

ERŐSSÉGEK BAJNOKAI PILOT PROGRAM

Korosztály: 3 - 6 éves korig

2020/21



Jobb Veled a Világ
ALAPÍTVÁNY



Jobb Veled a Világ Alapítvány

1145 Budapest, Columbus u. 37.
erossegekbajnokai@gmail.com

ELMÉLYÜLŐS Az Igazságosság erényének elméleti háttere

Ebben a dokumentumban gyűjtöttük neked össze a legfontosabb elméleti tudnivalókat ahhoz, hogy minél magabiztosabbnak érezhesd magadat az erények és karaktererőségek ismeretanyagában. Örömteli elmélyülést kívánunk!

Fontos! A program minden írott és szóbeli anyaga jogvédett! Az ebben a dokumentumban található anyagnak a felhasználása a foglalkozásokon kívüli más nyilvános eseményeken vagy továbbadása harmadik félnek kizárólag a Jobb Veled a Világ Alapítvány előzetes engedélyével lehetséges!

Az erények

Martin Seligman 1998-ban, az Amerikai Pszichológiai Társaság elnökévé választásakor elhangzott beszédében lefektette, hogy a pozitív pszichológia három fő témaköre a pozitív érzelmek, az *egyéni vonások és erősségek*, valamint a pozitív intézmények tanulmányozása. Ezen belül külön kiemelte az *emberi erősségek tudományának* létrehozását.

A karaktererősségekről való gondolkodás és az ehhez kapcsolódó alapfogalmak definiálása tehát a pozitív pszichológia egyik első vívmánya volt. Az erősségek és erények rendszerének kialakítása Peterson és Seligman (2004) nevéhez fűződik, de a mű írásában, az alapos további 40 szerző munkája jelenik meg. A több mint 800 oldalas *Character Strengths and Virtues. A handbook and classification* című művel az volt a szándékuk, hogy legyen egy olyan, tudományos alapokon nyugvó összefoglaló mű, amely a mentális zavarok osztályzásához hasonlóan szisztematikus áttekintést ad azokról az egyéni jellemzőkről, amelyek a mentális betegségek megelőzését, az egészség megőrzését, illetve a jóllét elérését segítik elő.

A rendszerezés lehetővé teszi, hogy operacionalizálni és mérni tudjuk az erősségeket és az erősségalapú intervenciókat, lehetőséget ad a pedagógusoknak és szülőknek, hogy definiálják a kibontakozó és fejleszteni kívánt területeket, és hogy megértsék a gyerekek erősségeinek az egyedi mintázatát (Lottman és mtsai, 2017). Mindezek mellett az erősségek megismerése azért ennyire fontos, mert az erősségekhez illeszkedő, azokkal kongruens tevékenységek a pszichológiai jóllét felé vezető út meghatározó építőkövei.

Röviden az Igazságosság erényéről

Ez az egyetemes erény általában arra vonatkozik, hogy az életben mi az, ami igazságos, mi az, ami egyenlően jár mindenkinek. De mindannyian tudjuk, hogy az élet nem igazságos, és hogy „néhány állat egyenlőbb, mint mások”,

ezért van szükségünk az igazságosságnak egy gyakorlatiasabb megközelítésére.

A nyugati iparosodott társadalmakban az igazságosságot gyakran méltányosságként értelmezik – eszerint érdekem vagy hozzáadott értékek alapján kell jutalmat osztani, annak érdekében, hogy az emberek végül azt kapják, amit megérdemelnek. Az igazságosságnak ez a koncepciója azonban nem egyetemes – a kollektivista társadalmak a méltányosság-alapú döntéshozatalnál preferálják az egyenlőség gondolatát.

Ez az erény arról szól, amitől a világot igaznak, igazságosnak érezzük. Ezt fellelhetjük az egyenlőségben (amikor az embereket egyformán jutalmazza a cselekedeteikért), vagy abban, hogy mindenki egyenlő módon részesül valamiben, illetve a szükség vonalán is (mindenkinek kielégítésre kerülnek a szükségletei). Azzal együtt, hogy egy kultúra miként fogja fel az igazságosságot, arról mindenképpen közös megegyezés születik, hogy milyen érvényben lévő kritériumok azok, amelyek biztosítják a „fair-ség” védelmét.

