



10774

**SZÜLŐK KÖNYVTÁRA**

—  21. SZÁM  —

**AZ INGERLÉKENY  
GYERMEK**

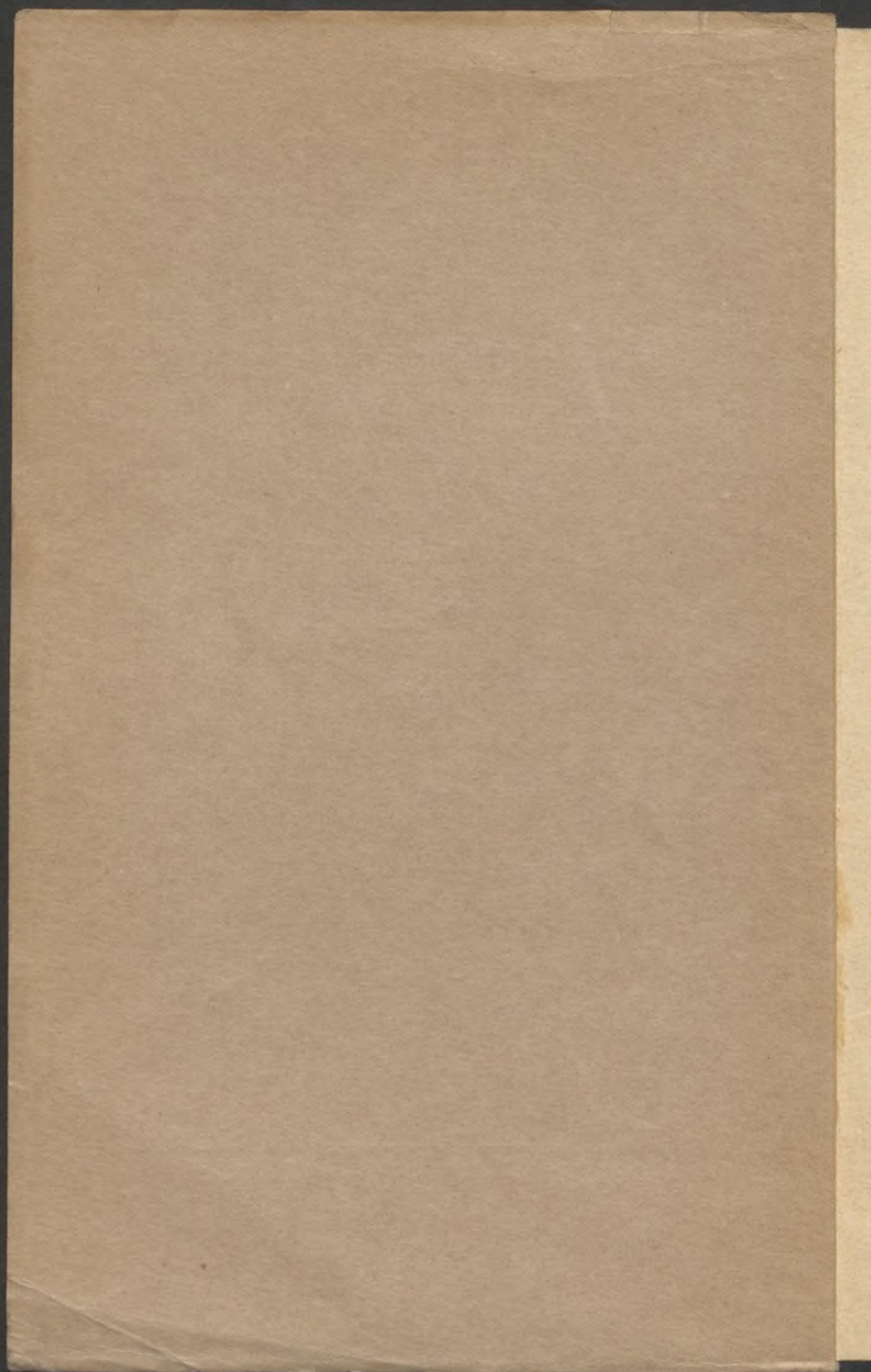
ÍRTA

**VÉRTES O. JÓZSEF**



---

**A „STUDIUM“ KIADÁSA, BUDAPEST**





# AZ INGERLÉKENY GYERMEK

ÍRTA :

VÉRTES O. JÓZSEF

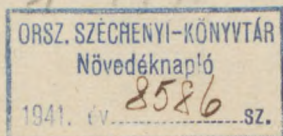


---

A „STUDIUM“ KIADÁSA, BUDAPEST



10 774/21



Sylvester Rt., Budapest. — Felelős vezető: Schlitt Henrik.



## ELŐSZÓ

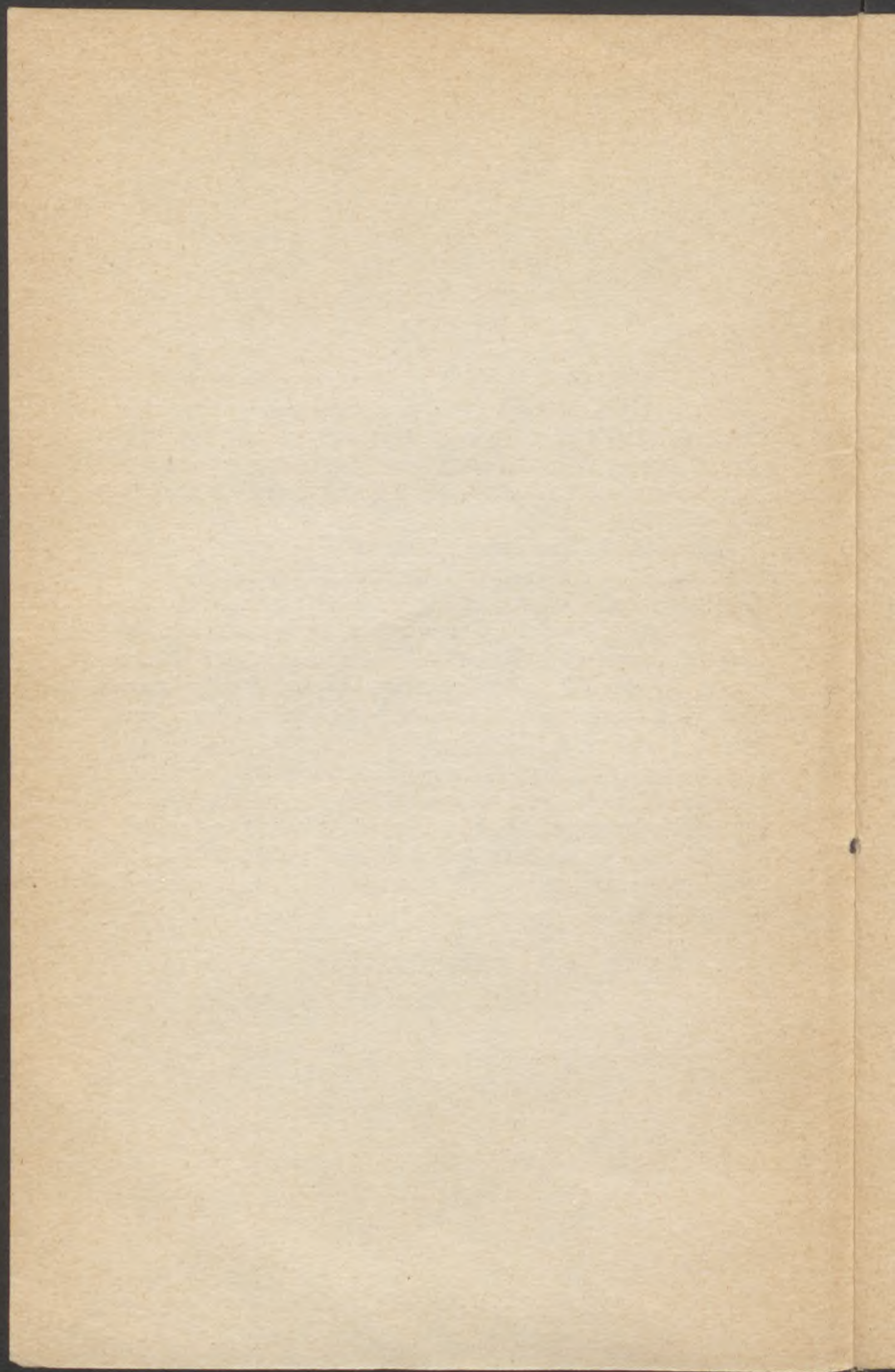
Ez a kis füzet gyakorlati útmutatás gyermekeik sorsával törődő szülők számára. Éppen ezért a kérdés elméletével csak annyiban foglalkozik, amennyire nevelő eljárásaink, javító törekvéseink sikeréhez szükséges.

Nem tüzdelttem tele írásomat idézetekkel, hivatkozásokkal. A szakember ismeri az idevonatkozó forrásokat; meglátja anélkül is, mit adtam a magaméból, az érdeklődő szülők számára pedig itt közlöm e kérdés nevezetesebb művelőinek névsorát: *Busemann, Bühler Ch., Címbal, Homburger, Kretschmer, Moll, Muckermann H., Ranschburg, Schneider Kurt, Shinn, Tumlirz és Winkler H.*

Gyermekeik sorsáért aggódó szülők számára egy német bölcselelő mondására hívom fel a figyelmet: *A nevelés mindent legyőz.* Nem áltató vigasztalásul, hanem a meggyőződés teljes hitével írom ide e kis füzet vezérszólamául ezt a nagyon megszívlelendő sarkigazságot.

Budapest, 1940. október havában.

*A szerző.*





## I.

### A GYERMEKI INGERLÉKENYSÉG FORMÁI

1. Kikről lesz szó? — 2. Az ingerlékenységre való hajlam és négy megnyilvánulási formája. — 3. Az ingerlékenység megnyilatkozása: primitív lelki visszahatás. — 4. Az ingerlékenység oka. Nevelői feladatunk.

1. Azokról az ingerlékeny gyermekekről beszélek, kiknek viselkedése már igen korán komoly gondot okoz szülőnek, nevelőnek egyaránt. Nem betegek, nem tökéletlenek s mégis sokszor olyan egyik-másik cselekedetük, hogy színezete nagyon hasonlít a rendellenesség valamelyik fajtájához.

Az ép és kóros területének hatszálvékony határán járnak s csak a következetes nevelés menti meg őket attól, hogy át ne bukjanak a rendellenesség zordon mélységébe.

A normalitás területén mozgunk és csupán azokkal a gyermekekkel foglalkozunk, kiknek ingerlékenységét és az ezzel szorosan egybefüggő egyéb nevelési nehézségeket a szülői ház is jótékonyan tudja kezelni.

Míg az újszülött a teljes érettség fokát eléri, különböző, egymástól testileg-lelkileg jól elhatárolható korszakokat él át. Ezek: a csecsemő-, a kisgyermek-, az iskolásgyermek- és a serdülőkor.

A gyermeki ingerlékenység legkirívóbb, legszembeszökőbb nyilvánulásait ezeken a korszakokon belül vesszük szemügyre. Minden korszaknak megvan a maga sajátos lelki élete, s ennek egy-egy igen



könnyen sebezhető része. Ez a kényes rész az ingerlékenység kiinduló pontja.

2. A gyermek fejlődésének ú. n. „izgalmi szakait” a mozgási élenkség, a fokozott izgalom és a gátolt értelmi munka jellemzi. E fokok *minden gyermek*en többé-kevésbé megállapíthatók.

Ezeztől az állapotoktól élesen el kell választanunk az ingerlékenységet, mely szerencsére *nem minden gyermek lelki életének velejárója; nem betegség, csupán meglévő hajlam, készség, lehetőség; a kialakuló vérmérséklet tényezője.*

*Minden gyermeki korszaknak sajátos ingerlékenységi formája van s a gyermek — a szerint, amint ilyen vagy olyan korban válik ingerlékennyé — a megfelelő, jellemző érzelmi nyilvánulást tünteti fel. Ezek a nyilvánulási formák: a nyugtalanság, az érzékenység, az ingerültség és az idegeskedés.*

A gyermek ingerlékenységre való hajlama négy formában nyilatkozik meg.

a) *A csecsemőkor nyugtalanságra való hajlamanak megnyilatkozási formája: a mozgási vihar.* Az érzelmek, indulatok minden meggondolás nélkül törnek utat a maguk számára. Az időtartam hosszú, de az érzelem ereje nem mélyreható. Sokszor a szemlélő nem is sejti, hogy miért e nagy lelki zivatar, ez az érzelmi égzengés. Az elmaradt szopás pl. féktelen sírást tud előidézni.

b) *A kisgyermekkor érzékenységre való hajlamanak megnyilatkozási formája: a hangulatok hatása és az ébredő önfegyelem uralma alatt bontakozik ki.* A komoly szóra a kétéves kicsinyek pityergőre bigygyesztik ajkukat, s csak aztán sírnak. Ez a sírás más, mint a csecsemőkor mozgási viharának sírása.

c) *Az iskolásgyermekek ingerültségre való hajlama két jellemző formát tüntet fel.* Az egyik magába fojtja érzelmeit, indulatait s keservesen kinlódik terhük alatt; mikorra kirobbanásra kerülne a sor, ér-

zelmei elvesztették elevenségüket; a másik szabad folyást enged érzelmei, indulatai árjának s a mozgási vihartól annyiban különbözik, hogy az okok átlátszóbbak, az indulat tartama rövidebb, de érzelmi ereje mélyrehatóbb. Az ingerültség rendszerint a tanulási nehézséggel és az „osztállyal“ való nehézkes megbarátkozással függ össze.

d) *A serdülés „ideges“ gyermeke* a kellemetlen érzelmeket feldolgozza s mikor már jól felkorbácsolta lelki életét, csak akkor s bizonyos megokoltság látogatásával tör ki az addig visszatartott indulat. Megnyilatkozási formája: idegeskedése.

