

Fodor László

Pszichológiai eszmefoszlányok II.

LI. Tanuláspszichológiai szempontból a különböző ismereteknek egymástól elszigetelten (diszciplináris tantárgyak síkján) történő tanítása az iskolában, az azonos területre vagy a különböző tantárgyi ismeretekre vonatkozó átfogó rendszerezés elmaradása, az elsajátításra szánt fogalmak közötti kapcsolódási szálak, illetve asszociációs relációk és összefüggés-hálózatok kialakításáról való lemondás, az ismeretek egymásba integrálásának, hierarchikus struktúrákba való egymásra építésének, végső soron egészes és koherens tudássá való fejlesztésének hiánya, egy teljesen újfajta balgaságot, egy sajátos szellemi korlátoltságot, a klasszikus értelemben vett tudálékosságnál vagy félműveltségénél sokkal veszélyesebb ostobaságot kelt életre.

LII. A pszichológia terén munkálkodó szerzők olykor nem igazán tesznek egyebet, mint közérthetően megfogalmazzák, illetve szemléletes szavakba öntik mindazt, amit gyakorlatilag minden normális ember önnön lelki természetének és életének vonatkozásában észrevesz, érez, felismer vagy feltételez, amit élményszerűen időnként tapasztal, mentálisan azonosít, megtapint és megragad, amit bensőségesen átél vagy megél, észlel, belát és úgy-ahogy megért, vagy amire egyszersmind ráeszmél.

LIII. Noha ma egyáltalán nem tudjuk elfogadni Cesare Lombroso híres elméletét, a „született bűnözőre” vonatkozó roppant eredeti (és annak idején nagy érdeklődést keltő és sokat vitatott) felfogását, azt azonban be kell látnunk, hogy nem egy embernek tagadhatatlanul „szűk a koponyája” és „lapos a homloka”, illetőleg ebből fakadóan bárgyú a tekintete, esze ment a gondolkodása, ügyefogyott a beszéde, esetenként pedig gonosz a lelke, ellenséges az érzülete, erőszakos a természete és minimális a morális érzéke.

LIV. Amikor nem teszi a rosszat, a rossztevő (amikor nem keveri a bajt a bajkeverő, amikor nem akar rosszat a rosszakaró stb.) voltaképpen jót tesz.

LV. Félt, hogy aki túlzottan sokat tartózkodik a virtuális térben, illetve, aki többnyire abban él (például elsődlegesen a cyberbarátságot, és nem a közvetlen személyes kapcsolatokon és valós találkozásokon alapuló barátságot preferálja), az feltehetően nem egy sajátos léhelyzetre vonatkozó realitásérzékét (valóság-észlelési és valóságélmények megélési képességét) előbb-utóbb elveszti.

LVI. Ma már aligha vitatható, hogy a képernyő, az agy és a gyermek lelki fejlődése közötti kapcsolat bonyolult kérdését minél hamarabb a fejlődépszichológiai kutatások központi témájává kell tenni.

LVII. Érthetetlen, hogy a természetes józan ész miért olyan ritka manapság, hisz az semmivel sem jelent többet a jó és a rossz közötti különbségtétel egyszerű képességénél.

LVIII. Mostanság a jóérzés (mint tiszteletteljes és emberséges, illetve emberhez méltó attitűd és magatartás) oly annyira ritka, hogy aki netán rendelkezik azzal, azt már-már kitüntetésre jogosultnak tekinthetjük.

LIX. Pszichológiai alapvetésben tagadhatatlannak tűnik, hogy minél szenvedélyesebb érdeklődést mutat az iskolás tanuló egy bizonyos tudás- vagy tevékenységterület vonatkozásában (informatika, történelem, technológia, zene stb.), annál alacsonyabb szintű vonzódást fog érezni károsító, testi és lelki egészségét veszélyeztető, életkorának nem megfelelő aktivitások végzésére.