Az igazságosság példái tehát polgári természetűek és a harmóniában való együttélésre, a közös munkára vonatkoznak. A méltányosság vagy korrektség, becsületesség, a vezetés, az állampolgárság vagy csapatmunka – ezeknek kifejezett társas vonatkozásai vannak.

Karaktererősségek

A korrektség felfedezőútja

A *méltányosság* elnevezés tapasztalatunk alapján a gyerekek számára jobban érthető a korrektség megfogalmazásában. Valójában ugyanarról szól mindkét szóhasználat. A méltányos vagy *korrekt* viselkedésmód egy erkölcsi ítélet eredménye. Az erkölcsi ítélet folyamatán számos alkalommal keresztülmegyünk, amikor rövidebb-hosszabb idő alatt megítéljük, hogy erkölcsileg mi a helyes, mi a helytelen, és mi az elítélendő.

Az erkölcsi ítéloképesség fejlődéséhez számos más erény is társul, amelyek pszichológiai és társadalmi szempontból testet öltenek a pszichoszociális fejlődés folyamán. A méltányossághoz való ragaszkodás minden emberi kapcsolatban jelentőséggel bír. Szükségszerű az igazságos elrendezések absztrakt logikájának képességfejlesztése, a társadalmi igazság kérdéseire való érzékenyítés, a másokkal való együttérzés és a róluk való gondoskodás (empátia) gyakorlati megvalósításának gyakorlása és a kapcsolati megértésre való fogékonyság fejlesztése. Ezek a pszichológiai erősségek és erények segítenek abban, hogy felelős állampolgárok, megbízható barátok és általában erkölcsös emberek lehessünk.

Azok, akik a méltányosság erősségét már erőteljesen kifejlesztették magukban, ilyen kijelentéseket tehetnek:

- Mindenkinnek jár a maga része.
- Nem helyes másokat használni.
- Nem akarok másokat jobban becsapni, mint amennyire azt akarom, hogy engem becsapjanak.
- Próbálok mindenkiel kedves lenni.
- Mindenki tiszteletet érdemel.
- Ebben mind együtt vagyunk benne.
- Az ember önmagában cél (nem eszköz).
- A bórszíne miatt senkit nem lehet diszkriminálni.
- Mi vagyunk felelősek a saját viselkedésünkért.

- Még ha a társadalom azt is mondja valamire, hogy rendben van, ha ez nem egyezik az én személyes, jóról való meggyőződésemmel, akkor nem tenném meg.

A legtöbb ide kapcsolódó kutatás iskolai környezetben zajlott. Tisztán látszik, hogy kétféle irány van az iskolai kezdeményezések között az erkölcsi ítéloképesség és érvelés fejlesztésére: a) közvetlen társas-kognitív stimuláció és b) a társas környezet alakítása (társas klíma).

- a) A *társas-kognitív stimuláció* megnyilvánul a tanmenetben, hiszen egy-egy tantárgy, téma kapcsán nagyobb hangsúly kerül az erkölcsi problémák tárgyalására, sőt az érvelési technikák fejlesztését elősegítő korosztályos vitákra és megbeszélésekre is sor kerül erkölcsi dilemmák feldolgozása céljából. A legtipikusabb helyzetekkel tehát a strukturált osztálytermi vitafórumok során találkozhatunk, amelyek erkölcsi dilemmákról és kérdésekről szólnak. A kutatások szerint ezek jellemzői a kortárs interakció, kortárs közegben a különbözőségek mentén az erkölcsi érvelés tanulása, erkölcsi kérdések tárgyalása és a konszenzusos megegyezés módjainak orientációja.
- b) A *társas klíma* megközelítés nagyrészt Kohlberg Just Community Schools projektjéből ered (Power, 1989). Az iskolai demokrácia kísérletekben az erkölcsi érvelés fejlesztését tűzték ki célul: a demokratikus folyamatokat az igazságszint növelésével és a közösségélmény erősítésével fejlesztették. Ezekben az iskolákban támogatják a diákok erkölcsi érvelését, növelik a hitet a proszociális attitűd létjogosultságában, és csökkentik az antiszociális viselkedést. Utánkövetéses vizsgálatokból tudjuk, hogy az erkölcsi érvelés képessége egészen a felnőttkorig fennmarad, és néhány proszociális viselkedésforma is megmarad. Úgy tűnik, hogy *az iskolákban a pozitív szociális környezet támogatása (gondoskodó, törődő közösség) központi eleme a különböző kezdeményezések, programok sikerességének*. Arra is van bizonyíték, hogy az intézmény (legyen szó iskoláról, óvodáról, munkahelyről, börtönről vagy a család intézményéről) erkölcsi közege, amelyben az egyének működnek,

szintén képes növelni, támogatni vagy lerontani az erkölcsi érvelés készségeinek fejlődését.