*Az ingerlékeny gyermeknek nem kell okvetlenül mind a négy fokon keresztül mennie.* Van gyermek, ki csak az egyik korszakban válik érzékennyé vagy ingerültté. Sok függ természetesen a környezettől, családtól, az iskolától. *Ha a környezet nyugodtan, megfontoltan, a nevelői eljárások szemmeltartásával tud az ingerlékeny gyermekkel bánni, akkor nagy a valószínűsége annak, hogy egy-egy ingerlékenységi korszak elmarad.*

*Nem szabad azt hinnünk, hogy az ingerlékenység e négy megnyilatkozási formája csak a neki megfelelő gyermeki korszakban jelentkezik.* A kis gyermek is lehet ideges, a serdülőt is elragadhatja egy alkalmi mozgási vihar. Csupán arra akarunk ezzel a megállapítással rámutatni, hogy az egyes gyermeki korszakokban említett sajátos ingerlékenységi formáké az uralkodó szerep.

Azokban az esetekben, midőn a gyermek mind a négy fokon szinte szabályosan végighalad, ott vagy az alkatban vagy a környezet súlyos hibájában kell az ingerlékenység gyökerét keresnünk.

3. Nem akarunk ennek a kérdésnek a lélektanával foglalkozni, de rá kell mutatnunk arra a tényre, hogy az ingerlékenység megnyilatkozása nem más, mint külső, zavaró mozzanatokra való primitív lelki



*visszahatás.* A csecsemőnek kellemetlen érzelmekre való visszahatása a *megfontoltság nélküli mozgási viharban tör ki.* Ide sorozzuk a sirást, kiabálást, kapálódzást, rugdalódzást. *A mozgási vihar az ösztön-szerű elhárítás és a céltalan, fölösleges mozgások tényezőiből tevődik össze.* Nem a megfontoltság, hanem a kellemetlen érzelmi feszültség a kiinduló pont. Nincs logikus kapcsolat az inger és a nyomán támadt szokatlan visszahatás között.

A csecsemőkor indulatai bizonyára azért mutatnak olyan sok hasonlatosságot ezekkel az ősi visszahatásokkal, mert a kicsinyek maguk is az emberi lélek fejletlen formáinak hordozói. Vagy nincs is primitív visszahatásokkal dolgunk, hanem csupán olyan jelenségekkel, melyek megismerésébe eddig még nem tudtunk behatolni? Talán a logikai kapcsolat nem is szűnt meg, csak mi nem tudunk a csecsemő titkos lelki rugóinak mélyéig lehatolni.

Megnyugtató, hogy ez az ősi visszahatási forma nem minden esetben kíséri végig az embert az egész életén. A későbbi gyermek- és ifjúkorban megváltozott, enyhébb alakjában léphet fel, csökkenhet, sőt teljesen el is maradhat.

Érzékeny és ingerült gyermekek lelki rokonok. Miben hasonlítanak egymáshoz? Milyen különbségeket tüntetnek fel?

Az érzékeny gyermek a fájdalmat a rászoktatott önfegyelmeléssel legyűri; az ingerült ugyanazt a beavatkozást — pl. egy szálfka eltávolítását — éktelen üvöltéssel és rúg-kapálódzással igyekszik magától elhárítani.

*Az érzékenység jellemző mozzanata: az ingerek erős érzelmi hangsúlyozottsága s bizonyos határon belül mozgó önfegyelmelés. Az ingerültség az ép, egészséges léleknek a rendes, megszokott visszahatásnál feltűnőbb, hevesebb és gátlás nélkülibb primitív megjelenési formája; a természetes, rendes erejű in-*



gerekre való túlerős felelés. Tehát a gyermeknek az *ingerek iránt való teherbíró képessége csekély*.

Az érzékeny gyermeket akarata edzi a kellemetlen ingerek elviselésére. Az ingerült gyermeket akaratnélkülisége kergeti bele ebbe a féktelen lelki ki-robbanásba. Lelki tevékenysége mindenféle behatást rendellenes módon dolgoz fel. A finom ingerek iránt érzéketlen, az erők pedig elviselhetetlenek számára.

Az *ingerlékenység* állandó, fokozódó vagy csökkenő irányt mutathat. Ennek megfelelően beszélünk az ingerlékenységi állapot változatlan, rosszabbodó vagy javuló voltáról.

Az ingerlékenység nem azonos az *idegességgel*. Az idegesség *tartós* rendellenes állapot, melyhez az ingerlékenységen kívül a kimerülés is csatlakozik. Azt az ideges állapotot, mellyel mi foglalkozunk, múltó természetű, átmeneti, ú. n. élettani-idegességnek nevezzük.

4. Mi ezeknek a látszólagos rendellenességeknek az oka?

Ezeket a lelki visszahatásokat előidézheti:

a világra hozott *hajlam*, melynek gyökere az egyén alkatában található meg;

a *betegség*, mint pl. a számarköhögés, melynek nyomán a gyermek nem egy esetben a szokottnál izgatottabb, ingerlékenyebb lesz;

a *környezet*, mely nyugtalanságával, rendszertelenségével testi és lelki téren állandóan zaklatja, zavarja, izgatja a gyermeket s végül is kirobbantja a heves indulatokat.

Ha ismerjük a gyermeknek ezt a gyengéjét, legfőbb feladatunk:

a) *kíméljük ezt az érzékeny pontot, hogy ennek ingerlésével a gyermeket fölöslegesen ne izgassuk;*

b) ha sokáig békén hagyjuk az ingerlékenység fészket, a gyermek — a nyugalom megszokása által — kevésbé heves visszahatással fog felelni.

Általános érvényű szabályokat, „receptpedagógiát“ az ingerlékenység kezelésére nem tudunk adni. Minden egyes gyermeket egyénien nevelünk, épp-úgy, ahogy az orvos is külön kezeli minden betegét.



## II.

### A CSECSEMŐ NYUGTALANSÁGRA VALÓ HAJLAMA

1. A csecsemő érzelmi élete. — 2. A csecsemő ingerlékenységének nyilvánulása: a sírás, nyugtalanság, mozgási vihar. — 3. A megzavart alvás, pontatlan táplálás, kifáradás. — 4. A mozgási vihar lecsendesítése. — 5. Teendők. — 6. A csecsemő nyugtalansága a kisgyermekkorban érzékenységgé alakul át.

1. Az élet első esztendejét csecsemőkornak nevezzük. Az első hetek túlnyomó részt a testi életre: az alvásra, táplálkozásra és a tengőéleti működésekre szorítkoznak.

A csecsemő érzelmi világa a kellemes és kellemetlen körül alakul ki. Kellemes: a táplálkozással, a nyugalommal, a fürdetéssel járó jó érzés; kellemetlenek: az éhséggel, a fáradtsággal, durva testi behatásokkal (túlhideg vagy túlmeleg fürdő, sérülés, stb.) párhuzamosan fellépő bántó ingerek. Ezek a kellemetlen hatások a csecsemő mozgási viharának előidézői.

A csecsemő az ízeket már az első hetekben, sőt napokban is jól meg tudja különböztetni. Az édeset derűs arckifejezéssel szopogatja, míg a sós, savanyú és keserű ízeket (főzelékfélék, orvosságok) arcfintorgatással, elhárító mozdulatokkal fogadja. A gyakorlás, a szokás, az éhség és jóllakottság érzése, a világosságon, kapálódzásain érzett öröm, a mozgások és észrevévések kialakulása azok a főbb mozzanatok, melyek lelki életét jellemzik. A pontos időben való



szoptatás és a rendszeres alvás kifejlesztik az említett lelki működéseket, még pedig annál előbb, minél gyakrabban ismétlődik meg egy bizonyos folyamat ugyanazon feltételek mellett valamely szervben.

A jól szoktatott apróság — hacsak nem beteg — a szopás idejére mindig pontosan ébred fel.

Nincs kedvesebb és egyben mulatságosabb látvány, mint egy szülészeti kórház csecsemő osztályán bevárni a szoptatási idő elkövetkező óráját. A kicsinyek perenyi pontossággal kezdenek fészkelődni, majd rázendítenek, először csak nyöszörögve, majd mindjobban és erősebben olyan hangversenyre, hogy szinte öröm hallgatni.

Ebből a diszharmonióból az élet harmoniája csendül ki!

Az összerendezett mozgások\* a szopás mozdulataival, az észrevevések — jóval később — az anya és a környezet megismerésével kezdődnek.

2. A csecsemőkor ingerlékenységének kezdeti jeleit immár az említett pontos időben fellépő sírás példája mutatja. Az egyiket felkölti a szokás hatalma, a másikat az éhség, a harmadikat a többiek lármája. Természetesen ez még nem a csecsemő mozgási vihara. Az apróság most csak rendes, megszokott módon hat vissza azokra az ingerekre, melyek lelkét érték. Itt még hiányzik a szokatlanság, a heveség és a gátlásnélküliség jellemző mozzanata.

De ha a csecsemő, akit egyébként semminemű ki-mutatható testi baj nem gyötör, mégis éktelenül sír, s nincs rá mód, hogy megnyugtassuk, ott az ingerlékenység ütötte fel fejét, ott a mozgási vihar támadt fel.

\* Az ú. n. nem összerendezett mozgásokon a különböző izom-csoportoknak még nem egyidejű és meg nem felelő működését értjük; az ú. n. összerendezett mozgásokon pedig az izmok egész csoportjának egyidejű és megfelelő működését.

Mi idézi elő a csecsemő ingerlékenységének ezt a formáját? Van-e e korszak mozgási viharának — a síráson kívül — más megnyilatkozási módja is?

A fogzás fájdalma, a még nem összerendezett mozgásoktól, a csecsemő ügyetlenségétől eredő ütések, sérülések a mozgási viharnek szintén okozói lehetnek. A gyermek hamarabb sír, érzékenyebb, ijedősebb, mert még nem tudta megszokni az életnek ezeket az elkerülhetetlen kellemetlenségeit.

De a sírás ne vezessen félre bennünket.

Az édesanya, de a gyakorlott ápolónő is jól meg tudja különböztetni a makaeskodó sírást a kellemetlenség okozta vagy a betegség előidézte sírástól. Az anya nézze meg, nem vizes-e a baba, nem bántja-e valamilyen gyűrődés, nem múlt-e el a szoptatás ideje stb. Ezek a kellemetlen érzelmek mind hozzájárulnak ahhoz, hogy a csecsemő eleinte nyugtalanná váljék, később pedig a mozgási viharba sodródjék. Ha mindezeket a bántó ingereket az anya elhárította, fektesse le szépen a kicsikét ágyacskájába. Ha a baba megszokta, hogy makaeskodását nem jutalmazzuk ringatással, ölben való hordozással, hamarosan felhagy ezzel a zsarnokoskodó, erőszakoskodó sírással.

A feltűnően heves és nehezen csillapítható, szinte féktelen sírás okát gyakran látjuk a következtelen környezetben; s ez mindenesetre kedvezőbb, mintha a csecsemő alkatában vagy valami betegségben volna a hiba forrása. Utóbbi esetben a gyógyítás az első feladat s a következetes nevelés útjára csak az egészség helyreállítása után léphetünk.

3. Nincs könnyebb, mint a csecsemőt pontosságra, rendre szoktatni, akár a szopásra, akár az alvásra gondoljunk. Ma már minden okos anya tudja, hogy a ringatás vagy az ölben való ide-odahurcolás nem a legjobb altatószere a kicsikének. A kórházak csecsemő-osztályain nincs gyermekkosci, nincs ringató bölcső, csak kis ágy, melyben az apróságok sí-



rás nélkül naphosszatt is szép nyugodtan elfekszenek. Szoptatás után visszafektetik a kicsit, ez megelégedetten tekintget ide-oda s újból hamarosan elalszik.

A nem elegendő vagy a megzavart alvás is bosszússá, nyugtalanná teheti a kicsikét. Összerezzen, felriad, értelmetlenül tekintget maga körül s keserves, alig csillapítható sírásban tör ki. Ha azt kérdezné valaki, hogy mi fontosabb, az alvás vagy az étkezés, annak a német közmondással felelek: Aki alszik, az jól is lakik. Ez nem jelenti azt, hogy a meghatározott óránál sokkal későbbben szoptassa az anya csecsemőjét; az átaludt időpont után  $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$  órával óvatosan, kicsi, ijedséget nem keltő ingerekkel (a megszokott dalokkal, lassú ajtónyitással stb.) költjük fel a babát.