LX. Napjainkban egyre több olyan gyermekből lesz iskolás, aki otthon soha nem látta szüleit könyveket olvasni.

LXI. Esetenként nehezebben birkózunk meg egy kívülről érkező probléma által a pszichés állapotunkban kiváltott negatív változásokkal (emocionális egyensúlyunk megbomlásával, tehetetlenség érzésünkkel, kontrollvesztés tudatunkkal, bizonytalanság élményünkkel, szorongásunkkal stb.), mint magával a fenyegető problémával.

LXII. A legtöbb tevékenységterülettől eltérően az (iskolai) oktatásnak alapjában véve soha nem volt egy aranykora.

LXIII. Számomra a katarzis hipotézise – miszerint az erőszakos, durva, kegyetlen, embertelen vagy bántalmazó cselekvéseket magukban foglaló tévéműsorok és (video)játékok révén az egyén (a gyermek) egyszerűen kiéli (kielégíti) a biológiai adaptációval szorosan összefüggő agresszivitásra való ösztönös (természetes) készlettségét, minek utána sokkal nyugodtabb és kevésbé erőszakoskodó lesz – noha igencsak tetszetős, de mégsem tűnik elfogadhatónak.

LXIV. A mindannyiunk által epekedéssel várt jobb jövő eljövetelét napjainkban mindenekelőtt az emberi egoizmus felfokozott mértéke, az önzés majd teljes kizárólagossága, az önös érdekek elérését célzó megnyilatkozások kifejezetten agresszív éle teszi kérdésessé.

LXV. Manapság a kollektív emberi psziché nem lehet kevésbé szennyezett, mint amilyen mértékben az életkörnyezet mérgezett.

LXVI. Napjainkban az ember mind múltbeli, mind jövőbeli állapotait talán könnyebben fel tudja mérni, mint konkrét pillanatnyi helyzetét, hisz – amint azt Ortega y Gasset is megjegyzi – tudatossága a jelen viszonylatában majd mindig visszamaradt stádiumban van (amihez nyilván még az is hozzáadható, hogy a „most” történései mindig mindennél komplexebbek, sokrétűbbek, változékonnyabbak, képlékenyebbek és kezelhetetlenebbek, alakulásukban pedig mindennél gyorsabbak).

LXVII. Ember legyen a talpán az a pszichológus, aki meg tudja magyarázni, hogy az emberi lény olykor miért szánja rá magát a józan észnek egyenesen ellentmondó, a tiszta ésszerűség határait meghaladó (emberhez nem méltó) cselekedetekre.

LXVIII. Olykor már csak azért is érdemes elmenned a pszichológushoz, mert az a legjobb alkalom arra, hogy végre ráéssz mély önnön személyiséged hihetetlen bonyolultságára.

LXIX. Ne gondold, hogy magalázottságod kellemetlen és bántó érzését mások megalázásával fel tudod oldani.

LXX. Az iskola szinte örökös hibája, hogy mindig többet tanított abból, amiből sokat tudni nem igazán érdemes, és majd mindig kevesebbet nyújtott abból, amiből szinte mindent tudni érdemes (és nyilván, ami fölöttébb szükséges is).

LXXI. Mára a jobb (egészségesebb, kényelmesebb, szebb, gazdagabb, bővelkedőbb, tartalmasabb, pénzesebb stb.) jövő iránti intenzív vágyakozás (mondhatni szükséglet) a modern ember alapvető pszichológiai jellemzőjévé lett.

LXXII. A siker mindig fokozatosan, több előzmény alapján, kis lépésekben, alig-alig és épphogy, esetenként igencsak nehézkesen, vontatottan és ráérősen jön, a kudarc viszont örökké villámgyorsan, váratlanul és hirtelenül, sokszor előzmény nélkül, mintegy futótűzként bukkan elő.

LXXIII. Ha lelkületedet valamilyen erős érzés önti el, fantáziádat nem tudod többé féken tartani.

LXXIV. A természeti környezet nem lehet semmivel sem szennyezettebb, mint az egyes emberek (vagy emberi közösségek és népek) közötti – egymás meg nem ismerésében, meg nem értésében és el nem fogadásában, az egymás iránti (konfliktusokat és feszültségeket gerjesztő) tisztelet és az emberhez méltó kommunikáció hiányában gyökerező – kapcsolatok.