Az igazságra alapozó érvelés fejlődésének központi tényezői tehát:

- 1) az általános kognitív fejlődés (mint előfeltétel),
- 2) a nevelési stílus (amelyet gondoskodás, támogatás demokrácia és együttműködés, részvételt szorgalmazó attitűd jellemez),
- 3) a kortárs beszélgetések a konfliktusos erkölcsi helyzetekről
- 4) és a törődő, részvételt, együttműködést támogató intézmények, különösképpen iskolák.

Míg azt mondják, hogy az igazsággal kapcsolatos kérdések a gyerekekben nagyszerűen bekapcsolják az érvelés „gombját”, ugyanígy a tanácskozás, disputa, a megbeszélés szintén tartalmazhat érvelést, és az erkölcsi tapasztalat érzelmi és empatikus részeinek is létjogosultságot biztosít. Egy-egy ilyen beszélgetés legitim tudásként és erkölcsi motivációként is szolgálhat, ráadásul kognitív szinten is csiszolja az elmét.

Minden mennyiségben javasolt az olyan folyamatok beemelése a nevelési-oktatási helyzetekbe, amelyek során értelmezésre kerül sor, illetve amikor többféle egymásnak ellentmondó információkat segítünk kiértékelni, és szintetizálni, egybe rendezni az erkölcsi dilemmák során keletkező tények és érzések sokaságát. Az is értékes mintát adhat, ha olyan embereket is bevonunk ezekbe a folyamatokba, akik nyitottan képesek reflektálni a saját életükben jelenlévő kapcsolati kérdésekre. Érdekes a gyerekekkel rendszeresen beszélni az általános kapcsolódási nehézségekről, erkölcsi megfontolásokról és különböző lehetséges megoldásokról, hiszen ez mind serkenti a saját gondolkodásukat ezen a téren, éppúgy, mint az igazság(osság)gal kapcsolatos érvelés esetében. Minden olyan egyéb tevékenység és modell, amely támogatja, hogy a gyermek megismerje a saját értékeit, preferenciáit, ezeket meg tudja indokolni, (mit miért tesz vagy nem tesz), az az önismeretet fejleszti.

Ha sokféle társas kapcsolódásban vesznek részt a gyerekek, akkor ez is segíti őket abban, hogy megismerkedjenek különböző kultúrákkal, családi modellekkel és mintákkal. A nyitott gondolkodás tanítása és a különbözőségek iránti toleranciáról való példamutatás, valamint a más

kultúrák elfogadása mind támogatja a gyerekeket a saját kapcsolataik megértésének fejlődésében.

Aranyközépút – találd meg az egyensúlyt az erősségeidben!

Arisztotelész volt az első filozófus, aki azt állította, hogy a kívánatos mód az élet megélésére nem más, mint az egyensúly megtalálása a túl sok és a túl kevés között. A fogalma az *arany középútról* alkalmazható a karaktererősségekkel kapcsolatban is. Az arany középút az erősségek megfelelő használata, a megfelelő kontextusban, a megfelelő helyen és időben, illetve a megfelelő mennyiségben.

Használhatod az erősséged túlzott mértékben vagy éppen gyengén.

Honnan tudhatod, hogy egy erősséget túl- vagy alulhasználtál-e?

A legjobb módja, ha valamilyen problémát, konfliktust próbálsz meg úgy megközelíteni, hogy vajon melyik erősségedet vitted túlzásba, vagy éppen nem érvényesítetted megfelelőképpen.

Próbáld ki az alábbi gyakorlatot!