Van olyan anya, ki ébredő csecsemőjének arcára a mosoly rózsáit tudja varázsolni. S akit 8-szor—10-szer így költöttek, az mindig is így ébred. A kis „pesszimisták“ sem kivételek ez alól.

Természetesen a táplálkozás pontos rendjének megtartására is ügyelnünk kell, mert ez nemcsak a testi jólétnek, hanem a lelki nyugalomnak is jelentős tényezője. Az éhes gyermek sokkal ingerlékenyebb, mint a jóllakott.

Ha ébren van a kicsike, ne foglalkozzunk vele sokat, mert mind a látás, mind a hallás nagy lelki munkát ad az apróságnak s egy-kettőre kifárasztja. Kifárad az erősen bepólyázott csecsemő is, mert kellemetlen helyzetén nagy izommunkával segít. A fáradtságtól pedig csak egy lépésre van az ingerlékenység. Az egyébként nyugodt, csendes gyermekek is, ha mesterségesen tartjuk őket ébren — mert pl. a fürdővíz még nem elég meleg vagy a tejben-dara még nem hűlt ki — a legnagyobb mozgási viharba kerülhetnek.

4. S mi csendesíti le a csecsemő mozgási viha-



rának erejét, amely két csúcspontját a fogzás és az elválasztás idején éri el?

A hosszas, heves sírást a kezdődő beszéd, a fejlődő értelem szorítja háttérbe, míg a fogzás és elválasztás okozta ingerlékenységre a figyelem elterelése (ének, csörgő, játék stb.) hat sokszor megnyugtatóan. A céltalan vagy ösztönszerű kapálódzást a mindennapi élet szabályozza. Az öltöztetés, fürdetés, pólyázás stb. a babát hozzászoktatja az összerendezett mozgásokhoz.

A dudli vagy cucli kényelmes eszköze a megnyugtatsónak, de a későbbi korban, mikor a leszoktatásra kerül a sor, ez dacossá, ingerültté teszi a kicseit. Ha nem okvetlenül szükséges, ne is szoktassuk dudlira a gyermeket. Nem baj, ha van, de jobb, hogyha nincs.

A rendszeresség szokássá lesz. A rendszertelenség is azzá válik, de rossz szokássá. A rendszertelenség állandósítja a sírást s minél gyakrabban kényszerítik szegény kicsikét ebbe a kellemetlen helyzetbe, annál mélyebb, erősebb és féktlenebb lesz a mozgási vihar tombolása. A gyermek szinte belenevelődik a nyugtalanságba, az ingerlékenységbe. Az életnek éppen nem a legkönnyebb útravalója ez a teher.

*Az egészséges csecsemő tehát a rendszeres szoktatás hiánya miatt kerül a mozgási vihar sodrába.*

5. Ezek az egészség határán mozgó érzelmi megnyilvánulások — szerencsére — becsületes, kitartó munkával, nagy fáradtsággal visszaterelhetők az ép élet útjára, bár semmikép sem oly gyorsan, mint amilyen hamar átsiklottak a rendellenesség felé vezető pályára.

Az út a türelem, a szeretet, a megértés segítségével visz leggyorsabban a célhoz. Mert az értelem, az érzelem, az akarat középpontjához, az agyhoz is hozzá tudunk férközni. A szokásoknak is — akár jó,

akár rossz szokásokról van szó — megvan a maguk pályája az agy nagy útvesztőjében. Mi most a nevelő teendője? A rossz szokások útját az agyban járhatatlanná tenni. Hogyan történik ez? Minél kevesebb alkalmat adunk a nem kívánatos tulajdonságok fellépésének, annál kevésbé lesz járt úttá a megfelelő agyi pálya. Az ingerlékenység agyi útjait ilyen módon kell járhatatlanná, a nagy pályarendszer holt ágává tenni.

És miképpen gyökereznek meg a jó szokások?

Az ingerlékeny gyermek elméjében kiépítjük az önfegyelmzés elhanyagolt agyi pályáit, járhatóságukat egyengetjük, útjukat símává tesszük.

De hogyan? Minden lelki működés többé-kevésbé gyakorláson alapul. A gyakorlás szokássá válhatik. Ha a csecsemő sír, s ha a gyöngye akaratú anya azonnal felveszi a kicsit, ezzel hozzászoktatja a hordozáshoz. Nem a gyermek türelmetlen, hanem a felnőtt, aki nem tudja önmagát fegyelmezni, hogy fel ne vegye a kis számítót. A nagyoknak ez a következetlensége mesterségesen termeli ki a gyermeki lélekből az ingerlékeny természetet.

Mi a teendő?

Csak két-három napig kell erősen megállnunk, hogy ne vegyük fel az apróságot s az egészséges gyermek hamarosan beleszokik az új rendbe. A látzólagos elhanyagolás a legjobb orvosszere ennek a makacssággal párosult ingerlékenységnek. A régi agyi pályák magyarán, szabatosan mondva „begyöpösödnek“, az újak, az önfegyelmzés útjai pedig könnyen járhatókká válnak.

Ott, ahol az alkatban van az ingerlékenység, a mozgási vihar gyökere, ott szakorvossal, gyógyító nevelővel kell érintkezésbe lépünk. De hogyan tudjuk megállapítani vagy legalább is miképpen lesz csak valamelyest is valószínűvé előttünk, hogy alkati, azaz öröklött ingerlékenységgel van dolgunk?



Azokban az esetekben, mikor feltűnő heves és gátlásnélküli az ingerlékenység és nehezen tudjuk végét vetni, ha a megnyugtató és megnyugvás alig sikerül, ha testi betegség nem okozhatja, ha komoly izgató tényező nem mutatható ki, akkor nem marad más hátra, mint hogy *alkati ingerlékenységre* gondoljunk.

A csecsemőkorban ez a tisztán alkati ingerlékenység igen nehezen vagy alig mutatható ki. A gyermek- és serdülőkorban természetesen sokkal könnyebb az ingerlékenység igazi okának megállapítása.

Fontos, hogy a csecsemő környezete ne legyen könnyen izguló, ne idegeskedjék, mert az indulatátvitel a kicsire gyorsan, szinte észrevétlenül megtörténhetik. Akkor is lehetséges ez, amikor a gyermek még nem beszél. A negyedik hónap után a nevetés és sírás már előre megállapítható érzelmi visszahatásként jelentkezik. Nincsen ebben a tényben semmi hihetetlen, ha állatokra — pl. kutyára, lóra — gondolunk, amelyek gazdájuk érzelmi színeztű parancsait, tiltó szavait megértik.

6. Az ingerlékenység a gyermek fejlődésével párhuzamosan, rendszerint a harmadik évig fokozódik. Azt kellene várnunk, hogy a csecsemőnek kisgyermekké való fejlődésével értelmi élete, nevezetesen önfegyelmezése is előrehalad s így ingerlékenysége is csökken. S íme, épp az ellenkezőjét látjuk. Vajjon mi ennek a látszólagos ellentmondásnak az oka? Az ellentmondás valóban csak látszólagos. A gyermek értelmi fejlődésével érzelmi és akarati élete is párhuzamosan növekszik. Az akarat: akaratossággá, az érzelem: indulatossággá ferdül el s könnyen az ingerlékenység területére téved mindkét lelki tulajdonság.

Kisgyermekkorban — úgy látszik — a nyugtalanság érzékenységgé tompul, de azután a pubertást

megelőző szakban ismét emelkedik és a serdülés korában idegességgé alakul át.

Ennek a válságos kornak a befejezte után az ifjúkor önfegyelmezése, fejlődő józansága fékezően hat az ingerlékenységre. Természetesen egészen egyéni, hogy ez a fegyelmező fék erősebben vagy gyengébben fog-e a lelki szerkezeten.

A gondos anya figyelje meg: *mikor, miért, hogyan* támad a mozgási-vihar, s igyekezzék máskor mindazokat az ártó és előidéző okokat eltávolítani, amelyek ezt a vihart felidézték. Ha nincs ok, elmarad az okozat is.

Az ingerült állapotban lévő gyermekkel mindig nyugodtan, higgadtan, szeretettel bánjunk. Sem a verés, sem a másik véglet: a kieroszakolt s csak bosszúságot okozó neveltetés nem használ. Mindkettő csak fokozza az ingerlékenységet és ez nem egyszer dühbe is átesaphat.



### III.

#### A KISGYERMEK ÉRZÉKENYSÉGE

1. A játékos kor. Mozgás és játék. Érzékenység. — 2. Tünetek: kedvtelenség, dacosság; étvágytalanság, mint a dac fegyvere; macacsság; a kérdezés kora. — 3. Teendők: foglalkoztatás, indulatmentes nevelés; mit ne tegyünk? — 4. Okok: testi zavarok, idegen akarat beavatkozása, unalom, félelem. — 5. A kisgyermekkor nevelésének célja.

1. A kisgyermekkor, amelyet játékos gyermekornak is szoktunk nevezni, a csecsemőkor végétől az iskoláskor kezdetéig, a hatodik esztendőig tart. Lelki téren legjellemzőbb vonása ennek a korszaknak a tapasztalatoknak játék útján való gyarapítása.

Miben különbözik a játék a csecsemő ügyetlen, még szabálytalan, majd később szabályos, ú. n. összerendezett mozgásaitól? A mozgásokat többnyire a képzeletnélküli gépies tevékenység jellemzi, a játékot a képzelet által való öncélú irányítottság.

A nem-játékos gyermek a lélekбúvár szemében mindig a rendellenesség gyanúját ébreszti föl. („Der Mensch ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“ *Schiller*.)

*Az ingerlékenység ebben a korban általában csökkenő irányzatú; úgy hogy e korszak végén inkább érzékenységről, mint ingerlékenységről szólhatnánk.*

A játékos kor ingerlékeny gyermeke mindent

egy-kettőre megún; új szórakozás, új játék után vágyik és a nyugtalanság zajos hullámú vizein hanyódik. Az új ingerek gyorsan hatnak rá, de gyorsan erejüket is veszítik. A játék épp ezért nem mélyreható élménye az ingerlékeny gyermeknek. A gyermektársaság izgatja, a társasjáték (fogócska, bujóska, ispiláng) untatja, a sportszerű játékok pedig megerőltetők számára.

De mikor a kisgyermek felnővekedik és ingerlékenysége lassanként érzékenységgé tompul le, játékában is fokozatosan átalakul társas lénné. A gyermektársaságot megkedveli, a futás, a játékos tevékenység (baba, fahuszár) nélkül meg sem tud lenni, a társasjáték (bujj, bujj zöldág stb.) szinte szükségletté válik.

Ha a 2—3 éves korban az érzelmi megnyilvánulás rendellenes módon történik, — elsősorban heves indulat- és dühkitörésekre, nagyfokú nyugtalanságra, szokatlan és hosszantartó nevetésre gondolok — akkor a gyöngetehetségűségnek egy részjelenségevel állunk szemben, melynek főtünete — mint tudjuk — az értelmi lefokozottság.

Szomorú ajándéka ez a sorsnak, de a mai gyógyító nevelés már sok szülő homlokáról oszlatta el a sötét gond ráncait.

2. E korszak kezdetén az ingerlékenység: a hosszantartó sírás, nagyfokú nyugtalanság, megbántottság, makacsság, mogorvaság, elutasító, nyers magatartás, az általános *kedvtelenség* mozzanatában nyilvánul meg s ezzel nem egyszer párhuzamos *cselekvések* is jelentkeznek. A gyermek toporzékol, üt, rúgkapál, köpköd, szitkozódik s ha dühkitörései nagyfokúak, a keze ügyébe eső tárgyakat is széttépi, eltöri.

Élénk különbséget kell tennünk a gyakran, néha naponként is ismétlődő indulat- vagy dühkitörések és az alkalmi kirobbanások között.



Előbbiek — fölösleges magyaráznunk — az ingerlékenység súlyosabb formái s éppúgy, mint a csecsemőkor idevágó érzelmi megnyilvánulásai, a gyermek alkatában vagy betegségében gyökereznek. Orvos és gyógyító nevelő ezekben az esetekben okvetlenül szükséges támogatói a szülői háznak. Az alkalmi kirobbanásoknak lehetőleg vágjunk elébe, mert könnyebb a bajt megelőzni, mint gyógyítani!

Azok, akik lélektannal foglalkoznak, jól tudják, hogy a játékos gyermeknek egyik érdekes időszak a 2.—4. életévben fellépő *dacosság kora*. Az ösztönszerűség, az akarat, sokszor a nem-akaras, mely szintén az akarat egyik fajtája, az uralkodó. A megokolás gyakran homályos, legalább is ilyennek látszik, de egyes esetekben már világosan kirajzolódik a *miért* körvonalai. Összetűzések, nézeteltérések támadnak és az ingerlékenység, amely a gyermekkor e kezdeti szakában még teljes erejével dolgozik, a dacosságba kergeti a kis embert.

