

Kur dingio bendrystės jausmas?

Klaipėdos pedagoginės psichologinės tarnybos psichologė

Rūta GAUBIENĖ

Kartą gavau laišką iš savo draugės užsienietės, su kuria susirašinėjame nuo Atgimimo laikmečio. Ji rašė: "Anksčiau atrodė, jog kiekvienas žino, kaip reikia auklėti vaikus. Šiandien visur tik ir galima matyti "individas" su savo problemėmis. Pasaulis tapo toks egoistiškas, kad šią tendenciją, kai pernelyg akcentuojama individualybė, aš laikau didele klaida. Tai neatneš žmonijai laimės. Mes praradome norą siekti bendrų tikslų, kurie būtų svarbūs visiems, nes kiekvienas nori įgyvendinti savo užmačias."

"Aš dabar kalbu gal ir pernelyg griežtai, tačiau ši fenomeną (bendrystės jausmo nebuvimą) aš kasdien matau ir girdžiu žiniasklaidoje ir tai mane erzina, nes aš nesidomiu tokiais dalykais, kaip, pavyzdžiui, ponios X pageidavimas pastoti panaudojant savo mirusio vyro sėklą, arba kažkokios garsenybių poros iš žinomų muzikantų grupės santuokos žlugimas.

Spaudoje pilna visokių individų istorijėlių, o tuo tarpu mes negalime išspręsti tokių visoms tautoms svarbių problemų, kaip ekologija, visuotinis atšilimas, chemikalų naudojimas maisto produktuose, vis didėjantis sergamumas vėžiu, ką kalbėt apie karinius konfliktus Artimuosiuose Rytuose. Visi šie dalykai yra daug svarbesni, ar tu taip nemanai?"

Žmogus žmogui vilkas?

Draugei atsakiau, jog sutinku su ja: iš tiesų įvairių tautų ir valstybių žmonėms dažnai nesiseka priimti bendrų sprendimų, kurie būtų naudingi žmonijai, ir kad vis dar galioja "nerašytas įstatymas", žinomas iš senovės Romos laikų: "Žmogus žmogui vilkas", ypač kalbant apie karus.

Sutinku ir su tuo, kad pasaulio žiniasklaida labiau mėgaujasi garsenybių gyvenimu negu rašo apie problemas, kurios jaudina daugelį žmonių, ir kad tai nepadedą ugdyti to svarbaus bendrystės jausmo, kurį turėdami žmonės galbūt elgtųsi atsakingiau priimdami svarbius sprendimus, turinčius reikšmės mums visiems, šio pasaulio bendrijos nariams.

Tačiau kyla klausimas, o kaipgi vis dėlto reikia ugdyti tą bendrystės jausmą?

Ar iš tiesų čia dėmesys individui, tai yra žmogui su tam tikromis jo ypatybėmis, nėra toks svarbus, o akcentuoti individualybę iš viso yra negerai?

Turiu pasakyti, kad šios mano draugės mintys buvo jos reakcija į ankstesnę mano laišką, kuriame jai rašiau, jog domiuosi individualiąja psichologija ir pradėdau ją studijuoti.

Bendrystės jausmas įgimtas

Individualiosios psichologijos teorija, kurios kūrėjas buvo pasaulinio masto psichoterapeutas Alfredas Adleris, - tai originalus požiūris į žmogaus asmenybę. Ši teorija ypatingą reikšmę teikia socialumui.

Mes visą savo gyvenimą būname tarp žmonių ir daug energijos atiduodame siekdami įtvirtinti savo pozicijas visuomenėje. A. Adleris išskėlė idėją, jog žmogui iš prigimties būdingas bendrystės jausmas, (vok. Gemeinschaftsgefühl, angl. social interest), kuris jį sieja su artimaisiais bei kitais jo aplinkos žmonėmis.

Žmogus negali gyventi vienas. Būdamas mažas jis nori jaustis svarbus ir lygiavertis savo šeimos narys, pradėjęs lankyti vaikų darželį, vėliau mokyklą, nori jaustis priklausantis savo

bendraamžių grupei, turėti joje savo vietą.

Tas priklausymo, t. y. bendrystės su kitais grupės nariais, jausmas žmogui yra įgimtas, tačiau turi būti ugdomas ir puoselėjamas, todėl labai svarbu sudaryti tinkamas sąlygas jam atsiskleisti. Jei šeimoje, darželyje, mokykloje vyraus pasitikėjimo, pagarbos asmenybei, lygiaverčių santykių dvasia, jei vaikas bus skatinamas dalyvauti priimant bendrus sprendimus ir prisiimti atsakomybę už savo veiklą, bendrystės jausmui ugdyti bus sudarytos visos sąlygos. Tuomet nebus priešiško vienas kitam.