A karaktererősségek pozitív tulajdonságok, de ez nem jelenti azt, hogy mindig jól működnek. Túlzásba eshetünk a használatukkal vagy túl keveset használhatjuk ezeket. Az ideális célunk az egyensúly és az arany középút megtalálása. Ez a három feladat segíthet észrevenni, amikor kibillensz az erősségeid egyensúlyából:

1. Válassz egy helyzetet, ahol elégedetlen voltál azzal, ahogyan viselkedtél vagy ahol azt érezted, hogy jobban is teljesíthetnél volna!
2. Nevezd meg pontosan, hol voltál, és mi történt, mit csináltál, mi zavar magaddal kapcsolatban ebben a történetben.
3. Nézd sorra a 24 karaktererősséget! *Szerinted, melyik erőssége(ke)t használtad túl nagy vagy túl kis mértékben?*

Fontos! Minden rendben van veled. Minden ember kibillenhet az egyensúlyából. Ez természetes. Viszont minden ügyetlen és nemkívánatos viselkedésednek van pozitív eleme vagy pozitív tanulsága. *Mit gondolsz, a te történetedben, milyen pozitív érték mutatkozik meg?*

Például, ha egy munkaközösségen belül éles vitába keveredtél a kollégáiddal, mert kiálltál előttük egy gyermek érdekében, ám tőlük számos bántó szavakat hallottál magadra nézve, mindezt lehet kudarcként élted meg. Mégis, értékeld a benned levő méltányosságot, az egyenlő esélyek megteremtése iránti vágyadat, továbbá a lojalitást és türelmet, amit a kollégák aggodalmai irányába mutathatsz. Ezek az erősségek az életben nagy segítségedre lesznek, hogy sikereket érj el.

Most nézzük meg a korrektség vagy méltányosság aranyközépútját.

| Alulhasználat | Optimális használat | Túlhasználat |
|---|--|--|
| Döntesz és valamelyik oldalra állsz, vagy hagyod, hogy az egyéni preferenciáid vezessenek, befolyásoljanak. | Mindenkit azonos módon kezelsz, egyformán bánasz az emberekkel, igazságos módon. Nem engeded, hogy részrehajló döntéseket hozzál másokkal kapcsolatban a személyes érzéseid miatt. Mindenkinek egyenlő esélyeket adsz. | Nem mutatsz megértést mások iránt. Szigorúan tartod magad a szabályokhoz és emiatt tűnhet úgy, mintha egy külön világban lennél. |

A vezetői képesség felfedezőútja

A vezetés, mint személyiségjegy kognitív és karakterjegyek összességéből tevődik össze. Mások segítségét és a másokra való hatást célozza, táplálja azáltal, hogy a cselekvéseiket irányítja és közös sikerre motiválja őket. Akik ezzel az erősséggel bírnak, nagy eséllyel töltenek be vagy törekednek domináns szerepekre a kapcsolataikban és számos társas helyzetben is. Egy átgondolt rendszerben biztonsággal irányítják mások és a saját cselekedeteiket is.

A vezetés egy abszolút társadalmi jelenség. Sok elméleti szakember gondolja azt, hogy a vezetés egy bizonyos fajta kapcsolat egy egyén (akinek hajlama van arra, hogy irányítson) és az őt követők (akik kijelölik vagy megválasztják a vezetés feladatára) között. Eszerint a megközelítés szerint a vezetés minősége a vezető, a követők, a kontextus és a tágabb körülmények egyéni és egymáshoz kapcsolódó attribútumaiból áll. Am *a vezetés gyakorlatát* érdemes elválasztani *a vezetéstől, mint személyes erősségtől.*

A *vezetés gyakorlatához* hozzátartozik, hogy meghatározunk, lefektetünk, körülírunk vagy lefordítunk bizonyos irányvonalakat a követők számára, amilyen irányba szeretnénk, ha mennének. Ezen kívül az is benne van, hogy a vezető facilitálja és támogatja azokat a folyamatokat, amelyek ennek a közös folyamatnak a során sikerhez vezetnek. *A vezetés, mint egyéni erősség* azonban azt a motivációt és kapacitást jelenti, hogy az egyén a társas, illetve társadalmi rendszerekben *keres, elér és betölt* vezető szerepeket.

Vannak olyan személyiségjegyek, amelyeket ehhez az erősséghez társítanak, például a hatalom, a tekintély, a dominancia, a karizma, a befolyás, és a szociális asszertivitás. A vezetés, mint személyiségjegy, azt a képességet jelenti, hogy az egyén képes és akar hatással lenni és kollektív folyamatokat irányítani – ez hosszú pszichológiatörténeti múlttal rendelkezik. Újabban az szakemberek a vezetéset, mint karizmatikus erőt és átfórmáló képességet hangsúlyozzák, ahol a vezetők a víziót és a személyiségük erejét használják arra, hogy másokat rendkívüli cselekedetre inspiráljanak és tegyenek képessé. A 20. századi amerikai történelemben is számos példát látunk olyanokra, akiknek birtokában volt ez az erősség:

Franklin Roosevelt, Winston Churchill, Mohandas Gandhi, Martin Luther King, John F. Kennedy és Ronald Reagan.