LXXV. Nincsen eredményes együttműködés, ha a résztvevők nem hozzák szinkrónba gondolkodásukat. A közreműködő felek gondolkodásának szinkrón jellegét azonban csakis az eredményes együttműködés fejleszti.

LXXVI. Jellemtelen, öntudatlan, megbízhatatlan, szélhámós, megalázkodó, fegyelmezetlen, elvtelen, szolgalelkű, becstelen és felelőtlen emberekkel nem lehet demokráciát építeni.

LXXVII. Az elektrofiziológiai és biokémiai mechanizmusok szempontjából a szintiszta elmelágyult és a szuperintelligens ember agya azonos módon működik.

LXXVIII. A gazdasági válság mértékét alulértékelik mindazok, akiket nem igazán érint, és nyilván felülértékelik mindazok, akiket közvetlenül érint. Ennek

következtében a válság sajnos egyik csoport kreatív gondolkodási kapacitásait sem aktiválja.

LXXIX. Az emberiségnek a boldogság, a békesség és a totális harmónia, illetve a paradicsomi állapotok iránti állhatatos aspirációja minden korban újra fel-fel lángolt, mondhatni folyamatosan újjászületett formában jelentkezett és szüntelenül erősödött. Ez pedig egyre több feszültséget, békétlenséget, zaklatottságot, gonoszságot, nyugtalanságot, konfliktust és elmebajt gerjesztett.

LXXX. Hasznosabb a jövőképunket szüntelenül korrigálni és tisztítani, mint a múltképunket folytonosan pontosítani és stabilizálni.

LXXXI. Ha rossz passzban vagy, próbáld meg feloldani és elfelejteni a múlt fájdalmas történései által kiváltott negatív élményeidet (tulajdonképpen kísérelj meg önnön lelkületedet felszabadítani és felmenteni a kellemetlen benyomások utórezgéseitől), majd tégy kísérletet a jövő potenciális és feltételezhetően kellemes eseményeihez társítható pozitív élmények előrevetítésére és elővételezésére (próbálkozz tudatosan megélni a perspektivikusan megjósolható és valóságszerű harmonikus érzéseket).

LXXXII. Szociálpszichológiai megközelítésben azt lehet mondani, hogy a gazdasági válságnál soha nem volt éltetőbb táptalaja a szélsőséges ideológiák megerősödésének, az illegális és immorális magatartásformák multiplikációjának, a fanatikus, intoleráns és ostobán gyűlölködő attitűdök kifejlődésének.

LXXXIII. Könnyen érthető, hogy mindenekelőtt miért éppen az erőszakos, bántalmazó és kegyetlen jeleneteket magukban foglaló (video)játékok gyártói hivatkoznak azokra az (egyébként hitelességükben vitatható) felmérési adatokra, melyek szerint eme videojátékok eladási arányának növekedésével párhuzamosan, az ifjúkori bűnözés mértéke rendszerint csökkenő tendenciát mutat.

LXXXIV. Negatív érzéseink olykor nemcsak tények vagy logikai szabályok iránti vaktságot tudnak okozni, hanem pozitív gondolatainkat is képesek rossz útra terelni, vagy éppenséggel semlegesíteni.

LXXXV. Minél rámenősebben és görcsösebben állsz ki egy rossz vagy hibás elképzelésed mellett, a miatt annál erősebben fogsz szenvedni.

LXXXVI. A kritikus problémák megoldásához olykor gyors, ösztönalapú és érzelmi háttérű reakciókra van szükség, nem pedig hosszadalmas racionalisztikus elemzésekre, és véget nem érő, szűk logikai síkon futó fontolgatásokra (jóllehet alaphelyzetben és elvi alapvetésben a legjobb megoldásokat kizárólag ezek garantálhatják).

