változó, bizonytalan, összetett, zavaros* világ is.