Akik rendelkeznek ezzel az erősséggel, azok így nyilatkoznak magukról:

- Szívesen veszem fel egy csoportban a vezető szerepet.
- Gyakran képes vagyok cselekvési tervet készíteni a csapatomnak.
- Gyakran képes vagyok rá, hogy másokat motiváljak arra, hogy egy bizonyos módon cselekedjenek.
- Gyakran tudok másoknak segíteni abban, hogy egy feladatot jobban ellássanak.
- Gyakran tudok másokat úgy szervezni, hogy minél hatékonyabban tudjanak együtt dolgozni.
- Az emberek általában hozzám fordulnak, ha összetett problémát kell megoldani.
- Az emberek általában hozzám fordulnak, hogy problémákat megoldjak és segítek a csoportnak együtt dolgozni.
- Gyakran vagyok a csoport szóvivője.
- Társas helyzetekben gyakran ragadom meg a kezdeményezést.
- Vészhelyzetben gyakran én leszek a felelős vezető.

Figyeljük meg a kisgyermeket, hogyan változik életkoruk előrehaladtával és a családi környezetükből hozott minták alapján vezetési erősségeik.

Aranyközépút – találd meg az egyensúlyt az erősségeidben!

| Alulhasználat | Optimális használat | Túlhasználat |
|--|--|--|
| Nem ragadod magadhoz a vezetést, nem hozol döntéseket, túlzottan alkalmazkodó és előzékeny vagy. | Képes vagy az emberek egy csoportját bátorítani, biztatni, hogy időben elvégezzék a dolgukat, miközben azzal is törődsz, hogy a csoporton belüli kapcsolatok jól alakuljanak. Csapat programokat szervezel és azokat véghez is viszed. | Ellentmondást nem tűrően viselkedsz, sőt, diktatórikus reakcióid vannak, amikor emberek vezetéséről és kontrollálásáról van szó. Nem engeded, hogy mások is hallassák a hangjukat. |

A csapatmunka felfedezőútja

A polgárság, a társadalmi felelősség, a lojalitás és a csapatmunka mind kifejeznek valamit abból az elköteleződésből egy nagyobb jó felé, amelynek része az én, de nem az önös érdekek mozgatóerői.

Aki ezzel az erősséggel rendelkezik, annak erős a köteleességtudata, inkább dolgozik a csoport érdekeiért, mint a sajátjáért, lojális a barátaihoz, és lehet bízni benne, hogy kiveszi a maga részét a dolgokból. Nagyon jó vele egy csapatban lenni. Aki rendelkezik ezzel az erősséggel, az valószínűleg aktív szerepet vállal a közössége társadalmi ügyeiben is – szavazással, önkéntes szervezetekhez való csatlakozással, illetve azzal, hogy időt és pénzt szentel társadalmi vagy környezeti ügyeknek. A politikai ellenállás is jelentheti ennek az erősségnek a meglétét. Általában azok, akik politikai tüntetéseken vesznek részt, legtöbbször egy nagyobb közösségért érzett felelősségérzetből, köteleességtudatból teszik. Ezen erősség birtokosai előnyben részesítik a köz érdekeit a sajátjukkal szemben, és számukra ez az értékrend, ami mentén élnek az életüket. Azonosulnak a közös gondolatával és a jövő generációja számára jobbat akarják tenni a világot.

Az alábbi kijelentések jellemzők rájuk:

- Felelősségem van abban, hogy fejlődjön a világ, amiben élek.
- Mindenkinek szentelnie kellene valamennyit az idejéből a városára vagy az országa javára.
- Számomra fontos, hogy tegyek a társadalmi és gazdasági igazságtalanságok ellen.
- Számomra fontos, hogy segítsek olyanoknak, akik bajban vannak.
- Számomra fontos, hogy részt vegyek olyan programokban, amelyek segítenek tisztán tartani a környezetet.