LXXXVII. Anatómiai és neurobiológiai szempontból a legostobább ember agya is – mint szürke- és fehérállomány, mint közel 100 milliárd idegsejt együttese, illetve mint mintegy 100 billiónyi kapcsolat hálózatszerű neuronális rendszere – egyszersmind zseniális neurális struktúra.

LXXXVIII. A természetvédelem az ember lelki természetének fokozott védelmét is magában foglalja, hisz a modern életformák következtében az épp oly súlyos károsodásoknak van kitéve, mint a külső környezet.

LXXXIX. Erkölcstelen tetteid mértékének megfelelően személyiséged autonómiája gyengül és egységessége dezintegrálódik, annak képessége, hogy önnön külső és belső miliődöt céltudatosan és szándékosan szervezd, rendezd és fejleszd, funkcionális egyensúlyát önszabályozás, ösztönzés és önszervezés révén folyamatosan fenntartsd, dekonstruálódik.

XC. A pszichológus által elmeállapotodra vonatkozóan feltárt igazság majd mindig kellemetlen, és arról nem igazán szeretted volna tudomást venni.

XCI. Lelkületedben minél mélyebben elhelyezkedő sajátosságok mentén végzel önelemzést, olykor annál jobban elbátortalanodsz az önmegismerés folytatásától.

XCII. Lehet több száz, netán több ezer barátod is a Facebook-on, a géped előtt úgyis egyedül ülsz (és gyakorta magányos vagy).

XCIII. A modern információs és kommunikációs készülékek képernyőjén (a virtuális térben) minden csillogóbb, tisztább, sugárzóbb, tökéletesebb és fényesebb,

illetőleg minden gyorsabb, gazdagabb, bővelkedőbb, ígéretesebb és változatosabb, mint a reális életben.

XCIV. Egyes emberek minél jobban közelednek a tisztázás, az értelmezés, illetve az igazság megállapításának szándékával élettörténetünk egyes korábban lezajlott eseményeihez, annál inkább szeretnének azoknak hátat fordítani.

XCV. Pszichológiai alapvetésben ma még senki nem tudja felvázolni annak a ténynek a következményeit, hogy a modern hordozható információs és kommunikációs készülékek képernyőjén – a reális élettől eltérően – minden közel van, minden még melegében megtekinthető, minden haladéktalanul (nyilván virtuálisan) birtokba vehető, minden és mindenki mindig azonnal, előzmény nélkül, közvetlenül és könnyen (úgyszólván gombnyomásra) elérhető.

XCVI. Az emberiség földi létének vonatkozásában talán semmi nem jelent komolyabb problémát, valószínűleg még az atomháború kockázata sem, mint a humán lelki világ, voltaképpen az egész emberi belső milió betegességének és civilizálatlanságának globalizálódása.

XCVII. Egyes embereket önnön mélyre szántó ostobaságuk teszi megszállottá, mások azonban éppen széles ívű tudásuk alapján vakulnak el.

XCVIII. Úgy tűnik, hogy a modern (gyors ütemű, urbanizálódott, minél nagyobb kényelemre és fokozott fogyasztásra törekvő, megterhelő, stresszes, zajos, zsúfolt, konfliktusos, erőszakos, sugárzásos, szennyezett és szmogos környezetben zajló, helytelen táplálkozási módokat előtérbe hozó, számtalan rossz szokást kiváltó, fokozottan technológizált, mindenben a piaci paradigmát alkalmazó stb.) életforma nemcsak a kialakulható lelki zavarok (pszichiátriai kórképek) formáinak (és e formák típusainak) számát növeli, hanem az embert is fogékonyabbá (sérülékenyebbé) teszi a változatos mentális betegségekkel szemben.

XCIX. Megtörténhet olykor az is, hogy a mészáros jobb emberismerő, jobban ismeri önmagát vagy kliensét, mint a pszichológus.

C. A távirányító annak illúzióját kelti, hogy különböző tevékenységeket kedved szerint gyorsan mindig felcserélhetsz, tehát, hogy aktív, eleven és pörgős vagy, jóllehet csak a programokat váltogatod passzív, tétlenkedő és henye módon.