A kisgyermekkor dacossága az étkezés körül is megnyilatkozhatik.

Válogatós, keveset vagy alig eszik s igen nagy gondot okoz aggóató hozzátartozóinak. A gyermek hamar észreveszi ezt s fegyverül használja fel rossz tulajdonságát szüleivel szemben. Csak akkor eszik, ha kívánsága teljesül. Az individuálszichológusok igen szép példákkal szemléltetik a gyermek hatalmi eszközeit. Szerintük sokszor dacos cselekedeteknek tekinthetjük az ujjszopást, orrpiszkálást, körömrágást és az éjjeli ágybavizelést is. Ezek a felsorolt rossz szokások azonban más okokban is gyökerezhetnek.

Az étvágytalanság oka nevelési hiba is lehet: a gyermekkel szemben támasztott túlzott táplálkozási követelmények; egyoldalú, mértéken felüli bő táplálék, igen sok tej stb. Nem ismeretlen, hogy a túltáplálás is ideges jelenségeket idézhet elő. Az étvágy-

talanság *ebben* az esetben nem más, mint ösztönszerű, elhárító visszahatás.

Az ideges étvágytalanság legjobb orvossága a *látszólagos elhanyagolás*. Ne mutassuk a gyermek előtt aggodalmunkat, ne lássa, hogy viselkedése kétségbe ejt bennünket. Mondjuk meg neki egyszerűen, röviden: ha éhes, egyék. Ezek a gyermekek, akik fegyverül használják fel a koplalást, nem esznek, ha látják őket. Éppen ezért alkalmat kell nekik adni, hogy visszavonultan, senkitől észre nem vetten ehessenek. Nem engedjük meg ezzel természetesen a torkoskodást. Gondoskodnunk kell arról, hogy megfelelő módon ez a „magános“, „titkos“ étkezés megtörténhessék, hogy a gyermek ne érezze „legyőzött“ voltát. Később azután fokozatosan részt vesz a közös étkezéseken is. De sohase hívjuk fel figyelmét étvágytalanságára vagy ezzel összefüggő más mozzanatokra. A visszaesés veszedelmét rejti magában ez a felidézett képzettársítás.

Sok ingerlékeny gyermek kérdezgetésével csupán ürügyet keres a benne felgyülemlett ingerlő, izgató anyag levezetésére. A kérdéseknek ezt az özönét nem szabad a gyermek kérdezési korával összevetészenünk, melyre már *Vas Gereben* is éles szemmel rámutat *Nagy idők, nagy emberek* c. regényében:

„Attól ne féljen a tanító úr — írja egy iskoláskorba lépő gyermekről — hogy megúnja a betűt, csak győzzön neki felelni, mert ez a fiú még azt is megkérdi ám, hogy a szerdát mért tették elébe a csütörtöknek“.

Ettől a kérdezési kortól élesen különbözik az ingerlékeny gyermek pergőtűzszerű kérdésostroma:

- Felvegyem a kék ruhámat?
- Igen, vedd fel!
- Mért vegyem fel?
- Hisz te mondtad, hogy fel akarod venni!
- De én mégse azt akarom felvenni.



— Hát vedd fel azt, amelyik neked tetszik.

— De mondd meg te.

— Vedd fel a fehéret.

— Mért a fehéret? s í. t. végnélkül, míg azután a legtürelemesebb ember is alig tud magán uralkodni. Fegyelmezzük magunkat; mutassunk példát türelmünkkel; ha a gyermek észreveszi, hogy kérdései nem bosszantanak bennünket és látja feléje való közeledésünket, leszállíthatjuk kérdezősködését a szokott színvonalra.

3. Mit tegyen a szülő a játékos gyermek ingerlékenységének meggátlására, vagy ha már az ingerlékenység megvan, ennek megszüntetésére?

Az ingerlékenység, a dac és a makacsság ellenszere a *megfelelő foglalkoztatás*. A foglalkoztatás középpontja pedig a játék, mely elűzi az unalmat, az ingerlékenységnek ezt a jelentős okozóját. A főleges és rendellenes mozgásokat az ingerlékenység területéről a játék pompásan le tudja vezetni.

Természetesen nem könnyű a gyermekkel, ki még nemrég mereven elutasította magától a játékot, ezt megkedveltetni. A gyorsan elröppenő ingereket állandósítani kell s mélyreható élményekké tenni. Az anyák, de nem ritkán a nagyszülők itt bámulatos pedagógusoknak mutatkoznak.

Okosan beosztott *napirend*, amely mind a testi, mind a szellemi fejlődéssel számot vet és az érzelmi élet kényesebb pontjaira élénken ügyel — de úgy, hogy a gyermek észre ne vegye *megfigyeltségét* — az ingerlékenység kialakulásának megfelelő gátja lehet.

A már meglevő ingerlékenység, dac és makacsság, ez a nagyon kellemetlen triasz, mindig megfontolt, *indulatmentes cselekvést*, megértést kíván a nevelő részéről. Nem győzzük eléggé hangoztatni, hogy a verés ezekben az esetekben nemcsak célját tévesztett „nevelési“ eszköz, hanem egyenest további

romboló tényezője a gyermek lelki életének. Az ingerültségnek a nyugodt beszéd, a szerető bánásmód, a logikusan felépített magyarázó szavak, amelyek értelemhez, érzelemhez egyaránt szólnak, pompás levezetői.

Minél ingerültebb, minél hevesebb a gyermek, annál nyugodtabbnak, higgadtabbnak kell lennünk.

De miként a legyöngült szervezet edzéséhez sem akkor kezdünk, mikor az beteg, hanem megvárjuk a baj elmúltát s csak akkor fogunk hozzá erősítő munkánkhoz, éppúgy a kitöréseket sem tetőpontra jutásuk idején akarjuk megszüntetni, hanem indulatmentes állapotában kell a gyermekkel megértetnünk, hogy milyen helytelenül cselekedett.

Ilyenformán:

— Hát kinek fájt, mikor haragodban az asztalt csapkodtad? Az asztalnak vagy neked?

— No, látod! Hát nem volt kár az öklödet úgy megütnöd?

Ezek az egyszerű magyarázatok sokszorosan felülmúlják mind a büntetést, mind az órákhosszattartó prédikációkat, melyekkel a kisgyermekkorban amúgy sem jutunk sokra.

Egy fiatal tanár-barátom hároméves kis lánya édesanyjával a sétáról hazatérve, megáll a szoba közepén, lekapja fejéről sapkáját s a padlóra dobja. Körülnéz s várja a hatást. Édesapja, kinek már hosszabb idő óta nem kis gondot okozott a gyermek makaessága, elhatározta, hogy megmagyarázza az illetlen viselkedés helytelen voltát.

— Nézd, Monika, a jó kis lány szót fogad apának, anyának. Te is jó kis baba vagy s te is hallgatsz a jó szóra. Vedd fel szépen a sapkádát!

— Nem — felelte a kis lány s durcásan toppantott a lábával.

A nyugodt apa elhatározta, hogy bármennyi ide-



jébe kerül is, de addig nem tágít, míg Monika fel nem veszi a sapkát.

Egy óra hosszatt tartott a rábeszélés, de a mi kis makacsunk nem hajlott a szép szóra.

Erre az apa — harag és bosszúság nélkül — Monika kezére ütött, mire a kis lány ezen a váratlan és nem kellemes fordulaton annyira meglepődött, hogy szó nélkül felvette a sapkát.

A kis lányka azóta is, ha a szobának arra a helyére ér, hol ez a nagy eset megtörtént, komoly meghatottsággal mondja:

— Monika itt dobta el a sapkát. De Monika már jó kis baba!

Monika azóta valóban jó kis lány, s makacssága sem jelentkezett többé.

Természetesen el tudtam volna képzelni az ártatlan kézreverés nélkül is a sikert, még pedig akkor, ha nem az első alkalommal akarok célhoz érni. A gyermek egy óra alatt már különben is kifáradt s makacssága csak még jobban megedződött.

Mi lett volna az ideális teendő?

Ha Monika többszöri felszólításra sem veszi fel a sapkáját, így szólunk hozzá:

— Nézd, kicsikém, apa is, anya is, olyan szomorúak, hogy az ő kis Monikájuk ilyen szófogadatlan.

Én — aki Monikát jól ismerem — bizonyosra veszem, hogy ez is eredményre vezetett volna. Ha nem, úgy másnap földre dobom a sapkát s így szemléltetem előtte a helyzet fonákságát.

— Ki tesz ilyen poros, piszkos sapkát a fejére? Bizony ezt alaposan ki kell kefélni s i. t.

Ez az út is eredménnyel biztat.

A dacos-korban, midőn az öntudatlan nemi kíváncsiszkodás felébred, nagyobb a gyöngédség utáni vágyakozás. A lélek húrjai túlon túl érzékenyek.

Érthetetlennek látszó ingerlékenység, szeszélyesség dűlja fel a lélek békéjét, összhangját.

A kisgyermek nem tudja magát fegyelmezni. Nyugtalanágát élettani tényezők, az ú. n. első megnyúlással, a hossznövekedéssel járó testi hatások is befolyásolják.

Ne szidjuk, ne szégyenítsük meg ilyenkor a gyermeket. Nem használunk vele. Az ilyen nyers szavak, mint:

— Te számár! Sohasem lesz belőled ember! — csak arra valók, hogy a maga iránti bizalmatlanság, a csekélyértékűség érzését szinte kiirthatatlanul beleplántálják szegénykébe.

Sohase emlegessünk elrettentésül olyan hibákat, melyeknek nem részese a gyermek. Könnyen megtörténhetik, hogy ezzel a figyelmet egyenesen felhívjuk valamilyen rossz szokásra.

4. A megokolatlannak látszó rosszkedvűség, hevesesség, makaesség is sajátossága a kisgyermekkor-nak. Mint élesszemű gyermekpszichológusok kimutatták, ismeretlen testi zavarok, amelyek különösen a táplálkozással kapcsolatosak (étvágytalanság, emésztési rendellenesség), játszanak nagy szerepet e kellemetlen érzelmek felléptekor.

Jószándékú, de hozzá nem értő szülők nem egyszer *elébe vágnak* a gyermek elhatározásának; ezzel nemcsak dacot, de súlyos dühkitöréseket is idézhetnek elő, pedig nem gátolni, hanem éppen támogatni akarták az apróságot.

Pl. a kisgyermek előszedi játékaik közül várát, katonáit. Szépen nekifog a hadsereg felállításának, mikor édesanyja így szól hozzá:

— Most vedd elő az ellenséges várát, hadd harcoljanak a magyarok a törökökkel!

A fiúcska éktelen dühbe gurul, szétrombolja várát, összehányja katonáit s órákba telik, míg megnyugszik.



Vajjon miért? Hol vétett a jó szülő a gyakorlati nevelés- és lélektan szabályai ellen?

A hiba ott történt, hogy beleavatkozott a gyermek játékába s akarati elhatározásának elébevágott, irányt szabott neki s ezzel látszólag megfékezte szabad elhatározását; útját állta játékos képzeletének.

— Én akartam! Nem anyuka — pityergett fél óra mulva is a kis legényke.

A játékoskorú gyermek nyugtalanságának, ingerlékenységének — mint láttuk — az unalom a megindítója.

Az unatkozó gyermek nem talál szórakozást; nyujtózodik, ásítzik, mindenkit zaklat, hogy játsszanak vele, de minden játékot már ismer és valamenynyire unalmas neki. Végül is pityergésbe, sírásba kezd, s a legkisebb kellemetlen ingerre (szigorú szó, intés) indulat-, sőt dühkitöréssel ad visszhangot.

*A gyermeknek, de különösen az ingerlékeny gyermeknek ne legyen alkalmja unatkozni! A játékos gyermekkorban igen sok mód nyílik az unalom elűzésére (játékszerek, társas, testedző játék, mese stb.).*

Mindent a „*majd kinövi*“, „*majd leszokik róla*“, „*majd megjön az esze*“ kényelmes jelszavára nem lehet áthárítanunk, bár sok igazság rejlik ezekben a köznapi szavakban. Nem egy ingerlékeny gyermeket ismertünk, ki ifjú- vagy felnőtt korában alig vagy semmi nyomát sem mutatta hajdani heves természetének. Minél idősebb a gyermek, annál könnyebb vele okosan beszélni, vele megfelelően foglalkozni, sőt őt magát is foglalkoztatni.

Ebben a korban azonban nemcsak ez a negatív mozzanat: az unalom, hanem a másik véglet, a pozitív mozzanat: a folytonos kérdezetgetés is előidézője lehet az ingerlékenységnek. A gyermek a kérdések pergőtüzével ostromolja környezetét s ha nem kap kedve szerint való választ vagy ha kitérünk a vá-

laszadás elől, elkerülhetetlenül kirobban a nap kínos jelenete.