Ir priešingai, jei vaikas nusprendžia, jog jis nieko vertas, jeigu tokio, koks jis yra, jo nepriima, tada jis priverstas eikvoti daug jėgų stengdamasis surasti savo vietą tarp kitų. Rūpindamasis savo asmeniniu statusu jis dažnai pasirenka netinkamo elgesio būdus. Kovodamas už vietą po saule vaikas jaučia didelį nerimą ir įtampą, todėl vargu ar gali atskleisti ir visavertiškai panaudoti savo kūrybines galias, realizuoti savo sugebėjimus.

"Tik tada, kai atsižvelgiama į kiekvieno žmogaus gerovę grupėje, grupės gerovė gali nepaprastai suklestėti; pagarba grupei neturi būti mažesnė nei pagarba kiekvienam žmogui", - teigė A. Adleris.

Pavargę nuo kritikos

Ugdant vaiką labai svarbu, kad būtų pažymimos jo stipriosios ypatybės ir galimybės, nes pagrindinis vaiko augimo stimulus yra pozityvus jo poreikių ir interesų vertinimas. Ne veltui pirmose pradinės mokyklos klasėse vaikai neturi būti vertinami pažymiais.

Šešerių septynerių metų amžiaus vaikas išgyvena tam tikrą raidos krizę, kai tarytum sprendžiasi dilema: "Aš galiu, sugebu" (meistriškumas) arba "Aš negaliu, man neišeis" (menkavertiškumas).

Vaikas būtinai turi patirti jausmą, kad jam sekasi, nes tai nulems jo mokymosi motyvaciją vėlesnėse klasėse. Deja, mūsų visuomenėje dažnai pirmiausia pastebimos klaidos ir nesėkmės, o ne tai, kas pavyko. Todėl mes turime tiek daug "pavargusių nuo mokyklos" vaikų. Žinoma, ne visų gebėjimai ir galimybės vienodos. Tačiau kiekvienas norėtų, kad jo pastangos būtų įvertintos. Vaikai laukia tokio įvertinimo iš suaugusiųjų, kurie dažniausiai jaučiasi esantys viršesnėje pozicijoje ir todėl pagiria arba kritikuoja. Nei viena, nei kita neskatina vaikų pasiryžimo, užsidegimo tolesnei veiklai.

Labiausiai motyvuoja ne pagyrimas, o padrašinimas. Kuo gi jie skiriasi?

Padrašinimas yra pastangų pripažinimas, net kai rezultatas dar nėra optimalus, o pagyrimas yra įvertinimas (viršesniojo - žemesniam) ir tarsi apdovanojimas už sėkmę.

Tuomet kitą kartą nepagirtas vaikas gali pasijausti kaip patyręs nesėkmę. Pagyrimas yra giriančiojo asmeninės nuomonės išraiška, jis verčia vaiką jaustis esant priklausomą nuo aplinkinių, o padrašinimas padeda jam pasijausti visumos (grupės) dalimi, bendradarbiaujančiu, galinčiu turėti įnašą į bendrą veiklą. Tokiu būdu stiprėja bendrystės jausmas.

Pagyrimas apdovanoja asmenį ir skatina sutelkti dėmesį tik į save bei konkuruojant lyginti save su kitais, o tai skatina priešišumą. Norint padrašinti reikėtų laikytis tam tikrų principų.

Padrašinimo principai

- Vertingu laikyti tokį vaiką, koks jis yra, su visais jo elgesio pranašumais ir trūkumais.
- Pasitikėti vaiku neskubinant jo ir nespaudžiant, skatinti jį pasitikėti savimi ir stiprinti jo savigarbą.
- Pastebėti ir stiprinti vaiko asmenybės stipriąsias puses ir pranašumus.
- Nuoširdžiai tikėti vaiko sugebėjimais ir stengtis pelnyti jo pasitikėjimą.
- Pripažinti jo pastangas ir atliktą darbą: "Džiaugiuosi, kad tu pasistengei." "Aš tikiu, kad tuomet, kai stengiesi, visada surandi sprendimą."
- Grupės veiklą organizuoti taip, kad kiekvienas vaikas joje rastų savo vietą, jaustųsi reikalingas ir saugus.

- Nuolatos padėti ką nors atliekančiam vaikui patirti sėkmę ugdant jo sumanumą ir lavinant gebėjimus.

- Skatinti vaiką konstruktyviai veiklai remiantis jo interesais.

Kai žmogus jaučiasi suprastas ir įvertintas, jis jaučiasi saugus ir neturi poreikio agresyviai savęs įtvirtinti visuomenėje. Save gerbiantis ir pasitikintis savimi asmuo labiau gebės atsispirti ir neigiamai aplinkos įtakai, kurią mes jaučiame sklindant iš smurtinių filmų bei kompiuterinių žaidimų.

Pasaulio sveikatos organizacijos apibrėžimu, psichinė sveikata yra emocinis ir dvasinis atsparumas, leidžiantis patirti džiaugsmą, ištvirti skausmą, nusivylimą, liūdesį. Tai - gėrio jausmas, kuriuo remiasi tikėjimas savo bei kitų žmonių orumu ir verte. Pripažįstama, jog psichinės sveikatos pamatas dedamas kūdikystėje ir vaikystėje.