Polgárság, társadalmi felelősségvállalás, lojalitás, csapatmunka – ezek a kifejezések nem egymás szinonimái, éppen ezért fontos, hogy megkülönböztessük őket.

A társadalmi elköteleződés és elszántság mellett a *polgárság* jelentése jogi árnyalattal is bír. Arra utal, hogy tagja vagyok valamilyen politikai közösségnek és az azzal járó jogokat és köteleességeket vállalom. A lojalitás,

az állampolgári kötelezettségvállalás, továbbá a csoport és annak irányelvei iránti felelősségérzet biztosítja ezeket a jogokat. Hasonlóképp, ahogy William James (1967) állította, hogy egy jó polgár erényei – a közjóért érzett felelősségérzet és köteleességtudat – az állam szilárd építőkövei. Más szóval a közösség irányában érzett polgári felelősségvállalás és annak alapelvei biztosítják a politikai biztonságot. Ebből azonban nem következik, hogy a jó polgár vakon engedelmes. Sőt, gyakorolja a kritikai gondolkodást és ítélőképességét is használja a közös jó érdekében. Ez olykor bizonyos kihívást jelenthet az igazságtalan jogrenddel szemben.

A *társadalmi felelősségvállalásnak* – aminek a definíciójában benne foglaltatik, hogy segítjük a másikat, még ha nekünk abból hasznunk nem is származik – inkább van altruista felhangja, mint a többi kifejezésnek ezen erősségen belül.

A *lojalitás* megingathatatlan elkötelezettséget sugall, a bizalom kötelékét barátságban vagy egy csoportban, alapelvekben vagy különböző ügyekben. A patriotizmus a szülőföldhöz való lojalitást és ragaszkodást jelenti anélkül, hogy benne lenne a más nemzetek polgáraival szembeni ellenérzés, ami a nacionalizmusban viszont megjelenik. A lojalításban benne van a generativitás (teremtőkészség), amikor arra orientálódunk, hogy hosszantartó módon járuljunk hozzá a jövő generációinak életéhez, a saját köreinken túl is.

A *csapatmunka* kifejezése vonatkozik talán a leginkább a viselkedésre: amikor valaki képes másokkal együtt egy közös ügyért dolgozni, együttműködni.

Az elmúlt évtizedekben a szociális munka, a *közösségi szolgálat* több oktatási rendszerben is megjelent. Ezek a programok számos dologban eltérnek egymástól: tartalmuk, intenzitásuk, hosszuk tekintetében, hogy a tanuláshoz része-e a reflexió, hogy egyének vagy csoportok végzik-e, és hogy a tervezésbe és a döntéshozatali folyamatokba bevonják-e a fiatalokat. Azonban egyre több bizonyíték van rá, hogy a közösségi szolgálat beépítése az oktatási rendszerbe olyan pozitív eredményeket hoz, mint a tolerancia, a bizalom növekedése, az egyenlő jogok és lehetőségek, illetve a kulturális különbségek iránti érzékenység növekedése. **Youniss és Yates** a közösségi szolgálatról végzett kutatásaik nyomán számos alapelvet javasolnak, amit az intézmények beépíthetnek a programjukba:

ELMÉLYÜLŐS – Az IGAZSÁGOSSÁG erényének elméleti háttere

- olyan értelmes, tartalmas tevékenységek, amelyeket inkább csapatban végeznek, mint egyénileg.
- Kollektíven, közösségi szinten történő reflektálások, ezért a közösségi munka, a közösségi kérdések a nyilvános térbe is bekerülnek. Így akár egy egyéni játékokódás is kinőheti magát közösségi megmozdulássá.
- Érdemes az intézmény(i kultúra) történetéhez kapcsolni a közösségi szolgálatot. Az intézmény (óvoda, iskola vagy más szervezet) ideológiai hátterét tükrözi, hogy milyen fajta közösségi szolgálatban, munkában vesznek részt az ott tanulók. Azáltal, hogy a fiatalok ezt egyértelműen látják, értesülnek arról is, hogy sokféle szervezet létezik, megismerik a történetüket, és azáltal, hogy részt vesznek egy-egy szervezet munkájában, ők is a történelem íróivá válnak.

A közösség javára végzett kijelölt munka a fiatalok bűnözés csökkentésében is fontos eszköz, és rendelkezésünkre állnak olyan longitudinális kutatások, amelyek azt mutatják, hogy ha valaki a késő kamaszkorban részt vesz ilyen tevékenységben, az csökkenti az esélyét annak, hogy fiatal felnőttként bűnügyekbe keveredjen.