A kérdés korszaka nagyon nehéz próbára teszi a szülőket és a ház népét. Tisztában kell lennünk a gyermek természetével s kérdéseire úgy kell válaszolnunk, hogy lehetőleg ne tegyük ingerültté. Bele kell magunkat élnünk a gyermek lelki világába s ennek a lelki életnek megfelelő, de sohasem leereszkedő vagy kicsinylő, hanem mindig felemelő, megbecsülő módon adjunk feleletet. Ha a kérdések a képtelenség birodalmába kalandoznak el, nyugodtan vezessük rá a gyermeket arra, hogy kíváncsiságát ma még nem tudjuk kielégíteni. Még tanulnia kell, hogy ezt megértse. S mondjuk meg a nagyobb gyermeknek azt is, hogy van sok olyan kérdése az életnek, melyre még a nagyok sem tudnak felelni.

Rossz tréfával ne akarjuk elütni a kérdést, mert nincs ennél veszedelmesebb gyújtóanyaga az indulatnak, a dühnek.

Az ingerlékenységnek a sorban nem utolsó előidézője: a *félelem*. A gyermek a sötétől, a vihartól, zivatartól, állatoktól, manóktól és egyéb mesebeli rémektől, az ismeretlentől, a titokzatosból fél. Féltelme izgalommá, ingerültséggé fokozódik s bármennyire is igyekszik ebből a nagyon kellemetlen helyzetből énekkal, kiabálással szabadulni, a vége mégis csak a minden gátat ledöntő féktelen dühkitörés. A félelem gyökere az újbán, a titokzatosban rejlik. Ha a gyermek ezekkel az eddig szokatlan benyomásokkal megismerkedik, a félelem is csökken, idővel el is marad.

S most megértjük, hogy miért oly csekély hatású a testi büntetés.

A büntetéstől való félelem szerzett lelki tulajdonság, ellentétben az öröklött és ösztönszerű félelemmel. A gyermek számára csak eleinte félelmetes a büntetés, mint új és szokatlan valami. Utóbb, mi-



vel a testi büntetés sem fokozható a végletekig, a gyermek megszokja és közönyös lesz vele szemben. Fél, de félelme korántsem oly nagyfokú, hogy ezzel gátat emelhetnénk tiltott cselekedeteinek. A félelemmel párosult izgalmi állapot ellen épp úgy kell küzdenünk, mint az ingerlékenység egyéb formái ellen. A sötét nem bánt, manók nincsenek; ezek az egyszerű kijelentések, bármily igazak is, nem tudják az ingerlékeny gyermeket minden esetben meggyőzni. A félelem oly erős mértékben rögződik meg egyik-másik gyermekben, hogy *először testi-lelki megerősítésére kell gondolnunk*. Ha a gyermek megedződött, a félelmi érzések is könnyebben szoríthatók háttérbe.

Nagyon nehéz éles határt vonnunk az ú. n. normális és beteges félelem között. Ahol a megszokott átlagtól eltérő jelenséggé lépnek föl ezek a kellemtelen érzelmek, ott beteges tünettel van dolgunk. S ezekben az esetekben az orvos nem a tünetet, hanem a gyermeki alkatot gyógyítja, melynek a félelem — sok más kórjellel egyetemben — csak egyik eleme.

5. Soha, sehol sincs annyira igaza az *addig hajlítsd a vesszőt, míg gyöngé* közmondásnak, mint a kisgyermekkorban. Ha a szófogadást, az engedelmességet, a megfelelő viselkedést és minden egyéb, a jó neveltséghez tartozó jó szokást el nem sajátítottunk a játékos gyermekkorban, ezt a hibát többé nem hozhatjuk helyre. A gyermek lelki életén olyan sebeket ejtünk, melyeket a leghosszabbra szabott emberi élet sem tud behegeszteni.

A rendellenes környezet: civódó házasságok, békétlen testvérek, házsártos nénik nem alkalmasak a gyermeki ingerlékenység megszüntetésére.

A jó szándék sem pótolja a nevelői tudnivalókat. *Ha valaki szülő, még nem okvetlenül jó nevelő*. A játékos kor nevelői munkásságát akkor fejezzük be

helyesen, ha a gyermeket megtanítottuk okosan játszani, sikereken, amelyek ebből a tevékenységből fakadnak, örülni s a felnőttek okos szavának engedelmeskedni.

Ne áltassuk magunkat olyan jelmondatokkal, amelyek a fenyíték, a fegyelem ellen szólanak és a gyermeki szabadságot helyezik mindenek fölé. Az egész kérdés különben is inkább szavakkal való játék. Amit az egyik pedagógus fegyelemnek mond, azt a másik rendszeretetre, okosságra, belátásra való nevelésnek nevezi. Ezek a szavak több engedékenységre s kevesebb következetességre mutatnak, valószínűleg azért is tűnnek fel rokonszenvesebbeknek.

Tekintélyre akarunk építeni, mely a nevelő kristálytisztá jelleméből, a gyermek iránti szeretetből és a nevelői gondolatba való elmélyedésből tevődik össze.

Tiszteletben tartjuk az egyéniséget, de nehezen tudunk elképzelni olyan nevelést, mely szabadjára hagyja a vezetést kívánó, vezetést megkövetelő gyermeki lelket. Felnövekedve, szabad szárnyaikra bocsátva egyéni életüket élhetik majd, bár nagyon sokan lesznek közöttük olyanok, akik örökké vezetettek óhajtanak maradni.



#### IV.

### AZ ISKOLÁSGYERMEK INGERÜLTSEGE

1. E korszak főbb mozzanatai. — 2. Okok: tanulási nehézség, figyelmetlenség, kifáradás, képtelenség a tanítás üteméhez való alkalmazkodásra, rendellenes emlékezet; „nehéz tárgyak“, nem kedvelt tanítók, iskolai főfájás. Környezet. — 3. Dacosság, rossz-kedvűség. Nyugtalan álom. Házi feladat. — 4. Más a gyermek otthon, más az iskolában. — 5. Kiegyenlítési törekvések. — 6. Teendők.

1. A gyermekkort kedves játékoságával nem szabad a gondtalan élet idejének tekintenünk. A játék mögött komoly kérdések izgatják a gyermeki lelket. Gond és töprengés, hogy milyen ruhát varrjon a kislány a babájának, latolgatás, fontolgatás előzi meg a bujócska haditerveit. De ezek a gondok: *az önként vállalt, a határidőhöz nem kötött* kedves munka terhei.

Az iskoláskor gondjai: *az önkéntelen, a szigorú határidőhöz kötött* s akárhány esetben a nem szívesen vállalt, kellemetlen munka terhei. A játékos korszakban az ingerlékenységet a fegyelmezés még nem szorítja háttérbe oly mértékben, mint az iskola.

Ebben a korban többé-kevésbbé minden gyermek ú. n. élettani, izgalmi állapotba jut, amelynek szintén a hossznövekedés az egyik előidézője. Testi nyugtalanság, az iskola okozta nehézségek, nemes versengés, nem egyszer nagyravágyás a kiemelkedő mozzanatainak az izgalmi szaknak. Ha sikertelenséget tapasztal a gyermek, az a fejlődés e szakában igen erőssé

teszi azt az érzést, hogy ő kevesebbet ér a többinél. Ezzel levertség, megmakacsosodás, a tanulás megtagadása jár együtt nagyon sokszor. Nehéz az is, hogy az osztály szellemével kell megbarátkoznia s ha ez lelki világának nem megfelelő, akkor tehetetlenségében vagy megadja magát, ez a ritkább eset, vagy pedig ellenszegül minden olyan jelenségnek, mely távol áll énjétől. — Hogy a játékos gyermekek egyike-másika miért alakul át oly nehezen iskolás-gyermekké, azt a tanulás és a fegyelem tényezői világosan megmagyarázzák. A kis diákok nem tudnak régi szabadságukról leszokni, nehezen törődnek bele új helyzetükbe s akárhány közülük — mint nehezen nevelhető, fékezhetetlen tanuló — kénytelen rövidebb-hosszabb ideig az iskolából kimaradni.

Átmenetileg ezekben az esetekben a szigorúan egyéni alapon nyugvó magántanítás ajánlható. Egy-két így eltöltött év rendbe hozhatja a gyermeket.

2. Az iskolásgyermek ingerültségét legtöbb esetben a tanulás nehézsége okozza. Tanulási rendellenességet idéz elő a hanyagság, a gyöngelátás és a rossz hallás is, de ezek nem mutatnak szoros kapcsolatot az ingerültséggel.

A tanulás nehézsége keseríti meg nemcsak a gyermek, hanem még jobban a szülők napjait is. Mindkét fél az idegesség, az izgalmak, a túlfűtött szervenvények mindent összegabalyító hálójába kerül bele.

Mit nevezünk tanulási nehézségnek? Azoknak a zavaroknak, nevezetesen bizonyos — még a normalitás határán járó — testi, értelmi és erkölcsi rendellenességeknek az összességét, melyek miatt a gyermek képtelen az iskolai viszonyokhoz és követelményekhez alkalmazkodni.

Előidéző okok: szellemi gyöngeség, figyelmetlenség; a szellemi tempó rendellenessége: különös las-



súsága, vagy túlságos élénksége, az emlékezet zavarai, kifáradás, meg nem felelő környezet stb.

*A szellemi gyöngeségnek* arra a fajtájára gondolok, amelyik még a normalitással szomszédos. Ezek a gyermekek nem gyöngelméjűek, még csak kiegészítő iskolába sem valók. Épelméjűek, de gyöngé tanulók. Annyira normálisak, hogy ők maguk érzik legjobban keresztjük terhét. Egyrészt fokozott csekélyértékűségi érzetük, másrészt a szülők túlzott követelményei teszik őket ingerlékenyekké. Minden rossz felelet, minden gyöngé dolgozat nagy gyötrelmeket okoz az ilyen diáknak. *Akar tanulni, de nem tud.* S mivel hozzátartozói ezt nem hiszik el neki, a szemrehányások özönét zúdítják szegény fejére; minden nap lármás jelenetek verik fel a csendes, megértő szóra áhítózó gyermek lelki nyugalalmát.

Azok, kik valóban kórosan gyöngelméjűek, nem sokat törődnek sikertelenségükkel; lelkiismeretüket sem bántja elégtelen előmenetelük.

*A figyelmetlenség* a tanulási nehézség második tényezője. Itt is két típust látunk. Egyik a nyugtalan, másik a közömbös, a fásult. Ez természeténél fogva a végzetben megnyugvó ember beletörődésével veszi tudomásul a tanulás ránehezedő terhét, s nem nagyon törődik munkája sikerével. A nyugtalan gyermek örökös kapkodásával, folytonos célváltogatásával nagy gondja az otthonnak is, iskolának is. Minden új célkitűzés, új napirend megalkotása — mert ezek napról-napra bőven teremnek — elviselhetetlen tárgyalások anyagául szolgálnak szülőknek, gyermeknek. Ezek a megbeszélések sohasem jutnak el befejezésükig, mert a „gyerünk csak nyugodtan tárgyalni“ jelszóval megindult barátságos eszmecsere öt percen belül minden józan ész megcsúfoló botránnyá fajul el.

Az iskola a figyelem lekötésével, a tanítás megszabott tempójával, az egyenlő emlékezeti munka-

követelményekkel az ingerlékeny gyermeket kifárasztja, kimeríti s egy-kettőre izgalmi állapotba hozza.

Az ingerlékeny tanulók figyelme nehezebben köthető le, mint nyugodt idegzetű társaiké. Minden órának csak az első 10—15 perce jár számukra haszonnal. Az utolsó órán (12—1-ig) pedig csak nagy megérőltetéssel tudnak résztvenni. Izegnek-mozognak, vagy kifáradva, részvétlenül bámulnak maguk elé.

Ha figyelemmel győzi is a tanuló, ott van a másik gát: képtelenség a *tanítás tempójához* való alkalmazkodásra. A tanító az osztályt, a nagy tömeget kénytelen szeme előtt tartani, s nem lehet külön figyelemmel minden egyes tanulóra. A tömegtanítás — fájdalom — ezen nem igen tud változtatni. Az ingerlékeny gyermekek egy részének túllassú a tanítás tempója, s ezért unatkoznak, más részének igen gyors és e miatt megakadnak s nem tudják követni az előadás menetét. Nagy munkával gyorsabb ütemre lehet ugyan serkenteni őket, de a kifáradás veszedelemé még mindig fennforog.

Szoros kapcsolatban van a tanítási tempó a tanulási tempóval, amely az *emlékezetre* támaszkodik. Egyik gyermek emlékezete sokat tart meg, a másiké keveset. S ha a lassan tanuló gyermeknek órák hosszatt kell a könyvnélkülivel birkóznia, kifárad. Kifáradás és ingerlékenység pedig nagyonis közeli szomszédok.

A meg nem felelő *környezet*, mint a tanulási nehézség oka, mint az ingerültség előidézője azokra a gyermekekre nehezedik rá, kikben él a tanulás vágya, kik kötelességtudók, de az áldatlan viszonyok miatt nem elégíthetik ki lelki szükségletüket a maguk módja, rendje szerint. Állandó izgalomban, ingerültségben élnek s nem egy közülük a szerzett idegesség betegévé válik.

Némelyik *tanítási tárgy* vagy tanár nem rokon-



szenves egy-egy tanuló előtt. Valóságos testi rosszullét fogja el az ilyen érzékenyebb gyermeket.

Leányom 8 éves korában mindig panaszkodva jött haza az elemi iskolából, valahányszor egy neki nem kedves tanítónő helyettesítette Mária nénit:

— Édesapám, úgy a hasamba ment a földrajzóra!

A gyermek ilyenkor délben alig evett és nagyfokú kedvetlenség gyötörte egész délután.

Egy növendékem — harmadik gimnazista — minden szerdán és szombaton reggel, iskolába menetel előtt — hányt. Jó ideig nem tudtam megmagyarázni ennek a napokra beállított rendellenességnek az okát. Kiderült, hogy ezeken a napokon 8—9-ig mértan óra volt. A karácsonyi, húsvéti vakációban és a nagyszünetekben elmaradt az ingerlékenységnek ez a kellemetlen tünete.

A tünetek közül az ú. n. *iskolai főfájás* a legszembetűnőbb. Nem ritka jelenség és nem túloz az a statisztika, amely szerint a gyermekek egynegyede szenved iskolai főfájásban. Ez a szám a 9—11 éves korban valamivel kisebb s a 18—20 éves korig fokozatos emelkedést mutat egészen 50%-ig. Iskolai főfájásnak azért nevezzük, mert csak a tanítási időszakban jelentkezik s a szünetekben — minden különösebb beavatkozás nélkül — magától marad el.

Oka ennek a bajnak a vérszegénység, az iskolai munka, a házi feladatok megerőltető volta, a külön órák. Az egyes érzékszervek sokkal nagyobb munkatöbbletet kénytelenek elviselni, az ingerek sokkal nagyobb számával kell megbirkózniuk, mint amennyire képesek: a szem, a fül kifárad, az agy nem tudja követni a tanítást s ennek a megterhelésnek is főfájás a következménye. Az ingerekkel való túlterhelés azonban nemcsak főfájást, hanem kimerülést is előidézik. Ez is, az is az ingerelhetőség útjára vezet.

Hogy a tea, kávé és a szeszes italok izgatóan,

ingerlően hatnak a szervezetre s ezért gyermeknek nem valók, azt művelt embernek fölösleges magyarázgatnunk.

3. Az ingerlékenység további tünetei a dacosság, a sértődöttség. A gyermek ebből az állapotból nehezen talál kivezető utat s nagy megkönnyebbülés számára, ha ilyenkor segítséget kap. Ilyen segítség, ha megbeszéljük vele nyugodtan cselekedete okát és célját s így érzelmei bizonyos levezetésre, feloldódásra találhatnak.

A gyermek érzelmét tehát értelemmel kell kormányoznunk. Az ingerültséget így sokszor csírájában fojthatjuk el. A „majd megtörik“ elvével csak állandósítjuk a dacot, az ingerlékenység állapotát. A régi házi nevelésnek ez az elavult eszköze ma már a múlté. Legalább is így kellene lennie.

A dacosság sokszor végnélkülinek látszik. De csak látszik, mert a türelem legyőzi a dacot.

Egy nyolc éves gyermeket meg akartam tanítani az egyszeregyre. Már a 40-ig szépen elértünk minden nagyobb akadály nélkül.

Délután 5 órakor nekifogtunk immár harmadszor az egyszer ötnek. Péter belefog és hiba nélkül eljut az  $5 \times 4$ -ig. Ott megáll s nem megy tovább. Minden pedagógiai fogást, fortélyosságot alkalmazok, de az én Péterem csak nem akar tovább jutni az  $5 \times 4$ -nél. Látom, hogy itt nem a tudásban van a baj, hanem a makacsság, a dac akasztja meg a gyermeket az eredmény kimondásában. Hogy miért éppen itt? Péternek nem volt kedve tanulni s mikorra én nagy örömmel állapítom meg az  $5 \times 4$  után, hogy látod, milyen szépen haladsz, ő pedagógiai örömet nem tudásával akarja lehűteni. Átláttam a fiú szándékán s addig folytattam, míg végre jó nagy idő múlva Péter sírva pattan ki:  $5 \times 5 = 25$ !

Tíz éve a nagy esetnek, de Péter ma is ravaszul



mosolyogva adja meg a választ a nehéz kérdésre, hogy mennyi  $5 \times 5$ ?

Minden nevelési eljárást a türelem és indulatmentesség irányítson s lehetetlennek látszó feladatokkal is meg tudunk majd birkózni.

A gyógyító nevelő sokat tudna erről beszélni.

Az ingerült gyermek azonban nemcsak az indulatait gátló lelki féknek van híjával. Ennél is nagyobb baj talán e szerencsétlen természettel járó *állandó rosszkedvűség*. Semminek sem tud örülni, semmi sem hozza meg lelki békéjét. Ha a legnagyobb csendet, kényelmet biztosítjuk is számára, ha környezete a legbékésebb egyetértésben él is, a belsejében dúló, forrongó, békétlenkedő érzelmek mégis megbontják az oly nagyon kívánt összhangot. Megbontják, mert a mindennapi élet természetes hatásai is izgatón hatnak az ingerlékeny gyermekre.

Kívánságaik száma óriási, de ha óhajuk teljesedésbe megy, az öröm, a megnyugvás kellemes érzelme elmarad.

Mikor pihennek az életnek ezek a kis nyugtalanjai? Milyen az álmuk, milyen az ébredésük?

Fájdalom, az érzelmi feszültség, az ingerült állapot, a nyugtalanság az álomban is gyakran folytatódik. A gyermek vagy nehezen alszik el vagy a kimerültség egy-kettőre álomba ringatja. De ez az alvás nem üdítő, nem megnyugtató. A napi izgalmak élénken, zajosan szövődnek tovább álmában; a gyermek hánykolódik, felsikolt, a napi eseményekkel kapcsolatos személyek neveit hallatja s reggelre összevisszagyrított ágyából holtfáradtan kel fel s a ma — fájdalom — ott folytatódik, ahol a tegnap abba maradt.

S miképpen végzi el *iskolai feladatait* az ingerlékeny gyermek otthon?

Hosszas tárgyalás és alkudozás, nyujtózkodás és ásitás előzi meg a nekikészülődést. Százféle ki-

fogást talál, míg füzetét vagy könyvét előveszi. Ha ezt meg is tette már, akkor tolla rossz vagy a tinta nem fog jól, vagy ha mindez már meg is van, az esze egyszerre csak elkalandozik más tájak felé. Majd hirtelen az előtte fekvő füzetre, könyvre terelődve tekintete, éktelenül felháborodik feladatán s még mielőtt azt a kis figyelmét, amely már a délutáni órákban alig-alig van meg benne, a leckére tudná terelni, indulata tetőpontjára hág s minden munka számára aznap már képtelen. Magára hagyva, az esti órákban valamelyest felfrissül, hogy éjtszakára, az alvás idején — teljesen élénken érezve magát — megtagadja a lefekvést. S így — a szó legrosszabb értelmében — az éjjelt is nappallá teszi. Józan, következetes szülők természetesen sohasem engedik ennyire felforgatni a gyermek és a ház napirendjét.

4. Szerencse, hogy az iskola fegyelmező erejével, tekintélytartó voltával mély hatással van a tanulóra; más gyermekeket formál belőle, mint amilyen otthon. Sok ingerlékeny gyermek az iskolában nyugodtnak, csendesnek mutatkozik s akárhány esetben a tanító, a tanár lepődik meg legjobban diákjának a szülői házban való féktelen viselkedésén. Az iskolai dac és szótlanság, az indulat visszafojtása az otthonban izgalommá, nagyfokú nyugtalansággá alakul át. *Ez nem kétarcúság, hanem megfelelő viselkedés különböző környezetekkel szemben.* Az csak igazán természetes, hogy a nagy államférfiú másképpen viselkedik meghitt családi körben, mint a politika ezerszemű nyilvánossága, a parlament előtt. A gyermek iskolai és otthoni viselkedése is, a két helynek megfelelően más. A gyermek otthon tevékeny, az iskolában tartózkodó, türelmes. Otthon számtalan alkalom nyílik fűrás-faragásra, ösztönszerű munkálkodásra, míg az iskola — ma még — sok helyen a tömegtanítás miatt ezt nem is engedhetné meg. Azokban az esetekben, amikor az iskolai és az otthoni viselkedés között



mégis szöges ellentét mutatkozik, ott nem a környezetben, hanem a gyermek egyéniségében, a rendelkezés lelki alkatban kell a Janus-arc okát keresnünk.

Az iskolában a tanulóra kényszerített fegyelem felhalmozza a kitörni készülő tevékenységi- és érzelmi erő-készletet s ennek egyrészt a tízperces szünetben kipattanó élénkség, másrészt az otthonban viharosan megnyilvánuló izgalmi állapot a visszahatása. Minél ingerlékenyebb a gyermek, annál nehezebben bírja el az iskola fegyelmét s indulata annál nagyobb erővel tör magának utat a lezárt zsilipek felszabadulása után.

5. A tanulási nehézséget, az érvényesülési lehetőségnek ezt a gátját sok gyermek oly módon akarja kiegyenlíteni, hogy *más téren óhajt feltűnni*. A csend és rendzavarók, az osztály pojácái közülük kerülnek ki. Boldogok és kielégítettek, ha társaik harsogó kacajjal jutalmazták csínyjeiket, amelyek tulajdonképpen a tanárnak szólnak bosszantásul, hogy az — mint egy IV. osztályos gimnazista diákom mondotta — „*ingerlődjék*“.

6. A tanulási nehézséggel viaskodó gyermek gyógyítása két irányú. Egyik az orvosra tartozik, aki testileg, idegzetileg megedzi a tanulót, a másik a szülők, a pedagógusok feladata, akik lelkileg, szellemileg igyekeznek a csekélyebb értékűség által háttérbe szorított gyermekben segíteni, őt petyhüdt, tunya állapotából kiemelni.

Az önérzet kialakítása az egyedüli helyes út a tanulási nehézség leküzdésére. Természetesen nem a kóros butaság eseteire gondolunk; azon nem a szülők, hanem az orvos és a gyógyító nevelő segíthetnek. De a fejlődésre képes gyermeket támogatni kell. Az intő, gúnyolódó szónak itt nincs haszna. Szülő is, tanító is buzdítással, serkentéssel, a már kis eredményt mutató sikerek távoli lehetőségeinek feltárásával emelje, formálja a lelki élet legnagyobb értékét: a mindent átfogó önérzetet.

*A tanuló tanuljon meg tanulni.* Nagyon sok embernek az keserítette meg diákkorát, sőt még egyetem-i éveit is, hogy sohasem tanították meg arra, hogy miképpen kell jól, gyorsan és szabatosan tanulni.\*

*Ne engedjünk izgalmi állapotokat állandósulni.* Háritsunk el minden ingerlő anyagot s tanítsuk meg a gyermeket akaratának kezelésére.

Kis példákkal sokszor nagy eredményt érhetünk el.

A gyermek kétségbeesik, hogy nem tud írásbeli leckéjével elkészülni, „mert már csak négy napja van hátra“. Írassunk le vele az első napon 10 sort s magyarázzuk meg neki, hogy ezzel a napi teljesítménnyel fáradság nélkül el tudja végezni munkáját. Épp így vagyunk a latin, francia s egyéb idegen szavakkal. Kora délután hat szót, később megint hatot tanultatunk meg s így a napi 12 latin szóval is elkészülhetünk. Legjobban a gyermek csodálkozik majd az elért eredményen.

Az akarat edzése, az érzelmi élet fékezése, a tanulás megtanítása az iskolásgyermek nevelésének legfontosabb tényezői. Elkényeztetés, kiütköző nagy jelenetek felett való elsiklás célját tévesztett nevelési eljárások s a gyermeket csak jobban belehajszolják az ingerlékenység állapotába.

Az iskoláskor természetesen nem jelenti a játék kiküszöbölését a gyermek életéből. *A játék*, amely felnőtt korunkban szórakozássá alakul át vagy akár-hány esetben játéknak marad meg akkor is, *a legjobb levezetője a gyermekben felgyülemlett izgalmi anyagnak.*

\* *Ranschburg* tanárnak egy diákhoz intézett levelét („Pszichológiai tanulmányok“ I. köt. 227. l. — Budapest, 1913.) a gazdaságos tanulásról minden szülőnek, minden diáknak nagyon ajánlom. Sok kellemetlen perctől fogják megóvni a tanuló gyermeket az ott adott bölcs tanácsok.



## V.

### A SERDÜLŐ „IDEGESSÉGE“

1. A serdülés élettani és kóros idegessége. — 2. A serdülési idegesség oka: élettani átalakulás. — 3. A serdülési élettani idegesség megnyilvánulása: fiúkon, leányokon; ellenkezés, nyugtalanság, ábrándozás, ellentétes érzelmek, félelem. — 4. A nagy titok. — 5. A néma bűn. — 6. Teendők.