A szociális kompetencia óvodáskori vizsgálatának fontosságát igazolja a nagyszabású DIFER mérés (Diagnosztikus Fejlődésvizsgáló Rendszer). Az eredmények alapján azt látjuk, hogy a társas készséges szintje gyerekenként más az iskoláskor elején nagymértékben különbözhet. A mintegy 20.000 magyarországi gyermek felmérésének eredményei azt mutatták, hogy iskolakezdéskor a tanulók 15%-a fejletlenebb a középső csoportosok átlagánál, míg közel 15%-uk fejletlenebb az első osztályosok év végi átlagánál, de a középső csoportosok és az első osztályosok körében is előfordulnak olyan gyermekek, akik csupán a háromévesek átlagának felelnek meg. Az életkor előrehaladtával a fáziskülönbségek növekednek, az a különbség, ami kevésbé volt meghatározó 6 éves korban, 15 éves korban már nagyon nagy differenciát mutat (Nagy, 2007, hivatkozik rá Lazsádi, 2017).

Az empirikus kutatások felhívják a figyelmet arra, hogy a társas készségek korai hiányosságainak összefüggése a későbbi magatartásproblémákkal, diszfunkcionalitásokkal, gyenge iskolai teljesítménnyel, illetve a gyerekek közötti szakadék növekedése az

életkorral biztos irányjelző arra nézve, hogy a társas kapcsolatok fejlesztése fontos, hiszen a kortársakhoz való viszonyulás 3 és 6 éves kor között hatalmas fejlődésen megy keresztül.

A proszociális magatartás során a gyermek segítőtől tesz tanúságot: segíthet az óvodapedagógusnak, a szüleinek, felkérésre vagy önkéntesen, és segíthet egy társának is. Az osztozkodás, segítségnyújtás, gondoskodás, részvét teret kapnak a kapcsolatokban, amiként a mások érzelmeiben való osztozás is.

A leggyakoribb személyközi problémák az óvodások körében a (1) tulajdonlás, elvétel; (2) elutasítás, kizárás, ellenszegülés; (3) kiabálás, ütés, verekedés, tönkretétel/megrongálás; (4) csúfolás, piszkálódás, zavarás, 'csúnya beszéd/cselekedet', árulkodás). Annak érdekében, hogy a pedagógus segítőtől fejlesztő tevékenysége hatékony és eredményes legyen, elsőként nagyon fontos azonosítani az adott gyermek problémáját, problémáit és a problémák közötti kapcsolatokat. A társas problémák megoldódásához bizonyos szociális készségek fejlődésén, összefüggések belátásán, helyes szokások kialakításának keresztül vezet az út. Ezek a folyamatok időigényesek, mivel a korábbi „bevált” viselkedésmódokat a gyerekek nehezen cserélik le olyan új elemekre, amelyeket a pedagógusok is jobban el tudnak fogadni, emellett pedig néha magának a fejlődésnek a tempója az, ami határt szab a változás gyorsaságának (Kasik, 2017).

Aranyközépút – találd meg az egyensúlyt az erősségeidben!

| Alulhasználat | Optimális használat | Túlhasználat |
|--|---|--|
| Nem érdekel mások érdeke, szempontja. Önző módon viselkedsz. | Jól tudsz csapatként együttműködni. Felelősséget vállalsz és igazságos arányban teszel hozzá a közös munkához. Kiveszed a részed belőle. Lojális vagy a csoporthoz. | Másoktól függsz és nehezen cselekszel egyedül, magadban, magadtól. |

Felhasznált irodalom

- Kasik László (szerk.): *Társas problémák és megoldásuk 3–7 évesek körében – feltárás és segítés. Módszertani segédanyag óvodapedagógusok számára.* Mozaik Kiadó, Szeged, 2017
- Lazsádi Csilla: *A mikrokörnyezeti tényezők hatása a szociális kompetencia fejlődésére óvodáskorban.* Kolozsvári Egyetemi Kiadó, 2017
- Niemiec, Ryan M.: *Character Strengths Interventions.* Hogrefe, Boston, 2018
- Peterson, Christopher és Seligman, Martin: *Character Strengths and Virtues.* Oxford University Press, 2004