1. A serdülés korában, amely fiúkon rendszerint a 14—16., leányokon a 13—15. életévben jelentkezik, az ingerlékenység gyakran idegességgé alakul át; nyilvánulása az ideges állapot.

A fiú, a leány testi és lelki fejlődése az eddig járt, nagyjából közös útról letér. Mindegyik a maga külön pályáját futja meg. Fejlődésük azonban most élesen különül el egymástól, s nagy egyenlőtlenségük élettanilag a serdülésben nyilvánul meg leginkább.

A gyermek életében ez a „veszedelmes életkor“. Nem választható el élesen életévek szerint az iskoláskortól; azzal rendszerint egybeesik. Vagy ha egyes tudósok megállapítását fogadjuk el, amely szerint az iskolás gyermekkor a 7. életévtől a 13—15. évig tart, a serdülés felléptét pedig a 13—15. évre tesszük, akkor ez a két korszak érintkezik egymással.

A serdülés mind a fiúk, mind a leányok lelki életében nagy és mély benyomásokat kelt. Az idegrendszer érzékenyebb és ingerlékenyebb s nagyon sok olyan tünetet mutat, amely az idegességre emlékeztet.

tet. Ezért a normális gyermek pubertás-korának lelki életét a serdülés élettani idegességének is nevezhetnők, amely szigorú élettani pontossággal minden gyermekben megjelenik. Csekély ingerek megokolatlanul heves csetepaték előidézői; mert minél nagyobb a feszültség, annál viharosabb az ideges kitörés. Az erősebb szervezetűek rövidebb-hosszabb idő múlva ( $\frac{1}{2}$  évtől  $1\frac{1}{2}$  évig) ebből az álmodozó állapotból ismét magukhoz térnek és a rendes élet kerékvágásába jutnak. Ez tehát nem ideges betegség, hanem a serdülés átmeneti állapota. Azok a gyermekek, akiknek ellenállóképessége csökkent, a serdüléssel kóros idegesség betegeinek számát növelik. Az ingerlékenység csúcspontját tehát a serdülés korában érte el s ha nem vagyunk résen, az ingerlékenység mint idegesség állandósulhat.

2. A leányokban végbemenő élettani átalakulás, amikor a kis lányból nagy lány lesz, nem egyformán hat minden serdülő gyermekre. Sokan kitörő örömmel, nem kis büszkeséggel fogadják ezt a változást. Mások ijedten, idegesen veszik tudomásul a fejlődésnek ezt a velejáróját; ide a teljesen tudatlanok tartoznak.

Nagy ingerlékenységet, szinte súlyos várakozási idegességet akkor tapasztalunk, mikor a fejletlen gyermek jóval későbbben jut el ennek az élettani jelenségnek első állomásához. A leányka ilyenkor türelmetlen, könnyen sértődik, ingerlékeny s egész lényén nagy kedvetlenség, elégtelenség, egyenetlenség lesz úrrá. Azok a leányok, kiket a várható változásra nem készítettek elő, szinte kétségbe esnek.

A fiúk sincsenek másképpen. Nappali álmodozásuk éjszaka buja képzeletű álmokban s megfelelő élettani nyilvánulásokban folytatódik. Ez a jelenség nagyon bágyasztóan, leverően hat rájuk; lelkileg igen leköti őket. Szótlanak, szégyenlősek s minden munkájukon rajta van a befejezetlenség nyoma.



Egykedvűek, kelletlenek, fáradt lelkűek. A magatartásuk szinte az arcukon ül.

3. A gyermek élete máról holnapra megváltozik. Eddig a külvilággal ismerkedett meg, most belvilágába mélyed el. Az élesszemű szülők helyesen mondják, hogy gyermeküket szinte kicserélték. Zárkózott, visszavonuló, majdnem komor lesz. Nem gyermek már, de még nem felnőtt. A nagyok társaságában félszegen, esetlenül viselkedik. Vakmerő, kalandvágyó s határtalan idealizmus tölti el lelkét. A hangulatok szeszélyes hullámain hanyódik. Engedetlen, tiszteletlen, kihívó, sértő.

A serdülést az ellenkezés, az ellenszegülés korának is szoktuk nevezni. Az *ellenállás* valószínűleg az első dacossági korszakban (2—4 év) gyökerezik (l. 21. l.), midőn a viharos visszahatás, minden kapcsolat elhárítása, támadó- és romboló kedv az uralgó. Az ismeretlen után való félig tudatos, félig tudatalatti vágyakozás, a kiegészülési ösztön lesz a serdülőn úrrá. Új barátságok szövődnek, melyek a régi, mindenkivel való pajtáskodás helyett meghitt, bizalmas, nagy titkokat rejtő szűk körre szorítkoznak. A szülők korlátlan uralma megdől s más tekintélyek veszik át vezető szerepüket. Az okosabb, a gazdagabb, a kiválóbb, a hatalmasabb lesz az új utak bálványja, de azután érett korban ismét a régi eszményképek foglalják el méltó helyüket az ifjúság lelkében.

A szülők nem tudják megérteni, hogy gyermekük társai bántalmazását szinte fel sem veszi, de az ő keményebb szavukra heves indulatokkal felel. A gyűlölet, a harag, a dac, a bosszú a nevelőkkel szemben gyakori jelensége a serdülés korának.

A fiú nyersebben, durvábban nyilatkozik meg ezekben a nehéz években, mint a leány, ki inkább magába fojtja ennek a nagy lelki válságnak minden misztikumát, minden bűját-bánatát. Ezek az elteme-

tett érzelmek felhalmozódva mint heves indulatok pattannak ki a túlfeszített idegrendszerből. Mikor a ködös sejtés világos valósággá válik, a vad, sokszor fiús leányból a szelíd női lélek a maga teljes kifinomultságában bontakozik ki előttünk.

Az idegességet leginkább az eddig tekintélynek tartott személyek szokták előidézni. Az ifjak, lányok önállók lettek véleményükben, elhatározásukban, akaratukban. Szüleik nem értik meg őket, tanáraik „igazságtalanok“, mindenki őket figyeli s csak az ő hibájukat látják meg.

Nem találják helyüket és általános testi és lelki *nyugtalan*ság gyötri őket. Szívdobogás, félelem-érzés, elfogódás, kiegyenlítetlenség, titokzatosságra való hajlam, lelki elszigetelődés a legfőbb jellemző mozzanatai ezeknek az éveknek.

Ingerlékenységük tüztét könnyű lánggra lobbanítani. Mihelyt úgy látják, hogy nem részesülnek abban a megbecsülésben, mely a felnőtteknek jár, dacosak, ingerültek. Roppant féltékenyek önállóságukra s minden bírálatot, mely személyükre vonatkozik, idegesen, indulatosan elhárítanak maguktól. Engedelmisség számukra ismeretlen fogalom, vagy ha mégis „megtörnek“, dacosan, ingerülten, nagy jelenetek közepette tesznek eleget az erősebb akaratának. Kivétel e téren: a bizalmas barátok, a cserkészlet és a sport. Itt nem a felnőtt, hanem hasonlókorú társai előtt hajlik meg a gyermek.

A serdülő lányokon a kevésvérűség, nagyfokú sápadtság, étvágytalanság, beteges rajongás, „reménytelen“ szerelem, ábrándozó képzelet a kiütkező mozzanatok. Sokszor ideges jelenségek is fellépnek. Ez az a kor, amelyről a népdal azt mondja, hogy: „Nem tudja a kis lány, mi baja.“

A serdülés korában a lelki életen vezérmotívumként az *ábrándozás* uralkodik. A gyermekek képzelete elérhetetlen magasságokban csapong s ábrándozásuk-



ból az élet dübörgő léptei sem képesek őket kizökken-  
teni. Sok kis tragédiának ez az állomás az elindítója  
s a semmit sem kímélő valóság szerencsétlen befeje-  
zője.

A kellemetlen érzelmek fölötte erősen és tartó-  
san tapadnak meg a serdülő lelkében.

Az *ellentétes érzelmek* egész sora rajzik bennük.  
Elbizakodottság és csüggedtség, nagy életkedv és az  
élet semmibevevése, nagyzási hóbort és önmegvetés,  
féltelenség és félelem azok a legellentétesebb  
sarkok, melyek körül ez az egyenetlen lelkivilág nem  
kis zökkenőkkel forog.

A gyermek sokszor azért ideges és izgatott, mert  
a *félelem* gyötri és kínozza. A félelem tehát fokozza  
az ingerlékenységet, s ennek kirobbanása gyakran  
nem egyéb, mint alkalom a felhalmozott kellemetlen  
érzelmek levezetésére.

Ila a félelmi érzés a serdülés korában lép föl,  
akkor mindenesetre arra kell gondolnunk, hogy a  
gyermek a testével foglalkozik s azt titkolja. Tudja,  
hogy tiltott dolgot művel; fél, ideges lesz s félelme  
könnyen állandósulhat.

A fiúk is, leányok is mindig önmagukat figyelik  
s minden apró-cseprő testi rendellenességben (zsib-  
badás stb.) vagy a megszokott életjelenségben is  
(rendes lélekzés, érverés stb.) súlyos betegségek kez-  
deti jeleit vélik felfedezni. Gyöngéeknek, étvágytala-  
noknak érzik magukat s képtelenek a rájuk rótt te-  
her elviselésére. Nagyon hasonlít állapotuk ahhoz a  
betegséghez, melyet régebben *hipochondriának*, *kép-  
zelődésnek* szerettek nevezni.

A serdülés korában a kellemetlen emlékek nagy  
tömege raktározódik el az ifjú elmében s akikben  
ezek a kínzó, gyötrő emlékképek állandóan a felszí-  
nen rajzanak, azokat nevezzük *emlékezeti pesszimis-  
táknak*. A serdülés korában ezeknek a sötétlen látók-  
nak igen nagy a számuk. Egyik tanítványom még

tíz év multán sem tudja elfelejteni, hogy egy ízben vasárnapi kimenőjétől eltiltottam.

De vajjon mi tapad meg a serdülő elméjében? Az emlékezeti kép vagy ennek a képnek hangulata? A kellemetlen érzelmek idővel állandó rossz hangulatok okozói lesznek. A lelki életnek ezért nem az emlékezeti tartalma, hanem érzelmi hangulata válik uralkodóvá. Ez teszi érthetővé, miért tudja ebben a korban az elsötétülő nap, a hirtelen beálló nagy csend a serdülőt oly gyorsan lehangolni.

Egy tizenöt éves tanítványom élete legkiemelkedőbb emlékének a következő jelenetet írja le:

„...a kertben ültem, vizsgára készültem. A napot egy felhő eltakarta. Az előbbi vidámságot, életörömet szomorúság váltotta fel... Mintha meghalt volna valakim, mintha az életem egy darabját rabolták volna el... mintha indulnék messze... Nagyon szomorú és levert voltam...”

A serdülés korának lélektana: a hangulati átesés, a levertség, az élettágadás, a fellengősség, a szimbólumokkal való játék tömörült itt össze ebben a néhány szóban.

Az érzelmi emlékezet hangulata a lényeges; tárgya: az elboruló nap, csak mellékes szerepet játszik itt.

A serdülés korának kedvetlensége, szomorúsága, egyenetlensége, fokozott ingerlékenysége, nyugtalan-sága, szeszélyessége, dacossága egy nagy lelki erdőben: az örömtelenségben nyilvánul meg. Az élettágadásnak ez az ideges korszaka az érés befejeztével — szerencsére — lezárul. S ekkor fokozatosan fel lép az életigenlés, az életkedv minden örömeivel, derűjével.

4. Az egyoldalúan élettanilag hangsúlyozott felvilágosítás az idegességet fokozza. A serdülő minden szót elfog, minden betűre lecsap, amely a nemi élet-



tel csak valamilyen vonatkozást is sejtet. A világ megváltozott számára s mindenütt csak a nagy ismeretlent látja. Álomvilágban jár, olyan világban, amelyet képzeletének szertelen játéka színez ki.

A nagy titok mint idegen test ékelődik a gyermek lelkébe s ott végzi ingerlő, izgató munkáját. Aki valaha tanított a középiskola negyedik osztályában, az sokat tudna beszélni arról a lelki változásról, mely ezeken a kis embereken mutatkozik. Nyomott hangulat és fékezhetetlen viselkedés csapongva változtatják egymást.

Öreg tanárok, gyakorlati pedagógusok már ismerik ezt az osztálytípust s sokan közülök nem szívesen vállalják a tanítását. Pedig mennyi tanulságot, mennyi lélektani ismeretet nyújt ez a „rakoncátlan“ IV. osztály.

5. A nagy feszültségnek, a fojtó levegőtlenységnek valamerre levezető utat kell találnia s mivel megfelelő módon még nem történhetik meg a levezetés, a serdülő másképpen igyekszik kiegyenlítést találni. A fiúk jelentékeny része — egyik szerző szerint valamennyi egészséges gyermek 86%-a — ebben a korban leginkább önkielégítéssel könnyít magán.

De lelki téren is kielégítést keres a serdülő. Nagyképűsködik; képzelete élénk játékát valóságnak tünteti fel s nem egyszer ártatlanul hírbe hoz tisztességes leányokat, asszonyokat.

A serdülő sokat foglalkozik önmagával, nemcsak érzelmeivel, hanem testével is, különösen a másik nemmel kapcsolatban. Ebből ered az, amit néma bűnnek neveznek.

A néma bűn gyakori ismételése a testi és lelki ingerek fokozásához vezet. Minél nagyobb az inger, annál inkább szenved súlya alatt az idegrendszer. A serdülőt nem a tiltott cselekedet, hanem a „súlyos“ következményektől való félelem viseli meg; sokkal inkább lelkiileg, mint testileg.

*A néma bűn veszedelmet rejt magában, ha az érzelmi életet, a képzeletet tartósan és különösen élénken foglalkoztatja.* Bár nem „gyógyíthatatlan” betegség, de mindenesetre komoly bajok forrása lehet. Ne ijesztgessük a serdülőt, mert ezzel sokkal nagyobb ártalom előidézői lehetünk, mintha nyugodtan, okosan figyelmeztetjük természetellenes cselekedetére. Mondjuk meg, hogy a későbbi nyugodt és boldog életnek az ifjúkori tisztaság a feltétele; a néma bűn az ifjúság üdeségét, lelki épségét veszélyezteti s a természet adományait rombolja le.

Egészséges ifjak, ép idegrendszerű leányok a serdülés nagy, belső megrázkódtatását kisebb-nagyobb izgalmak, küzdelmek árán legyőzik. De ha gyöngye alkatnak kell ezt a harcot megvívnia, akkor a legjelentéktelenebb ok súlya alatt is könnyen kidől a serdülő.

6. Mik a teendők a gyermekkori serdülési idegesség esetében?

Igen hasznosak az ingerlékenység, az idegesség legyőzésére a tervszerűen előkészített indulatkitörési gyakorlatok, melyek célja a megfelelő gátlások kiépítése. A gátlások ne legyenek kellemetlenek. Induljunk ki gyöngye, az egyént hirtelenül érő ingerekből s lassanként fokozzuk ezeket, úgy hogy a gyermek már várja az erősebb hatásokat. Világos, hogy óvatosan kell eljárunk, mert ellenkező esetben a gyermek még ingerlékenyebb, ijedősebb lesz.

Egy 14 éves középiskolai tanuló a legkisebb tréfát is, mely személyére vonatkozik, hevesen visszatünetíti s éktelen patáliát csap. Erei kidagadnak, kezével hadonászik s teli torokkal kiabálja:

— Átkozott légy! Pusztulj, te söpredéke az emberiségnek! — s í. t., ebben az éppen nem épületes hangnemben.

A szép szó nem használt.

Lelki gátlásokat kellett felépítenem.



— Figyelj Pista! Ismételd meg a tegnapi jelenetet! Tudod, azt az *átkozott-pusztulj* szavakat! Ha szépen elmondod, épp úgy, mint az előző napon, tíz fillér a jutalom. A gyermek u. i. nagyon takarékos volt s szerette a pénzt.

Pista próbálkozott, de a műfelháborodás nem sikerült s minden kísérlete — bár a gyermek nagyon szeretett volna eredményt elérni — hiábavalónak bizonyult. Ő is, társai is nevetésben törtek ki.

Mi volt a műindulat felkeltésének a célja?

Az, hogy a legközelebb kitörő indulatot ezzel a műfelháborodással nevetségessé tegyem, letompítsam. Abban a pillanatban, mikor Pista nagy átkozódó jelenete kitört, azonnal lecsaptam rá:

— Vigyázz! Szépen csináld, hogy megkapjad a tíz fillért.

— Így nem tudom csinálni, ha biztatnak — s Pista is elnevette magát.

Az indulatnak, az ingerlékenységnek lefokozása, sőt megsemmisítése a nevetségesség által, úgy hogy a gyermek ne érezze legyőzöttségét, pompás lelki gyógyító szernek bizonyult. A gátlást a nevetséges helyzet alkotta.

Az indulatkitörési gyakorlatokat bízzuk avatott kezekre, mert a hozzá nem értő több kárt okozhat, mint hasznot.

Szorítsuk háttérbe a csábításokat, hogy megfelelő időben a természetes, erkölcsös alapon nyugvó kiegészülés akadálytalanul nyilatkozhassék meg.

Az ingerlékenység főforrása ebben a korban — mint láttuk — a nemi élet misztikuma. Sok nemi felvilágosítási vita és egész könyvtárt megtöltő munkák után ma a kérdés lényegét röviden ebben a néhány szóban foglalhatjuk össze: óvatosan alkalmazott bevezető biológiai ismeretek a növénytan és állattan köréből, a két nem különbözőségére való tapintatos rámutatás, az emlősök világra jövetelére

nek megmagyarázása, ez a helyes előkészítés a megértésre.

*A felvilágosítás kívánatos, de nem okvetlenül szükséges.* Nem megfelelő felvilágosítás sokkal több kárt idézhet elő, mint hasznot. Nevezetesen: a gyermek teljes figyelmét ráirányítja a nagy ismeretlenre és képzeletének, ingerlékenységének számtalan lappangó mozzanatával hozzájárul a serdülési idegesség kialakításához.

A gólyamesének a kis gyermekkorban csak addig és akkor van helye, míg a gyermek valóban nem tud többet a születésről, mint azt, hogy a gólya hozza a kis babát. De ha már a kicsinyek játékában helyet kap a kórház, az orvos, a bába, úgy okvetlenül szembe kell néznünk a felvilágosítás kérdésével.

Ezekben a kérdésekben a legjobban az anya tud gyermekéhez közeledni, bár ezt semmerném általános érvényű szabálynak felállítani. Mindenesetre fontos, hogy ne meg nem értett lexikon-cikkek, ponyvaszerű „felvilágosító” füzetek és a mellékutca végezzék el ezt a nagyon sok tapintatot igénylő feladatot. A közlés ne történjék nagy bevezetések és félelmetesen ünnepélyes formák közepette. Komolyan, nyugodtan, minden póz nélkül szólunk a gyermekhez:

— Amit magadon mostanában tapasztalsz, az az egészségnek, az erőnek, a természetnek a nyilatkozása. Ne aggasszon ez téged. Fontos, hogy testi és lelki tisztaságodat megóvd!

A szelid, bátorító, de következetes bánásmód a serdülő gyermekek nevelésének az ábécéje. Kíméletlenül, nyersen, katonásan ezekkel a fiúkkal, leányokkal bánni, akiket az élet amúgy is kemény próbára tett, nemcsak nem szabad, de egyenesen vészthozó. Mert a durva bánásmód ebben a veszedelmes életkorban öngyilkossághoz is vezethet.

Szerencse azonban, hogy az indulatok, a félelmi





érzések rendszerint sirámokban, panaszokban, vég nélküli jajveszékelésekben, sópánkodásokban enyésznek el. De csak ebben vakon bízni nem szabad. Szorgos, állandó ellenőrzés, megfelelő elfoglaltság, lelki megerősítés a legjobb ellenszere az öngyilkossági gondolatoknak.

A serdülőben ne lásson a szülő, a nevelő mindenáron ellenkezni, ellentmondani akaró makrancos gyermeket. Ennek a korszaknak ez kényszerű velejárója éppúgy, mint az aggkornak a zsémbeskedés.

A gyengédség sohasem volt kárára a serdülőnek. A súlyos problémát ugyan nem tudja megoldani a szeretettel való közeledés, de mindenesetre enyhíti a nagy feszültséget, amely a gyermek minden idegszálát amúgyis szinte pattanásig túlterheli.

---

# TARTALOM.

	Oldal
Előszó — — — — —	3
I. <i>A gyermeki ingerlékenység formái</i> — — — — —	5
1. Kikről lesz szó? — 2. Az ingerlékenységre való hajlam és négy megnyilvánulási formája. — 3. Az ingerlékenység megnyilatkozása: primitív lelki visszahatás. — 4. Az ingerlékenység oka. Nevelői feladatunk.	
II. <i>A csecsemő nyugtalanságra való hajlama</i> — — — — —	11
1. A csecsemő érzelmi élete. 2. A csecsemő ingerlékenységének megnyilvánulása: a sírás, nyugtalanság, mozgási vihar. 3. A megzavart alvás, pontatlan táplálás, kifáradás. 4. A mozgási vihar lecsendesítése. 5. Teendők. 6. A csecsemő nyugtalansága a kisgyermekkorban érzékenységgé alakul át.	
III. <i>A kisgyermek érzékenysége</i> — — — — —	19
1. A játékos kor. Mozgás és játék. Érzékenység. 2. Tünetek: kedvtelenség, dacosság; étvágytalanság, mint a dac fegyvere; makaosság; a kérdezés kora. 3. Teendők: foglalkoztatás, indulatmentes nevelés; mit ne tegyünk? 4. Okok: testi zavarok, idegen akarat beavatkozása, unalom, félelem. 5. A kisgyermekkor nevelésének célja.	
IV. <i>Az iskolásgyermek ingerültsége</i> — — — — —	31
1. E korszak főbb mozzanatai. 2. Okok: tanulási nehézség, figyelmetlenség, kifáradás, képtelenség a tanítás üteméhez való alkalmazkodásra, rendellenes emlékezet; „nehéz” tárgyak, nem kedvelt tanítók; iskolai főfájás. Környezet. 3. Dacosság, rosszkedvűség. Nyugtalan álom. Házi feladat. 4. Más a gyermek otthon, más az iskolában. 5. Kiegyenlítési törekvések. 6. Teendők.	
V. <i>A serdülő „idegessége”</i> — — — — —	41
1. A serdülés élettani és kóros idegessége. 2. A serdülés idegesség oka: élettani átalakulás. 3. A serdülési élettani idegesség megnyilvánulása: fiúkon, lányokon; ellenkezés, nyugtalanság, ábrándozás, ellentétes érzelmek, félelem. 4. A nagy titok. 5. A néma bűn. 6. Teendők.	





# SZÜLŐK KÖNYVTÁRA

A gyermekről, a nevelésről, a családi életéről tájékoztató, könnyedén írt, tudományosan helytálló munkák a nagyközönség számára.

- 1—3. szám: *A családi nevelés főkérdései.* (Bevezetés a szülői gondolkodásba.) Írta: *Imre Sándor* egyetemi tanár. Ára 3 pengő.
4. „ *A gyermek táplálkozása.* Írta: *Heim Pál* egyetemi tanár. Ára 1.60 pengő.
5. „ *A gyermek szemének, fülének, orrának, torkának és bőrének gondozása.* Írta: *íjj. Imre József* egyetemi tanár, *Wein Zoltán* főorvos és *Poór Ferenc* egyetemi tanár. Ára 1.60 pengő.
- 6—8. „ *A gyermek beszédének fejlődése.* (Képeskönyvek. Mesék. Idegen nyelv tanulása.) Írta: *dr. Kenyeres Elemér* egyetemi magántanár. Ára 3 pengő.
- 9—10. „ *A gólya-mese helyett.* Egypár szó a szülőkhöz s fiúkhöz és lányokhoz. Írta: *Oker-Blom Miksa.* Finn-ből fordította: *Pálfi Márton.* Ára 2 pengő.
11. „ *Jó gyermekek, rossz gyermekek.* Esetek a családi nevelés köréből. Írta: *dr. Frank Antal* tanítóképző-intézeti tanár. Ára 1.60 pengő.
12. „ *Mit olvasson a gyermek?* Az ajánlható ifjúsági irodalmi művek jegyzéke 3—14 éves korig. Írta: *dr. Szondy György* leánygimn. tanár. Ára 1.60 pengő.
- 13—14. „ *A gyermekszoba mindennapi kérdései.* Írta: *Nemesné Müller Márta,* a Családi Iskola igazg. Ára 1.80 pengő.
- 15—16. „ *Az iskolás gyermek.* Írta: *Bognár Cecil* egyetemi rk. tanár. Ára 1 pengő.
17. „ *A család békéje.* Írta: *Imre Sándor.* Ára 80 fill.
18. „ *A cserkész és a családi nevelés.* Írta: *vitéz Faragó Ede.* Ára 1.20 P.
- 19—20. „ *A 6—10 éves gyermek nevelése.* Írta: *Jankovits Miklós.* Ára 1.60 P.
21. „ *Az ingerlékeny gyermek.* Írta: *Vértes O. József.*

További füzetek előkészületben.

Kapható minden könyvkereskedőnél s a kiadónál:

„S T U D I U M“

KÖNYVKERESKEDELMI ÉS KÖNYVKIADÓ R. T.

BUDAPEST, IV., KECSKEMÉTI-UTCA 8. SZÁM.

Sylvester Rt., Budapest. — Felelős vezető: Schlitt Henrik.